

FORMATION en PHYTOTHERAPIE

AGENDA de janvier à juillet 2017

Phytothérapie N°1 : Les bases de la phytothérapie

Formation théorique et pratique

Objectif

- Découvrir une 15aine de plantes aromatiques et médicinales fondamentales.
- Comprendre la fabrication des extraits de plantes.
- Apprendre à les fabriquer et à les utiliser dans un cadre familial.

Public concerné

- Tout public - Adultes

Durée

- **8h** - de 9h à 18h avec 1 h de pause-déjeuner

Dates

Samedi 18 février

Samedi 25 mars

Samedi 10 juin

Contenu

Théorie (4h)

- Les plantes aromatiques et médicinales, de la culture aux extraits :
 - collecte, séchage
 - techniques d'extraction liquide pour obtenir les infusés, décoctés, alcoolatures ou teinture-mères, macérât glycélinés, macérâts huileux, huiles essentielles, hydrolats ou eaux florales, élixirs, vins, vinaigres de plantes ...
 - conservation, critères de qualité.
- Composition en principes actifs et propriétés des constituants.
- Usages, modes d'administration, doses et précautions d'emploi.
- Revue d'une 15aine de plantes majeures : composition, propriétés et indications

Pratique (4h)

- Réalisation de 3 à 5 extraits de plantes en fonction des plantes fraîches du moment :
 - Exemples : extraction par l'eau (infusé, décocté, macérât, hydrolat), extraction par l'eau et l'alcool (teinture mère, gemmothérapie, élixir), extraction par l'huile (macérât huileux) extraction par l'acide (vinaigre de plantes), extraction par le sucre (miellat) ...
- Réalisation de 1 à 2 remèdes basiques à base d'extraits de plantes fraîches et sèches. (Exemples en fonction de la saison : sirop pour la toux, baume pour les lèvres gercées, pommade anti-douleur, gel anti jambes lourdes ...)

Prix

- **110 €** - Acompte de 33€ à l'inscription

