

## Natürlich und nachhaltig leben - Selbermachen statt kaufen

### Putzmittel selber herstellen Küche und Bad

In diesem Workshop erhalten Sie viele Tipps, Ideen und Rezepte um ökologische und nachhaltige Reinigungsprodukte und spezielle "Helfer" für ihr Zuhause. Lassen Sie sich überraschen, wie unkompliziert die Herstellung ist!

**Dienstag, 2. Mai 2023** von 18.00 – 21.00

Kurskosten: CHF 60.00 inkl: Getränke, Knabberereien, Skript

Materialkosten: CHF 15.00

mindestens 3, maximal 5 Personen

### Natürliche Kosmetik Grundkurs

Sie möchten Ihre eigenen Kosmetikprodukte herstellen? Sie erfahren viel über Rohstoffe, wie Fette, Öle, Heilpflanzen, ätherische Öle, etc. und erhalten das nötige Basiswissen. Wir stellen 3-4 verschiedene saisonale Produkte für Gesicht und Körper her.

**Dienstag, 13. Juni 2023** von 18.00 – 22.00

Kurskosten: CHF 70.00 inkl. Getränke, Knabberereien, Skript

Materialkosten: CHF 25.00 und 4 Produkte

Mindestens 3, maximal 5 Personen

Weitere Infos auf [www.antoinettes.ch](http://www.antoinettes.ch) und [www.lilysse.ch](http://www.lilysse.ch)

### Heilpflanzenkurse

- Frauenvierziger Frauen-Heilkräuter in Hülle und Fülle
  - Ringelblume Sonnenkraft für die Haut
  - Engelwurz zu den Wurzeln gelangen
- und viele weitere Pflanzen warten darauf entdeckt zu werden...  
Gruppen von 4-6 Personen / Termine auf Anfrage

Seelenumarmt - Herzensberührt -  
Rosentau - Pimpinella – Vogelgezwitscher -  
Himmelsschimmer - sprudelndes Quellwasser –  
lavendelblau - Meeresrauschen

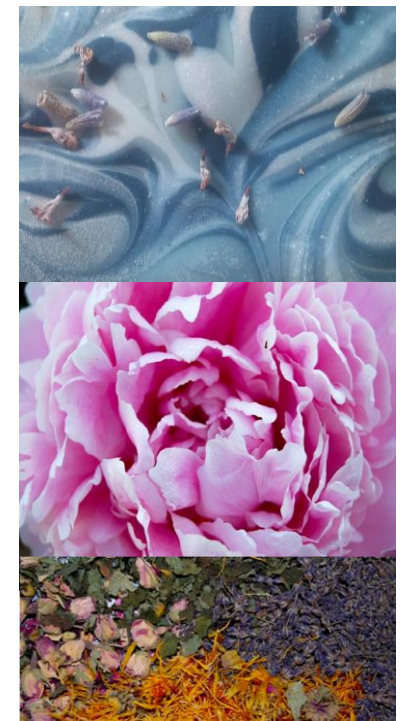
## NATÜRLICH FÜR ALLE SINNE

Antoinette Schneiter

Jurastrasse 37 / 4912 Aarwangen

[antoINETTE.schneiter@bluewin.ch](mailto:antoINETTE.schneiter@bluewin.ch)

[www.antoinettes.ch](http://www.antoinettes.ch) / 079 434 18 64



Kursprogramm 2023  
Selbermachen statt kaufen  
Natürlich und nachhaltig leben



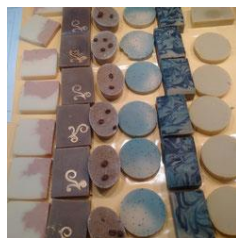
ANTOINETTES  
NATÜRLICH FÜR ALLE SINNE



## KURSPROGRAMM 2023

### Seifensieden - Grundkurs

Sie erhalten das nötige theoretische Wissen, um Seifen im Kaltverfahren herzustellen. Die Theorie setzen wir in die Praxis um und stellen gemeinsam drei verschiedene Seifen her. Dies gibt Ihnen die ideale Grundlage und ein fundiertes Wissen, um nach dem Kurs zu Hause Ihre eigenen Wunschseifen zu sieden. Meine Kurse finden in sehr persönlichem Rahmen in kleinen Gruppen statt. So kann ich ideal auf Wünsche und Fragen der einzelnen Teilnehmer eingehen. Ein wichtiger Teil ist die Erfahrungen, die ich direkt 1:1 weitergeben kann. Das macht das Lernen intensiver und kreativer und viel individueller.



<b>Termine</b>	<b>Sonntag, 19. März 2023</b> <b>Dienstag, 23. Mai 2023</b> <b>Sonntag, 30. Juli 2023</b> <b>Sonntag, 15. Oktober 2023</b>
Zeit	10:00 - 18:00
Kosten	CHF 230.00
Inbegriffen	detailliertes Skript mit verschiedenen Rezepten, 6 Seifen, Getränke, Knabbereien Bitte fürs Mittagessen ein Picknick mitnehmen
Sonstiges	Nach Ablauf der Reifezeit können Sie pro hergestellter Seife 2 Stück/Total 6 Stück (mind. 500g) bei mir abholen oder gegen Portogebühr von 10.00 werde ich Ihnen die Seifen per Post zustellen
Anzahl	mind. 3 Teilnehmer bis max. 5 Personen

### Flüssigseifen-Schmierseifen sieden - Schnupperkurs

Lernen Sie das Sieden von Flüssigseifen und Schmierseifen kennen und stellen Sie Ihr eigenes Duschgel, ihre Handseife sowie Schmier-Putzseife her. Tauchen Sie ein in die ganz andere Welt des Seife kochens...

<b>Termin</b>	<b>Samstag, 19. August 2023</b> (weitere Termine auf Anfrage)
Zeit	10:00 - 16:00
Kosten	CHF 190.00
inbegriffen	inkl: detailliertes Skript mit Rezepten, je 1x200ml Flüssigseife und Schmierseife Getränke, Knabbereien Bitte fürs Mittagessen ein Picknick mitnehmen
Anzahl	mindestens 2, maximal 4 Personen

## Natürlich und nachhaltig leben – Selbermachen statt kaufen

### Seifen-Werkstatt

Gemeinsam Seifensieden, neue Rezepte und Zutaten ausprobieren, Informationen und Wissen erweitern, Erfahrungsaustausch; einfach eine wunderbare, kreative und duftige Zeit miteinander verbringen. Voraussetzung ist der Grundkurs oder Erfahrung im Seifensieden

Wir widmen uns den speziellen Zutaten, die unsere Seifen bereichern und pflegender, cremiger, seidiger und aussergewöhnlicher machen können. Wir arbeiten zum Beispiel mit Alpakawolle und Seide, mit Aloe Vera und Avocado und vielen anderen überraschenden Zutaten.

Wir lernen einige speziell geeignete Öle, Fette, Pflanzen und ätherische Öle für diese speziellen Seifen kennen. Zudem stellen wir eine Seife nach dem Prinzip der Mischverseifung her (NaOH und KOH). und.... natürliche Farben, Peeling, Melieren der Seifen, Schwimmseifen, Gesichtsseifen, Putzseifen etc.

### Shampoo- und Alpaka-Seifen Putz- und Küchenseifen Milchseifen

**Sonntag, 21. Mai 2023**  
**Sonntag, 4. Juni 2023**  
**Sonntag, 29. Oktober 2023**

Zeit	14:00 – 18.00
Kosten	CHF 150.00
inbegriffen	detailliertes Skript mit Rezepten, Getränke und Knabbereien nach Ablauf der Reifezeit können Sie mindestens 6 Seifen (ca. 500g) bei mir abholen
Anzahl	mindestens 3, maximal 6 Personen

Gerne können Sie eigene Rezept-Wünsche einbringen

