

ACTION RELAXATION & BIEN-ETRE

CONSEILS HUILES ESSENTIELLES

L'aromathérapie est une médecine naturelle qui utilise les huiles essentielles.

Une huile essentielle est un extrait végétal concentré. L'aromathérapie consiste à accompagner une personne à se soigner avec les huiles essentielles, c'est une médecine naturelle et pas douce. C'est puissant, certaines huiles sont dangereuses, il faut savoir les utiliser.

Elles agissent sur le physique mais aussi sur le mental (morosité, anxiété, choc, difficultés d'endormissement, trac, difficultés de concentration, stress...).

Pour que l'aromathérapie soit efficace, elle doit être personnalisée, adaptée à la personne.

Lors du rendez-vous, nous discutons ensemble de vous, de façon entière et complète (physique et morale), vous découvrirez sur place par olfaction les huiles et de là, un conseil aromatique vous sera donné. Vous pourrez composer avec mon aide votre synergie si vous le souhaitez.

Si une pathologie particulière est abordée, il faut un diagnostic médical.



Les bienfaits :

- Elles agissent sur le physique :
- Infections virales, bactériennes, fongicides,
- Soucis articulo musculo tendino squelettique : rhumatismes, arthrose, arthrite ...
- Problèmes digestifs : constipation, spasmes, diarrhées, ballonnements...
- Métaboliques : métabolisme fatigué, régulation thyroïdienne...
- Cutanés : acné, eczéma, vergetures...
- Troubles circulatoires : varices..