



Verena Stalder-Müller

Erwachsenenbildnerin SVEB

Dipl. Aromaberaterin und

Dipl. Phytotherapeutin

Kurse und Workshops «Ätherische Öle»

April 2025 bis Januar 2026

«EINFACH VERA» steht für Weiterbildung mit Spass, Abwechslung und «einfach Tun». Kreativität, Kunst, Natur und Leben im Wechsel der Zeit.

Und bereit für ein Abenteuer, das alle Sinne anspricht?

Buchen Sie Ihren ganz speziellen Tag unter

verabotanica@einfachvera.ch

Kurslokal: St. Gallerstrasse 15

1. Stock

8353 Elgg

Tel. 079 642 39 60 (wenn Türe geschlossen bitte anrufen)

VERABOTANICA



Kurse/Workshops mit ätherischen Ölen

Sa 26. April 2025 je 9.00 – 17.00 Uhr

«Salben und Öle»

Wir lernen «fette Öle», und ihre Wirkung auf Haut und Organismus, besser kennen und stellen einen Warmauszug (Mazerat) her, damit rühren wir einen Balsam, ganz auf die Bedürfnisse der Teilnehmer abgestimmt. Dazu wählen wir passende pflegende Öle und eventuell ätherische Öle aus.

Mo 2. Juni 2025 je 19.00 – 22.00 Uhr oder

Mi 15. Oktober 2025 je 19.00 – 22.00 Uhr

Qualitätsmerkmale bei ätherischen Ölen

Man liest und hört so viel Widersprüchliches in Bezug auf ätherische Öle. Da wird lauthals mit Prüfsiegeln geworben und es werden Firmen, die schon lange Jahre in Europa auf dem Markt sind diskreditiert. Wir schauen da näher hin.

Fr 27. Juni 2025, 19.00 – 22.00 Uhr

«Insektenabwehr»

Mit Hilfe von ätherischen Ölen und Pflanzenauszügen stechende «Lästlinge» fernhalten.

Sa 5. Juli 2025, 9.00 – 17.00 Uhr oder

So 6. Juli 2025, 9.00 – 17.00 Uhr

«Kühlung und Hautpflege im Sommer»

Pflanzenwässer-Hydrolate-, Körpersprays und pflegendes Après Soleil selbst herstellen.

Fr 3. Oktober 2025, 19.00 – 22.00 Uhr
Schlaf(-Störungen)

Was raubt uns den Schlaf? Weshalb schlafen wir nicht (mehr) durch? Was lässt uns nicht einschlafen? Und was können wir dagegen tun?

Mo 20. Oktober 2025, 19.00 – 22.00 Uhr
Sichere Anwendungen von äth. Ölen

Wie dosiere ich die ätherischen Öle? Worauf muss ich achten? Was steckt in einem Tropfen äth. Öl?

Mo 27. Oktober 2025, 19.00 – 22.00 Uhr
Chemotypen? Welchen Einfluss haben sie?

Wir besprechen die Unterschiede der Chemotypen anhand vom ätherischen Öl «Rosmarin».

Sa 8. November 2025, 9.00 – 17.00 Uhr
«Hautschutz im Winter»

Wie schützt man die Haut im Winter vor Kälte, Austrocknen und Rissen. Wertvolle fette Öle, ätherische Öle, Mazerate und andere Wirkstoffe kennen- und anwenden lernen. Gelegenheit die am 31. August hergestellten Mazerate und Tinkturen anzuwenden.

Sa 15. November 2025, 9.00 – 17.00 Uhr
«Düfte beeinflussen und manipulieren uns»

Die Nase können wir nicht belügen. Mit jedem Duft ist unweigerlich eine Emotion verbunden. Lassen sie sich darauf ein?!

So 7. Dezember 2025, 9.00 – 17.00 Uhr
«Geschenke aus der Naturapotheke»

Salben, Öle, Tee und vieles mehr stellen wir her und verpacken die Geschenke gleich passend.

Sa 13. Dezember 2025, 9.00 – 17.00 Uhr

«Der Duft von Weihnachten»

Welche Düfte verbinden wir mit Weihnachten und was bewirken sie in uns. Ein Tag um sich verwöhnen zu lassen und die letzten Tage vor Weihnachten zu genießen.

Sa 10. Januar 2026, 9.00 – 17.00 Uhr

«Ätherische Öle die Viren vertreiben»

Welche ätherischen Öle eignen sich, wie wendet man sie an, worauf muss man dabei achten.

Sa 17. Januar 2026, 9.00 – 17.00 Uhr

«Mit ätherischen Ölen gegen den Winterblues»

Welche Düfte eignen sich, wie wendet man sie an, worauf muss man dabei achten. Natürlich probieren wir es auch gleich aus.

Kurskosten:

ganzer Tag	Fr. 180.—
Abend	Fr. 75.—

Im Kurspreis inbegriffen sind Getränke, Snacks und Kursunterlagen.

Zusätzlich verrechnet werden:

Materialkosten je nach Aufwand

Mittagspause bei Tagekursen ca. 1 Stunde. Essen mitbringen, liefern lassen oder direkt in einem der Restaurants einnehmen.

Kurse werden durchgeführt, wenn mindestens 3 Teilnehmer definitiv angemeldet sind.

Ein detailliertes Kursprogramm erhalten Sie nach Anmeldung / Einzahlung der Kurskosten per Mail.

Anmeldung: (Bitte gewünschte Kurse ankreuzen)

<input type="checkbox"/> Sa 26.4.2025	Salben und Öle	Fr. 180.-
<input type="checkbox"/> Mo 2.6.2025	Qualität äth. Öle	Fr. 75.-
<input type="checkbox"/> Fr 27.6.2025	Insektenabwehr	Fr. 75.-
<input type="checkbox"/> Sa 5.7.2025	Kühlung und Hautpflege im Sommer	Fr. 180.-
<input type="checkbox"/> So 6.7.2025	Kühlung und Hautpflege im Sommer	Fr. 180.-
<input type="checkbox"/> Fr 3.10.2025	Schlaf(-Störungen)	Fr. 75.-
<input type="checkbox"/> Mi 15.10.2025	Qualität äth. Öle	Fr. 75.-
<input type="checkbox"/> Mo 20.10.2025	Sichere Anwendung von äth. Ölen	Fr. 75.-
<input type="checkbox"/> Mo 27.10.2025	Chemotypen?	Fr. 75.-
<input type="checkbox"/> Sa 8.11.2025	Hautschutz im Winter	Fr. 180.-
<input type="checkbox"/> Sa 15.11.2025	Düfte beeinflussen / manipulieren	Fr. 180.-
<input type="checkbox"/> So 7.12.2025	Geschenke aus der Naturapotheke	Fr. 180.-
<input type="checkbox"/> Sa 13.12.2025	«Der Duft von Weihnachten»	Fr. 180.-
<input type="checkbox"/> Sa 10.1.2026	Äth. Öle gegen Viren	Fr. 180.-
<input type="checkbox"/> Sa 17.1.2026	Äth. Öle gegen den Winterblues	Fr. 180.-

Vorname: _____

Name: _____

Strasse: _____

PLZ / Ort: _____

Telefon: _____

Mail: _____

Kursanmeldungen* bis 8 Tage vor Kursbeginn

***Vorauszahlung bis 5 Tage vor Kursbeginn**

Bei Abmeldungen** / Nichterscheinen wird 50% des Kurspreises in Rechnung gestellt.

**** 5 Tage oder weniger vor Kursbeginn → Ausnahme bei Krankheit (Arztzeugnis) erhalten sie den ganzen Kurspreis zurück.**

Ich möchte gerne einen **Newsletter** erhalten / **per Mail** über **Neuerungen** informiert werden.