



## Einladung zum

### «**HERBADONNA – Winter-Workshop – Weise Frau**»

Bewährte Phyto-Rezepturen aus Apothekerinnen-Schatzkästchen und aus 10 Jahren Herbadonna-Fundus, sowie problematische Hilfsstoffe von industriell hergestellten (Phyto)-Kosmetika

**Datum: Donnerstag, 20. November 2014**

**Zeit: 13.30 – 18.00 Uhr**

**Ort: Solothurn, Jugendherberge, Jurasaal, Landhausquai 23**

#### **Impuls-Referentinnen:**

**1) Lilian Imboden, Apothekerin:**

«**Bewährte Rezepturen in den Wechseljahren**», und

**2) Beatrix Falch: Apothekerin, Dr. sc. nat.:**

«**Rezepturen aus 10 Jahren Herbadonna-Workshops**»

Sonderbeitrag: «**Exkurs über (Phyto)-Kosmetika, Sensibilisierung für problematische Hilfsstoffe**»

**Anmeldung** bei **Kursorganisatorin + Leitung** Dr. med. **Regina Widmer**, Gynäkologin FMH (nicht bei Beatrix Falch!): [regina.elizabeth@bluewin.ch](mailto:regina.elizabeth@bluewin.ch), **Erreichbarkeit** während des Kurstages: 078-753 10 60 (SMS bevorzugt)

#### **Wegbeschreibung ÖV:** 4 Gehminuten vom Bahnhof Solothurn:

Unterführung oder über Bahnhofplatz Richtung Altstadt, Fussgängerbrücke über die Aare, am Brückenkopf links Palais Besenval am Klosterplatz (Im «Klosterhof» am Klosterplatz ist die Frauenpraxis Runa) in die Fischergasse einbiegen. führt direkt zur Jugi, vorbei am Landhaus (Film- und Literaturtage SO) und dem Kreuz (älteste Genossenschafts-Beiz der Schweiz). Die Fortsetzung der Fischergasse heisst Landhausquai:

#### **Wegbeschreibung Auto:** 4 Gehminuten vom Parkhaus Baseltor:

zu Fuss durchs Tor in die Altstadt, den Kronenstutz runter bis zum Klosterplatz, erste Gasse rechts = Fischergasse, geradeaus, Landhausquai (links Landhaus, rechts Restaurant Kreuz), nächstes Gebäude rechts = Jugi

**Programm:**

- 13 h 30 Eintrudeln, sich einrichten, Kursgebühr bezahlen, mitgebrachte Dinge für alle zur Ansicht oder zum Verkaufen auflegen (es sind genügend Tische vorhanden), Networking
- 14 h 00 **Begrüssung** und kurze Vorstellungsrunde
- 14 h 15 **Impulsreferat 1: Lilian Imboden:** Bewährte Phytorezepturen in den Wechseljahren, 15' + 10' Diskussion
- 14 h 35 interaktives **Impuls-Referat 2: Beatrix Falch:** Phyto-Rezepturen aus 10 Jahren Herbadonna-Workshops – Bewährtes und Erprobtes
- 15 h 30 **Kaffeepause**
- 16 h 00 **Sonderbeitrag zu Kosmetika:** Magistralrezeptur versus Industrie-Produkten: Problematische Hilfsstoffe, auf die geachtet werden muss; **Beatrix Falch**  
**Inputs, Diskussion, Austausch**
- 17 h 30 Phytorat (aktuelle Fragen/Probleme), Feedback, Ausblick
- 18 h 00 **Ende des Kurses**

**Vorbereitung aller TeilnehmerInnen**

Alles mitbringen, was die andern (vielleicht) brennend interessieren könnte. Wenn möglich schon mehrfach kopiert, Artikel, Bücher (auch zum Verkaufen; bitte an Kaufquittungen denken, für die Käuferinnen), Kurse, Veranstaltungen, Kontaktadressen etc. auch Eure Erfahrungen und Fragen, Problemfälle zum obigen Thema (und auch zu anderen medizinischen Themen).

**Gebühren:** direkt am Kurstag zu bezahlen (bzgl. kurzfristigen Ab-/Anmeldung  
SMGP-Mitglieder: Fr. 120.– (inkl. Pausenverpflegung)  
Nicht-SMGP-Mitglieder: Fr. 150.– (inkl. Pausenverpflegung)  
Studierende und in Ausbildung stehende Fr. 100.–

**- Bei unentschuldigtem Fehlen und Abmeldung** weniger als 2 Tage vor dem Kurs, wird die Gebühr von 80.– Fr. (SMGP-Mitglieder), 100.– Fr. (Nichtmitglieder), 70.– Fr. (Auszubildende) in Rechnung gestellt.  
- Wer sich 2 (!) Tage oder kürzer, bevor der Kurs beginnt, anmeldet, muss zusätzlich Fr. 30.– zahlen (diese Zusatzgebühr gilt für alle).

**Kreditpunkte:**

FPH: ID-Nr. 1-1015858-9-2014-P23; 23 Kreditpunkte  
SMGP: 4 h Fortbildung (Fähigkeitsprogramm Phytotherapie)  
SGGG: 4 Credits für Kernfortbildung beantragt  
SGAM und SGIM: Im Rahmen der frei wählbaren Fortbildung anerkannt

## **Termine der Herbadonna-Workshops 2015 zum Vormerken:**

- Donnerstag, **12. März 2015:** Frühjahrs-Workshop «Mädchen, junge Frau» in **Zürich:** Impulsreferat von Dr. sc. nat. Beatrix Falch zum Thema "Phytotherapie in Schwangerschaft und Stillzeit".
- Donnerstag, **11. Juni 2015: Sommer-Workshop** «Frau von 20 bis 40» in **Solothurn**, Impulsreferat zum Thema "Vulvovaginales" von Dr. med. Regina Widmer.
- Donnerstag, **17. Sept. 2015:** Herbst-Workshop «Frauen in den Wechseljahren» in **Solothurn:** Impulsreferat zum Thema "Ernährung als Medizin, Grünsaft, Mentale Gesundheit" von Dr. med. Simon Feldhaus
- Donnerstag, **19. Nov. 2015:** Winter-Workshop «Weise Frauen» in **Zürich:** Impulsreferat zum Thema: "Bewährtes aus der Praxis" von Dr. med. Dorin Ritzmann.

Weitere Informationen unter [www.herbadonna.ch](http://www.herbadonna.ch)