



Verein für Körper- und  
Mehrfachbehinderte e. V. Hannover  
gegründet 1959



Verein für Körper- und Mehrfachbehinderte e. V.  
Ostergrube 2, 30559 Hannover

Hannover, den 18. Oktober 2013

## Seminar am Samstag - Termin: 09. November 2013

Thema: **„Ein Tag zum Wohlfühlen**, auf naturkundlicher Basis,  
mit „Lavendel & Co.  
Leitung: **Stephanie Möllmann**, Dipl.Pflegepädagogin

Hallo liebe Mitglieder unseres Vereins,

in diesem Seminar wollen wir uns einmal verwöhnen lassen, von **aromatischen Düften** und vielem Anderen. Anleitungen bekommen, das Verwöhnen zu Haus selbst zu gestalten. Frau Möllmann ist vielen von Ihnen bereits bekannt. Sie leitete die Arbeitsgruppe „Schmerz und Schmerzbewältigung aus Sicht der Pflege“, bei unserem Seminar im März 2011.

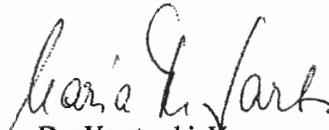
Damals wurde der Wunsch geäußert, ein Seminar mit Frau Möllmann zu gestalten. Diesmal mit dem Thema „Wohlfühlen, was kann ich für mich im Alltag tun“ .

Lassen Sie sich überraschen!

Tagungsort: **Tagesförderstätte der GIB, Hannover, Vahrenwalderstr. 190/192**  
Beginn: **10:30 Uhr** Pause mit kleinem Imbiss: **12:00-13:00Uhr**  
Ende: **16:00 Uhr**  
Teilnahmegebühr: Mitglieder € 5,00, Nichtmitglieder € 10,00.

Anmeldung bis zum 01. November 2013 an: **VKMB-Hannover e.V.**  
**Maria Th. Garbs, 30880 Laatzen**  
mth.garbs@arcor.de **05102/2526** **Bachstr.6**

Wir freuen uns auf Euch,

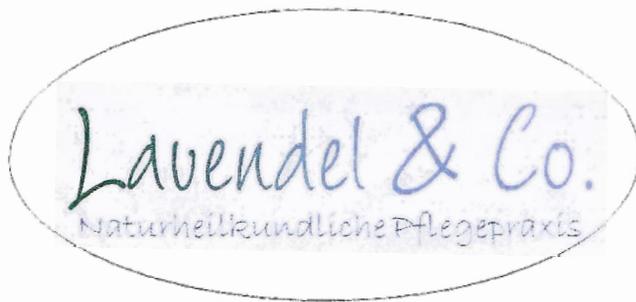
  
Der Vorstand i. V.

**Klaus Dickneite**  
Vorsitzender  
Tel./Fax: 0511 / 514951

**Horst-Peter Viergutz**  
Stellv. Vorsitzender  
Tel.: 0511 / 585742

**Commerzbank AG Hannover**  
IBAN: DE80 2504 0066 0334 6640 00  
BIC: COBADEFFXXX  
GI: DE83ZZZ00000796591

KTO: 334 664 000  
BLZ: 250 400 66



Naturheilkundliche Pflegepraxis  
Lavendel & Co.

Stephanie Möllmann

Alstedder Straße 23  
44534 Lünen

Telefon: (0 23 06) 91 03 460

Fax: (0 23 06) 91 03 461

Mail: [info@lavendel-co.de](mailto:info@lavendel-co.de)

## Individuelles Seminarangebot

Ansprechpartner: Frau Mari Th. Garbs  
Verein für Körper- und Mehrfachbehinderte e.V. Hannover

Thema: **Duft- und Kräuterwerkstatt**

### Inhalte

#### Ein wenig Theorie zu Beginn...

- ❖ Qualität der Kräuter und Öle, Haltbarkeit und Lagerung
- ❖ Bezugsquellen
- ❖ Literaturempfehlungen

#### Kräuter und ätherische Öle für die Winterzeit

- ❖ Raumspray gegen Erkältungsviren
- ❖ 3 Varianten für jeden Geschmack: Hustensaft selbstgemacht
- ❖ Badesalz & Badekiesel selbstgemacht: Fußbäder neu entdecken

#### Kräuter und ätherische Öle zum Entspannen und Wohlfühlen

- ❖ **Handmassage mit einem selbst hergestellten Massagebalsam**
- ❖ Entspannen mit feucht-heißen Kompressen
- ❖ **Augenkompressen mit Augentrost für müde Augen**
- ❖ Kräuterkissen zum Entspannen selbstgemacht

### Information für die Teilnehmer

#### Bitte mitbringen:

- ❖ ein normal großes und ein kleines Handtuch (Gästehandtuch)
- ❖ zwei kleine Gläser, z. B. Marmeladengläser
- ❖ eine Schüssel für ein Fußbad

