

KRUIDEN VOOR HET BEWEGINGSSTELSEL

OMSCHRIJVING

Omschrijving

Deze opleiding is ideaal voor herboristen die willen werken met mensen die sporten of die de ergonomie van de zittende mens willen versterken. Hoe voorkomen we ouderdomskwalen, rugklachten, of overbelasting van de spieren? Wat kunnen we doen uitwendig én inwendig om een sterk bewegingsstelsel te ondersteunen? We gaan dieper in op de theorie, plantenfiches, toepassingsmogelijkheden en in de laatste les gaan we aan de slag met concrete recepten.

Voor wie is deze opleiding bestemd?

Deze opleiding richt zich tot professionals die actief zijn in de sector.

Voorkennis

Voorkennis kruiden is vereist.

Bijkomende info

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

PROGRAMMA

- **Sessie 1: Theorie**
 - Anatomie
 - Pathologie
 - Omkadering werkveld van de herborist
 - Toegepaste inhoudsstoffen
 - Bijkomend gezondheidsadvies bewegingsstelsel
- **Sessie 2: Theorie**
 - Plantenfiches
 - Etherische olie
 - Verwerkingsvormen
 - Inwendige en uitwendige toepassingsvormen
- **Sessie 3: Praktijk**
 - Spierbalsems
 - Zalven
 - Uitwendige toepassingen, kompressen en wikkels

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.