

Formation en Phytothérapie & Herboristerie



Christophe Adell

06 16 36 12 06

Pachamama.phyto@gmail.com

Une transmission profonde, structurée et réellement utile

Pour apprendre à utiliser les plantes médicinales avec autonomie et précision.

Cette formation s'adresse à celles et ceux qui souhaitent comprendre les plantes médicinales autrement : non pas comme une liste de remèdes, mais comme un ensemble cohérent de savoirs, de gestes et de logiques physiologiques.

Objectif : vous rendre capable d'utiliser les plantes avec justesse, confiance et cohérence, sans vous perdre dans les contradictions qui circulent partout.

La transmission est vivante, simple et exigeante.

On apprend à comprendre, pas à réciter.

À utiliser, pas à imiter.

À pratiquer, pas à empiler des informations.

Une approche claire, pratique et ancrée dans l'étude du végétal

Ici, on ne se contente pas de nommer des plantes :
on apprend à les comprendre, à les préparer correctement et à relier chaque méthode au fonctionnement réel du corps humain.

Trois axes essentiels

- **L'étude structurée** – propriétés, usages, limites, associations pertinentes.
- **Le geste** – préparer, transformer, doser, choisir la méthode efficace.
- **La compréhension** – savoir pourquoi telle préparation convient à telle situation.

Cette approche construit une base solide pour une véritable autonomie.

Une méthode d'enseignement qui simplifie et clarifie

Beaucoup se perdent parce qu'on leur donne des listes interminables sans logique.
Ici, tout est structuré, progressif, cohérent.

Vous apprenez :

- comment fonctionne réellement le corps,
 - comment un déséquilibre s'exprime,
 - quelles familles de plantes répondent à quels besoins,
 - comment choisir une préparation adaptée,
 - comment éviter les erreurs courantes.
-

Les préparations essentielles : comprendre ce que vous faites

Les modes préparatoires sont étudiés en détail pour saisir leur logique et leur efficacité réelle.

- **Infusions** – extraction douce et précise.
- **Décoctions** – quand la plante demande du temps.
- **Macérations** – pour préserver ce que la chaleur détruirait.
- **Poudres** – simple, directe, très utile lorsqu'elle est maîtrisée.

Chaque méthode est reliée à une logique physiologique pour comprendre quand et pourquoi l'utiliser.

Étude de plus de cent plantes médicinales

Pour chaque plante :

- usages pertinents,
- indications cohérentes,
- limites et précautions,
- associations efficaces,
- intégration dans une logique de terrain.

Il ne s'agit pas de mémoriser, mais de **comprendre profondément**.

Comprendre les systèmes du corps pour choisir avec précision

La formation explore les grands systèmes physiologiques :

- digestion,
- système nerveux,
- respiration,
- circulation,
- immunité,
- système urinaire,
- équilibre hormonal,
- articulations et mobilité.

Vous apprenez à lire un déséquilibre et à choisir les plantes de manière cohérente.

Fabrication d'un baume naturel

Un baume est réalisé collectivement pour ancrer les gestes : extraction, choix des plantes, structure, cohérence de la formule.

Ce n'est pas une démonstration : c'est une **transmission réelle**.

Une formation accessible à tous

Débutants motivés, passionnés, praticiens, thérapeutes : chacun progresse à son rythme.

La pédagogie permet une montée en compétence claire et fluide.

Une pédagogie vivante : rigueur, pratique et humanité

Transmission assurée par **Christophe Adell**, phytothérapeute et herboriste.

L'enseignement repose sur l'expérience, la clinique, le terrain et la passion du végétal.

Une fois la formation terminée, un **groupe privé** permet de continuer à poser des questions et approfondir la pratique.

Pour aller plus loin : la formation individuelle en visioconférence

Une version personnalisée existe pour celles et ceux qui veulent :

- un contenu adapté à leur rythme,
- un suivi personnalisé,
- un approfondissement ciblé,
- un accompagnement continu.

Une manière plus précise et plus ajustée d'apprendre.

Une vision qui dépasse l'apprentissage technique

La phytothérapie est un langage.

Un langage qui s'apprend par l'étude, le geste, la logique et l'expérience.

“On peut étudier les plantes toute une vie sans jamais en faire le tour.

Celui qui dit ‘je sais’ parle d'un chemin qu'il a cessé de parcourir.”

Cette formation transmet une méthode, une compréhension et une manière d'aborder le vivant qui continue d'agir longtemps après la dernière séance.