



AROMA

Sens

Julie Doulet  
Naturopathe

## Cursus "Physio & Phyto anatomie"



Cursus réalisé en présentiel dans le var

Informations sur les dates et les modalités financières sur  
[www.juliedouletnaturopathe.fr](http://www.juliedouletnaturopathe.fr)  
ou par téléphone au 06 18 55 77 50

# PHYSIO & PHYTO-ANATOMIE

## JOUR 1

### *Fondations de la Phytothérapie appliquée au Système Digestif*

#### Introduction à la phytothérapie

- Principes de base de la phytothérapie
- Pratique de la phytothérapie
- Notions de totum, théorie des signatures et analogies
- Avertissements et précautions d'emploi
- La thérapie de terrain
- Drainage et restructuration du terrain
- Posologie et administration optimisée des plantes
  - Les formes galéniques
  - Posologies et voies d'administration
  - Périodes optimales d'absorption des plantes
- Synthèse et mise en pratique

## JOUR 2

### *Physiologie digestive générale*

- Fonctionnement global du système digestif : rôle et interactions des principaux organes.
- Principes de base de la phytothérapie digestive.
- Estomac : Rôle dans la digestion, régulation du SNC, troubles courants (gastrite, dyspepsie, reflux...), plantes apaisantes et protectrices.

## JOUR 3

### *Pratique et mise en situation*

- Foie : Physiologie, métabolisme, détoxification, plantes cholérétiques et hépatoprotectrices.
- Intestins : Transit, microbiote, plantes anti-inflammatoires, toniques et carminatives.
- Études de cas pratiques et organisation d'un conseil adapté.



# PHYSIO & PHYTO-ANATOMIE

## JOUR 4

### *Physiologie et bases de la phytothérapie respiratoire*

- Fonctionnement des voies respiratoires, rôle des muqueuses, troubles respiratoires.
- Plantes du système ORL : expectorantes, émoullientes et mucolytiques.

## JOUR 5

### *Approfondissement par organe et pratique*

- Poumons et bronches : Plantes pectorales, anti-infectieuses et fortifiantes.
- Conseil phytothérapeutique pour les affections respiratoires courantes (bronchite, asthme).

## JOUR 6

### *Physiologie du système ostéoarticulaire*

- Structure des os et des articulations, rôle du cartilage, troubles (arthrose, ostéoporose...).
- Plantes reminéralisantes, diurétiques et anti-inflammatoires.

## JOUR 7

### *Applications phytothérapeutiques*

- Articulations : Plantes protectrices et anti-inflammatoires.
- Organisation d'un conseil pour le soulagement des douleurs articulaires.

## JOUR 8

### *Physiologie du système urinaire*

- Fonction des reins et de la vessie, mécanismes de filtration, troubles urinaires (cystite, calculs rénaux).
- Plantes diurétiques, antiseptiques et litholytiques.



# PHYSIO & PHYTO-ANATOMIE

## JOUR 9

### *Approche phytothérapeutique et pratique*

- Études de cas de troubles urinaires.
- Pratique de conseils pour le soutien du système urinaire.

## JOUR 10

### *Physiologie de la peau et phytothérapie cutanée*

- Structure de la peau, rôle dans la protection et l'homéostasie, troubles cutanés.
- Plantes cicatrisantes, dépuratives du foie, apaisantes et antioxydantes.

## JOUR 11

### *Conseils pour les troubles cutanés*

- Approche des affections cutanées courantes (acné, psoriasis, eczéma...).
- Démarches de conseils personnalisés en phytothérapie.

## JOUR 12

### *Bases de l'immunité et rôle des plantes*

- Fonctionnement des différents systèmes immunitaires
- Importance des plantes immunomodulatrices.

## JOUR 13

### *Phytothérapie pour les affections immunitaires et de la fatigue*

- Plantes adaptogènes, anti-infectieuses, toniques-amères, favorisant la recharge minérale. Plantes du SNS et auxiliaires.
- Organisation d'un conseil pour renforcer l'immunité et diminuer l'asthénie.



# PHYSIO & PHYTO-ANATOMIE

## JOUR 14

### *Physiologie cardiaque et circulatoire*

- Fonctionnement du cœur et des vaisseaux, rôle de la circulation, troubles (hypertension, varices).
- Plantes cardioprotectrices et circulatoires.

## JOUR 15

### *Pratique de conseils pour le système cardio-vasculaire*

- Étude des plantes régulatrices, antioxydantes, hypotensives et hypertensives.
- Organisation des conseils et recommandations spécifiques.

## JOUR 16

### *Physiologie du système neuro-endocrinien, glandes hormonales masculines et féminines*

- Fonctionnement des glandes hormonales
- Troubles hormonaux masculins et féminins (SOPK, endométriose, troubles érectiles..).

## JOUR 17

### *Phytothérapie pour les affections neuro-endocriniennes*

- Plantes pour l'équilibre hormonal féminin et masculin
- Conseil phytothérapeutique et études de cas.

## JOUR 18

### *Physiologie du système hormonal thyroïdien*

- Fonctionnement de la glande thyroïde, étude des troubles ( hyper ou hypothyroïdie...)
- Plantes de la thyroïde et conseils phytothérapeutiques



# PHYSIO & PHYTO-ANATOMIE

## JOUR 19

### *Physiologie du système nerveux*

- Rôles des neurotransmetteurs, interactions avec le système nerveux, mécanismes du sommeil, relation entre les émotions et la santé.
- Plantes calmantes, sédatives et anxiolytiques.

## JOUR 20

### *Pratique et suivi des cas*

- Approche phytothérapeutique de l'insomnie et de la dépression.
- Organisation de conseils et protocole de suivi.

## JOUR 21

### *Physiologie du stress et impacts sur la santé*

- Mécanismes du stress, les différentes phases du stress et ses effets sur les systèmes corporels.
- Plantes adaptogènes, calmantes et revitalisantes.

## JOUR 22

### *Conseils phytothérapeutiques et suivi*

- Plantes stimulantes du système parasympathique, favorisant la recharge minérale
- Conseil phytothérapeutique de la fatigue chronique, du burnout et du stress

## JOUR 23

### *Physiologie métabolique et troubles courants*

- Fonctionnement du métabolisme, troubles comme le diabète, le surpoids et l'obésité.
- Plantes antioxydantes, hypoglycémiantes et glucorégulatrices.



# PHYSIO & PHYTO-ANATOMIE

## JOUR 24

*Conseils pour le soutien du métabolisme*

- Plantes à mucilages, stimulant la fonction biliaire et hépatique.
- Études de cas pour les troubles métaboliques.

## JOUR 25

*Bases des compléments alimentaires et leur rôle en phytothérapie*

- Importance des vitamines, minéraux, et oligo-éléments et autres compléments
- Tableau de bord du conseil en compléments alimentaires

## JOUR 26

*Utilisation des compléments pour chaque système corporel*

- Organisation d'un conseil en compléments alimentaires pour renforcer les traitements phytothérapeutiques.

## JOUR 27

*Règlementation, pratique & posture du thérapeute, et légitimité*

- Savoir conseiller, soutenir, et accompagner les états émotionnels
- Savoir conseiller, soutenir et accompagner les déséquilibres physiologiques
- Connaître la réglementation de la pratique du thérapeute intégratif
- Être un accompagnant serein et légitime

## JOUR 28

*Règlementation, pratique & posture du thérapeute, et légitimité*

- Réalisation d'une anamnèse complète
- Mise en situation et cas pratique de fin de stage pour évaluation
- Remise des certificats





AROMA

Sens

Julie Doulet  
Naturopathe

## *Cursus "Conseiller (ère) en aromathérapie"*



Cursus réalisé en présentiel dans le var

Informations sur les dates et les modalités financières sur  
[www.juliedouletnaturopathe.fr](http://www.juliedouletnaturopathe.fr)  
ou par téléphone au 06 18 55 77 50

# BLOC 1

## AROMATHÉRAPIE ET OLFACTOTHÉRAPIE THÉORIQUE

### JOUR 1

*De 9h à 10 h*

Présentation des formateurs  
Présentation des stagiaires  
Description du stage

*De 10h à 11h30*

Introduction sur l'aromathérapie  
scientifique et l'aromathérapie holistique  
Qu'est-ce qu'une huile essentielle ?  
Les contre-indications et les précautions d'emploi

*De 11h30 à 13h*

Les modes et voies d'administration  
et d'utilisation des huiles essentielles  
Les huiles végétales et leurs propriétés

*De 13h à 14h : Pause Repas*

*De 14h à 17h*

Les modes d'action physiologique, énergétiques et psycho-émotionnels  
Les dilutions et posologies

*17h : Fin des cours*



### JOUR 2

*De 9h à 10 h*

Révisions de la veille

*De 10h à 13h*

Principes de biochimie  
Les familles de Chémotypes

*De 13h à 14h : Pause Repas*

*De 14h à 17h*

Monographies thérapeutiques de 20 huiles essentielles

*17h : Fin des cours*

# BLOC 1

## AROMATHÉRAPIE ET OLFACOTHÉRAPIE THÉORIQUE

### JOUR 3

*De 9h à 10 h*

Révisions de la veille

*De 10h à 11h30*

La neuro-anatomie du système olfactif & la physiologie de l'odorat  
Introduction à l'aromachologie et à l'olfactothérapie  
Les actions sur le bien-être

*De 11h30 à 13h*

La mémoire olfactive - les ancrages émotionnels à travers les huiles essentielles  
Mode d'emploi des huiles essentielles en aromathérapie psycho-émotionnelle

*De 13h à 14h : Pause Repas*

*De 14h à 15h30*

Cas pratiques de réalisation de synergies dans le cadre d'une utilisation familiale (Stress, fatigue, troubles du sommeil, anxiété, douleurs musculaires articulaires etc...)

*De 15h30 à 16h*

Questions / réponses

*De 16h à 17h*

Bilan et évaluation de la formation, analyse des évaluations stagiaires et remise des attestations

*17h : Fin des cours*

#### *Nota :*

Les blocs 1 et 2 sont des initiations qui permettent d'aborder l'aromathérapie dans un cadre familial. Le bloc 3 vous livre toutes les informations nécessaires aux conseils des huiles essentielles dans un cadre professionnel. Le suivi des 3 blocs complets est la garantie de pouvoir inclure et/ou conseiller les huiles essentielles de manière professionnelle, consciente et sécuritaire. Le programme comprend les supports pédagogiques, le matériel d'aromathérapie, le flaconnage et les huiles essentielles utilisés pour les cours pratiques. En financement personnel chaque module est au tarif de 550 € et le cursus complet au tarif de 1500 € pour 8 jours de cours et 56 heures de formation avec certification. Les blocs 1 et 2 peuvent être suivis de manière individuelle au tarif de 550€. Les dates des différents blocs sont consultables sur le site internet [www.juliedouletnaturopathe.fr](http://www.juliedouletnaturopathe.fr).



# BLOC 2

## AROMATHÉRAPIE ÉNERGÉTIQUE ET VIBRATOIRE

### JOUR 1

*De 9h à 10 h*

Présentation des formateurs  
Présentation des stagiaires  
Description du stage

*De 10h à 11h30*

Introduction sur l'aromathérapie énergétique et vibratoire  
Modes d'utilisation des huiles essentielles pour une action énergétique et vibratoire  
Les contre-indications et les précautions d'emploi

*De 11h30 à 13h*

La notion de terrain hippocratique

*De 13h à 14h : Pause Repas*

*De 14h à 17h*

Les huiles essentielles à travers le système de santé Ayurvédique  
Le système énergétique des Chakras et des Corps subtils  
Harmoniser Les Chakras grâce aux huiles essentielles

*17h : Fin des cours*

### JOUR 2

*De 9h à 10 h*

Révisions de la veille

*De 9h30 à 13h*

Les huiles essentielles et leur action sur le système nerveux

*De 13h à 14h : Pause Repas*

*De 14h à 17h*

La symbolique du corps et méta médecine  
Huiles essentielles, symbolique de la plante  
La roue des émotions et les ancrages émotionnels des huiles essentielles

*17h : Fin des cours*



# BLOC 2

## AROMATHÉRAPIE ÉNERGÉTIQUE ET VIBRATOIRE

### JOUR 3

*De 9h à 10h*

Révisions de la veille

*De 9h30 à 13h*

Monographies énergétiques et vibratoires de 15 huiles essentielles

*De 13h à 14h : Pause Repas*

*De 14h à 15h30*

Cas pratiques de réalisation de synergies dans le cadre d'une utilisation énergétique ou émotionnelle familiale (Stress, troubles du sommeil, anxiété, harmonisation de l'énergie, libération des émotions etc...)

*De 15h30 à 16h*

Questions / réponses

*De 16h à 17h*

Bilan et évaluation de la formation, analyse des évaluations stagiaires et remise des attestations

*17h : Fin des cours*



#### *Nota :*

Les blocs 1 et 2 sont des initiations qui permettent d'aborder l'aromathérapie dans un cadre familial. Le bloc 3 vous livre toutes les informations nécessaires aux conseils des huiles essentielles dans un cadre professionnel. Le suivi des 3 blocs complets est la garantie de pouvoir inclure et/ou conseiller les huiles essentielles de manière professionnelle, consciente et sécuritaire. Le programme comprend les supports pédagogiques, le matériel d'aromathérapie, le flaconnage et les huiles essentielles utilisés pour les cours pratiques. En financement personnel chaque module est au tarif de 550 € et le cursus complet au tarif de 1500 € pour 8 jours de cours et 56 heures de formation avec certification. Les blocs 1 et 2 peuvent être suivis de manière individuelle au tarif de 550€. Les dates des différents blocs sont consultables sur le site internet [www.juliedouletnaturopathe.fr](http://www.juliedouletnaturopathe.fr).

# BLOC 3

## L'AROMATHÉRAPIE ET PRATIQUE PROFESSIONNELLE

### JOUR 1

*De 9h à 10 h*

Présentation du centre  
Présentation des formateurs  
Présentation des stagiaires  
Description du stage

*De 10h à 11h30*

Critères de l'inclusion de l'aroma-thérapeutique ou olfactive dans le cadre professionnel  
Cadre légal du conseiller en aromathérapie

*De 11h30 à 13h*

Déroulé de l'anamnèse préparatoire à l'accompagnement

*De 13h à 14h : Pause Repas*

*De 14h à 17h*

Savoir conseiller, soutenir, et accompagner les états émotionnels grâce à l'aromathérapie  
Savoir conseiller, soutenir et accompagner les déséquilibres physiologiques grâce à l'aromathérapie

*17h : Fin des cours*



# BLOC 3

## L'AROMATHÉRAPIE ET PRATIQUE PROFESSIONNELLE

### JOUR 2

*De 9h à 10h*

Révisions de la veille

*De 9h30 à 13h*

Les huiles essentielles en accompagnement de la gestion de la douleur  
Les huiles essentielles en accompagnement des pathologies du système circulatoire  
Les huiles essentielles en accompagnement des pathologies du système nerveux  
Les huiles essentielles en accompagnement des pathologies du système digestif  
Les huiles essentielles en accompagnement des pathologies cutanées  
Les huiles essentielles en cosmétologie  
Contenu personnalisé en fonction de la pratique professionnelle

*De 13h à 14h : Pause Repas*

*De 14h à 15h30*

Cas pratiques de conseils en aromathérapie dans le cadre professionnel (Stress, troubles du sommeil, anxiété, harmonisation de l'énergie, libération des émotions etc...)

*De 15h30 à 16h*

Questions / réponses

*De 16h à 17h*

Bilan et évaluation de la formation, analyse des évaluations stagiaires et remise des attestations

*17h : Fin des cours*

*Copyright © Julie Doulet - Aroma'sens - 2021*

Tous droits réservés. Aucune partie de cette publication ne peut être reproduite, stockée dans un système de récupération ou transmise sous aucune forme ou par aucun moyen, électronique, mécanique, photocopie, enregistrement ou toute autre manière, sans l'autorisation préalable écrite du formateur ou de l'organisme de Formation.

Contact :

Julie Doulet - +33(0)6 18 55 77 50

[www.juliedouletnaturopathe.fr](http://www.juliedouletnaturopathe.fr)

[julie@aromasens.fr](mailto:julie@aromasens.fr)





## *Cursus "Conseiller (ère) en élixirs floraux"*



Cursus réalisé en présentiel dans le var

Informations sur les dates et les modalités financières sur  
[www.juliedouletnaturopathe.fr](http://www.juliedouletnaturopathe.fr)  
ou par téléphone au 06 18 55 77 50

# FORMATION ELIXIRS FLORAUX

## JOUR 1

*De 9h à 10 h*

Présentation des formateurs  
Présentation des stagiaires  
Description du stage

*De 10h à 12h30*

Introduction aux Fleurs de Bach  
Présentation du contenu du support de formation  
Importance des élixirs floraux dans la gestion des émotions  
Objectifs de la formation  
Historique de la Création des Élixirs Floraux par le Dr Bach  
Biographie du Dr Edward Bach  
Contexte historique et médical de l'époque

*De 13h à 14h : Pause Repas*

*De 14h à 17h*

Découverte et développement des élixirs floraux  
Philosophie et principes du Dr Bach  
Méthode de Fabrication des Élixirs Floraux  
Choix des fleurs  
Méthodes de préparation (méthode du soleil et méthode de l'ébullition)  
Conservation et stockage  
Précautions et considérations lors de la fabrication

*17h : Fin des cours*



## JOUR 2

*De 9h à 10 h*

Révisions de la veille

*De 10h à 13h*

Action des Élixirs Floraux sur la Psychologie Humaine  
Théories psychologiques sous-jacentes  
Importance de la gestion des émotions au quotidien

# FORMATION ELIXIRS FLORAUX

## JOUR 2

*De 13h à 14h : Pause Repas*

*De 14h à 17h*

Études de cas et témoignages

Comparaison avec d'autres méthodes de gestion des émotions

*17h : Fin des cours*

## JOUR 3 ET 4

*De 9h à 10 h*

Révisions de la veille

*De 10h à 13h et de 14h à 16h*

Les 38 Fleurs de Bach : Descriptions et Applications

Présentation générale des 38 élixirs floraux

Les familles émotionnelles

Pour chaque fleur :

Description botanique

Type de personne ciblée

Déséquilibres émotionnels traités

Bienfaits et résultats attendus

Tableaux récapitulatifs et schémas explicatifs

Utilisation Pratique des Fleurs de Bach

Modes de prise (oral, externe, etc.)

Dosage et fréquence

Combinaisons possibles et remèdes d'urgence (Rescue Remedy)

Intégration dans une routine quotidienne

Précautions et contre-indications

Études de Cas et Témoignages

*De 13h à 14h : Pause Repas*

*De 16h à 17h*

Questions / réponses

*17h : Fin des cours*



# FORMATION ELIXIRS FLORAUX

## JOUR 5

*De 9h à 10 h*

Révisions de la veille

*De 9h30 à 13h*

Présentation de plusieurs études de cas détaillées

Témoignages d'utilisateurs et de praticiens

Analyse des résultats obtenus

Conclusion et Réflexion

Résumé des points clés

*De 13h à 14h : Pause Repas*

*De 14h à 15h30*

Cas pratiques de conseils en élixirs floraux dans le cadre professionnel (Stress, troubles du sommeil, anxiété, harmonisation de l'énergie, libération des émotions etc...)

Importance de l'approche holistique dans le bien-être émotionnel

Perspectives futures et développement des thérapies florales

*De 15h30 à 16h*

Questions / réponses

*De 16h à 17h*

Bilan et évaluation de la formation, analyse des évaluations stagiaires et remise des attestations

*17h : Fin des cours*

*Copyright © Julie Doulet - Aroma'sens - 2024*

Tarif : 900 € pour les 5 jours de formation. Aroma'sens est un Organisme de Formation enregistré sous le N°93830618283. Les Formations Certifiantes s'adressent aux particuliers comme professionnels de la santé qui travaillent en libéral ou qui souhaitent le devenir, aux personnels en officine, dans des E.H.P.A.D., dans des centres hospitaliers, dans des cliniques ou dans tout autre établissement de santé...Le programme comprend les supports pédagogiques, le matériel, le flaconnage et les fleurs de Bach utilisés en cours pratiques.

Tous droits réservés. Aucune partie de cette publication ne peut être reproduite, stockée dans un système de récupération ou transmise sous aucune forme ou par aucun moyen, électronique, mécanique, photocopie, enregistrement ou toute autre manière, sans l'autorisation préalable écrite du formateur ou de l'organisme de Formation.

Contact :

Julie Doulet - +33(0)6 18 55 77 50

[www.juliedouletnaturopathe.fr](http://www.juliedouletnaturopathe.fr)

