

Duftworkshops in der Winterzeit

Die zahlreichen Einsatzmöglichkeiten von naturreinen ätherischen und fetten Ölen machen diese Geschenke der Natur zu einzigartigen Helfern in verschiedensten Lebenslagen.

In unseren Workshops wollen wir mehr über die Aroma-Apotheke im Winter erfahren, die kostbaren Öle zu duftenden Weihnachtsgeschenken verarbeiten und selbst gemachte Lavendelkosmetik herstellen.

Wir laden Sie sehr herzlich dazu ein.

Workshop Aromatherapie - mit der Kraft der ätherischen Öle gesund und fit durch die kalte Jahreszeit

Aroma-Apotheke im Winter - welche ätherischen Öle sind eine wichtige Grundausstattung?

Wir sprechen über einfache Maßnahmen zur Stärkung des Immunsystems und es gibt Tipps für Aromaanwendungen zur Erhaltung der Gesundheit und Unterstützung bei Husten, Schnupfen & Co. Wie stelle ich ganz simpel und einfach eine schützende Hautpflege für die Anforderungen der kalten Jahreszeit her? Zum „Drüberstreuen“ schnupfern wir noch ein wenig in winterliche und vorweihnachtliche Rezepte für die Aromaküche. Wir machen einen Erkältungs-Inhalierstift, ein Gurgelsalz, einen Halspflege-Spray und einen Kälteschutzbalsam zum mit nach Hause nehmen.

[Nähere Informationen finden Sie hier...](#)

Duftende Geschenksideen für Weihnachten - aus fetten und ätherischen Ölen

Selbst hergestellte Geschenke mit ätherischen Ölen können individuell auf die Person, die man beschenken möchte, abgestimmt werden und bereiten dadurch besondere Freude. Wir werden in diesem Workshop die verschiedenen Möglichkeiten, diese Kostbarkeiten der Natur zu verarbeiten, kennenlernen und duftende Badeperlen, einen Molkebadezusatz mit ätherischen Ölen sowie eine duftende Körperbutter herstellen.

[Nähere Informationen finden Sie hier...](#)

Lavendelkosmetik – selbst hergestellt

Lavendelöl ist wohl das bekannteste ätherische Öl und wird schon seit Jahrtausenden in vielfältiger Weise genutzt. Es ist ein Öl für und gegen alles und da es eine stark ausgleichende Wirkung hat, hilft es, wieder ins Gleichgewicht zu kommen. In diesem Workshop werden Sie verschiedene Lavendelöle und dazu passende Düfte kennenlernen und wir stellen gemeinsam ein Lavendelbad mit Lavendelblüten, einen Lavendelbalsam, sowie beruhigend wirkende Badeperlen mit Lavendelduft her.

Termin: 28. Januar 2016 von 9.00 bis 13.00 Uhr

Ort: Bezirksreferat Oberwart

Kursbeitrag: € 45,00 pro Person

Materialkosten (inkl. Unterlagen): € 16,00 pro Person

Referentin: Mag. Alexandra Kleindienst

Anmeldung/Auskunft: LFI Bgld, Nadine Haider

Tel.: 02682/702-421 E-Mail: nadine.haider@lk-bgld.at