

# ATELIER AROMATHERAPIE

Durée de l'atelier : 3 heures



## Découvrez le monde fascinant des huiles essentielles

Initiez-vous à l'aromathérapie et apprenez à prendre soin de vous et de votre famille au quotidien

Observez les différentes voies de soins qu'offrent les huiles essentielles

Inspirez et laissez-vous porter, à la découverte des senteurs des huiles essentielles

**Vous connaissez les huiles essentielles ? Venez partager vos expériences en posant des questions. Vous ne les connaissez pas ? Partagez vos interrogations**

### Programme de l'atelier

- Introduction à l'aromathérapie : Plantes et substances aromatiques / De la cueillette au flacon
- Comment choisir une huile essentielle : Les critères de choix des huiles essentielles / Qualité et fabrication
- Principales familles / Histoire et propriétés des huiles essentielles
- Les différentes approches thérapeutiques et différents soins avec les huiles essentielles
- La trousse de soin au quotidien : Quelles huiles essentielles pour quels besoins et comment les utiliser en toute sécurité
- Des synergies pour les maux du quotidien
- Un moment pour l'olfaction

### Infos pratiques & Réservations

Agnès Levavasseur 06 81 83 64 18 – email : [aroma.agl@gmail.com](mailto:aroma.agl@gmail.com)

- **Tarif : 25 €**

