

● VENDREDI 09 SEPTEMBRE 2016 - 10H56

Aromathérapie : des formations pour apprendre à vous soigner avec des huiles essentielles



Des formations grand public sont proposées à Paris le 24 septembre et le 1^{er} octobre, pour apprendre à maîtriser les bases de l'aromathérapie et soigner les maux du quotidien avec des huiles essentielles, en toute sécurité.



L'aromathérapie fait de plus en plus d'adeptes mais quelques connaissances sont essentielles pour maîtriser l'utilisation des huiles essentielles.

Les bienfaits santé des huiles essentielles

Vous êtes de plus en plus nombreux à vous tourner vers des alternatives thérapeutiques naturelles pour préserver votre santé. Sans remplacer la médecine allopathique, l'[aromathérapie](#) fait de plus en plus d'adeptes. Mais ne s'improvise pas aromathérapeute qui veut. Les huiles essentielles sont des produits très puissants, qui peuvent provoquer des réactions néfastes si elles ne sont pas utilisées correctement. Il n'est pas toujours très facile de s'y retrouver entre les différentes indications de chaque huile essentielle, les [précautions à prendre](#), des interactions possibles...

Pour répondre aux attentes et au désir de connaissance du grand public, Maryline Hourlier, formatrice et conférencière, propose des formations pédagogiques et accessibles à tous, pour appréhender au mieux les concepts de l'aromathérapie et devenir un expert de cette médecine douce. Les premières formations auront lieu à Paris, le 24 septembre et le 1^{er} octobre.

Tout se qu'il faut savoir pour se soigner avec des huiles essentielles.

Pourquoi les huiles essentielles sont-elles efficaces ? Quelle est la différence entre une huile essentielle et un médicament ? Quels sont les différents modes d'utilisation des huiles essentielles ? Comment les utiliser chez les adultes, les enfants, les [femmes enceintes](#), les tout petits... ? Quelle dose utiliser, à quelle fréquence... ? Autant de questions qui trouveront leurs réponses dans ces formations d'une journée.

Les formations aborderont également des cas pratiques du quotidien : Quelles [huiles essentielles contre le stress](#) ? [Contre les insomnies](#) ? Lesquelles peuvent aussi être un atout anti-âge [pour la peau](#) ? Lesquelles utiliser contre les maux de l'hiver ([rhume](#), [grippe](#)...) ? Comment [soulager les douleurs avec les huiles essentielles](#) (rhumatismes, entorses, mal de dos, migraines...) ?

Un focus sera proposé sur les huiles essentielles indispensables à connaître, celles à toujours avoir dans sa pharmacie et celles à emporter quand on part en voyage.

L'organisatrice de ces formations, Maryline Hourlier, est diplômée de l'Université Paris XIII, de la faculté de médecine de Bobigny en phytothérapie et en aromathérapie, de la faculté de médecine de l'université Paris XII en nutrition et en vieillissement, de la faculté de médecine de l'université Paris VI en prévention et en éducation thérapeutique sur les pathologies chroniques. Elle est l'auteur de [Rester jeune longtemps grâce à des méthodes naturelles](#) aux éditions Robert Jauze.

Informations pratiques

Les premières formations pour le grand public auront lieu à Paris le samedi 24 septembre et le samedi 1er octobre. D'autres formations seront prochainement organisées en province.

Chaque formation est organisée de 9 h 30 à 17 h 30. Prix de la formation : 190 € par personne. L'inscription est obligatoire par mail à cette adresse : marylineconference@gmail.com

Une attestation de formation sera remise à chaque participant à la fin de la formation.

Plus d'informations sur le site : www.plantes-bienetre.com

Créé le 09 septembre 2016

< NEWS PRÉCÉDENTE



Quatre Français sur dix doutent de la sécurité des vaccins

NEWS SUIVANTE >