

## L'AROMATHERAPIE : DEVELOPPER LA PRISE EN CHARGE AU NATUREL

**Formateur :**

Formatrice en médecine naturelle

**Public concerné :**

Tout professionnel de santé

**Durée :** 2 jours (14 H)

**Dates :** 30 et 31 mars 2020

**Lieu :**

Centre de Formation Saint Michel ou dans vos locaux

**Coût :**

- En Inter : 395 €
- En Intra : nous consulter

**Pour toutes demandes de renseignements :**

Audrey TROUILLARD  
formation.malestroit@cfsm56.fr

**OBJECTIFS**

- Acquérir des outils fiables pour un usage en toute sécurité :
- Approche générale des huiles essentielles, cerner le produit, le connaître.
- Découvrir l'aromathérapie et ses différentes applications.
- Comprendre les principes actifs des huiles essentielles et connaître les modes d'application et les supports utilisés, précautions d'emploi.
- Utiliser les huiles essentielles de façon responsable.

**PROGRAMME****Journée 1****Matin****Découverte de l'aromathérapie, généralités de base pour savoir utiliser et comprendre les huiles essentielles**

Définition

Familles biochimiques des molécules

Précautions d'emploi – contre-indications – interactions médicamenteuses

Modes d'utilisations (apprendre à utiliser les huiles essentielles par voie atmosphérique, olfaction et par voie cutanée)

Posologie

**Après-midi**

Apprendre à utiliser les HE dans diverses situations par la voie atmosphérique/olfactive et la voie cutanée.

**La diffusion et l'olfaction :**

Avantages de la diffusion et de l'olfaction.

Etudes des huiles essentielles recommandées par la voie olfactive, suivant la propriété recherchée (mauvaises odeurs dans la chambre, pièces communes ; dans le cadre de périodes de contaminations virales ; stress, troubles du sommeil, agressivité, angoisses ...)

**Applications cutanées, toucher-massage :**

Avantages, précautions, modes d'emploi et études de diverses huiles essentielles suivant différents besoin :

**Prise en charge du système nerveux :** Stress, angoisses, agressivité, troubles du sommeil, appréhension ...

**Gestion de la douleur :** inflammations, contractures musculaires, douleurs articulaires ...

**Atelier Pratique :** Apprendre à fabriquer un mélange d'huiles essentielles personnalisé pour un aromastick (= stick inhalateur)

## FORMATION Centre de formation Saint Michel

### Journée 2

#### Matin

**Prise en charge des troubles circulatoires** : jambes lourdes, maladies de Raynaud, œdèmes des membres supérieurs et inférieurs ...

#### Gestion des périodes à risque d'infections virales : l'hiver

Etudes des HE utilisées par voie atmosphérique, olfactive, et cutanée pour :  
Stimuler les défenses immunitaires

Aider l'organisme à combattre une infection virale (états grippaux, grippe, gastro, rhumes ...)

Pathologies hivernales : les petits « plus » en aromathérapie pour gérer les divers troubles

ORL : nez bouché, sinusite, toux sèche, toux grasse, bronchite non asthmatiforme, bronchite asthmatiforme ...

#### Après-midi

#### Gestion des troubles dermatologiques

Etudes de quelques huiles végétales stratégiques : Peaux sèches, Peaux fragilisées, irritées

Cicatrisation des peaux irritées

Petites plaies, infections fongiques, bactériennes, virales (herpès ...)

Hématomes

Démangeaisons

#### Gestion des troubles digestifs, transit, problèmes de « bouche » ...

Digestion difficile

Manque d'appétit

Mycose buccale

Remontée acide

Spasmes, maux de ventre

Constipation

Pendant la formation, toutes les HE seront présentées olfactivement

### METHODES PEDAGOGIQUES

Apports théoriques.

Réalisation de baume

Découverte des différentes huiles

Olfactothérapie

Test de positionnement à l'entrée en formation (QCM)

Evaluation des acquis en fin de formation (QCM)

**Pour toutes demandes  
de renseignements :**  
Audrey TROUILLARD  
formation.malestroit@cfsm56.fr