



NATUREL - CONVIVALITÉ - BIEN-ÊTRE - PLAISIR - DÉCOUVERTE

Nous vous proposons 3 types d'ateliers pour répondre à l'attente de chacun :

ATELIERS D'AROMATHÉRAPIE FAMILIALE	ATELIERS RÉFLEXOLOGIE
2 heures - 35 €	3 heures - 49 €
Apprenez à connaître et utiliser les huiles essentielles autour de différentes thématiques : immunité, digestion, réflexologie...	

ATELIERS D'AUTO-MASSAGES AROMATHÉRAPIE ÉNERGÉTIQUE
2 heures - 35 €
Apprenez à connaître les points d'acupression et à les stimuler avec les huiles essentielles pour une plus grande efficacité.



Ces ateliers sont dispensés par **Aude Maillard**, Docteur en Pharmacie, Aromatologue, Olfactothérapeute 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 avides de transmettre son savoir.



Ces ateliers sont dispensés par **Stéphane Créte**, spécialiste en médecine traditionnelle chinoise, certifié en acupuncture, pharmacopée chinoise et massage Tuina.

Aromathérapeute, Stéphane Créte a suivi l'enseignement du docteur Baudoux en aromathérapie scientifique. En complément, l'énergétique chinoise offre une grille de lecture originale du corps humain dont les symptômes seraient le langage.

COMMENT RÉSERVER VOTRE ATELIER



En ligne sur www.aroma-zone.com

Par téléphone au **04 73 34 06 08**

Sur place au 1^{er} étage de notre boutique

ACCÈS

BOUTIQUE AROMA-ZONE - 1^{er} étage

25 rue de l'École de Médecine

Paris VI^{ème} - Métro Odéon



AROMA-ZONE.COM

AROMA ZONE

EXPERT NATUREL EN SOINS & BEAUTÉ



Les ATELIERS aromathérapie

Septembre-Octobre-Novembre-Décembre 2017

ATELIERS AROMATHÉRAPIE FAMILIALE - 2 H

Dispensés par Aude Maillard

LA TROUSSE D'URGENCE

Cet atelier de 2 heures vous permettra d'assimiler les bases de l'aromathérapie et de connaître les 10 huiles essentielles aux propriétés thérapeutiques majeures, utiles pour les maux du quotidien et les situations d'urgence.

Ma 12/09 15H-17H
Sa 16/09 15H30-17H30
Ve 22/09 13H-15H
Ma 26/09 10H-12H
Ve 29/09 10H-12H
Ve 29/09 15H30-17H30
Ve 06/10 15H30-17H30
Sa 14/10 15H30-17H30
Ve 20/10 13H30-15H30
Sa 04/11 13H-15H

Ve 17/11 13H-15H
Sa 25/11 10H-12H
Sa 25/11 15H30-17H30
Ma 28/11 13H30-15H30
Ve 01/12 15H30-17H30
Ma 05/12 10H-12H
Ve 08/12 15H30-17H30
Sa 09/12 13H-15H
Sa 09/12 15H30-17H30
Ve 15/12 13H30-15H30

ÉNERGIE DE L'AUTOMNE

Cet atelier de 2 heures vous permettra de comprendre les mouvements énergétiques associés à l'automne et leur impact sur l'organisme. Une mine de conseils pour garder la forme et un corps sain grâce aux huiles essentielles.

Sa 16/09 10H-12H

Ve 06/10 13H-15H

NOUVEAU ! HUILES ESSENTIELLES ET CIRCULATION

Cet atelier vous permettra d'acquérir toutes les connaissances nécessaires pour avoir des jambes légères et un cœur en parfaite santé en toutes saisons.

Ve 01/12 10H-12H

Ve 08/12 10H-12H

HUILES ESSENTIELLES ET PROBLÈMES FÉMININS

Cet atelier de 2 heures est destiné à vous expliquer le fonctionnement hormonal féminin. Pourquoi est-il en relation directe avec le psychisme et comment soutenir son identité et sa fonction féminine avec les huiles essentielles ?

Ve 22/09 10H-12H

Sa 25/11 13H-15H

ENTRETIEN DE L'ORGANISME ET PRÉVENTION DES MALADIES ENVIRONNEMENTALES

Un atelier de 2 heures pour découvrir comment les huiles essentielles peuvent aider l'être humain à mieux vieillir. Vous apprendrez comment l'aromathérapie peut permettre d'améliorer son hygiène de vie.

Ve 13/10 13H-15H

Ve 17/11 10H-12H

Ma 05/12 15H30-17H30

HUILES ESSENTIELLES ET TEMPÉRMENTS

Grâce à cet atelier, cernez votre tempérament «hippocratique» (sanguin, bilieux, lymphatique ou nerveux) et apprenez à choisir les huiles essentielles les plus adaptées à votre tempérament pour rétablir votre équilibre et ainsi prévenir les maladies et gérer efficacement les crises passagères.

Ve 06/10 10H-12H

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.

Ve 15/09 10H-12H
Ve 22/09 15H30-17H30
Ve 13/10 15H30-17H30

Ve 24/11 10H-12H
Sa 09/12 10H-12H

CONFORT DIGESTIF

Comprenez le fonctionnement du système digestif, les origines des troubles ainsi que les solutions aromatiques pour y remédier.

Ma 26/09 13H-15H
Ma 05/12 13H-15H

Ve 08/12 13H-15H

LES MAUX DE L'HIVER

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 faire face aux désagréments hivernaux grâce aux huiles essentielles.

Sa 04/11 15H30-17H30

Ve 01/12 13H-15H

SOUPLESSE ET MOBILITÉ

Découvrez les bases nécessaires pour bien comprendre les phénomènes douloureux de la structure du corps, les prévenir et trouver la solution aromatique pour les soulager.

Ve 13/10 10H-12H

POIDS & SILHOUETTE

Cet atelier de 2 heures vous donnera les bases d'une bonne hygiène alimentaire. Réapprenez à manger avec sérénité, affranchissez-vous des régimes, trouvez votre poids d'équilibre, régulez votre appétit et affinez votre silhouette de manière naturelle avec les huiles essentielles.

Ve 15/09 15H30-17H30

HUILES ESSENTIELLES ET IMMUNITÉ

Allergies, baisse immunitaire, infections chroniques... Découvrez comment les huiles essentielles peuvent soutenir efficacement l'état de santé et permettre d'être plus résistant face aux agressions de l'environnement.

Ve 15/09 13H-15H

Ve 24/11 13H-15H

HUILES ESSENTIELLES ET SENIORS

Le temps de cet atelier découvrez les huiles essentielles permettant d'améliorer le confort de vie des seniors. Donner un second souffle aux traitements médicamenteux, aider le foie à mieux métaboliser les traitements conventionnels, améliorer la circulation sanguine, mieux dormir et gérer les états de fatigue, se remettre d'une intervention chirurgicale, se donner du tonus, améliorer la mobilité et la souplesse articulaire...

Sa 16/09 13H-15H

Sa 14/10 13H-15H

BEAUTÉ THÉRAPIE

Effet correcteur et régulateur pour pallier et/ou prévenir les problèmes de peau : rides, imperfections, ptôses, teints brouillés, cicatrices, taches, cernes et poches, chute de cheveux... Des solutions complètes pour une efficacité optimale et «une beauté qui vient de l'intérieur».

Ma 26/09 15H30-17H30
Ve 29/09 13H-15H

Sa 14/10 10H-12H

SOINS DES ENFANTS : INITIATION

Apprenez à prendre soin de la santé de votre enfant dès 3 mois avec l'aromathérapie, en toute efficacité et sécurité. Avec des conseils experts pour soulager tous les problèmes infantiles fréquents (ORL, sommeil, maladies éruptives...).

Ve 17/11 15H30-17H30

ATELIERS RÉFLEXOLOGIE - 3 H Dispensés par Aude Maillard

RÉFLEXOLOGIE CIRCULATION ET DIGESTION

Cet atelier de réflexologie (niveau 1) vous permettra de repérer les zones réflexes des organes de la circulation et de la digestion, et d'adopter les bons gestes pour améliorer le retour veineux, soulager les problèmes de digestion...

Apporter une serviette, un oreiller et une petite couverture.

Ve 20/10 09H-12H

BEAUTÉ THÉRAPIE SPÉCIAL HIVER

Adoptez les bons réflexes aroma pour protéger votre peau des frimas de l'hiver, préserver votre capital jeunesse et illuminer votre teint, découvrez les astuces bonne mine express pour les soirées de fêtes...

Ma 28/11 10H-12H

SOINS DES ENFANTS : LES MAUX DU QUOTIDIEN

Découvrez des solutions aromatiques pour fortifier l'immunité et soulager les maux du quotidien chez l'enfant : verrues, poux, cauchemars, nervosité, petits rituels du soir...

Ve 24/11 15H30-17H30

RÉFLEXOLOGIE RESPIRATION

Cet atelier de réflexologie (niveau 3) vous permettra de repérer les zones réflexes de la sphère respiratoire, et d'adopter les bons gestes pour enrayer les rhumes, stimuler les défenses immunitaires, libérer les poumons...

Ve 15/12 09H-12H

ATELIERS AUTO-MASSAGES Aromathérapie énergétique - 2 H Dispensés par Stéphane Créte

GESTION DE LA DOULEUR

Apprenez à identifier la douleur et à repérer les points d'acupression les plus adaptés pour la soulager. En associant les huiles essentielles et la stimulation de certains méridiens, l'inflammation, les tendinites et les rhumatismes peuvent s'apaiser.

Je 14/09 18H-20H
Ma 10/10 18H-20H

Sa 18/11 14H-16H
Sa 16/12 10H-12H

NOUVEAU ! ÉNERGÉTIQUE DE L'AUTOMNE

Le temps de cet atelier, découvrez l'influence de la saison automnale 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 aider à soulager les maux saisonniers.

23/09 10H-12H

POIDS & 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...

Je 19/10 18H-20H

Sa 02/12 10H-12H

GESTION DU STRESS ET DES ÉMOTIONS

Cet atelier vous fera découvrir comment mieux gérer votre stress, surmonter un état dépressif ou encore améliorer votre sommeil en alliant la stimulation de certains points énergétiques et l'aromathérapie.

Ma 19/09 18H-20H
Sa 07/10 14H-16H
Ma 07/11 18H-20H

Sa 02/12 14H-16H
Ma 19/12 18H-20H

NOUVEAU ! 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.

Sa 23/09 14H-16H
Sa 21/10 10H-12H

Sa 18/11 10H-12H

MUSCLES & ARTICULATIONS

Donnez plus de souplesse et de mobilité à votre corps, et préparez vos muscles à l'effort. En appliquant des synergies d'huiles essentielles sur des points énergétiques précis, les tissus osseux, musculaires ou tendineux retrouvent leur équilibre.

Sa 30/09 10H-12H

ÉNERGÉTIQUE DE L'HIVER

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

Sa 16/12 14H-16H

RÉFLEXOLOGIE PALMAIRE

Le temps de cet atelier, découvrez comment associer huiles essentielles et réflexologie palmaire pour stimuler l'énergie et favoriser le bien-être physique et émotionnel. Initiez-vous aux zones réflexes des mains et apprenez à utiliser les huiles essentielles les plus appropriées pour favoriser une libre circulation de l'énergie.

Sa 07/10 10H-12H
Sa 21/10 14H-16H
Je 16/11 18H-20H

Ma 21/11 18H-20H
Je 14/12 18H-20H