



École Française  
d'Aromathérapie  
Intégrative

# OLFACTOPRATICIEN

## L'Olfactothérapie : les huiles essentielles au service de notre équilibre psycho-émotionnel.

Les informations olfactives sont en priorité traitées dans le cerveau par le système limbique qui gère aussi la mémoire émotionnelle.

Une simple odeur peut ainsi raviver des émotions liées à des expériences passées, parfois traumatisantes. Cela permet de mettre en lumière des besoins non satisfaits, à l'origine de souffrances persistantes.

Cette faculté des odeurs à réveiller des souvenirs enfouis offre l'opportunité de prendre conscience de leurs origines.

L'olfactothérapie conduit à un travail constructif visant à évoluer vers un plus grand respect de soi et à accéder à plus de sérénité dans la vie quotidienne.

---

## OBJECTIFS

---

Appliquer les règles de sécurité pour l'utilisation et le conseil des huiles essentielles.

Identifier les situations nécessitant une prise en charge médicale.

Analyser une situation et les attentes d'un consultant pour élaborer une stratégie d'accompagnement adaptée avec des huiles essentielles dans les domaines relevant de sa compétence.

Sélectionner des huiles essentielles appropriées à une personne en demande d'accompagnement psycho-émotionnel.

---

## LES PLUS DE LA FORMATION

---

Une expérimentation continue d'olfaction d'huiles essentielles en lien direct avec les thèmes abordés. Vous pourrez ainsi respirer, tester, vivre, et éprouver plus de trente huiles essentielles pour développer une discipline sensorielle indispensable à une pratique professionnelle d'excellence.

Profitez également d'un suivi individualisé pendant et après la formation, incluant des exercices pratiques et un accompagnement personnalisé pour renforcer vos compétences et consolider votre savoir-faire.

---

## **PUBLIC VISE / PREREQUIS**

---

La formation en Olfactothérapie s'adresse aux praticiens de santé qui souhaitent enrichir leur pratique avec un outil puissant et complémentaire — environ deux tiers des stagiaires en font partie.

Elle est également ouverte aux personnes en reconversion ou en quête de développement personnel, désireuses de découvrir un outil précieux pour la relation d'aide.

Aucun prérequis n'est nécessaire, si ce n'est l'engagement sincère de s'investir pleinement dans cette formation. Ici, l'apprentissage dépasse le cadre théorique : il invite à une compréhension personnelle et authentique de l'olfactothérapie, une étape essentielle pour tout futur thérapeute.

Les participants expérimentent directement les outils enseignés, s'accompagnant mutuellement pour intégrer de façon pratique et personnelle les concepts abordés.

La formation privilégie ainsi l'expérience vécue, et selon le processus personnel qui pourrait s'initier, un accompagnement extérieur peut être conseillé. En effet, bien que les formateurs offrent une écoute bienveillante, ils ne peuvent à eux seuls assurer le soutien nécessaire pour tous les cheminements personnels potentiels.

---

## **ACCUEIL DES PERSONNES EN SITUATION DE HANDICAP**

---

Dans un souci d'intégration et d'accès de toute personne à la formation professionnelle, quelle que soit sa situation, l'EFAl a entrepris une démarche de prise en compte des besoins des personnes en situation de handicap afin de maintenir leur chance de réussite.

Offrir des environnements souples, adaptables, permet ainsi d'agir positivement sur les situations de handicap. Travailler sur la question du handicap permet d'anticiper la manière dont notre école va pouvoir accueillir et prendre en compte « les différences ».

Sans être des experts, les membres de notre équipe ont mis tous les moyens en œuvre pour pouvoir accueillir des personnes avec des différences, de manière confortable et adaptée.

C'est pourquoi, si vous avez besoin d'une quelconque adaptation pour votre formation, nous vous invitons à nous le signaler de façon à pouvoir identifier et mettre en place, si c'est possible, des solutions d'aménagement nécessaires.

---

## **METHODOLOGIE**

---

### **MOYENS TECHNIQUES**

Présentation et vidéos sur écran  
Support de cours papier  
Échantillons d'huiles essentielles de qualité sur touches individuelles de parfumeur  
Plateforme extranet avec accès individuel

### **MÉTHODES PÉDAGOGIQUES**

Exposés théoriques avec projection sur écran  
Ateliers olfactifs  
Ateliers pratiques : simulation de consultation  
Quiz en ligne  
Groupe d'échange sur whatsapp

---

## EVALUATION / OBTENTION DU CERTIFICAT DE PRATICIEN EN OLFACTOTHERAPIE

---

L'Olfactothérapie n'étant pas officiellement reconnue comme discipline thérapeutique, nous délivrons un **Certificat d'École**, apprécié pour sa réputation de sérieux, portée par la qualité de l'enseignement et la reconnaissance des anciens stagiaires qui exercent. Ce certificat est remis après la validation d'un ensemble d'épreuves permettant d'évaluer au mieux les compétences acquises.

- **Recueil des attentes** : Les attentes des participants sont recueillies par le formateur en début de formation ainsi qu'à travers un questionnaire pré-formation.
- **Évaluation continue** : Tout au long de la formation, une évaluation continue assure la progression positive des participants, avec des cas pratiques ou tests à chaque module (quiz, questionnaires, etc., disponibles sur une plateforme en ligne). Les participants peuvent poser leurs questions pour éclaircir les points nécessaires et, lorsque le cours le permet, des mises en pratique individuelles à l'oral sont organisées.
- **Mise en situation professionnelle reconstituée** : Les compétences sont évaluées par des mises en situation professionnelle simulées.
- **Épreuve écrite de validation** : En fin de cursus, une épreuve écrite de 2h permet de valider les compétences acquises sur le plan théorique.
- **Mémoire personnel** : Les participants rédigent un mémoire basé sur un travail personnel avec une huile essentielle.
- **Compte-rendu de séances** : Après la formation, les stagiaires devront réaliser et commenter 21 séances d'Olfactothérapie pour valider leur pratique.

100% de réussite en 2024

### Indicateurs de résultats spécifiques

#### Critères évalués par nos stagiaires

Organisation de la formation (communication, organisation, déroulement, lieu) :	10/10
Déroulement de la formation (exercices, adaptabilité des formateurs) :	10/10
Contenu de la formation (programme adapté et respecté, qualité des supports) :	10/10
Efficacité de la formation (amélioration des compétences) :	9,7/10
Animation de la formation (expertises des formateurs, qualités pédagogiques, échanges) :	10/10

**Note générale de satisfaction :** 5/5

---

## RYTHME DE LA FORMATION

---

La formation s'étend sur 21 jours, répartis en **7 modules de 3 jours**, avec une session par mois pour permettre un apprentissage progressif. Chaque mois, une visio de suivi (facultative) est proposée entre les modules pour soutenir la progression des participants et favoriser les échanges. Un cursus complet est proposé chaque année.

---

## COÛT DE LA FORMATION

---

### Coût total de la formation : 2590€

Vous bénéficiez d'une remise de 5% sur l'ensemble de la formation si vous êtes demandeur d'emploi et ne bénéficiez pas d'aide au financement de la part de France Travail (joindre le justificatif).

#### Modalités de règlement :

- Règlement en une fois : 400€ d'acompte, puis le solde au premier jour de 2190€ (ou 2060,50€ avec la remise)
- Règlement en 7 fois sans frais : 400€ d'acompte, puis 6 mensualités de 365€ (ou 343,42€ avec la remise)
- Règlement en 12 fois : 400€ d'acompte, puis 11 mensualités de 205€ (pas de remise)

- soit par virement bancaire : **CAP SANTE – BIC CMCIFR2A – IBAN FR76 1027 8060 6700 0218 9190 136**

- soit par chèque libellé à l'ordre de **CAP SANTE**, et envoyé à : EFAI – 4, Allée des Jacquiers – 97427 L'Étang Salé.

Il est possible d'échelonner le paiement, mais les chèques devront être tous remis au 1<sup>er</sup> jour de formation.

---

## FINANCEMENTS AU TITRE DE LA FORMATION CONTINUE OU RECONVERSION

---

L'École Française d'Aromathérapie Intégrative est certifiée **QUALIOP** mais n'est pas enregistrée au RNCP.

Ainsi, nos formations sont éligibles de nombreux financements, **A L'EXCEPTION DU CPF**.



#### **IMPORTANT**

- Cette liste de financements n'est pas exhaustive, et l'éligibilité d'une formation **ne garantit pas** l'acceptation de votre demande.
- **Conseil** : Avant de déposer votre demande, renseignez-vous auprès de l'organisme financeur auquel vous êtes rattaché ou du responsable formation de votre entreprise pour vérifier vos droits. Une fois informé.e, revenez vers nous pour constituer ensemble votre dossier.

Des frais de 100 € sont appliqués pour le montage et le suivi administratif du dossier, mais ils ne seront pas facturés au stagiaire en cas de refus du financement.

---

## MODALITES D'INSCRIPTION

---

Les inscriptions se font soit en envoyant un mail à [secretariat@efai.fr](mailto:secretariat@efai.fr) pour recevoir le formulaire à remplir, soit directement en ligne [EN CLIQUANT SUR CE LIEN](#).

L'inscription est définitive après :

- Renseignement du formulaire ;
- Règlement de l'acompte ;
- Signature du contrat de formation et du règlement intérieur.

---

## DATES CURSUS 2025

---

### Cursus en mercredi/jeudi/vendredi

- 22-23-24 janvier 2025
- 19-20-21 février 2025
- 19-20-21 mars 2025
- 23-24-25 avril 2025
- 28-29-30 mai 2025
- 11-12-13 juin 2025
- 27-28-29 août 2025

**Lieu de la formation :** à confirmer , généralement à l'Étang Salé

L'adresse exacte est confirmée au moins 15 jours avant le début de la formation.

**Horaires :** 9h00/12h30 – 13h30/17h15

**Les sessions sont limitées à 16 personnes.**

---

## PROGRAMME PÉDAGOGIQUE – PRESENTIEL UNIQUEMENT

---

### MODULE 1 : Identifier les mécanismes d'actions de l'olfactothérapie

3 jours/21 heures

#### Expérimenter une HE

- ◆ Approche olfactive
- ◆ Note de tête
- ◆ Note de cœur
- ◆ Note de fond
- ◆ Précautions d'emploi

#### Identifier les éléments anatomiques qui entrent en jeu dans l'olfaction et leur fonctionnement

- ◆ Anatomie et physiologie de l'appareil olfactif
- ◆ Le goût
- ◆ L'odorat

#### Identifier les liens entre système nerveux et psychisme

- ◆ Anato-mo-physiologie du système nerveux
- ◆ Psychobiologie : production et fonctionnement des neurotransmetteurs.
- ◆ Relation du psychisme avec le système digestif et le microbiote.

### MODULE 2 : Repérer un besoin à partir d'une émotion ; gérer le stress et accompagner la dépression

3 jours/21 heures

#### Caractériser les émotions à l'origine de la demande d'aide

- ◆ Genèse et fonction des émotions.
- ◆ Les sentiments.
- ◆ Physiologie psychosomatique.

#### Déterminer les besoins psychologiques fondamentaux à la source de ces émotions difficiles à vivre.

- ◆ Tristesse
- ◆ Colère
- ◆ Peur

### **Analyser les réactions physiologiques indispensables de l'organisme**

- ◆ Réaction appropriée au stress
- ◆ Respirer pour s'oxygéner

### **Favoriser des réactions physiologiques de bien-être**

- ◆ Les moments de rien pour faire retomber la réaction au stress
- ◆ Utiliser différentes méthodes respiratoires pour activer le système nécessaire à la situation
- ◆ Contribuer à maintenir ses ressources en nutriments pour optimiser le fonctionnement des neurotransmetteurs

### **Repérer et freiner le stress chronique ; burn out et dépression**

- ◆ Installation du stress chronique
- ◆ Apprendre au consultant à le repérer et proposer des solutions
- ◆ Physiopathologie du burn out
- ◆ Etiologie de la dépression

## **MODULE 3 : Répondre à la demande d'un consultant ; Favoriser son adhésion**

**3 jours/21 heures**

### **Définir le contexte et la méthodologie de la rencontre entre le praticien et le consultant**

- ◆ Adopter une posture professionnelle : cadre ; compétences ; code éthique
- ◆ Éliminer une situation hors cadre
- ◆ S'inspirer du counselling dans sa méthodologie d'entretien
- ◆ Proposer une HE adaptée à la demande : Justifier les HE choisies ; motiver une discipline d'utilisation
- ◆ Faire émerger la véritable demande

### **Favoriser un contexte d'adhésion optimal**

- ◆ Contribuer à une prise de décision intuitive : Utiliser des moyens de détente pour « couper le mental » ; Ancrage et relaxation
- ◆ Ecoute active ; empathie ; sympathie : Savoir rester à sa place de thérapeute ; se protéger

## **MODULE 4 : Communiquer dans le même registre que le consultant**

**3 jours/21 heures**

### **Mettre en œuvre tous les moyens à disposition pour atteindre la satisfaction du consultant**

- ◆ Favoriser une adhésion optimale du consultant
- ◆ Reconnaître le registre du consultant pour parler le même langage :
  - Déterminer le VAKOG ;
  - Le tempérament ;
  - Observer le langage non verbal

### **Expérimenter une consultation d'olfactothérapie**

- ◆ Simulation de consultation avec une personne volontaire issue d'une promotion de l'école

## **MODULE 5 : Enrichir sa technique d'accompagnement en utilisant des outils performants**

**3 jours/21 heures**

### **S'initier à la relation d'aide**

- ◆ Pratiquer les 3 outils de base

- ◆ Améliorer son écoute et son observation
- ◆ Préciser son observation

#### Récapituler les éléments majeurs de la consultation

- ◆ Rester dans le cadre
- ◆ Faire émerger les forces et ressources du consultant
- ◆ Importance de la discipline et des rituels

## MODULE 6 : Soutenir les difficultés de la vie avec l'olfactothérapie

3 jours/21 heures

#### Accompagner les changements de vie

- ◆ Séparations
- ◆ Deuil

#### Transformer des comportements délétères

- ◆ Comprendre les mécanismes de l'addiction et proposer une méthodologie de sevrage avec l'olfactothérapie

#### Expérimenter le rôle de praticien

- ◆ Pratique d'une consultation supervisée par demi-journée avec une personne volontaire sélectionnée par les formateurs
- ◆ Débriefing des consultations pratiquées : du point de vue du praticien ; du point de vue du consultant ; du point de vue du formateur

## MODULE 7 : Faire le bilan et se tourner vers son avenir de praticien

3 jours/21 heures

#### Évaluation des compétences :

- ◆ Examen écrit : évaluation des compétences acquises au cours de la formation par un examen (2 heures)
- ◆ Modalités d'obtention du certificat de praticien en olfactothérapie : rédaction d'un mémoire sur un travail personnel avec une huile essentielle. Compte-rendu commenté de 21 séances d'olfactothérapie à réaliser après la formation.

#### Synthétiser les HE expérimentées au cours du cursus de formation

- ◆ Répertorier la liste exhaustive des HE expérimentées
- ◆ Classement par indications étudiées ; la roue des changements
- ◆ Compléter cette liste par l'expérimentation d'autres HE pendant ces 2 jours restants

#### Ouverture sur la pratique de thérapeute

- ◆ Indiquer la nécessité d'un accompagnement personnel constant par l'olfactothérapie mais aussi par un professionnel de la relation d'aide

#### Conclusion et synthèse du cursus de formation