



PROGRAMME Gemmothérapie INITIATION



Juliette

- **Objectifs :** À l'issue de la formation, le participant sera capable de :
 - Décrire les principes, l'origine et les spécificités de la gemmothérapie
 - Distinguer les macérats de bourgeons des autres formes d'extraits de plantes
 - Identifier les principaux macérats de bourgeons et leurs usages traditionnels
 - Associer un macérat à un besoin du quotidien de manière argumentée
 - Utiliser les macérats dans un cadre familial en respectant les précautions d'usage
 - Élaborer un support personnel (carnet de repères) facilitant une utilisation autonome et sécurisée
- **Public :** tout public
- **Pré-requis :** aucun

- Programme :

1. Introduction à la gemmothérapie

Objectif intermédiaire : Décrire les fondements de la gemmothérapie

- Présentation de la formation et recueil des attentes
- Définition, origine et principes de la gemmothérapie
- Identification des spécificités du bourgeon
- Positionnement de la gemmothérapie parmi les approches naturelles

2. Fabrication et caractéristiques des macérats

Objectif : Distinguer les différents types de macérats et leurs usages

- Présentation des procédés d'extraction (alcool, glycérine, eau)
- Identification des différents types de macérats (1D, concentrés, complexes)
- Notions de qualité, quantité et conservation

3. Modalités d'utilisation et cadre d'usage

Objectif : Utiliser les macérats dans un cadre sécurisé

- Description des modes d'utilisation traditionnels
- Identification des précautions d'emploi et limites d'usage
- Adaptation aux publics spécifiques (enfants, femmes enceintes, personnes sous traitement)
- Notions de posologie dans un cadre non médical

4. Les macérats de bourgeons du quotidien

Objectif : Identifier et associer les macérats aux besoins courants

- Présentation d'une sélection de macérats courants
- Identification de leurs propriétés et usages traditionnels
- Mise en relation avec des besoins du quotidien (stress, sommeil, digestion, etc.)
- Études de situations simples et exercices d'association

5. Atelier pratique : appropriation des usages

Objectif : Construire un outil d'utilisation autonome

- Élaboration d'un carnet de repères personnalisé
- Association macérats / besoins du quotidien
- Exercices guidés d'identification et de choix

6. Évaluation et clôture



 **Centre Josêtre** – Former autrement, en conscience et avec cœur

1331 Boulevard Fernand Darchicourt 62110 Hénin- Beaumont

06 61 31 75 53 joseretht@gmail.com

Siret: 942 091 554 000 17 NDA: 32620409862 Qualiopi : QUA008652



■ RÉPUBLIQUE FRANÇAISE

Objectif : Valider les acquis de la formation

- Synthèse des notions abordées
- Évaluation des acquis (quiz et/ou exercices pratiques)

- **Méthodes :** Apports théoriques concis

Démonstrations guidées

Pratique en binôme

Fiches techniques et livret de formation

Feedbacks individualisés

- **Moyens :** remise d'un livret imprimé

- **Modalités de suivi :**

- Le suivi de l'exécution de l'action de formation est assuré par la signature d'une feuille d'émargement par demi-journée, par le stagiaire et le formateur.
- Un certificat de réalisation sera établi à l'issue de la formation.

- **Évaluation :** Formative en continu durant la pratique (observation, échanges)

Sommative par un quizz final

Attestation de formation remise en fin de session

- **Niveau de sortie :** Sans niveau spécifique. La formation donne lieu à la remise d'une **Attestation de fin de formation** mentionnant les objectifs, la nature et la durée de l'action, ainsi que les résultats de l'évaluation des acquis.

- **Note :** *Cette formation n'est pas certifiante et ne débouche pas sur un diplôme d'État. Cette formation a un but de bien-être et de confort. Elle ne remplace en aucun cas un avis médical et ne permet pas d'établir un diagnostic ou une prescription.*

- **Délais d'accès :** réponse sous 8 jours

- **Date :** à planifier selon nos disponibilités

- **Accessibilité :** aux personnes en situation de handicap après entretien et analyse éventuelle d'aménagement

- **Durée :** 1 journée (7h) Horaires: 8h30-12h . 13h -16h30

- **Tarif :** 150€ Net de taxes par personne

- **Lieu :** au Centre de Formation Josêtre

- **Formatrice :** Juliette Létouart (naturopathe et Docteur en Biologie)



 **Centre Josêtre – Former autrement, en conscience et avec cœur**

1331 Boulevard Fernand Darchicourt 62110 Hénin- Beaumont

06 61 31 75 53 jostrehbt@gmail.com

Siret: 942 091 554 000 17 NDA: 32620409862 Qualiopi: QUA008652

