

Programme 2025



L'École Bretonne d'Herboristerie et ses missions



Fortement ancrée dans son territoire, l'association EBH œuvre depuis 25 ans à la valorisation, la transmission des savoirs et savoir-faire populaires autour des PAM.

Ses objectifs sont de :

- transmettre la connaissance des plantes
- apprendre à s'alimenter sainement pour bien se porter
- développer un lien durable avec le végétal et la terre

L'École Bretonne d'Herboristerie est un centre professionnel de formation certifié Qualiopi. Elle propose:

- **des formations courtes** en demi-journées ou journées : journées thématiques et sorties botaniques, afin que chacun puisse être acteur de sa bonne santé au naturel. Seront abordés la reconnaissance et l'usage des plantes alimentaires, aromatiques, cosmétiques, médicinales, tinctoriales...
- **des formations approfondies** (week-end, semaines ou cycles) : aromathérapie, herboristerie, plantes et systèmes de santé...
- **une formation longue sur deux ans** (enseignement supérieur en présentiel et en ligne) avec remise à niveau, contrôle des connaissances, visites, stages et suivi de projet personnel ou professionnel, validée par un **Certificat de compétences en herboristerie**.

En 2021, l'École Bretonne d'Herboristerie s'est agrandie pour accueillir ses formations dans de nouvelles salles, modernes et bien équipées.

Nous élaborons aussi, sur demande, des actions de formation pour toute structure professionnelle (scolaire, hospitalière, commerciale, associative).

N'hésitez pas à nous contacter !

E-kreiz ar Menezioù Are, Skol Vreizh al Louzaouerezh a zegemer ac'hanoc'h evit stummadurioù berr (baleadennoù, atalieroù, devezhioù), stummadurioù hir (sizhunioù, amzervezhioù) hag ur stummadur a gas d'un diplom evit anavezout, treuzfurmiñ hag implijout ar plant frond hag al louzoù , e-pad 2 vloaz. Deuit da zizoleiñ pinvidigezh bed ar plantel !

L'EBH adhère à la Fédération Française des Écoles d'Herboristerie et est soutenue par la commune de Plounéour-Ménez, Morlaix Communauté, la Préfecture du Finistère et la Région Bretagne.

Sorties botaniques

L'École Bretonne d'Herboristerie propose tout au long de l'année des sorties botaniques. Rejoignez-nous de 14h30 à 16h30 pour découvrir la richesse de notre patrimoine végétal local !
Participation libre (au chapeau) . Réservation conseillée avant la date de la sortie.

Découverte des algues marines

Lors d'une sortie sur l'estran, venez découvrir les principales algues alimentaires, leurs propriétés et leurs usages, dans un endroit remarquable par sa richesse écologique, entre Roscoff et l'île de Batz.

Dimanche 02 mars
Annie FRÈRE
Roscoff

A la découverte des bourgeons

C'est le débourrage, les bourgeons gonflent et puis s'ouvrent aux premières journées printanières. Nous découvrirons les bourgeons et les jeunes pousses ayant un intérêt pour la gemmothérapie.

Dimanche 23 mars
Vincent VIDÉLOT
Plouneour-Ménez

A la découverte des arbres qui soignent

Les arbres ne nous offrent pas que de l'oxygène et de l'ombre, eux aussi peuvent soigner !

A l'occasion d'une sortie "herbotanique", venez apprendre à les reconnaître, découvrir leurs vertus ainsi que parfois leur histoire à travers le temps.

Connaître les arbres qui nous soignent, le frêne, l'aubépine, le sureau, le tilleul, le bouleau.

Savoir les utiliser en toute sécurité.

Samedi 17 mai
Nyfa MATHIEU
Plouneour-Menez

Les plantes médicinales sur la voie verte : (Accès aux personnes à mobilité réduite)

Cette sortie sur la voie verte permet l'initiation à la botanique pour les personnes à mobilité réduite. Cette sortie est donc ouverte à tous. Nous découvrirons les plantes (herbacées, arbustes et arbres) le long de la voie verte et leurs usages traditionnels et médicinaux.

Dimanche 18 mai
Annie FRERE
Pont noir, Route de
Callac, Morlaix

Découvrir en famille les plantes médicinales.

Cette sortie vous permettra ainsi qu'à vos enfants de savoir reconnaître les plantes et comment ne pas les confondre. Vous profiterez d'anecdotes et d'histoires sur ces plantes pour rendre ce moment riche d'apprentissage, mais également ludique et interactif.

Dimanche 25 mai
Solène DUMAS
Plouneour-Menez

Découverte de la flore littorale à Sainte-Anne-La-Palud

Le bord de mer est un milieu hostile pour les plantes. Le sel et le vent ne facilitent pas leur développement. Et pourtant, les plantes du littoral ont développé des techniques très efficaces pour prospérer sur le haut des plages, sur les dunes, en haut de falaises, entre les rochers...

Samedi 14 juin
Adèle LE BERRE
Ste Anne De La Palud

Les Landes des Monts d'Arrée

Apprendre à reconnaître la flore et les communautés végétales des landes. Autour du Roc'h Trédudon.

Dimanche 7 septembre
Erwan GLEMAREC
Parking Roc'h Trédudon

Journées

De 9h à 17h, participez à une journée thématique sur les plantes au sein de l'École de Plounéour-Ménez ou en pleine nature !

Tarif des journées : 75€

Repas non inclus dans le prix de la journée.

L'adhésion individuelle de 15€ à EBH pour l'année 2025 est obligatoire.



L'herboristerie populaire et traditionnelle

Médecine populaire et traditionnelle de Basse-Bretagne : La Patience, une plante du renouvellement.

Selon Pierre Lieutaghi, il existe encore aujourd'hui des traces d'une médecine populaire, et traditionnelle dans les usages populaires des plantes sauvages en Europe.

Qu'en est-il en Bretagne ?

Est-ce que les collectages ethnobotaniques locaux témoignent de perceptions de la santé, du corps, de la maladie et des plantes différentes d'aujourd'hui ?

Pour le savoir nous étudierons quelques espèces de Patiences ou de Rumex amers présents dans notre flore spontanée et la façon dont ils étaient utilisés en Basse-Bretagne.

Nous réaliserons une tisane, et une teinture mère inspirés des savoirs populaires bretons mais aussi européens

Samedi 1er mars

Florence CREACHCADEC

École Bretonne

d'Herboristerie

Créer son jardin de plantes aromatiques et médicinales

Créer son jardin de plantes médicinales pour les besoins de la famille et l'adapter à notre climat. Quelles plantes choisir, comment multiplier, planter et entretenir ? Mise en pratique sur un lieu de culture.

Samedi 15 mars

Frédérique TROCHEREAU

École Bretonne

d'Herboristerie

Fabriquer son nécessaire de toilette : savon, shampoing solide, déodorant, dentifrice.

Comment prendre soin de notre peau et comment la nourrir, quels soins, quelles huiles suivant notre type de peau, apprendre à personnaliser un soin : masque, crème, huile de soin. N'oublions pas non plus pour les messieurs : crème à raser, lotion après rasage... Chaque stagiaire pourra emporter avec lui 2 produits fabriqués durant la journée.

Samedi 22 mars

Catherine LE TACON

École Bretonne

d'Herboristerie

Cuisine du printemps

Abordons ensemble le printemps avec une cuisine colorée, inventive et délicieuse ! Nous aborderons les bases d'une assiette équilibrée, et partagerons un délicieux repas que nous aurons cuisiné ensemble... De quoi réveiller nos casseroles !

Samedi 29 mars

Isabelle VERNY-MATHIEU

Ecole Bretonne

d'Herboristerie

Des huiles végétales surprenantes !

Du bien-être à une prise en charge de la peau et de divers troubles de l'organisme.

De la qualité des huiles dépend la qualité des soins.

Huile de jojoba, sésame, calophylle, germe de blé... ont toutes des propriétés intéressantes pour nourrir et améliorer l'état de la peau.

Apprenons à les connaître, à les utiliser à bon escient.

Réalisation d'un mélange personnalisé.

Samedi 29 mars

Fabienne MILLET
École Bretonne
d'Herboristerie

Que faire de mon stock d'HE non utilisées ?

Vous possédez peut-être un stock d'huiles essentielles dans votre armoire à pharmacie. Savez-vous les utiliser en toute sécurité ?

Cette journée permettra d'analyser son stock, et de savoir les gérer.

Apportez votre aromathèque. Fabienne MILLET, pharmacienne, vous aidera à y voir plus clair.

Lundi 31 mars

Fabienne MILLET
École Bretonne
d'Herboristerie

Les plantes du sportif : prévention, récupération et gestion de la douleur

Marathon, course rapide, natation, yoga... quel que soit la pratique, l'activité physique est indispensable à une bonne santé mais peut générer également douleurs et courbatures nuisant à la fois au bien-être et à la performance.

Comment prévenir et traiter ces désagréments ? Assurer une bonne prévention, savoir appréhender une bonne récupération. Les plantes aromatiques et médicinales permettent, associées à une pratique adaptée, d'éviter les blessures, mais également d'apporter des réponses pour chasser la douleur et permettre une récupération rapide.

Nous plongerons dans la pratique des préparations galéniques à base de plantes en réalisant ensemble un baume antidouleur et récupération !

Samedi 24 mai

Solene DUMAS
École Bretonne
d'Herboristerie

Les plantes de la Saint Jean

De nombreuses plantes médicinales sont nommées herbes de la Saint Jean. Savez-vous pourquoi ? Venez le découvrir, confectionner des préparations à base de ces plantes et créer un calendrier des traditions herboristes.

Samedi 7 juin

Delphine KERMEL
École Bretonne
d'Herboristerie

Cueillette et séchage des plantes aromatiques et médicinales

La récolte et le séchage des plantes médicales sont la base de l'herboristerie familiale. Venez découvrir sur un lieu de production les bonnes pratiques pour confectionner des tisanes de qualité.

Samedi 5 juillet

Frédérique TROCHEREAU
École Bretonne
d'Herboristerie

Les plantes bio-indicatrices

“Les mauvaises herbes” dont on veut se débarrasser, nous aident à comprendre notre environnement. Elles sont des indicatrices de l'évolution.

Apprenons à observer, à reconnaître l'état des sols et des milieux naturels, une plante ne pousse pas par hasard, elle a un rôle à jouer à l'endroit où elle se place.

Cette journée permettra de comprendre le lien étroit entre les problèmes du sol et les propriétés médicinales des plantes.

Samedi 06 septembre

Vincent VIDELOT

École Bretonne

d'Herboristerie

Cuisine aux épices

Les épices recèlent bien des secrets : au-delà de leurs saveurs infinies, elles sont aussi de fabuleuses plantes médicinales.

Apprenons ensemble à les reconnaître, les utiliser pour notre santé, mais aussi les cuisiner. Nous partagerons un repas haut en couleurs que nous aurons concocté ensemble.

Samedi 20 septembre

Isabelle VERNY-MATHIEU

École Bretonne

d'Herboristerie

Découvrir l'art de la distillation

Réaliser une distillation pour obtenir une huile essentielle ou un hydrolat. Un échantillon d'hydrolat élaboré lors de la distillation sera offert à chaque participant.

Samedi 27 septembre

Muriel CHARLIER-KERBIGUET

École Bretonne

d'Herboristerie

Cuisine de Noël

Sortons des sentiers battus et réinventons une cuisine festive, légère et saine ! Nous aborderons ensemble la question des sucres et l'utilisation des lipides, avant de cuisiner et de déguster un repas festif, chaleureux et qui donne le sourire à notre foie.

Samedi 29 novembre

Isabelle VERNY-MATHIEU

École Bretonne

d'Herboristerie



Les formations courtes

L'École Bretonne d'Herboristerie propose des formations courtes de quelques jours, sur une thématique spécifique au cursus de deux semaines, à destination des professionnels et des particuliers.

Toutes ces formations sont accessibles sans prérequis.

Formations de quatre jours

Lors de quelques jours, venez acquérir de nouvelles connaissances à travers des apports théoriques et de la pratique ! Les formations se déroulent à l'École Bretonne d'Herboristerie, en groupe de 10 à 18 personnes, de 9h à 17h.

Étude des algues marines

Formation sur quatre jours

De la récolte des algues sur l'estran à la réalisation d'un alguier, comprendre la chimie des algues et apprendre leur usage médicinal, culinaire, cosmétique...

Du lundi 03 mars au jeudi

06 mars 2025

Annie FRERE

École Bretonne

d'Herboristerie et Roscoff

Estran

Tarif personnel : 380 €



Semaines de formation

Ces semaines sont ouvertes à toutes celles et ceux qui souhaitent découvrir et apprendre les usages des plantes, à travers l'herboristerie et la gemmothérapie.

Elles ont lieu à l'École Bretonne d'Herboristerie en groupe de 10 à 18 personnes, du lundi au vendredi, de 9h à 17h.

Semaine Gemmothérapie

De la récolte des bourgeons et jeunes pousses à la pratique de la gemmothérapie.

Tarif personnel : 475 €

**Du lundi 24 mars au
vendredi 28 mars 2025**

Catherine LE TACON
Vincent VIDELLOT
École Bretonne
d'Herboristerie

Semaine Herboristerie pratique

Découverte de l'herboristerie et de ses principes. Travailler la plante en direct, de la récolte au séchage et de la transformation à la pratique de l'herboristerie familiale.

Tarif personnel : 475 €

**Du lundi 02 au vendredi
06 juin ou du lundi 08 au
vendredi 12 septembre
2025**

Catherine LE TACON
Adèle LE BERRE
École Bretonne
d'Herboristerie



Cycles

“Systèmes de santé et herboristerie pratique”

Découvrez nos cycles de formations ouverts à toutes celles et ceux qui souhaitent découvrir et approfondir leurs connaissances en herboristerie.

À travers dix journées de formation vous apprendrez à connaître et identifier les problématiques courantes des différents systèmes du corps humain. Vous étudierez des éléments de réponse par l'utilisation des plantes médicinales, sous diverses formes galéniques et par une alimentation saine et adaptée.

Au sein des Monts d'Arrée et par petits groupes de 10 à 18 personnes, venez apprendre les usages des plantes à l'École Bretonne d'Herboristerie.

Formatrices : Marie Jo FOURÈS, Catherine LE TACON, Isabelle VERNY-MATHIEU

Tarif de la formation : 950€

La description complète des cycles est disponible dans une plaquette dédiée et sur notre site, www.ebh.bzh !

• Cycle du samedi (un samedi par mois)

Du samedi 25 janvier au 6 décembre 2025

• Cycle du lundi (un lundi par mois)

Du lundi 27 janvier au 8 décembre 2025

• Cycle en deux semaines (10 jours)

1ère semaine du 19 au 23 mai 2025

2ème semaine du 29 au 03 octobre 2025



Retrouver sur www.ebh.bzh
l'ensemble des cycles **2026 vers mi juin.**

Informations pratiques

Descriptifs des formations et bulletin de préinscription disponibles sur notre site www.ebh.bzh. Un dossier d'inscription sera transmis et sera à compléter et à renvoyer au plus tard trois semaines avant le début de la formation.

L'inscription est validée uniquement à la réception complète du dossier.

Repas non compris. L'adhésion individuelle de 15€ à EBH pour l'année 2025 est obligatoire.

Versement de 30% d'arrhes à l'inscription, délai de rétractation de 14 jours à la réception du contrat.

Si prise en charge, tarif professionnel applicable. Tarif réduit sur justificatifs, détails consultables sur notre site.



Objectifs : à l'issue de la formation, l'élève saura intégrer la filière des plantes aromatiques et médicinales : production, transformation, vente, conseil en herboristerie.

Contenus : anatomie-physiologie, biochimie, pharmacognosie, botanique, monographies de plantes, herboristerie pratique sur les systèmes de santé, écologie, histoire de l'herboristerie, réglementation.

Tarif personnel : 2 270 € / an
+ adhésion 15€/an + 40€ frais de dossier

Rythme de la formation (1256h) :

- Cours en ligne
- Regroupement en présentiel : 11 regroupements (9 week-ends sur site avec visites d'entreprises et d'exploitations locales + 2 semaines de cours et d'examens sur site)
- Stage en milieu professionnel de 70h et rédaction d'un rapport de stage
- Réalisation d'un herbier.

Taux de réussite
Année 2024
88 %

Taux de satisfaction
Année 2024
93 %

Prochaine session : du 29 août 2025 au 2 juillet 2027

Retrouvez les détails de la formation et ses contenus directement sur www.ebh.bzh

Action de formation sur demande

Organisme de formation professionnel certifié Qualiopi, l'École Bretonne d'Herboristerie réalise également des formations à la demande. Elle propose des conférences, des animations et des formations adaptées aux besoins et aux souhaits des structures.

Ces formations permettent aux participants de s'approprier des savoirs dans le domaine de l'alimentation et des plantes médicinales dans une perspective de prévention et d'éducation à la santé.

À destination des structures de soin

L'École Bretonne d'Herboristerie propose des formations allant de la journée à la semaine, à destination du personnel des structures de soin (EHPAD, MAS, Structures hospitalières, Clinique..).

Ces formations peuvent avoir pour thématiques :

- **L'herboristerie pratique** : Connaître les plantes adaptées aux problématiques de la peau, du stress, du digestif, la fatigue avec mise en pratique...
- **L'aromathérapie** : la diffusion atmosphérique, connaître les huiles essentielles de la peau, la douleur et l'inflammation...
- **Le jardin thérapeutique** : Comment aménager un du jardin de plantes aromatiques et médicinales.

Ces formations sont réalisables dans les structures de soin ou à l'École en ce qui concerne l'Herboristerie pratique et l'Aromathérapie.

Elles peuvent également s'adresser aux étudiants des écoles de formation aux métiers du soin et de la santé.

À destination des associations et structures locales

L'École Bretonne d'Herboristerie intervient auprès d'associations, MJC et patronages laïques sur l'ensemble du Finistère. Nous nous déplaçons pour un événement ponctuel ou dans le cadre d'une programmation à l'année.

Nous intervenons sur différents formats :

- **La conférence** : un formateur de l'École présente une thématique précise sur les plantes, le soin, l'alimentation...
- **L'atelier** : face à un public restreint, le formateur anime un échange, mêlant apport théorique et mise en pratique. Les mises en pratique sont proposées en fonction des équipements disponibles dans les structures.

À destination des entreprises

En fonction de l'entreprise et de ses besoins, l'École Bretonne d'Herboristerie peut proposer des prestations allant de l'animation à la formation, à destination de sa clientèle ou de ses employés. Le projet sera co-créé par l'entreprise et l'École, tant en terme de durée que de contenus !

Les modalités d'inscription

L'adhésion individuelle de 15€ à EBH, du 01/01 au 31/12/2025, est requise pour toute inscription aux formations courtes (des journées aux cycles).

Cette adhésion est non-remboursable.

Les inscriptions et paiements des sorties botaniques, journées de formation et de l'adhésion se font en ligne, via www.ebh.bzh ou par chèque, à l'ordre de l'École Bretonne d'Herboristerie.

Pour les réservations des formations courtes, un versement de 30% d'acompte est demandé. Le délai de rétractation est de 14 jours à réception du contrat signé.

Les détails des activités et des formations sont disponibles en ligne, sur www.ebh.bzh



Pour toute personne en situation de handicap, la référente-handicap et l'équipe vous informent sur les possibilités d'adaptation des formations, en fonction de vos besoins.

(Article D5211-2 du décret n°2008-244 du 7 mars 2008)

Contact

École Bretonne d'Herboristerie

Rue Jules Ferry – 29410 Plounéour-Ménez-France

Tél. 02 98 78 96 91 – Port. 07 66 80 83 48

accueil.ebh@gmail.com

www.ebh.bzh



Permanence secrétariat :
du lundi au vendredi de 9h à 12h30 et de
13h30 à 17h00

Accès :
Par train : arrêt gare de **Morlaix** à 20 min, à 3h de Paris
Par avion : aéroport de **Brest Guipavas**
En voiture : N12 sortie **Pleyber-Christ**
puis D785 jusqu'à Plounéour-Ménez