



Fachpersonal für Saunaaufgüsse (Theorie)

Rahmenbedingungen von Saunaaufgüssen

Im theoretischen Teil der Ausbildung „*Fachpersonal für Saunaaufgüsse*“ werden die Rahmenbedingungen, unter denen Saunaaufgüsse in öffentlichen Saunabetrieben durchgeführt werden, ausführlich besprochen: Menge des Aufguss-Wassers und die Temperatur im Saunaraum. Auch auf die klimatischen Veränderungen während des Aufgusses wird hingewiesen. Die Begrüßung, Sicherheitshinweise für den Aufguss sowie Gesundheitsempfehlungen für die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter sind weitere Themenschwerpunkte.

Für den Einsatz der Aufgussmittel wird zunächst ein Einblick in die Duftherstellung gegeben. Der Riechvorgang wird erläutert und einige wichtige Aspekte zur Psychologie des Riechens angesprochen. Einzelne ätherische Öle werden detailliert besprochen und Qualitätsmerkmale vorgestellt. Die Wirkung von Düften wird erklärt, Aufnahmewege über Haut und Atemwege werden dargestellt. Eine Übersicht der Einteilung von Düften in Kopf-, Herz- und Basisnoten rundet den Vortrag ab.

Zum Abschluss wird eine Überprüfung des Wissens mittels eines Tests durchgeführt.

Das Zertifikat „*Fachpersonal für Saunaaufgüsse*“ wird nach erfolgreichem Absolvieren des Theorie- und des Praxisteils vergeben.

Seminarplan:

- Rahmenbedingungen zeitgemäßer Aufgüsse
- Empfehlungen für die Aufgussdurchführung
- Grundlagen für den Einsatz von Duftstoffen; Definition und Herstellung
- Der Riechsinn; Beschreibung und Wirkungen ätherischer Öle

Referenten: Rolf-A. Pieper, Geschäftsführer, Deutscher Sauna-Bund, Bielefeld
Ulrike Martmann, Dipl.-Sozialpädagogin, Deutscher Sauna-Bund