Systèmes de santé et herboristerie pratique - cycle des lundis

Non-certifiante | Formation continue

Réf. : 2201240F — Mise à jour : 27 octobre 2025

Organisme responsable : **Ecole Bretonne d'Herboristerie**

Présentation de la formation

Objectifs

- Connaître les problématiques courantes des différents systèmes du corps humain et les identifier.
- Donner des éléments de réponse par l'utilisation des plantes médicinales, sous diverses formes galéniques et par une alimentation saine.
- Enrichir les apprentissages par des travaux pratiques en salle.

Programme

- Lundi 15/01/2024 : Le système digestif et ses dysfonctionnements : indigestion, gastrite, constipation, diarrhée…Solutions par l'hygiène alimentaire et l'utilisation de plantes
- Lundi 19/02/2024 : Le système rénal et urinaire et ses problématiques : cystite, énurésie, prostatite…Conseils alimentaires et actions appropriées de certaines plantes
- Lundi 11/03/2024 : Le système pulmonaire et ses problèmes : asthme, bronchite, rhinite, rhume...Une bonne hygiène de vie et certaines plantes favorisent la fonction respiratoire
- Lundi 15/04/2024 : Le système cardio-vasculaire : prévenir l'hypertension, l'hypercholestérolémie, les troubles du rythme… Améliorer l'état de ce système grâce à une alimentation équilibrée et l'usage de plantes
- Lundi 27/05/2024 : Le système nerveux et ses faiblesses : dépression, perte de mémoire, spasmophilie, stress…Quelles plantes pour améliorer ces différentes fragilités?
- Lundi 17/06/2024 : Pratique de l'herboristerie : sortie botanique, technique de la cueillette , méthode de séchage.Etude des plantes sèches, conservation, pratique de la galénique.
- Lundi 09/09/2024 : Le système cutané : quelles plantes conseiller pour les différentes affections de la peau : acné, eczéma, mycose, prurit.
- Lundi 07/10/2024 : Le système endocrinien : comment répondre aux questions liées au fonctionnement de la thyroïde,Aux dérèglements de la ménopause ?… Etude des plantes et des fonctions endocriniennes.
- Lundi 18/11/2024 : Le système locomoteur : connaître les atteintes du système ostéo-articulaire : arthrose, douleur musculaire, rhumatisme, sciatique... Soulager ces maux par l'alimentation, l'exercice et les plantes.
- Lundi 09/12/2024 : Le système immunitaire : allergie, fièvre, fatigue, infections à répétition...Comment renforcer nos défenses par l'alimentation et les plantes ?

Certifications préparées et métiers visés

Niveau d'entrée	Niveau de sortie
Aucun prérequis	**Sans niveau spécifique**

Dates et lieux de formation

N° session	Modalité	Lieu	Du	Au
2109175S	Présentiel	Plounéour-Ménez	26/01/2026	07/12/2026

Source : GREF Bretagne #2201240F