

A2515552 Ätherische Öle - natürliche Helfer in stressigen Situationen (DiDi)

Beginn Dienstag, 08.04.2025, 18:00 - 19:30 Uhr

Kursgebühr 5,00 €

Dauer 1 Termin

Kursleitung Elena Pick

Kursort , ,

Ätherische Öle sind hochwirksame, flüchtige, aromatische Substanzen, gewonnen aus natürlichen Heilpflanzen. Sie geben uns die Möglichkeit uns in einem natürlicheren Lebensstil und mehr Selbstfürsorge zu unterstützen und so mehr Selbstwirksamkeit zu erfahren. Richtig angewendet können ätherische Öle außerdem unser Stresserleben reduzieren und einen achtsameren Alltag fördern. In diesem Vortrag werden folgende Punkte besprochen:

Was sind ätherische Öle?

Wie kann ich sie anwenden?

Wo liegen die Qualitätsunterschiede und worauf sollte ich achten?

Wie können ätherische Öle mich in meiner Gesundheit, die Gesundheit meiner Familie und in meinem Stressempfinden unterstützen?

HINWEIS: Bei dieser Veranstaltung handelt es sich um ein Online-Angebot der VHS Oberberg in Zusammenarbeit mit der VHS Halle/Saale mit entsprechender Verlinkung und eventuell erforderlichen Installationen. Die VHS Oberberg übernimmt keine Garantie oder Verantwortung für die Inhalte externer Links und die Verwendung personenbezogener Daten und weist auf abweichende Datenschutzrichtlinien hin.

Für die Teilnahme muss bei Ihrer Anmeldung eine funktionierende E-Mail-Adresse angegeben werden, der Link zum Kurs ist in der Anmeldebestätigung enthalten.

Zur Teilnahme an dieser Online-Veranstaltung benötigen Sie lediglich ein internetfähiges Endgerät (PC, Laptop, Tablet o. Ä.) inkl. Lautsprecher oder Kopfhörer und eine ausreichend starke Internetverbindung.

Termine

Datum	Uhrzeit	Ort
08.04.2025	18:00 - 19:30 Uhr	Zentrale, Online