



Viviane Carlier, diplômée de l'École des Plantes C.Boisvert, spécialiste des plantes sauvages, des algues et de leurs usages

## PROGRAMME DE FORMATION : LES PLANTES MÉDICINALES DU MAGASIN EN MODULES

**Public :** Professions liées au bien-être, Producteur de Plantes Aromatiques et Médicinales, Éducateur à l'environnement, Professions liées à l'environnement, Vendeur en magasin de diététique, Agent de collectivité

**Objectifs généraux :** Acquérir ou conforter ses notions de base en botanique, identifier et utiliser les principales plantes médicinales

**Objectifs pédagogiques :**

A l'issue de l'ensemble de la formation, les participants seront en mesure de :

- dissocier les différentes sortes de feuilles, de fleurs et les principales familles de végétaux
- identifier les confusions possibles avec les plantes toxiques, les grandes familles de plantes à risque et les principales plantes à contre indications
- renseigner sur les usages traditionnels de quelques plantes inoffensives correspondant aux pathologies familiales courantes
- cueillir, sécher, conserver et utiliser les plantes sans altérer leurs vertus et dans le respect des sites et des plantes
- faire des préparations simples à base de plantes : macérations, infusion, décoction, pommades ou huile de macération avec le bon dosage et leurs précautions d'emploi
- retransmettre le savoir acquis en fonction du public

**Pré-requis :** Savoir suivre des consignes, tous niveaux avec questionnaire niveaux de compétence et attentes à remplir en amont de la formation

**Evaluation de la formation :** Exercices test de mise en pratique in situ, bilan questionnaire en fin de session sur les acquis de la formation, bilans pédagogiques à chaud et à froid

**Durée :** Modules de 3,5 H (2 identiques par jour possible)

**Dates en 2020** pressenties les **lundis** de 9H-12H30 ou de 13H30-17H00 : **2 mars, 6 avril, 11 mai, 1er juin, 6 juillet et 7 septembre.**

**Méthodes pédagogiques :** Alternance entre théorie, mise en situation, expérimentation, recherche - vidéoprojection et atelier Récapitulatif-évaluation des espèces abordées.

**Intervenante :** Viviane Carlier, formatrice certifiée, spécialiste des plantes sauvages et de leurs usages, titulaire du diplôme section Herboristerie de l'École des Plantes Clotilde Boisvert, BEATEP AST Environnement, encadrant des formations depuis 1993.

**Nombre de stagiaires :** de 4 à 8

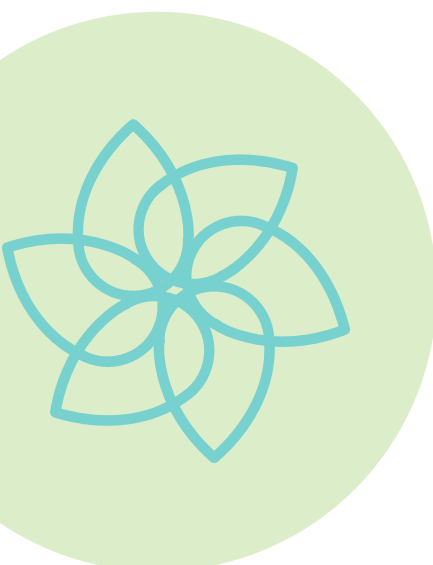
**Coût** en Euros, net de taxe : 600€ le module net de taxe pour maximum 8 stagiaires ; 1000€ si 2 modules par jour ; 3400€ si 7 jours retenus (incluant pédagogie, topo complet sur support informatique, attestation de stage).

NB : Les frais de matières premières pour les préparations ne sont pas inclus.

**Lieu pressenti :** dans la structure

# CONTENU DE LA FORMATION : LES PLANTES MÉDICINALES DU MAGASIN

## MODULE 1: PRINCIPES ÉLÉMENTAIRES DE BOTANIQUE.



Différentes parties végétales. Grandes familles de plantes à fleurs.  
Principes généraux de la cueillette, du séchage, de la conservation des plantes.  
Législation.  
Atelier : principes de base des préparations de tisanes et de leurs usages  
Fiches recherche : les plantes vendues en magasin, méthode mise en œuvre pour aboutir à un livret commun

## MODULE 2 : PRÉCAUTIONS D'EMPLOI

Plantes toxiques, précautions d'emploi et plantes à contre-indications  
Modes d'utilisation des plantes médicinales : Les hydrolats et huile essentielle  
Atelier : Préparation d'un hydrolat maison  
Fiches recherche : Mélisse , Réglisse, Sauge, Achillée, Reine des prés + 5 au choix



## MODULE 3 : PEAU, ÉLIMINATION, OS

Atelier : principes de base de la confection des pommades  
Fiches recherche : Bruyère, Bleuets, Calendula, Bardane, Citronnelle, Prêle, Tilleul, Guimauve, Ortie, Romarin



## MODULE 4 : DIGESTION, CIRCULATION

Fiches recherche : Aubépine, Épilobe, Vigne rouge, Badiane, Cassis, Camomille romaine, Pissenlit, Noisetier, Anis vert, Fenouil  
Atelier : principes de base de la confection des macérations dans l'alcool

## MODULE 5 : ORL, APPAREIL RESPIRATOIRE, IMMUNITÉ

Fiches recherche : Angélique, Mauve, Sureau, Hibiscus, Framboisier, Cynorrhodons, Eucalyptus, Thym, Serpolet, Sarriette  
Atelier : principes de base de la confection des sirops



## MODULE 6 : DOULEURS, SOMMEIL, ÉNERGIE

Fiches recherche : Basilic, Marjolaine, Origan, Tilleul, Verveine citronnelle, Frêne, Oranger, Olivier, Menthes  
Atelier : principes de base de la confection des préparations hydroalcooliques



**Viviane Carlier** Tél : **06 67 39 00 26**, courriel : **vivianeherbo@gmail.com**

Site : <http://www.chrysalide.coop/carlier-viviane>

**CAE29 - SCIC CHRYSALIDE** \_ QUIMPER N° SIRET : 443 903 562 00066 - N°  
déclaration centre de formation : 53290812329 NB : ce commerce ne vaut pas  
agrément de l'Etat- référencé DATADOCK et Gref de Bretagne