

LES SEMINAIRES-ATELIERS



CHEZ HERBEO

ENTRE CUISINE ET LABO



L'objectif des séminaires-ateliers est de vous donner les informations de base sur des sujets d'actualité touchant à la santé. Après avoir présenté les données physiopathologiques nécessaires à la compréhension de la pathologie ou du mal-être, les moyens préventifs grâce à l'utilisation culinaire de certaines plantes ainsi que les moyens phytothérapeutiques sont présentés puis réalisés.

Accessible à tout public âgé de plus de 18 ans

LES INTESTINS : POURQUOI ET COMMENT LES PROTEGER ?

Séminaire (4H) : Et si l'intestin était la porte d'entrée de la bonne santé ?
Fonctionnement du tube digestif. Rôles des différents types cellulaires. Importance de la qualité de la flore intestinale. Du dysfonctionnement passager aux pathologies sévères : quels sont les coupables et comment les éviter. Hygiène alimentaire. Renforcement des capacités naturelles de l'organisme grâce aux extraits de plantes apportés dans la nourriture. Traitements des pathologies par la phytothérapie et l'aromathérapie.

Pratique (4H) : 3 préparations culinaires à partir de végétaux crus (utilisation d'un thermomix et d'un extracteur de jus), 2 à 3 préparations à base de plantes pour stimuler les capacités naturelles de l'organisme et 3 à 4 remèdes phytothérapeutiques

LA DETOX : POURQUOI, POUR QUI ET COMMENT ?

Séminaire (2H) : Les différents toxiques pour l'être humain et leurs origines. Les organes en charge de détoxifier l'organisme et leur fonctionnement. De l'intoxication aiguë à l'intoxication chronique, du mal-être aux pathologies graves : qui a besoin de se détoxifier ? En préventif : hygiène de vie et renforcement au quotidien des capacités naturelles de détoxification de l'organisme grâce à la nourriture et aux extraits de plantes. En curatif : protocole de détoxification par la phytothérapie.

Pratique (2H) : 1 à 2 préparations à base de plantes pour stimuler les capacités naturelles de détoxification de l'organisme et 2 à 3 remèdes phytothérapeutiques.

DUREE

Intestins : 8h - de 9h à 18h
Détox : 4h - de 14h à 18h

DATES

Voir l'agenda du website www.herbeo.fr

LIEU

Herbéo, 22 rue des Ayres, 33000 Bordeaux

PRIX

Voir l'agenda du website www.herbeo.fr

FORMATEUR

Edith PETITET
Doctorat Sciences, Toxicologie, Univ Paris VII
D.U. Phytothérapie clinique, Univ Paris XIII

