



Notions fondamentales sur le corps



Apprendre les notions fondamentales sur le corps humain, en particulier celles liées à l'anatomie et au cerveau, est essentiel pour plusieurs raisons. D'abord, cette connaissance nous permet de mieux comprendre notre propre corps, ce qui est crucial pour maintenir une bonne santé et pour identifier les signes avant-coureurs de maladies. Comprendre l'anatomie, c'est aussi prendre conscience de la complexité des différents éléments qui le composent. Le cerveau, en particulier, est un organe fascinant et vital, qui gouverne toutes nos actions, pensées et émotions. En connaissant son fonctionnement de base, nous sommes mieux équipés pour comprendre les mécanismes de la gestion du stress et de la santé. De plus, une bonne compréhension des fonctions cérébrales peut nous aider à adopter des habitudes de vie qui favorisent la santé intégrale, tout en nous rendant conscients des effets potentiels des maladies neurodégénératives. En somme, l'apprentissage de ces notions fondamentales est un investissement dans notre bien-être, nous donnant les outils nécessaires pour prendre des décisions éclairées concernant notre santé, et nous permettant d'apprécier la merveilleuse machine qu'est le corps humain.

Objectifs pédagogiques

- Connaître les principales notions d'anatomie
- Connaître les principales maladies de chaque système
- Comprendre le fonctionnement du cerveau

Programme pédagogique détaillé

1. Principales notions d'anatomie

- Les 3 grandes fonctions
- Les 8 niveaux d'organisation
- Les photons, les atomes, les molécules, les cellules
- Les tissus
- Les organes
- Sang et hématologie

2. Organes et maladies

- Des expressions éloquentes
- Liens entre certains organes et maladies

3. Le cerveau

- Le fonctionnement du cerveau
- Les aires cérébrales et régions spécifiques
- Les cellules du cerveau : neurones – cellules gliales – synapses
- Les neurotransmetteurs ou neuromédiateurs
- Les acides aminés essentiels

Dispositif d'évaluation

Évaluation des compétences clés : En amont de la formation

Évaluation des acquis : Lors de la formation

Évaluation finale : Après la formation

Méthodologie et pédagogie

Une alternance d'apports théoriques et de réflexions individuelles favorise une intégration maximale des principes.

Pour qui ?

Tout le monde

Prérequis (facultatif)

Introductions Changer de regard sur la maladie et Abattre les dogmes et conceptions erronées sur la santé

Durée estimée

2h

Tarif

En E-learning
19 € TTC

Pour les tarifs
et la durée en
présentiel

Me contacter

Obtenir un devis :

06 70 42 64 63
contact@arnaudjoubaire.fr

Aller plus loin :

Les 12 systèmes du corps humain
Le SNC, le stress et les maladies
Sagesse du corps et santé
Changer de regard sur la santé
Le sens des maladies