



Ateliers beauté & forme



« J'ai décidé d'être heureux parce que c'est bon pour la santé »

Voltaire

Céline Touati, Naturopathe, vous propose en journée ou en soirée, pour vos galas, évènementiels ou séminaires, des animations beauté et forme pour se détendre.

- La peau, cet organe si mystérieux :

La peau c'est plus que la peau au sens anatomique et physiologique. L'une des clés d'une bonne santé, c'est l'alimentation, mais d'une belle peau également ! Après une présentation de ce magnifique organe, nous partirons à l'aventure des aliments clés et de toutes les techniques internes pour avoir une belle peau.

- Voyage au pays des huiles essentielles :

Les huiles essentielles sont des extraits précieux obtenus par une méthode de distillation inventée au début du Moyen Âge par les Arabes. Concentrées, surpuissantes, polyvalentes, synergiques et holistiques, leurs effluves peuvent être captées par l'ensemble de nos sens. C'est donc bien un voyage des sens que nous allons vivre ici afin de pouvoir les utiliser au quotidien.

- Créez vos cosmétiques bio :

De véritables trésors de beauté se nichent dans nos cuisines et dans nos jardins pour le plus grand plaisir de notre bien-être. En associant les ingrédients qui vous conviennent et en appliquant des règles de base de la cosmétologie naturelle, vous apprendrez à réaliser vos propres produits pour le visage, les cheveux et le corps. Naturels, bio et économiques, vos cosmétiques maison préserveront votre santé sans nuire à l'environnement, et en gardant le plaisir.

Ces différents ateliers de beauté et forme sont proposés ensemble ou séparément et offrent un moment de bien-être qui sera apprécié de tous.

La durée de chaque atelier est d'1h30. Les ingrédients et ustensiles sont fournis. Seul un tablier personnel est demandé.