

20. Januar | 30. November 2023

## Wickel und Kompressen – eine Wohltat für Körper und Seele

Wickel sind einfach in der Anwendung und vielschichtig in der Wirkung – sie lindern Schmerzen und Beschwerden, regen die Selbstheilungskräfte an und fördern das Wohlbefinden. An diesem Kurstag tauchen Sie ein in die Welt der Wickel und profitieren von unserem Know-How als Naturheilpraktikerinnen, Pflegefachfrauen und Wickelanwenderinnen in Theorie und Praxis.



### Kursinhalt

- Wirkungen von Wickel und Kompressen
- Aufbau Wickel und Kompressen
- Geschichte der Wickel und Kompressen
- Wann braucht es warme Wickel, wann kalte Wickel
- Grenzen und Kontraindikationen
- Worauf muss geachtet werden bei der Anwendung von Wickel
- Materialien für die Wickelarbeit / eigene Wickelapotheke
- Anwendungen bei Erkältungskrankheiten, Fieber, Wunden und Verletzungen, für das Wohlbefinden, zur Vorbeugung und Stärkung, und viele mehr
- Wickelzusätze
- Naturheilkundliche Tipps

### Kursziel

Die Teilnehmenden

- kennen Anwendungen zu den verschiedenen Themen und können diese durchführen
- kennen Wirkungen, Indikationen und Kontraindikationen
- können einschätzen, wann ein Besuch beim Arzt, bei der Ärztin sinnvoll ist
- erleben an sich selbst einige Anwendungen
- fühlen sich sicher in der Durchführung von Wickel und Kompressen
- können sich eine Wickelapotheke zusammenstellen

### Dozentinnen

Rahel Domenig & Annina Both

### Kursinfo

Theorie & Praxis

7 Kursstunden | max. 16 Teilnehmer

Material im Kurspreis inbegriffen

### Voraussetzung

Interessierte Fachpersonen und Laien

📅 Freitag, 20. Januar 2023

📅 Donnerstag, 30. November 2023

🕒 9.00 – 12.30 Uhr und 13.30 – 17.00 Uhr

📍 Schachenallee 29, 5000 Aarau

👥 vdms-asmm-Mitglieder CHF 205.00

👥 Nichtmitglieder CHF 270.00

🛒 Mitbringen: Schreibmaterial, 2 Gaze-tücher, 2 Küchentücher, 1 Wärmflasche, 1 Thermosflasche, 1 Decke