

AROMA ZONE

EXPERT NATUREL EN SOINS & BEAUTÉ

Les ATELIERS *aromathérapie*



NATUREL - CONVIVALITÉ - BIEN-ÊTRE - PLAISIR - DÉCOUVERTE

ATELIERS D'AROMATHÉRAPIE

2 heures - 35 €

3 heures - 49 €

Apprenez à connaître et utiliser les huiles essentielles autour de différentes thématiques : immunité, digestion, réflexologie, ...



Ces ateliers sont dispensés par **Aude Maillard**, Docteur en Pharmacie, Aromathérapeute et Réflexologue reconnue.

Praticienne et diplômée en aromathérapie scientifique, réflexologie plantaire et olfactothérapie, Aude Maillard a une approche très complète des huiles essentielles, à la fois scientifique et énergétique.

C'est aussi et avant tout une passionnée des huiles essentielles avide de transmettre son savoir.



ACCÈS

BOUTIQUE-SPA AROMA-ZONE - 1er étage
25 rue de l'École de Médecine
Paris VIème - Métro Odéon

COMMENT RÉSERVER VOTRE ATELIER

En ligne sur Aroma-Zone.com
Par téléphone au **04 73 34 06 08**
Sur place



<p>La trousse d'urgence 2h</p> <p>Atelier idéal pour faire ses premiers pas en aromathérapie, recommandé comme atelier de base pour l'ensemble des autres ateliers : apprenez à connaître et utiliser les 10 huiles essentielles incontournables dotées de propriétés thérapeutiques majeures.</p> <p>Ma 06/01 18H-20H Sa 17/01 10H-12H Ve 06/02 10H-12H Ve 13/02 15H30-17H30</p> <p>Ve 20/03 14H-16H Sa 28/03 13H-15H Sa 04/04 10H-12H Ve 10/04 15H30-17H30</p>	<p>La trousse psy 2h</p> <p>Vous apprendrez comment utiliser les huiles essentielles pour éviter la déprime, la dépression, améliorer la qualité de votre sommeil, chasser le stress et l'anxiété, les bouffées d'angoisse, retrouver confiance en vous ou améliorer vos capacités intellectuelles ou intuitives.</p> <p>Sa 17/01 13H-15H Ve 06/02 16H30-18H30 Sa 14/02 18H-20H</p> <p>Sa 28/03 10H-12H Sa 04/04 18H-20H</p>	<p>Beauté-thérapie avec les huiles 2h</p> <p>Effet correcteur et régulateur pour pallier et/ou prévenir les problèmes de peau : gommer les rides, corriger les imperfections, effacer les teints brouillés, les cicatrices, les taches et résorber les cornes et les poches, ralentir le chute des cheveux et entretenir son capital cheveu.</p> <p>Sa 17/01 15H30-17H30 Ve 06/02 14H-16H</p> <p>Sa 04/04 13H-15H Ma 14/04 18H-20H</p>
<p>La trousse dermato 2h</p> <p>Les huiles essentielles ont une efficacité redoutable sur de nombreux problèmes dermatologiques : prurit allergique, eczéma, zona, varicelle, acné, urticaire, verrues, brûlures, infections bactériennes, mycosiques ou parasitaires, problèmes cicatriciels...</p> <p>Sa 10/01 10H-12H Ve 13/02 18H-20H</p>	<p>Poids et silhouette 2h</p> <p>Trouver son poids d'équilibre, réguler son appétit et affiner sa silhouette de manière naturelle avec les huiles essentielles. Conseils en diététique pour avoir une alimentation hypotoxique, astuces culinaires et comment venir à bout de la cellulite.</p> <p>Sa 10/01 16H30-18H30 Ma 10/02 18H-20H</p> <p>Sa 28/03 15H30-17H30</p>	<p>Huiles essentielles pour les sportifs 2h</p> <p>Cet atelier vous permettra de soulager tous les traumatismes rencontrés lors de la pratique d'une activité sportive : entorses, déchirures musculaires ou ligamentaires, tendinites chroniques, crampes... Il traitera également de la préparation à l'effort ainsi que de la récupération physique.</p> <p>Sa 14/02 10H-12H Ve 3/04 10H-12H</p>
<p>Les maux de l'hiver 2h</p> <p>Cet atelier de 2 heures vous permettra de comprendre les mouvements énergétiques associés à l'hiver et leur impact sur l'organisme. Une mine de conseils pour garder la forme et un corps sain grâce aux huiles essentielles.</p> <p>Ve 09/01 16H30-18H30</p>	<p>Soins des enfants 2h</p> <p>Cet atelier de deux heures est destiné à vous donner les bases nécessaires pour prendre soin de la santé de vos enfants avec l'aromathérapie en toute efficacité et en toute sécurité.</p> <p>Sa 21/03 14H-16H</p>	<p>Confort digestif 2h</p> <p>A quoi est lié un trouble digestif ? Quelles sont les huiles essentielles à visée digestive qui permettent de soulager un trouble du transit ? Comment les utiliser efficacement et en toute sécurité ?</p> <p>Ve 09/01 14H-16H</p>
<p>Problèmes féminins 2h</p> <p>Les huiles essentielles sont un gage de santé pour la femme, elles résolvent les désagréments du quotidien (troubles pré-menstruels, ménopause,...) et proposent aussi des réponses pour le rééquilibrage hormonal et les troubles de la fertilité.</p> <p>Sa 21/03 16H30-18H30</p>	<p>Huiles essentielles et cancer 2h</p> <p>Comment améliorer son hygiène de vie pour prévenir le cancer ? Comment faire reculer le terrain inflammatoire propice au cancer ? Comment l'aromathérapie peut-elle permettre de prévenir ou éviter la récurrence ?</p> <p>Ve 03/04 14H-16H</p>	<p>Huiles essentielles et douleur 2h</p> <p>Propriétés anti-inflammatoires, antalgiques et même anesthésiantes pour des huiles essentielles puissantes qui peuvent aider à gérer les douleurs (douleurs musculaires, articulaires, névralgies, les douleurs de brûlures ou de fibromyalgie,...).</p> <p>Sa 10/01 14H-16H</p>
<p>Huiles essentielles et tempéraments 2h</p> <p>Identifiez et cernez votre tempérament hippocratique (sanguin, bilieux, lymphatique ou nerveux) et les faiblesses physiques et psychiques qui en découlent et comment les palier avec les huiles essentielles.</p> <p>Sa 21/03 10H-12H</p>	<p>L'énergie du Printemps 2h</p> <p>Cet atelier vous permettra de comprendre les mouvements énergétiques associés au printemps et leur impact sur l'organisme. Une mine de conseils pour garder la forme et un corps sain grâce aux huiles essentielles.</p> <p>Sa 14/02 15H30-17H30 Ve 20/03 16H30-18H30</p>	<p>Souplesse et mobilité 2h</p> <p>Cet atelier est destiné à vous donner les éléments pour bien comprendre les phénomènes douloureux articulaires, comment les prévenir et trouver la solution adaptée avec les huiles essentielles.</p> <p>Ve 10/04 18H-20H</p>
<p>Equilibre hormonal 2h</p> <p>Préserver et/ou rééquilibrer le foie, le pancréas, la thyroïde, les hormones sexuelles avec les huiles essentielles. Quels accompagnements pour les problèmes de diabète, d'hypo ou d'hyper-thyroïdie, de troubles du cycle menstruel ?</p> <p>Sa 17/01 18H-20H Sa 14/02 13H-15H</p> <p>Sa 04/04 15H30-17H30</p>	<p>Olfaction attentive - Harmonie 2h</p> <p>Cet atelier vous initiera à l'olfaction attentive des huiles essentielles et à l'influence puissante qu'elles peuvent avoir sur notre psychisme et notre sphère émotionnelle. Découvrez deux huiles essentielles, Géranium et Fragonia, favorisant harmonie et paix intérieure.</p> <p>Ma 10/03 18H-20H Ve 03/04 16H30-18H30</p>	<p>Olfaction attentive - Confiance 2h</p> <p>Initiez-vous à l'olfaction attentive pour découvrir le potentiel des odeurs des huiles essentielles. Découvrez deux huiles essentielles, Sapin et Kunzea, fabuleuses pour renforcer la confiance et la clairvoyance.</p> <p>Sa 28/03 18H-20H</p>
<p>Apprentissage réflexologie niveau I 3h</p> <p>Cet atelier de 3 heures vous permettra de repérer les zones réflexes des organes de la circulation et de la digestion, et d'adopter les bons gestes pour les travailler en association avec les huiles essentielles.</p> <p>Ve 23/01 9H-12H Ve 27/03 9H-12H</p> <p>Sa 11/04 9H-12H</p>	<p>Apprentissage réflexologie niveau II 3h</p> <p>Cet atelier de 3 heures vous permettra de repérer les zones réflexes pour gérer votre stress, le sommeil, la douleur et stimuler votre système endocrinien. <i>Il est recommandé de suivre d'abord l'atelier réflexologie niveau I.</i></p> <p>Ve 23/01/14H-17H Sa 7/02 9H-12H</p> <p>Ve 27/03 14H-17H Sa 11/04 14H-17H</p>	<p>Apprentissage réflexologie niveau III 3h</p> <p>Cet atelier de 3 heures vous permettra de repérer les zones réflexes de la sphère respiratoire, et d'adopter les bons gestes pour enrayer les rhumes, stimuler les défenses, aider à l'évacuation des mucosités,... <i>Il est recommandé de suivre d'abord les ateliers réflexologie niveaux I et II.</i></p> <p>Sa 07/02 14H-17H</p>