



La fitoterapia y la **aromaterapia** siempre se han empleado en la medicina popular. Hace 40.000 años los pueblos aborígenes de Australia ya usaban las plantas aromáticas para resistir a las duras condiciones de vida de su entorno. Los hebreos, los egipcios, los chinos, los griegos, los romanos...usaban los aceites esenciales y se beneficiaban de sus propiedades en particular para protegerse de contagios y epidemias así como para combatir infecciones. Se usaron para combatir la epidemia de peste en Atenas y en Londres. Los **aceites esenciales** se extraen de las plantas aromáticas y son un potente concentrado de sus propiedades. Son altamente beneficiosos pero es necesario aprender a usar los aceites esenciales ya que el uso inapropiado de los aceites esenciales puede ocasionar intoxicaciones o quemaduras. La calidad de los aceites esenciales que compramos también es muy importante, y una buena elección basada en el conocimiento de estos nos garantiza un uso seguro y muy eficaz.

Este es un **curso introductorio de aromaterapia familiar** y se dirige a toda persona que desee aprender a usar los aceites esenciales para el cuidado de su salud, de su bienestar y el de sus familiares.

El **curso** se estructura de la siguiente forma:

Introducción

- . Datos de interés histórico
- . ¿Que son los aceites esenciales?
- . Propiedades de los compuestos químicos
- . Quimiotipos
- . Criterios de calidad
- . Dosificaciones
- . Material útil
- . Materias primas complementarias
- . Recomendaciones de uso

- ¿Cómo funcionan los aceites esenciales?

- Aplicaciones

- . Difusión / inhalación
- . Baños
- . Masajes
- . Belleza (incluye una selección de aceites vegetales)

- Botiquín esencial:

- . "Recetas" para relajarse
- . "Recetas" para protegerse de contagios
- . "Recetas" para cuidar la piel y el cuerpo

- Prácticas (de 16h a 19h)

Imparte Antonia Jover

Experta en aromaterapia familiar.

Se denomina **aromaterapia familiar** el uso de los aceites esenciales en el ámbito del cuidado personal y dentro de nuestro hogar.

LUGAR Y FECHAS:



Centro AletHeA

C/ Marina 212 Principal 3ª - Barcelona
Tel. 93 530 87 01
info@alethea.es

FECHA DEL CURSO DE INTRODUCCIÓN 4 + 3 HORAS DE PRÁCTICAS:

Sábado 8 de Mayo
de 10h a 14h y de 16h a 19h

PRECIOS: 80 euros
incluye un vale de compra de 10 euros.

Es posible realizar este curso en dos partes:

Se puede elegir asistir a la primera parte teórica de 10h a 14h, en este caso el coste es de 40 euros y no incluye el vale de compra. Se puede realizar la segunda parte posteriormente.

Los que ya asistieron al curso introductorio de 4 horas pueden incorporarse a la segunda parte del curso de 16h a 19h. En este caso el coste es de 40 euros.

Plazas limitadas.

Para realizar la reserva es necesario dejar una paga y señal.