



## ATELIER

### « HUILES ESSENTIELLES »

Animé par Benjamin TREMBLAY

Au cours de cet atelier, vous apprendrez comment sont fabriquées les huiles essentielles, vous découvrirez les différentes familles moléculaires des huiles et leurs propriétés ; vous connaîtrez les voies d'administration, les modes et les précautions d'utilisation, les associations possibles ainsi que les contre-indications.

Les exercices pratiques vous permettront de vous familiariser avec les huiles essentielles et les huiles végétales les plus couramment utilisées. Benjamin abordera en détail les différents modes d'application et de conservation.

Puis, Benjamin vous présentera les 7 huiles essentielles indispensables à avoir dans son armoire à pharmacie pour soigner les bobos du quotidien.

Vous êtes les bienvenus



ANIME PAR  
BENJAMIN  
TREMBLAY

FOYER DE LA  
BONNETTE  
Salle ROSSIGNOL

25 AVRIL  
14H30-16H30

PLACES  
LIMITEES  
30 personnes

5 €

Inscription auprès de  
votre enseignante  
par courriel :  
[yoga.usy@laposte.net](mailto:yoga.usy@laposte.net)

Visitez notre site  
[www.usy-hathayoga.com](http://www.usy-hathayoga.com)