

INFORMATIONS

 Visio-conférence	PROFILS : Dr en biologie, conseillère en aromathérapie
 Début le mardi 22 juin 2021	PRE REQUIS : A distance : avoir un ordinateur, une tablette ou un smartphone (utilisation de la plateforme Zoom). Afin de suivre la conférence dans de bonnes conditions, il faut impérativement une bonne connexion internet.
 DURÉE : 02:00	MATERIEL : Aucun
Prix : 5.00 €	CODE ACTIVITÉ : 5SA380

DESCRIPTION

Les précautions d'emploi et les conditions d'utilisation des huiles essentielles seront passées en revue.

Comprendre le mécanisme du stress.

Découvrir quelles sont les huiles essentielles permettant de réduire et mieux gérer son stress.

Apprendre à gagner en sérénité.



Visio conférence - Gestion du stress et huiles essentielles



Mme REDEL Laetitia

OBJECTIFS

- Conseiller les participants à l'utilisation des huiles essentielles pour gérer son stress.
- Etre capable de choisir les huiles essentielles les plus adaptées pour gérer son stress et ses émotions, améliorer son sommeil.
- Etre capable d'utiliser les huiles essentielles en respectant les conditions d'utilisation et les précautions d'emploi.
- Comprendre les effets du stress sur notre système nerveux et notre bien-être.

SÉANCES

Jour	Date	Horaire	Durée	Lieu
Mardi	22-06-2021	18:30	02:00	VISIO-CONFERENCE