



Einladung zum

«**HERBADONNA –Herbst-Workshop**» **Frauen in den Wechseljahren**

Datum: Donnerstag, 17. September 2015

Türöffnung: 13.30, bitte rege benutzen

Zeit: 14.00 – 18.00 Uhr

Ort: Solothurn, Jugendherberge, Jurasaal, Landhausquai 23

Impuls-Referent: Dr. med. Simon Feldhaus, medizinischer Leiter von Paramed, Zentrum für Komplementärmedizin, Baar

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

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 «Ernährung als Medizin, Grünsaft, Mentale Gesundheit» von Dr. med. Simon Feldhaus**

15 h 15	Kaffeepause , Networking
15 h 45	Austausch und Diskussion Impulsreferat
16 h 15	Kurzinput incl. Fragen « Wildkräuterküche » von Sabine Gänz, leidenschaftliche Köchin und Apothekerin in Binningen
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 für die Käuferinnen denken), Kurse, Veranstaltungen, Kontaktadressen etc. auch Eure Erfahrungen und Fragen, Problemfälle zum obigen Thema (und auch zu anderen medizinischen Themen).

Gebühren: bar am Kurstag zu bezahlen (bzgl. kurzfristige Ab-/Anmeldung s.u.)
 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: 27,25 Kreditpunkte (ID-Nr.: 1-1015858-26-2015-P27.25)
 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 2015/2016:

- Donnerstag, **19. Nov. 2015:** Winter-Workshop «Weise Frauen» in **Zürich:** Impulsreferat zum Thema: "Bewährtes aus der Praxis" von Dr. Dorin Ritzmann, Frauenärztin

Bitte Donnerstage im **2016 vormerken:**

- 31. März, Zürich
- 9. Juni, Solothurn
- 8. September, Zürich
- 24. November, Solothurn