

Atelier d'herboristerie

Thématique 2 : Digestion et detox

Samedi 12 décembre 2026 à Embourg

Une journée pratique pour découvrir les plantes médicinales incontournables de la digestion et de la detox et apprendre à les utiliser simplement au quotidien.



Au programme

Les plantes de la digestion

- Ballonnements et digestion difficile
- Lourdeurs après les repas
- Spasmes et inconforts digestifs
- Transit
- Soutien du foie et de la fonction biliaire

Les plantes de la détox

- Comprendre ce que signifie réellement « détox »
- Les principales plantes du foie et de l'élimination
- Comment construire une cure adaptée
- Précautions et contre-indications

Place à la pratique !

Nous apprendrons à associer les plantes et à créer nos propres préparations :

- Mélanges personnalisés de plantes
- Infusions et tisanes
- Préparation de gélules
- Mélanges pour cures digestives et détox

Et surtout...

Chaque participant réalisera ses propres préparations pendant l'atelier et repartira avec ses créations à la maison, ainsi que les connaissances nécessaires pour les reproduire facilement.



Votre formatrice

Marine Comhaire est passionnée de médecines douces qu'elle pratique depuis plus de 12 ans.

Elle a créé le centre de formation spécialisé Apotica pour partager sa passion et transmettre ses connaissances.

Elle propose des formations de haute qualité en aromathérapie, Fleurs de Bach, gemmothérapie.... Au sein de son établissement à Neupré, elle offre également des consultations en tabacologie et en Fleurs de Bach.

www.apotica.be



En pratique

de 10h à 16h

Samedi 12 décembre 2026 à 4053 Embourg chez Nathalie, avenue du Cheret 9

Nombre de participants : minimum 5 et maximum 10 personnes.

Prix : 110€ comprenant l'atelier et tout le matériel décrit dans le programme, **vos préparations personnalisées, le syllabus et les recettes**, l'accueil café/thé et le lunch et boissons.

A emporter : de quoi noter

Pour vous inscrire : Envoyez un mail à lesescapadesdenathalie@gmail.com en mentionnant vos nom, adresse, numéro de téléphone, nombre de personnes.

Pour toute info complémentaire : 0477 95 35 28