



Programme détaillé du stage d'aromathérapie fondamentale Module 2

1 - OBJECTIF DE LA FORMATION

Permettre à toute personne néophyte et non professionnelle d'utiliser les huiles essentielles en toute sécurité avec la connaissance des différentes règles de l'aromathérapie.

2 - DUREE DE LA FORMATION

14 heures de cours réparties en deux fois 7 heures

3 - CONTENU DE LA FORMATION

Jour 1

1. Révisions et approfondissement du référentiel électrique

Questions /réponses sur la compréhension globale de la relation « Structure d'une huile essentielle et relation activité thérapeutique »

- Biosynthèse des molécules aromatiques
- Voie des phényles propanoïdes
- Voie des terpénoïdes

Présentation de phtalides ; composés soufrés ; composés azotés ; sesquiterpénols

2. Les huiles végétales utilisées en aromathérapie

Notions d'acides gras

Principaux raffinages ; Inversions toxiques ; Prostaglandines

Les différents indices des acides gras : indice d'iode ; indice de saponification ; indice d'acidité ; indice de peroxyde ; indice de comédogénicité ; indice de protection solaire

Etude approfondie des huiles vierges sous forme d'un tableau récapitulatif des différents acides gras dans les chaînes oméga 9, oméga 6, oméga 3.

Caractéristiques techniques des huiles vierges

Présentation des principales huiles vierges et huiles de macération

Argan ; Avocat ; Calophyllum ; Chanvre ; Germe de blé ; Jojoba ; Macadamia ; Noisette ; Noyaux d'abricots ; Onagre ; Rose musquée ; Arnica ; Calendula ; Lavande ; Millepertuis ; Pâquerettes

Jour 2

3. Etude approfondie de 12 huiles essentielles :

Aneth (anethum graveolens) - Camomille romaine (chamaemelum nobile)
Carotte (daucus carota) - Ciste (cistus ladaniferus)
Cyprès (cupressus sempervirens) Citron (citrus lemonum)
Genièvre (juniperus communis) - Girofle (eugenia caryophyllus)
Niaouli (melaleuca quinquenervia) Pruche (tsuga canadensis)
Petit grain (citrus aurantium folia) - Wintergreen (gaultheria procumbens)

Pour chaque huile essentielle détaillée, plusieurs formules simples sont proposées pour les pathologies courantes (hivernales, digestives, nerveuses, musculo squelettiques...)

4. Règles de formulation d'aromathérapie dans les grands registres de pathologies (Nerveuses, digestives, pulmonaires, troubles musculo squelettiques)

5. Mise en pratique

Travail individuel (correction de protocoles sous forme ludique de jeu « Trouvez l'erreur » et « compléter les vides »)

Après correction en groupe, formulation et réalisation d'onguents et d'huiles thérapeutiques (chaque élève prépare 2 synergies de son choix et repart avec)

Utilisation des différents outils étudiés précédemment (huiles essentielles, huiles vierges, dispersant, cire d'abeille)

.4 MOYENS PEDAGOGIQUES ET TECHNIQUES

Les cours sont dispensés dans une salle de 40 m² . (maximum 14 personnes)

A disposition des instructeurs : - 1 vidéo-projecteur

- 3 tableaux (deux muraux et un sur pied)

A disposition des élèves : Support de cours relié

Aromathèque 135 flacons pour découverte olfactive

Tous les ingrédients pour la fabrication des produits ; huiles essentielles, huiles végétales et de macération, cire d'abeille, pots verre et flacons...

Centre de formation EVEIL NATURE

**82 rue Roland Garros 84200 Carpentras
06 20 82 19 60 - Mail : eveil.nature@yahoo.fr**

Site : www.eveilnature.net