



Tagesseminar – Heilpflanzen in der Schwangerschaft

Datum: Donnerstag, 11.06.2026
Zeit: 09:00 bis 17.00 Uhr
Ort: Kapuzinerkloster Wesemlin, Luzern
Raum Rivotorto

Inhalt:

Übelkeit und Erbrechen, Schwindel, Wadenkrämpfe, Schlaflosigkeit oder Sodbrennen, u.v.m. – Beschwerden in der Schwangerschaft können häufig auftreten und vielfältig ausfallen. Viele gängige Arzneimittel dürfen zum Schutz des Ungeborenen jedoch nicht eingenommen werden. Heilpflanzen können hier eine willkommene natürliche Alternative sein.

In diesem Seminar werden die Grundlagen der Pflanzenheilkunde vermittelt. Es wird aufgezeigt, welche Pflanzen bei typischen Schwangerschaftsbeschwerden eingesetzt werden und welche einfachen alltagstauglichen Anwendungen Schwangere in dieser sensiblen Zeit unterstützen können. Die Theorie wird mit der Praxis vertieft: direkt vor Ort wird pro Trimester ein eigenes Produkt hergestellt.

- Gründliche Einführung in die Pflanzenheilkunde (inkl. Basisrezepte und Dosierungshinweise)
- Umfangreiches Skript mit vielen alltagstauglichen Rezepten für jedes Trimester der Schwangerschaft
- Ausgewählte Heilpflanzen-Monographien für jedes Trimester
- Führung im Heilpflanzengarten
- Drei eigene Produkte (Aromaroller, Schwangerschaftsöl, Venenspray)
- Pausenverpflegung am Morgen und am Nachmittag

Voraussetzung: keine

Referentin: Isabelle Duner von HERBELLE - wilde Kräuterkraft
zert. Heilpflanzenfachfrau HPZS
Expertin für ganzheitliche Frauengesundheit AKN

Kosten: Für SHV-Mitglieder*Innen 270.- CHF
Für Nicht-Mitglieder*Innen 330.- CHF
Kosten inkl. Skript; e-Log zertifiziert

Anmeldeschluss: 14.05.2026 (4 Wochen vor Veranstaltungsdatum)

Teilnehmerzahl: min. 6 Teilnehmer*innen
max. 9 Teilnehmer*innen

Annulationsbedingungen:

- Bis 1 Monat vor Kursbeginn, 15% der Kurskosten
- Bis 10 Tage vor Kursbeginn, 50% der Kurskosten
- Später oder bei Nichterscheinen, 100% der Kurskosten
- Wenn ein Ersatz gefunden wird, für den administrativen Mehraufwand 10% oder max. CHF 50.-

Organisation: SHV Sektion Zentralschweiz, Ressort Weiterbildung, Iris Schwarzentruher

Anmeldung: über e-Log-Portal