



INSTITUT DE FORMATION ELIXIR

Tél : 06 09 57 37 32

Organisme n° 73310739631 – Siret : 802 701 797 00028

Cet enregistrement ne vaut pas agrément de l'état

CONSEIL EN PHYTO-AROMATHERAPIE ET OLFACTOTHERAPIE

PUBLIC CONCERNE

Tout public

Un mémoire et un examen final valideront votre participation au cursus complet et les connaissances acquises dans le domaine des huiles essentielles et des plantes médicinales.

PRE REQUIS

Aucun pré requis

DELAI D'ACCES

Une semaine avant le début de la formation

RESUME

On note un intérêt grandissant du public pour les soins naturels, plus particulièrement pour les produits à base de plantes.

Les huiles essentielles et les plantes médicinales sont également de plus en plus utilisées par les professionnels de santé dans des milieux de soins (hôpitaux, établissements médico-sociaux) en tant que "compléments thérapeutiques" ou approches non médicamenteuses.

Par ailleurs, les effets de l'olfaction des huiles essentielles font actuellement l'objet de nombreuses études avec des résultats notables dans le domaine des blocages émotionnels, des troubles du sommeil, de la gestion du stress... Cette méthode novatrice d'accompagnement, l'olfactothérapie, est en plein développement.

Dans ce contexte, il est essentiel de savoir comment choisir ces différents produits et comment les conseiller dans le respect du cadre réglementaire en vigueur. En effet, les huiles essentielles et les plantes médicinales sont des substances naturelles qui peuvent être très actives, nécessitant une bonne connaissance de leurs propriétés et de leurs modes d'action, des voies d'utilisation, des précautions d'emploi et des critères de qualité.

OBJECTIFS PEDAGOGIQUES

Initiée par Gérard CLAEYS, herbaliste, cette formation a été conçue pour permettre aux participants d'acquérir un socle de connaissances pratiques et théoriques en aromathérapie et phytothérapie :

- De connaître les caractéristiques, les propriétés et le bon usage d'une sélection d'huiles essentielles et de plantes médicinales d'après leurs usages traditionnels et les données scientifiques modernes ;
- D'adapter leur conseil et leur utilisation en tenant compte des critères de qualité, de la sécurité des utilisateurs, des précautions d'emploi et du cadre réglementaire en vigueur ;
- De savoir comment sont formulés les mélanges de plantes et les synergies d'huiles essentielles ;
- D'expérimenter l'usage spécifique des huiles essentielles en olfaction en vue d'applications dans les domaines de la gestion du stress et des émotions, des troubles du sommeil et de la mémoire ;
- D'évaluer l'intérêt et les limites de l'usage ou du conseil de ces approches naturelles dans une pratique professionnelle de santé ou de bien-être, en collaboration avec le médecin traitant et/ou des équipes de soignants.

CONTENU DE LA FORMATION

PHYTOTHERAPIE (3 jours)

Rappels historiques

De l'usage traditionnel des plantes médicinales au renouveau actuel.

Introduction à la botanique et à la nomenclature binominale

Outils de reconnaissance et d'identification des plantes médicinales.

Sortie sur le terrain.

Biochimie

Principes actifs des plantes médicinales et des plantes toxiques.

Galénique

Comment préparer les plantes pour les utiliser.

Critères de récolte et de cueillette.

Présentation des différentes formes galéniques : infusions, décoctions, mélanges de plantes, teintures, extraits de plantes fraîches, macérâts huileux, sirops, vins aux plantes....

Réglementation

Pharmacopées, monopole pharmaceutique et plantes en vente libre.
Compléments alimentaires à base de plantes.

Monographies de plantes

Etudes d'une quarantaine de plantes d'usage courant : caractéristiques botaniques, parties utilisées, principes actifs, propriétés reconnues et indications traditionnelles, modes d'utilisation et précautions d'emploi.

Présentation par systèmes (systèmes respiratoire, immunitaire, digestif, locomoteur, circulatoire, nerveux, cutané...) ou par thématiques (sommeil, stress, fatigue, douleur, féminité, infections, immunité...) en fonction des attentes des participants.

AROMATHERAPIE (6 jours)

MODULE 1 (2 jours) : Fondamentaux de l'aromathérapie (bienfaits et bon usage des huiles essentielles):

- Définitions, rappels historiques et botaniques
- Production, critères de qualité, conservation et réglementation
- Notions de chémotypes, de labels et d'étiquetage
- Principales propriétés
- Différents types de toxicité et précautions d'emploi (doses et durées maximales, règles de dilution, fenêtres thérapeutiques, utilisateurs et interactions)
- Différentes voies d'utilisation et bon usage
- Présentation de 15 huiles essentielles incontournables pour constituer une aromathèque de base : caractéristiques et propriétés, principales indications, voies d'utilisation et précautions d'emploi
- Réalisation d'une dilution

MODULE 2 (2 jours) : Aromathérapie approfondie (connaissances scientifiques et domaines d'application des huiles essentielles)

- Principales familles chimiques des principes actifs, lien structure/activité et toxicités
- Différents mécanismes d'action (approches biochimique, bioélectrique, sensorielle et énergétique)
- Présentation de 15 huiles essentielles complémentaires du MODULE 1 pour prévenir et soulager les troubles les plus courants classés par sphères :

- Troubles ORL et respiratoires
- Troubles digestifs et urinaires
- Douleurs et articulations
- Troubles cutanés
- Autres thèmes possibles en fonction des domaines d'activité des participants
- À noter : les troubles liés au système nerveux (stress, émotivité, sommeil, concentration, mémoire...) sont abordés pendant le MODULE 3
- Choix et formulation de synergies pour différentes indications en lien avec votre pratique professionnelle et en fonction du profil des utilisateurs potentiels (âge, terrains à risques, traitement en cours...)

MODULE 3 (2 jours) : Olfactothérapie (approche sensorielle et psycho-émotionnelle des huiles essentielles)

- Définition et connaissances actuelles sur le pouvoir des odeurs
- Système olfactif et rôle du cerveau (mémoire et sensibilité olfactive)
- Pyramide des notes (tête, cœur, fond) et familles d'odeurs
- Référentiel émotionnel des huiles essentielles
- Présentation de 15 huiles essentielles majeures du système nerveux
- Expérimentation d'une séance d'olfaction aromatique
- Exemples de champs d'application : maladie d'Alzheimer, gestion du stress, troubles du sommeil...
- Formulation et réalisation de sticks inhalateurs

METHODES PEDAGOGIQUES

- Apports théoriques progressifs avec un support de cours permettant d'intégrer les informations reçues
- Temps de questions/réponses, d'échanges d'expérience et de mise en situation
- Travaux pratiques d'expérimentation (olfaction d'huiles essentielles, réalisation de dilutions et de mélanges)

La méthode pédagogique privilégie l'interaction. Elle fait appel aux connaissances et aux questionnements de chaque participant.

Les exercices et les ateliers pratiques proposés sont conçus pour permettre une meilleure assimilation des notions théoriques.

Le travail en binôme et les ateliers pratiques favorisent la dynamique de groupe, les échanges et les partages d'expérience.

OUTILS PEDAGOGIQUES

- Huiles essentielles, huiles végétales, hydrolats aromatiques, plantes sèches et compléments alimentaires
- Flacons compte-gouttes, éprouvettes, sticks inhalateurs et mouillettes testeurs
- Diffuseur d'huiles essentielles
- Paper board et vidéo projection
- Support de cours ;
- Sites et ouvrages de référence comme sources documentaires complémentaires.

EVALUATION DU PROGRAMME

- Tour de table individuel oral en début de programme pour recueillir les attentes, les objectifs attendus et les compétences à développer
- Tour de table individuel oral en fin de programme
- Questionnaire individuel écrit d'évaluation du programme
- Pré-test et post-test d'évaluation des connaissances
- Validation des acquis et échange individuel avec la formatrice
- Rédaction individuelle d'un mémoire d'une vingtaine de pages minimum.

NOMBRE DE PARTICIPANTS

20 maximum

FORMATRICE

Nathalie FRANCOIS

Dr en pharmacie spécialisée en phyto-aromathérapie et micronutrition

ACCESSIBILITE

Nos locaux sont accessibles aux personnes porteuses d'un handicap.
Veuillez nous contacter pour adapter le contenu et le déroulement de la formation.

DUREE et HORAIRES

9 journées en présentiel découpées en trois modules de 2 jours (aromathérapie et olfactothérapie) et un module de 3 jours en phytothérapie.

9h - 12h30 et 14h - 17h30

TARIF

1530€/personne pour les 9 jours (repas de midi inclus)

490€/ personne pour un module de 2 jours (repas de midi inclus)

735€/ personne pour le module de 3 jours (repas de midi inclus)

PERSONNE A CONTACTER

Christel RICHARD - Responsable pédagogique

accueil@formationselixir.com

06 09 57 37 32