

Grandir avec les huiles essentielles

Prodiguer des soins par les arômes est un art que Catherine Brêchet cultive avec passion dans son institut Energie & Beauté, à Tavannes. Cette aromathérapeute diplômée travaille notamment avec les huiles essentielles, les hydrolats et la médecine ayurvédique. Les résultats obtenus sont tout simplement prodigieux !

« Il faut parfois revenir en arrière pour mieux avancer. » Cette petite phrase lancée par Catherine Brêchet peut sembler anodine, mais elle traduit avant tout un état d'esprit. *« Vous savez, c'est moi qui donne la clé, mais si le patient n'est pas convaincu par la méthode, il ne faut pas s'attendre à ouvrir la porte des mirades. En revanche, quand il se trouve dans un état de croyance, l'aromathérapie fait des merveilles. »*

Le décor étant planté, on peut désormais lever le voile sur la pratique de l'aromathérapie : c'est l'utilisation médicale des extraits aromatiques de plantes (essences et huiles essentielles). Catherine Brêchet cible le traitement à adopter en faisant tirer une carte à chaque patient. *« J'ai déjà ma petite idée sur la voie qu'il faut emprunter, mais la technique de la carte me permet d'avoir la confirmation de mon choix initial »,* explique-t-elle.



Catherine Brêchet : *« Il faut parfois revenir en arrière pour mieux avancer. »* (photo oo)

Un traitement efficace

L'aromathérapie est destinée à des personnes victimes d'un burnout, mais c'est également un traitement efficace pour se remettre d'un deuil,

d'un accident, bref d'un choc émotionnel, quel que soit son degré de gravité. Il existe différents types d'huiles essentielles : anti-inflammatoires, drainantes, circulatoires, toniques, digestives, anti-infectieuses, etc... Selon Catherine Brêchet, les huiles essentielles peuvent aussi se pratiquer par la méditation.

En plus de travailler avec les massages, les rituels et la médecine ayurvédique, Catherine Brêchet base également sa thérapie sur les hydrolats (eaux florales). Ils sont utilisés par voie interne en complément des huiles essentielles. *« Nous vivons dans un monde de dingues. Un monde qui nécessite assurément de lâcher prise pour éviter d'aller dans le mur »,* conclut Catherine Brêchet. A méditer...

Energie & Beauté
Oeuchettes 11, 2710 Tavannes
078 727 12 26

www.energie-beaute.ch