

ATELIERS AROMATHERAPIE

A chaque atelier, fabrication d'un produit au choix à emporter

Utiliser et doser les huiles essentielles

Bases, dosages pour utiliser en toute sécurité les huiles essentielles à la maison (diffusion, bains, massages, émotions, ...). Manipulation pour repartir en sachant fabriquer brumes, sticks olfactifs, huiles de massages et laits, pommades,...

Trousse à usage familial

Bases de l'aromathérapie ;

Recettes et utilisation pour les petits maux du quotidien. Fiches.

L'équilibre par les huiles essentielles

Bases de l'aromathérapie et usage pour équilibrer le physique, le mental, et l'émotionnel. Tests de recettes. Fabrication d'une brume bien-être au choix à emporter. Fiches

Brumes de couleurs

Utilisation des huiles essentielles pour équilibrer nos énergies (chakras). Bases sur les correspondances psychiques, symboliques et émotionnelles des chakras et des couleurs.

Fabrication d'une « brume de couleur » au choix à emporter.

Gels douches et bains aux huiles essentielles

Recettes (zen, pep's, fleuri,...) et fabrication.

Huiles de massage et laits pour le corps

Bases sur les huiles essentielles et les huiles végétales. Recettes à tester (décontracturant, cellulite, circulation, détente, sensuel) et atelier de fabrication d'un produit à emporter.

Huiles essentielles et émotions

Quelles huiles essentielles pour libérer en douceur nos émotions (confiance, peurs, anxiété, angoisse, deuil, sécurité,...). Types d'utilisation des huiles essentielles pour agir en instantané ou en fond.

Fabrication d'un produit sur-mesure à emporter.

Parfum aux huiles essentielles

Notions de notes de fond-cœur-tête et HE associées.

Composition d'une base, recette pour parfum solides ou liquide.

Huiles essentielles pour l'hiver

Connaitre les HE indispensables en hiver. Recettes et modes d'utilisation pour prévenir et soigner les maux de l'hiver. Pour toute la famille.

Aromathérapie des saisons

Aromathérapie énergétique associée aux saisons.

A chaque élément ou méridien sa recette, pour accompagner au mieux les changements de saisons, ou les périodes de la vie. Bases et fabrication des compositions aromatiques associées aux saisons.