



École d'Aromathérapie Appliquée

• PROGRAMME DE L'OFFRE DE FORMATION

Olfaction en pleine conscience : un parcours initiatique

NIVEAU

Intellectuellement, la base nécessaire est de maîtriser la langue française, et d'être un bon lecteur. Pour le reste, il s'agira d'une ouverture d'esprit et de cœur. Ce qui n'est en lien avec aucun diplôme. Si, pour un désir de développement personnel ou pour des raisons médicales, psychologiques, nerveuses ou autres, vous vous sentez avides d'en apprendre plus sur vous, ce parcours initiatique vous ouvrira des portes insoupçonnées vers un bien-être général retrouvé. De nombreux thérapeutes gagneraient à découvrir ce parcours, d'abord pour eux-mêmes, mais aussi pour pouvoir en partager les bienfaits dans leur cabinet, sur base d'une méthodologie très concrète.

DURÉE ESTIMÉE

40h00

PUBLIC CIBLE

PRÉ-REQUIS





École d'Aromathérapie Appliquée

- Pré-requis de base : maîtrise suffisante de la langue française ; capacité de s'organiser pour gérer les temps d'apprentissage en vue d'obtenir la certification.

OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES...

- Vos connaissances sur l'olfaction vous mèneront dans des temps lointains autant qu'à l'époque actuelle. Elles vous feront voyager partout sur notre planète, et même au-delà. Elles vous révéleront comment vos corps perçoivent les odeurs et comment ils y réagissent. Vous découvrirez combien nos corps sont créateurs d'odeurs et combien ces odeurs sont révélatrices de notre intimité. Il s'agit d'une intime découverte de l'odorat à travers différents prismes, qu'ils soient historique ou médical, artistique, ou de façon plus surprenante, relié à l'urbanisme. Les connaissances acquises ouvrent à la conscience que :
 - toute vie est odorante ;
 - nos corps, avec l'olfaction en pleine conscience, nous livrent des messages précieux qu'il est bon de découvrir et d'écouter. Et ce pour la plus grande joie de nos systèmes nerveux ;
 - nos systèmes olfactifs, stimulés, agissent tel un coup de fouet pour l'ensemble de nos sens. Mais pas que : nos fonctions cognitives, mémoire en tête, redeviennent plus performantes ;là où nous nous sentons seuls et enfermés, des portes de socialisation se réouvrent à tout âge. Des exercices pratiques parsèment le parcours, vous préparant en douceur au but ultime : découvrir une méthodologie très concrète, très vivante, vous permettant de sentir les odeurs en pleine conscience. En pratiquant cette méthodologie, vous découvrirez un art de vivre, plus lent, plus posé, qui vous permettra de mieux vous sentir dans votre vie sur la planète, tous sens éveillés, avec une force tranquille retrouvée.

APTITUDES

COMPETENCES





École d'Aromathérapie Appliquée

CONTENUS PÉDAGOGIQUES

- Le mode distanciel (e-learning) comprend 7 modules (ou 7 thèmes).
MODULE 1 NOS VÉRITABLES ORIGINES Univers et cosmos ♦ Planète Terre
♦ Monde végétal ♦ Humanité et végétaux ; Questionnaire final portant sur
l'ensemble de la matière du module. MODULE 2 PERSPECTIVES
AROMATIQUES Dans l'Antiquité ♦ Religions et arômes ♦ Tours aromatiques
en Asie, Afrique, Amérique, Océanie, Europe ; Questionnaire final portant
sur l'ensemble de la matière du module. MODULE 3 MÉDECINE ET ODORAT
Historique ♦ Un lien inaliénable ♦ Quand l'odorat est malade ♦
Neurosciences et odorat ♦ Psychologie et odorat ; Questionnaire final
portant sur l'ensemble de la matière du module. MODULE 4 VISIONS
MULTIPLES SUR L'ODORAT Odorat et philosophes ♦ Odorat et parfumeurs
♦ Odorat et artistes ♦ Odorat et urbanistes ♦ Odorat et linguistes ;
Questionnaire final portant sur l'ensemble de la matière du module.
MODULE 5 SYSTÈME OLFACTIF HUMAIN, GENÈSE ET DÉVELOPPEMENT
Genèse d'une anatomie olfactive ♦ Odorat du fœtus et de bébé ♦ Parfum
de bébé ♦ Un système olfactif pour la vie ; Questionnaire final portant sur
l'ensemble de la matière du module MODULE 6 MON CORPS ÉNERGÉTIQUE
Métaphore de la maison ♦ Respirer, un lien intime au monde ♦ Corps et
miroir ♦ Mon corps, une centrale énergétique ♦ Deux bibliothèques ♦ Trois
plans possibles pour rencontrer le vivant ; Questionnaire final portant sur
l'ensemble de la matière du module. MODULE 7 UNE MÉTHODOLOGIE EN
PLEINE CONSCIENCE Une méthodologie qui unit ♦ Une méthodologie
vivante et évolutive ♦ Une méthodologie aux langages variés ♦ Une
méthodologie qui sollicite ma présence consciente ; Questionnaire final
portant sur l'ensemble de la matière du module ; Travaux pratiques sur 7
arômes.

METHODES MOBILISEES

Chaque module d'apprentissage se compose de plusieurs "grains" (ou chapitres). Dans le cadre d'un parcours complet, les modules et les "grains" qui les composent doivent être parcourus dans l'ordre imparti. A l'entame de chaque module en ligne, il est possible d'en télécharger la version au format pdf. Ce pdf permet à l'apprenant d'archiver la matière de manière définitive. Certains apprenants peuvent cependant décider d'utiliser les deux supports simultanément : le module en ligne et le fichier pdf (permettant l'impression sur papier). Il peut s'agir d'une aide précieuse à la mémorisation. Rappelons toutefois que seul l'apprentissage en ligne donne accès à la certification, grâce à l'interactivité qu'il permet.





École d'Aromathérapie Appliquée

MOYENS TECHNIQUES

Les cours sont accessibles sur PC, tablette ou smartphone. Les navigateurs recommandés sont Chrome et Firefox.

MOYENS D'ENCADREMENT

La formation à distance est dite "asynchrone" : elle permet à l'apprenant de progresser au fil des modules en ligne à son propre rythme. Un forum permet d'interagir rapidement avec les formateurs. En cours d'apprentissage, les apprenants seront conviés à des classes virtuelles. Ces classes virtuelles ne sont pas explicitement inscrites au programme et sont facultatives. Leur but est d'établir un contact encore plus direct avec les formateurs. Les thèmes choisis sont des thèmes généraux accessibles à tous les apprenants de tous les parcours, quel que soit leur degré d'avancement en cours d'apprentissage.

MODALITES D'EVALUATION

Afin d'assurer une assimilation durable de la matière, divers petits questionnaires sont disséminés au fil de chaque module. Ces petits questionnaires n'interviennent pas dans la certification finale. Au terme de chaque module, un grand questionnaire est soumis à l'apprenant. Le dernier module se clôture par des exercices pratiques portant sur 7 arômes dont l'identité sera révélée au terme de cet exercice. Le résultat moyen des grands questionnaires et des exercices pratiques détermine la mention de la certification.

MODALITÉS D'ACCÈS

DURÉE D'ACCÈS

TAUX DE REUSSITE

Le résultat moyen des grands questionnaires et des exercices pratiques détermine la mention de la certification : réussite sans mention (entre 50 et 60 %





École d'Aromathérapie Appliquée

; "satisfaction" (entre 60 et 70 %) ; "distinction" (entre 70 et 80 %) ; "grande distinction" (entre 80 et 90 %) ; "la plus grande distinction" (entre 90 et 100 %).

DEBOUCHES

Le parcours « Olfaction en pleine conscience » est un parcours initiatique. Le certificat que vous recevrez en fin de parcours sera donc un certificat d'initiation, vous accordant les bases solides nécessaires pour continuer vos éveils futurs concernant l'olfactothérapie, la pratique quotidienne de pleine conscience, voire l'association des deux. Ce parcours s'adresse aux particuliers autant qu'aux professionnels de la santé. Voici quelques-uns des multiples potentiels permis par les enseignements : Pour les particuliers :

- renforcement du système nerveux ;
- découverte des potentiels sensoriels du corps et stimulation de l'ensemble des sens, outre le sens de l'olfaction ;
- stimulation de la mémoire ;
- récupération du sens olfactif après une anosmie, imputée ou non au covid ;
- plus grande confiance en soi, retour au sens de notre passage sur terre

Pour les professionnels : tout ce qui est valable pour les particuliers l'est pour les thérapeutes. Toutefois, la méthodologie, une fois intégrée, peut être appliquée en cabinet dans le cadre de nombreuses pathologies physiques (après infection, notamment), psychiatriques (dépression, troubles d'anxiété généralisée, traumatismes), neurologiques (maladie d'Alzheimer) ... La méthodologie peut également être appliquée dans des écoles ou tout type d'environnement professionnel qui désire tendre vers un apaisement collectif. Le milieu carcéral peut également en bénéficier pour rouvrir les esprits et les cœurs de corps momentanément enfermés. Les urbanistes, les cuisiniers, les créateurs de tout bord, les parfumeurs... Tous peuvent enrichir leur pratique par cette méthodologie en pleine conscience, qui enrichit et élargit les perspectives créatives au sein de toutes ces professions.

