



AROMATHÉRAPIE

STRESS, DEPRIME ET BON MORAL

L'impact des huiles essentielles sur notre moral, il est for-mi-dable !
Comme nous ne sommes pas à l'abri d'un peu de bonheur, nous allons chercher à le stimuler et savoir le faire fleurir grâce à l'aromathérapie.

Objectif du cours

Comprendre certains mécanismes du stress et du moral.
Connaître des huiles essentielles utiles lors de stress et de déprime.
Savoir utiliser ces huiles essentielles.
Être en sécurité avec ces huiles essentielles.

A la fin du cours :

Gérer mieux le stress avec des huiles essentielles.
Avoir un impact positif sur le moral et la déprime avec des huiles essentielles.

Prérequis

Aucun, ce cours est ouvert à toutes et tous !

Le cours offrira des outils puissants, mais les explications nécessaires seront claires et faciles à comprendre afin d'être en sécurité et de pouvoir utiliser ces huiles essentielles quel que soit notre « niveau » d'aromathérapie.

Durée

8 heures

Méthodes pédagogiques

Apports théoriques et pratiques
Exercices ludiques

Moyens pédagogiques

Support de cours
Powerpoint

Formateurice

Marc Ivo Böhning
Voir le lien sur le site

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

Dates

Voir sur le site

Horaire : 9h00 à 18h00

Prix

Voir sur le site

Formulaire d'inscription

Se trouve sur le site internet