



Aromathérapie – Les bases

Apprenez les fondamentaux de l'utilisation des huiles essentielles.

Cette formation **100 % digitale**, simple et interactive, vous permet de comprendre les **propriétés des huiles essentielles**, d'apprendre à **bien les utiliser en toute sécurité** et de **créer vos propres synergies** pour un bien-être naturel et responsable au quotidien.



Objectifs pédagogiques

- ❖ **Identifier** les propriétés d'une huile essentielle à partir de sa composition biochimique.
- ❖ **Choisir** une voie d'administration sécurisée en fonction d'un besoin spécifique.
- ❖ **Formuler** une synergie simple avec posologie adaptée.
Utiliser de manière autonome les principales huiles essentielles étudiées.
- ❖ **Préparer** des synergies huileuses à usage personnel ou professionnel.



Public (18+)

Tout public, âgé d'au moins de 18 ans, souhaitant découvrir et utiliser les huiles essentielles de manière professionnelle ou personnelle.



Effectifs

Formation autonome - pas de seuil



Dates & durée

Durée recommandée : de 8 à 12h



Prérequis

Connaissances informatiques de base : utilisation d'un ordinateur, messagerie, connexion plateforme e-learning - suite bureautique (niveau utilisateur familier – Niveau 3).



Lieu

100% en ligne Plateforme e-learning



Contenus de formation & Progression pédagogique

Module 1 – Origines & fondamentaux (2h)

- ✧ Brève histoire de l'aromathérapie
- ✧ De la plante aromatique à l'essence
- ✧ Modes d'extraction
- ✧ Voies de pénétration dans l'organisme

Module 2 – Utilisation sécurisée (2h)

- ✧ Limites et précautions d'emploi
- ✧ Contre-indications (grossesse, enfants, traitements...)
- ✧ Interactions possibles
- ✧ Réglementation & cadre légal d'usage non médical

Module 3 – Usages thérapeutiques & formulations (2h-3h)

- ✧ Supports : huile, diffusion, inhalation, application cutanée
- ✧ Choix de la voie d'administration
- ✧ Construire une posologie
- ✧ Mises en situation guidées

Module 4 – Choisir et utiliser des huiles essentielles (2h-3h)

- ✧ Étude ciblée de 8 à 12 huiles essentielles majeures
Affections courantes : sommeil, stress, voies respiratoires, douleurs mineures
- ✧ Termes médicaux accessibles
- ✧ Mises en situation



Ressources & Modalités

- ✧ Plateforme e-learning avec accès 24/7
- ✧ Vidéos + fiches mémo téléchargeables



Formateurs

Professionnel qualifié en
phyto-aromathérapie &
Concepteur pédagogique
e-learning



Evaluations & Suivi d'exécution

- ✧ Évaluation de pré-formation
- ✧ Quiz interactifs intermédiaires par module
- ✧ Escape game digital
- ✧ Mises en situation guidées
- ✧ Étude de cas finale
- ✧ Évaluation de satisfaction
- ✧ Attestation fin de formation



Accessibilité & délai d'accès

Formation ouverte à tous.

Aménagements-adaptations possibles sur demande.

Accessible dès validation de l'inscription sous 48 heures.



Assistance

L'école met à disposition une **assistance technique et pédagogique** tout au long de la formation

- ✧ Technique :
support@imderplam
- ✧ Pédagogique :
pédagogie@imderplam



Tarifs

Financement personnel : 90€ + 30€ frais de dossier. *(frais offerts en cas d'inscription à la formation Aromathérapie Approfondie)*

