



IMDERPLAM

L'ÉCOLE DES PLANTES MÉDICINALES
& DES MÉDECINES DOUCES



FORMATION HERBORISTERIE & PLANTES MÉDICINALES

Parcours mixte - 2026-2027 - 1ÈRE ANNÉE

Bénéficiez d'un accompagnement personnalisé, de supports structurés, d'activités en ligne, de regroupements, pour une formation à distance réussie : tuteurs, visioconférences, classes virtuelles, et corrections individualisées de vos devoirs.

TOUT PUBLIC



Localisation

IMDERPLAM
Mas des Bonnes Ouest RD 106
34130 - Candillargues



Effectif

Maximum : 80 personnes
Sous groupe : 20 personnes



Temps de Formation :

Distanciel :

- **Classes virtuelles** : 25h réparties en 16 RDV Visios (Durée 1h30)
- **Travail personnel** soutenu, essentiel à la réussite **est estimé à 14h/semaine** (étude des cours, devoirs...)

Présentiel :

- **Regroupement 3 jours** (à l'école) : 02 au 04 octobre 2026 (24h)
- **Regroupement d'été (Mezenc)** : 20 au 24 juin 2027 (40h)



Évaluation des connaissances :

QCM en ligne dans chaque discipline en septembre

Feedback personnalisé pour progresser efficacement et valider vos acquis

INFORMATIONS & INSCRIPTIONS

04 67 29 60 05 - secretariat@imderplam.com
WWW.IMDERPLAM.COM

Organisme de formation n°91 34 07747
Siret: 788 456 291 00012 APE8559A

OBJECTIFS CLÉS DE LA 1ÈRE ANNÉE

- ➔ **Sciences Fondamentales** : Étudier l'anatomie, la physiologie, la pathologie, la chimie des plantes et les bases de la pharmacologie pour une compréhension approfondie des mécanismes du corps humain et des plantes.
- ➔ **Plantes médicinales** : Étudier les plantes médicinales, leurs usages et applications en herboristerie, phytothérapie, aromathérapie et gemmothérapie.
- ➔ **Botanique** : Identifier, classer et reconnaître les plantes médicinales dans leur milieu naturel.
- ➔ **Conseil en herboristerie** : Mobiliser les connaissances en herboristerie (plantes médicinales, huiles essentielles, bourgeons, etc.) pour accompagner les troubles courants (ostéoarticulaires, urinaires...), dans le respect de la législation et d'une pratique responsable.
- ➔ **Approche holistique** : Explorer les bases de la MTC, de l'homéopathie et de la nutrithérapie pour intégrer ces approches complémentaires à la pratique de l'herboristerie.

CONTENU DE FORMATION - 1ÈRE ANNÉE

➔ ANATOMIE, PHYSIOLOGIE & PATHOLOGIES

Comprendre le fonctionnement du corps humain pour appréhender les dysfonctionnements, évaluer la pertinence du conseil en herboristerie et reconnaître les limites du champ de compétences.

Bases (séquence e-learning) : Organisation du vivant - Les tissus

Systèmes ostéoarticulaire et urinaire : Anatomie - Physiologie et Pathologies par systèmes

➔ PLANTES MÉDICINALES

Apprendre l'usage des plantes médicinales, huiles essentielles et produits d'herboristerie (effets, formes, dosages, précautions) pour un conseil professionnel sécurisé et efficace.

Plantes médicinales : Les bases

Herboristerie : Situation et filière de l'herboristerie en France - Tisanes et décoctions - Cure en herboristerie - Plantes sèches (conditionnement, ensachage, vente, HACCP), déontologie de l'herboriste)

Phytothérapie : Historique - Plante médicinale et phytothérapie - Les formes galéniques dont gemmothérapie - Les classes thérapeutiques - Introduction à la réglementation

Aromathérapie : Principes - Fondement de l'aromathérapie scientifique (familles biochimiques) - Application pratique (dosages, risques et précautions, voies d'administration) - Référentiel électrique

Galénique : Préparations traditionnelles de l'herboristerie - TP lors du stage d'été

Fiches plantes : 141 Monographies

Plantes médicinales par système

Système ostéoarticulaire et urinaire :

Plantes médicinales, huiles essentielles, bourgeons, compléments alimentaires
Formulations par troubles de santé et conseils hygiéno-diététiques

Drainage : Plantes et bourgeons des émonctoires - Dépuration saisonnière - Cures de drainage

➔ CHIMIE DES PLANTES

Comprendre les mécanismes d'action des plantes médicinales à travers la connaissance des principes actifs végétaux et de leurs propriétés pharmacologiques

Bases de la chimie (séquence e-learning) : Atomes - Liaisons chimiques - Molécules Groupements fonctionnels - Notion de pH & d'oxydo-réduction - Réactions chimiques dans le vivant

Introduction à la pharmacognosie : Synthèse des principes actifs de la plante - Vision globale des grandes familles de PA - Notions de solubilité, d'extraction des PA - Notion d'effet pharmacologique (thérapeutique, toxicité)

Principes actifs : Acides - Glucides - Hétérosides - Enzymes - Lipides



FORMATION HERBORISTERIE & PLANTES MÉDICINALES

Parcours mixte - 2026-2027 - 1ère ANNÉE

Modalités pédagogiques :



Progression pédagogique sur mesure
Suivi individualisé

Plateforme d'apprentissage



Séquences & activités e-learning
Webinaire

Supports pdf téléchargeables



+ de 1000 pages claires et structurées pour faciliter votre apprentissage.

Fiches plantes :



141 monographies
Dès la rentrée : Recevez votre manuel de 600 pages



Jardin pédagogique

Accompagnement & échanges :



Équipe pédagogique experte
Tuteurs dédiés (échanges mail, RDV collectifs en visio, corrections personnalisées des devoirs)



Communauté d'apprenants
Discord



Assistance technique



Tarif de la formation* :

- ✓ **Financement personnel**
2600€ + 50€ (frais de dossier)
Coût pédagogique du stage d'été inclus
- ✓ **Financement organisme - entreprise**
2860€ + 80€ (frais de dossier)
Coût pédagogique du stage d'été inclus

*Frais supplémentaires pour le regroupement d'été :
Hébergement en pension complète : 370€



Localisation

IMDERPLAM - Mas des Bonnes
Ouest 34130 - Candillargues

INFORMATIONS & INSCRIPTIONS
04 67 29 60 05 - secretariat@imderplam.com
WWW.IMDERPLAM.COM

Organisme de formation n°91 34 07747
Siret: 788 456 291 00012 APE8559A

→ MISES EN SITUATION

Méthodologie et bases d'un conseil responsable en herboristerie

Conseil en herboristerie : Règles de déontologie, posture et limites, déroulé

→ INTERACTIONS PLANTES ET MÉDICAMENTS

Acquérir les notions nécessaires à la compréhension des interactions plantes-médicaments, pour une pratique responsable en herboristerie.

Notions introductives : Définitions - Notion de médicaments - Interactions pharmacodynamiques et pharmacocinétiques - Situations à risque - Pharmacovigilance et Nutrivigilance - Veille professionnelle et Sources d'information fiables.

Système ostéoarticulaire et urinaire : Classes médicamenteuses et interactions avec les plantes

→ ETHNOBOTANIQUE

Approfondir la connaissance des plantes médicinales par une **approche pluridisciplinaire** et sensible intégrant botanique, ethnobotanique, écologie, **approches symboliques, usages et précautions.**

Pinaceae - Cupressaceae - Lauraceae - Asparagaceae - Amaryllidaceae - Poaceae - Zingiberaceae

→ BOTANIQUE

Maîtriser les fondamentaux de la botanique pour identifier, décrire et classer les plantes, notamment médicinales, des principaux groupes étudiés en première année.

Botanique Générale : Classification AGP IV, morphologie végétale (plantes à fleurs), cellules et tissus végétaux.

Systématique : Procaryotes à Monocotylédones - TP Gymnospermes, Liliidées, Lauracées, Poacées

Botanique de terrain : Sorties floristiques

→ NUTRITION - NUTRITHÉRAPIE

Maîtriser des notions de nutrition pour optimiser les conseils en herboristerie

Modèles alimentaires : crétois, okinawa, hypotoxiques...

Nutriments et micronutriments : Protéines - Lipides, équilibre des acides gras - Glucides, index glycémique, glycation

→ HOMÉOPATHIE

S'initier aux bases de l'homéopathie pour enrichir la vision de l'herboristerie

Grands Principes de l'homéopathie :

Historique & la loi de similitude - Le remède homéopathique : les dilutions, l'eau, la dynamisation...

Constitutions homéopathiques : Les 4 constitutions homéopathiques

Homéopathie par système : Ostéoarticulaire - Urinaire

→ MÉDECINE TRADITIONNELLE CHINOISE

Maîtriser les bases de la MTC pour comprendre l'énergétique chinoise et son application à la pratique de l'herboristerie

Théories fondamentales : Origine et philosophie de la MTC

Théories : Qi, le Yin/Yang, Syndromes, les 3 trésors

Substances Vitales : Jing, Sang, Liquides Organiques, Shen

Les 5 éléments : Cycles des éléments

Cause des Maladies : Zheng Qi - Énergies perverses - Alimentation - Surmenage

Le diagnostic : Les 8 Règles, Teint, Langue, Pouls

LES TEMPS "PLUS" OFFERTS (WEBINAIRES ACCESSIBLES EN REPLAY) :

RDV Métiers : Rencontres bimensuelles avec des professionnels de l'herboristerie (1h).

REGROUPEMENT À L'ÉCOLE - 24H

Lancez votre formation à distance sur des bases solides : 3 jours intensifs en présentiel de la rentrée

- ➔ **Accompagnement Pédagogique Formation professionnelle** : Présentation et cadrage compétences visées, suivi pédagogique
- ➔ **OBJECTIFS** :
Maîtrisez les bases et gagnez en confiance : 3 jours en présentiel à l'école, dédiés à l'enseignement des fondamentaux sur les plantes médicinales, l'herboristerie, la botanique... Pour bien démarrer votre formation à distance.

REGROUPEMENT D'ÉTÉ - 40 H

Objectifs clés du regroupement d'été - 1ère année

- ➔ **Botanique de terrain** : Apprendre à reconnaître les plantes médicinales et les principales familles botaniques d'un milieu choisi : Plateau du Mézenc - étage montagnard
- ➔ **Transformation galénique** : Apprendre à transformer les plantes Médicinales selon les préparations traditionnelles de l'herboristerie
- ➔ **Mise en situation** : Se préparer à la pratique du conseil en herboristerie en travaillant sur des études de cas et en appliquant ses connaissances pour construire des conseils personnalisés, efficaces et sécurisés.
- ➔ **Herboristerie** : Apprendre à évaluer les plantes médicinales sèches en fonction de leur qualité, en identifiant les critères essentiels pour distinguer les spécimens de bonne qualité et détecter les spécimens non conformes.

Contenu du regroupement d'été - 1ère année

➔ ACCUEIL PRÉSENTATION ET OBJECTIFS DU REGROUPEMENT D'ÉTÉ - 2H

➔ BOTANIQUE DE TERRAIN - 20H



Sorties floristiques

Apprendre à utiliser une flore
Description morphologique des plantes
Acquisition du vocabulaire : appareil reproducteur et appareil végétatif



Méthodologie d'un herbier

Classification :
Reconnaître les grands groupes de la classification - Différenciation Monocotylédones/Dicotylédones

➔ TRANSFORMATION GALÉNIQUE - 10H

Bonnes pratiques de fabrication : Hygiène des préparations

Notions HACCP : contamination microbiologique, biofilm, nettoyage, rinçage, désinfection
Qualité de la matière végétale - Qualité des ingrédients non végétaux

L'étiquetage des préparations à base de plantes : dates de péremption, traçabilité et numéro de lot, étiquetage d'un complément alimentaire, d'un produit cosmétique



Ateliers transformations - TP : Alcoolature - Vin médicinal - Vinaigre médicinal - Sirop médicinal

Granules homéopathiques - TP : les dilutions, l'eau, la dynamisation

➔ MISES EN SITUATION – ÉTUDE DE CAS - 6H



Rappels méthodologiques

Mise en place des études de cas à partir de la méthodologie vue en cours d'année



Ecoute Active - "J'apprends à écouter"/"J'apprends à prioriser"

Proposer des études de cas par système

➔ HERBORISTERIE - 2H

Mise en commun des expériences de séchage de plantes : Contrôle qualité des plantes séchées



Localisation

Les Estables - HAUTE LOIRE
Plateau du Mézenc
Étage montagnard



Dates et durée :

Du 20 au 24 juin 2027
5 jours
40h



Frais d'hébergement :

Pension complète : 370 €