



# AROMATHERAPIE MODE D'EMPLOI

## MODULE 1

### *DUREE*

2 Jours de formation : samedi 28 et dimanche 29 Octobre 2017

9h30 à 12h30 et de 14h à 17h

### *PRIX LIEU*

170 EUROS, pour les frais pédagogiques. **Réservation en versant 50 euros d'arrhes à Aromavera place de l'église 48500 Le Massegros**

Le stage se déroulera chez Marie Odile Lemoine Le Bayard 69510 Thurins

Organisation : Marie Odile 06 14 92 45 47 [mo-lemoine@wanadoo.fr](mailto:mo-lemoine@wanadoo.fr)

REPAS HEBERGEMENT :

### *OBJECTIFS*

- Acquérir des connaissances scientifiques à la fois théoriques et pratiques sur les huiles essentielles : leurs variétés botaniques, leurs propriétés.
- Les précautions d'usage, les voies d'absorption, atmosphérique, orale, cutanées

### *COMPETENCES ATTENDUES*

A l'issue de la formation, les participants seront capables de connaître 20 huiles essentielles, leurs propriétés thérapeutiques et indications et les patients concernés.

### *CONTENU*

#### **ETAPE 1 : ACQUISITION DE CONNAISSANCES SCIENTIFIQUES**

- De la plante aromatique à l'huile essentielle  
Espèces botaniques, distillation, critères de qualité.
- Aromathérapie scientifique.

Le référentiel biochimique, incontournable pour une compréhension scientifique de cette thérapeutique.

- La galénique  
Les modes d'utilisation atmosphérique, cutané, oral ; les durées de traitements et posologies
- La toxicité  
Précautions majeures, molécules présentant une toxicité. La pyramide des âges.
- Applications pratiques à l'étude d'une fonction.  
La cure dépurative et le drainage des émonctoires.

## **ETAPE 2 : LA PRATIQUE**

- Les vingt huiles essentielles majeures.  
Choisies pour leur polyvalence, leurs propriétés et indications seront étudiées en détail. La dégustation olfactive menée en simultané permettra d'en connaître et les reconnaître.
- Ateliers de groupes.
  - ✓ Réflexions sur des pathologies courantes rencontrées :  
Locomoteur, circulatoire, respiratoire, cutané.
  - ✓ Mise en place des protocoles ; discussion sur le choix des huiles essentielles, les synergies choisies, les formulations choisies, (interne, externe, diffusion...), les durées de traitement, les précautions d'emploi.

## **METHODES PEDAGOGIQUES**

Les participants disposent à la fois d'éléments de cours en vidéo projection, complétés par un support de cours écrit.

Cependant, la méthode pédagogique reste active et fait appel aux connaissances et aux questionnements de chaque participant. Le travail en ateliers permet d'enclencher la dynamique de groupe et de développer les échanges et discussion.

La partie théorique sera elle aussi source de questionnements et d'échanges afin d'intégrer au mieux les connaissances.

Les exercices proposés permettront d'en connaître et mieux assimiler la partie théorique ; la aussi, le travail en binôme favorisera les échanges.