

Formation en phyto-aromathérapie, prévue sur 4 années

Maison Adèle Picot, 39 Rue Notre Dame des Champs, Paris 6ème

Premier stage : 14 et 15 octobre 2017

Dates pour la série des stages de première année : 14 et 15 octobre 2017, 9 et 10 décembre 2017, 20 et 21 janvier 2018, 3 et 4 mars 2018, 7 et 8 avril 2018, 26 et 27 mai 2018, 16 et 17 juin 2018.

Avant de s'inscrire à cette formation, il est conseillé de suivre l'un des stages proposés par ailleurs, pour avoir une idée de la « méthode d'approche sensible des plantes ». Cette méthode est complémentaire de l'approche analytique qui procède seulement de considérations chimiques sur les plantes, notamment via leur huile essentielle (s'il s'agit d'espèces distillables).

Cette formation est prévue sur **quatre années**, elle concerne l'étude de la **phyto-aromathérapie contemporaine**, et particulièrement de **l'aromathérapie**, c'est-à-dire des usages thérapeutiques des huiles essentielles.

La **quatrième année** concerne plus particulièrement l'étude de la phyto-aromathérapie appliquée à la **gynécologie**.

Chaque année d'étude consiste en 7 week-ends de stage, d'octobre ou novembre à juin. L'inscription se fait année par année.

Un engagement est demandé pour une année complète, soit 7 week-ends.

Le cadre de l'étude, du point de vue thérapeutique, est celui des « **médecines naturelles** », dites « **néo-hippocratiques** », pour lesquelles l'hygiène de vie, l'alimentation en premier lieu, joue un rôle essentiel.

Ce travail intéresse les médecins, pharmaciens, thérapeutes, producteurs ou futurs producteurs d'huiles essentielles, botanistes, paramédicaux, psychologues, personnes qui s'occupent d'accompagnement en soins palliatifs, formateurs dans le domaine de l'aromathérapie, personnes qui travaillent dans le milieu de la parfumerie, etc.. Il peut concerner aussi des personnes qui effectuent des recherches personnelles sur les plantes. Nous contacter pour plus d'informations sur le « niveau » auquel nous nous plaçons.

Pour l'étude des huiles essentielles et des plantes médicinales, nous nous plaçons dès l'abord dans la perspective de la **méthode « sensible »** qui implique notre intuition et le sens olfactif principalement, ainsi que des considérations sur le milieu naturel dans lequel pousse l'espèce, et ce que Goethe nommait « métamorphose ».

Ce point de vue n'exclut pas **l'approche analytique des huiles essentielles** et des plantes médicinales, qui procède à partir de l'étude des composants biochimiques. Au cours des

deux premières années, un temps important est consacré à cette étude de la « relation structure /activité » qui cherche à établir des corrélations entre les composants biochimiques d'une plante et ses activités thérapeutiques. Cette étude chimique est accompagnée d'observations sensibles des plantes, elle n'est pas purement théorique.

Des questions thérapeutiques seront abordées dès le début de cette formation. L'étude des **usages thérapeutiques** des plantes et de leurs différents extraits (HE, alcoolatures, extraits de gemmothérapie...) est posée comme l'intention principale de ce travail. Parallèlement à l'étude des huiles essentielles, nous décrivons les principaux remèdes de la **phytothérapie traditionnelle européenne**, incluse la nouvelle **gemmothérapie** qui utilise des bourgeons et des jeunes pousses.

Les programmes ci-dessous sont donnés à titre indicatif.

Programme de la première année de formation (7 week-ends)

Nous présenterons principalement les **connaissances de base sur les huiles essentielles** : leur production, la question de leur qualité, les principales familles de composants, les spécificités de l'aromathérapie en tant que domaine particulier de la « Phytothérapie », les huiles essentielles d'importance majeure, etc.. Nous donnerons les fondements de la **classification linnéenne des plantes**, de la botanique classificatoire.

La méthode **d'approche sensible** sera pratiquée dès l'abord.

Le travail sera axé sur la **thérapeutique, infectiologie** en premier lieu, certes utile pour les personnes autorisées à prescrire, mais aussi très intéressante d'un point de vue pédagogique car elle concerne les huiles essentielles de base, dont l'action est très large et déborde les strictes propriétés anti-infectieuses.

Nous étudierons comme **huiles essentielles** :

- Parmi les **Myrtacées** : les Eucalyptus à 1,8 cinéole, les Myrtes, les Melaleuca dont le Tea tree.
- Parmi les **Lamiacées** : les Origans, les Thyms, les Lavandes.
- Parmi les **Abiétacées** : les Pins, les Sapins, l'Épinette noire (*Picea mariana*).
- Parmi les **Lauracées** : le Ravintsara et les Cannelles.

Pour chacune de ces H.E. sera notamment indiquée son utilisation pratique, dans les différents modes galéniques (voie orale, voie cutanée, voie rectale, aérosol, diffusion).

En ce qui concerne la « **relation structure/activité** », nous étudierons les familles biochimiques suivantes : oxydes, phénols, alcools, terpènes, aldéhydes aromatiques.

En **gemmothérapie**, nous décrirons, à partir de tests réalisés par les participants eux-mêmes : le cassis, le tilleul, le figuier.

En **phytothérapie classique**, nous étudierons de la même manière : les échinacées, l'angélique archangélique, le calendula officinal, la lavande officinale.

Programme de la deuxième année de formation (7 week-ends)

Nous poursuivons l'étude des **huiles essentielles** avec :

- Parmi les **Astéracées** : la Camomille romaine, la Matricaire, l'Estragon.
- Parmi les **Lamiacées** : le Basilic tropical, la Marjolaine à coquilles, le Romarin officinal.
- Parmi les **Rutacées** : le Bigaradier (petit-grain), le Citronnier.
- Parmi les **Myrtacées** : l'Eucalyptus Citronné.
- Parmi les **Ericacées** : les Gaulthéries.
- Parmi les **Apiacées** : l'Angélique archangélique et l'Aneth.
- Parmi les **Cupressacées** : le Cyprès toujours vert, le Genévrier commun, le Genévrier nain.

Pour la « **relation structure/activité** » : les esters, les phénol-méthyl-éthers, les aldéhydes terpéniques, les coumarines, les acides, les cétones.

En **gemmothérapie** : l'Aubépine, le Mûrier noir.

En **phytothérapie classique** : la valériane officinale, la valériane rouge, le pavot de Californie, le houblon.

La question des **interfaces** (= comment administrer les huiles essentielles ?) et des modes **galéniques** (= comment préparer les huiles essentielles : huiles de massage, diffusion, aérosol, suppositoires, ovules gynécologiques...).

Comme nous l'avons fait en première année, nous continuerons d'évoquer les pathologies à travers l'étude de la matière médicale de l'aromathérapie. Nous garderons bien les aspects « utilitaires » comme l'un des objectifs de notre travail.

Programme de la troisième année de formation (7 week-ends)

Suite de l'étude des **huiles essentielles** :

- Parmi les **Myrtacées** : le Manuka.
- Parmi les **Astéracées** : l'Hélichryse corse (et ses variations sur l'île, en fonction des sites), l'Inule graveolens.
- Parmi les **Lamiacées** : la Sauge officinale, la Sauge sclarée, la Menthe poivrée et d'autres espèces de menthes.
- Parmi les **Anacardiacées** : le Pistachier lentisque.
- Parmi les **Verbénacées** : la Verveine odorante.
- Parmi les **Abiétacées** : le Sapin géant, le Mélèze d'Europe, la Pruche (Tsuga canadensis).
- Parmi les **Cistacées** : le Ciste ladanifère.

Et pour la « **relation structure/activité** » : les composés azotés, les composés soufrés, les éthers oxydes, les lactones.

Pour l'étude de la **phyto-aromathérapie** appliquée aux pathologies principales: les pathologies ORL et respiratoires, les pathologies digestives, les pathologies cardiovasculaires, la rhumatologie, les pathologies principales de la sphère génito-urinaire à l'exclusion de la gynécologie, la dermatologie.

Programme de la quatrième année :

Phyto-aromathérapie appliquée à la gynécologie (7 week-ends)

Le cycle, les hormones ovariennes, les hormones hypophysaires, les neurotransmetteurs.

Huiles essentielles d'Achillée millefeuille (plus Achillée de Ligurie) (Astéracées) et de Niaouli (Myrtacées). Framboisier (extrait préparé en gemmothérapie).

Aménorrhées et dysménorrhées.

Huiles essentielle de Lavande séville (Lamiacées) et de Sauge blanche (*Salvia apiana*, Lamiacées), retour sur le genre *Salvia* déjà abordé avec *Salvia off.* et *Salvia sclarea*. Etude des alchémilles.

Syndrome prémenstruel, métrorragies, fibromes.

Etude des huiles essentielles de Fenouil (Apiacées) et de Badiane (*Illicium verum*, Schisandracées), évocation de l'Anis vert (Apiacées). Evocation des Yams (genre *Dioscorea*).

Kystes ovariens, endométrioses, dysplasies du col.

Etude de certaines armoises : Armoise vulgaire, Armoise blanche (*Artemisia herba alba*), Armoise absinthe, Armoise arborescente (Astéracées). Retour sur l'Estragon. Evocation de *Cimicifuga racemosa*.

Grossesse et accouchement (dont soins post-accouchement, soins post césariennes).

Etude des huiles essentielles de Tanaïse annuelle (Astéracées) et d'Ylang Ylang (différentes fractions) (Anonacées). Etude du Pin laricio.

Ménopause : bouffées de chaleur, congestions pelviennes, syndrome dépressif, sècheresse vaginale etc.

Etude des huiles essentielles de Vitex agnus castus (Gattilier) (Verbénacées) et de Santal (*Santalum album*, *Santalum austrocaledonicum*) (Santalacées). Etude la Gentiane.

Prostatites, cancer de la prostate. Apport de la phytothérapie, point de vue de la médecine conventionnelle. Point de vue du décodage biologique etc.

Etude des huiles essentielles de Sequoia (Taxodiacees) et de Khella (*Ammi visnaga*) (Apiacées). Etude du Mélilot officinal.

Cette formation sera animée par **Christian Escriva**, producteur de plantes médicinales dans les Alpes Maritimes, formateur dans le domaine de l'aromathérapie auprès de différents publics, auteur de différents ouvrages : *Précis de Phytothérapie. Extraits de Gemmothérapie et Teintures mères* (Editions Promonature 2008) ; *Rencontrer les Plantes. Approche par la méthode de Goethe. Lavandes, origans, thym, romarin, menthe...et leurs huiles essentielles* (en collaboration avec Jean-Michel Florin) (Editions Amyris 2011) ; *Les Huiles essentielles Corses* (Amyris 2012) ; *Index Thérapeutique. Huiles essentielles, alcoolatures, extraits de bourgeons, hydrolats, macérations solaires...* (Amyris 2014) ; *Les Alcoolatures. Une approche sensible des teintures-mères de plantes* (Amyris 2015) ; *Guide Pratique des HE et des Hydrolats Corses* (Amyris 2016).

Lieu : Maison Adèle Picot, 39 Rue Notre Dame des Champs, Paris 6ème

Horaires : pour chaque journée de stage, de 9h30 à 12h30 et de 14h à 17h30

Participation : **1330 euros pour l'année de formation** (7 week-ends), repas et hébergement non compris. Adhésion annuelle à l'association Hélichryse de 20 euros, en sus.

Informations et inscription :

Auprès de l'Association Hélichryse

La Commanderie, 06750 Valderoure

Tél : 04 93 60 39 88

Email : associationhelichryse@yahoo.fr ou escriva.christian@gmail.com

Site internet : www.helichryse.com