

Seifen, Naturkosmetik, alles selbstgemacht!

Wir haben gelernt, wie wir Seifen, Salben und Naturkosmetik herstellen können. In den ersten Tagen schauten wir uns an, wie man Heilmittel herstellt und welche Wirkungen diese haben. Mit einem Dossier voller Rezepte konnten wir uns vorbereiten, um Fit in den Winter zu starten mit Produkten wie Hustensaft, Lippencreme für gesprungene Lippen und Balsam bei kalten Füßen. Weiter ging unser Kurs mit Salben, bei denen wir so viel rühren mussten, dass wir unser Arm nicht mehr gespürt haben. Die Produkte waren aber umso besser. Unter anderem haben wir Blackenbalsam, Ringelblumensalbe und Storchenschnabelcreme hergestellt. Diese haben alle eine heilende Wirkung und man kann sie gut im Alltag verwenden. In den letzten Tagen stellten wir Seife her. Anhand eines Dossiers konnten wir uns Wissen über Seifen aneignen und es später auch in der Praxis beweisen. Generell war es eine sehr intensive und lehrreiche Woche.

Marie Allenspach