



STAGE « Aromathérapie »

Ecosite les jardins de Siloé, 16, Brambéac, 35330 Val d'Anast

Connaître les Huiles Essentielles et leur champ d'activité

Lilian Ceballos, Dr en Pharmacologie, Enseignant en Phyto-Aromathérapie à l'Ecole Lyonnaise des Plantes Médicinales et au Centre Hildegarde de Bingen de Vannes/Saint-Avé

Les Huiles Essentielles sont encore peu utilisées par rapport à leur champ d'application potentiel. Si elles sont connues pour leur activité anti-infectieuse, elles sont souvent limitées à ce cadre. Pourtant, leur intérêt thérapeutique dépasse largement le cadre restreint des maladies infectieuses : les HE sont particulièrement efficaces pour les affections traumatologiques (sportifs), cardiovasculaires (circulation, hémorroïdes), allergiques, neuroendocriniennes ou encore dermatologiques...

Cette formation de 5 jours reviendra sur l'activité anti-infectieuse des HE, particulièrement dans le contexte du Covid-19, mais elle abordera aussi l'intérêt thérapeutique de l'aromathérapie pour de nombreuses pathologies du quotidien. Les précautions d'emploi des HE (grossesse, allaitement, dermo-causticité) seront abordées et les monographies d'HE de bonne tolérance seront étudiées.

Vous préparerez et emporterez un cérat de Galien adapté à vos besoins.

La formation s'achèvera par la conception d'une trousse d'urgence personnalisée, en fonction des besoins que chacun exprimera.

Informations

- Tarif : **500€** (+15€ d'adhésion à l'association "Ecosite les jardins de Siloé" non inclus)
- Le nombre de places est limité à **13 personnes**.
- La formation dure **5 jours**.

Gîte sur place : 15€/nuitée (18€ en hiver) en chambre de 6 personnes.

Apportez votre **duvet, serviettes de toilette, chaussons, bottes**. Camping sous tente possible uniquement en été : **5€/nuitée**.

Dans les deux cas (gîte et camping), ceci donne accès à la cuisine, la salle de vie, la bibliothèque, et les sanitaires.

Les repas du midi sont proposés pour un coût de 12€ par déjeuner et ceux du soir sont en autogestion. Vous pouvez apporter des spécialités locales, ou ce que vous produisez vous-mêmes, pour les premiers dîners de la semaine.

Il est envisageable de venir en famille au gîte ou en camping (forêt de Brocéliande à proximité, Golfe du Morbihan et Mont St Michel à 1h15 de voiture...).

Trois semaines avant le stage, nous envoyons aux participants des informations logistiques plus précises, un lien pour le co-voiturage et de la bibliographie.