

# Mit Düften die Seele pflegen – Aromatherapie Wissen für Hebammen

## Von der Wochenbettdepression zum Emotions-Karussell

### Lernziele

«Ich habe mir das alles viel leichter vorgestellt ...». Seelische Löcher, Dauer-Müdigkeit, Überforderung: All dies kann «frisch gebackene» Mütter aus dem Lot bringen. Dann kommen oft noch Schuldgefühle und Minderwertigkeitsprobleme an die Oberfläche. Mit dem Wissen zur Aromatherapie können Sie die Frau behutsam begleiten. Ätherische Öle können trösten, stabilisieren, aufrichten. Ein «Zauber-Hydrolat» kann mehr Energie freisetzen.

### Inhalt

Ein bisschen Chemie: Wie manche Inhaltsstoffe von ätherischen Ölen die menschlichen Neurotransmitter auf Hochtouren bringen • Öle mit nachgewiesenen Serotonin-, Dopamin- und Oxytocin-Wirkungen • Schlafprobleme • Ängste, Unruhe, Überbesorgt-Sein • Dufte Unterstützung bei seelischen Disbalancen im Wochenbett und in der Familie • Die Nase ist der Boss – die passenden Duftbegleiter finden • Narben pflegen (Körper & Seele) • Haut straffen, sich schön und weiblich fühlen • Der Espresso der Aromatherapie • Pflanzenöle – Nahrung für Haut und Körper • Stille Geburt und ihre Folgen • Oxytocin & ätherische Öle – stark gegen Schmerzen und Balsam für die Seele

### Methodik/Didaktik

Referat, Diskussion, Praktische Übungen

Teilnahmevoraussetzung: Basisseminar Aromapflege/Aromatherapie bei ViVere Aromapflege [www.vivere-aromapflege.de](http://www.vivere-aromapflege.de)

### Zielgruppe

Hebammen, Pflegefachpersonen, Ärztinnen/Ärzte

### Dozierende

Sabrina Herber, Aromaexpertin für Pflege- und Heilberufe, Dozentin und Autorin

### Datum, Kursort

Mo, 9. September 2024, online  
(europäische Plattform ClickMeeting)

### Kurszeiten

9–12 / 13.30–16.30 Uhr

### Anzahl Teilnehmende

Mindestens 13, maximal 25

### Log-Punkte

6

### Kurskosten (inkl. Duftbox mit Materialien)

Mitglieder CHF 290.–  
Nichtmitglieder CHF 400.–

### Anmeldeschluss

19. August 2024

ONLINE

