



# **Atelier aromathérapie :** **«Les huiles essentielles et eaux florales dans la cuisine!»**

**22 AVRIL 2018 à l'ÉCOCENTRE TRÉGOR**

## **PRÉSENTATION DE L'ATELIER :**

Venez découvrir le monde des huiles essentielles de façon originale et pratique !

Déroulée de l'atelier :

- rappel des précautions d'utilisation
- pourquoi intégrer les huiles essentielles dans la cuisine
- quelles huiles essentielles utiliser en cuisine
- les différentes utilisations pratiques en cuisine des huiles essentielles et eaux florales
- astuces/petites recettes
- préparation et dégustation d'une tisane aromatique



## **L'ANIMATRICE :**

Lily Pilaire est formée en phyto-aromathérapie depuis 2004 notamment par la Faculté Libre de Médecines Naturelles et Ethnomédecine du Dr Jean Pierre Willem, elle dispense des sessions découverte de l'aromathérapie et hydrolathérapie familiale. Également Formée en techniques de massage, soins énergétiques, naturopathie et élixirs floraux. (namasste.com)

**TARIFS : 20€/personne**

**DURÉE : le dimanche 22 avril de 14h à 15h30**

Ce stage s'adresse au débutant comme aux initiées.

**NOMBRE DE PLACES : 15**

**Renseignement et inscription : Contactez Lily au 06 85 27 77 50 ou par mail à [ecocentre.tregor@gmail.com](mailto:ecocentre.tregor@gmail.com)**