



# Aromatherapie: Fit durch den Winter

<b>Beschreibung</b>	Ob bei Husten, Erkältungen, Halsschmerzen, Grippe oder Heuschnupfen: Ätherische Öle sind starke Helfer, die das Immunsystem unterstützen und lästige Symptome - vor allem im Winter - sanft und wirksam behandeln. In diesem Aufbaukurs vertiefen Sie Ihre Kenntnisse über die ätherischen Öle der Hausapotheke, lernen spezifische Erkältungsöle kennen und stellen eine eigene Aromatherapie-Mischung her, die Sie mit nach Hause nehmen dürfen.
<b>Inhalt</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Wiederholung und Vertiefung der Kenntnisse über die ätherischen Öle der Hausapotheke.</li><li>• Kennenlernen spezifischer Erkältungsöle und deren Einsatzbereiche.</li><li>• Kennenlernen von antibakteriellen und antiviralen Düften.</li><li>• Erfahren, wie mit ätherischen Ölen das Immunsystem unterstützt und lästige Symptome wie Husten, Erkältungen, Halsschmerzen, Grippe oder Heuschnupfen auf sanfte Weise wirksam behandelt werden können.</li><li>• Herstellung einer Aromatherapie-Mischung Husten/Abwehr/Erkältung, die Sie mit nach Hause nehmen dürfen.</li></ul>
<b>Voraussetzung</b>	Keine Voraussetzungen zwingend nötig. Der Kurs: <a href="#">Aromatherapie_Grundlagen:_Ätherische_Öle_im_Alltag</a> kann hilfreich sein.
<b>Zielgruppe</b>	Personen, die den Aromatherapie-Basiskurs besucht haben.
<b>Lernziele</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Sie erweitern Ihr Grundwissen über ätherische Öle und Hydrolate.</li><li>• Sie lernen, wie die sieben Öle der duftenden Hausapotheke spezifisch für Erkältungskrankheiten angewendet werden können.</li><li>• Sie lernen mindestens sechs weitere ätherische Öle gegen Erkältungskrankheiten kennen.</li><li>• Sie stellen einen desinfizierenden Raumspray, einen Roll-on zur Unterstützung des Immunsystems oder eine Duftlampenmischung her.</li></ul>
<b>Zusatzinfo</b>	Im Kurspreis inbegriffen sind Materialkosten von 15.- CHF.
<b>Datum</b>	15.12.2022 / E_1602672
<b>Zeit</b>	18:30 - 21:00 h
<b>Wochentage</b>	Do
<b>Dauer</b>	1 Kurstag(e). Total 2.50 Lektion(en) à 60 Minuten
<b>Preis</b>	CHF 81.00

**Klubschule Migros Luzern** Tel. +41 41 418 66 66

Schweizerhofquai 1  
6004 Luzern

kundenservice-center@klubschule.ch  
[klubschule.ch](http://klubschule.ch)





# Aromatherapie: Fit durch den Winter

**Durchführungsort** Töpferstrasse 3, 6004 Luzern

<b>Termine</b>	<b>Tag</b>	<b>Datum</b>	<b>Zeit</b>
	1 Do	15.12.2022	18:30 - 21:00

**Klubschule Migros Luzern**

Tel. +41 41 418 66 66

Schweizerhofquai 1  
6004 Luzern

kundenservice-center@klubschule.ch  
[klubschule.ch](http://klubschule.ch)

