

wann? Sa., 21.02.2026, 10:00 - 13:00 Uhr
wo? VHS Kaarst-Korschenbroich,
Am Schulzentrum 18,
41564 Kaarst

Anmeldung: Tel: 02131 9639-45
E-Mail: anmeldung@vhs-kk.de

Himmlische Düfte - kleine Helfer in unserem Alltag - Aufbau-Workshop

Mischungen zum Aktivieren und Entspannen

In diesem Aufbau-Workshop werden wir Duftmischungen herstellen, die wir zur Massage, zum Einreiben oder als Raumspray benutzen können. Wir erarbeiten, was beim Mischen von ätherischen Ölen zu beachten ist, finden heraus, welche Öle besonders gut miteinander harmonieren und lernen unterschiedliche Anwendungsmöglichkeiten kennen. Dabei arbeiten wir mit ausgewählten ätherischen Ölen, die sich besonders gut für Neueinsteiger eignen. Im Workshop erstellen wir eine Aktiv-Mischung, die munter macht und die Konzentration fördert sowie eine Mischung, die beruhigend und schlaffördernd wirkt.

Kenntnisse aus dem Basis-Seminar sind wünschenswert.