



Immunstark durch den Winter

Workshop zum Thema ätherische Öle, Hydrolate, fette Pflanzenöle als Helfer in dieser Jahreszeit mit Romana Auer (DGKP, ärztl. geprüfte Aromatologin)

Besonders in der kalten Jahreszeit streikt das Immunsystem immer mal wieder. Wir sollten unseren Körper stärken, um uns gegen Keime in der Erkältungszeit zu schützen. Viele denken bei ätherischen Ölen zuerst an Duftöle für die Wohnung. Dabei steckt so viel mehr in diesen Düften. Vor allem in der kalt-nassen Jahreszeit können ätherische Öle, Hydrolate und fette Pflanzenöle wahre Wundermittel sein und sich positiv auf das Abwehrsystem auswirken, indem sie die Selbstheilungskräfte des Körpers unterstützen.

Inhalte: Was sind ätherische Öle, Hydrolate, fette Pflanzenöle? Welche Anwendungsmöglichkeiten gibt es? Welche helfen uns unser Immunsystem zu stärken? Gemeinsam werden wir ein Immunstärkendes Öl, einen „stressless“ Roll-On, einen Majoranbalsam und weitere tolle Produkte aus natürlichen Rohstoffen herstellen.

Termine: Donnerstag, 21.11.2019 von 19 bis 22 Uhr oder Freitag, 22.11.2019 von 9 bis 12 Uhr

Ort: Pfarrheim Stephanshart, Dorfplatz 3, 3321 Stephanshart

Kosten: € 35,-- (exkl. Materialkosten)

Anmeldung: Romana Auer T: 0650/4400745 bis spätestens 11.11.2019, begrenzte Teilnehmeranzahl!

Die Gesunde Gemeinde Ardagger freut sich auf Ihre Teilnahme!

