

PROGRAMME INITIATION A L'AROMATHERAPIE

Découvrir les huiles essentielles

- Définition
- Histoire
- Huile essentielle ou essence,
- Fabrication
- Qualité : comment choisir les HE
- Conservation
- Utilisation : voie orale, cutanée, diffusion...
- Dosage
- Toxicité et Précautions d'emploi
- Les huiles essentielles en cuisine
- Prévention et soins: quelle HE pour quel problème ou situation
- Essais olfactifs autour de l'aromathérapie
- Mélange HE et HV personnalisé offert