



**Congrès annuel 2026**  
**13 et 14 novembre**

Hôtel Plaza Universel Montréal  
5000, rue Sherbrooke E.  
Montréal (Québec)

# Surfez sur votre nerf vague!



## CONFÉRENCIERS INVITÉS



**Geneviève  
Levallet**  
N.D.A.



**Anne-Hélène  
Genné**  
Docteur  
en naturopathie



**Joël Monzée**  
Docteur en  
neurosciences  
& éthicien



**Julie Yew Hin**  
L.Ac, R.MT



**Raphaël  
Lavoie-Brand**  
Massothérapeute  
agréé

**PLUS**  
Un panel de  
discussion sur  
les approches  
pratiques pour  
soutenir le  
nerf vague



**9h00**

**Geneviève Levallet,**  
ND.A.

## Le nerf vague et la Psycho-Neuro-Endocrino-Immunologie (PNEI)

La Psycho-Neuro-Endocrino-Immunologie est une multi discipline qui explore les liens complexes entre des systèmes jadis considérés comme distincts. Elle nous apporte une vision plus profonde de la manière dont notre mental, nos émotions et notre bien-être général sont intimement liés, comme un réseau structuré en relation réciproque avec l'environnement physique et social. Quelques exemples d'utilisation de la PNEI en consultation seront donc abordés dans une première partie.

La découverte du système microbiotique a apporté une nouvelle dimension à cette structure dont l'équilibre est dirigé par le nerf vague. En effet, ce dernier ne se limite pas à réguler les fonctions du système nerveux autonome parasympathique : de nombreux neuropeptides et neurotransmetteurs sont impliqués lors de son activation. Nous détaillerons certains d'entre eux et analyserons leur rôle physiologique comme la régulation de l'homéostasie tissulaire ou la potentialisation de l'activation immunitaire.

S'intéresser au nerf vague, c'est finalement revenir à l'essentiel : optimiser notre équilibre PNEI !

**Geneviève Levallet** est titulaire d'un doctorat en chimie. Elle a passé une bonne partie de sa jeunesse à parler de « liaison covalente » et de « chromatographie ». Mais au milieu des années 1990, fatiguée de la grisaille lyonnaise ou simplement attirée par l'appel du sirop d'érable, elle s'envole pour un post-doctorat chez Hydro-Québec. C'est le coup de foudre : le Québec l'adopte, et elle adopte l'accent (du moins, elle essaie).

Après avoir enseigné la chimie, elle pose définitivement ses valises sur la Rive-Sud de Montréal et réalise un grand écart professionnel : elle se lance dans la naturopathie en 2005. Elle enseigne plusieurs cours à l'IESN, aussi bien dans le cursus général qu'en formation continue.

Aujourd'hui consultante à la clinique MRP à Sainte-Julie et au Centre Santé Harmonie de Beloeil, Geneviève passe ses journées à sauver des systèmes digestifs en détresse, à traquer le moindre morceau de pain blanc comme s'il s'agissait de plutonium enrichi et à expliquer scientifiquement à ses clients les interactions moléculaires entre leur traitement médical et leur tisane de camomille.



**11h00**

**Anne-Hélène Genné,**  
docteure en naturopathie

## Vagues traumatiques : impact des traumatismes sur le nerf vague

Grand régulateur de l'axe hypothalamo-hypophysaire-surrénalien, le nerf vague est affecté de manière prépondérante par un trauma, à la suite duquel il peut se cristalliser dans une certaine dérégulation. Ces effets sont loin de se limiter à la sphère psychique : un vaste éventail de répercussions physiques peut s'ensuivre.

À l'aide d'exemples concrets, nous explorerons la distinction entre stress, trouble de stress post-traumatique et traumatisme développemental ; comment les branches du nerf vague se déconnectent selon la force ou la perception du trauma et sa fréquence (théorie polyvagale) ; l'impact de l'âge au moment où le trauma a été vécu - un accent particulier sera mis sur les expériences négatives de l'enfance ; comment cela se traduit aux niveaux psychique, physiologique et biochimique puis pathologique, incluant les plans cardiovasculaire et immunitaire ; les signes cliniques qui peuvent nous mettre sur la piste des traumatismes et les questions à poser pour mieux les identifier ; la posture appropriée à adopter en consultation ; les approches naturopathiques séquencées de manière adéquate et adaptées à divers cas de figure, pour stimuler le nerf vague et ainsi favoriser l'apaisement.

**Anne-Hélène Genné** s'est intéressée dès l'enfance aux médecines douces et à la musique. Tout en étudiant le chant classique amateur, elle a poursuivi un cursus scientifique qui l'a menée à la biochimie (B.Sc., Université d'Ottawa, 2000) puis à la médecine naturopathique (Canadian College of Naturopathic Medicine, 2004) et à l'accompagnement à la naissance – doula (Montréal, 2008). Elle a exercé activement de 2005 à 2018 à Montréal auprès d'une clientèle générale de l'embryon à 90 ans, en privilégiant la phytothérapie, l'hydrothérapie et l'homéopathie. Par ailleurs, elle a été membre du Conseil d'administration de l'Association canadienne des docteurs en naturopathie, puis enseignante, maître de stage et Directrice de l'enseignement de l'École d'enseignement supérieur de naturopathie du Québec (ÉESNQ) pendant plus de 12 ans. Depuis juin 2025, elle est Directrice d'exploitation des Importations Herbasanté.

**NOUVEAU  
CETTE  
ANNÉE**



**13h30**

**Joël Monzée,**

docteur en neurosciences  
& éthicien

## Du nerf vague au vague à l'âme: l'interdépendance du cerveau et du microbiote en santé mentale

Si de nombreux individus craignent encore aujourd'hui, et à juste titre, le réductionnisme dans les théories psychiatriques, on ne peut plus nier qu'il existe des lois biologiques qui influent sur la santé mentale des personnes. Les neurosciences démontrent, en fait, que les ressources psychologiques ne sont pas uniquement dues aux processus neurologiques, mais dépendent de l'histoire familiale et individuelle, ainsi que de l'environnement et des systèmes physiologiques régissant le corps, dont la santé digestive. On sait, par exemple, que le système entérique module la régulation des affects et de la cognition, alors que ceux-ci - en retour - modulent le microbiote intestinal par le nerf vague. Les effets des traumatismes et des mécanismes de défense sur le comportement s'appuient également sur le nerf vague pour initier la réponse aux enjeux relationnels ou aux variations dans l'environnement social.

Cette conférence permettra de mieux comprendre le rôle, la puissance et la complexité neurophysiologique du nerf vague pour mieux orienter les interventions de soutien et mieux comprendre les résistances au mieux-être.

**Joël Monzée** possède une expertise multidisciplinaire en pédagogie, psychologie, neurophysiologie et éthique clinique. Il a fondé l'Institut du développement de l'enfant et de la famille devenu récemment un observatoire de recherche, ainsi que l'Institut de psychologie et neurosciences qui se spécialise dans la formation continue des intervenants du monde de l'Éducation et des professionnels de la santé.

Récemment, il a fondé une maison d'édition pour proposer une série de livres sur la santé mentale positive appliquée. Auteur ou co-auteur d'une trentaine d'ouvrages et conférencier international, il participe à des groupes consultatifs en éducation et en santé, tout en intervenant régulièrement dans les médias, comme expert scientifique ou chroniqueur dans des émissions d'affaires publiques.

**15h30**

## Panel de discussion

Les panelistes aborderont quelques approches pratiques et des outils pour soutenir le nerf vague et ses fonctions.



**Mario Chaput, ND.A.,** Mario Chaput, ND.A est un naturopathe agréé depuis 1995. Il est l'auteur de huit publications sur l'approche naturopathique complémentaire en santé. Il enseigne également dans les écoles de naturopathie reconnues par l'ANAQ.

Depuis 30 ans, il maintient une pratique privée riche en expériences cliniques en plus d'agir à titre de conférencier, formateur et conseiller technique auprès de différents fournisseurs de produits de santé naturels au Québec et au Canada.



**Cristina Pietruni, ND.A.,** est clinicienne depuis plus de 15 ans (diplômée de l'IESN) a développé une expertise centrée sur l'immunologie fonctionnelle comme pilier fondamental de l'homéostasie physiologique. Sa pratique clinique intègre les mécanismes immunologiques à toutes les sphères de la santé, s'appuyant sur une compréhension rigoureuse des interactions biochimiques entre le système immunitaire, les cascades inflammatoires, l'axe neuro-endocrinien et le métabolisme.



**Anne-Hélène Genné, docteure en naturopathie** s'est intéressée dès l'enfance aux médecines douces et à la musique. Tout en étudiant le chant classique amateur, elle a poursuivi un cursus scientifique qui l'a menée à la biochimie (B.Sc., Université d'Ottawa, 2000) puis à la médecine naturopathique (Canadian College of Naturopathic Medicine, 2004) et à l'accompagnement à la naissance – doula (Montréal, 2008). Elle a exercé activement de 2005 à 2018 à Montréal auprès d'une clientèle générale de l'embryon à 90 ans, en privilégiant la phytothérapie, l'hydrothérapie et l'homéopathie.



**Geneviève Levallet, ND.A.,** est titulaire d'un doctorat en chimie, Geneviève a passé une bonne partie de sa jeunesse à parler de « liaison covalente » et de « chromatographie ». Mais au milieu des années 1990, fatiguée de la grisaille lyonnaise ou simplement attirée par l'appel du sirop d'érable, elle s'envole pour un post-doctorat chez Hydro-Québec. C'est le coup de foudre : le Québec l'adopte, et elle adopte l'accent (du moins, elle essaie). Après avoir enseigné la chimie, elle pose définitivement ses valises sur la Rive-Sud de Montréal et réalise un grand écart professionnel: elle se lance dans la naturopathie en 2005. Elle enseigne plusieurs cours à l'IESN, aussi bien dans le cursus général qu'en formation continue.

CONFÉRENCES : SAMEDI 14 NOVEMBRE

# nerf vague



9h00

**Julie Yew Hin,**  
L.Ac., R.MT

## Quand l'aiguille rencontre le nerf vague : une approche neurophysiologique de l'acupuncture

L'acupuncture est pratiquée depuis des millénaires, mais les avancées récentes en neuroanatomie et en neurophysiologie permettent aujourd'hui de mieux comprendre les mécanismes qui sous-tendent ses effets. Cette conférence propose une lecture contemporaine de l'acupuncture en s'appuyant sur les connaissances actuelles du système nerveux périphérique et central.

Nous explorerons d'abord la relation étroite entre les points d'acupuncture et les structures nerveuses, ainsi que les principaux mécanismes de transmission et de modulation du signal impliqués dans l'analgésie et la neuromodulation. Nous verrons ensuite comment l'acupuncture peut influencer l'axe hypothalamo-hypophyso-surrénalien, la régulation du système nerveux autonome et les réponses physiologiques au stress.

Nous aborderons également le concept de décompression mécanique du nerf vague dans la gaine carotidienne, en examinant le rôle que peuvent jouer certaines tensions musculaires et fasciales cervicales dans son environnement anatomique. Plusieurs autres sujets spécifiques seront abordés afin d'offrir aux professionnels de la santé une meilleure compréhension des mécanismes de neuromodulation et de leur application clinique.

**Julie Yew Hin** est une acupunctrice et massothérapeute spécialisée en acupuncture neuro-fonctionnelle, en auriculothérapie médicale et en prise en charge de la douleur complexe et des troubles neurologiques.

Diplômée en massothérapie sportive depuis 2002 et en acupuncture depuis 2010, elle a développé une approche intégrative qui s'appuie sur les fondements de la médecine chinoise tout en reliant aux connaissances contemporaines en neuroanatomie et en neurophysiologie. Son travail clinique met l'accent sur la précision des ponctures, l'interaction avec le système nerveux et la modulation des réponses physiologiques.



11h00

**Raphaël  
Lavoie-Brand**  
massothérapeute  
agréé

## Automassage et nerf vague : quand le toucher parle au système nerveux autonome

Cet atelier-conférence offre des clés de compréhension méconnues sur le toucher, ainsi qu'une boîte à outils d'automassages qui favorisent la régulation du système nerveux et du nerf vague. Découvrez une approche innovante axée sur la qualité du toucher, à l'intersection de la pleine conscience, des exercices somatiques, de l'auto-compassion et de la théorie polyvagale. Des routines simples et transférables seront expérimentées, afin de soutenir la gestion du stress, de l'anxiété, des émotions et du sommeil auprès de votre clientèle.

**Raphaël Lavoie-Brand** est une référence en automassage au Québec. Depuis la pandémie, ses formations ont aidé des milliers de personnes à développer leur qualité du toucher et leur habileté à s'apaiser efficacement avec leurs propres mains.

Grâce à l'impact de son approche innovante, Raphaël s'est vu remettre le Prix Coup de cœur du public au Congrès de la santé intégrative 2026. Il combine l'automassage avec la pleine conscience, la régulation du nerf vague, l'auto-compassion, les exercices somatiques et une bonne dose de créativité.

CONFÉRENCE COMMANDITÉE SAMEDI 14 NOVEMBRE



7h30

**La connexion intestin-cerveau:  
gérer le stress, le sommeil et le SCI à l'aide  
de probiotiques ciblés**

Présenté par Lynda Mezouane



Commandité par

ACTIVATED  
PROBIOTICS

# nerf vague

## MOT DU PRÉSIDENT

### Dino Halikas, ND.A.



Chers collègues de l'ANAQ,

C'est avec un immense plaisir que je vous invite à participer à notre Congrès annuel de l'Association des Naturopathes Agréés du Québec, qui se tiendra les 13 et 14 novembre prochains. Plus qu'un simple événement de formation, notre congrès est le rendez-vous incontournable de notre communauté professionnelle.

Cette année, nous vous proposons une thématique des plus actuelles : « Surfez sur votre nerf vague! ». Au cœur des plus récentes découvertes en santé intégrative, le nerf vague joue un rôle essentiel dans l'équilibre de nombreux systèmes de l'organisme. Son influence sur le stress, l'inflammation, la digestion, le sommeil, la santé mentale et le vieillissement en fait un sujet incontournable pour notre profession. En tant que naturopathes, nous avons le devoir de sensibiliser notre clientèle à l'importance de préserver et de stimuler cette voie essentielle afin de favoriser une meilleure santé globale et un vieillissement harmonieux.

Nos précieux partenaires commerciaux et commanditaires seront également présents pour vous faire découvrir leurs plus récentes innovations, leurs nouveaux produits et les outils qui pourront soutenir votre pratique quotidienne. Leur présence contribue à faire de cet événement un lieu privilégié de découvertes et d'échanges.

Le samedi se tiendra également notre Assemblée générale annuelle (AGA), un moment important dans la vie démocratique de notre association. C'est votre occasion de vous exprimer sur l'avenir de notre profession, de proposer des idées, de partager vos préoccupations et de contribuer activement à l'évolution de l'ANAQ. Votre participation est essentielle afin que notre association demeure forte, représentative et toujours plus près des besoins de ses membres.

J'espère sincèrement vous y retrouver en grand nombre. Venez apprendre, échanger, vous inspirer... et contribuer à bâtir l'avenir de notre belle profession.

Bon congrès 2026 !

## Merci à nos partenaires corporatifs

### Or



### Argent



### Bronze



# Surfez sur votre nerf vague!



## LE CONGRÈS EN BREF/ HORAIRE

### VENDREDI LE 13 NOVEMBRE 2026

- 7h00** Début des inscriptions
- 7h30** Petit-déjeuner continental et échanges avec nos partenaires et exposants
- 9h00** **Conférencière : Geneviève Levallet, ND.A.**  
**Sujet :** Le nerf vague et la PNEI
- 10h15** Pause-collations et échanges avec nos partenaires corporatifs et exposants
- 11h00** **Conférencière : Anne-Hélène Genné, docteure en naturopathie**  
**Sujet :** Vagues traumatiques : impact des traumatismes sur le nerf vague
- 12h15** Dîner
- 13h30** **Conférencier : Joël Monzée, docteur en neurosciences & éthicien**  
**Sujet :** Du nerf vague au vague à l'âme : l'interdépendance du cerveau et du microbiote en santé mentale
- 14h45** Pause-collations et échanges avec nos partenaires corporatifs et exposants
- 15h30** **NOUVEAU CETTE ANNÉE**  
**Panel de discussion avec :**  
**Mario Chaput, Cristina Pietrunti, Anne-Hélène Genné et Geneviève Levallet.**  
Ils aborderont quelques approches pratiques et des outils pour soutenir le nerf vague et ses fonctions.
- 17h00** **Cocktail et remise des prix honorifiques 2026**

### SAMEDI LE 14 NOVEMBRE 2026

- 7h00** Petit-déjeuner américain
- 7h30** **Conférencière : Lynda Mezouane**  
**Sujet :** La connexion intestin-cerveau : gérer le stress, le sommeil et le SCI grâce à des probiotiques ciblés  
**Commandité par Activated Probiotics**



- 8h30** Pause-collations et échanges avec nos partenaires corporatifs et exposants
- 9h00** **Conférencière : Julie Yew Hin, L.Ac, R.MT**  
**Sujet :** Quand l'aiguille rencontre le nerf vague : une approche neurophysiologique de l'acupuncture
- 10h15** Pause-collations et échanges avec nos partenaires corporatifs et exposants
- 11h00** **Conférencier : Raphaël Lavoie-Brand, massothérapeute agréé**  
**Sujet :** Automassage et nerf vague : quand le toucher parle au système nerveux autonome
- 12h15** Dîner et tirage des prix de participation pour la promotion *Exploration sur la route de nos exposants 2026* par nos exposants
- 14h00** Assemblée générale annuelle
- 17h00** Levée de l'assemblée et mot de la fin



## LES PRIX HONORIFIQUES 2026

En 2026, les prix seront remis à :

Prix Honorifique : Danielle Beauchamp, ND.A.

Prix Bâtisseur : Sybille Strozzi, professeure en biochimie et microbiologie

Prix Relève : Mélissa Viger, ND.A.



Commandité par



PARMI TOUS LES ND.A.  
PARTICIPANT AU CONGRÈS  
2026

**COUREZ  
LA CHANCE  
DE VOUS  
ENVOLER**

**POUR UN VOYAGE DE  
FORMATION VERS L'EUROPE  
EN JUILLET 2027 !**



Vous pourriez assister au  
11<sup>e</sup> Congrès mondial de la naturopathie  
ICNM en Europe en 2027!  
**Offert par nos partenaires détaillants.**



**Merci à nos  
partenaires détaillants**

qui nous permettent d'offrir une formation  
continue d'une valeur de 3000 \$

**avril**  
SUPERMARCHÉ SANTÉ

**la manne**  
l'épicerie santé  
COOPÉRATIVE

**La Moisson**  
SUPERMARCHÉ SANTÉ

**Les Fours du Roy**  
ÉPICERIE SANTÉ & ÉCOLOGIQUE  
NATURELS ET ÉCOLOGIQUES

**NATERRO**  
santé, pharma & cie

**PRIX DE  
PRÉSENCE  
OFFERTS  
LORS DE  
L'ASSEMBLÉE  
GÉNÉRALE  
ANNUELLE  
2026 DE  
L'ANAQ**



Un certificat  
cadeau spa  
**une valeur de 150 \$**

**Plus**

Une entrée  
gratuite au  
prochain congrès  
2027

**une valeur  
335 \$**