

# Aromathérapie pratique

L'aromathérapie est la connaissance et l'utilisation des huiles essentielles, substances aromatiques volatiles issues du monde végétal. Elles sont connues depuis la plus haute antiquité pour leurs propriétés thérapeutiques agissant au niveau du corps et de l'esprit.

Cette formation vous propose de découvrir et d'explorer le monde fascinant des huiles essentielles grâce à une pédagogie innovante structurée en 3 temps :

- Dégustation aromatique (test olfactif)
- Développement du ressenti énergétique et émotionnel
- Approche théorique (biochimique, indications...)

Vous découvrirez à travers cette formation aux huiles essentielles leur utilisation pour la prévention des troubles saisonniers, la gestion des états psycho-émotionnels (peur, colère, tristesse, anxiété...) et leur application en soins corporels de bien-être.

Cette formation sur 6 jours a été spécialement conçue pour répondre aux besoins des thérapeutes et à toute personne qui souhaite découvrir et utiliser dans son activité professionnelle le monde fascinant des huiles essentielles.

## Objectifs

- MAÎTRISER l'utilisation pratiques des 40 huiles essentielles et 20 huiles végétales courantes.
- CONNAÎTRE les huiles essentielles qui permettent de gérer les troubles ORL, digestifs, musculaires et les états psycho-émotionnels.
- SAVOIR APPLIQUER les huiles essentielles en soins corporels de bien-être.
- SAVOIR REALISER une synergie d'huiles essentielles sur des supports différents, huiles, crèmes, gels, sticks.

### PRÉ-REQUIS

Brevet des collèges ou équivalent.

### PUBLIC

Voir p16

### FORMATRICE

Valérie Rousseau

### DATES - 2 SESSIONS

Session novembre 2025

AT1 : 7-19 novembre 2025

AT2 : 12-14 décembre 2025

Session novembre 2026

AT1 : 6-8 novembre 2026

AT2 : 11-13 décembre 2026



## Programme

**Capsules e-learning au cours de la formation (p13)**

### STAGE AT1 - 3 JOURS

- Utilisation des huiles essentielles à travers les âges
- Nature, origines et méthodes de fabrication des huiles essentielles
- Les différents modes d'utilisation et leurs indications
- Dégustation olfactive et découverte des familles biochimiques
- Protocole pratique de prévention et d'accompagnement des troubles digestifs, musculaires et ORL
- Etude détaillée de 20 huiles essentielles et de 20 huiles végétales
- Création de mélanges aromatiques

### STAGE AT2 - 3 JOURS

- Anatomie et physiologie du système olfactif
- Etude et ressenti de l'action des huiles essentielles sur les émotions et le mental
- La trousse aromatique familiale d'urgence
- Règles d'utilisation des huiles essentielles
- Création de mélanges aromatiques
- Etude détaillée de 20 huiles essentielles
- Les hydrolats, une alternative douce
- Création de parfums naturels
- Utilisation des huiles essentielles en pratique professionnelle : études de cas
- Evaluation de fin de formation

**Classe virtuelle en fin de parcours (p14)**

### TARIFS

Préférentiel :

995 euros

Référentiel :

1 245 euros

Une ATTESTATION DE FORMATION vous sera délivrée sur présentation du devoir de mise en pratique des connaissances.