

### tarifs séminaire aromathérapie

210 euros pour une journée  
360 euros pour deux jours  
465 euros pour trois jours

### emploi du temps

9 à 13 h - pause déjeuner - 14h30 à 17 h

### conditions de règlement

50 % à la réservation  
solde à régler le premier jour du stage

en Provence      du 7 au 9 mai 2011  
                                 du 3 au 5 juin 2011

informations et réservations auprès de Carole :  
tél : 04 90 95 81 72 - info@aromacocoon.net

espaceeco bio

au  
*musée des arômes et du parfum*  
graveson-en-provence

en Suisse      septembre 2011

information et réservation auprès de Claire Maître :  
tél : 00 4132 422 8876 - nixmaître@bluewin.ch

et toujours au Japon, à Taïwan et en Chine !

depuis plus de 30 ans...

espaceeco bio

au  
*musée des arômes et du parfum*

graveson-en-provence



les séminaires 2011  
aromathérapie et santé holistique  
par nelly grosjean

*l'aromathérapie, naturellement*  
" 3 jours pour changer sa vie "

## première journée *tout savoir sur l'aromathérapie... aromathérapie pratique, les notions de base*

- histoire et place de l'aromathérapie dans les médecines holistiques
- les dix règles d'or du bien vivre
- respiration, alimentation et pensée positive
- niveau d'action des huiles essentielles : propriétés communes sur les trois corps
- la cuisine aromatique : utilisation des huiles essentielles dans la cuisine, recettes rapides
- propriétés spécifiques des huiles essentielles : généralités, cures, précautions et danger
- les frictions aromatiques et leur utilisation thérapeutique
- les enfants : huiles essentielles et hydrosols spécifiques
- utilisation esthétique des huiles essentielles : recettes familiales, fabrication des produits, utilisation en cabine, massages et techniques manuelles (notions de base)
- les cures de printemps et les cures spécifiques d'élimination
- l'amincissement aromatique et la cure maigrir intelligemment
- l'utilisation vétérinaire des huiles essentielles pour chiens, chats, chevaux
- révision de la journée : jeu / test sur les notions de base
- plans de remise en forme personnalisés.

## deuxième journée *l'influence des huiles essentielles sur le mental, des grands trucs pratiques pour gagner bien-être et joie de vivre...*

- révision des notions d'aromathérapie pratique
- odeurs, arômes et religions à travers le monde
- olfaction et "odoration", le sens sacré, développer le sens olfactif
- influence des huiles essentielles sur les trois corps physique, éthérique et aurique
- le cerveau, fonctionnement et influence des odeurs sur le mental
- arômes, créativité et sexualité
- les huiles essentielles privilégiées pour yoga, méditation, sophrologie, kinésiologie, prière, retour sur soi, développement personnel
- les huiles essentielles et la pensée positive : fonctionnement et recettes
- jeu/test sur les notions de la journée.

## troisième journée *aromathérapie, massages, esthétique et soins de beauté*

- les mains : le magnétisme et comment le développer, le healing
- les sens énergétiques - nettoyage - équilibrage - revitalisation
- respiration et conscience, massages, apprendre à être un canal clair, exercices pratiques
- huiles végétales de base et huiles de massage, dosages, préparations, utilisations spécifiques (douleurs, circulation, amincissement, relaxation, revitalisation, stress, zen et bien-être)
- frictions aromatiques avant, pendant et après le massage
- esthétique visage : process, doses et précautions, les cures anti-âge, les dermatoses...
- soin des cheveux : mode d'emploi, recettes et résultats
- résumé et jeu / test sur les notions de la journée.



et aussi au musée des arômes et du parfum...

## les formations 2011

- initiation shiatsu / massages aux huiles essentielles delphine mira
- relaxation dynamique - claude geneviève vergier
- formation massage créatif et traditionnel relaxant renato pappalardo
- énergies subtiles / tai-chi-chuan - patrick dussuel
- pédagogie de l'être pour les jeunes enfants (0-3 ans) virginie dugenet