

# AROMATHÉRAPIE & ÉQUILIBRE ÉMOTIONNEL

*gérer les émotions avec  
les huiles essentielles et hydrolats*

formation animée par



Jody ELLEAUME  
Aromathérapeute  
Herbaliste



1 WEEK-END - 12 HEURES



23/24 mai 2026



LYCÉE HORTICOLE   
LYON-DARDILLY (69)



8 à 20 personnes



financement personnel  
240 € + 20 € (frais de dossier)

financement organisme/entreprise  
294 € + 50 € (frais de dossier)

(voir liste ici)

votre interlocutrice



Margot VILLANO  
[margot.villano@elmsn.fr](mailto:margot.villano@elmsn.fr)

PRÉREQUIS : avoir 18 ans et valider des notions de base en aromathérapie par un QCM et un résultat > 6/10. (voir [INSCRIPTION](#))

TOUT PUBLIC : particuliers et professionnels (santé, bien-être...)

Formation accessible aux situations de handicap (voir possibilités d'adaptation : paragraphe [INSCRIPTION](#))

## OBJECTIFS

Comprendre la nature des émotions et le mécanisme de souffrance associé aux émotions qualifiées de négatives

Utiliser les huiles essentielles et hydrolats principaux et connaître leurs apports en tant que support des états émotionnels douloureux

Établir un protocole en aromathérapie et hydrolathérapie pour accompagner les personnes en besoin d'un soutien émotionnel

## PROGRAMME

En début de formation, rappel du cadre réglementaire concernant la préparation, la transformation et l'usage des plantes médicinales

### • QU'EST-CE QU'UNE ÉMOTION ?

Définition, rôle et manifestation (corps-esprit), rapprochement avec l'Ayurvéd  
Origine de la souffrance émotionnelle  
Distinction émotions/sentiments ; impact sur la santé

### • ACCUEILLIR L'ÉMOTION

La pleine conscience comme clef de l'équilibre émotionnel et l'apport des huiles essentielles pour établir cet état

### • AROMATHÉRAPIE ÉMOTIONNELLE : LES HUILES ESSENTIELLES

Action des parfums sur le cerveau émotionnel (système limbique)  
Approche subtile et messages des HE (biochimie, notes olfactives)  
Voies d'application

### • HYDROLATHÉRAPIE ÉMOTIONNELLE : LES HYDROLATS

L'eau informée : soutien délicat et profond des états émotionnels  
Critères de qualité  
Protocoles.

### • PLANTES MAJEURES ET ACCOMPAGNEMENT SPÉCIFIQUE

Étude de plantes clés (angélique, cèdre, lavande, rose, ...)  
Propositions pour accompagner les principaux états émotionnels

## MODALITÉS DE SUIVI & VALIDATION DE LA FORMATION

### • MÉTHODES PÉDAGOGIQUES

- apport théorique de l'intervenant et travaux dirigés en séance
- diaporama commenté et livret pédagogique
- l'enseignant disposera d'un kit pédagogique de découverte des HE et hydrolats

### • ÉVALUATION DE FIN DE FORMATION

- QCM à faire en ligne en fin de formation

## INSCRIPTION

\* Si la note obtenue au QCM est inférieure à 6/10, le suivi de la formation « BASES DE L'AROMATHÉRAPIE » sera nécessaire pour valider l'inscription.

(formation de 4h proposée par notre partenaire Myrtéa au tarif de 35 € [VOIR ICI](#)).

Détail de la procédure sur notre site internet rubrique [INFOS PRATIQUES](#).

Enregistrement de votre demande de dossier à tout moment sur notre site ou par téléphone. Une fois complété, merci de nous le renvoyer rapidement : l'attribution des places se fait par ordre d'arrivée des dossiers complets.

## CONTACTEZ-NOUS

- si vous avez besoin d'un devis pour le financement de votre formation
- si vous souhaitez dialoguer avec notre référente handicap sur les possibilités d'adaptation de la formation en fonction de vos besoins