



# Natur Rührwerk

## Naturkosmetik

Organische Naturkosmetik in  
Lebensmittelqualität selbst hergestellt

Du stellst Deine individuellen Produkte  
her und verzichtest auf Zusätze,  
Konservierungsmittel, Emulgatoren, ganz  
viel Verpackungsmaterial, lange  
Transportwege und Tierversuche.

Folgende Produkte nimmst Du mit  
Nachhause : Basenbad, Gesichtswasser,  
Zahnpasta, Zahnöl, Abschminköl,  
Pflege-Serum, Pflegesalbe, Hautelixier,  
Hautmaske, Deo.

Für mehr Infos siehe PDF auf Homepage.

[www.natur-ruehrwerk.ch](http://www.natur-ruehrwerk.ch)

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

### Termine

Freitag, 24. Nov. 2023, 19 - 22 Uhr

Samstag, 25. Nov. 2023 14 - 17 Uhr

### Kosten

Fr. 180.- inkl. Material, Skript, Tee und Snack  
Barzahlung am Kurstag

### Kursleitung

Elly Brufani

### Anmeldung (bis Mittwoch vor Kursbeginn)

[www.natur-ruehrwerk.ch/kontakt/](http://www.natur-ruehrwerk.ch/kontakt/)

Eine Anmeldung ist verbindlich.

(Siehe AGB Homepage)

### Ort

Natur-Rührwerk

Ebnaterstrasse 17

9642 Ebnat-Kappel

# Natur Rührwerk

## Naturkosmetik

### Organische Naturkosmetik in Lebensmittelqualität selbst hergestellt

Deine eigene organische Naturkosmetik in Lebensmittelqualität herzustellen ist einfach und hat ganz viele Vorteile. Du kannst Deine individuellen Produkte herstellen und verzichtest auf Zusätze, Konservierungsmittel, Emulgatoren, ganz viel Verpackungsmaterial, lange Transportwege und Tierversuche.

In einem theoretischen Teil bekommst Du einen Einblick in die ganzheitliche Pflege Deiner Haut, was nicht zuletzt bei der Ernährung und der Pflege des Darmes anfängt.

Im praktischen Teil stellst Du 10 Pflegeprodukte her. Mir sind einfache Rezepte mit möglichst wenigen Zutaten sehr wichtig, damit die Umstellung auf Selbstgemachte Kosmetika auch in einem beschäftigten Alltag möglich sein kann.

Es ist an der Zeit die Haut aus einer ganzheitlichen Sicht zu betrachten und sie entsprechend zu pflegen. Unsere Haut ist das grösste Organ und fungiert als Ausscheidungs- und Entgiftungsorgan in einem sehr komplexen und genialen System. Sie wird als Spiegel unseres Darms angeschaut und bedarf nicht nur oberflächliche Unterstützung.

Kosten für Behälter: Fr. 15.-. Wenn Du Deine eigenen Behälter mitnimmst, entfällt dieser Betrag.

Konfigläser und Bügelflaschen eignen sich sehr gut für diesen Zweck. Recycelte Sprühflaschen können ebenfalls wiederverwendet werden.

Zusammen stellen wir folgende Produkte her:

- Basisches Badesalz
- Gesichtswasser
- Zahnpasta
- Zahnöl
- Abschminköl
- Pflege-Serum
- Pflegesalbe
- Hautelixier
- Hautmaske
- Deo



[www.natur-ruehrwerk.ch](http://www.natur-ruehrwerk.ch)

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