

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.



Programme

« L'été est là et les fleurs s'épanouissent ! Je vous propose de découvrir ce trésor de santé qu'est la phytothérapie de certaines fleurs majeures à travers différents usages possibles : élixir floral, macérat, tisane et huile essentielle.

Après une présentation théorique, nous irons en balade rencontrer des fleurs du jardin avec des conseils de cueillette et de préparation maison très simple.

Au retour nous réaliserons un baume pour le soin de la peau à base de macérats de fleurs de calendula et rose avec lequel vous repartirez. »

Conditions

Nombre de stagiaires mini/maxi : 4-8 Durée : environ 3h30 sur 1/2 jour

Pas de prérequis nécessaire pour cet atelier

Horaire	Tarif/personne
de 14h à 17h30	60€

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