

Huiles essentielles

Maître de stage : Marie CORBET, ancienne élève de l'Ecole ANINDRA à Nantes, école agréée par la FENAHMAN (fédération française de naturopathie). Diplômée de l'examen national de la FENHAMAN à Paris, mention bien.

Lieu : à ANGERS (49000)

Descriptif

Passionnée par les médecines naturelles, Marie s'intéresse tout particulièrement aux huiles essentielles, qu'elle juge inégalables en terme d'efficacité, si tenté qu'on sache les maîtriser !

Elle vous propose d'appréhender les huiles essentielles et de connaître les fondamentaux pour les utiliser chez soi. Vous repartez avec un complexe aromatique que vous aurez préparé ensemble.



Programme

Connaître et utiliser sans risque les Huiles Essentielles contre le stress

Théorie :

- connaître les grands principes de l'aromathérapie : posologie, utilisation, précautions d'usage
- connaître les différentes familles et principes actifs pour les repérer
- trucs et astuces : modes d'administration, critères de qualité, guide d'achat

Pratique :

- réaliser un complexe aromatique pour soutenir le stress, la dépression et pour un sommeil apaisé

Connaître et utiliser sans risque les Huiles Essentielles chez les femmes enceintes, allaitantes ou les enfants

Théorie :

- connaître les grands principes de l'aromathérapie : posologie, utilisation, précautions d'usage
- connaître les différentes familles et principes actifs pour les repérer
- trucs et astuces : modes d'administration, critères de qualité, guide d'achat

Pratique :

- réaliser un complexe aromatique pour les petits maux de la femme enceinte ou allaitante ou pour les jeunes enfants

Conditions

Nombre de stagiaires mini/maxi : 2/10 - Durée : 3,5 heures
Pas de prérequis nécessaire pour cet atelier

Horaire	Tarif / personne
de 14h à 17h30	40€

Le nombre de place étant limité, merci de réserver votre place.

Voir modalités dans le bulletin d'inscription ou demander à :

association@eco-formation.org