

# INFORMATIONS

## FORMATION DECOUVERTE DES HUILES ESSENTIELLES A DES FINS DE BIEN-ETRE

Document mis à jour le 22/08/2023 – V4

**Intitulé de la Formation :** formation découverte des huiles essentielles à des fins de bien-être

**Objectif de la formation :** acquérir des notions de base sur les huiles essentielles à des fins de bien-être

**Compétences visées :**

- Identifier les huiles essentielles les plus courantes
- Utiliser les huiles essentielles à des fins de bien-être

**Public visé :** professionnel du bien-être ou toute personne porteuse d'un projet professionnel bien-être

**Accessibilité Personnes Handicapées :** toutes nos formations t Pour les personnes en formation à distance, ce test fait chez le stagiaire en autonomie et envoyé par mail pour validation des acquis en fin de formation ([ecolearnika@gmail.com](mailto:ecolearnika@gmail.com))

héoriques peuvent être étudiées pour être accessibles aux personnes handicapées. Quelques soient vos difficultés (lecture, compréhension, fatigue intellectuelle ou physique, handicap moteur ou mental) nous cherchons à nous adapter pour vous proposer des modalités pédagogiques facilitant l'adaptation des parcours au besoin de chacun. Pour les formations pratiques (apprentissage massages), les possibilités sont à étudier en fonction du handicap. Nous disposons de tous nos cours au format papier, électronique, ou pour certains cours, au format vidéo. Personne référente à contacter : Nathalie Parayre, 09.70.82.12.12.

**Les connaissances préalables requises :** aucune

**Prérequis techniques, pour les formations à distance :** accès à un ordinateur ou à une tablette fonctionnelle avec des logiciels à jour permettant d'écouter des fichiers multimédias et une connexion internet opérationnelle.

**L'organisation et le fonctionnement de la formation :**

- **Personne chargée des relations avec le stagiaire :** Nathalie Parayre, 09.70.82.12.12., [ecolearnika@gmail.com](mailto:ecolearnika@gmail.com), du lundi au vendredi de 9H à 19H (assistance technique et pédagogique)
- **Formateurs potentiels :** Célia Jay, naturopathe, Nathalie Parayre, sophrologue formée aux huiles essentielles en autonomie, en leur absence, tout autre intervenant présentant les mêmes compétences

**Les moyens pédagogiques, techniques et d'encadrement mis en œuvre :**

- **Moyens pédagogiques :** pratiques en duo ou trio avec d'autres stagiaires, ou sur modèle, sur table ou chaise de massage, futons, méthode active et participative
- **Moyens techniques à disposition pour le présentiel :** espace de formation, tables, housses de table, fauteuil ou chaise, supports pédagogiques au format numérique, livret de suivi pédagogique
- **Moyens techniques à disposition pour la correspondance :** supports pédagogiques au format numérique, livret de suivi pédagogique
- **Moyens d'encadrement :** Nathalie PARAYRE, responsable de la formation et une équipe de formateurs expérimentés

**Le dispositif de suivi et d'évaluation de la formation :**

- **Le suivi :** tout au long de la formation et ce, quelle qu'en soit la durée, les formateurs valident la compréhension et l'acquisition des connaissances de l'apprenant
- **Les attestations de présence :** attestation de présence individuelle remise au stagiaire en début de formation à signer chaque jour de présence (sauf pour la correspondance)
- **Les appréciations des résultats :** feuille d'évaluation fournie au stagiaire en fin de formation pour l'évaluation des cours

**Modalité de règlement :** le stagiaire s'engage à effectuer un premier versement d'un montant équivalent à **30 % du coût de la formation** au terme du délai de rétractation en vigueur noté sur le contrat (14 jours). Le paiement du solde est effectué 7 jours en suivant, ou le premier jour de la formation en cas de formation en groupe ou en individuel

## 3 POSSIBILITES D'APPRENTISSAGE ADAPTEES A VOS BESOINS

### Par correspondance, avec parcours et suivi pédagogique\* :

**Durée estimée :** 18H

**Détail des activités pédagogiques attendues du stagiaire :**

- Acquisition des connaissances théoriques grâce au support de cours (temps estimé 11H30) (en rapport à la durée constatée en formation de groupe)
- Travail personnel en autonomie (approfondissement, recherches) (temps estimé 6H)
- Questionnaire d'évaluation (temps estimé 30min)

**Rythme :** entre 1 et 3 mois de formation, en fonction de vos disponibilités

**Organisation pédagogique du centre de formation :**

- Envoi du support de cours au stagiaire au format PDF ≈ 15 pages et du livret Stagiaire

**Méthode pédagogique :** affirmative (transmission d'un savoir)

**Assistance technique et pédagogique :** Nathalie Parayre 09.70.92.12.12.

**Procédure de validation des compétences :** le stagiaire envoie son test, à la personne chargée des relations avec le stagiaire

**Sanction :** attestation de formation à distance

**Tarif (support numérique 15 pages) :** 150 € (tarif individuel) 168 € (tarif entreprises, OPCO) (non compatible CPF)

**Frais de dossier :** 25€

### En groupe :

**Durée estimée :** 12H (non compris travail personnel estimé à 6H)

**Détail des activités pédagogiques attendues du stagiaire :**

- Acquisition des connaissances théoriques (temps estimé 11H30)
- Évaluation (temps estimé 30min)

**Rythme :** en semaine sur 2 journées de 6H,

**Horaires :** 9 h / 16 h

**Organisation pédagogique du centre de formation :**

- Envoi du support de cours au stagiaire au format PDF ≈ 15 pages et du livret Stagiaire
- Formation en présentiel ou visio-conférence en groupe

**Méthode pédagogique :** affirmative (transmission d'un savoir)

**Assistance technique et pédagogique :** Nathalie Parayre 09.70.92.12.12.

**Procédure de validation des compétences :** test de connaissance

**Sanction :** attestation de formation

**Tarif :** 330 € (tarif individuel) 370 € (tarif entreprises, OPCO) (non compatible CPF)

**Frais de dossier :** 25€

### En individuel avec professeur particulier (maximum 2 stagiaires) :

(Formation uniquement disponible sur Toulouse)

**Durée :** 6H (à préciser en fonction du niveau stagiaire) (non compris travail personnel estimé à 12H)

**Détail des activités pédagogiques attendues :**

- Acquisition des connaissances théoriques avec un professeur (temps estimé 5H30) (à préciser en fonction du niveau du stagiaire)
- Possibilité d'avoir des heures supplémentaires avec un professeur au tarif de 70€/H
- Évaluation par le professeur (temps estimé 30min)

**Organisation pédagogique :**

- Envoi du support de cours au format PDF ≈ 15 pages et du livret Stagiaire
- Regroupements de 9H avec professeur en présentiel

**Méthode pédagogique :** affirmative (transmission d'un savoir)

**Assistance technique et pédagogique :** Nathalie Parayre 09.70.92.12.12.

**Procédure de validation des compétences :** test de connaissance

**Sanction :** attestation de formation

**Tarif :** 420 € (tarif individuel) 470 € (tarif entreprises, OPCO) (non compatible CPF)

**Frais de dossier :** 50€

**PROGRAMME DETAILLE  
FORMATION  
DECOUVERTE DES HUILES ESSENTIELLES  
SUPPORT PEDAGOGIQUE NUMERIQUE DE 15 PAGES**

Introduction	La composition d'une HE
Étymologie	Les HE hormone-like
Définition	Les HE contenant de la cétone
Tridimensionnalité	Les HE hépatotoxiques
Aspect vibratoire	Les HE dermocaustiques
La distillation	Les HE photo sensibilisantes
La carte d'identité d'une HE	Trousse d'aroma familiale

Le programme peut varier légèrement en fonction de la disponibilité des formateurs, certains cours pouvant être remplacés aux profits d'autres, sans pour autant remettre en question les objectifs de la formation ni les compétences attendues pour le stagiaire à la fin de sa formation.

Le contenu des formations est donné et abordé avec pour seul objectif un « savoir » à visé de bien-être et non de soin. Il ne doit en aucun cas être utilisé à mauvais escient. Seul un professionnel de santé est habilité à l'établissement d'un diagnostic médical et d'un traitement adapté. L'utilisation des notions données dans nos formations se fait sous la pleine et entière responsabilité de la personne formée au même titre que l'utilisation qu'elle pourrait faire à partir de documents, livres ou revues autres que ceux proposés au sein de la formation. En aucun cas, la société NP Conseil et formation ne pourra être rendue responsable de cette utilisation, ainsi que d'erreurs, d'inexactitudes ou d'omissions pouvant exister sur chaque cours.

**\* Parcours pédagogique de formation pour atteindre les objectifs fixés**

Chemin à parcourir pour atteindre les objectifs de formation :

- Réception des cours
- Exploitation de ressources (selon les cours : lire, écouter, visionner)
- Appropriation par des activités (selon les cours : mémorisation, application, reformulation, transposition, construction, comparaison, critique, synthèse, évaluation, ...)
- Pour les formations à distance point à environ 6 semaines (sur demande du stagiaire)
- Évaluation

Le **suivi pédagogique** consiste à accompagner l'élève dans sa progression vers son objectif. Divers documents sont proposés dont l'évaluation des acquis de début et de fin et le livret stagiaire.

**REGLEMENT D'EVALUATION POUR LA FORMATION**

**Nos formations ne sont pas reconnues par l'état, nous attestons d'une formation au sein d'une école privée**

**Les compétences à acquérir, pour obtenir l'attestation de formation pour cette formation sont les suivantes :**

- Identifier les huiles essentielles les plus courantes
- Utiliser les huiles essentielles à des fins de bien-être

**Afin de savoir si le stagiaire a acquis ces compétences à la fin du cursus, il est soumis à l'épreuve suivante :**

- Test de connaissance

Le test est validé dès lors que le stagiaire a eu un minimum de 50% de bonnes réponses

Pour les personnes en formation avec professeur en présentiel, ce test sera fait sur le temps de cours en fin de session.

Pour les personnes en formation à distance, ce test fait chez le stagiaire en autonomie et envoyé par mail pour validation des acquis en fin de formation. ([ecolearnika@gmail.com](mailto:ecolearnika@gmail.com))

**Pour recevoir l'attestation de formation, le stagiaire doit :**

- Avoir suivi la totalité de la formation (feuilles de présences émargées pour le présentiel)
- Obtenir l'appréciation « validé » au test de connaissance
- Avoir rendu les fiches d'évaluation des acquis de fin de formation et de satisfaction
- Avoir réglé la totalité des frais de formation

En cas de non réussite, le stagiaire peut repasser les épreuves jusqu'à réussite, sur une durée d'un an. Le coût de ce rattrapage est de 50€ par passage (pratique et théorie).

A la suite de la formation, le stagiaire se verra remettre une **Attestation de Formation**.

**EXTRAIT DU COURS SUR LES HUILES ESSENTIELLES – Page 1**

**1. Introduction :**

L'histoire de l'Aromathérapie remonte aux anciens temps.

Les premiers procédés d'extraction de l'huile des végétaux par pression ont été découverts au néolithique, vers 4000 ans av. J.C, cette période marque également les débuts de la sédentarisation. Les tribus jusqu'alors nomades, commencent à cultiver la terre pour remplacer la chasse et la cueillette. En EGYPTE, on a retrouvé des restes d'encens brûlés datant de 1500 av J.C. Il faut savoir qu'à cette époque, l'encens était la nourriture des dieux. Des Papyrus datant de 2800 & 1500 av J.C témoignent de l'utilisation d'herbes médicinales. La forme de nombreux récipients laisse penser qu'ils contenaient des essences.

Des tablettes d'argile Babyloniennes datant de 1800 av. J.C témoignent du commerce des huiles et le bois de cèdre y est, entre autres mentionné.

Au X<sup>e</sup>siècle, c'est AVICENNE alchimiste arabe, qui découvrit la distillation. Les premières H.E extraites furent celles de la rose.

A la fin du XII<sup>e</sup>siècle, des parfums étaient fabriqués sur notre continent. Fin XIII siècle, la lavande était devenue populaire.

Les lettres de noblesse et surtout l'intérêt des propriétés des H.E. furent découvertes par le pharmacien Français R.M. GATTEFOSSÉ en 1928 qui, lors, d'une explosion dans le laboratoire où il travaillait, plongea sa main blessée dans de l'essence de lavande. Elle guérit en un temps record et surtout, ne garda aucun stigmate de la brûlure.

En 1938, M. Godissart, collègue de M.Gattefossé, ouvre une clinique spécialisée en Aromathérapie. Plusieurs pathologies y furent traitées notamment celle du cancer de la peau.

Plus tard dans les années 60, Jean Valnet surnommé Dr Nature effectua de nombreux travaux relatifs aux H.E., il s'était rendu compte de leur potentiel, jusque là, l'Aromathérapie était utilisée d'une manière anti-symptomatique, c'est à dire qu'on utilisait seulement les vertus des huiles essentielles pour aller contre un symptôme et on leur attribuait les mêmes vertus que celles des plantes.

Dans les années 70, avec Pierre Franchomme, l'Aromathérapie a pris une autre dimension. Franchomme a été le premier à parler de l'Aromathérapie en tant que technique de correction du terrain. Il a fait des liens avec la bioélectronique, avec les tempéraments d'Hippocratique, etc. Grâce à lui et au Dr Penoël, sont nées les premières recherches parrainées par la Faculté de Médecine. Les huiles essentielles sont alors testées sur les germes, les microbes, virus, etc...C'est la naissance de l'Aromatogramme et des chémotypes et c'est la fin des conclusions tirées sur de vieilles données, des cascades d'erreurs répétées.

Dans les années 50, Marguerite Maury s'inspira largement des travaux de Gattefossé pour tisser les liens entre Aromathérapie et massages.

De nos jours, beaucoup de chercheurs de l'industrie chimique cherchent et trouvent à travers les plantes, des molécules chimiques capables d'améliorer certaines pathologies voire de les guérir, " Medicus curat, Natura sanat ".

Ils copient les molécules de plantes par synthèse chimique avec tous les inconvénients que cela peut entraîner

car le chimiste ne prend en compte que les pics les plus importants de la chromatographie donnée d'une H.E.

**2. L'étymologie de l'aromathérapie :**

- Latin « aroma »

- Grec « ἄρωμα - arôma » = arôme, aromate; « θεραπεία - therapeia » = soin, cure)

**C'est l'utilisation médicale des extraits aromatiques de plantes** (essences et huiles essentielles).

[Cela la différence de la phytothérapie qui fait usage de l'ensemble des éléments d'une plante.](#)

### 3. Définitions :

**DATE :**

**SIGNATURE STAGIAIRE (précédée de la mention lu et approuvé, bon pour accord) :**