

CRÉONS UNE ATMOSPHÈRE APAISANTE, UN ARÔME À LA FOIS

Angélique Aroma

documentation

Ensemble, créons un moment convivial et parfumé.





Parcours Aroma Olfactif pour séniors

L'aromathérapie est un merveilleux support sur lequel s'appuyer dans l'aide à la personne.

La mise en place de mon atelier en quelques chiffres

Participants : 4 à 6 résidents

Besoins en personnel : 1 membre de
l'équipe d'encadrement ou de
l'équipe soignante

Durée de l'atelier : 6 séances d'1h30

Fréquence : 1 séance tous les 15 jours

Amenons les
huiles partout
où nous allons
et piochons
dans l'éventail
des senteurs
pour trouver le
flacon parfait.

Le programme de l'atelier

Pour chaque séance, nous explorons un univers grâce à 3 huiles essentielles

01. Agrumes : Citron, orange douce, bergamote

02. Floral : Lavande, camomille romaine

03. Conifère : Pruche, Sapin baumier, Cyprès

04. Aromates : Laurier noble, Romarin à cinéole

05. Épices : Muscade, cannelle, cardamome

06. Séance spéciale avec la réalisation d'un stick olfactif personnalisé pour chaque participant

L'atelier en 3 points forts

01 Un moment d'échange et de partage à même de créer du lien entre les résidents

02 Un atelier sensoriel qui stimule l'odorat mais aussi la mémoire

03 Un moment de détente profonde grâce aux bienfaits de la relaxation olfactive





Ensemble, créons un moment convivial et parfumé.

Déroulé d'une séance

01. Tour de table & état des lieux des ressentis et de l'humeur du jour

02. Exercice de respiration abdominale pour se recentrer

03. Olfaction des huiles sur une touche à sentir avec, après chaque huile, un temps de discussion et de partage des ressentis (ce qu'évoque l'odeur)

05. Présentation des huiles avec visuels

Les autres ateliers qu'il est également possible d'organiser

Relaxation Olfactive guidée

Une façon astucieuse de poser sur l'apaisement d'une séance de relaxation les bienfaits des huiles essentielles et leur faculté à induire des réponses physiologiques et émotionnelles positives.

Atelier à thème sur demande

Les huiles essentielles peuvent se mettre au service du sommeil, de la gestion de l'anxiété ou encore des troubles de la digestion, voyons ensemble ce que nous pouvons mettre en place.





L'aromathérapie est un merveilleux support sur lequel s'appuyer dans l'aide à la personne.

Je suis Angélique Beauvilain, praticienne en aromathérapie formée par Marie Mori et son institut AdochPharma, organisme de formation Qualiopi.

Passionnée par l'aroma, la pleine santé et les relations humaines, je suis très heureuse de vous présenter mes ateliers adaptés aux lieux de vie & structures paramédicales.

Angélique