



STAGE D'INITIATION AUX HUILES ESSENTIELLES ET ATELIER D'OLFACTOTHERAPIE ET DE
RELAXATION
PROGRAMME DE STAGE

Les Approches thérapeutiques des Huiles Essentielles

➤ L'Aromathérapie symptomatique.

De la cueillette au flacon :

- Distillation. Composition. Qualité.
- Les principales familles.
- Les Huiles Essentielles indispensables.

Soins au quotidien :

- Quelles Huiles pour quels maux ?
- Soins esthétiques et Bains.

➤ L'Aromathérapie Énergétique.

Quelles Huiles dans quelles situations ?

- Propriétés énergétiques des Huiles Essentielles.
- Usages et pratiques.

Voyage au milieu des senteurs. Magie des arômes.

➤ L'Odorathérapie.

Utiliser les arômes :

- Notre odorat.
- Atteindre les émotions.
- La perception des fragrances.
- La diffusion familiale.



➤ Atelier Relaxation et lâcher-prise.

Conscience des Chakras :

- Respiration et inspiration.
- Installer des habitudes.
- Harmonisation et équilibrage des énergies corporelles et auriques.