



# Formation en AROMATHÉRAPIE

## PROGRAMME 2022-2023

Formatrice : *Émilie Guerre*

*emilieguerre1@gmail.com - 06 85 55 35 73 - www.aroma-conseils.com*

### DÉCOUVRIR

(en 1 module !)

Module non inclus dans la formation complète

#### • **MODULE 0 (1h30) : Découverte de l'aromathérapie**

- Modes d'actions des huiles essentielles ? Propriétés et risques toxiques ?
- Avantages et les limites de l'aromathérapie ? Où acheter les huiles essentielles ?
- Gestes simples.
- Principales huiles essentielles.

### M'INITIER

(en 5 modules !)

Dans chaque module seront abordés :

- Des rappels physio-anatomiques.
- Les principales huiles essentielles de chaque système.
- Des études de cas.

#### • **MODULE 1 (7h)**

**BASES de l'aromathérapie** .....

-Définition, légalité.

-La plante (cellule végétale, photosynthèse des molécules aromatiques, glandes productrices).

-Modes d'extraction des essences aromatiques.

-Modes d'utilisations (voies d'administration, posologies fondamentales, excipients, limites d'usages et toxicité, populations à risques).

**MODES D'ACTIONS** .....

Relations structure chimiques et activités des molécules aromatiques.

#### • **MODULE 2 (7h)**

**Aromathérapie et SYSTÈME NERVEUX** .....

Stress, dépression, sommeil.

**Aromathérapie et SYSTÈME DIGESTIF** .....

Notions de toxémie. Dysfonctions, états infectieux, inflammations chroniques.

#### • **MODULE 3 (7h)**

**Aromathérapie et SYSTÈME CIRCULATOIRE** .....

Dysfonctions cardiaques, veineuses, artérielles et lymphatiques.

**Aromathérapie et SYSTÈME RESPIRATOIRE** .....

Dysfonctions respiratoires, états infectieux, états allergiques.

#### • **MODULE 4 (7h)**

**Aromathérapie et système HORMONAL FÉMININ** .....

Équilibre hormonal de la puberté à la ménopause, cycle menstruel, fertilité.

**Aromathérapie et système URO-GÉNITAL FÉMININ** .....

États infectieux, néo-formations.

#### • **MODULE 5 (7h)**

**Aromathérapie et PEAU (système tégumentaire)** .....

Sensibilité, irritations, états infectieux et allergiques.

**Aromathérapie et SYSTÈME ARTICULAIRE** .....

Dysfonctions, douleurs, états chroniques.



## ME PERFECTIONNER (en 5 modules !)

### • **MODULE 6 (7h)** ..... **GROSSESSE ET ACCOUCHEMENT**

Accompagnement de la grossesse et de l'accouchement avec des huiles essentielles :

- Règles d'usage et précautions d'emploi.
- Huiles essentielles adaptées au quotidien de la femme enceinte pour pallier aux inconforts les plus fréquents : nausées, troubles gastriques, douleurs lombaires, angoisses, troubles du sommeil, fatigue.
- Huiles essentielles pour préparer et accompagner l'accouchement : bien-être, relaxation, tonus...
- Proposition de synergies adaptées.

### • **MODULE 7 (7h)** ..... **BÉBÉS ET ENFANTS**

Accompagnement des tout petits (population sensible) :

- Règles d'usage et précautions d'emploi.
- Huiles essentielles unitaires ou en synergies adaptées en pédiatrie.
- Propositions de synergies pour accompagner les troubles ORL, soutenir les défenses naturelles, soulager les troubles du sommeil, l'hyperagitations et l'anxiété...

### • **MODULE 8 (7h)** ..... **SÉNIORS**

Accompagnement des personnes âgées (population sensible) :

- Règles d'usage et précautions d'emploi.
- Huiles essentielles unitaires ou en synergies adaptées en gériatrie.
- Propositions adaptées pour soutenir l'avancée en âge, les déficiences cérébrales, les douleurs articulaires, les troubles du sommeil, les troubles gastriques, les troubles émotionnels...
- Utilisation de l'aromathérapie en EHPAD et soins palliatifs.

### • **MODULE 9 (7h)** ..... **OLFACTOLOGIE**

Utilisation des huiles essentielles pour l'odorat :

- L'odorat : mécanismes d'action, le système nerveux olfactif.
- Les odeurs : structure et reconnaissance.
- La diffusion : modes opératoires, appareils, fréquences et temps de diffusion.
- L'olfaction en milieux professionnels ou domestiques.
- Propositions adaptées de réponses olfactives pour la désodorisation, la gestion du stress, l'amélioration des capacités intellectuelles, le marketing olfactif, le plaisir, la spiritualité...

### • **MODULE 10 (7h)** ..... **HYDROLATS**

- Les hydrolats : définition, production.
- Règles d'usage et précautions d'emploi.
- Actions majeures.
- Propositions adaptées pour la peau, la digestion, le stress, le tonus, le système immunitaire, la respiration, les allergies, les yeux, les troubles articulaires, les troubles féminins...

## ME SPÉCIALISER (en 4 modules !)

- **SPÉ 01 (7h) INSTALLATION "Praticien(ne) en aromathérapie"** ..... Structures juridiques, légalité, moyens matériels et financiers, administratif, marketing, communication.

Module inclus dans la formation complète

- **SPÉ 02 (7h) TROUSSE DE SECOURS aromathérapeutique** ..... Créer sa trousse familiale d'huiles essentielles pour les petits maux du quotidien : choix, stockage, transport...

Module non inclus dans la formation complète

- **SPÉ 03 (7h) Aromathérapie et ART CULINAIRE** ..... Utilisation des huiles essentielles dans les préparations culinaires : modes d'emploi, recettes.

Module non inclus dans la formation complète

- **SPÉ 04 (7h) Hydrolats et ART CULINAIRE** ..... Utilisation des hydrolats dans les préparations culinaires : modes d'emploi, recettes.

Module non inclus dans la formation complète