

# IN BESTER WEISE

## Das Programm im Überblick

### Freitag, 15.09.2023:

Hotel BollAnts

- Ab 15:00 Anreise/Check-In
- 18:00 Get together/Sektempfang
- 18:30–19:00 Begrüßung
- 19:00–19:15 Synergieeffekte der modernen Felke-Kur  
Dr. med. Axel Bolland
- Ab 19:15 Abendessen

### Samstag, 16.09.2023:

Unternehmenssitz Nussbaum

- 9:30 Begrüßung
- 9:45–10:45 Stress entsteht im Kopf: Mit Strategie zurück zur inneren Balance  
Dipl.-Psych. Bernhard Adelberg
- 10:45–11:00 Kaffeepause – Besuch der Thementische
- 11:00–12:00 Wenn Schäfchen zählen nicht mehr hilft – Schlafstörungen naturheilkundlich behandeln  
Dr. med. Martin Oechler
- 12:00–12:15 Calmvalera/CalmNight in der Apotheke  
Hevert-Apotheken-Kompetenzteam
- 12:15–13:00 Mittagspause
- 13:00–14:00 Spaziergang über das Außengelände und Firmenführung.  
Bettina Feick
- 14:00–15:00 Der gestresste Magen, der nervöse Darm – Gastrointestinalen Beschwerden auf der Spur  
Dr. med. Rainer Matejka
- 15:00–15:30 Kaffeepause – Besuch der Thementische

- 15:30 Option 1: Rückfahrt Hotel oder  
Option 2: Wanderung und Führung durch die historische Klosterruine Disibodenberg (bis ca. 18:45)
- Ab 20:00 Abendessen im Hotel BollAnts

### Sonntag, 17.09.2023:

Unternehmenssitz Nussbaum

- 9:30–10:30 B-Vitamine – eine sinnvolle Zusatzempfehlung für viele Apothekenkunden  
Sabine Bäumer
- 10:30–11:00 Kaffeepause – Besuch der Thementische
- 11:00–12:15 Vitamin D: Ohne Sonne kein Leben, ohne Vitamin D schlechte Prognose – Das Update zum Sonnenhormon  
Prof. Dr. med. Jörg Spitz
- 12:15–12:30 Vitamin D und Vitamin D-Messung in der Apotheke
- 12:30–12:45 Abschlussquiz: Wer weiß denn sowas?
- 12:45–13:00 Ausgabe Zertifikate und Verabschiedung
- 13:00–14:00 Mittagessen / parallel Vitamin D-Messung

Zertifizierung durch die Landesapothekenkammer Rheinland-Pfalz beantragt.



**FORTBILDUNGS-  
PUNKTE  
BEANTRAGT**

