

## Duftes Lernen und Arbeiten

### Am Schreibtisch und im Seminarraum mit ätherischen Ölen die Arbeitsqualität gestalten

Wir tun viel für gutes Arbeiten, für Konzentration und Merkfähigkeit, Kreativität und Aktivität, Durchhaltevermögen und Mut. Nun wird gutes Material und Sitzen, Licht und Laune ergänzt durch hilfreiche Raumatmosphäre: Denn auch mit dem Einsatz passender ätherischer Öle lassen sich alle diese Aspekte beeinflussen. Erfahren und Erleben Sie das Wichtigste zu Hintergründen, Wissenschaftlichem, Materialkunde, Anwendung und Praxis ätherischer Öle am und im Seminarraum. Wir beschäftigen uns vor allem mit diesen Fragen: Wie funktioniert das Riechen und wie beeinflussen uns ätherische Öle? Welche ätherischen Öle helfen rund um das Lernen und Arbeiten und was ist dabei zu beachten? Wie mische ich sinnvoll und sicher Duftmischungen und Raumsprays?

**Ziel:** Hier sind aromatherapeutische Grundlagen mit der speziellen Anwendung rund um das Lernen und Arbeiten vereint: Nach diesen zwei Tagen können Sie die passenden Düfte auswählen, sinnvoll mischen und sicher am Schreibtisch und im Seminarraum einsetzen für – je nach Bedarf – Konzentration, Wachheit, Ausgeglichenheit, ...

#### Inhalte:

- Der menschliche Geruchssinn – Funktion und Besonderheit
- Wichtige ätherische Öle rund um Lernen und Arbeiten
- Ein Blick auf die Geschichte der ätherischen Öle, die wissenschaftliche Studienlage und Literatur
- Gewinnungsarten, Qualitätsmerkmale und Anbietende ätherischer Öle
- Ausflug in die Chemie der ätherischen Öle zu Lernen und Arbeiten
- Besondere Vorsichtsmaßnahmen, Aufbewahrung und Haltbarkeit ätherischer Öle
- Dosierung und Entwickeln von Rezepturen und bekannte Mischungen
- Praxis des Mischens (Hygiene, Umgang, ...) und Erstellen eigener Mischungen

#### Termin:

Fr-Sa, 27.–28. November 2020,  
jeweils von 10–17 Uhr

#### Ort:

Stuttgart, ecos Office Center,  
Stockholmer Platz 1, 70173 Stuttgart

#### Seminargebühr:

385 € für Privatzahlende  
485 € für Firmen, Einrichtungen, Selbständige  
inkl. Tagungspauschale plus ev. Ü/F

**Trainerin:** Barbara Schäfer-Ernst, Aromaberaterin, Moderatorin, Wellnesstrainerin, Changemanagerin und Fachautorin, Trainerin der FRAUENKOLLEG GmbH



# Seminarprogramm 2020



Für Trainer\*innen,  
Berater\*innen  
und alle weiteren  
Interessierte

## Duftes Lernen und Arbeiten

### FRAUENKOLLEG GmbH Berufliche und persönliche Weiterbildung

Kleine Falterstr. 26 - 70597 Stuttgart  
 Telefon: 0711 / 778 70 44 – Fax: 0711 / 778 70 50  
[info@frauenkolleg.de](mailto:info@frauenkolleg.de) - [www.frauenkolleg.de](http://www.frauenkolleg.de)

#### Wer sind wir?

Die FRAUENKOLLEG GmbH ist seit 1987 Seminaranbieterin für berufliche und persönliche Weiterbildung, insbesondere für Frauen und frauenrelevante Themen. Wir arbeiten für Verwaltungen, Non-Profit-Organisationen, Frauenverbände, andere Seminaranbieter\*innen und auch für die Industrie und Forschungsinstitute.

**Unser Team:** Carolin Fey, die geschäftsführende Gesellschafterin, die Büroorganisatorinnen Corinna Fey, Gabi Fernsel und Sybille Koschera sowie über 30 Trainer\*innen und Berater\*innen mit verschiedenen Arbeitsschwerpunkten und Themen.

#### Was machen wir?

##### Unser Angebot:

- Seminare **speziell für Frauen**
- und ein **für alle offenes** Seminarprogramm, auch in Kooperation mit dem Odenwald-Institut und weiteren Bildungsanbietern.
- **Gender-Seminar mit doppelter Leitung (Trainerin/Trainer)**
- **Inhouse-Seminare**
- Trainings, Workshops, Moderationen, Prozessbegleitungen, Supervisionen, Beratungen für Einzelpersonen, Teamcoachings und Organisationsentwicklungen

Wir machen Ihnen gerne ein **individuelles Angebot** und konzipieren mit Ihnen **Trainingseinheiten** und **Trainingsreihen**

#### Unsere Themen sind:

Rhetorik, Kommunikation, Konfliktmanagement, Führung, Mitarbeiter\*innen-Motivation, Durchsetzungstraining, Gesprächsführung, Freies Reden, Klartext reden für Frauen, Selbstmotivation, Mentaltraining, Mentale Aktivierung und Gedächtnistraining, Stressbewältigung, Gesundheitscoaching, Burn-Out-Prophylaxe, Resilienztraining, Anti-Lampenfieber-Training, Traumabehandlung, Leistungssteigerung, Teamentwicklung, Umgang mit Mobbing und Führungstrainings

#### Teilnahmebedingungen:

Nach Ihrer verbindlichen Anmeldung zum Seminar erhalten Sie von uns Ihre Teilnahmeunterlagen.

Wenn Sie Ihre Teilnahme wieder absagen müssen, können Sie gerne eine Ersatzteilnehmer\*in stellen. Bei einem kurzfristigen Rücktritt (ab 4 Wochen vor Seminarbeginn) müssen wir die Seminargebühr einbehalten, da auch wir Stornofristen gegenüber den Trainer\*innen und Bildungshäusern einhalten müssen. Wenn möglich, bieten wir Ihnen dann gerne ein Ersatzseminar an.

### Verbindliche Anmeldung:

Firma:.....

Name:.....

Adresse:.....

Telefon (tags/abends) .....

E-Mail:.....

**SEMINAR**.....

am:.....

Datum/Unterschrift: .....

.....

Mit den Teilnahmebedingungen der Frauenkolleg GmbH sind wir/bin ich einverstanden

**FrauenKolleg GmbH**  
 Berufliche und  
 persönliche Weiterbildung  
 Kleine Falterstr. 26

70597 Stuttgart

**Haben Sie Fragen?** Rufen Sie uns an, mailen Sie uns oder besuchen Sie unsere Homepage! **Tel.: 0711 – 778 70 44**  
[info@frauenkolleg.de](mailto:info@frauenkolleg.de) [www.frauenkolleg.de](http://www.frauenkolleg.de)

**Bankverbindung:** Commerzbank Stuttgart  
 IBAN DE18 6008 0000 0153 4075 00  
 BIC DRESDEFF600