



QUESTIONNAIRE FORMATION CONSEILLER/ERE AROMATHÉRAPIE N°3

Nom de l'élève :

Date :

1. Pourquoi les huiles essentielles ont-elles une action en massage ?
2. Quel pourcentage d'HE utilise-t-on pour une friction des pieds ?
3. On veut réaliser un enveloppement à l'Eucalyptus pour combattre le rhume. Combien d'HE va-t-on utiliser? Quelle espèce ?
4. Un enfant de 3 ans est entré dans le bain que sa maman avait préparé avec la synergie hivernale. Que doit-elle faire ?
5. Faites l'expérience suivante : mélangez 5 gtes d'HE de votre choix et ½ c.à s. de sel. Versez dans une tasse d'eau chaude et agitez. Voyez-vous flotter l'HE ? Laissez refroidir, qu'avez-vous observé ?
6. Quelle substance biochimique du cymbopogon martinii le rend efficace contre les mycoses ?
7. Quelle espèce de thym combat les douleurs articulaires? Décrivez votre recette.
8. Quel est le sens de : Immunostimulant ? Hypotenseur ? Equilibrant dermique ? Neurotonique ? Hypertermisant ?
9. Si vous deviez apporter qu'une seule HE en voyage dans un pays chaud, laquelle prendriez-vous? Expliquez pourquoi :

10. La composante « alcool » peut avoir une action sur les champignons. Nommez une HE qui en contient et décrivez votre application.
11. Les cétones sont interdits à certaines personnes, lesquelles? Nommez deux représentants parmi les moins toxiques de cette famille.
12. Les phénols peuvent devenir immunosuppresseurs. Expliquez le sens de cette affirmation :
13. Nommez deux inconvénients ou « danger » des phénols ?
14. Les cétones sont des substances puissantes et très utiles. Nommez deux de leurs qualités.
15. Maintenant que vous parlez latin (!), pouvez-vous déduire le sens de thymus vulgaris thymoliferum ?
16. Que signifie « emménagogue » ? Nommez une HE qui a cette propriété.

AMÉLIOREZ CES ÉTATS :

RHUME :

GRIPPE :

SINUSITE :

OTITE :

STRESS, NERVOSITÉ :

FATIGUE :

INSOMNIE :

RIDES, COUPEROSE, VERGETURES, ACNÉ, CHEVEUX TERNES,
ONGLES FRAGILES :