

# Naturpflege achtsam erleben



Im Duftkreis dreht sich alles um die Aromatherapie und Kräuterheilkunde – von Beratungen über Kurse bis zum umfangreichen Shop mit Versand.

## Warmherzige Beratung

«Düfte können uns wunderbar unterstützen», sagt Naturheilpraktikerin und Aromatherapeutin Linda Flückiger aus Münchenbuchsee. «Sie begleiten uns und fangen uns auf – und sie können Nebenwirkungen von Medikamenten lindern.» In ihrer Praxis mischt sie ganz individuelle Seelendüfte, die das Potential haben, zum Lebensbegleiter zu werden. Bei der Beratung steht der ganze Mensch im Fokus. Häufig haben körperliche Probleme einen seelischen Hintergrund. Für Linda Flückiger ist es deshalb sehr wichtig, zu erfassen, woher die geschilderten Beschwerden genau kommen könnten. Eine erste Sitzung dauert etwa eine Stunde und liefert bereits viele wichtige Hinweise. «Düfte gehen direkt ins limbische System», sagt sie. «Sie sind mit unseren Emotionen und Gefühlen verbunden und schaffen so einen ganz neuen Zugang.» Gemeinsam mit ihren Klient\*innen sucht sie nach der passenden ätherischen Ölmischung, die als Körperspray, Creme,

Riechstift, Wickel oder als Badezusatz zum Einsatz kommen kann. Je nach Anliegen empfiehlt Linda Flückiger zusätzliche Behandlungen mit Kräuterheilmitteln, Bachblüten oder Schüsslersalzen.

## Lädeli und Webshop

Nebst der persönlichen Beratung bietet Linda Flückiger in ihrem Shop ein umfangreiches Produktesortiment an. Dazu gehören nebst ätherischen Ölen – von Bergamotte über Lavendel bis Zitrone – auch Bücher, Aromavernebler, Wickel und weitere Artikel, die für Wohlbefinden sorgen. Sämtliche im Lädeli in Münchenbuchsee erhältlichen Produkte können via Webshop auch direkt nach Hause bestellt werden.



Naturheilpraktikerin und Aromatherapeutin Linda Flückiger aus Münchenbuchsee

## DIY Naturheilsalben

An den ebenfalls neu erhältlichen Salben-Öfchen hat Linda Flückiger selber grosse Freude. Diese werden liebevoll in Handarbeit von einer Keramikerin in der Region gefertigt – jedes ist ein Einzelstück. Mit Salben-Öfchen können Salben, Lippenbalsame und warme Kräuterölauszüge hergestellt und Beschwerden wie Ekzeme, Gelenk- oder Muskelschmerzen gelindert werden. In einem Kurs für Einzelpersonen – zum Beispiel als persönliches Geschenk – oder für eine kleine Gruppe zeigt Linda Flückiger, wie das Salben-Öfchen zielbringend genutzt werden kann.

## Kurse für Kinder und Erwachsene

Linda Flückiger gibt ihr Wissen nicht nur in Tageskursen, sondern neu auch in Jahreskursen weiter. Die beiden Jahreskurse «Kräuter Kreis» und «Kräuter Heilkraft» begleiten die Kursteilnehmenden ein Jahr lang, circa einmal im Monat. Im «Kräuter Kreis» werden theoretische und praktische Grundkenntnisse zu Kräutern, ätherischen Ölen, Zubereitungstechniken für die Heilkunde sowie die Ernährung und vielen weiteren Aspekten des alten Heilwissens vermittelt. Die «Kräuter Heilkraft Jahresbegleitung» findet an zehn Kurstagen statt und beinhaltet spannende, praxisorientierte Kurstage, die sich an saisonalen Pflanzen orientieren. Anhand von Pflanzen und Botanik wird ein Basiswissen über Kräuter, ätherische Öle, grüne Kosmetik und andere damit verbundene Thematiken geschaffen. Beide Kurse haben das Ziel, die Kursteilnehmenden wie ein roter Faden durchs Jahr zu führen und eine starke, kraftspendende Verbindung zur Natur aufzubauen.

## Naturheilkunde als Gegenstimme

Das Bedürfnis, sich mit der Kraft der Natur auseinanderzusetzen, entstand bei Linda Flückiger bereits früh. In ihrer Arbeit als medizinische Praxisassistentin stellte sie fest, wie schnell Medikamente verschrieben werden. Sie machte sich auf die Suche nach alternativen Behandlungsmethoden und bildete sich in Naturheilkunde weiter. Als sie selber mit einer schweren Krankheit

## Eine naturheilkundliche Behandlung mit Aromatherapie empfiehlt sich zum Beispiel bei:

- Erkältungskrankheiten
- Schlafproblemen
- Ängsten
- Hochsensibilität
- Schule – Lernen – Stress – Erwachsenenwerden
- Konzentrationsschwäche und ADHS
- Schullager-Heimweh
- Hautpflegende von Akne – Ekzeme – Wunden
- Insektenstiche / Insektenabwehr
- Heuschnupfen
- Regelschmerzen
- PMS
- Wechseljahresbeschwerden
- Stimmungsschwankungen
- Chronischen Krankheiten (begleitend und unterstützend)
- Krebstherapien (Linderung von Nebenwirkungen)

diagnostiziert wurde, spürte sie während des Heilungsprozesses am eigenen Körper, wie ein eigens gemischter Duft Linderung und Ablenkung schenken kann. «Die Aromatherapie ersetzt keinen Arztbesuch», sagt sie. «Aber sie kann unterstützen und vorbeugen – vom Baby bis zur Seniorin.»

Open Day «Kultur in der Schmiede Buchsi» Samstag 27. August 2022, 12.00 bis 18.00 Uhr

## Street Art meets Aromatherapie

Es wird ein interessantes Programm mit Demonstrationen zum Thema Aromatherapie und Street Art Kunst geben. Für den Bauch gibt es feine afrikanische Spezialitäten und für die Ohren Live Musik. Auf der Website finden sie aktuelle Informationen.

Wir freuen uns auf ihren Besuch. Duftkreis: Linda Flückiger, Street Art: Beat Flückiger ([www.stencilpassion.com](http://www.stencilpassion.com))



Duftkreis – Aromapraxis & Kräutermanufaktur

Bernstrasse 10, 3053 Münchenbuchsee

Telefon +41 79 752 21 75

E-Mail [info@duftkreis.ch](mailto:info@duftkreis.ch)

[www.duftkreis.ch](http://www.duftkreis.ch)