



École Française  
d'Aromathérapie  
Intégrative

# PRATICIEN EN OLFACTOTHERAPIE

**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. Ainsi une simple odeur peut faire remonter des émotions en lien avec un vécu plus ou moins traumatique, permettant de comprendre quels besoins n'ont pas été ou ne sont pas entendus. Nous pouvons ainsi utiliser cette faculté qu'ont les odeurs à réveiller en nous des souvenirs bien enfouis parce que douloureux, pour prendre conscience de leurs causes, afin de réaliser un véritable travail pour évoluer vers un plus grand respect de Soi et plus de sérénité dans la Vie.

---

## OBJECTIFS

Maîtriser les règles de sécurité pour utiliser et conseiller l'usage des huiles essentielles par la voie olfactive.

Évaluer une situation d'exclusion réclamant une prise en charge différente.

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

Proposer une HE parfaitement adaptée à une personne en demande d'accompagnement psycho-émotionnel.

---

## LE PLUS DE LA FORMATION

Une expérimentation constante tout au long de la formation d'olfaction d'HE en rapport avec les thèmes abordés. Vous pourrez ainsi respirer, tester, vivre, constater, éprouver... plus d'une trentaine d'HE. Cette expérience initiera une discipline nécessaire et indéniable pour une pratique d'excellence.

Une équipe de 6 formateurs expérimentés, un formateur référent pour lier le tout.

Guillaume GERAULT, naturopathe et coach psychocorporel, pratique l'olfactothérapie quotidiennement. « Toujours bienveillant, jamais conciliant, il vous guide et souhaite vous ouvrir les portes d'accès au monde des huiles essentielles, pour montrer que l'on peut faire simple, efficace, parfois même puissant, tout en passant par la case plaisir. »

---

## PREREQUIS / PUBLIC VISE

Aucun prérequis n'est demandé excepté la motivation de partir à la découverte de soi et d'en assumer les conséquences.

La formation en Olfactothérapie est ouverte aux praticiens de santé qui souhaitent intégrer dans leur pratique un outil complémentaire performant ; ils représentent environ 2/3 des stagiaires.  
Elle est également ouverte aux personnes en reconversion ou en recherche personnelle qui vont découvrir un outil extraordinaire pour la relation d'aide.

Lors de cette formation, les participants expérimentent les outils enseignés et se guident les uns les autres.  
La formation n'est pas seulement théorique mais permet de passer par l'expérimentation personnelle.  
Ainsi, il est recommandé d'être accompagné car l'intensité des ateliers proposés peut initier un travail personnel que les formateurs ne pourraient soutenir malgré leur écoute, leur bienveillance et l'accompagnement qu'ils proposent.

---

## 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 espace individuel ;

### MÉTHODES PÉDAGOGIQUES

Exposés théoriques avec projection sur écran ;  
Ateliers olfactifs ;  
Ateliers pratiques : simulation de consultation ;  
Quiz en ligne ;  
Visio de suivi entre chaque module ;  
Groupe d'échange sur messagerie Whatsapp.

---

## EVALUATION / OBTENTION DU CERTIFICAT DE PRATICIEN EN OLFACTOTHERAPIE

---

L'Olfactothérapie n'est aujourd'hui pas reconnue officiellement comme une discipline thérapeutique.  
Nous délivrons un Certificat d'École, qui jouit aujourd'hui d'une réputation d'estime et de sérieux, portée par ses formateurs et les anciens stagiaires qui exercent.

Nous le délivrons après un certain nombre d'épreuves permettant d'évaluer le plus justement possible les compétences que vous aurez acquises.

- Les attentes sont recueillies par le formateur lors du lancement de la formation et par un questionnaire pré-formation.
- Évaluation continue tout au long de la formation afin de s'assurer de la progression positive des participants. Pour cela, les formateurs mettent en œuvre à chaque module de formation, un cas pratique ou un test à destination des stagiaires (quiz ; questionnaire... disponibles sur une plateforme en ligne).

Les participants sont alors en mesure de poser des questions s'ils rencontrent des difficultés.

Lorsque le cours s'y prête et de façon ponctuelle, les stagiaires peuvent également être sollicités individuellement à l'oral afin de mettre en pratique leurs acquis.

- Mise en situation professionnelle reconstituée
- Épreuve écrite de validation des compétences en fin de cursus.
- 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.

---

## **RYTHME DE LA FORMATION**

---

La formation dure 21 jours, répartis en 7 modules de 3 jours, donnés une fois par mois.

Une visio de suivi est proposée (facultative) entre chaque module.

Nous proposons un cursus chaque année de octobre à juin, en fin de semaine (vendredi, samedi, dimanche)

---

## **COÛT DE LA FORMATION**

---

### **Coût total de la formation : 2690€**

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 Pôle Emploi (joindre le justificatif).

### **Modalités de règlement :**

- Règlement en une fois : 400€ d'acompte, puis le solde au premier jour de 2290€ (ou 2155,50€ avec la remise)
- Règlement en 7 fois sans frais : 400€ d'acompte, puis 5 mensualités de 381€ et une mensualité de 385€ (ou 6 mensualités de 359,25€ avec la remise)
- Règlement en 12 fois : 400€ d'acompte, puis 11 mensualités de 215€

- 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 QUALIOPi mais n'est pas enregistrée au RNCP.

Nos formations sont donc éligibles à tous les financements, **EXCEPTÉ AU CPF.**



La liste n'est pas exhaustive.

Attention **éligible** ne veut pas dire que votre demande sera obligatoirement **acceptée**.

Notre conseil : renseignez-vous auprès de l'organisme duquel vous dépendez, ou auprès du responsable de formation de votre entreprise pour connaître vos droits à la formation, puis revenez vers nous pour monter le dossier.

Des frais pour le montage et le suivi du dossier de 90€ sont appliqués, mais ne sont pas facturés au stagiaire en cas de refus de la demande de 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 2024 – 2025

---

### Cursus en vendredi/samedi/dimanche

- 04-05-06 octobre 2024
- 22-23-24 novembre 2024
- 13-14-15 décembre 2024
- 17-18-19 janvier 2025
- 07-08-09 février 2025
- 21-22-23 mars 2025
- 27-28-29 juin 2025

### SEANCES DE SUIVI EN LIGNE – 10h30/12h

- 16 novembre 2024
- 11 janvier 2025
- 1<sup>er</sup> février 2025
- 8 mars 2025
- 24 mai 2025

**La formation a uniquement lieu en présentiel.**

**Lieu de la formation :** ESPACE MEDIC – 79 Rue de Sèvres – 92100 BOULOGNE-BILLANCOURT

**Horaires pour les cours en présentiel :** 9h00/12h30 – 13h45/17h15

**Horaires pour le séances de suivi en ligne :** 10h30/12h00

Les sessions sont limitées à 16 personnes.

Pour toute demande de renseignement complémentaire : [secretariat@efai.fr](mailto:secretariat@efai.fr)

Cursus suivant : octobre 2025 à juin 2026

---

## PROGRAMME PÉDAGOGIQUE - 21 JOURS – PRESENTIEL UNIQUEMENT

---

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

3 jours/21 heures

#### Expérimenter une HE

- ◆ Approche olfactive
- ◆ Notes de tête, cœur et fond
- ◆ Précautions d'emploi
- ◆ Les exclusions

#### 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 dé-pression

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 comprendre et satisfaire le 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 du groupe

## **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
- ◆ Proposer l'art thérapie

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

3 jours/21 heures

### Accompagner les changements de vie

- ◆ Séparations
- ◆ Deuils

### 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 ;
- ◆ 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)

### 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