



**Vanessa Betschart**

Naturopathe en médecine traditionnelle européenne



***Ce document est  
destiné aux  
personnes curieuses  
des approches  
complémentaires.***

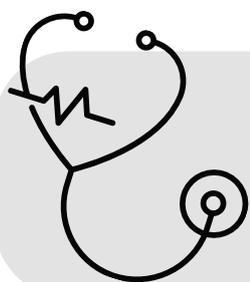


Découvrez comment l'approche naturopathique réinvente la santé en fusionnant médecine conventionnelle et soins naturels pour une prise en charge intégrale.

# COMPÉTENCES THÉORIQUES ET PROFESSIONNELLES

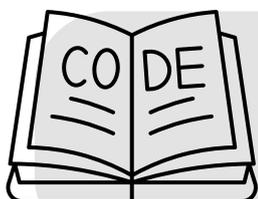
En 2016, la Confédération a instauré un diplôme fédéral pour les naturopathes dans le but de réglementer ce secteur et d'harmoniser les exigences pour tous les nouveaux praticiens.

Cette initiative vise à faire de la naturopathie une discipline complémentaire à la médecine conventionnelle, en offrant une approche différente fondée sur des méthodes holistiques et des connaissances solides\*.



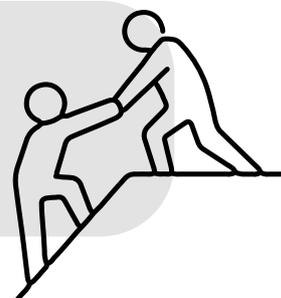
**1500 heures**  
anatomie  
physiologie  
pathologie

**1500 heures**  
Techniques  
en naturopathie



**60 heures**  
santé et  
éthique

**300 heures**  
Travail de thérapeute,  
psychologie



**90 heures**  
Gestion  
d'entreprise

**600 heures**  
Formation  
pratique



**800 heures**  
Pratique sous mentorat

*\*Examens fédéraux théoriques et pratiques pour chacun des 7 modules + différents mémoires à rédiger.*

# C'EST QUOI LA NATUROPATHIE ?

---

La naturopathie est une approche de la santé qui vise à favoriser le bien-être global en utilisant des méthodes naturelles.

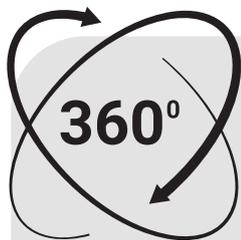
**Les naturopathes mettent l'accent sur la prévention et la recherche des causes** sous-jacentes des problèmes de santé, avec une vision à 360° comprenant la symptomatique, l'environnement, la personnalité et les possibilités de mise en œuvre thérapeutique de la personne ainsi que le diagnostic énoncé par le ou la médecin.

Ils utilisent des techniques telles que la nutrition, les plantes médicinales, l'exercice physique, la relaxation et d'autres pratiques naturelles pour aider le corps et l'esprit à retrouver l'équilibre.

**Explorez comment la naturopathie réinvente la médecine traditionnelle en lui offrant un soutien complémentaire.**



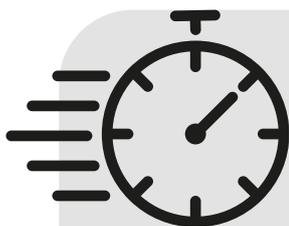
# QUELS SONT LES AVANTAGES DE CONSULTER UNE NATUROPATHE ?



Une approche globale de votre situation et de qui vous êtes (de manière confidentielle et sans jugement).



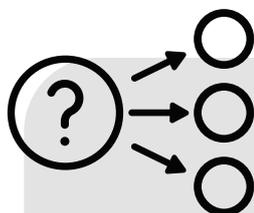
Une méthode douce qui agit sur la forme et sur le fond, à long terme, avec des effets secondaires rares et faibles.



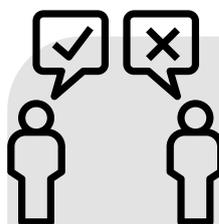
Une écoute attentive de vos besoins. Une consultation dure entre 30 et 120 minutes.



Un accompagnement et un soutien personnalisés autant physique que psychique.



Une identification de la source des problèmes de santé pour prévenir les rechutes et améliorer votre qualité de vie.

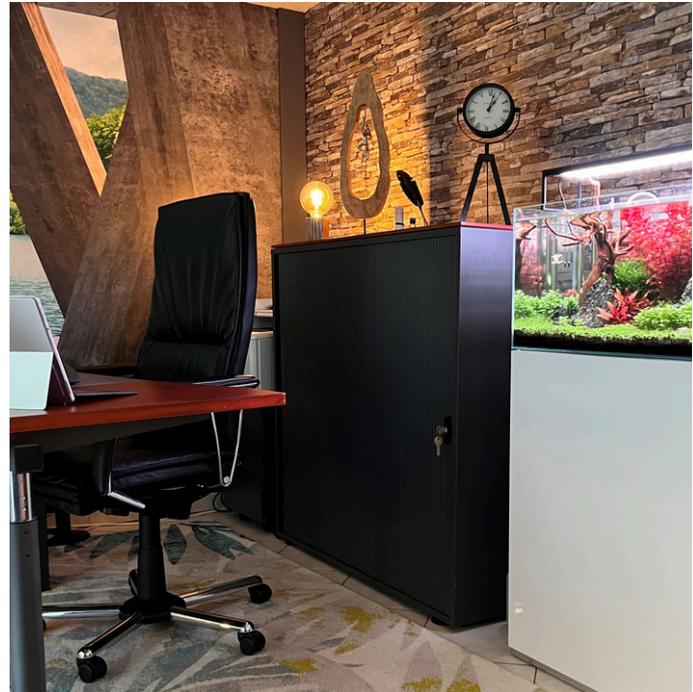


Une efficacité des traitements accrue, en parvenant à une solution adaptée, ceci en favorisant une collaboration entre médecins et thérapeutes.

# CONSULTATION NATUROPATHIQUE CHEZ BCOME

Je commence chaque prise en charge par une **anamnèse** de 90 minutes. Il s'agit d'un récit retraçant votre parcours de vie pour comprendre votre situation, vos objectifs et votre état de santé. Elle se base notamment sur le diagnostic du médecin, sur vos symptômes, sur votre hygiène de vie. On peut aussi utiliser différents outils d'analyses naturopathiques : biorésonance, bilan cellulaire, sanguin, urinaire et/ou de la flore vaginale, etc.

Je vous propose ensuite **une stratégie thérapeutique personnalisée** qui englobe différentes suggestions pour améliorer votre bien-être physique et moral ainsi que favoriser la diminution, voire la suppression de vos symptômes.



Elle comprend aussi une prescription de remède naturel et/ou de micronutrition.

**Un suivi régulier** est planifié pour vous accompagner et vous soutenir, à votre rythme, dans ces nouvelles habitudes de vie. Un pas après l'autre !



# MASSAGE THÉRAPEUTIQUE CHEZ BCOME

Je propose actuellement un massage du dos dédié principalement à l'apaisement mental. Il combine diverses techniques et s'adapte à vos besoins spécifiques.

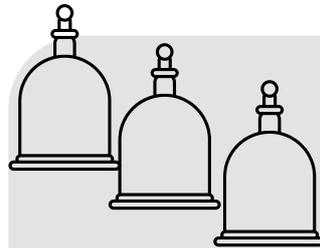


## TECHNIQUES ACTUELLES

N'hésitez pas à parcourir mon site web [www.bcome.ch](http://www.bcome.ch). En tant que passionnée, je m'engage à me perfectionner constamment afin de vous présenter de nouvelles approches innovantes.



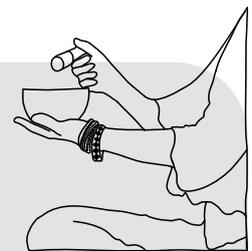
**Massage de Breuss**, un soin doux et profond de la colonne vertébrale avec une partie énergétique (Reiki).



**Massage et traitement avec des ventouses** dites froides et sèches pour une stimulation métabolique.



**Traitement Access Bars**, apaisement mental via des points spécifiques sur la tête et un massage.



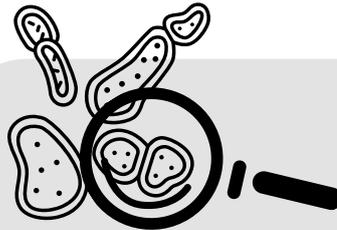
**Traitement bol planétaire**, des vibrations à bonne fréquences pour harmoniser le corps via l'eau corporel.

# AUTRES TECHNIQUES THERAPEUTIQUES CHEZ BCOME

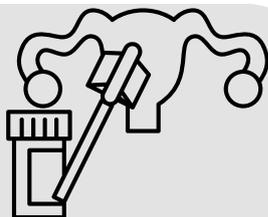
Complémentaires aux consultations de naturopathie, voire éventuellement aux massages. La liste se rallonge de mois en mois, découvrez les nouveautés sous [www.bcome.ch](http://www.bcome.ch).



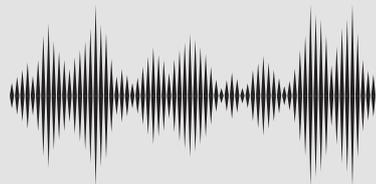
**Bilan sanguin et urinaire** pour comprendre en détail la situation physiologique de votre organisme.



**Bilan cellulaire**, une idée globale de votre situation physiologique via l'état des minéraux et métaux lourds.



**bilan vaginal** pour déceler une dysbiose, vérifier le PH, les différentes bactéries et champignons présents.



**Biorésonance** pour repérer des déséquilibres via des fréquences de faible intensité, spécialisée pour l'émotionnel.



**Patchs thérapeutiques**, idéal pour apaiser vos gênes articulaires ou musculaires.

**Bientôt**



**Fingertipp Trauma méthode et PEAT**  
Décodage biologique pour travailler sur les traumatismes vécus.

# BCOME

## C'EST OÙ ? C'EST QUI ?

Le cabinet se trouve sur les hauts du Schoenberg dans un charmant quartier résidentiel.

**Le bus des TPF n°2 du Schoenberg** a son terminus à Henri-Dunant, toutes les 10 minutes. Un joli chemin pédestre d'environ 200 mètres vous conduira jusqu'au cabinet.

Il est également très bien situé si vous vous déplacez en voiture ou à vélo, proche de différents axes routiers et du centre-ville.

**Une place de parc** est disponible gratuitement devant le cabinet.



## VANESSA BETSCHART

Fortement investie dans mon parcours professionnel, je suis une naturopathe diplômée de l'École Supérieure de Naturopathie à Lausanne, spécialisée en médecine traditionnelle européenne. Avec déjà six modules validés sur sept, et plus de 5500 heures de formation et d'expérience, je suis désormais sur le point d'atteindre mon objectif ultime : le diplôme fédéral de naturopathe MTE. Actuellement en phase finale, je perfectionne mes compétences pratiques sous la guidance de mentors experts. Prête à apporter mon expertise et mon dévouement à celles et ceux qui cherchent un bien-être holistique.



Pour en savoir plus sur mon parcours professionnel

# C'EST POURQUOI ?



## Je dors mal

- endormissement compliqué ?
- plusieurs réveils durant la nuit ?
- pas l'impression d'être reposé-e ?



## Je pense tout le temps

- stress ?
- nervosité ?
- anxiété ?
- déprime ?
- forte sensibilité ?
- émotion intense ?
- tension musculaire ?



## J'ai mal

- douleurs dans le corps ?
- douleurs localisées ?
- lors de mouvements ?
- au repos ?



## Je me sens fatigué-e

- accro aux sucreries ?
- accro aux excitants ?
- accro au siestes ?
- irritable ?



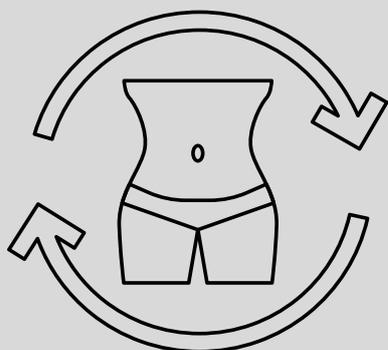
### Mon ventre me fait mal

- ballonnements ?
- remontées acides ?
- douleurs ou gênes ?
- constipation ?
- diarrhée ?
- intolérances alimentaires ?



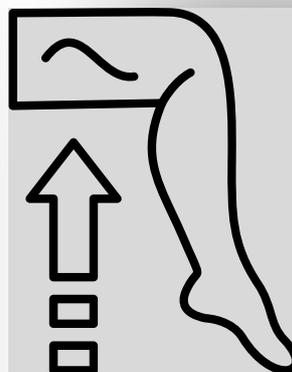
### j'ai des plaques rouges

- eczémas ?
- psoriasis ?
- acnés ?
- démangeaisons ?
- rosacées ?
- sécheresse ou transpiration excessive ?



### Aïe, j'ai reçu mes analyses

- j'ai trop de cholestérol ?
- ma glycémie est haute ?
- ma tension est un peu élevée ?
- je dois perdre ou prendre du poids ?



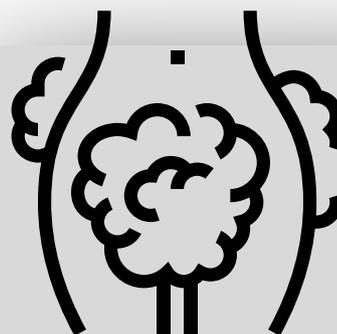
### Mes jambes me font mal

- rétention d'eau
- "mauvaise" circulation ?
- jambes douloureuses ?
- j'ai des crampes ?



### Je chope tout se qui traîne

- rhumes à répétition ?
- allergies saisonnières ?
- système immunitaire dans les chaussettes ?
- une convalescence longue



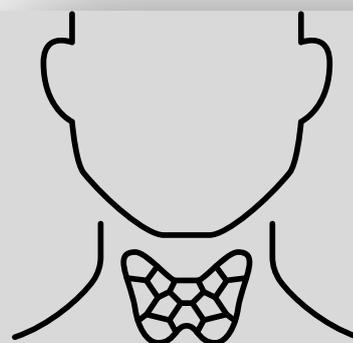
### Je souffre de gênes intimes

- cystites chroniques ?
- infections vaginales récurrentes ?
- SPM ?
- douleurs durant les rapports sexuels ?
- péri ou ménopause ?



### J'ai souvent mal à la tête

- migraines ?
- tension ?
- céphalées de digestion ?
- vertiges ?



### Ma thyroïde dysfonctionne

- je fonctionne au ralenti et je prends du poids ?
- je perds du poids et j'ai l'impression de carburger à 200km/h ?



Besoin de conseils sérieux ou juste d'une touche d'humour ?  
Je suis là pour répondre à toutes vos questions et vous accompagner dans votre démarche de bien-être.

Contactez-moi pour une consultation. Une dose de bonne humeur est toujours incluse dans mes conseils ! Et ne vous inquiétez pas, je ne prescris pas de rire en pot... du moins pas encore !

 +41 79 483 06 87

 [info@bcome.ch](mailto:info@bcome.ch)

 [www.bcome.ch](http://www.bcome.ch)

 Cabinet BCOME, Rue Athénaïs-Clément 15, 1700 Fribourg

Pharmacie Marlymed, route du Midi 12a, 1723 Marly  
Consultation en ligne également possible



Avec plus de 5500 heures de formation et d'expérience professionnelle à mon actif, les services que je propose sont désormais pris en charge par la plupart des assurances complémentaires santé ! Pour découvrir les tarifs, rendez-vous sur [www.bcome.ch](http://www.bcome.ch) et explorez la section "prix".