

Formation Saundarya

le soin du visage selon
la tradition indienne



être

éveil transmission
respect énergie

29 / 11
30 / 11
01 / 12
2024

Lieu

27 place Henri
Chandelier
76620 Le Havre
Sanvic

Tarif

360 € *

* adhésion obligatoire à
l'association ETRE : 10 €

Infos & inscriptions



etresoi76@gmail.com



06 77 90 51 30
06 80 21 74 34



A propos

En Ayurvéda, la beauté du visage, des cheveux, du corps n'est pas considérée comme une simple caractéristique extérieure mais comme le résultat de la santé physique, émotionnelle et spirituelle. Elle s'associe donc aux principes d'hygiène de vie et alimentaire de l'ayurvéda et des pratiques yogiques.

Le soin de beauté Saundarya, utilise les recettes traditionnelles des femmes indiennes, respecte la peau selon la constitution individuelle de chacun (Vata, Pitta et Kapha). Il permet d'évacuer les toxines et le stress, nourrit en profondeur la peau et lui donne un aspect rayonnant.

Un des principes est que tout ce qui se mange peut être utilisé pour les soins du visage : fruits, légumes, farines, huiles, yaourt, herbes, épices. Les produits utilisés sont naturels et issus de l'agriculture biologique et écoresponsable.

Céline LELOUARD, esthéticienne, praticienne en massages ayurvédiques et conseillère en nutrition. Sa passion des soins du visage et du corps l'amène à toujours approfondir ses connaissances et sa pratique sur les techniques de massages, les produits utilisés et les conseils d'accompagnement. Elle exerce en libéral et en cures ayurvédiques.

Programme

- ✦ Les bases de l'ayurvéda, la peau selon la constitution individuelle, le mode de vie et sa relation avec la beauté.
- ✦ Les différents types de peau en esthétique et en ayurvéda.
- ✦ L'anatomie du visage
- ✦ Les massages du visage
- ✦ Les propriétés des ingrédients utilisés et leur préparation.
- ✦ Savoir faire un masque, un gommage.
- ✦ Alternance d'apports théoriques et pratiques.

