

#HERBORISTERIE

✓ BESPAAR MET DE KMO-ORTEFEUILLE

## KRUIDEN MET EEN POSITIEVE INVLOED OP DE PSYCHE NIEUW

€ 205,70 incl. BTW

### OMSCHRIJVING

#### Omschrijving

Een gezonde geest in een gezond lichaam is meer dan ooit actueel. Met een piek aan burn-out, depressie, angststoornissen en slaapproblemen, is de vraag naar een natuurlijk ondersteuning enorm groot. We bekijken de geestelijke gezondheid vanuit het standpunt van de herborist. Wanneer kunnen en mogen we helpen en hoe doen we dat op een veilige manier. Preventie is uiteraard het aller belangrijkste. We bekijken onze opties op een theoretische en praktische manier.

#### Voor wie is deze opleiding bestemd?

Herboristen, kruidenverwerkers, gezondheidswerkers

#### Voorkennis

Voorkennis kruiden is vereist.

#### Bijkomende info

Mee te brengen tijdens de laatste les: keukenschort, handdoek en basismateriaal voor kruidenverwerking.

### PROGRAMMA

#### Sessie 1: Theorie

- Omkadering werkveld van de herborist
- Omschrijving problematiek: burn out, depressie, angst, stress
- Toegepaste inhoudsstoffen
- Bijkomend advies rond geestelijke gezondheidszorg

#### Sessie 2: Theorie

- Plantenfiches
- Etherische olie, gemmo, Bach bloesems
- Adaptogenen en hun werking
- Verwerkingsvormen en toepassingsmogelijkheden

#### Sessie 3: Praktijk

- Capsules en tincturen
- De kunst van de geursamenstelling en fixatie voor etherische olie
- Uitwendige toepassingen, kompres

### PRAKTISCH

#### Lesdata

Datum	Startuur	Einduur
donderdag 19/03/2020	19:00	22:00
donderdag 26/03/2020	19:00	22:00
donderdag 02/04/2020	19:00	22:00

#### Locatie

Syntra West Kortrijk  
Doorniksesteenweg 220  
8500 Kortrijk

#### Contact

T: 078/353 653  
Sofie@syntrawest.be

Data onder voorbehoud van eventuele wijzigingen.

### **Grondstoffen**

Grondstoffen zijn inbegrepen in het inschrijfgeld.

### **DOCENT**

#### **Eveline Temmerman**

Herborist, kruidenverwerker van opleiding, gedreven om steeds bij te scholen en te verdiepen, eigenaar van Herborista, gespecialiseerd in verwerking van kruiden en uitwendige toepassingen. Ik leg me toe op creëren met respect voor oud én nieuw, het uitdragen van kruidenkennis op elk niveau.