

APOTICARIUS

132 impasse des oliviers
83690 Sillans la Cascade
Email: info@apoticarius.com
Tel: 0952457585



Huile essentielle : gérer le stress et les émotions

Une jour pour vous approprier l'emploi de 8 huiles essentielles utiles pour votre bien-être

Ce stage tout public sur les huiles essentielles, d'une journée en classe virtuelle, s'adresse à toutes les personnes qui désirent mieux gérer le stress et les émotions avec l'aromathérapie.

Durée: 7.00 heures (1.00 jours)

Public visé

- Tout public

Prérequis

- Aucun

Type de stage

- Inter-entreprises - Classe virtuelle

Objectifs pédagogiques

- Optimiser l'utilisation des huiles essentielles abordées sur la base de données scientifiques
- Maîtriser l'utilisation de 8 huiles essentielles (propriétés et précautions d'utilisation)
- Connaître les principales activités et précautions des constituants de ces huiles essentielles
- Adapter les dosages selon le type de personne et l'usage recherché
- Créer des formules personnalisées à base d'huiles essentielles

Contenu de la formation

- Mieux connaître les huiles essentielles (H.E.) et l'aromathérapie
 - Principaux produits utilisés en aromathérapie, critères de qualité
 - Comment utiliser les H.E. : voies d'administration et modes d'utilisation
 - Composants actifs des H.E. : molécules clés (effets bénéfiques et/ou indésirables)
 - Précautions d'usage, contre-indications et utilisations particulières chez les enfants
- Diminuer le stress avec les huiles essentielles
 - Fiches pratiques : Camomille noble, Lavande fine, Petit grain de Bigarade, Orange douce, Litsée citronnée, Ylang-ylang, Marjolaine à coquille, Épinette noire
 - Zoom sur 8 huiles essentielles : composants principaux, propriétés thérapeutiques, indications, précautions d'usage et modes d'utilisations
- Libérer les émotions positives avec les huiles essentielles
 - Les émotions olfactives des huiles essentielles abordées
- Huiles essentielles et bien-être des adultes :
 - Formules pour stress, insomnie, déprime, choc émotionnel, angoisse, fatigue
- Huiles essentielles et bien-être des enfants :

Le pouvoir des plantes au service des soignants®



- Formules pour anxiété, cauchemar, hyperactivité, diffusion à visée relaxante

Organisation de la formation

Formateur(s)

Guilhem Jocteur - Docteur en Pharmacie et diplômé en Phyto-Aromathérapie de l'Université de Besançon. Il pratique le conseil en aromathérapie depuis 2003 et apporte son expertise auprès des professionnels de la santé. C'est avec enchantement et optimisme qu'il dispense des stages sur les bienfaits de l'aromathérapie dans toutes les régions de France.

Moyens pédagogiques et techniques

- Méthode interactive de formation en visioconférence
- Méthode magistrale couplée à une pédagogie active et ludique
- Présentation PowerPoint avec apports théoriques, exposés et nombreux retours d'expérience
- Envoi par la poste d'un support pédagogique en couleur à chaque apprenant
- Ateliers en sous-groupes : études de cas concrets, exercices et jeux
- Quiz durant le stage et en fin de stage

Dispositif de suivi de l'exécution et de l'évaluation des résultats de la formation

- Feuilles de présence (émargement numérique)
- Évaluations formatives durant le stage (études de cas, exercices et jeux)
- Évaluation des connaissances en fin de stage
- Certificat de réalisation de l'action de formation
- Formulaire d'évaluation de la formation

Tarifs (TVA non applicable, article 261 4°a du CGI)

Prise en charge OPCO ou employeur	Financement personnel
225.00 €	114.50 €

N'hésitez pas à nous contacter si vous souhaitez organiser cette formation en stage intra-entreprise

PR2035551927 | 23/04/2021

Le pouvoir des plantes au service des soignants®

APOTICARIUS® | 132 impasse des oliviers 83690 Sillans la Cascade | Tel : 0952457585 | E-mail : info@apoticarius.com | www.apoticarius.com | EURL au capital de 5000 €
SIRET: 49156861400037 | Numéro de déclaration d'activité: 93.83.05238.83 auprès du préfet de région de Provence-Alpes-Côte d'Azur (ne vaut pas agrément de l'état)

