

Thème Efficacité Professionnelle

Le saviez-vous ?

Une huile essentielle est l'âme de la plante aromatique. C'est l'essence volatile extraite de plantes aromatiques par la distillation. L'aromathérapie est l'utilisation des huiles essentielles à des fins thérapeutiques. C'est une thérapeutique naturelle de qualité supérieure, d'une prodigieuse efficacité et qui complète très bien toutes les autres approches alternatives ou allopathiques. Un grand aromathérapeute disait que l'aromathérapie scientifique rend "...l'impossible possible, le possible facile, le facile élégant...".

Public

Artisans
Commerçants
Professions libérales

Dates

Lundi 27 et
Mardi 28 Janvier
2 journées
de 9h15 à 17h30

Lieu

OGA Atlantic
57 Acti-Nord Beaupuy 3
La Gîte
Mouilleron-Le-Captif

Conditions

Prix : 95.68 € TTC
Déjeuners compris

Animation

Coraline MARIE,
SIRIA Consultants

Découvrir l'Aromathérapie

Objectifs

- Acquérir les connaissances de base nécessaires pour savoir utiliser correctement les huiles essentielles.
- Rétablir une relation d'harmonie entre le corps et l'esprit, stimuler les aspects positifs de notre mémoire, souvenirs et émotions.



Programme

- Approche globale des plantes et des Huiles Essentielles.
 - Nature, origines et méthodes de fabrication des huiles essentielles.
 - Les différents modes d'utilisation et leurs indications.
 - Dégustation olfactive et découverte des familles biochimiques.
 - Protocole pratique de prévention et d'accompagnement des troubles ORL.
- L'utilisation des huiles essentielles.
 - Découverte du niveau d'action des odeurs sur l'individu des huiles essentielles, étude et ressenti de leur action sur les émotions et le mental.
 - Conseils sur la trousse aromatique familiale d'urgence.
 - Etude détaillée de 15 huiles essentielles et de 10 huiles végétales.
 - Création de mélanges aromatiques.

Le Lâcher Prise et l'entreprise

Or on ne peut changer que ce qu'on voit. Tentez de ramasser par terre un crayon que vous ignorez ou que vous ne voyez pas, vous aurez beaucoup de mal. Rejeter la réalité ne permet pas le changement ni la résolution de problème. La première étape du changement commence donc par l'acceptation de ce qui arrive ou de ce que nous ressentons. Synonyme d'objectivité et d'adaptation, l'acceptation n'est pas à confondre avec soumission, résignation ou fatalisme, notions qui sous-entendent une impuissance ou une incapacité à changer le cours des choses.