L'herboriste est un professionnel du bien-être à part entière.

Il est amené à récolter et transformer les plantes dans le respect des règles de sécurité, d’hygiène et de protection de l’environnement. Pour ce faire, il suit rigoureusement toutes les procédures de fabrication et de contrôle de la qualité.

En tant que détaillant, il assure le conseil et la vente de produits de bien-être, le plus souvent à base de plantes et de substances naturelles voire issues de l’agriculture biologique. Il veille à répondre à la demande du client par le choix d'un produit bien adapté, tout en étant conscient des limites d'utilisation et des risques liés à une utilisation abusive (personnes à risques, autres médications, etc.). il est amené éventuellement à dispenser des conseils d’hygiène de vie.

Le métier d’herboriste requiert de la part de ceux et celles qui l’exercent :

▪ une excellente connaissance des plantes et de toutes les autres substances végétales, minérales ou animales utilisées, de leurs propriétés médicinales et du bien-fondé de celles-ci ;

▪ des connaissances de diététique et de physiologie ;

Les cours permettent à l’étudiant d'observer, de toucher, de manipuler les plantes médicinales en vue de leur identification et de leur utilisation.

Il apprendra à connaître toutes les étapes de production et de transformation des plantes jusqu'au produit fini (extraits et formes galéniques), tout en appréhendant les risques, liés à chaque étape, concernant la qualité et l'efficacité du produit.

Toutes les substances d’origines végétale, minérale et animale qui complètent le répertoire des plantes (compléments alimentaires) seront étudiés pour leurs propriétés et leurs utilisations incluant les effets secondaires, les contre-indications et les interactions.

Botanique

Biochimie végétale

Anatomie et

Physiologie,

Diététique

Herboristerie

Autocontrôle

|  |  |
| --- | --- |
| TITRES | CONTENUS |
| Présentation | * L’herboriste et nutrithérapeute * Le monde des plantes alimentaires et stupéfiantes parallèle au nôtre |
| Les compétences et les limites | * La place de l’herboristerie dans la société actuelle entre médecine et pharmacie * Dans les 5 médecines * Un peu d’histoire depuis la nuit des temps à nos jours |
| Nomenclature internationale | * Le classement de la flore * Genre espèce en italique…. |
| Connaissance du monde végétal. | * Cytologie végétale . * Procaryotes et eucaryotes . * Etude de la cellule végétale . * Notions de physiologie végétale générale . * Photosynthèse. * Nutrition minérale (azote, phosphore,) . * Croissance végétale . * Reproduction des phanérogames . |
| Utiliser une clé de détermination dichotomique pour déterminer les espèces de plantes.  Identifier des plantes, évaluer leur qualité et apprendre à les utiliser | * Détermination botanique. * Identifier des espèces végétales au moyen d'une flore. * Vérifier l'identité et la qualité des plantes utilisées en herboristerie. |
| Caractéristiques des principales familles de plantes | * Grandes divisions du règne végétal. * Caractéristiques des Angiospermes. * Notion d’espèce. * Nomenclature et systématique botanique : champignons, thallophytes, bryophytes, ptéridophytes, spermatophytes (monocotylédones et dicotylédones). |
| Anatomie végétale | * Anatomie des végétaux supérieurs * Types de tissus végétaux : fondamentaux, assimilateurs, protecteurs, de soutien, sécréteurs et conducteurs. * Anatomie de la racine, de la tige, de la feuille, du fruit et de la graine. |
| Biochimie végétale | * Le cours de biochimie végétale donnera les notions de base permettant de connaître les grandes familles de composés chimiques d'origine végétale, d'en découvrir les influences sur le corps humain ainsi que les utilisations qui en découlent, au niveau médicinal. * l'étude de certaines familles de constituants (principes actifs) * Pour chacune des familles de composés étudiée, l'auditeur en connaîtra les principales utilisations ainsi que les précautions éventuelles à prendre lors de la récolte, la manipulation, de la transformation ou l'utilisation des plantes : tanins, mucilages, huiles essentielles, alcaloïdes, glucosides, etc. |
| Plantes toxiques et poisons. | * Notions générales de toxicologie. |
| De la botanique aux effets énergétiques | * Les processus igné-aérien-aqueux et salins chez les plantes et l’implication chez l’homme * // entre la chlorophyle et l’hémoglobine * Approches diverses du monde des plantes : de Goethe à Paul Henry. – * - dans le cycle des 5 phases * - la plante et l’homme tripartite * - selon l’influence planétaire * Selon la M.T.C.- l’Ayurveda- médecine africaine….. |
| La galénique | * Définition * Juger de l’adéquation d’une technique de transformation ou d’extraction. * Utilité : conservation-utilisation rapide-ciblage pathologique précis |
| Préparation des remèdes | * Sur quels critères ? * Les formes galéniques dans le cycle des 5 phases * Les véhicules utilisés : L’alcool-sucre-dessication-sel-graisse * Les moyens de conservation Dans le cycle des 5 phases * Les formes pour usage interne * Les formes pour usage externe * Les formes divisées en prises |
| Les équivalences galéniques et les échelles d’extraction |  |
| Les outils qui permettent de sélectionner une plante  Organographie végétale.  Étude par parties de plantes | * Les constituants dans le cycle des 5 phases * La nature : chaude-froide-humide-séche * Les saveurs :5 + 1 * Les couleurs * Morphologie des végétaux supérieurs : Les racines * Les tiges et feuilles * Les fleurs * Les fruits * Les semences * L’influence énergétique (Yin-Yang) * Les 4 humeurs des plantes |
| Organographie végétale.  Etude par les formes de plantes | * Les arbres * Les arbustes * les lianes * les herbacées * les plantes grasses * les algues et lichens |
| La galénique dans chaque phase | * Pour usage interne : * Les formes liquides :pôle EAU : tisane-macération-décoction-extrait fluide-hydrolats * Pôle BOIS (AIR) : glycéré-huiles-vinaigre * Pôle FEU : TEINTURE MERE- ALCOOLAT-OENOLES- ELIXIRS- LIQUEURS- FLEURS DE Bach * Pôle TERRE : miellats-sirops- granules- * Pôle METAL : poudre –extraits secs- huiles essentielles… * Pour usage externe : * Les topiques : cataplasmes-lotions-emplâtres-embrocations- liniments… |
| Quelques spécificités | * Les biothérapiques (nosodes) * les organothérapiques * Les isopathiques |
| Essai de normalisation et de classement des familles botaniques et les diathèses |  |
| Exemples d’insuffisance de connaissances dans la fabrication de compléments alimentaires |  |
| L’évolution des formes galéniques en // avec les habitudes alimentaires et les moyens de conservations |  |
| Une pharmacie familiale | * Trousse familiale * Trousse d’urgence homéo * Trousse des 7 principales H.E |
| Études des plantes médicinales dans le cycle des 5 phases | * Les plantes du Système digestif * Les plantes du Système respiratoire * Les plantes du Système éliminatoire * Les plantes du Système assimilatoire et immunitaire * Les plantes du Système circulatoire |
|  | * Les plantes et le système endocrinien |
| Les monographies :  Connaissance des plantes médicinales courantes et/ou de leurs extraits et de leurs propriétés.  Plan pour une monographie :   1. Nom Commun: 2. Nom Latin: 3. Famille: 4. Origine ,étymologie ,historique de la drogue: 5. Partie utilisée: 6. Partie distillée: 7. Noms vernaculaires: 8. Habitat-Répartition géographique: 9. Description de la plante: 10. Description de la drogue: 11. Falsifications: 12. Principaux constituants: 13. Composants principaux des bourgeons ou jeunes pousses 14. Composants principaux de l'huile essentielle 15. Propriétés / indications: 16. Formes d’utilisation et dosage: 17. Autres utilisations et autres approches non conventionnelles: 18. Contre-indications- Toxicité : 19. Effets Non Désirés: 20. Interactions Avec D’autres Plantes Ou Suppléments: 21. Remarques : | * 117à120 monographies par thématiques ou pôles : * Pin-eucalyptus * Equisetum-marrubium-plantago * Apium graveolens-ferula asa * Achillee-alchemille-artemisia * Allium-aloe-smilax * Althea-malva-verbascum-hibiscus * Cetraria-inula-carlina * Curcuma-gingembre-acore * Cinnamomum-eugenia * Angelica-glycyrrhiza-melissa-mentha * Arctium lappa-viola tricolor-solanum * Filipendula-fraxinus-harpagophytum * Arctostaphylos-calluna-vaccinium * Juniperus-betula-epilobium-cucurbito * Brassica-chelidonium-chrysanthellum-sysymbrium * Taraxacum-cynara-raphanus * Silybum marianum-cnicus-peumus-agrimonia-fumaria * Matricaria-tanacetum-chamomilla nobile * Cassia-2 rhamnus * Coffea-ilex-paullinia-thea-theobroma * Vinca-viscum-vitis-ginkgo * Echinacea-eleuthero-panax * Erigeron-solidago-petroselinum * Passiflora-tilia-valeriane * Physalis-lycium * Ribes-sambucus * Triticum-zea mais * Juglans regia-quercus robur-cercis * Lippia-turnera diffusa * Ammi visnaga-trigonella -polygonum * Leonorus cardiaca-crataegus-lycopus * Eschscholzia-humulus-hypericum * Lavandula-origanum-satureja-rosmarin-thymus-salvia * Nepeta-piper methysticum * Foeniculum-pimpinella anisum-laminaria-fucus * Aesculus-hamamelis-olea * calendula-cydonia * oenothera biennis- borrago = 117 |
| Diététique ,notre première médecine |  |
| Comparatif « plantes d’ici plantes d’ailleurs » |  |
| Ateliers pratiques + sorties botaniques | * Récolte quand ? et comment ? * Récolte des différentes parties de la plante * 1.racine-rhizome * 2.la plante entière * 3.le bois * 4.les bourgeons * 5.les tiges * 6. Les jeunes pousses * 7. Les écorces * 8.les fleurs * 9. Les feuilles * 10.les fruits et semences * 11.les pétales * 12.les parties brutes : gommes-résines-séve….) |
| Ateliers pratiques | Atelier 1.« plante séche » : poudre-fabrication  de gélules  Atelier 2. « la plante et les liquides » : fabrication  d’une T.M- une distillation- un hydrolat-  un sirop-  Atelier3. « la plante et les corps gras +  vinaigre » : fabrication de pommades-  onguents- d’huiles médicinales-baume-  suppositoires… |
| 30 questions Autocontrôle | * Cours pratique avec étude du conseil, mises en situation. |
| Associations de produits / synergies de composés de nature chimique différente. | * Formulations proposées à partir des principes actifs de nature différente qui agissent de façon synergique et complète. |
| Législation, déontologie et éthique qui prévalent dans la vente de produits de santé . | * Respecter la déontologie. * Evaluer les risques de mauvaise utilisation et prévenir les erreurs d’utilisation (surdosage, etc.). |