



École Lyonnaise  
de Plantes Médicinales & Savoirs Naturels

# HERBORISTERIE FAMILIALE

## « L'armoire aux plantes »

CREST (26) 

### pratiquer à la maison

formation animée par



Annéloïse VIGNON

Herbaliste, réflexologue, conseil en florithérapie



4 WEEK-ENDS - 48 HEURES



25/26 octobre 2025  
20/21 décembre 2025  
07/08 février 2026  
11/12 avril 2026



FRANCILLON-SUR-ROUBION  
PROCHE DE CREST (26)



8 à 12 personnes



financement personnel

680 € + 50 € (frais de dossier)

financement organisme/entreprise

960 € + 50 € (frais de dossier)

(voir liste ici)

notre interlocutrice



Magali BONNOT

[magali.bonnot@elpsn.fr](mailto:magali.bonnot@elpsn.fr)

[www.ecoledeplantesmedicinales.com](http://www.ecoledeplantesmedicinales.com)

13 rue Alsace-Lorraine - 69001 Lyon

04 78 30 84 35

SAS au capital de 4 118 € - SIRET : 50792207800013 - APE 8559B

PRÉREQUIS : avoir 18 ans

TOUS PUBLICS : particuliers et professionnels (accueil rural, animation...)

### OBJECTIFS

Découvrir les fondamentaux de l'herboristerie traditionnelle.  
Réaliser des préparations galéniques simples à base de plantes et huiles essentielles.  
Identifier et utiliser les plantes médicinales en toute sécurité dans un cadre familial.  
Connaître et reconnaître les principales familles botaniques.  
Utiliser et transformer les plantes les plus courantes.

### PROGRAMME

Chaque journée ou week-end propose théorie et pratique (préparations galéniques, botanique)

#### • LES PLANTES MÉDICINALES

Comment les utiliser ?  
Sous quelle forme ?

#### • ÉTUDE DES PLANTES PAR SYSTÈME

Les systèmes étudiés sont : digestif, respiratoire, urinaire, nerveux, locomoteur, cardiovasculaire

Les cours commencent par un rappel d'anatomie-physiologie

Puis une présentation des affections les plus courantes

Et enfin des conseils en utilisant les outils de l'herboristerie : plantes médicinales, aromathérapie, hygiéno-diététiques et autres soins naturels

#### • IMPORTANCE DU DRAINAGE DANS L'ÉQUILIBRE

Avec la cure de printemps et d'automne

#### • PROPOSITION D'UNE TROUSSE DE SECOURS

Composée des produits de base pour les maux du quotidien

#### • QU'EST-CE QUE L'AROMATHÉRAPIE ?

Les modes d'obtention des huiles essentielles

La qualité, le mode d'emploi, les dosages et précautions

Une utilisation simple dans le cadre familial

### MODALITÉS DE SUIVI & VALIDATION DE LA FORMATION

#### • MÉTHODES PÉDAGOGIQUES

- apports théoriques de l'intervenante avec supports de cours (36 heures)
- travaux pratiques et botanique sur le terrain (12 heures)
- espace sur la plateforme de cours avec documents complémentaires, vidéos (préparation de tisane, macérât, baumes, sirop, roll-on, distillation, conférences), forum de discussion
- matériel fourni, **chaque élève repartira avec ses préparations**

#### • ÉVALUATION DE FIN DE FORMATION

- QCM et questions ouvertes à réaliser en ligne en fin de formation

### INSCRIPTION

Détail de la procédure sur notre site internet rubrique [INFOS PRATIQUES](#).  
Enregistrement de votre demande de dossier à tout moment sur notre site ou par téléphone.  
Une fois complété, merci de nous le renvoyer rapidement : l'attribution des places se fait par ordre d'arrivée des dossiers complets.

### CONTACTEZ-NOUS

- si vous avez besoin d'un devis pour le financement de votre formation
- si vous souhaitez dialoguer avec notre référente handicap sur les possibilités d'adaptation de la formation en fonction de vos besoins