



ÊTRE SOI
Floriane Gilles

PUBLIC CONCERNÉ

Toute personne professionnelle dans le domaine de l'esthétique et du bien-être souhaitant utiliser l'olfaction d'huiles essentielles dans leur activité professionnelle à des fins de bien-être global.

ACCESSIBILITÉ

Formation adaptable et accessible aux personnes en situation de handicap sur étude de leur demande et de leur besoin

PRÉ-REQUIS

Aucun

DURÉE

4 jours - 28h - 7h/jour en 2 modules espacé d'un mois.

LIEU

Intra-entreprise : à déterminer

Inter-entreprise : Calvados ou à déterminer

COÛT

Inter-entreprise :

Particulier, Indépendant : **250€/jour/ personne**, soit 1000€ pour 4 jours.

Intra-entreprise :

1250€ la journée pour des groupes de minimum 4 participants

Financement OPCO



ASSOCIER UN VOYAGE OLFACTIF À VOS MODELAGE CORPS



OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES

À l'issue de la formation, les stagiaires seront capables de :

- **Sélectionner et appliquer** des huiles essentielles selon leurs propriétés et leurs critères de qualité en toute sécurité.
- **Utiliser** des huiles essentielles avec le bon mode d'application.
- **Nommer et choisir** des huiles essentielles pour un effet relaxant et /ou énergisant.
- **Reconnaître** les mécanismes de l'olfaction sur le cerveau.
- **Distinguer** les rôles du système énergétique corporel.
- **Associer** les centres énergétiques et les huiles,
- **Différencier** les 3 dimensions de l'être humain : physique, mental et émotionnelle.
- **Mettre en œuvre** le choix olfactif d'huile essentielle suivant les besoins de la personne à l'instant T.
- **Pratiquer** le voyage olfactif suivant les besoins physique, mental et émotionnel d'une personne à l'instant T.

MODALITÉS PÉDAGOGIQUES

- Connaissances de bases rigoureuses en aromatologie selon D. Baudoux acquises par C. Soulard et sur l'approche d'Aromathérapie énergétique et sensorielle d'Agnès Addey,
- Olfaction, manipulation d'huiles essentielles,
- Étude de cas, mise en pratique des connaissances.
- Partages d'expériences,
- création de mélange relaxant ou énergisant.
- Pratique d'une anamnèse pour choisir les huiles en fonction des besoins de la personne
- Pratique du voyage olfactif + soin.
- Un support de cours sera remis en fin de cursus à chaque participant.

MODE D'ÉVALUATION

- Auto-évaluation des compétences et connaissances acquises.
- Délivrance d'une attestation de formation

DÉLAI D'ACCÈS À LA FORMATION

- 6 semaines entre la prise de renseignements et le début de la formation.

MODULE 1 - 2 JOURS CONNAISSANCE DE BASE DES HUILES ESSENTIELLES

JOUR 1

LES HUILES ESSENTIELLES: LE BON CHOIX POUR UNE BONNE UTILISATION

- Historique des huiles essentielles,
- Définition d'une huile essentielle,
- Principe de fabrication d'une huile essentielle,
- Les parties distillées d'une plante aromatique,
- Critères de qualité des huiles essentielles,
- Reconnaître et comprendre les propriétés des principes actifs.
- La conservation

JOUR 2

LES HUILES ESSENTIELLES: LES APPLICATIONS

- Mise en situation sur les critères de sélection et les objectifs d'utilisation acquis la veille,
- Les domaines d'application des huiles essentielles,
- Les modes d'administration,
- Les précautions d'emploi,
- Les huiles végétales,
- Les huiles essentielles relaxantes et énergisantes,
- Application, mise en pratique de synergie pour des soins corporels relaxants et/ou énergisants.

MODULE 2 - 2 JOURS L'OLFACTION AU SERVICE DES 3 DIMENSIONS DE L'HUMAIN

JOUR 1

L'IMPACT DE L'OLFACTION D'HUILES ESSENTIELLES SUR NOTRE CERVEAU ET NOTRE SYSTÈME ÉNERGÉTIQUE

- L'olfactologie, une branche de l'Aromatologie,
- Les mécanismes de l'olfaction et ses effets sur notre cerveau,
- Le système énergétique humain,
- Apprentissage de chaque centre énergétique avec l'olfaction.

JOUR 2

L'OLFACTION DES HUILES ESSENTIELLES AU SERVICE DE L'ÉQUILIBRE DES 3 DIMENSIONS DE L'HUMAIN

- La dimension corps de l'être humain,
 - La dimension affective de l'être humain : les émotions (définition, identification, compréhension des besoins associés),
 - La dimension mentale de l'être humain ; l'impact de la charge mentale sur notre corps;
 - Étude de cas en intégrant les 3 dimensions de l'être afin de faire le bon choix en fonction des besoins de la personne.
 - Mise en pratique des voyages olfactifs pendant un soin corporel.
- Déclaration d'activité enregistrée sous le numéro 28 14 03765
14 auprès du préfet de région de Normandie.

CONTACT

Floriane GILLES
Aromatologue , Formatrice et
Olfactocoach
Tél : 06 11 50 85 84
formation@bien-etresoi.fr
www.bien-etresoi.fr

FORMATRICE

Floriane GILLES
-Formatrice en Aromatologie
-Formatrice en compétences
psychosociales experte CNV
Consultante en bilan de
compétences