

## **Salben, Cremes, Zäpfchen und Gels**

In diesem Kurs stellen wir aus edlen Zutaten (Pflanzenölen, Pflanzenauszügen, Hydrolaten, Tinkturen, Wachsen, Kakaobutter, Lanolin, Xanthan) Salben, Cremes, Zäpfchen und Gels her.

Vor der Praxis lernen wir, worauf es bei der Wahl der passenden Pflanzenöle ankommt und lernen die Prinzipien der Fettsäuremuster zu verstehen.

Wir lernen den Unterschied von einer Salbe und einer Creme kennen und schauen uns an, wie die Haut aufgebaut ist.

Im Praxisteil starten wir ganz archaisch, und rühren über einer Kerze unsere eigene Heilsalbe. Dann gehen wir einen Schritt weiter und wagen uns an die "Kür" einer Emulsion. Wir erarbeiten eine eigene Rezeptur und mixen eine Hautcreme, nach unseren Bedürfnissen, die wir direkt Zuhause anwenden können.

Als i-Tüpfelchen streifen wir noch das Thema: Vaginalpflegezäpfchen die Gelherstellung.

Bei allem geht es darum, dass wir uns die Grundlagen erarbeiten, um nach und nach unsere eigene Naturkosmetik und Heilsalben für die Hausapotheke herzustellen.

Drei Produkte -Salbe, Cremes, Zäpfchen- dürfen mit nach Hause genommen werden.

## **Mittagessen**

Mittagessen (vegetarisch), mit Liebe zubereitet: Hauptgang/Salat/Dessert/Kaffee/Tee für 25 CHF. Wenn keine Abmeldung erfolgt gehen wir davon aus, dass das Mittagessen gebucht ist.

## **Übernachtung inkl. Bio-Zmorgä**

Je nach Kategorie 40-80 CHF <https://www.wildkraeuterschule.ch/zimmer>Für die Übernachtung bitte unbedingt mit Angabe des Zimmerwunsches anmelden unter: [kontakt@stefanieblau.com](mailto:kontakt@stefanieblau.com)

## **Kosten Gästeplatz:**

225,- CHF, inkl. ausführliche Kursunterlagen und 3 Produkten zum Mitnehmen

## **Kursleitung:**

[Stefanie Gross-blau](#). (Dipl. Kräuterpädagogin, Wildkräuterköchin, Ausbildungsleitung, Gründerin der Empowerment for Life Wildkräuterschule)