



## Formation courte

### Le bien-être par les plantes à usage familial

#### **Durée de la formation**

6 jours (42 heures)

#### **Dates de session**

17 et 18 janvier 2025 : jours 1 & 2

14 et 15 mars 2025 : jours 3 & 4

16 et 17 mai 2025 : jours 5 & 6

#### **Nombre minimum pour 1 session**

6 inscrits par jour

#### **Lieu**

**CFPPA de Carmejane**  
**Couvent des cordeliers**  
**04300 FORCALQUIER**

*Indicateurs non disponibles  
car nouvelle formation*

#### *OBJECTIFS DE LA FORMATION*

- Choisir les plantes essentielles pour optimiser son état de santé
- Cibler les propriétés principales de certaines plantes aromatiques et médicinales
- Favoriser son bien-être par son mode de vie et son alimentation

#### *COMPÉTENCES VISÉES*

- Acquérir des clés de compréhension des déséquilibres fonctionnels du corps humain
- Découvrir les effets bénéfiques d'une trentaine de plantes
- Acquérir une autonomie par la pratique d'outil décisionnel

#### *POURSUITE D'ETUDES*

- Certificat de spécialisation : Conduite de la production de plantes à parfum, aromatiques et médicinales
- UCARE du Brevet professionnel de responsable d'exploitation agricole
- Conseiller en naturopathie

#### *CONTENU DE LA FORMATION*

- **Jour 1** : Les plantes médicinales : formes galéniques, réglementation, témoignage
- **Jour 2** : Les plantes liées au système respiratoire
- **Jour 3** : Les plantes liées au système digestif
- **Jour 4** : L'alimentation et le mode de vie : les clés pour un terrain équilibré
- **Jour 5** : Les plantes liées au système nerveux
- **Jour 6** : Les plantes liées au système ostéo-articulaire

**Parcours complet ou à la carte. Important : Le jour 1 est obligatoire.**

## Contacts

Responsable de formation :  
Caroline ROUX  
caroline.roux@educagri.fr

Responsable administrative :  
Anne MEURISSE  
anne.meurisse@educagri.fr

Tél : 04.92.72.92.79

## Accessibilité

Référente handicap :  
Anne MEURISSE  
anne.meurisse@educagri.fr

Le Site de Forcalquier n'est pas  
équipé pour les personnes à  
mobilité réduite.

## MODALITÉS PÉDAGOGIQUES

- Formation en présentiel
- Journées découpées en plusieurs temps : partage des connaissances et des pratiques, réalisation d'une transformation simple, étude de cas concrets et diffusion de supports de cours
- Intervenantes : docteure en biologie, naturopathe spécialisée en micronutrition, pharmacienne

## MODALITÉS D'ÉVALUATION

- Un document d'autoévaluation en début et fin de session permet au stagiaire de mesurer la progression de ses acquis.
- Une attestation de stage sera établie à l'issue de la formation.

## MODALITÉS D'INSCRIPTION

Dossier de candidature à compléter et à renvoyer  
au CFPPA de Carmejane Forcalquier

## PRÉ-REQUIS

Être majeur

Document proposé à la lecture : « Bases de la physiologie humaine » mis à disposition par le CFPPA

## PUBLIC VISÉ

- Formation grand public : toute personne intéressée par l'usage des plantes à titre personnel
- La formation ne remplace en aucun cas l'avis médical d'un médecin ou d'un pharmacien
- Les précautions d'usage des plantes seront abordées pendant la formation

## TARIFS

- Parcours complet : 400 €
- 80 €/jour/personne : de 6 à 8 stagiaires
- 70 €/jour/personne : plus de 8 stagiaires

**Mise à jour le 10/12/2024**