

L'AROMATHERAPIE AU FEMININ

Mieux connaître et prendre soin de son corps et de son cœur de femme



PROGRAMME :

1. Bassin et l'appareil uro-génital

- Hygiène intime « essentielle » : prévenir et soigner les infections (cystites, vaginites...)
- soulager les douleurs et spasmes du petit bassin (règles douloureuses, endométriose)

2. Ventre

- mieux digérer pour se sentir plus léger

3. Cœur émotionnel

- Vie affective : être en harmonie avec soi-même et les autres

4. Tête – cerveau – système nerveux

- stress/ syndrome de l'épuisement professionnel : les huiles qui apaisent et rechargent le système nerveux

Vous allez apprendre à utiliser les huiles essentielles en toute sécurité, en inhalation – méditation olfactive, en massage, par voie interne, à créer des synergies aromatique – connaître les dosages et *faire des rencontres essentielles...*

Lieu : Cabinet Terre d'Essences – Grenoble

Date : samedi 25 mai

Horaires : 9h30 – 17h30

Coût : 70€