

# forum reformo

Begegnung – Information – Austausch  
Interkonfessionell



## Ätherische Öle - In Theorie und Praxis

Das 3-teilige Seminar vereint fundiertes Wissen mit praktischer Anwendung. In jedem Praxisteil stellen Sie eigene natürliche Produkte für Ihre Hausapotheke her und nehmen diese im Anschluss mit nach Hause.

*Samstag, den 13. Juni 2026*

### **Basiswissen**

Einführung in die Welt der ätherischen Öle und Düfte. Anwendung, Sicherheit und Verträglichkeit für die Haut. Statten Sie sich mit den natürlichen Mitteln für den Sommer aus, um sich bspw. vor Insektenstichen zu schützen.

*Samstag, den 29. August 2026*

### **Mund- & Zahngesundheit**

Natürliche Wege der Mundpflege und einfache Rezepte zum Selbermachen. Lernen Sie alltagstaugliches Wissen zu gesunder Mundpflege und -hygiene sowie einfache Rezepte zum Selbermachen kennen.

*Samstag, den 7. November 2026*

### **Winterapotheke**

Praktische Rezepturen, um natürlich und gut durch die kalte Jahreszeit zu kommen. Erfahren Sie in diesem Seminar über die Heilkraft der Pflanzen und bereiten Sie sich mit einfachen Rezepten ihre Winterapotheke vor.

Aufgrund der begrenzten Teilnehmerzahl ist eine **Anmeldung erforderlich**. Anmeldeschluss ist jeweils Mittwoch vor dem Seminartag.

**Referent:** Dott. Mag. Christoph Alber (Südtirol, IT)  
**Ort:** Reformiertes Kirchgemeindehaus  
Cresta 1, 7503 Samedan  
**Zeit:** 09:00 – 11.30 Uhr  
**Kosten:** **Kostenlos** für reformo-Mitglieder  
**20 CHF** pro Tag für Nicht-Mitglieder  
**Kurssprache:** Deutsch



# forum reurmo

Begegnung – Information – Austausch  
Interkonfessionell



## Ölis eterics – Teoria e pratcha

Il seminari da trais parts combinescha sabgentscha fundida cun adöver pratic. Mincha sanda da la trilogia as po preparar svesc e piglier cun se prodots natürels per l'apoteca da chesa.

*Sanda 13 gün 2026*

### **Cugnuschentschas fundamentelas**

Introducziun i'l muond dals ölis eterics ed uduors. Ütilisaziun, sgürezza e cumpatibilited culla pel. Per cha Vus as pudais preparar sülla sted, guardains ils mez natürels chi staun a disposiziun, p.ex. per as proteger cunter pizchs dad insects.

*Sanda 29 avuost 2026*

### **Sandet da daints e buocha**

Metodas natürelas da la igiena da la buocha e simplas recettas per fer svesc. Cò imprendais metodas adattedas per la sandet da la buocha ed igiena. Impü pudais Vus natürelmaing eir cò imprenden e fer svesc simplas recettas per piglier a chesa.

*Sanda 7 november 2026*

### **Apoteca d'inviern**

Recepturas praticas per ils mais fraids da l'an. Quist seminari es dedicho a la forza curativa da las plauntas e Vus gnis a savair ed ad imprenden tuot che cha drouva per l'apoteca d'inviern.

Pervi da la piazza limiteda es **l'annunzcha necessaria.**

Fin da l'annunzcha es adüna il marcudi aunz la sanda da l'occurrentza.

**Referent:** Dott. Mag. Christoph Alber (Tirol dal Süd, IT)  
**Lö:** Chesa Pravenda  
Crasta 1, 7503 Samedan  
**Temp:** a las uras 09.00 – 11.30  
**Cuosts:** **Gratuit** per commembers da reurmo  
**20 CHF** al di per na commembers  
**Lingua:** Tudas-ch

