

 **Naturheilkunde**

Aromatherapie – Grundlagen

Sie lernen im Seminar die wichtigsten ätherischen Öle in ihrer Duftcharakteristik und ihrem Anwendungsspektrum kennen, erlernen Gebrauch und Dosierung und erhalten viele nützliche Tipps für den Alltag.

Ätherische Öle sind stark duftende, leicht verdampfende Pflanzenextrakte. Ihre Molekularstruktur lässt sie über Haut, Schleimhaut, Atemluft oder innerliche Einnahme leicht in Blutkreislauf und Gewebe gelangen – mit mannigfaltigen Wirkungen, die seit Jahrhunderten eingesetzt werden.

Lehrinhalt:

- Sie lernen wichtige ätherische Öle nach ihrem Duft zu unterscheiden (Praktische Riechübungen)
- Auseinandersetzung mit über 50 verschiedenen Pflanzenmonographien (ätherische Öle)
- Spritzig frische Zitrusdüfte für mehr Aktivität und Aufmerksamkeit
- Harmonische Holz-, Harz- und Blütendüfte als Balsam für die Haut und Seele
- Anwendungs- und Einsatzbereiche von interessanten ätherischen Öle mit Augenmerk auf Kontraindikationen, Nebenwirkungen und Vorsichtsmassnahmen
- Lernen Sie diverse Hydrolate kennen und lieben um sie zu Hause oder in der Praxis einsetzen
- Fette Öle sind kostbare Grundlagen für den medizinischen/ kosmetischen Einsatz – Erfahren Sie Wissenswertes für Ihre Praxis

Workshop und Praxis

- Sie können bewährte Rezepturen für diverse Indikationen mischen und ausprobieren
- Sie gewinnen Sicherheit bei der Auswahl ätherischer Öle bei der Anwendung zu Hause oder in der Praxis
- Sie lernen differenziertes Dosieren nach Personengruppen und Beschwerden
- Sie besprechen Anwendungsmöglichkeiten für Nervosität, Schlaf, Anspannung, Stimmungsschwankungen in alle Lebenslagen
- Sie erhalten Unterstützung und Rezeptideen zum Thema Schmerzen im Bewegungsapparat
- Sie verknüpfen und erweitern das Gelernte mit häufigen Anwendungen aus der Phytotherapie

Das Seminar ist für alle Duftinteressierten und Therapeuten/innen ein wertvolles Werkzeug für Praxis und Alltag. Das Seminar kann als EMR Weiterbildung eingereicht werden.

Termine

Mo, 20.04.2026

09:00–17:00 Uhr

Mo, 27.04.2026

09:00–17:00 Uhr

[und 3 mehr](#)

Preis

1.200,00 CHF

Schule

Paracelsus Schule Zürich

Grünhaldenstrasse 6

8050 Zürich

Tel. +41 43 960 2000

Seminarnummer

SSH7092200426

Anmeldemöglichkeiten

- Bei jeder Akademie
- Per Fax: 0261–952 52 33
- Auf [unserer Webseite](#)



Irrtümer und Änderungen vorbehalten
Erstellt 25.12.2025

Dozentin

Jacqueline Göldi

Dipl. Naturheilpraktikerin TEN; EMR registriert; OdA Akkreditierte Mentorin M7; Erwachsenenbildnerin SVEB 1–3; CAS in Ethnobotanik und Ethnomedizin der Universität Zürich; PraxisSchwerpunkte: Phytotherapie, Gemmo- und Aromatherapie, Spagyrik, Bachblüten. Ernährung und Medizin; Fachtherapeutin Vitalstoffe und Orthomolekular-Medizin; Psychologie (Praxiserfahrung Psychiatrie, interkulturelle Begleitung), Institutionserfahrung Onkologie, Ausbildung in Feldbotanik. Engagierte Dozentin mit Freude am Einsatz verschiedener Unterrichtsformen zur Verknüpfung interdisziplinärer Lerninhalte.