

# Ateliers aromatiques

Le plaisir et le bien être par les huiles  
essentielles

Samedi 14 Octobre 2017

A Avallon



Je vous propose un cours d'initiation pratique sur une demi-journée :

Faire ses premiers pas en aromathérapie.

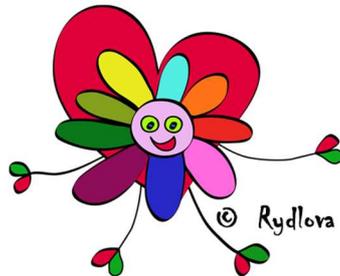
Apprendre à connaître et utiliser les huiles essentielles autour de différentes thématiques.

Ce samedi, thème : **Les Huiles Essentielles et les enfants**

L'aromathérapie est très bien acceptée par les bambins, elle est efficace pour les bobos du quotidien et permet un contact parents/enfants par le biais des massages, des applications, de l'olfaction. Elle crée une forme de rituel quand on met quelques gouttes d'orange douce sur l'oreiller, le soir au coucher. De plus, si l'enfant est éloigné des parents, elle lui donne des repères sécurisants : **l'enfant emporte avec lui « l'odeur du foyer ».**

Une autre raison d'avoir une « trousse de secours d'huiles essentielles » spécifiques pour les enfants, c'est que les huiles essentielles ne permettent pas la transmission des microbes car elles assainissent l'atmosphère et aide l'enfant à construire son immunité.

Je vous donnerai des petites astuces que vous pourrez utiliser pour vos enfants, **pour leurs apporter détente, sécurité, repères et apaisement**. Ainsi, vous pourrez constituer une petite trousse à pharmacie avec les huiles essentielles adaptées à leurs besoins.



**Un support de cours détaillé vous sera remis.**

À la fin de cet atelier, chaque participant emportera des produits de son choix fabriqués par ses soins et selon ses besoins.

En groupe (12 maxi).

**Il vous sera offert du thé et des infusions tout le long de l'atelier.**

Cet atelier se déroulera dans une ambiance chaleureuse et conviviale à l'Espace Victor Hugo au 10 avenue Victor Hugo 89200 Avallon

**Horaire** : de 14h à 17h

**Tarifs** : 35€ l'atelier

**Réservation (places limitées) et renseignements auprès de :**

**Valérie Lowenbruck « praticienne de bien-être et certifiée conseillère en Phytoaromathérapie. »**

[valerielowenbruck@gmail.com](mailto:valerielowenbruck@gmail.com)

[www.valerielowenbruck.com](http://www.valerielowenbruck.com)

**06 30 21 16 16**

**Date à venir : Samedi 18 Novembre à l'E.S.C.A.L.I.E.R.**

- Confectionner sa trousse d'hiver

## **D'autres thèmes vous seront proposés (dates et lieux à définir)**

- Les huiles essentielles dans la cuisine  
(Entrées, plats, dessert, boisson ...)
  - Les huiles essentielles dans la salle de bain
  - L'aromathérapie et les enfants ✓
  - L'aromathérapie et les personnes âgées
  - L'aromathérapie et les animaux (bientôt)
  - L'aromathérapie et les troubles liés au stress/émotions ✓
  - Les huiles essentielles et la douleur (bientôt)
  - Les huiles essentielles et la beauté ✓
  - Confectionner sa trousse de pharmacie été ✓
  - Confectionner sa trousse de pharmacie d'hiver ✓
  - Créer son parfum à son image
  - L'aromathérapie dans la vie quotidienne ✓  
(A la maison, au bureau, dans les transports...)
  - L'aromathérapie et les huiles essentielles sacrées et royales ✓
- ...



« Fais du bien à ton corps pour que ton âme ait envie de rester. »

Proverbe indien