

## Programme Formation « L'Olfactothérapie : une voie sensorielle pour apaiser les émotions »

### Objectifs et compétences visées

À l'issue de cette formation, les stagiaires seront capables de :

- Comprendre les fondements scientifiques et physiologiques de l'olfaction.
- Identifier les huiles essentielles utilisées en olfactothérapie et leurs propriétés psycho-émotionnelles.
- Maîtriser les techniques d'olfaction.
- Développer une posture d'écoute active et d'accompagnement émotionnel.
- Créer des protocoles personnalisés pour le stress, les émotions, le sommeil ou la douleur.
- Appliquer les précautions d'usage et connaître les contre-indications spécifiques.

### Pré-requis pour suivre la formation

Aucun prérequis, mais un intérêt marqué pour l'approche holistique du mieux-être et la dimension émotionnelle est souhaité.

### Méthode et lieu de la formation

- Méthode : la formation se déroulera 100% en présentiel au CENATHO Paris : 221 rue La Fayette, Paris 10.

### Durée de l'action de formation

- La formation se déroulera sur : 2 jours (16h)

### Les intervenants

**Guillaume Gérard** est praticien de Santé Naturopathe, Aromatologue, Micro-nutritionniste. Formateur, Consultant (particuliers et entreprises), Auteur, Détente neuro-musculaire, Signature olfactive. Coordinateur du Centre de Médecines Douces du Mans, Co-fondateur de l'Ecole Française d'Aromathérapie Intégrative.

### Nature de l'action au sens de l'article L.6313-1 du code du travail

Les actions de formation.

### Moyens / méthodes pédagogiques

- Cours théoriques illustrés (vidéo-projection)
- Exercices olfactifs guidés

CENATHO

- Études de cas pratiques
- Mises en situation
- Supports de cours fournis

## Programme

### 1 – Fondamentaux de l'olfaction et des huiles essentielles

- Introduction à l'olfactothérapie
- Physiologie du système olfactif
- Lien émotions / odorat / système limbique
- Principes de l'olfactothérapie
- Familles biochimiques clés
- Présentation de plusieurs huiles utilisées en olfactothérapie
- Séance pratique : olfaction comparative et verbalisation
- Choix des HE selon les émotions

### 2 – Techniques d'application et protocoles

- Les différentes voies d'administration
- Mise en place de protocoles olfactifs pour :
  - Stress & anxiété
  - Sommeil
  - Émotions (colère, peur, tristesse)
  - Douleur à composante psycho-émotionnelle
- Création de synergies personnalisées
- Posture d'écoute, verbalisation, accompagnement
- Intégration de l'olfactothérapie dans une pratique globale
- Études de cas concrets
- Précautions, limites, contre-indications
- Questions – Réponses & synthèse

## Moyens permettant d'apprécier les résultats de l'action

- QCM en fin de formation

## Nature de la sanction de l'action de formation

Attestation mentionnant les objectifs, la nature et la durée de l'action et les résultats de l'évaluation des acquis de la formation est remise au stagiaire à l'issue de la formation.

## Accessibilité et handicap

Pour tout personne en situation de handicap souhaitant suivre la formation et dont le dossier aura été accepté, le référent handicap a en charge l'adaptation des modalités de formation et d'évaluation adaptées.

### CENATHO

221, rue La Fayette – 75010 PARIS - 01 42 82 09 78 – [info@cenatho.fr](mailto:info@cenatho.fr) – [cenatho.fr](http://cenatho.fr)  
 SAS au capital de 38 112,25€ - RCS Paris B 378 758 692 – APE : 8559A – TVA intracom : FR46378758692  
 N° Déclaration d'activité : 11751628075