



L'aromathérapie familiale

Ref: AF1

Durée : 1 jour soit 7h
Horaires : 9h/12h – 13h30/17h30
Coût : nous consulter
Date de cession : nous consulter
Lieu : nous consulter
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 :

Pas de prérequis

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 :

Histoire de l'aromathérapie.

Rencontre avec les huiles essentielles : qui sont-elles ?

Les méthodes de production des huiles essentielles.

Comment les obtenir ?

La nomenclature des huiles essentielles.

Le phénomène « essentiel », les critères de choix.

La chimie des huiles essentielles.

Description des familles chimiques qui constituent les huiles essentielles

Généralités sur les précautions d'emploi.

La conservation des huiles essentielles.

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

Les 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 & Entretien ménager.

Les huiles essentielles dans l'usage courant pour l'entretien de la maison. Quelques recettes à connaître.

Huiles essentielles & Cuisine.

L'utilisation des huiles essentielles dans vos plats. Pourquoi ? Comment ?

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- ww.thohestia.fr
3 rue des loubières 03110 Espinasse Vozelle
N° SIRET 878 206 705 000 13 Code APE 8559B
N° déclaration d'activité de formation 84030374503

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