

17. November 2025

Aromamassage bei Erschöpfungs- syndrom

Immer häufiger hören wir Begriffe wie «Burn-out», «Fatigue» oder «Erschöpfungsdepression». Betroffene haben nicht selten eine Odyssee hinter sich und leiden unter Schlafstörungen, Unruhe, Konzentrationsstörungen und anderen Symptomen. Die Aromatherapie bietet einen sanften und wohltuenden Weg, um Leiden zu lindern, sich wieder wohler zu fühlen und (neue) Auswege aus der Erschöpfung zu sehen.



Kursinhalt

- Zwischen Stress und «Seele baumeln lassen»
- Ausdrucksformen, Ursachen und Wege aus der Erschöpfung
- Grundlagen der Aromatherapie
- Ausgewählte Basis und ätherische Öle für Körper, Seele und Geist
- Kreieren einer eigenen Mischung
- Entspannende Aromamassage

Kursziel

Die Teilnehmenden

- wissen um die Ursachen und Ausdrucksformen emotionaler und physischer Erschöpfung
- kennen ausgewählte Basis- und ätherische Öle
- erfahren und erleben die Wirkung ätherischer Öle
- können die Aromamassage in ihren Praxisalltag integrieren

Dozentin

Christiane Ritzmann

Kursinfo

Theorie & Praxis

7 Kursstunden | max. 16 Teilnehmende

Material ist im Kurspreis inbegriffen

Voraussetzung

TherapeutIn mit medizinischem Wissen

📅 Montag, 17. November 2025

🕒 9.00 – 12.30 Uhr und 13.30 – 17.00 Uhr

📍 Schachenallee 29, 5000 Aarau

👤 vdms-asmm-Mitglieder CHF 205.00

👤 Nichtmitglieder CHF 295.00

👜 Mitbringen: Schreibmaterial