



AROMATHERAPIE DE BASE OSER UTILISER LES HUILES ESSENTIELLES EN TOUTE CONFIANCE

Lesquelles utiliser, comment et pourquoi

DECOUVERTE THEORIQUE ET PRATIQUE !

Objectif du cours

Oser et savoir utiliser des huiles essentielles en toute confiance pour des petits soucis qu'ils soient physiques et/ou émotionnels.

Connaître les huiles essentielles « classiques » pour constituer une trousse familiale.

A la fin du cours :

- Vous connaîtrez la base de l'aromathérapie, son fonctionnement, ses indications
- Vous connaîtrez de nombreuses huiles essentielles avec leurs indications et limitations d'emploi, ce qui constituera une trousse familiale complète
- Vous serez capable de choisir quelle(s) huile(s) essentielle(s) utiliser pour un souci/symptôme
- Vous saurez comment les utiliser, combien de fois et où les appliquer tout en respectant leurs éventuelles limitations d'emploi
- Vous serez donc capable de choisir une ou plusieurs huiles pour une action recherche, tant au niveau physique qu'émotionnel. Vous saurez comment l'employer et à quoi il faut être prudent suivant l'huile essentielle choisie. Vous saurez également comment la diluer pour la voie externe ainsi que pour la voie interne.

Prérequis

Aucun, ce cours est ouvert à tous !

Durée

7 heures

Programme

- Comment est créée une huile essentielle
- Pourquoi ça marche
- La composition des huiles
- A quoi faut-il faire attention lors de leur emploi
- Lesquelles avoir chez soi : détail (physique - énergétique) et application
- Les mélanges pour application externe et interne
- Des formules d'exemple pour divers soucis
- Des exemples pratiques seront faits au cours de la journée ainsi qu'une dégustation des huiles essentielles digestives
- La pratique sur place est faite pour vous permettre d'intégrer directement ce cours et pouvoir par la suite pratiquer chez vous pour vous, vos amis, votre famille.

Méthodes pédagogiques

Apports théoriques et pratiques

Exercices ludiques

Moyens pédagogiques

Support de cours

Powerpoint

Huiles essentielles

Formatrice

Géraldine Viatte

Voir le lien sur le site

Lieu : Ecole Gedane Sàrl, Côtes-de-Montbenon 30, 1003 Lausanne.

Dates

Voir sur le site

Horaire : 9h00 à 17h00

Prix

Voir sur le site

Formulaire d'inscription

Se trouve sur le site internet