



HEILSALBEN - KRÄUTERKÜCHE

Der Workshop „Cremes und Heilende Salben selbst gemacht“ richtet sich an Interessierte, die die eigene Hausapotheke - und den Kosmetikschrank - um ein paar natürliche Cremes und Salben bereichern möchten.

In den handelsüblichen Cremes befinden sich neben den Wirkstoffen oft Chemie und Konservierungsmittel, die im Verdacht stehen, Allergien und andere Krankheiten auszulösen. Sie beinhalten so viele Zusatzstoffe, die nicht notwendig sind und die nicht dazu beitragen, dass die Creme wirkungsvoller wird.

Naturkosmetik gibt es natürlich auch zu kaufen, aber sie ist oft sehr teuer - und auch hier sind oft Zusätze enthalten, die nicht unbedingt notwendig sind.

Im theoretischen Teil des Workshops werden zunächst die einzelnen Bestandteile von Cremes und Salben besprochen:

Für die Ölphase stellen wir unterschiedliche Öle vor, ihre Inhaltsstoffe und die Auswirkungen auf das Hautbild – von Olivenöl über Mandelöl, Traubenkernöl, Aprikosenkernöl etc. Ebenso kann man für Cremes als Konsistenzgeber auch Buttern verwenden, die die Creme gehaltvoller machen, wie z.B. Kakaobutter, Mangobutter, Sheabutter u.a.



In dem Öl kann man durch Kalt- oder Warmmazeration Pflanzenstoffe extrahieren, die die fertige Salbe zu einer wirkungsvollen Heilsalbe werden lassen – je nach Pflanze. So werden wir durch Warmmazeration von Lavendel und Rose eine beruhigende und entspannende Herzsalbe herstellen, und durch Mazeration von Beinwellwurzel und Vogelmie eine Salbe gegen Prellungen und Verstauchungen.

Während eine Salbe nur aus Ölen (oder einem Ölmazerat) und Wachsen besteht, keinen Wasseranteil hat und somit lange haltbar ist, ist eine Creme eine Emulsion aus Fett und Wasser. Der Feuchtigkeitsanteil macht eine Creme leichter als eine Salbe,

sie zieht in der Regel besser ein, spendet mehr Feuchtigkeit und klebt nicht. Wässrige oder wasserlösliche Substanzen werden in der „Wasserphase“ zusammengemischt.

Für die Wasserphase kann man einfaches (destilliertes) Wasser verwenden, aber auch Hydrolate (Destillate aus Pflanzenteilen, wie z.B. aus Blütenblättern), Tinkturen oder Teeauszüge.

Um Wasser- und Ölphase miteinander zu vermischen, benötigt man einen Emulgator. Dieser dient dazu, zwei Flüssigkeiten, die eigentlich nicht mischbar sind, zu einem feinen Gemisch miteinander zu vermengen.





VILLA SALUTIS · Wilhelmshofallee 78 · 47800 Krefeld · Telefon 02151-451092 · www.villa-salutis.de



Wir stellen unterschiedliche Emulgatoren vor, vom ganz natürlichen Lanolin, dem Wollfett der Schafe, über Tegomuls, das noch aus Hobbythek-Zeiten bekannt sein dürfte, Cethylalkohol, Lamecreme, etc. Sie haben unterschiedliche Eigenschaften und können die Creme entweder leichter oder schwerer und fettiger werden lassen.

Darüberhinaus gibt es noch weitere Zusatzstoffe, die aus den selbstgerührten Cremes wirklich pflegende und hochwertige Naturkosmetik werden lassen: reine ätherische Öle für den Duft, Propolis aus eigener Imkerei für die antibakterielle Wirkung, Sanddornfruchtfleischöl für eine Extraportion an Vitaminen, Dexpanthenol für noch weichere Haut – und einiges mehr.

Im praktischen Teil des Workshops werden wir eine pflegende Creme für das Gesicht herstellen, eine Bodylotion, einen wunderbaren

Lippenpflegestift mit Honig, Propolis und Bienenwachs und zwei Salben aus selbsthergestellten Warmmazeraten mit Ölen und am gleichen Tage geernteten frischen Kräutern bzw. Wurzeln.



DOZENTIN

Anna Schwenke, HP

DAUER / KOSTEN

Zeitraumen: 10:00 – ca. 17:00 Uhr

Kosten: 120 €, zuzüglich 30 € Material

Im Preis ist ein ausführliches Skript mit Anleitungen und Rezepturen zum Nachführen enthalten. Am Ende des Workshops kann jeder Teilnehmer selbstverständlich von jeder Creme bzw. Salbe ein eigenes Töpfchen mit nach Hause nehmen.