

PROGRAMME

Aromathérapie appliquée à l'officine

(Durée : 14 heures)

Jour 1 :

Accueil et positionnement :

- Recueil des attentes des participants (objectifs individuels de la formation) et de leur expérience sur l'aromathérapie à l'officine

A – Bases de l'aromathérapie

Introduction :

- Définition de l'Aromathérapie,
- Obtention d'une huile essentielle
- Propriétés physico chimiques,
- Règlementation

Voies d'administrations :

- Voie orale
- Voies cutanées (massage, application directe, bain)
- Voies respiratoires (inhalation, diffusion, olfaction)

Contre-indications :

- Limites et contre-indications : femme enceinte et allaitante, enfant, épileptiques asthmatique allergique ...
- Restriction d'usage de certaines huiles

Critères de qualité :

- Lecture d'une étiquette et critères de qualité
- Chromatographie
- Notions d'écologie

B - 10 huiles vraiment essentielles

Introduction : complexité moléculaire d'une huile, polyvalence

Monographies de 10 huiles majeures : Lavande, Ravintsara, Teatree, Thym, Hélichryse, Citron, Eucalyptus citronné, Camomille, Menthe, Gaultherie

Conception de synergies efficaces :

- Définitions, règles
- Cas pratiques

Structure du conseil :

- Situations où le conseil est pertinent
- Méthodologie du conseil
- Astuces de formulation

Cas Concrets : 4 fiches conseil, destinées à être utilisées à l'officine pour structurer son conseil associé :

- Gestion du stress,
- Conseil en dermatologie
- Pathologies hivernales
- Douleurs articulaires

Organisation de son premier atelier à l'officine : découverte des outils, jeu de rôle en binôme

Jour 2 :

A – Approfondissement

Introduction et rappels

- Origine d'une huile
- Voies d'administrations

Huiles végétales et supports :

- Principales HV
- Propriétés

Relation structure activité : propriétés pharmacologique des familles biochimiques

Hydrolats :

- Introduction à l'usage des hydrolats
- Origine et intérêt thérapeutique

B - 10 huiles essentielles complémentaires pour compléter son conseil

Rappel des 10 huiles essentielles : les 10 huiles abordées dans le premier jour via une analyse des conseils donnés

Monographies de 10 huiles essentielles complémentaires : Lavande aspic, Romarins, Laurier noble, Mandarine, Ylang-ylang, Petit grain bigarade, Cyprès, Girofle, Ciste, Basilic

Retour sur expérience :

- Analyse des situations vécues
- Rappel de méthode

Cas Concrets : 4 nouvelles fiches conseil de saison, destinées à être utilisée à l'officine pour structurer son conseil associé :

- Gestion du sommeil
- Immunité
- Digestion
- Conseil capillaire

Organiser de nouveaux ateliers à l'officine : explorer de nouveaux thèmes, jeu de rôle en binôme