

# ATELIERS SAISON 2009-2010

## HUILES ESSENTIELLES A USAGE FAMILIAL

L'aromathérapie est la connaissance et l'utilisation des huiles essentielles, les essences aromatiques et volatiles du monde végétal.

Depuis la plus haute antiquité, les huiles essentielles sont connues et utilisées pour leurs propriétés tant sur le plan physique que le plan émotionnel.

Vous découvrirez l'utilisation des huiles essentielles dans le cadre familial (prévention des troubles saisonniers et gestion du stress).

Ces ateliers se déroulent sur 4 jours et comportent un aspect théorique et une partie pratique.

### Description

Approche théorique : biochimie des huiles essentielles, propriétés générales.

Précautions et indications

Aspect pratique : Dégustation olfactive. Composition de mélanges aromatiques et modes d'utilisation.

### Objectifs

Acquérir les gestes et règles d'utilisation des huiles à usage familial, en toute sécurité.

Prévention des troubles saisonniers

Gestion du stress

### Validation des acquis

Exercices de contrôle des connaissances de base

### Programme

Définition, mode d'obtention des huiles, identifier une huile essentielle.

Propriétés générales. Actions sur le physique et sur l'état psycho-émotionnel.

Précautions d'usage. Modes d'utilisation des huiles.

Les huiles de la sphère ORL.

Les huiles essentielles et la peau

Les huiles et la sphère musculaire

Les huiles de la sphère digestive

Les huiles du confort féminin.

La trousse aromatique familiale.

**Pré-requis** : Aucun. Pour tous

**Prix** : 450 € pour la formation complète.

Possibilités de régler en plusieurs fois. Nous consulter.

Le matériel est entièrement fourni par Jardin des Sens et comprend les huiles, le matériel de transfert et les flacons.

**Réservation** : 150 € de réservation par avance pour valider toute inscription, non remboursable en cas d'annulation du participant.

Le nombre de participants est limité. N'hésitez pas à réserver votre place dès maintenant.

**Horaire** : de 9 h à 18h pauses comprises. Déjeuner libre non compris.

**Lieu** : Boutique Jardin des Sens 221-223 Avenue Gabriel Péri 91700 Ste Geneviève des Bois.

Tél 01 60 15 11 74. Mail [dombald@aol.com](mailto:dombald@aol.com)

<b>CALENDRIER 2009-2010</b> Ateliers Huiles essentielles				
	<b>JOUR 1</b>	<b>JOUR 2</b>	<b>JOUR 3</b>	<b>JOUR 4</b>
<b>Session 1</b>	11 octobre 2009	15 novembre 2009	13 décembre 2009	10 janvier 2010
<b>Session 2</b>	14 février 2010	21 mars 2010	11 avril 2010	16 mai 2010