



Les compagnons de  
**Thothestia**

## Les Huiles essentielles et votre Santé

Ref: AF2

Durée : 1 jour soit 7h

Horaires : 9h/12h – 13h30/17h30

Coût : 99 € TTC

Date de cession : à définir

Lieu : La fabrique du Hanneton 29, ave de Gramont 03200 Vichy  
Groupe de 8 à 12 stagiaires

### Niveau de professionnalisation visé

Aucun

### Objectif général :

Acquérir les connaissances théoriques et pratiques nécessaires à l'utilisation des huiles essentielles dans le cadre familial en toute sécurité.

### Objectifs opérationnels :

Découvrir l'aromathérapie à travers son histoire et sa fabrication

Connaitre les grandes familles d'huiles essentielles, leurs utilisations et leurs propriétés

Savoir réaliser des préparations d'huiles essentielles

### Public :

Particuliers qui veulent pouvoir gérer le quotidien de façon naturelle.

### Prérequis :

Avoir validé le module Aromathérapie Familiale

### Méthodes pédagogiques :

Pédagogie active alternant des apports théoriques et des mises en œuvre individuelles.

### Modalités d'évaluation :

Attestation de suivi de formation.

### Qualité de la formation

Questionnaire de fin de formation: les contenus, les formateurs, le contexte et la progression.

### Formateur(s) :

*Franck Petit*

Docteur en Biochimie,  
Naturopathe, réflexologue,  
aromathérapeute.

DEA Nutrition & Sciences des aliments.

### PROGRAMME :

#### **Rappels sur la nomenclature des huiles essentielles.**

Le phénomène « essentiel », les critères de choix.

#### **La chimie des huiles essentielles utiles pour votre santé.**

Description des familles chimiques qui constituent les huiles essentielles.

#### **Rappel sur les généralités de précautions d'emploi.**

Les limites d'utilisation : les toxicités (photosensibilisation, néphrotoxicité, allergies, dermocausticité et nécrose, hépatotoxicité, neurotoxicité et action abortive)

#### **Rappel sur les différents modes d'utilisation :**

- La voie cutanée, la voie orale, la voie sublinguale, la voie rectale, la voie vaginale, la voie respiratoire, la voie nasale, la voie auriculaire.
- Intérêts et inconvénients de chacune des voies.
- Les taux de dilution.

#### **Huiles essentielles & Santé.**

Description des principales huiles essentielles d'intérêt pour la santé dans le cadre des problèmes :

- ORL
- Digestifs
- Cutanés
- Circulatoires

Approche de diverses formulations efficaces.

#### **Réalisation d'une préparation.**

Comment réaliser vos propres préparations en toute sécurité.

#### **Questions / Réponses**

Remise des attestations et des supports de formation

**Chaque participant(e) repart avec sa préparation personnelle réalisée lors du stage.**

CONTACT : Tel 06.08.58.63.71- [www.thothestia.fr](http://www.thothestia.fr)

9, rue de Morvan - 03300 CREUZIER LE VIEUX

N° SIRET : 878 206 705 00013 – Code APE 8559B

Les stagiaires doivent avoir une tenue adaptée, ne craignant ni salissures, ni accrocs. Stylo et feuilles sont conseillés pour la prise de note.