

# Aromapflege für Einsteiger

natürlich pflegen mit ätherischen Ölen

## ZIELE DER WEITERBILDUNG

Einsteigen, ausprobieren, wohlfühlen!

Du möchtest wissen, wie Aromapflege wirkt, was ätherische Öle im Alltag leisten können und wie du sie sicher anwendest?

In diesem Workshop bekommst du das nötige Basiswissen – verständlich, praxisnah und mit vielen duftenden Aha-Erlebnissen.

## INHALT DER WEITERBILDUNG

- Was sind ätherische Öle – und wie wirken sie eigentlich?
- Wie dosiere ich sie richtig?
- Was passiert beim Riechen im Körper?
- Die ersten 5 Öle für die Hausapotheke: klein, stark, hilfreich
- Basisöle & fette Pflanzenöle – wichtige Träger mit Wirkung
- Praktische Rezepte & einfache Anwendungen für den Alltag
- Wie Aromapflege bei der ala eingesetzt wird – Einblick in die Praxis

Umsetzung:

- Praxis: Riechen, mischen, ausprobieren!
- Du stellst eigene kleine Anwendungen her
- Beispiele aus dem Arbeitsfeld bei der ala

## LEHRMETHODEN

- Hands-on: Öle riechen, spüren, mischen und anwenden
- Kreativ und praktisch: Eigene kleine Produkte herstellen
- Erfahrungsbasiert: Austausch in der Gruppe und Anwendungsideen aus dem Berufsalltag
- Mini-Impulse: Kurze Inputs statt langer Vorträge
- Skript & Rezeptideen für zu Hause inklusive



## MODALITÄTEN

Dauer: 8 Stunden

Format: Präsenzunterricht

Gruppe: 10 bis 15 Teilnehmer

Sprachen: LU

Kursleiter: Dominique WITTRICK

## ZIELGRUPPE

- Für alle, die einen Einstieg in die Aromapflege suchen – keine Vorkenntnisse nötig.

## KONTAKT

Association Luxembourg Alzheimer  
Abteilung für Fort- und  
Weiterbildung  
[formation@alzheimer.lu](mailto:formation@alzheimer.lu)  
+352 26 007 - 255

