

ATELIERS AUTO-MASSAGES - STÉPHANE CRÉTÉ - PARIS Odéon - Mai - Août 2022

Atelier AUTO-MASSAGE (2H)

Gestion du stress et des émotions

Découvrez comment gérer votre stress, surmonter un état dépressif ou encore améliorer votre sommeil en alliant points d'acupression et huiles essentielles.

SAMEDI
21
MAI

15h30

SAMEDI
25
JUN

SAMEDI
09
JUILLET

15h30

Energetique de l'été

Le temps de cet atelier, découvrez l'influence de la saison estivale sur notre santé physique, énergétique et mentale. Équilibrez harmonieusement votre organisme avec l'énergie spécifique de cette saison pour renforcer et régénérer les méridiens et pour aider à soulager les maux saisonniers.

13h00

Médecine traditionnelle chinoise et huiles essentielles

Cette initiation aux fondements de la médecine traditionnelle chinoise vous permettra de découvrir de quelle manière les huiles essentielles, aux propriétés tant pharmacologiques qu'énergétiques, s'associent efficacement aux points d'acupuncture et aux méridiens.

10h00

10h00
&
15h30

10h00

Poids et silhouette

De l'auto-massage aromatique aux conseils diététiques et énergétiques, cet atelier vous donnera des outils étonnamment puissants pour accompagner une cure d'amaigrissement, stabiliser votre poids, affiner votre silhouette, réguler votre appétit...

13h00

Gestion de la douleur

13h00



STÉPHANE CRÉTÉ

Initiez-vous aux bienfaits des auto-massages avec Stéphane Crété, spécialiste en médecine traditionnelle chinoise, certifié en acupuncture, pharmacopée chinoise et massage Tuina.

AROMA = ZONE

EXPERT NATUREL EN SOINS & BEAUTÉ



Ateliers Aromathérapie

PARIS ODÉON
MAI - AOÛT 2022

BOUTIQUE PARIS ODÉON

1er étage

25 rue de l'école de Médecine
Paris VIème - ☎ 4 / 10 Odéon
RER B - station Saint Michel



ATELIERS AROMATHÉRAPIE - AUDE MAILLARD - PARIS Odéon - Mai - Août 2022

Atelier AROMATHÉRAPIE (2H)

Trousse d'urgence : les huiles essentielles de base

Cet atelier de 2 heures vous permettra d'assimiler les bases de l'aromathérapie et de connaître les 9 huiles essentielles aux propriétés thérapeutiques majeures, utiles pour les maux du quotidien et les situations d'urgence.

Souplesse et mobilité

Cet atelier de 2 heures est destiné à vous donner les bases nécessaires pour bien comprendre les phénomènes douloureux de la structure du corps, comment les prévenir et trouver la solution adaptée au travers des huiles essentielles.

Poids et silhouette

De l'auto-massage aromatique aux conseils diététiques et énergétiques, cet atelier vous donnera des outils étonnamment puissants pour accompagner une cure d'amaigrissement, stabiliser votre poids, affiner votre silhouette, réguler votre appétit.

La trousse du voyageur

Energie de l'été

Soins des enfants : Les maux du quotidien

Beauté-thérapie niveau 1

Beauté-thérapie spécial été Niveau 2

Hydrolathérapie

Soins des enfants : Initiation & immunité

Toutes les notions de bases pour acquérir les bons réflexes aromatiques pour votre enfant et mieux cerner les recommandations de prudence. Quelle huile, quelle concentration, quelle voie d'administration choisir ? Des solutions spécifiques pour tous les problèmes ORL et respiratoires classiques de l'apprentissage immunitaire.

Confort digestif

Cet atelier de 2 heures vous permettra de comprendre les fonctions de chaque organe de la digestion ainsi que les solutions que nous offrent les huiles essentielles pour palier leur déséquilibre et restaurer la fonction digestive.

Troubles du sommeil

Le sommeil est une fonction nécessaire à notre bonne santé. Un sommeil de bonne qualité et en quantité suffisante est une source de revitalisation et de réparation de toutes les agressions de la journée. Découvrez le temps de cet atelier de 2H comment les huiles essentielles peuvent améliorer la qualité du sommeil et aider à retrouver la sensation de tonus et d'énergie

Gestion des émotions avec les huiles essentielles

Cet atelier de 2 heures vous présente une vingtaine d'huiles essentielles sous leurs aspects olfactifs, émotionnels et énergétiques pour vous aider à choisir celles qui vous conviendraient le mieux pour rééquilibrer vos émotions et vous accompagner dans votre quotidien.

La trousse Psy

Cet atelier de 2 heures vous permettra de comprendre l'impact informationnel et vibrationnel des huiles essentielles sur le système nerveux et de savoir les utiliser en cas de dépression, insomnie ou pour booster vos capacités intellectuelles.

SAM
14
MAI

SAM
28
MAI

SAM
04
JUIN

VEN
10
JUIN

VEN
01
JUIL

SAM
02
JUIL

VEN
08
JUIL

10h00

13h00

13h00

10h00

15h30

10h00
15h30

15h30

10h00

15h30

13h00

13h00

15h30

10h00

13h00

13h00

15h30

10h00

13h00

10h00



AUDE MAILLARD

Plongez dans l'univers passionnant des huiles essentielles aux côtés d'Aude Maillard, Docteur en pharmacie, Olfactothérapeute et Réflexologue reconnue.



Naturel = Convivialité = Bien-être = Plaisir = Découverte

Aromathérapie familiale et auto-massages,
découvrez nos 2 formules d'ateliers et **apprenez à utiliser les huiles essentielles pour votre santé et votre bien-être.**

Nos ateliers se déroulent en petits groupes dans l'espace atelier de notre boutique d'Odéon, dans une ambiance conviviale et bienveillante.

Nos 2 formules d'ateliers

AROMATHÉRAPIE FAMILIALE - 2 H

35€

Les huiles essentielles, alliées de votre santé et de votre bien-être :

immunité, digestion, beauté, détente...

AUTO-MASSAGES AROMATHÉRAPIE

35€

ÉNERGÉTIQUE - 2 H

Points d'acupression et huiles essentielles :
une nouvelle voie pour prendre soin de soi !



Je réserve mon atelier



En ligne sur www.aroma-zone.com

Par téléphone au **04 73 34 06 08**

du lundi au vendredi de 10h à 12h et de 13h30 à 17h

Sur place dans notre boutique Odéon

du lundi au samedi de 10h à 20h



VOIR CONDITIONS GÉNÉRALES DE VENTE SUR WWW.AROMA-ZONE.COM