

## Les fleurs, épices, plantes et tisanes du bien-être



6 h



105,00 €

### Objectifs

Ce module vise à vous apprendre à connaître et à utiliser les principes actifs et les bienfaits des plantes (fraîches et séchées), des épices et des fleurs.

Vous pourrez acquérir les notions et les modes d'utilisation des plantes aromatiques dans le domaine du bien-être.

Vous apprendrez les différents modes de fabrications en réalisant des recettes selon les besoins et envies de chaque participant.

- Histoire à travers les civilisations jusqu'à la culture dans nos jardins.
- Description des fleurs, épices et plantes aromatiques bénéfiques pour la santé.
- Dégustation et découvertes des bienfaits des tisanes, infusions et décoctions.
- Exploration de nombreux modes de préparations ainsi que des recettes pour votre beauté: macérat huileux de plantes, lotions, élixir de fleurs et baumes.
- Fabrication d'un baume corporel aux vertus relaxantes.
- Réalisation d'un sirop aux plantes.

Lors de la journée, vous dégusterez de nombreuses tisanes aux vertus thérapeutiques. Chaque participant repart avec ses confections ainsi qu'un syllabus avec les recettes et infos sur les plantes et tisanes.

### Informations pratiques

> **Droit d'inscription**

105,00 €

> **Horaires**

📍 Liège

> Le 15 mars 2021

De 9h à 16h

> **Certificat - Attestation**

Attestation de participation

> **Aides sectorielles à la formation**

Pouvez-vous bénéficier d'une aide sectorielle? Pour en savoir plus, consultez l'onglet Fonds sectoriels de formation

# Les fleurs, épices, plantes et tisanes du bien-être - Le lundi 15 mars 2021, Liège

## Renseignements

Tél. : 04/229 84 60

€ 105,00 €



### Dates de formation

Le lundi 15 mars 2021

### Horaire

De 9h à 16h



### Site de Liège Château Massart

Rue du Château Massart, 70

4000 Liège

Belgique

[inscription-Chateau-Massart@centreifapme.be](mailto:inscription-Chateau-Massart@centreifapme.be)

[04/229.84.60](tel:042298460)

### Formateur

Claudine Carlens, aromathérapeute, conseillère en phyto-cosmétique et créatrice d'une gamme de cosmétiques naturels.