



[la Parenthèse Essentielle]

Naturellement bien

Atelier

La Zénitude

Comment combattre les angoisses, le stress, l'insomnie....

Samedi 7 Mai 2022

14h30 – 17h30

La caverne aux grimoires

rue du four banal

38460 Crémieu

Intervenant : Bernard BEGUIN (Conseiller en aroma-phytothérapie – certificat européen CERFPA)

www.parentheseessentielle.com

laparentheseessentielle@gmail.com

Coût : 50€

Réservation : 06 03 06 00 54

Présentation :

Ce stage abordera plus particulièrement les réponses que peuvent apporter la phytothérapie et l'aromathérapie aux problèmes d'angoisses, de stress, d'insomnies...

Différentes plantes seront présentées ainsi que leurs utilisations sous forme de tisanes, décoctions...gels...huiles essentielles. Les stagiaires pourront s'initier à des préparations de mélanges qu'ils emporteront

Pour faciliter le suivi de l'atelier, un fascicule sera distribué en début de séance.

