

Workshop winterkwalen en immuniteit

Hoe wapenen we ons tegen de winter?



Foto : Ann Oerlemans

De winter vraagt veel van ons lichaam en onze immuniteit. Etherische oliën zijn krachtig genoeg om allerlei kwaaltjes en ziekten te bestrijden en onze immuniteit op te bouwen.

In een gezellige sfeer gaan we aan de slag met verschillende oliën die onze immuniteit verhogen en ons beschermen tegen de winter. Je leert de oliën gebruiken en kennen.

We maken een keel-borstolie (10 ml) en een lekkere meillat (50 ml) die je nadien mee naar huis mag nemen.

De keel-borstolie versterkt je weerstand en gaat de bacteriën te lijf. De meillat is een honing met etherische oliën die je weerstand versterkt.

We drinken lekkere winterthee (met meillat) terwijl we genieten van een verwarmend voetbadje. Ondertussen krijg je nog tips om je goed te verzorgen tijdens de winter en een verkoudheid te lijf te gaan.

We werken in groepjes van max. 8 deelnemers

Waar:

bij Ann Oerlemans
Zand 43
2930 Brasschaat

Wanneer

Zondag 10 februari van 10 uur t.e.m. 12u30 of
Woensdag 20 februari van 19u30 t.e.m 22 uur

Hoe inschrijven:

Via E-mail: ann.oerlemans@skynet.be
telefonisch 0484-727.656 03/322.08.34

Prijs:

22 euro Via overschrijving naar BE06 0012 2636 3522 of op de cursus zelf.

Je krijgt hiervoor een zalig voetbadje, een kopje thee en een heerlijke versnapering
En je neemt 2 volwaardige producten mee naar huis.