Onlineseminar: Hausapotheke mit ätherischen Ölen

Ätherische Öle faszinieren durch ihre vielfältigen Einsatzmöglichkeiten und können das Wohlbefinden im Alltag auf natürliche Weise bereichern. Dieser Kurs vermittelt die Grundlagen der Aromaanwendung und zeigt, wie hochwertige ätherische Öle bewusst, sicher und alltagstauglich eingesetzt werden können.

Im Fokus stehen ätherische Öle, die sich besonders für die Herbst- und Winterzeit eignen. Vorgestellt werden deren Eigenschaften, Verwendungsmöglichkeiten und die Wirkung auf Atmosphäre und Wohlbefinden. Ergänzend dazu gibt es einen Überblick über bewährte Basisöle, die sich für unterschiedliche Anwendungen im Familienalltag eignen.

Praxisnahe Beispiele zeigen, wie ätherische Öle im eigenen Zuhause genutzt werden können – ob im Diffuser, als Roll-on, Raumspray oder in selbst hergestellten Wohlfühlprodukten. Einfache DIY-Rezepte laden zum Ausprobieren und Nachmachen ein.

Ein weiterer Schwerpunkt liegt auf der sicheren und verantwortungsvollen Anwendung. Behandelt werden wichtige Grundlagen zu Dosierung, Aufbewahrung und Sicherheit, damit ätherische Öle fachgerecht und mit gutem Gefühl verwendet werden können.

Der Kurs bietet wertvolles Wissen, praktische Anwendungsideen und zahlreiche Anregungen, um ätherische Öle unkompliziert in die tägliche Routine zu integrieren und das Zuhause auf natürliche Weise mit Düften und Wohlbefinden zu bereichern.

© 2026 - lfi.at

Information

Kursdauer:	1,8 Einheiten
Kursbeitrag:	39,00 € Kursgebühr
Fachbereich:	Gesundheit und Ernährung, Natur und Garten
Zielgruppe:	Dieser Kurs richtet sich an alle, die ätherische Öle kennenlernen und diese sicher und bewusst in ihren Familienalltag integrieren möchten. Keine Vorkenntnisse erforderlich.

Verfügbare Termine