



# Hormonregulation mit ätherischen Ölen auf Basis der 5 Säulen nach Kneipp – Online-Seminar

## Inhalt

Kopfschmerzen, Schweissausbrüche, hoher Blutdruck, Bauchschmerzen. All dies können Symptome sein, die unser Körper sendet, um uns auf ein hormonelles Ungleichgewicht hinzuweisen. Unter Aromatherapie verstehen wir eine ganzheitliche Therapie, in welcher wir natürliche ätherische Öle anwenden. Ätherische Öle enthalten keine Hormone, sondern können regulierend auf bestimmte Hormone wirken.

## Lernziele

- Wissen, wie ätherische Öle im Körper wirken.
- Kennen der wichtigsten ätherischen Öle bei Stress, Allergien, Menstruationsbeschwerden und Zyklusbeschwerden und diese sicher anwenden können.
- Den Einsatz von Hydrolaten und Fetten Trägerölen in Bezug auf hormonelle Dysbalance kennen, sowie deren inneren und äusseren Anwendungsmöglichkeiten.

## Datum

Samstag, 13. April 2024, 19.00 Uhr, ca. 1 h, online

## Kursleitung

Mirjam Fischer-Zwyssig, Dipl. Aromatherapeutin Sela, Dipl. Pflegefachfrau HF, <https://www.duftwerke.ch/>

## Kurskosten für Mitglieder

CHF 20.- inkl. Handout

CHF 10.- Zuschlag für Nicht-Mitglieder

## Auskunft/Anmeldung

Schweizer Kneippverband, CH-3000 Bern, 031 372 45 43, [info@kneipp.ch](mailto:info@kneipp.ch), [kneipp.ch](http://kneipp.ch)