

# Formation Aromathérapie en Lozère - niveau 1

---

Jeudi 7 et vendredi 8 octobre 2021- niveau 1

**Objectif :** Nous apprendrons à bien choisir les huiles essentielles pour en faire un usage personnel ou thérapeutique de qualité en diffusion, massage et prise orale.

Cette formation s'adresse à tous les professionnels de santé souhaitant intégrer les huiles essentielles et les hydrolats dans les protocoles de soins.

Elle est également accessible à toute personne souhaitant utiliser ou conseiller des huiles essentielles ou hydrolats.

## Premier Jour : l'aromathérapie, les hydrolats et la santé

**9h - 10h30 :** Introduction sur le contexte de la santé, les différentes approches possibles, allopathie, homéopathie et aromathérapie et autres.

Évolutions majeures de nos connaissances sur ces 10 dernières années :

- Épigénétique
- Microbiote
- Neurosciences

**11h - 12h30 :** Présentation de la phytothérapie et de ses différentes actions possibles au niveau de notre santé.

Notion de totum de la plante.

Huiles essentielles et hydrolats. Des remèdes indispensables ?

Extraction des essences et obtention des huiles essentielles et des hydrolats.

Critères de qualité : bio et /ou sauvage.

Importance de la qualité de la distillation pour une aromathérapie et une hydrolathérapie efficaces et sûres.

Usages courants, toxicité réelle des huiles essentielles et des plantes en général après un bref rappel de la toxicité des différentes thérapies en usage actuellement.

**14h - 15h30 :** Pharmacologie et action Thérapeutiques Utilisation les plus fréquentes des plantes et huiles essentielles. Action sur les problèmes ostéoarticulaire Action sur le stress Action sur le système immunitaire les différentes infections. Action sur les problèmes de sommeil. Action sur les allergies.

**16h - 17h30 :** Les huiles essentielles et les hydrolats du côté pratique.

## Nos Tarifs :

1 journée : ..... 150€

2 journées : ..... 250€

## Deuxième Jour : 20 ans d'expériences sur l'usage des huiles essentielles et des hydrolats, un apport majeur pour une utilisation en toute sécurité.

**9h - 10h30 :** Rappel sur les propriétés démontrées et les différentes expériences déjà réalisées dans des centres de soins.

**11h - 12h30 :** Intégration des HE et hydrolats dans un Protocole de soins

**14h - 15h30 :** Observation d'une Distillation réussie garantissant la sécurité d'utilisation des huiles essentielles dans des protocoles de soins

**16h - 17h30 :** Synthèse des deux jours, questions, réponses.

démonstration grâce a des appareils de biofeedback de l'action possible et immédiates des huiles essentielles.

## Les avis

"Je voulais vous faire un retour très positif de la formation que j'ai eu le plaisir de suivre durant deux jours.

J'ai beaucoup apprécié votre approche pleine de sens et très dynamique et très décomplexée sur l'usage des huiles essentielles.

Cette formation est venue percuter mes réflexions personnelles du moment et cela fait du bien"

Sylvie - septembre 2020

"Merci pour ces deux jours exceptionnels, qui outre le cadre et le savoir reçu, va faire encore un peu évoluer ma pratique. Je me sent rechargé à fond et impatient de mettre en pratique. Merci beaucoup pour ce partage !"

Clement - septembre 2020 - Praticien de santé

## Réservation:

Directement sur notre site internet : [francoistournay.fr](http://francoistournay.fr)

Pour tout renseignement complémentaire contacter **Francois Tournay :**

Par téléphone : **06 88 05 87 79**

Par mail : [francoistournay1@gmail.com](mailto:francoistournay1@gmail.com)