



Der Gemeinschaftsgarten lädt ein
zu einem **Workshop** über

Wohltuende Wickel und Auflagen

7. Februar 2026, 14.00 – 16.30 Uhr
im Chiletreff, Tösstalstrasse 90
8488 Turbenthal

Kursleitung: **Sylvia Mollet Walter**, pens.
Heilpraktikerin und Mitglied im Gartenteam

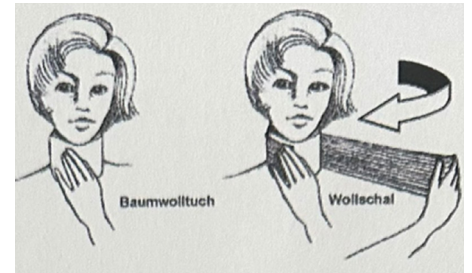
Anmeldung: bis 31.01.2026
siehe Rückseite oder QR-Code



Wohltuende Wickel und Auflagen

Ob Wickel, Kompresse oder Auflage – stets wird ein «Wirkstoff», sei es Wasser, Wärme, Öl oder ein Brei, in einem Tuch «verpackt», dem Körper aufgelegt und langsam über die Haut zugeführt.

Wickel – sie entspannen, regen an, lindern leichte Schmerzen und sind unterstützend zu anderen Therapien. Sie können auch vorbeugend oder bei ersten Anzeichen von Schmerzen eingesetzt werden.



In diesem Workshop erfahren Sie:

- Theoretische Grundlagen zu den Wickeln und Auflagen
- Wann werden heisse, wann kalte Wickel eingesetzt
- Wirkungsweise von Wickeln
- Material und Fixationsmöglichkeiten aus dem eigenen Haushalt
- Praktische Anleitungen von Wickeln und Kompressen

Sie nehmen viele Tipps und Unterlagen mit nach Hause

Kursleitung: Sylvia Mollet Walter, pens. Heilpraktikerin
und Mitglied im Garten-Team

Datum: **7. Februar 2026, 14.00 – 16.30 Uhr**

Kurskosten: 25.00 Franken

Kursort: Chiletreff, Tösstalstrasse 90, 8488 Turbenthal

Anmeldung bis 31. Januar 2026 bei:

Erna Brüngger, erna.bruengger@bluewin.ch, Tel. 078 841 72 61

Der Kurs wird durchgeführt bei mind. 5 Teilnehmenden

Organisation: Team des Gemeinschaftsgartens, der Ref. Kirche Turbenthal-Wila