

## Herboristerie familiale : Fabriquer un baume respiratoire

**Maître de stage :** **Marie RAPHAEL** est Praticienne en psychothérapie, ancienne élève à L'École Lyonnaise des Plantes Médicinales. Elle souhaite partager sa passion des plantes, trésors de santé et son expérience d'auto-médication..

**Lieu :** à **CHEVIRE LE ROUGE (49150)**

### Descriptif



Passionnée depuis toujours par la botanique et l'herboristerie, Marie souhaite partager sa pratique d'auto-médication et inviter à prendre soin de soi naturellement et au fil des saisons.

Elle vous propose d'établir une armoire de l'herboriste, trousse de secours pour les petits maux de la vie quotidienne, et trésor pour les plaisirs des sens !

Des plantes, aux huiles essentielles, en passant par l'argile..Venez découvrir les trésors de la nature avec l'usage simple des plantes de base, des huiles essentielles de la trousse de secours, et autre bienfait simple et pratique à utiliser.



### Programme

#### Théorie :

- Accueil, présentation et rencontre, partage d'une tisane
- Présentation des plantes et soins de base de la sphère respiratoire, cutanée, nerveuse et hormonale, digestive et ostéo-articulaire, pour répondre aux maux divers de notre vie quotidienne
- Échange et questions diverses

#### Pratique :

- Initiation à la transformation des plantes pour un usage en herboristerie familiale
- Réalisation d'un baume respiratoire

### Conditions

**Nombre de stagiaires mini/maxi : 4-8** **Durée : environ 4 heures sur 1/2 jour**  
Pas de prérequis nécessaire pour cet atelier

Horaire	Tarif/personne
de 14h à 18h	<p><b>Prix CHAPÔ :</b> <b>20€ = PRIX DE BASE à régler lors de votre inscription</b> (matières premières, frais logistiques...) <b>+ PRIX DE CONSCIENCE à verser sur place</b> (la rémunération pédagogique du formateur est laissée libre, cela permet de mutualiser les moyens pour que chacun ait accès à la formation !)</p>

**Le nombre de place étant limité,** merci de réserver votre place.  
Voir modalités dans le bulletin d'inscription ou demander à :  
[association@eco-formation.org](mailto:association@eco-formation.org)