

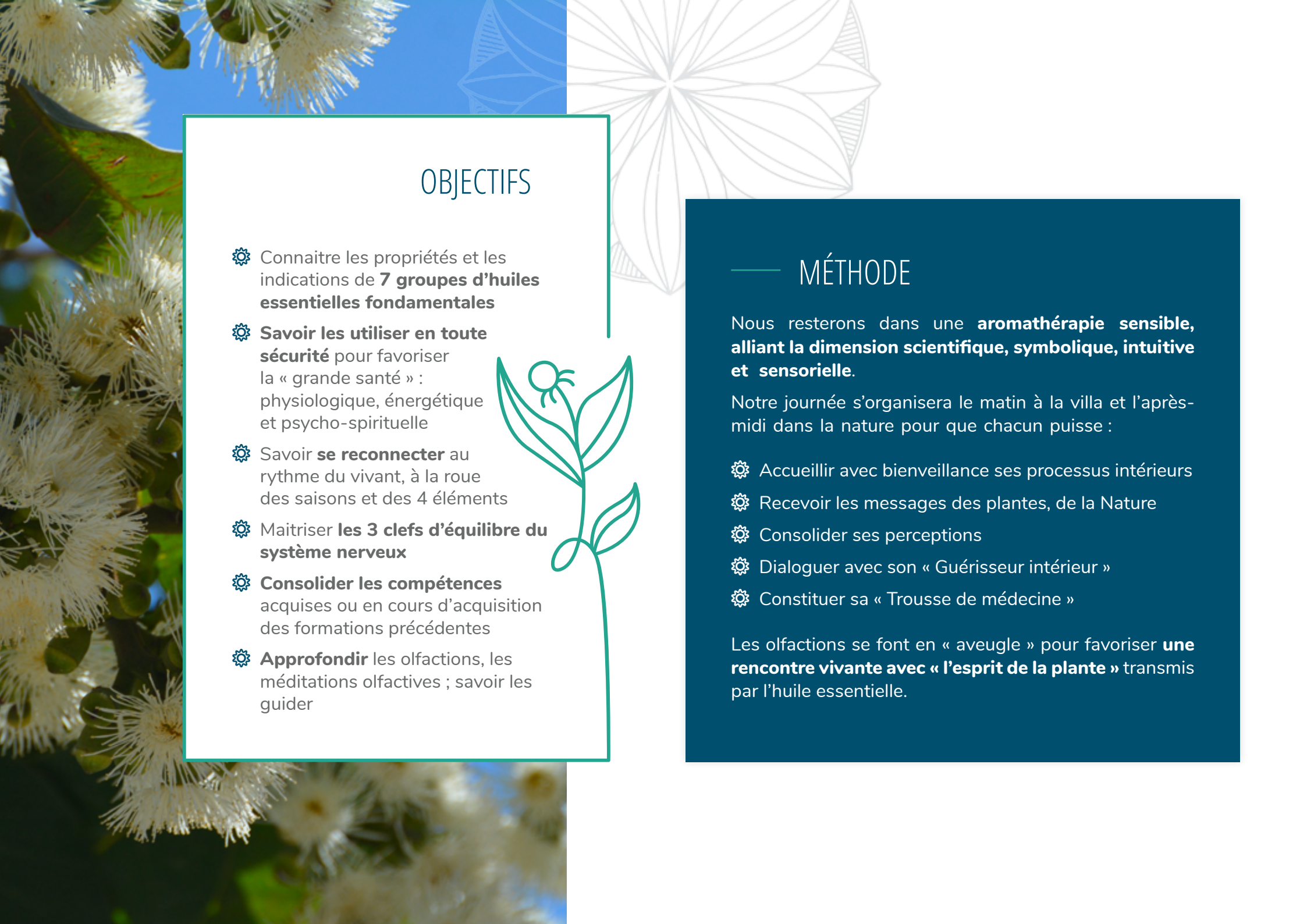


FORMATION AROMATHÉRAPIE RESSOURCES

LES PLANTES GUIDES

— *Grandir avec le Vivant*

Castellu di Baricci - Sartene



OBJECTIFS

- ⚙️ Connaître les propriétés et les indications de **7 groupes d'huiles essentielles fondamentales**
 - ⚙️ **Savoir les utiliser en toute sécurité** pour favoriser la « grande santé » : physiologique, énergétique et psycho-spirituelle
 - ⚙️ Savoir **se reconnecter** au rythme du vivant, à la roue des saisons et des 4 éléments
 - ⚙️ Maîtriser **les 3 clefs d'équilibre du système nerveux**
 - ⚙️ **Consolider les compétences** acquises ou en cours d'acquisition des formations précédentes
 - ⚙️ **Approfondir** les olfactions, les méditations olfactives ; savoir les guider
- 

MÉTHODE

Nous resterons dans une **aromathérapie sensible, alliant la dimension scientifique, symbolique, intuitive et sensorielle.**

Notre journée s'organisera le matin à la villa et l'après-midi dans la nature pour que chacun puisse :

- ⚙️ Accueillir avec bienveillance ses processus intérieurs
- ⚙️ Recevoir les messages des plantes, de la Nature
- ⚙️ Consolider ses perceptions
- ⚙️ Dialoguer avec son « Guérisseur intérieur »
- ⚙️ Constituer sa « Trousse de médecine »

Les olfactions se font en « aveugle » pour favoriser **une rencontre vivante avec « l'esprit de la plante »** transmis par l'huile essentielle.



Arrivée & Départ

Le 1er jour est consacré à votre installation et à votre « arrivée intérieure ». Prévoir une arrivée le matin à l'aéroport de Figari entre 10h-12h.

- ⚙ Prise en main des voitures de location
- ⚙ Déjeuner dans un restaurant en bord de mer
- ⚙ Temps de pause dans la nature
- ⚙ Dépose des bagages intérieurs
- ⚙ Approvisionnement en nourriture
- ⚙ Arrivée sur les lieux du stage
- ⚙ Installation & dîner

Le dernier jour est celui du départ dans la matinée.

REPÈRES & DÉROULEMENT

- ⚙ **1 plante « guide » par jour**
- ou 1 groupe de plantes associées -
- ⚙ **1 méditation olfactive longue** en salle le matin
- ⚙ **1 marche de pleine conscience** l'après-midi
- ⚙ Des **olfactions** dans la journée
- ⚙ **Cercles de partage**
- ⚙ **Pratiques individuelles** ou en petit groupe
- ⚙ **Enseignement** sur les forces sacrées de la nature



JOURNÉE TYPE



Matin

- ⚙ Météo intérieure
- ⚙ Intention de la journée et objectif
- ⚙ Méditation olfactive
- ⚙ Partage des observations et ressentis
- ⚙ Portrait de l'Huile Essentielle
- ⚙ Propriétés, indications thérapeutiques, précautions d'emploi et contre-indications éventuelles
- ⚙ Révision et approfondissement du cursus Aromathérapie énergétique ou du stage Résilience
- ⚙ Questions ouvertes (prise en compte personnalisée des besoins de chacun)



Après-midi

- ⚙ Ouverture du champ
- ⚙ Marche consciente
- ⚙ Olfaction / Méditation : suite du travail initié le matin en Aromathérapie énergétique
- ⚙ Contact avec les éléments de la Nature
- ⚙ Principe de guérison en résonance avec le lieu et ses éléments
- ⚙ Thèmes psycho-émotionnels en résonance
- ⚙ Pratique intuitive – Rituel simple
- ⚙ Fermeture du champ



Soirée

- ⚙ Dîner à la Villa
- ⚙ Soirée partage ou atelier créatif



JOURNÉE DISTILLATION & CUEILLETTE

— *Distillerie Vitalba Listincu*

Rencontre avec Michèle Pantalacci, productrice de plantes médicinales.

Visite de son domaine et de la distillerie Vitalba où la production est effectuée dans les règles de l'art, avec amour et connaissance subtile.

- ⚙ Découverte des médicinales mises en culture
- ⚙ Explication des préparats utilisés en biodynamie
- ⚙ Dynamisation et calendrier lunaire
- ⚙ Cueillette en conscience
- ⚙ Distillation et olfactions
- ⚙ Pratiques : écriture intuitive, qoya



PRATIQUES DANS LA NATURE

— Marche consciente - Rencontre avec les éléments Rituels de reconnexion

⚙ **Nourrir sa capacité de résilience**

⚙ **Rencontrer la Nature** dans ses 3 dimensions :

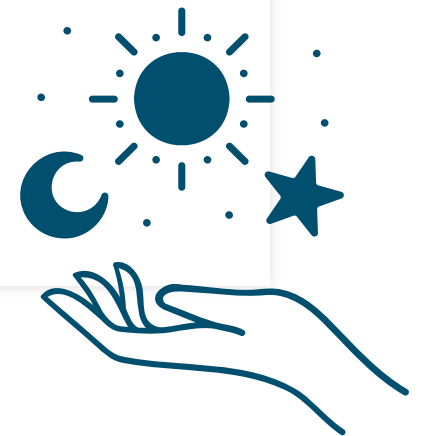
- 1er plan physique ~ Herboriser
- 2ème plan énergétique ~ Percevoir
- 3ème plan spirituel ~ Ritualiser

⚙ **Saluer les portes, ouvrir les passages**

⚙ **Se réaccorder aux 4 éléments** (Feu Terre Eau Air)
et les équilibrer en soi

⚙ **Soutenir les 3 branches du système nerveux :**

- Passer de la survie à la sécurité, du mouvement qui libère à la connexion
- Faire connaissance avec son énergie dorsale, sympathique et ventrale



ROUE DE MÉDECINE DES 4 ÉLÉMENTS



NORD

Le Cycle des Eaux

- ⚙ Libérer la source du féminin
- ⚙ L'art d'être une bonne mère pour soi
- ⚙ De l'eau douce à l'océan
- ⚙ L'archétype du Marin, naviguer ses émotions
- ⚙ La boussole intérieure et le rêve de vie



OUEST

Terre & Forêt

- ⚙ Sortir de l'immobilisme : Le mouvement c'est la vie !
- ⚙ Qu'ai-je besoin de transformer ?
- ⚙ Le Chercheur de lumière : se révéler
- ⚙ L'Enchanteur : s'émerveiller du prochain pas
- ⚙ Célébrer la beauté de la terre : Aimer sa réalité



SUD

Du Feu à la Roche

- ⚙ Du feu qui brûle, au feu qui nettoie et éclaire
- ⚙ La libido au service de l'élan vital
- ⚙ Maîtriser sa puissance
- ⚙ Concrétiser dans la matière
- ⚙ Structurer, équilibrer, pacifier



EST

L'Air et la Lumière

- ⚙ Du souffle à la liberté : sortir des prisons du passé
- ⚙ L'étoile guide : la voie de la simplicité
- ⚙ Tempo : le moment opportun, se caler au rythme du vivant
- ⚙ Sagesse et humilité : intégrer son parcours de vie
- ⚙ Réalisation : goûter à lumière de son être



MOYENS PÉDAGOGIQUES

- ⚙ Huiles essentielles présentées, touches à sentir
- ⚙ Photographies des espèces botaniques abordées et repérage sur le terrain
- ⚙ Support de formation détaillé et illustré
- ⚙ Bibliographie

MODALITÉ DE SUIVI

Suivi entre chaque module par mail, par téléphone, SMS, selon vos nécessités pour **accompagner l'intégration des connaissances et des pratiques** abordées pendant la formation.

SUPERVISION

La **supervision professionnelle** est possible. Elle s'envisage comme une offre complémentaire et s'organise sur demande.



CASTELLU DI BARICCI

SARTENE - CORSE

UN CADRE IDYLLIQUE POUR APPRENDRE & SE DÉTENDRE !

Au sein du domaine Castellu de Barrici, nous attendent 2 villas spacieuses en pierre de taille, entourées de vignes et d'oliviers. Elles regroupent 4 chambres individuelles et 2 grandes chambres à partager. Chacune des chambres possède sa propre salle de bain.

Toutes les commodités des 2 villas sont à notre disposition pendant le séjour :

- ⚙ Jardin extérieur
- ⚙ Terrasse
- ⚙ Salon
- ⚙ Piscine
- ⚙ Terrasse ombragée pour faire cours ou déjeuner
- ⚙ Coin farniente





— *Salon
Coin cuisine
& salle à manger*



— *Les chambres*

4 chambres individuelles avec SDB privative

2 grandes chambres à partager





— Formule stage en résidentiel

1450€ TTC en chambre partagée à 5

1750€ TTC en chambre individuelle

Chaque chambre possède sa propre salle de bain.

Inclus dans ce prix :

- ⚙ Hébergement sur place
- ⚙ Journée passée avec la distillatrice, visite du domaine en Demeter, cueillette & distillation
- ⚙ Location de voiture - Frais d'essence et assurances
- ⚙ Frais pédagogiques : enseignement, accompagnement, matériel pédagogique

Restent à votre charge :

- ⚙ Vos frais d'acheminement jusqu'à l'aéroport de Figari, notre point de rendez-vous
- ⚙ Vos frais de bouche : repas et boisson



Adresse

Castellu di Baricci
Haute Vallée de l'Ortolo
20100 Sartène



CONTACT

— *Agnès Addey*



06 61 51 24 83



contact@aucoeurdesessentielles.com



aucoeurdesessentielles



au.coeur.des.essentielles

www.aucoeurdesessentielles.com