



AROMATHERAPIE SAISONNIERE

En 2 cours :

- **PRINTEMPS-ETE**
- **AUTOMNE-HIVER**

Les cours peuvent être suivis indépendamment l'un de l'autre et dans l'ordre qu'il vous fait plaisir si vous choisissez de faire les 2.

Objectif du cours

Savoir utiliser les huiles essentielles en fonction des soucis saisonniers autant en préventif qu'en thérapeutique.

Prérequis

Une connaissance basique des huiles essentielles est souhaitable pour suivre ces cours saisonniers. Soit par des connaissances littéraires ou pratiques ou par suite de cours de base en aromathérapie.

Durée

7 heures par jour de cours

Programme général des 2 cours :

Nous ne parlerons pas de comment est créée une huile essentielle mais nous survolerons la base pour un petit rafraîchissement :

- Découverte des saisons par l'intermédiaire des méridiens.
- Descriptif complet des huiles essentielles se rapportant aux diverses affections.
- Idées et suggestions de mélanges : comment choisir les huiles, analyser une douleur, quelle voie utiliser, comment ajouter une touche pour la cause émotionnelle, comment modifier un mélange selon l'évolution des symptômes...
- Descriptif des affections "courantes" à travers les saisons, autant en préventif qu'en cas de symptômes :

- grippe, infections virales et bactériennes
- fatigue, stress, surcharge de toxines (comment détoxifier et booster son système immunitaire)
- grippe intestinale, indigestion, décalage horaire, piqure de moustiques
- angoisse, baisse de régime et de moral
- coupure
- transpiration
- drainage (jambes lourdes, foie)
- et bien d'autres sujets seront abordés.

Lors du cours Printemps-Eté :

Découverte également de nouvelles huiles par rapport à l'aromathérapie de base : Curcuma, Céleri, Patchouli, Genévrier, Vétiver, Narde, Davana, **Orange douce...**
Et application d'une huile végétale mélangée à des huiles essentielles

Lors du cours Automne-Hiver :

D'autres huiles, peut-être moins connues, seront vues lors de cette journée également : Limette, Quatre-Epices, Vanille, Muscade, Clavialier, Ajowan, Aneth, Acore roseau, Persil, Jasmin...
Et surprise d'une méthode simple « d'inhalation » pour dégager le nez et les bronches.

Méthodes pédagogiques

Apports théoriques et pratiques
Exercices ludiques

Moyens pédagogiques

Support de cours
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