



Santé par les plantes

Cette formation complète vous permet d'acquérir les **connaissances indispensables pour accompagner naturellement les petits maux du quotidien avec les plantes et produits naturels**.

Pendant 6 mois, vous explorez les systèmes du corps humain, identifiez les pathologies les plus fréquentes et découvrez les plantes les plus adaptées à chaque situation.

Grâce à des **supports multimédias**, vidéos, quiz interactifs, fiches-conseils téléchargeables, vous développez une pratique autonome, responsable et sécurisée de la phytothérapie familiale.



Objectifs pédagogiques

- ✦ **Identifier les propriétés thérapeutiques principales des plantes médicinales** et leurs formes galéniques usuelles (tisanes, macérats, huiles essentielles, hydrolats, bourgeons, compléments).
- ✦ **Reconnaître les pathologies courantes par systèmes** et proposer des solutions naturelles adaptées, rationnelles et sécurisées.
- ✦ **Évaluer risques, interactions et contre-indications**, et situer son usage dans les limites légales du conseil.
- ✦ **Constituer et utiliser une "armoire familiale" de remèdes naturels**, adaptée aux besoins du foyer.
- ✦ **Appliquer les connaissances sur des cas simples** grâce à des mises en situation progressives.



Public (18+)

À titre personnel : découvrir et utiliser les plantes pour sa santé au quotidien.

À titre professionnel : Personnes souhaitant renforcer leur autonomie dans la gestion naturelle des troubles courants.

Aidants, parents, professionnels du bien-être (hors cadre médical)



Effectifs

Sans



Prérequis

Connaissances informatiques de base : utilisation d'un ordinateur, messagerie, connexion visio - suite bureautique (niveau utilisateur familier – Niveau 3).



Dates, durée, lieu

Vous commencez quand vous voulez.

Durée : 96 heures - 100% distanciel - 6 mois

Lieu : 100% en ligne Plateforme e-learning



Contenus de formation & Progression pédagogique par systèmes

1. Système ostéo-articulaire

- ✧ Anatomie et physiologie simplifiées
- ✧ Pathologies courantes : arthrite, arthrose, tendinite, entorse, douleurs musculaires, crampes, ostéoporose
- ✧ Solutions naturelles : Plantes médicinales, huiles essentielles, bourgeons, compléments alimentaires
- ✧ Activités : vidéos, fiches pathologies, séquences e-learning, quiz, mises en situation, fiches conseils téléchargeables

2. Système urinaire

- ✧ Anatomie et physiologie
- ✧ Pathologies : cystite, infections urinaires, énurésie, goutte, lithiases
- ✧ Solutions naturelles adaptées
- ✧ Activités pédagogiques identiques au module précédent

3. Système nerveux

- ✧ Anatomie et fonctionnement
- ✧ Troubles courants : stress, anxiété, insomnie, fatigue, migraine, dépression
- ✧ Plantes et HE pour accompagner ces troubles
- ✧ Quiz, études de cas, fiches pratiques

4. Système digestif

- ✧ Anatomie et physiologie
- ✧ Troubles : brûlures d'estomac, colites, constipation, diarrhée, nausées, indigestions, aphtes, candidose, drainage hépatique, oxyurose
- ✧ Solutions naturelles, interactions et précautions
- ✧ Activités : séquences e-learning, mises en situation, fiches conseils

5. Système respiratoire

- ✧ Anatomie et physiologie
- ✧ Pathologies : rhume, grippe, bronchite, sinusite, asthme, allergies
- ✧ Plantes et HE adaptées
- ✧ Exercices pratiques et quiz

6. Système cardiovasculaire

- ✧ Anatomie et physiologie
- ✧ Troubles : cholestérol, hypertension, insuffisance veineuse, palpitations



- ✧ Plantes médicinales et compléments
- ✧ Séquences e-learning, fiches conseils

7. Systèmes génitaux

- ✧ Anatomie et physiologie
- ✧ Pathologies : PMS, ménopause, dysménorrhée, mycoses, lactation, libido, andropause, hyperplasie bénigne de la prostate
- ✧ Plantes et solutions naturelles
- ✧ Activités : études de cas, quiz, fiches pratiques

8. Système immunitaire

- ✧ Anatomie et fonctionnement
- ✧ Troubles : infections répétées, déficits immunitaires
- ✧ Plantes, bourgeons, HE adaptées
- ✧ Exercices pratiques, quiz, fiches conseils

9. Système cutané

- ✧ Anatomie et physiologie de la peau
- ✧ Troubles : acné, eczéma, psoriasis, brûlures, coups de soleil, herpès, plaies, crevasses, démangeaisons
- ✧ Solutions naturelles et précautions
- ✧ Quiz et mises en situation

10. Minceur et métabolisme

- ✧ Régulation du poids et métabolisme
- ✧ Solutions naturelles : plantes drainantes, régulatrices
- ✧ Activités pratiques et fiches téléchargeables

11. Interactions médicamenteuses

- ✧ Principales interactions entre plantes, HE, compléments et médicaments
- ✧ Précautions à respecter
- ✧ Quiz et mises en situation



Ressources & Modalités

- ✧ **Ressources pédagogiques :**
Séquences e-e-learning interactives. Chaque pathologie abordée est étayée par des outils pédagogiques spécifiques, incluant :
 - **12 h de vidéos** explicatives sur la physiologie de chaque trouble.



- **75 pathologies courantes** traitées
- **77 fiches-conseils téléchargeables** et détaillées pour une utilisation adaptée des solutions naturelles.
- **54 quiz et études de cas** pour des exercices pratiques et des mises en situation progressives (avec corrigé type)
- ✦ **Méthodes pédagogiques :**
 - Suivi individualisé sur 6 mois par mail
- ✦ **Modalité :**
 - **Formation asynchrone 100% à distance.**
- ✦ **Accès 6 mois** après le temps d'accompagnement prévu



Accompagnement individualisé

- ✦ **6 mois de tutorat** assuré par un chargé de suivi dédié, qui répond aux questions par échanges de mails.
- ✦ **Accès au forum DISCORD** pour échanger avec la communauté.
- ✦ **Accès limité de 6 mois**, à la plateforme digitale et **aux ressources** au-delà de la période d'accompagnement de 6 mois.



Formateurs

Madame **Céline CALVIN** - Détentrice diplôme IMDERPLAM, Cycle plantes médicinales et médecines douces et 4ème année, option praticien de santé par les plantes. Gérante d'une boutique spécialisée en compléments alimentaires, phytothérapie et cosmétique naturelle.

Madame **Aline POMMIER** - Docteur en pharmacie. Conseillère en santé par les plantes. Formatrice en aromathérapie et massage bien-être. Certifiée IMDERPLAM cycle Plantes médicinales et médecines douces.



Evaluations & Suivi d'exécution

- ✦ Activités et Quiz intermédiaires
- ✦ Mises en situation progressives par pathologies
- ✦ Relevés de connexion
- ✦ Attestation de formation



Assistance

L'école met à disposition une assistance technique et pédagogique tout au long de la formation

- ✦ Technique : support@imderplam
- ✦ Pédagogique : pédagogie@imderplam



Délai d'accès

F 100% digitalisée (ligne)

Accessible dès validation de l'inscription sous 48 heures.



Tarifs

Financement personnel : 680 € + 30 € frais de dossier

Financement entreprise : 750 € + 50 € frais de dossier

