



Aromatherapie: Ätherische Öle im Alltag

Beschreibung

Aromatherapie ist die "Arbeit" mit 100 Prozent naturreinen, ätherischen Ölen. Die Wirksamkeit ist wissenschaftlich nachgewiesen und wird unter anderem in Spitälern eingesetzt. Seien es Kopfschmerzen, Ängste, Schlafprobleme, Krämpfe, Verletzungen, Erkältungen, Hämorrhoiden, aber auch der Schutz gegen lästige Insekten: Die Liste der Unbehaglichkeiten, die Sie mit den pflanzlichen Essenzen lindern können, ist lang. Doch wie finden Sie den Einstieg? In diesem Basiskurs gibt Ihnen Ursula Voneschen, diplomierte Aromatherapeutin, eine Einführung.

Inhalt

- Einführung in die Aromatherapie
- Vorstellung von sieben ätherischen Ölen bezüglich Dosierung, Anwendbarkeit, Einsatzmöglichkeiten
- Viele praktische Beispiele
- Informationen, worauf beim Einsatz von ätherischen Ölen geachtet werden muss

Voraussetzung

Keine Vorkenntnisse nötig. Dieser Kurs gilt als Basiskurs und somit als Voraussetzung für weitere Kurse im Bereich der Aromatherapie.

[z.B. Aromatherapie_Aufbau:_Einsatz_bei_Erkältungskrankheiten](#)

Zielgruppe

Erwachsene

Lernziele

- Sie lernen sieben ätherische Öle für die Hausapotheke kennen
- Sie erfahren, wie Sie diese anwenden und dosieren können und worauf Sie dabei achten sollten
- Anhand vieler praktischer Beispiele lernen Sie, was Sie mit den ätherischen Ölen alles machen können

Zusatzinfo

Im Preis inbegriffen ist ein Ratgeberbuch (CHF 15.-) mit allen Rezepten und Informationen, damit Sie zuhause gleich loslegen können. Es wird kein zusätzliches Skript abgegeben. Für Notizen bringen Sie am besten eigenes Schreibzeug mit.

Datum

14.01.2022 / E_1519101

Zeit

18:30 - 21:30 h

Wochentage

Fr

Klubschule Migros Luzern

Tel. +41 41 418 66 66

Schweizerhofquai 1
6004 Luzern

klubschule.luzern@migros-luzern.ch
klubschule.ch





Aromatherapie: Ätherische Öle im Alltag

Dauer	1 Kurstag(e). Total	3.00	Lektion(en) à 60 Minuten
Preis	CHF	93.00	
Durchführungsort	Töpferstrasse 3, 6004 Luzern		
Termine	Tag	Datum	Zeit
	1 Fr	14.01.2022	18:30 - 21:30