

Institut de **P**ratiques **N**aturelles de **S**anté et de bien **Ê**tre



Les stages spécialisés de l'IPNSE

Huiles essentielles



IPNSE - www.ipnse.com

195 Av. Joseph Elie Ceccaldi - 83200 Toulon

Stage intensif

1 week-end

« Les huiles essentielles sont de véritables concentrés de bienfaits, composées de molécules chimiques qu'il conviendra de vous faire découvrir dans ce stage et de connaître leurs propriétés et les précautions à prendre. Le focus sera mis sur 15 huiles essentielles incontournables, à spectre large. Des fiches pratiques pour chaque huile essentielle ont été constituées. Elles regroupent les éléments principaux à connaître : les molécules chimiques, les propriétés et les indications spécifiques ainsi que les précautions. Ces huiles essentielles permettent, avec certaines huiles végétales en support, d'accompagner efficacement bon nombre de troubles sur les sphères ostéo-articulaires & musculaires, digestives, ORL, nerveuses, lymphatiques, dermatologiques, urinaires et génitales.

Un atelier olfactif clôturera ce stage,
à la découverte de fragrances inédites.

Cette introduction rigoureuse à l'aromathérapie représente une aide solide et complémentaire pour un praticien de santé et de bien-être. »



Frédéric Lesieur
Responsable de l'IPNSE

Thérapeute en psychologie énergétique et naturopathie

Renseignements sur les dates & les tarifs :

@ contact.secretariat@ipnse.com

☎ 06 07 37 00 06

**Création de sessions privées
devis sur demande**

Découvrir, apprendre et pratiquer :

Jour 1 - Les Chakras

L'étude des 7 chakras selon la tradition de l'Inde reflète une voie d'écoute riche et complémentaire à d'autres pratiques naturelles de santé et de bien-être

Les principales tensions sur ces centres énergétiques et leurs potentiels impacts sur les plans physiques et psycho-émotionnels

Travail sur les ressentis

Jour 2 - Les huiles essentielles

Introduction à l'aromathérapie

Les différentes parties de plantes utilisées
L'extraction, la distillation

De véritables concentrés de bienfaits
Les précautions et contre-indications

Propriétés de 15 huiles essentielles incontournables
Complément d'action pour un praticien

Certification

Un certificat est remis à l'issue du stage.
Il est nominatif et accompagné du programme détaillé du stage suivi à l'IPNSE



Pédagogie et supports

Projection des cours sur grand écran
sous format Power-Point

2 livrets reliés contenant l'ensemble des cours
relatifs aux «C hakras » et « Huiles essentielles »

2 planches « aide-mémoire » plastifiées

Huiles essentielles fournies pour l'atelier olfactif



Un suivi et une proximité forte

Le nombre volontairement limité de stagiaires
(4 personnes minimum à 8 maximum par session)
permet un accompagnement et un suivi individuel
optimisant les temps d'étude et de pratique à l'institut

Travail en binôme sur tables de massage individuelles



Organisation

Matériels divers à disposition sur place
(linges, huiles essentielles, gel désinfectant...)

Pauses gourmandes offertes le matin et l'après-midi
(eau, café, thé, tisane, fruits, friandises...)

Cuisine équipée à disposition pour préparer les repas
du midi (ou restaurants à proximité)

Programme

(pouvant être soumis à de légères adaptations)

Introduction à l'aromathérapie

Définition

Modes d'utilisation

Précautions & contre-indications générales

Champs d'action des huiles essentielles

Les principales molécules

Fiches focus sur 15 huiles essentielles

Descriptions botaniques

Parties distillées

Molécules aromatiques

Propriétés thérapeutiques

Précautions particulières

Indications thérapeutiques

Programme (suite)

(pouvant être soumis à de légères adaptations)

Les huiles essentielles ciblées

Lavande officinale	Lavande aspic
Camomille noble	Tea-tree
Laurier noble	Basilic exotique
Thym vulgaire	Menthe poivrée
Gaulthérie	Immortelle
Ravintsara	Eucalyptus radié
Niaouli	Cyprès
Encens oliban	

Troubles & formules

- ostéo-articulaires
- digestifs
- sphère ORL
- nerveux
- lymphatiques
- dermatologiques
- urinaires
- génitaux

Atelier olfactif

Bibliographie