



Fanny Russaouen Martins

NATUROPATHE

FORMATION NATURESENTIEL

Les plantes au fil des mois... Herboristerie, Aromathérapie

Pour qui ?

Que tu veuilles connaître l'usage des plantes, de l'herboristerie - aromathérapie pour toi en tant qu'individu, pour mieux te connaître, pour travailler sur toi ou que tu veuilles intégrer ces notions dans ton travail, cette formation est ouverte aux curieux de la nature, des plantes et du vivant.

Combien de temps ? Une formation sur un an — 10 ateliers

Comment ça se passe ? 10 ateliers vidéo en ligne, disponibles en replay à vie, à regarder à ton rythme

Quel est le contenu ?

- Les plantes : herboristerie, aromathérapie, approche holistique et hygiéniste

Tarif

250 / 350€ tarif libre conscient *Possibilité de payer en deux fois*

Nombre de participants La formation pourra commencer dès qu'il y aura 6 inscrits

Un voyage au coeur du monde végétal, avec des informations solides pour aller à la rencontre des plantes avec conscience et sagesse.

Une formation pour recevoir les bases de l'herboristerie et de l'aromathérapie, avec une approche ouverte sur la naturopathie hygiéniste. Une approche de l'herboristerie holistique qui intègre la prise en compte du physique, de l'émotionnel, du mental et de l'énergétique.

Un partage sincère et authentique. Un abordage global, théorique et pratique pour une vision large du monde des simples.

Ce cours est le fruit de mes apprentissages en herboristerie et aromathérapie mais surtout de mes rencontres personnelles avec le végétal, avec les plantes, avec cœur, en toute authenticité. Les modules de cette formation vous permettent d'appréhender au fur à mesure de nombreuses informations et expériences au travers d'une transmission vivante et sincère.

Une formation avec beaucoup d'échanges, de travail sur soi, d'authenticité

Embarquez pour un voyage végétal !

Programme

10 ateliers — à regarder à ton rythme

Chaque mois, nous aborderons des plantes et des techniques différentes, adaptées à la saison.

1. Le monde végétal et ses usages pour la santé

La sagesse des plantes à notre service

2. Les plantes européennes en priorité

Les plantes du monde parfois

3. Les tisanes, infusions, décoctions, eaux solaire ou lunaire

Les synergies. L'approche chinoise.

4. Les huiles essentielles, ces essences alchimiques

5. Les teintures et vinaigres

L'approche anglaise et américaine.

6. La gemmotherapie, l'art des bourgeons

Cette spécificité française.

7. Les hydromels

Des techniques ancestrales du monde.

8. Les macérâts et enflourages

9. Les élixirs floraux

La technique original du dr Bach et les adaptations modernes.

10. Les hydrolats

Subtilité et douceur d'application.

Au fil des mois, nous étudierons les plantes du système digestif, rénal, respiratoire, cutané, et les plantes pour soutenir le système nerveux.

Comprendre la plante, les différentes galéniques, les différents usages, les synergies, les éléments.

Je privilégie l'étude des plantes européennes et nous étudierons également quelques plantes venues d'ailleurs pour compléter notre pharmacie naturelle.