

АРОМАТЕРАПИЯ ДЛЯ МЕНТАЛЬНОГО ЗДОРОВЬЯ

Автор и ведущая, Натуропат
Д-р (Ph.D.) , Юлия Резников





ЗА ЧТО Я ЛЮБЛЮ ЭТОТ МЕТОД

1. Не надо дополнительно тратить время
2. Воздействие мягкое, но совершенно гарантированное. Без побочных эффектов
3. Экономично и бюджетно

Как эфирные масла проникают через кожу



Через кожу масла проникают
с помощью масла или крема носителя

Аромолампа – Аромадиффузер

Самое быстрое воздействие эфирных масел

ЧЕРЕЗ ВДЫХАНИЕ



Ванны и ванночки для ног

Ванны не делают при высоком давлении и при сердечно-сосудистых заболеваниях.

Дозировки и время проведения:

Взрослые: 7-8 капель - 20-30 минут

Большие дети (7-12 лет) – 4 капли - 10 минут

Маленькие дети (2-7 лет) – 2 капли - 10 минут

Ванночки для ног

Для взрослых 4 капли на 15-20 минут

Для детей 1-2 капли на 5-10 минут



Масла при массаже и рефлексологии



Пропорции:

На 2 мл масла носителя:

1 капля эфирного масла или смеси эфирных масел

Это расчет для взрослого человека

Для детей соответственно меньше

Карта ароматов

Тип аромата	Для кого подходит
Сладковатый	Для людей романтичных, нежных, мечтательных, добродушных, милых. Вызывает у других желание их защищать и оберегать. Характерны для людей ожидающих приятных перемен в жизни. Они желают вызвать симпатию в своем окружении. Таким людям как правило свойственна расслабленность и лень.
Цветочный	Привлекаю людей, испытывающих недовольство собой. Могут быть недовольны своим внешним видом или своей жизнью в целом. Они как правило не противятся никакому давлению, очень мягкие. Но внутри есть желание получить признание
Пряный	Привлекают людей, для которых основная формула – движение это жизнь. У них незаурядный темперамент и обостренное чувство собственного достоинства. Им очень важна идея. Могут искренне и бескорыстно помогать близким. Любят общение и когда много людей вокруг
Древесный	Гармоничны людям созерцательным, обращенным внутрь себя. Им очень важен духовный рост и все, что помогает созидать

Практика модуля АРОМАТЕРАПИЯ



Подберите для себя одно из 5 предложенных масел,
чтобы делать себе арома сессии по 30-45 минут



**Получайте
удовольствие**

До встречи!