

Vos communes

CHAMBÉRY

Conférence sur les huiles essentielles au Muséum

C.D.



Catherine Alaphilippe, ergothérapeute, a animé cette conférence. Photo Le DL /C.D.

Le Muséum d'histoire naturelle a accueilli jeudi 17 mars pour une conférence Catherine Alaphilippe, diplômée de l'École lyonnaise de plantes médicinales en conseils et informations en phyto-aromathérapie. Devant une quarantaine de personnes, elle a expliqué l'origine des huiles essentielles et leurs bienfaits sur la digestion, la circulation du sang, les problèmes cutanés et le sommeil.

Elle a surtout insisté sur les erreurs à ne pas commettre lors de leur utilisation, en particulier ne pas les utiliser pures, et comment les diluer et les doser pour des tisanes.