

Schätze der Natur.....



**Vor einem Jahr durfte ich die wundervollen aetherischen Öle von dōTERRA kennen und lieben lernen. Seither verwende ich sie mit grosser Begeisterung in meinem Alltag und in der Praxisarbeit. Von der Effektivität und ihrer Wirkung bin ich immer wieder fasziniert. Gleichzeitig habe ich mein Fachwissen auf dem Gebiet der Aromatherapie durch verschiedene Weiterbildungen vertieft. Lesen Sie mehr darüber, was diese Schätze der Natur auszeichnet, wie und wann sie angewendet werden und lernen Sie mein Angebot diesbezüglich in der Praxis kennen....**

**Geschichte:** Die Aromen spielen in den verschiedenen Kulturen bereits seit rund 3000 vor Christus eine wichtige Rolle. Neben Schönheitsanwendungen, zum Kochen oder bei religiösen Zeremonien wurden sie auch wegen ihrer medizinischen und therapeutischen Vorzüge eingesetzt. Vor allem in Frankreich wurde die Aromatherapie zur heutigen Therapieform weiter entwickelt.

**Was sind Aetherische Öle?** sie enthalten das Immunsystem der Pflanze und schützen die Pflanze gegen Fressfeinde, Krankheiten, Viren- und Bakterienbefall. Die Öle werden aus Blättern, Blüten, Samen, Rinde, Harz oder Wurzeln der Pflanze schonend gewonnen und sind hoch konzentriert, viel stärker als Kräuter - 1 Tropfen Pfefferminzöl entspricht 28 Tassen Pfefferminztee. Da sie sehr potent sind und schon 1 Tropfen viel bewirken kann, ist ein achtsamer Umgang wichtig!



#### Anwendungsarten der aetherischen Öle:

- **äusserlich:** Das Öl wird auf bestimmte Körperteile direkt oder mit einem Trägeröl aufgetragen. Achtung: nie ins Auge, Ohr oder auf offene Wunden geben!
- **aromatisch:** Das Inhalieren eines Öls kann die Stimmung beeinflussen, auf die Atemwege wirken oder die Luft von Viren reinigen.
- **innerlich:** Öle von therapeutischer Qualität und **bestimmten** Pflanzen dürfen innerlich eingenommen werden. Wichtig ist, sich dabei professionell beraten zu lassen!

#### Wann werden aetherische Öle eingesetzt?

Das **Einsatzgebiet ist sehr breit**, da es Öle von einer Vielzahl von Pflanzen gibt. Sie werden sowohl für physische wie auch für psychische Beschwerden eingesetzt. Verbreitet ist die Anwendung bei Schmerzen, Verdauungsbeschwerden, Atemwegserkrankungen, Schlafstörungen, Stress, in der Frauenheilkunde und zum emotionalen Ausgleich. Vielversprechend ist auch der Einsatz bei Kindern.

#### Was ist beim Kauf der aetherischen Öle zu beachten?

Beim Kauf sollten Sie auf 100% natürliche, aetherische Öle achten, die naturidentisch und rein sind. Gute Öle bekommen Sie in Drogerien, Apotheken, Bioläden oder **bei mir in der Praxis**.

\*\*\*\*\*

**Öl-Intro's in meiner Praxis:** Möchten Sie mehr über diese Schätze der Natur erfahren? Bei den regelmässig angebotenen Anlässen gebe ich Ihnen eine Einführung in die Welt der aetherischen Öle von dōTERRA. Möchten Sie **mehr darüber erfahren und reinschnuppern?** **an melden Sie sich rasch an**, denn die Platzzahl ist beschränkt. **Ich freue mich**, wenn Sie dabei sind und ich Sie mit diesen wundervollen Geschenken der Natur vertraut machen darf!

- Dienstag, 14. März 2023 um 18.30 Uhr bis ca. 20.30 Uhr
- Mittwoch, 29. März 2023 um 09.30 Uhr bis ca. 11.30 Uhr und
- Dienstag, 16. Mai 2023 um 18.30 Uhr bis ca. 20.30 Uhr

**Leiten Sie den Newsletter gerne an interessierte Freunde, Bekannte und Verwandte weiter.**

Nun wünsche ich Ihnen eine wunderschöne Frühlingzeit mit vielen neuen Düften und gute Gesundheit!

**Herzlichst - Ihre Carol Muchenberger**

**Naturheilpraxis Carol Muchenberger**

Florastrasse 42, Haus A  
8610 Uster  
076 417 17 58

**E-Mail Adresse:**

[info@carol-muchenberger.ch](mailto:info@carol-muchenberger.ch)