



**Stéphanie LAUGA – ARoNat**  
www.aronat64.com  
06.81.88.41.74 - aronat@sfr.fr  
51, Route d'Ucha - 64360 MONEIN

## **LA FEMME A TOUS LES AGES**

### ***Formation de 14h en présentiel ou en distanciel***

#### **A destination de**

- Professionnels de la pharmacie : pharmaciens titulaires et associés, préparateurs en pharmacie, conseillers en dermatologie ou diététique
- Médecins
- IDE, auxiliaires de vie, aides-soignants
- Thérapeutes, Kinésithérapeutes, Sage-femmes, ostéopathes

#### **Objectifs de la formation**

- Perfectionner ou acquérir des compétences en aromathérapie scientifique, gemmothérapie et micronutrition
- Savoir répondre aux besoins de la patientèle en apportant une solution complémentaire et/ou alternative à l'allopathie
- Apprendre à choisir et savoir orienter son conseil en fonction de la pathologie et des éventuelles contre-indications et interactions

#### **Prérequis**

Cette formation nécessite quelques connaissances en aromathérapie scientifique ; il est conseillé d'avoir participé à la formation « aromathérapie scientifique et gemmothérapie » avant de s'inscrire à cette formation. Pour les thérapeutes, des notions scientifiques sont souhaitables.

Pour les sessions en distanciel, il est nécessaire de maîtriser les outils de visioconférence tels que Zoom, Skype, Teams ou autre et d'avoir une bonne connexion internet.

Organisme de formation enregistré sous le n°72 64 03873 64 auprès du Préfet de Région Aquitaine.  
SIRET n° 803 560 028 00018  
CODE APE : 8690F - Exonéré de TVA - Art. 261.4.4° a du CGI



**Stéphanie LAUGA – ARoNat**

www.aronat64.com

06.81.88.41.74 - aronat@sfr.fr

51, Route d'Ucha - 64360 MONEIN

## **Programme**

### **I- Généralités**

#### **A- L'aromathérapie scientifique**

- 1- Huiles essentielles
- 2- Comment choisir des produits de qualité
  - a- Les huiles essentielles et essences
  - b- Les huiles végétales
  - c- Les hydrolats
- 3- Toxicités
  - a- Hépatotoxicités
  - b- Néphrotoxicités
  - c- Dermocausticités
  - d- Photosensibilisation
  - e- Neurotoxicités et action abortive
- 4- Précautions d'emploi
- 5- Voies d'administration des huiles essentielles
  - a- La voie cutanée
  - b- La diffusion atmosphérique
  - c- La voie olfactive
  - d- La voie orale
- 6- Les huiles essentielles de la femme  
*Présentation de 19 huiles essentielles*
- 7- Les huiles végétales  
*Présentations de 6 huiles végétales*

#### **B- La gemmothérapie**

*Présentation de 11 bourgeons*

#### **C- La micronutrition**

### **II- La femme**

*Cas pratiques et élaboration de protocoles en aromathérapie, gemmothérapie, micronutrition*

Organisme de formation enregistré sous le n°72 64 03873 64 auprès du Préfet de Région Aquitaine.

SIRET n° 803 560 028 00018

CODE APE : 8690F - Exonéré de TVA - Art. 261.4.4° a du CGI



**Stéphanie LAUGA – ARoNat**

www.aronat64.com

06.81.88.41.74 - aronat@sfr.fr

51, Route d'Ucha - 64360 MONEIN

## 1- La puberté

- a. Les syndromes prémenstruels et les règles
- b. L'acné, les problèmes de peau, de cheveux et de transpiration
- c. Le manque de confiance en soi et le stress

## 2- La jeune femme

- a. Le désir de grossesse
- b. La grossesse
- c. La stérilité ou la difficulté à procréer
- d. L'accouchement
- e. L'allaitement
- f. La dépression post partum

## 3- La femme mature

- a. La ménopause
- b. L'ostéoporose
- c. Les rides et le relâchement cutané

## 4- Les pathologies de tous les âges

- a. Les mycoses
- b. Les cystites
- c. Le surpoids
- d. La cellulite

## **Modalités et délai d'accès**

Inscriptions par mail ou par téléphone jusqu'à 7 jours calendaires avant le début de la formation.

Nous contacter par mail ou téléphone pour toute demande particulière et évaluer vos besoins spécifiques.

## **Moyens pédagogiques, techniques et d'encadrement mis en œuvre**

Un support de cours est remis à chaque stagiaire en début de formation ; un support dynamique type Prezi ou power point sera diffusé en vidéo-projection, une aromathèque sera à disposition pour tester les huiles essentielles abordées.

Organisme de formation enregistré sous le n°72 64 03873 64 auprès du Préfet de Région Aquitaine.

SIRET n° 803 560 028 00018

CODE APE : 8690F - Exonéré de TVA - Art. 261.4.4° a du CGI



**Stéphanie LAUGA – ARoNat**

www.aronat64.com

06.81.88.41.74 - aronat@sfr.fr

51, Route d'Ucha - 64360 MONEIN

Pour les formations en distanciel, les supports de cours vous sont envoyés avant la date fixée. Un kit « senteur » des huiles essentielles étudiées peut être envoyé sur simple demande.

L'aménagement et l'accueil des personnes en situation d'handicap sont possibles. Merci de nous informer de la nécessité des tels aménagements et de vos besoins particuliers lors de votre inscription. Nous mettrons tout en place pour vous.

#### Suivi de l'action et appréciation des résultats :

- une feuille d'émargement sera signée chaque demi-journée par les stagiaires pour justifier de leur présence
- un QCM permettra d'évaluer la compréhension et l'impact de la formation
- une attestation individuelle de formation sera remise à la fin de la journée, justifiant de la participation au programme de la formation,
- un questionnaire de satisfaction sera à remplir à l'issu de la journée pour permettre d'améliorer la qualité de cette formation

#### Votre formateur :

Stéphanie Lauga, préparatrice en pharmacie pendant près de 20 ans, naturopathe aromatalogue installée, formatrice en aromathérapie scientifique et gemmothérapie en officine, formée à l'aromathérapie scientifique au Collège International d'Aromathérapie Scientifique Dominique Baudoux, sera votre formatrice.

Durée totale de la formation : 14 h

Organisme de formation enregistré sous le n°72 64 03873 64 auprès du Préfet de Région Aquitaine.

SIRET n° 803 560 028 00018

CODE APE : 8690F - Exonéré de TVA - Art. 261.4.4° a du CGI