

Donnerstag / 16. Mai 2024

Wickel, Kompressen, ätherische Öle, Hydrolate.... – speziell für die Frau

- Themen** Wickel und Umschläge sind Streicheleinheiten für den Körper und die Seele. Dabei werden Pflanzenextrakte, Hydrolate oder ätherische Öle in einer angenehmen Form auf die Haut gebracht. Sie entfalten dort rasch ihre Wirkung und verbreiten ein wohlige Gefühl im ganzen Körper.
- Die Rose z.B. wirkt besänftigend und stimmungserhellend in stressigen Zeiten, Zitrusdüfte sind klärend und konzentrationsfördernd, Schafgarbe löst Bauchkrämpfe, die Fichte tröstet und gibt Halt in schwierigen Situationen und der Lavendel verhilft zu einem erholsamen Schlaf, u.a.m.
- Sie erfahren in diesem Workshop wie Sie Wickel und Kompressen einfach anwenden. Sie lernen viele Einsatzgebiete von ätherischen Ölen, Hydrolaten und Frischpflanzentüchlein bei Frauenbeschwerden und für Mutter und Kind, rund um die Geburt, kennen.
- Referentinnen** Rahel Domenig, Naturheilpraktikerin, Dipl. Pflegefachfrau, Pharmaassistentin, Kirch-
lindach
Annina Both, Dipl. Pflegefachfrau, Fachfrau Wickel & Kompressen, Kirch-
lindach
- Ort** Hotel Ambassador & Spa, Seftigenstrasse 99, Bern
- Dauer** 19.30 – 21.00 Uhr
- Kosten** kostenfrei