

Veranstaltungen der Gesunden Gemeinde Alkoven

Kräutersalben selbst herstellen

Termin: Donnerstag, 16.03.2023, 18:00 - 21:00 Uhr
Ort: Winkeln 13, 4072 Alkoven
Kosten: € 35,--



Anmeldung und Infos: Sonja Zauner, 0660/7371687, zauner1406@a1.net

Eine selbsthergestellte Ringelblumensalbe ist vielseitig einsetzbar. Z.B. bei Hautabschürfungen und Ekzemen. Sie fördert die Wundheilung und tut unserer Haut gut. Der Lippenpflegestift pflegt die Lippen und hält sie auch in der kalten Jahreszeit schön geschützt. Engelwurz und Fichtenharz sind wertvolle Bestandteile unseres Hustenbalsams, die enthaltenen ätherischen Öle erleichtern das Durchatmen und wirken schleimlösend.

- Ringelblumensalbe
- Lippenpflegestift
- Hustenbalsam/Erkältungsbalsam (auch für Kinder geeignet)

Barfußschuhe

Termin: Dienstag, 28.03.2023, ganztägig
Ort: Pfarrsaal Alkoven, Kirchenstraße 13, 4072 Alkoven

Anmeldung und Infos: Catharina Rocchi, 0650/4110245

Was genau sind Barfußschuhe? Sind das diese komischen Zehensocken oder muss man die Barfuß tragen??

Nein, Barfußschuhe gibt es bereits in super vielen unterschiedlichen Formen und Größen und sie unterscheiden sich optisch kaum mehr von konventionellen Schuhen. Barfußschuhe, sind dazu gedacht, ein natürliches Fußgefühl zu unterstützen. Sie haben eine breite Zehenbox, eine super flexible Sohle ohne Absatz und ohne Sprengung und sind meistens auch super leicht. Außerdem unterstützen sie den Fuß darin, selber aktiv zu sein und betten ihn nicht in ein gemütliches Fußbett! Dies fördert das ständige Training der Fußmuskulatur.

Professionelles Vermessen der Füße mit Kompetenter Beratung zu dem richtigen Schuh, Schuhe probieren, gustieren...

Schuhgrößen von 19 – 45 (Gr. 48 auf Anfrage)

23 verschiedene Marken: z.B. Affenzahn, Aigle, Ahinsa, BLifestyle uvm...)

Naturheilkunde in der Altenpflege

Termin: Donnerstag, 13.04.2023, 18:00 - 21:00 Uhr
Ort: Winkeln 13, 4072 Alkoven
Kosten: € 15,--
Anmeldung und Infos: Sonja Zauner, 0660/7371687, zauner1406@a1.net



Einsatzmöglichkeiten von ätherischen Ölen und Hydrolaten in der Altenpflege. Herstellung von Massageölen zur Schmerzlinderung. Creme zur Pflege von trockener und empfindlicher Haut. Unterstützung durch natürliche Pflanzenkraft bei der Heilung und Pflege von älteren Menschen. Entlastungsangebote für Pflegenden Angehörige.

Frühjahrskräuter wirksam anwenden - Kräuterwanderung

Termin: Donnerstag, 04.05.2023, 18:00 - 21:00 Uhr
Ort: Winkeln 13, 4072 Alkoven
Kosten: € 35,--
Anmeldung und Infos: Sonja Zauner, 0660/7371687, zauner1406@a1.net



Kurzportrait der wichtigsten heimischen Wildkräuter und deren Anwendungsmöglichkeiten. Was gibt es zu beachten, bei der Wildsammlung von Kräutern? Kräuterwanderung mit Pflanzenbestimmung und Verarbeitung der gesammelten Kräuter.

- Herstellung der 9-Kräuter Suppe
 - Frühlingskräuteraufstrich
 - Giersch Limonade
 - Ausgleichende Gesichtscreme mit Schafgarbe
-

Die wunderbare Welt der Seifen – Seifensieden

Termin: Donnerstag, 01.06.2023, 18:00 - 21:00 Uhr
Ort: Winkeln 13, 4072 Alkoven
Kosten: € 35,--
Anmeldung und Infos: Sonja Zauner, 0660/7371687, zauner1406@a1.net



Wir produzieren gemeinsam Naturseifen für die Pflege des ganzen Körpers inkl. Haare. Naturseifen pflegen sanft und trocknen die Haut nicht aus, da sie mit hochwertigen Pflanzenölen hergestellt werden. Naturseifen eignen sich besonders für belastete und empfindliche Haut und Haare. Es kommen nur hochwertige Pflanzenöle, Kräuter und Naturfarben zum Einsatz als auch ätherische Öle, welche für ein angenehmes Dufferlebnis sorgen.

Ein kreatives Hobby mit Suchtfaktor.

Weitere Infos erhalten Sie auch bei der Gemeinde Alkoven (Bürgerservice – Frau Reitstätter, Tel.Nr. 07274/8000-16), wo auch Ihre Anmeldungen gerne entgegengenommen und weitergeleitet werden.