

Il **massaggio** e l'**automassaggio** sono tecniche antichissime per generare piacere, elevare lo stato di benessere di mente, corpo e spirito.

Affinché questi apportino gli effetti migliori, è importante sapere scegliere prodotti di elevata qualità e adatti agli scopi che si desidera raggiungere.

Rilassarsi, ridurre la cellulite, attenuare l'emicrania, stimolare la concentrazione, la meditazione, creare un'atmosfera sensuale sono solo alcune delle numerose condizioni che gli oli essenziali favoriscono.

Il seminario **introduce** al mondo degli oli da massaggio e degli oli essenziali, da utilizzarsi diluiti nei primi, al fine di ottenere il meglio da essi.

Un pomeriggio **esperienziale** in cui, accanto a semplici nozioni teoriche, si farà esperienza diretta delle sostanze, perché la conoscenza passa sempre attraverso il vivere.

## **Programma**

### *Teoria*

- ✓ gli oli da massaggio e automassaggio: tipologie, caratteristiche, indicazioni, usi
- ✓ gli oleoliti: caratteristiche, proprietà, indicazioni;
- ✓ gli oli essenziali: tipologie, caratteristiche, indicazioni di scelta, uso, conservazione.

### *Pratica*

Esperienza sensoriale degli oli da massaggio e automassaggio e di alcuni tra i principali oli essenziali.

## **Destinatari**

Non sono richiesti requisiti particolari per la partecipazione.

## **Investimento**

25 euro (i.e.), comprensivo di tutto il materiale che verrà utilizzato.

*Su richiesta verrà consegnato attestato di partecipazione.*



Il seminario è organizzato da  
ArmoniaBenessere®  
([www.armoniabenessere.it](http://www.armoniabenessere.it)) in  
collaborazione con Herboris Orientis  
Dacor® ([www.erborisorientis.com](http://www.erborisorientis.com)).

Seminario di  
introduzione  
all'uso degli oli da  
massaggio  
e dei principali oli  
essenziali

Conduce:

**Dott.ssa Anna Fata**

Psicologa, esperta in discipline olistiche  
del benessere, massaggiatrice e scrittrice

tel. 071 64799

cell. 338 3002472

web: [www.armoniabenessere.it](http://www.armoniabenessere.it)

mail: [info@armoniabenessere.it](mailto:info@armoniabenessere.it)

Sede dell'attività:

**Centro Studi Blu Jarma**

Via Caduti sul Lavoro, 5/1  
60019 Senigallia (AN) fraz. Borgo Bicchia

**per prenotazioni**

tel. 071 7929187

cell. 347 8407401

web: [www.blujarma.it](http://www.blujarma.it)

mail: [info@blujarma.it](mailto:info@blujarma.it)

*Sabato 2 Dicembre 2006  
Ore 14.30-18.00*

presso  
**Centro Studi Blu Jarma**  
Via Caduti sul Lavoro, 5/1  
60019 Senigallia (AN) fraz. Borgo Bicchia