

ATELIERS & FORMATIONS

Aromathérapie pratique **Niveau I**

Vendredi 5 mars 2021

Vendredi 10 septembre 2021

Objectif

Découvrir les huiles essentielles. Connaître leurs bienfaits thérapeutiques, leurs modes d'utilisations et les précautions d'emploi. Réalisation de plusieurs préparations à base d'huiles essentielles

Programme

En salle :

- Définition de l'aromathérapie et approche historique.
- Présentation des différentes méthodes d'extraction des molécules aromatiques (distillation à la vapeur d'eau, expression à froid du péricarpe, supercritique...).
- Qualité des huiles essentielles (100% pure et naturelle, culture biologique, cueillette sauvage, partie distillée, notion de chémotypes).
- Précautions d'emploi (huiles essentielles à phénols, cétones, monoterpènes...) et contre-indications (femmes enceintes ou allaitantes, enfants, épileptiques).
- Voies d'administration recommandées (cutanée, orale, diffusion) et posologie courante.
- Etude de quelques huiles essentielles majeures (Tea tree, Ravintsara, Eucalyptus citronné ou radié, Gaulthérie...).
- Réalisation d'une préparation à base d'huiles essentielles.

Sur le terrain :

- Observation de plantes aromatiques (herbacées, arbustes, arbres) dans les jardins du Domaine du Rayol, appartenant à différentes familles botaniques (Lamiaceae, Pinaceae, Rutaceae, Myrtaceae...).

Matériel à apporter

Équipement (chaussures, vêtements) adapté à la saison.

Durée de la formation : 7 heures sur une journée

Informations et inscriptions

Contactez notre service réservation :

Tél. : 04 98 04 44 02 - E-mail : reservation@domainedurayol.org

ou consultez notre site Internet : www.domainedurayol.org



Public

Cet atelier s'adresse aux particuliers et amateurs passionnés, aux professionnels du milieu naturel, de la santé et du bien-être.

Intervenant

Rémy LE JEUNE

Formateur & Auteur en Phytothérapie-Aromathérapie.

Diplômé de L'UFR Santé-Médecine-Biologie Humaine de l'Université Paris XIII.

Les plus

Tarif privilège sur les huiles essentielles et les ouvrages en vente à la Librairie des Jardiniers.