



Autonomie, localisme et santé avec la nature

« Ou comment prendre en main notre santé et celle de la planète »

Prendre votre santé en main en modifiant notamment l'alimentation et le regard que vous portez sur votre place dans le monde est un acte majeur qui peut littéralement transformer votre vie. Par toutes ses richesses, plantes sauvages comestibles, arbres guérisseurs, sylvothérapie, esprits des végétaux..., la nature est là pour vous accompagner sur ce beau chemin de vie, vers l'autonomie et l'éveil. Acceptez donc son invitation !

Objectifs pédagogiques

- Déterminer et appliquer des outils et des techniques pour transformer et utiliser les végétaux ;
- Identifier les plantes et les arbres sauvages et cultivés et connaître leurs vertus ;
- Participer à la préservation de la planète et des végétaux ;
- Communiquer et co-créer avec les végétaux et les intelligences de la nature ;
- Identifier ses besoins ou ceux des autres et trouver des solutions et remèdes naturels.



- Parcours complet : 112h / 16 jours
- Parcours "à la carte" : modules de 14h / 2 jours



- Parcours complet : 4 100 €
- Parcours "à la carte" : 530€/module

Prérequis

- Aucun

Évaluation

- Tout au long de la formation l'intervenant évaluera la progression des participant.es de façon formative par des quizz/questionnaires.
- L'évaluation sommative se fera en fin de formation par un QCM.
- Un certificat de réalisation sera remis à chaque stagiaire ayant réalisé l'intégralité de la formation.



L'Usine Végétale
8 au communal lieu-dit La Bombarde
33 230 Le Fieu
& Forêt de la Double



Prochaine session :

- module 1 : 23-24/02/2023
- module 2 : 30-31/03/2023
- module 3 : 27-28/04/2023
- module 4 : 25-26/05/2023
- module 5 : 29-30/06/2023
- module 6 : 27-28/07/2023
- module 7 : 28-29/09/2023
- module 8 : 26-27/10/2023

Public

Tout public à partir de 18 ans :

- Maraîcher.es,
- Thérapeutes,
- Personnes en reconversion...

10 participants maximum.

Moyens matériels et pédagogiques

- Apports théoriques (vidéo-projecteur/tableau...) et ateliers pratiques en salle ou dans la nature (préparation de plats vivants, remèdes naturels, soins aux arbres, utilisation de la radiesthésie...), identification en extérieur.
- Méditation, voyages sonores pour faciliter la connexion à la nature. Remise d'un support numérique contenant toutes les informations essentielles. Nous rendons acteurs les stagiaires et créons entre eux des liens favorables à l'éveil collectif et individuel. Nous utilisons des méthodes basées sur le ressenti et la pleine conscience pour développer leurs savoir-faire et savoir-être.



9h - 17h



L'Usine Végétale
Mathilde Flouroux-Larrat
formations209@gmail.com
09 71 72 65 88

La Nouvelle-Aquitaine et L'Europe
agissent ensemble pour votre Avenir





Autonomie, localisme et santé avec la nature

« Ou comment prendre en main notre santé et celle de la planète »

Contenus

Module 1 : « Communiquer et co-créer avec les végétaux et les esprits de la nature »

- Maîtriser l'approche, la connexion et la communication avec les végétaux et les esprits de la nature ;
- Co-créer des remèdes subtils et énergétiques avec eux ;
- Utiliser son corps (clair ressenti) et autres outils de radiesth  sie (pendule...) pour ressentir le subtil.

Module 2 : « Gemmothérapie (thérapie des bourgeons) »

- Identifier les espèces à partir des bourgeons, des pousses, de l'écorce (...) et des indices au sol ;
- Maîtriser les bases scientifiques et énergétiques de la gemmothérapie ;
- Réaliser et utiliser les remèdes énergétiques dans un contexte professionnel ou familial ;
-   couter ses besoins et trouver le(s) remède(s) approprié(s).

Module 3 : « Les bases de la botanique »

- Devenir autonome dans la détermination des végétaux comestibles et médicinaux ;
- Découvrir les principales parties des végétaux (racines, tiges, feuilles, fleurs...) ;
- Utiliser les ouvrages de référence (flores, guides) et découvrir le vocabulaire technique.

Module 4 : « Plantes et arbres comestibles (sauvages et cultivés) »

- Identifier les espèces phares incontournables, prélever avec parcimonie et respect ;
- Préparer, déguster les végétaux en préservant leur vitalité et leurs nutriments ;
- Découvrir l'incroyable richesse nutritionnelle des végétaux et son rôle dans la santé.

Module 5 : « Des fleurs de Bach aux nouveaux   lixirs floraux »

- Comprendre l'action subtile et les bienfaits des   lixirs floraux ;
- Reconnaître les principales fleurs sauvages/cultivées utilisées pour l'élaboration d'  lixirs ;
- Réaliser un élixir floral selon la méthode originelle du Dr BACH revue et améliorée.

Module 6 : « Plantes médicinales et arbres guérisseurs »

- Maîtriser les principales vertus/utilisations et les précautions d'emploi des végétaux locaux ;
- Cueillir, sécher, stocker dans les règles de l'art ;
- Transformer les plantes (tisanes, teintures m  res, macérats, sirop, baumes...).

Formateur

Benoît Perret



Naturopathe   nerg  ticien, naturaliste et auteur/éditeur indépendant, Benoît a développé une vision

holistique de la santé et une approche subtile de la nature qu'il transmet avec passion.

Pédagogue dans l'âme, Il dévoile certains des plus beaux secrets de la nature et les outils nécessaires pour bénéficier de leurs nombreuses vertus. Semeur de graines de conscience, Benoît nous fait découvrir la partie invisible du vivant pour que la connexion sensible à la nature favorise l'éveil intérieur, le respect de la planète et la compréhension globale de la vie.

Module 7 : « Nutrition vivante »

- Comprendre nos besoins alimentaires et le rôle des aliments dans la santé et la maladie ;
- Découvrir les aliments sains, locaux, vivants, leurs bienfaits et leurs associations bénéfiques ;
- Préserver la vitalité et les bons nutriments des aliments au cours de la transformation.

Module 8 : « Co-créer un jardin nourricier et guérisseur avec les esprits de la nature »

- Co-concevoir son jardin selon les bases de la permaculture et les conseils des végétaux ;
- Créer des zones favorables aux végétaux comestibles et médicinaux ;
- Donner des soins énergétiques à la terre, aux arbres (dont fruitiers) et autres végétaux.

La Nouvelle-Aquitaine et L'Europe
agissent ensemble pour votre Avenir

