



terre vivante

reservation@terrevivante.org (part.)
formation@terrevivante.org (pro.)

40 ANS D'EXPERTISE EN JARDINAGE BIO
AU SERVICE DE LA FORMATION ET DU CONSEIL

Découverte de l'aromathérapie

Huiles essentielles // Hydrolats // Soins par les plantes

©Copyright Terre vivante

Pour celles et ceux qui désirent apprendre à utiliser les huiles essentielles au quotidien : coups, rhumes,...
Un stage de découverte de la santé par les plantes !

DATE(S) ET LIEU(X)

- du 27 au 28 juin 2020
- du 10 au 11 octobre 2020
à Terre vivante (38710 Mens)

DURÉE

2 jours, soit 14 heures

HORAIRES

9h-17h30

EFFECTIF

12 stagiaires maximum

FORMATEUR(S)

Françoise Couic

COÛTS PÉDAGOGIQUES

▪ **Particuliers** : 280€ TTC
(déjeuners inclus)

Réservations et informations :
www.boutique.terrevivante.org

Nous contacter :

reservation@terrevivante.org
04 76 34 36 35

▪ **Formation pro.** : 490€ TTC

(déjeuners non inclus)

Financements possibles selon votre situation professionnelle (Pôle Emploi, VIVEA, FAFCEA, Unifor- mation, ...)

Nous contacter :

formation@terrevivante.org
04 76 34 80 85

> PUBLIC CONCERNÉ

Tout public (particuliers, professionnels, porteurs de projets...) désirant apprendre à utiliser les huiles essentielles au quoti- dien.

> OBJECTIFS

- Connaître les propriétés des huiles essentielles
- Savoir où se fournir et quelles plantes uti- liser selon le contexte
- Savoir réaliser des préparations à base d'huiles essentielles et de plantes
- Comprendre les limites et les abus de leur utilisation

> PROGRAMME

Contenu détaillé page suivante.

> INFOS PRATIQUES

- **Age minimum pour participer** : 18 ans
- **Matériels nécessaires** : fournis par Terre vivante. Prévoir un carnet de note.
- **Restauration** : les déjeuners sont prépa- rés surplace à partir des légumes du pota- ger de Terre vivante et des produits bio du Trièves.

DORMIR A TERRE VIVANTE !

Possibilité de loger sur place, au coeur de nos jardins, en chambre individuelle ou collective. Dîner et petit déjeuner inclus.

<http://www.terrevivante.org/1750-dor- mir-a-terre-vivante.htm>

> MÉTHODE PÉDAGOGIQUE

Pour permettre une immersion totale dans le monde de l'aromathérapie, la formation a lieu dans un centre écologique avec un contenu de formation alliant environ **60% de pratique et 40% de théorie.**

Supports pédagogiques : diaporamas, vidéos, outils pédagogiques et fond docu- mentaire de Terre vivante...

> PRÉ-REQUIS

Aucun

> MODE DE VALIDATION DES ACQUIS

Attestation de suivi de formation



terre vivante
l'écologie pratique



terre vivante 

reservation@terrevivante.org (part.)
formation@terrevivante.org (pro.)

 40 ANS D'EXPERTISE EN JARDINAGE BIO
AU SERVICE DE LA FORMATION ET DU CONSEIL

Découverte de l'aromathérapie

Huiles essentielles // Hydrolats // Soins par les plantes

Quelles sont les propriétés des huiles essentielles ? Comment réaliser des préparations ?
Ou se fournir ? Quelles plantes utiliser selon le contexte ?
Quelles sont les limites et les abus ?

PROGRAMME DE LA FORMATION ©Terre vivante

JOUR 1 : Découverte des huiles essentielles et des notions de base

- > Notions générales : composition chimique et propriétés physicochimiques
- > Utilisation : précautions d'emploi, toxicité, modes d'application
- > Hydrolathérapie : eau de Camomille matricaire, Cannelle de Ceylan, Lavande, Fleur d'Oranger amer, Rose de Damas
- > Les principales familles aromatiques : les lavandes, les eucalyptus, les mélaleucas, les menthes, les thym

Pratique :

- > Réalisation de préparations à base d'huiles essentielles et de plantes



JOUR 2 : Les huiles essentielles indispen- sables et les différentes applications

- > Les huiles indispensables à connaître et conseiller : Citron, Hélichryse, Petit grain Bigarade, Ylang-Ylang, Gaulthérie, Ravintsara
- > Les autres huiles essentielles : Basilic exotique, Bois de rose, Camomille romaine, Carotte cultivée, Ciste, Cyprès, Encens...
- > Aromathérapie de la femme enceinte et du jeune enfant : contre-indications, physiologie, indications et formules
- > Olfactothérapie - Aromacologie
- > Aromathérapie vétérinaire : rappels physiologiques et considérations générales

Pratique :

- > Réalisation de préparations à base d'huiles essentielles et de plantes



**Terre vivante est référencée et validée
sur la plateforme DataDock**

Terre vivante est enregistrée comme organisme de formation
sous le n°82 38 04952 38.
Cet enregistrement ne vaut pas agrément de l'État.

Suivez nos **actus et coups de coeur** :
Découvrez nos **gestes jardin en vidéo** :

