



# FORMATION PLANTES ET SANTÉ EN PRÉSENTIEL

CYCLE 1 / 2026-2027

## OBJECTIFS ET COMPÉTENCES

À l'issue du cycle 1, les étudiants seront capables :

- ✿ d'utiliser en autonomie, dans le cadre d'un strict usage familial une centaine de plantes médicinales usuelles de la pharmacopée européenne, pour le bien-être, en pouvant :
  - les identifier sous leur forme sèche ;
  - caractériser leurs propriétés principales, classées par leur action privilégiée sur les différents systèmes du corps humain, en prenant en compte leurs précautions d'emploi, leurs éventuelles interactions médicamenteuses et leur situation par rapport à la réglementation sur la vente des plantes ;
  - élaborer des mélanges de plantes sous forme de tisane en visant une synergie de leurs effets, en fonction de problématiques diverses (drainage, troubles respiratoires, digestifs, circulatoires, nerveux) ;
- ✿ de confectionner une préparation simple de l'herboristerie ;
- ✿ d'identifier sur le terrain une centaine de plantes sauvages communes de la flore de France métropolitaine ;
- ✿ d'apporter les informations utiles sur leurs éventuels usages médicinaux, alimentaires et leur toxicité.
- ✿ comprendre les notions fondamentales de la chimie du vivant

## PROGRAMME

**Botanique théorique et appliquée :** Initiation à la botanique - Systématique botanique : taxonomie, nomenclature - Organisation du règne végétal - Les appareils racinaire, aérien et floral des végétaux - Fruits et graines - Ateliers d'observation d'échantillons végétaux et de caractérisation morphologique - **Sorties botaniques :** étude de la flore locale sur le terrain : Approche sensorielle du végétal - Initiation à la reconnaissance de plantes printanières - Les plantes comestibles de la forêt - Préparation à l'examen de reconnaissance de plantes fraîches - Sensibilisation à la préservation de la ressource et notion sur la reconnaissance des plantes toxiques.

**Anatomie :** Le corps humain et la cellule - Les émonctoires : le foie et les intestins - Le système tégumentaire - Le système rénal - Le système nerveux - Le système respiratoire- Le système digestif- Le système cardiovasculaire et lymphatique - Le système locomoteur - Le système reproducteur.

**Plantes médicinales et galénique :** Introduction aux plantes médicinales - Notion de drainage - Les plantes du drainage : plantes hépatiques et intestinales, plantes rénales et de la peau - Les plantes de l'appareil respiratoire - de l'appareil digestif - du système nerveux - de l'appareil locomoteur - de l'appareil cardio-vasculaire - de l'appareil uro-génital - Compléments et cas pratiques - Législation des plantes médicinales en France - **Galénique :** confection d'une préparation - **Ateliers plantes médicinales :** reconnaissance de plantes sèches.

**Chimie** Atomes, molécules, ions - Liaisons chimiques - L'eau et le pH - Réactions d'oxydo-réduction.

## MÉTHODES PÉDAGOGIQUES

Cours magistraux, QCM en ligne avec correction instantanée, sorties de botanique appliquée et de floristique sur le terrain, atelier d'observation et caractérisation d'échantillons végétaux, ateliers de reconnaissance de plantes fraîches, ateliers de galénique, de reconnaissance de plantes sèches, cas pratiques en phytothérapie, démonstrations pédagogiques et ludiques, quiz ou questionnaires, exercices d'application, dégustation de tisanes. Méthodologies d'apprentissage - Espace de partage de documents à disposition pendant 5 années, vidéos et visio-conférences en support.

## PUBLIC CIBLE / ACCESSIBILITÉ

Formation ouverte à toute personne majeure. Pour les personnes en situation de handicap, nous contacter pour s'assurer que l'adaptation des modalités logistiques et pédagogiques permet l'accessibilité à la formation.

**Cette formation nécessite un travail personnel important.**

## PRÉREQUIS

Majorité requise. Compréhension et expression en français sans exigence de diplôme.

## DURÉE / CALENDRIER

**169h** en centre et en sorties qui s'organisent hors examens sur 21 jours répartis sur **10 week-ends** (dont un week-end de 3 jours) **ou 4 semaines** (dont une semaine de 6 jours) répartis de sept. à mai selon le planning établi.

Au printemps, **6 jours de stage** d'enseignement sur le terrain (48h) complètent cette formation (description au verso).

**Examens** en fin de cycle 1 organisés sur un week-end début juillet. Session de rattrapage en septembre.

## VALIDATION / ÉVALUATION

**Passage des examens obligatoire** pour les étudiants en formation professionnelle notamment pris en charge.

**La Capacité de l'École des Plantes de Paris** est obtenue à l'issue de la validation :

- des examens écrits de fin de cycle sur l'ensemble des matières enseignées
- d'un examen de reconnaissance de 20 plantes sèches et 20 plantes fraîches en 20 minutes chacun.

L'obtention de la Capacité de l'EDPP est requise pour valider la certification du cycle 2.

## POUR S'INSCRIRE

Dossiers d'inscription acceptés à compter du 1er février de l'année de début du cursus pour une rentrée en septembre.

**Attention**, les promotions en présentiel sont souvent complètes rapidement.

**Les tarifs font l'objet d'un document dédié.**

**École des Plantes de Paris**

22 rue Henri Regnault  
75014 Paris

01 40 33 48 93

secretariat@ecoledesplantes.fr



# FORMATION PLANTES ET SANTÉ EN PRÉSENTIEL

STAGE D'ENSEIGNEMENT SUR LE TERRAIN DE CYCLE 1 EN 2027

## OBJECTIFS ET COMPÉTENCES

À l'issue de ce stage, les étudiants seront capables :

- ✿ d'utiliser une méthodologie et des outils simples d'observation leur permettant de décrire les plantes dans leurs milieux de vie, en utilisant le vocabulaire botanique ;
- ✿ d'identifier sur le terrain 15 à 20 familles de plantes en s'appuyant sur leurs principaux critères de distinction ;
- ✿ de reconnaître des plantes médicinales dans leur état naturel et pouvoir établir un lien avec les plantes sèches ;
- ✿ d'identifier une centaine de plantes sèches ;
- ✿ de confectionner des tisanes en choisissant les plantes adaptées à des cas simples et significatifs, dans un contexte d'herboristerie familiale, de bien-être ou de maintien de la santé.

## PROGRAMME

- ✿ **Sorties d'étude botanique** de la flore locale pour la détermination de familles, genres et espèces de plantes fraîches pour une centaine d'espèces de plantes de références collectées sur place.  
Dont deux sorties avec étude et reconnaissance conjointe des plantes médicinales locales.  
Sensibilisation à la préservation des plantes et à leur toxicité éventuelle aux cours des sorties.
- ✿ **Ateliers de reconnaissance de plantes** fraîches et sèches
- ✿ **Cas pratiques en phytothérapie** : choix des plantes, et confection des tisanes.

## MÉTHODES PÉDAGOGIQUES

Sorties de botanique appliquée et de floristique sur le terrain - Exercices pratiques de reconnaissance de plantes fraîches et sèches - Par petits groupes, études de cas tutorés en phytothérapie avec recherches complémentaires bibliographiques et en ligne - Ateliers de confection de tisanes associées aux cas pratiques - Jeux pédagogiques, quiz et questionnaires - Dégustations de tisanes.



## PUBLIC CIBLE / ACCESSIBILITÉ

Stage ouvert à tout public en formation professionnelle ou en formation loisirs. Pour les personnes en situation de handicap, nous contacter pour s'assurer que l'adaptation des modalités logistiques et pédagogiques permet l'accessibilité à la formation.

Stage obligatoire **pour les étudiants passant les examens.**

## PRÉREQUIS

Etre inscrit au cycle 1 de la formation en Plantes et Santé en présentiel.

## DURÉE / CALENDRIER

48h d'enseignements sur le terrain et en atelier, à temps plein, en pension complète hors région parisienne au printemps (6 jours en mai selon le planning établi).

## VALIDATION / ÉVALUATION

Évaluation par quiz de reconnaissance de plantes sèches et de plantes fraîches collectées sur le terrain.

Évaluation collective de cas pratiques de phytothérapie.

## POUR S'INSCRIRE

Les inscriptions au stage sont enregistrées lors de l'inscription au cycle 1 de la formation Plantes et Santé.

Pour les étudiants en formation loisirs, l'inscription reste toutefois possible jusqu'au 15 décembre de l'année de cycle 1, au moyen d'une fiche d'inscription spécifique.

**Les tarifs font l'objet d'un document dédié.**

École des Plantes de Paris

22 rue Henri Regnault  
75014 Paris

☎ 01 40 33 48 93

