

Dimanche 1er juin 2025 de 9h30 à 12h30

Chez OLI DIS AUPiHO

Producteurs d'huiles essentielles bio à Aureille

www.olidisaupiho.fr



*Une matinée pour découvrir les bienfaits des huiles essentielles
et les utiliser en toute sécurité*

AU PROGRAMME

- Qu'est-ce qu'une huile essentielle, un hydrolat, une absolue, une essence?
- Quels sont les critères de qualité d'une huile essentielle et comment les choisir?
- Quelles sont les voies d'administration et les dosages?
- Initiation à l'olfactothérapie, domaine de l'aromathérapie qui utilise les huiles essentielles par voie olfactive
- Découvrir une sélection d'huiles essentielles utiles dans la gestion du stress
- Composer sa synergie relaxante personnalisée à base d'huiles essentielles

TARIF : 30 euros la demi-journée

*Matériel inclus (huiles essentielles, supports pédagogiques, tisanes)
Stage se déroulant en extérieur, possibilité de repli dans le cabanon en cas de météo difficile
Pique-nique sur place possible à l'issue du stage*



*Pour cette journée, vous serez accompagnés
par Anne-Sophie Lemaire,
médecin formatrice en aromathérapie
www.phytopause.fr*



Réservation par sms au 06 77 77 56 93
*Paiement sur place (chèque, espèces)
Coordonnées du lieu envoyées au moment de l'inscription*