

## Wickel und Kompressen – Inspirationen für den Alltag



Foto: Ursula Häne

### Schwerpunkt

Vielseitig einsetzbare Wickel und Kompressen als „Blitzanwendungen“ für den privaten und beruflichen Alltag kennen und umsetzen lernen.

### Inhalt des Kurses

**Teil 1:** Einfach umsetzbare Wickel und Kompressen und Neukreationen aus den Temperaturbereichen heiss, temperiert und kalt.

Angenehm warme, duftende und erfrischende Anwendungen. Grundlagen, Wirkungsprinzip und Kontraindikationen. Üben von verschiedenen Fixationsmöglichkeiten und Geniessen der Anwendungen.

**Teil 2:** Auswertung von Erfahrungen. Weiterführende Themen wie Wickel und Kompressen zur Gesundheitsförderung und Einblick in eine hautreizende Anwendung.

### Gezeigt werden

Wickel und Kompressen zur Entspannung, bei Stress und Nervosität und zur Unterstützung bei gesundheitlichen Störungen wie Muskelverspannungen, Erkältung etc.

### Zielpublikum

Privatpersonen, Pflegefachpersonen

### Wann

Teil 1 Grundlagen: 10. November 2019, 09.00 – 17.00 Uhr

Teil 2 Aufbau-seminar: 02. Februar 2020, 09.00 – 17.00 Uhr

### Wo:

Erlengut, 8703 Erlenbach / 20 Min. ab Zürich HB

### Kurskosten inkl. Material und Kursunterlagen

Teil 1 CHF 280.- / CHF 330.- für Nichtmitglieder, Materialkosten CHF 10.-

Teil 1 + 2 CHF 520.- / CHF 570.- für Nichtmitglieder, Materialkosten CHF 20.-

### Kursleitung

Vreni Brumm, Pflegefachfrau HF, Kneipptherapeutin, Buchautorin

[www.vrenibrumm.ch](http://www.vrenibrumm.ch)

### Anmeldung bis 28. August 2019:

Schweizer Kneippverband, Weissensteinstr. 35, 3007 Bern

031 372 45 43, [info@kneipp.ch](mailto:info@kneipp.ch)