

Aktivierung der Selbstheilungskräfte

Der Tag beinhaltet ein Potpourri verschiedenster, leicht umsetzbarer Möglichkeiten, die zur Förderung & Erhaltung deines körperlichen und geistigen Wohlbefindens beitragen.



Was beinhaltet der Seminartag „Die Aktivierung der Selbstheilungskräfte“?

- Pflanzenbotschaften durch ätherische Öle und ihr Einfluss auf unser Immun- und Nervensystem
- Chakren und ihre Bedeutung, Möglichkeiten zum Harmonisieren und Ausgleichen
- unterstützende Maßnahmen zur Förderung und Erhalt der Gesundheit
 - Leberwickel, Aromamassagen, Meersalz -Bäder und -Peeling
 - Hydrolate (Pflanzenwässer) zur kurmäßigen Einnahme
 - die Vorteile nativer Pflanzenöle auf der Haut und in der Aromaküche
 - Besonderheiten von naturbelassenem Salz sowie von gesunder Süße

Was sind die Besonderheiten dieses Tages?

- welche Aufgaben hat unser Immunsystem und wie kann es gestärkt werden?
- welche Auswirkungen haben Entzündungen in unserem Körper und wie können sie reduziert werden?
- Ängste abbauen – welche Möglichkeiten stehen dir zur Verfügung
- Ungesunder Stress – die wertvolle Pflanzenkräfte in der Aromaküche und durch Aromaanwendungen nützen
- Möglichkeiten kennenlernen, um blockierte Energiebahnen wieder in Fluss zu bringen
- kennenlernen wertvoller Öle, welche Öle dürfen erhitzt werden? Was sind ihre Besonderheiten in der Aromaküche?

Welche praktischen Anwendungen lernst du kennen?

- Leberwickel
- Meersalzaromapeeling
- Übungen, um Energiebahnen in Fluss zu bringen
- Tönen der jeweiligen Chakren
- Die Aromaküche, Zubereitung und gemeinsames Essen
 - Salz- Öl Degustation
 - saisonale Salate mit Obst und Gemüse



Was kann dir der Tag bringen?

- erweitertes Wissen über viele Zusammenhänge in deinem Körper
- Ideen für leicht umsetzbare, gesundheitsfördernde Maßnahmen im Alltag
- eine Bewusstwerdung über die vielfältigen Wirkungen der Natur
- Erkenntnis wie wichtig es ist, tagtäglich etwas Gutes für sich zu tun
- Spaß am gemeinsamen Tun

Was kannst du mit nach Hause nehmen?

- Ausführliche Seminarunterlagen
- Viele Erkenntnisse ☺

Wann und wo findet der Workshop statt?

Seminarort:

Seminarhaus Fichtenwald
3033 Altlenzbach | Scheibenreitstr. Maiß 14

Termin:

Samstag 14. Nov. 2020

Zeit:

09.00 – 17.00 Uhr

Kosten:

€ 119,-

Seminarleiterin:

Regina Sauer, ärztlich geprüfte Aromapraktikerin AiDA

*Höre jeden Tag in dich hinein, damit du erfährst,
was deine innere Stimme dir sagen will.*

Patrice Jeancourt

