



Programme détaillé « L'Hydrolathérapie »

1. OBJET DE LA FORMATION

Permettre de découvrir, comprendre et mettre en œuvre les hydrolats aromatiques.

2. DUREE DE LA FORMATION – 7 heures de cours

1 journée (09 h– 13 h 00 / 14 h 00 – 17 h).

3. CONTENU DE LA FORMATION

Historique ; Origine des hydrolats ; Principe de distillation des huiles essentielles

Obtention des hydrolats ; Composition des HE et HY ; Durée de conservation ; Qualité des hydrolats

La distillation ; Les principaux composés biochimiques des HE ; Notions de polarité /hydrophobe / hydrophile

L'eau, une molécule hors norme, l'eau dans tous ses états

La mémoire de l'eau

Les hydrolats et thérapie

Domaines d'activité sur les différentes sphères (nerveuse, digestive, cutanée...)

Utilisation avec les enfants et les personnes âgées

Les bienfaits de l'eau et des hydrolats (Notions de déminéralisation et de PH)

Voie cutanée (lotions, crèmes et laits corporels, sprays auriques...)

Voie orale (Synergies thérapeutiques, boissons digestives, cuisine aromatique)

Etude détaillée de quelques hydrolats

Bleuet

Camomille romaine

Cèdre de l' Atlas

Menthe poivrée

Mélisse

Fleur d'oranger

Lavande fine

Hamamélis

Romarin à verbénone

Rose

Tilleul

Thym à thymol

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 (24 pages)

- Aromathèque 135 flacons pour découverte olfactive

5. FORMATRICES

Mireille Fleury - Aromathérapeute

Sophie Fleuranceau – Docteur en Pharmacie, DU de phyto-aromathérapie de Montpellier

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