



PROGRAMME AROMATHERAPIE DECOUVERTE

Durée : 2 jours

Tarif : 400€/personne

Module d'introduction (matinée 1)

Qu'est-ce que l'aromathérapie ?

Qu'est-ce qu'une huile essentielle ?

Vertus des huiles essentielles.

Comment sélectionner une huile essentielle de haute qualité ?

Les consignes de sécurité quant à l'emploi des huiles.

Profils et utilisation des 20 huiles de base.

Module d'application pratique (après-midi 1)

Applications thérapeutiques en aromathérapie.

Techniques pour les mélanges d'huiles et apprendre la synastrie.

Créer ses propres produits.

Utilisation et conservation des préparations.

Atelier pratique.

Module bien-être (matinée 2)

Gérer le stress par les huiles essentielles.

Allergies aux huiles.

Sélectionner les huiles en fonction de son tableau olfactif personnel.

Aromathérapie et Feng-Shui.

Aromathérapie et art de vivre.

Module harmonie (après-midi 2)

Le kit de base pour bien commencer en aromathérapie.

Questions/Réponses suite à la découverte des huiles.

Crèmes et huiles offertes pour commencer en douceur.