



# Les petits ateliers de la Croisée

Soins de Chaleur® et Plantes Soignantes

**Venez découvrir les Soins de Chaleur, les plantes médicinales et l'aromathérapie :** pour un accompagnement au quotidien.

Des journées joyeuses, riches, sur des thèmes variés, ouvertes à tous une fois par mois, tout au long de l'année.

Découvrir les Soins de Chaleur, apprendre à utiliser les plantes médicinales et l'aromathérapie, enveloppements à base de plantes, bains de pieds, gestes d'effleurages rythmiques, baumes, préparations aromatiques.

**Prenez-soin de vous, de vos familles, de vos proches !**



## Les ateliers

*Samedi 23 septembre 2023*

### S'apaiser

Se détendre, mieux dormir... avec la camomille, la lavande, l'orange douce....

*Samedi 25 novembre 2023*

### Les petits maux de l'hiver

Rhumes, bronchites.... Thym, citron, miel, oignons, sapin....inhalations et enveloppements.

*Samedi 10 février 2024*

### Squelette et corps d'athlète ☺

Articulations et courbatures douloureuses... Arnica, gingembre, chou.. préparations aromatiques.

*Samedi 23 mars 2024*

### La peau dans tous ses états

Brûlures, acné, eczéma...

Lavande, géranium, tea-tree, héliochryse...

Préparation d'un baume.

*Samedi 18 mai 2024*

### Notre vie de femme

Rose, mélisse, cuivre...

Enveloppements de douceur.

*Samedi 22 juin 2024*

### Merveilles de la nature

Observation sensible du végétal..

Cueillettes et macérations..

#### ▪ Ouverts à tous.

▪ De 8 à 12 participants.

▪ De 9h à 17h30.

▪ 70€ par atelier.

*(l'adhésion à l'association est obligatoire)*

▪ Repas partagé : mise en commun des mets sucrés/salés apportés par chacun.

▪ Lieu : à La Croisée des Chemins

La Maison des Soins de Chaleur

110 Chemin du Rivier de St Chef

38890 ST CHEF

#### Inscriptions et renseignements

Téléphone au 04.51.01.92.67 ou par email:  
formation@soins-la-croisee-des-chemins.fr



A la Croisée des Chemins  
www.soins-la-croisee-des-chemins.fr