

Wickel und Kompressen – Inspirationen für den Alltag

Ein Seminar für EinsteigerInnen und wickelerfahrene Personen.

Wickel und Kompressen sind wohltuend und entspannend. Mit wenig Aufwand sind sie im Alltag umzusetzen. „Blitzanwendungen“ eignen sich zum Auftanken und Regenerieren. Ausgewählte Wickel und Kompressen unterstützen bei gesundheitlichen Störungen wie Husten, Erkältung oder Muskelverspannungen.



Lassen Sie sich inspirieren!

Ziel

- Anwendungen kennen lernen die einfach zubereitet werden können.
- Verstehen der grundsätzlichen und der spezifischen Wirkungsweise.
- Kennen verschiedener Materialien und Fixationsmöglichkeiten.
- Zubereiten und erleben verschiedener Anwendungen.

Inhalt

- Wickel und Kompressen für das Wohlbefinden und bei gesundheitlichen Störungen.
- „Blitzkompressen“
- Wirkungsweise, Materialkunde, Fixationen
- Fachinputs, Demonstrationen, praktische Sequenzen, Erfahrungsaustausch

Datum

Samstag, 06. Dezember 2025 von 09.30 – 17.00 Uhr

Ort

Seminarraum, Dorfstrasse 7, 8703 Erlenbach/ ZH

Seminarkosten

Fr. 180.00 inkl. Kursunterlagen, Material und Zwischenverpflegung

Leitung

Vreni Brumm, Fachexpertin für Wickel und Kompressen, Buchautorin, www.vrenibrumm.ch

Anmeldefrist

17. November 2025

Anmeldung an

Vreni Brumm, Bildung und Beratung in der Gesundheitsförderung, Dorfstrasse 7, 8703 Erlenbach, Tel.: 044 910 07 88 vreni@brumm.ch

Geschäftsbedingungen

Die Anmeldung ist verbindlich und verpflichtet zur Bezahlung des Kursgeldes. Die Kosten entfallen, wenn eine Ersatzperson gestellt wird.

Sie erhalten eine Anmeldebestätigung mit Rechnung und weiteren Informationen.

Anmeldung per Mail vreni@brumm.ch