



# PROGRAMME Aromathérapie SPÉCIALITÉ



Juliette

- **Objectifs :** À l'issue de la formation, le participant sera capable de :

- Décrire les fondements botaniques, biochimiques et les principes d'utilisation de l'aromathérapie
- Identifier les caractéristiques des huiles essentielles (origine botanique, chémotype, mode d'extraction)
- Analyser les propriétés et précautions d'usage des principales huiles essentielles
- Déterminer les modalités d'utilisation adaptées (voie d'administration, dilution, fréquence) en fonction d'un besoin et d'un profil spécifique (enfants, femmes enceintes, terrain...).
- Appliquer les règles de sécurité et de prévention des risques dans un cadre non médical
- Sélectionner des huiles essentielles pertinentes pour un usage du quotidien
- Élaborer une synergie aromatique en respectant les règles de formulation
- Formuler des conseils personnalisés dans le respect du cadre réglementaire et d'une posture professionnelle
- Structurer une transmission de conseils (atelier, accompagnement individuel) adaptée au public

- **Public :** tout public

- **Pré-requis :** Être professionnel de santé, du bien-être ou thérapeute en activité ou en reconversion (naturopathe, esthéticien·ne, réflexologue, etc.)

ou: Avoir suivi la journée d'initiation à l'aromathérapie proposée par notre organisme de formation.

- **Programme :**

## Jour/Chapitre 1: Fondements et caractéristiques des huiles essentielles

**Objectifs :** Décrire les fondements et identifier les caractéristiques d'une huile essentielle

- Présentation de la formation et recueil des attentes
- Définition, origine et évolution de l'aromathérapie (statut des HE et cadre légal en France)
- Notions de biologie végétale appliquée
- Identification des différentes formes : huiles essentielles, essences, hydrolats, huiles végétales
- Présentation des méthodes d'extraction (distillation, expression, extraction CO<sub>2</sub>)
- Identification des critères de qualité (origine botanique, chémotype, traçabilité, labels)
- Introduction à la biochimie des huiles essentielles (familles biochimiques, molécules aromatiques, propriétés, précautions, lien avec les tempéraments hippocratiques)
- Atelier olfactif : reconnaissance et description des sensations

## Jour/Chapitre 2: Modalités d'utilisation et sécurité

**Objectif :** Utiliser les huiles essentielles de manière adaptée et sécurisée

- Présentation des voies d'utilisation (cutanée, olfactive, diffusion)
- Notions de dilution et calcul des dosages
- Adaptation selon les profils (adultes, enfants, situations spécifiques)
- Identification des contre-indications et précautions d'usage
- Analyse des situations à risque et conduite à tenir
- Rappel du cadre réglementaire et des limites d'intervention

## Jour/Chapitre 3: Étude des huiles essentielles incontournables (1)

**Objectif :** Identifier et associer les huiles essentielles

- Présentation d'un ensemble d'huiles essentielles courantes



Centre Josètre – Former autrement, en conscience et avec cœur

1331 Boulevard Fernand Darchicourt 62110 Hénin- Beaumont

06 61 31 75 53 josetrehbt@gmail.com

Siret: 942 091 554 000 17 NDA: 32620409862 Qualiopi : QUA008652



- Identification de leurs caractéristiques : propriétés, usages traditionnels, précautions
- Mise en relation avec des besoins du quotidien (respiratoire, digestif, cutané, etc.)
- Exercices d'analyse et d'application

### Jour/Chapitre 4 : Étude des huiles essentielles incontournables (2)

**Objectif :** Construire des associations adaptées

- Approfondissement de la connaissance des huiles essentielles
- Identification des synergies possibles
- Comparaison des huiles selon les profils et besoins
- Études de cas pratiques
- Élaboration de propositions adaptées

### Jour/Chapitre 5 : Formulation, mise en pratique et évaluation

**Objectif :** Mobiliser les compétences en situation

- Méthodologie de formulation d'une synergie
- Choix des huiles essentielles et des supports
- Détermination des dosages et modalités d'utilisation
- Études de cas : analyse, choix, justification
- Mise en situation (présentiel ou distanciel) :
  - formulation d'une synergie
  - présentation argumentée
- Réflexion sur la posture professionnelle et l'éthique du conseil
- Évaluation des acquis (étude de cas, réalisation d'une synergie, quiz)
- Bilan de la formation

- **Méthodes :** Supports visuels variés : diaporamas, vidéos explicatives, schémas pédagogiques. Fiches techniques et livret pédagogique remis à chaque participant. Ateliers pratiques en petits groupes, formulation de produits personnalisés, expérimentation libre encadrée. Échanges collectifs : partages d'expériences, réflexions guidées sur les pratiques naturelles, corrections collectives. Analyse de cas pratiques : étude de problématiques cutanées courantes avec élaboration de solutions naturelles.
- **Moyens :** présentation des produits bio et remise d'un livret imprimé
- **Évaluation :** **Évaluation diagnostique (prédictive) :**
  - Réalisée en début de session, sous forme de quiz ou questionnaire de positionnement.**Évaluation formative :**
  - Menée en continu tout au long des 5 jours de formation, à travers :
    - Des interrogations orales régulières.
    - Des observations et retours individualisés pendant les ateliers.**Évaluation sommative :**
  - Réalisée en fin de formation, sous forme de :
    - Quiz ou QCM final sur les points théoriques abordés.**Évaluation de la satisfaction :**
  - Par le biais d'un questionnaire à chaud, en fin de session.
- **Niveau de sortie :** Sans niveau spécifique. La formation donne lieu à la remise d'une **Attestation de fin de formation** mentionnant les objectifs, la nature et la durée de l'action, ainsi que les résultats de l'évaluation des acquis.
  - **Note :** Cette formation n'est pas certifiante et ne débouche pas sur un diplôme d'État. Cette formation a un but de bien-être et de confort. Elle ne remplace en aucun cas un avis médical et ne permet pas d'établir un diagnostic ou une prescription.
- **Délais d'accès :** réponse sous 8 jours
- **Dates :** à planifier selon nos disponibilités

- **Accessibilité** : aux personnes en situation de handicap après entretien et analyse éventuelle d'aménagement
- **Durée** : 5 jours ( 35h ) Horaires: 8h30-12h . 13h -16h30
- **Tarif** : 690€ Net de taxes par personne
- **Lieu** : au Centre de Formation Josêtre
- **Formatrice** : Juliette Léoquart (naturopathe et Docteur en Biologie)



 **Centre Josêtre – Former autrement, en conscience et avec cœur**

1331 Boulevard Fernand Darchicourt 62110 Hénin- Beaumont

06 61 31 75 53 [josetrehbt@gmail.com](mailto:josetrehbt@gmail.com)

Siret: 942 091 554 000 17 NDA: 32620409862 Qualiopi : QUA008652

