

# Teilnahmebestätigung

Frau Romy Tobler geboren am 09.01.1979  
hat an unserer Fachausbildung F-14 KWE1

## Fachausbildung Kräuterwerkstatt Naturkosmetik mit Pflanzen

vom 23. bis 25. Mai 2014 und vom 24. bis 26. Oktober 2014 mit insgesamt  
6 Ausbildungstagen (pro Tag 9 Unterrichtseinheiten à 45 Min.) erfolgreich teilgenommen.

Dozentin: Pia Hess

### Inhalte der Ausbildung:

- **Naturkosmetik**  
Eigenschaften, Qualität und Verhalten von Pflanzenölen in Theorie und Praxis: Herstellung von Ölauszügen, Balsam, Massage- und Körperöle, Duschgel, Hydrolat, Tinkturen, Pflanzengels, Lippenpomaden-stifte, Gesichtswasser aus Kräutern und Blüten, Deo-Spray, Herstellung von Gesichtscremes/Emulsionen mit Pflanzen der Saison (Demo und Gruppenarbeit), Herstellung und Anwendung von Gesichtereinigungs-Produkten, Peeling, Anwendung von Gesichtsdampfbad, Frischmasken aus Lebensmitteln, Lippgloss und Lippenstifte, Badesalze mit Pflanzenfarben, ätherischen Ölen und Kräutern, Badepralinen, Sprudelbäder, Demonstration Winteremulsion (Crème)
- **duftende Potpourris und Kräutersäckchen**

Freiburg, 26.10.2014



Pia Hess

# Teilnahmebestätigung

Frau **Romy Tobler**, geboren am 09.01.1979

besuchte am 4. Juli 2014 an der Freiburger Heilpflanzenschule  
die Fachausbildung F-14 KWE2a

## Vermarktung von Kräuterprodukten

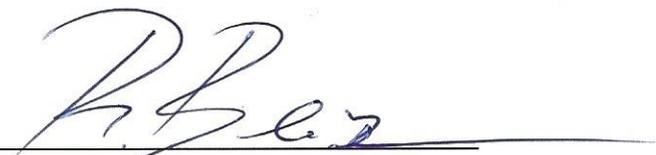
Dozent: Rudi Beiser

Der Unterricht umfasste 9 Unterrichtseinheiten (UE) à 45 Min.

Inhalte der Fachausbildung:

- Die gesetzlichen Bestimmungen zur Vermarktung von Kräuterprodukten
- Etikettieren der selbthergestellten Produkte
- Herstellung von Kräutersalz

Freiburg, 4. Juli 2014



Rudi Beiser

# Teilnahmebestätigung

Frau **Romy Tobler**, geboren am 09.01.1979

besuchte vom 5. – 6. Juli 2014 an der Freiburger Heilpflanzenschule  
die Fachausbildung F-14 KWE2b

## Ernten und Verarbeiten

**Dozent: Rudi Beiser**

Der Unterricht umfasste 18 Unterrichtseinheiten (UE) à 45 Min.

**Inhalte der Fachausbildung:**

- Basiswissen über Ernte, Trocknung und Lagerung der Kräuter unter Erhaltung des höchstmöglichen Wirkstoff- und Aromagehaltes
- Herstellung von Teemischungen
- Herstellung von Kräuternessig, Frischpflanzentinktur, Johanniskrautöl und Basilikum-Pesto

Freiburg, 6. Juli 2014



Rudi Beiser



# ZERTIFIKAT

**Romy Tobler**

hat am

**Weg mit dem Speck!**  
vom 21. November 2017

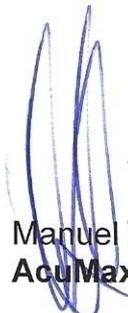
erfolgreich teilgenommen.

**Kursinhalte:**

Westliche und chinesische Ernährungsempfehlungen zur Gewichtsreduktion  
Esst endlich normal!  
Warum Salat nicht schlank macht  
Diäten und viele Märchen  
Das Leid mit den Light Produkten  
Abends wird's gemütlich, aber nicht für die Figur

**Kursdauer:**

8 Lektionen zu 60 Minuten



Manuel Welti  
AcuMax GmbH

Bad Zurzach, 21. November 2017



Pascale Barmet  
Naturärztin Chinesische Medizin



# ZERTIFIKAT

**Romy Tobler**

hat am

**Nahrung fürs Blut – Eisen, Vitamin B12,  
Folsäure und Co.**

vom 11. Januar 2018

erfolgreich teilgenommen.

Ganzheitliche Ernährungsempfehlungen, um einen Mangel an den für das Blut wichtigen Nährstoffe vorzubeugen.

Wie den Mangel wieder ausgleichen mit der Ernährung?

Eisen, Vitamin B12, Folsäure und Co.

Sinn und Unsinn an Supplemente

Viele weitere einfache Alltagstipps

**Kursdauer:**

8 Lektionen zu 60 Minuten

  
Manuel Welti  
AcuMax GmbH

Bad Zurzach, 11. Januar 2018

Pascale Barmet  
Naturärztin Chinesische Medizin

## Zertifikat

### Grundausbildung in Pentanalogie

Hiermit bestätige ich

**Romy Tobler**  
Kapellstrasse 4  
8854 Siebnen (SZ)

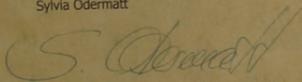
hat vom 03. März 2010 bis 13. April 2011  
11 Lektionen / 33 Stunden  
an der Ausbildung teilgenommen

#### Inhalte:

- Einführung in die Pentanalogie
- Aufbau des Pentagramms
- Berechnung des Pentagramms
- Zahlen von eins bis zehn
- Die verschiedenen Typen
- Aufzeichnung der verschiedenen Lebensfasen

Wald, 21. Mai 2011

Sylvia Odermatt



Sylvia Odermatt  
Göldingerstrasse 6  
CH-8637 Laupen Wald (ZH)

Telefon / Fax  
++41 (0)55 243 10 68

E-mail  
sylvia.odermatt@gmx.net

## Teilnahmebestätigung

Frau **Romy Tobler**, geboren am 09.01.1979  
absolvierte im Jahr 2015 die einjährige Grundausbildung in Phytotherapie und  
Heilpflanzenkunde.

Der Unterricht umfasste 225 Unterrichtseinheiten (UE) à 45 Minuten, was insgesamt  
168,75 Stunden entspricht. Davon sind 160 UE Theorie und 65 UE Praxis.

#### Inhalte der Ausbildung

##### Grundlagen der Phytotherapie

- Geschichte der Pflanzenheilkunde
- Exkursionen, Heilpflanzenpraxis: sammeln, trocknen, aufbewahren (Heilpflanzentees, Salben, Tinkturen, Heilweine, Auszugsöle, Theriak, Kräuterkissen u. a.)
- Wildkräuter in der Ernährung: Wildgemüse sammeln, zubereiten und genießen
- Heilpflanzenmonographien: ausführliche Vorstellung einzelner Heilpflanzen
- Wirkstofflehre und Pharmakologie: Gerb-, Bitter- und Schleimstoffe, ätherische Öle, Herzglykoside, Saponine, Cumarine, Senfölglykoside, Flavonoide, Anthranole, Alkaloide u. a.
- Therapiemöglichkeiten und Grenzen: Einsatz von Heilpflanzen bei Erkrankungen von Magen, Darm, Leber-Galle, Atemwege, Niere, Blase, Haut, Herz, Kreislauf, Gefäße, ZNS, rheumatischem Formenkreis
- Fallbeispiele: Erstellen individueller Rezepturen; Rezeptieren

##### Weiterführende Fachthemen

- Botanik: Pflanzenfamilien kennen- und unterscheiden lernen
- Erntewissen: vom Acker in die Tasse – Teekräuter mit hohem Wirkstoffgehalt gewinnen
- Heilpflanzenanbau: gesundes Wachstum, Klima, Standort, Gartenhandwerk
- Heilpflanzen in der Frauenheilkunde: Therapiemöglichkeiten und Grenzen
- Aromatherapie: Grundlagen und praxisorientierte Anwendungsmöglichkeiten
- Wickel und Auflagen: Grundlagen, Anwendung und praktische Fertigkeiten
- Wesen der Pflanze: Pflanzenmeditation, Blütenessenzen

Freiburg, 15. November 2015



Cornelia Sterri (Schulleitung)