

Huiles Essentielles et plantes médicinales

Approche sensorielle et point de vue analytique

Stages 2019-2020 à Paris

Lieu: Maison d'accueil Adèle Picot, 39 Rue Notre Dame des Champs, 75006 Paris.

Dates: 30 novembre et 1^{er} décembre 2019, 21 et 22 mars 2020, 28 et 29 novembre 2020

Animateur: Christian Escriva

Ces stages s'adressent aux thérapeutes, médecins, pharmaciens, conseillers en phyto-aromathérapie, producteurs de plantes médicinales... ainsi qu'à un public large, intéressés par la phyto-aromathérapie.

Ils peuvent intéresser aussi des personnes déjà bien avancées dans l'étude de la phyto-aromathérapie et qui désirent approfondir. Nous choisissons en effet, pour approcher une Famille botanique, une espèce peu connue au sein de cette Famille. Cette espèce est prise comme exemple, et nous présentons d'autres espèces plus célèbres au sein de cette Famille.

Deux approches complémentaires pour l'approche des plantes médicinales et de leurs extraits tels qu'huiles essentielles et teintures-mères seront décrites et pratiquées :

- En premier lieu, une approche sensorielle qui implique notre sens olfactif et peut permettre une saisie directe des effets thérapeutiques de l'extrait. Elle trouve son origine dans les travaux de Goethe : il s'agit de son observation de la *métamorphose*, déploiement de la plante au cours de sa croissance, depuis la germination jusqu'à la floraison. Cette étude a pour ambition d'accéder à 'l'unité' de la plante que Goethe nommait 'archétype'. Une démarche similaire peut procéder de l'observation fine de l'odeur de la plante, via un ou plusieurs extraits. Par cette approche la plante est saisie comme un ensemble d'une cohérence parfaite et non en tant que simple juxtaposition des 'parties' appréhendées par les méthodes analytiques conventionnelles.
- L'approche conventionnelle, analytique, fondée sur la composition chimique de l'extrait : elle tente de déduire les propriétés thérapeutiques de la 'relation structure/activité' qui attribue à chaque famille de composants chimiques un ensemble d'effets thérapeutiques. Cette approche donne des indications d'ordre général sur les propriétés médicinales. Dans le cadre de ces stages aucune connaissance préalable sur la chimie des plantes n'est requise.

Dans cette perspective les espèces botaniques suivantes seront étudiées :

- 30 novembre et 1er décembre 2019 : étude du *Bursera linaloe*, dit linaloë, et de *Bursera simaruba*, nommé 'Gommier rouge'- de la famille des Burseraceae, comprenant les Encens et les Myrrhes
- 21 et 22 mars 2020 : thèmes à préciser
- 28 et 29 novembre 2020 : thèmes à préciser

La gemmothérapie, phytothérapie basée sur l'usage des bourgeons et plus généralement des jeunes tissus végétaux en croissance, sera aussi évoquée, ainsi que les principaux remèdes (Cassis, figuier, Tilleul, Airelle, Framboisier...).

La phytothérapie "classique" fondée sur l'usage des infusions, des décoctions, des alcoolatures (teintures-mères) sera abordée, ainsi que les remèdes fondamentaux (Echinacée pourpre, Angélique archangélique, Valériane officinale, Arnica, Grande bardane, Pavot de Californie...).

Lieu: Maison d'accueil Adèle Picot, 39 Rue Notre Dame des Champs, 75006 Paris.

tél: 01 45 49 80 92 accueil.picot@wanadoo.fr

Horaires : de 9h30 à 13h et de 14h à 17h30

Participation : 210€ le week-end. Étudiants, sans emploi : nous contacter.

Repas et hébergement non compris (possibilité d'apporter son repas sur place). Possibilité d'hébergement sur place à condition de réserver suffisamment à l'avance (réservation plutôt par courriel).

Adhésion annuelle de 20 euros à l'association Hélichryse, en sus, valable de janvier 2019 à décembre 2019.

Informations et inscription :

Auprès de l'Association Hélichryse

La Commanderie 06 750 Valderoure

Tél : 06 98 40 51 97

Email : contact@helichryse.com

Site web : www.legattilier.com

Ces stages seront animés par **Christian Escriva**, producteur de plantes médicinales dans les Alpes Maritimes, formateur dans le domaine de l'aromathérapie auprès de différents publics, auteur de différents ouvrages : *'Précis de Phytothérapie. Extraits de Gemmothérapie et Teintures mères'* (Editions Promonature 2008); *'Rencontrer les Plantes. Approche par la méthode de Goethe. Lavandes, origans, thym, romarins, menthes...et leurs huiles essentielles'* (en collaboration avec Jean-Michel Florin) (Editions Amyris 2011); *'Les Huiles essentielles Corses'* (Editions Amyris 2012); *'Index Thérapeutique. Huiles essentielles, alcoolatures, extraits de bourgeons, hydrolats, macérations solaires...'* (Editions Amyris 2014); *'Les Alcoolatures. Une approche sensible des teintures-mères de plantes'* (Editions Amyris septembre 2015); *'Guide Pratique des Huiles Essentielles et des Hydrolats Corses'* (Editions Amyris 2016).