

# WORKSHOP

## ÄTHERISCHE ÖLE UND HYDROLATE FÜR EINE ENTSPANNT WINTERZEIT



FR, 18. Oktober 2019 von 18.30-ca. 21.00 Uhr

Ort: Gemeinschaftspraxis für Physiotherapie und energetische Körperarbeit |

Weißengasse 78, 1210 Wien

Referentin: Lisa Dirnbacher

### THEMEN:

- Einführung in die Welt der ätherischen Öle und Pflanzenwässer
- Entspannende ätherische Öle und Pflanzenwässer im Überblick
- Praktische Anwendungsbeispiele: Welche Kräuter und Öle dienen meiner Entspannung?

### Was wir gemeinsam herstellen:

1x entspannendes Roll-on (10 ml) • 1x Wohlfühl-Körperöl (30 ml)



Ätherische Öle sind kostbare duftende Vielstoffgemische, die durch die Nase in unser Gehirn, genauer gesagt in das limbische System, gelangen und so unsere Gefühle beeinflussen. Auf der seelischen Ebene bringen viele der duftenden Öle Entspannung, hellen unsere Stimmung auf und reduzieren Stresssymptome. Auch Hydrolate – Pflanzenwässer, die mittels Destillation gewonnen werden – bieten vielfältige Möglichkeiten, um das seelische Gleichgewicht zu stärken. Nach einer kurzen Einführung in die Welt der Düfte werden ausgewählte ätherische Öle und Hydrolate vorgestellt. Praktische Anwendungsbeispiele runden den Workshop ab.

### Anmeldung & Teilnahmegebühr

Im Preis enthalten: Arbeitsmaterialien, Skriptum, Notizheft, Pausensnacks und Getränke

Eine Teilnahmegebühr von 80 Euro, inkl. MwSt. kann vor Ort bezahlt werden.

Für Kneippbund-Mitglieder gibt es eine ermäßigte Teilnahmegebühr von 72 Euro.

Anmeldungen telefonisch unter 0664 227 07 10 oder per Email unter [praxis@feinfuehlen.at](mailto:praxis@feinfuehlen.at)