



Atelier Connaître et utiliser **LES HYDROLATS**

Durée : 3 heures

Lieu : 11700 Castelnaud d'Aude

Facilitez votre bien-être et celui de votre famille en apprenant à utiliser les hydrolats :

- Qu'est-ce qu'un hydrolat ?
- Connaître les bienfaits de l'hydrolathérapie
- Savoir dans quels cas employer les hydrolats
- Apprendre à utiliser les hydrolats par voie interne et par voie externe
- Savoir choisir un hydrolat de qualité
- Composer une synergie d'hydrolats

www.LeCisteAlambique.com



- Matériels, fournitures, supports et flacons fournis -