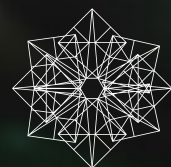


Formation Devenir Herboriste

Praticienne en Herboristerie spirituelle



INSTITUT SUPÉRIEUR
DE FORMATION

RÉFAELA

PROGRAMME DÉTAILLÉ

Objectif général de la formation

Acquérir les compétences essentielles pour devenir praticienne en herboristerie spirituelle, en intégrant les dimensions du corps, de l'âme, des émotions et de l'énergie vitale.

L'apprenante sera formée aux savoirs fondamentaux liés aux plantes médicinales : identification, cueillette, préparation, usages thérapeutiques et spirituels.

La formation inclut également l'apprentissage de rituels de soin, de correspondances énergétiques, de cultures anciennes, ainsi que l'accompagnement dans la mise en place d'une activité professionnelle ancrée, sensible et éthique.

Durée totale : 1100 heures

Chapitre 1 : Fondements sacrés de l'herboristerie

Objectifs pédagogiques :

- Comprendre les racines spirituelles et historiques de l'usage des plantes.
- Saisir la posture intérieure de la praticienne-herboriste.

Modules :

1. Introduction à l'herboristerie sacrée : traditions, symboles et lignées
2. Les rôles des plantes dans les textes anciens (Bible, Moyen Âge, traditions féminines)
3. La plante comme alliée spirituelle et messagère

Évaluation :

QCM + Dissertation + rédaction d'un journal de lien avec une plante alliée (3 semaines d'observation et méditation)

Chapitre 2 : Identification et cueillette consciente

Objectifs pédagogiques :

Reconnaître et cueillir les plantes médicinales avec justesse et respect.
Acquérir les gestes ancestraux de cueillette et de conservation.

Modules :

1. Botanique intuitive : formes, familles, signatures
2. Cueillette consciente (saisons, lune, prières)
3. Séchage, conservation, herbier sacré

Évaluation :

Création d'un mini herbier spirituel avec carnet de cueillette (5 plantes), Dissertation, Questionnaire

Chapitre 3 : Plantes médicinales et usages traditionnels

Objectifs pédagogiques :

Connaître les vertus physiologiques et énergétiques des plantes.
Apprendre à préparer des remèdes simples.

Modules :

1. Plantes du système digestif, respiratoire, nerveux...
2. Préparations : tisanes, baumes, macérâts
3. Élixirs floraux et spirituels

Évaluation :

Création de 3 remèdes végétaux + fiche complète
Dissertations, Questionnaires



Chapitre 4 : Jardin de l'âme – Cultiver les plantes sacrées

Objectifs pédagogiques :

Cultiver ses propres plantes médicinales.
Comprendre le lien jardin/cycle intérieur.

Modules :

1. Semis, entretien, récolte
2. Jardins lunaires et vivants
3. Créer un espace sacré

Évaluation :

Projet : conception d'un jardin sacré ou symbolique, Dissertations, Questionnaires

Chapitre 5 : Plantes toxiques et plantes puissantes

Objectifs pédagogiques :

Identifier les plantes à usage délicat ou interdit.
Approcher les plantes puissantes avec respect.

Modules :

1. Plantes toxiques : reconnaître, éviter
2. Plantes oubliées, plantes sorcières
3. Usage énergétique et limitations

Évaluation :

Fiche d'analyse d'une plante toxique, Dissertations, Questionnaires

Chapitre 6 : Remèdes médiévaux et savoirs anciens

Objectifs pédagogiques :

Explorer les recettes anciennes et traditionnelles.
Reproduire des remèdes simples en sécurité.

Modules :

1. Grimoires, textes anciens
2. Recettes : vinaigres, cataplasmes, onguents
3. Recréation d'un remède ancien

Évaluation :

Présentation d'un remède + fiche historique, Dissertations, Questions

Chapitre 7 : Correspondances spirituelles et soins de l'âme

Objectifs pédagogiques :

Associer les plantes aux émotions, saisons, sefirot.
Créer des soins d'accompagnement intérieur.

Modules :

1. Tableaux de correspondance
2. Plantes du féminin, deuil, renaissance
3. Rituels de passage

Évaluation :

Création d'un rituel personnalisé, Dissertations, Questionnaires

Chapitre 8 : Soins énergétiques et pratiques corporelles

Objectifs pédagogiques :

Savoir appliquer les plantes en soin énergétique.
Approfondir le toucher sacré.

Modules :

1. Massage aux huiles infusées
2. Bains d'herbes, fumigations, onctions
3. Protection énergétique de la praticienne

Évaluation :

Fiche ou vidéo d'un soin énergétique complet, dissertations, Questionnaires

Chapitre 9 : Accompagnement et posture de la praticienne

Objectifs pédagogiques :

Définir sa posture, ses limites, et sa vocation.
Mettre en place une pratique alignée.

Modules :

1. Posture intérieure : humilité, écoute
2. Cadre éthique du soin spirituel
3. Lancer son activité : cercle, retraite, cabinet

Évaluation :

Rédaction d'un projet professionnel, Dissertations, Questionnaires



INSTITUT SUPÉRIEUR
DE FORMATION
RAPHAËLA

Chapitre 10 : Mémoire de fin de formation

Objectifs pédagogiques :

Synthétiser le parcours de formation.
Honorer la plante ou le soin étudié.

Modules :

1. Choix d'un thème (plante, rituel, cycle...)
2. Rédaction d'un mémoire personnel et sacré
3. Soutenance orale en visioconférence

Évaluation :

Mémoire (100-150 pages) + soutenance de 30 minutes

Chapitre 11 : Création et gestion de l'activité professionnelle

Objectifs : Structurer une activité éthique, viable et alignée.

Modules :

1. Cadre légal et administratif Statut, fiscalité, obligations
2. Communication et visibilité → Site web, réseaux, bouche-à-oreille
3. Déontologie et posture de praticien → Relation d'aide, écoute, protection

 Fin de programme : Accompagnement au lancement + accès à la communauté des praticiens Réfaëla

Chapitre	Durée (heures)
1. Fondements sacrés de l'herboristerie.	80 h
2. Identification et cueillette consciente.	120 h
3. Plantes médicinales et usages traditionnels.	150 h
4. Jardin de l'âme – Cultiver les plantes sacrées.	100 h
5. Plantes toxiques et plantes puissantes	80 h
6. Remèdes médiévaux et savoirs anciens.	100 h
7. Correspondances spirituelles et soins de l'âme.	120 h
8. Soins énergétiques et pratiques corporelles aux plantes.	120 h
9. Accompagnement et posture de la praticienne.	70 h
10. Mémoire de fin de formation (recherches, rédaction, soutenance).	155 h
11. Création et gestion de l'activité professionnelle	5h
Total général	1100 h