SAV · SCHWEIZERISCHER APITHERAPIE VEREIN
ASA · ASSOCIATION SUISSE D'APITHÉRAPIE
ASA · ASSOCIAZIONE SVIZZERA D'APITERAPIA

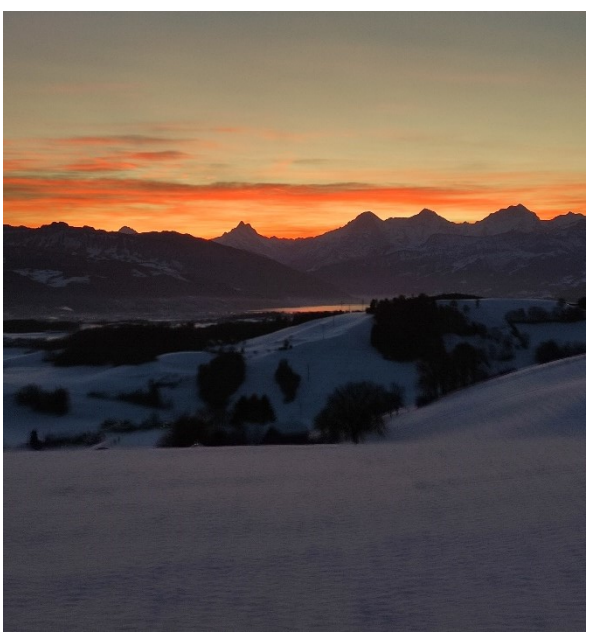
Rückblick auf das Apitherapie-Seminar 2024

Modul 2: Pollen, Perga und Propolis

22. – 24. November im Seminarzentrum Hitzkirch

Donnerstag, 21. November

Die Seminarvorbereitungen sind fast abgeschlossen, wer kann, verzieht sich möglichst schnell in die warme Stube, denn es schneit und schneit. Nur **Tatjana Balzani Dirren** und **René Brechbühl** halten die Stellung und sind noch fleissig am Einordnen der Drucksachen.



Freitag, 22. November

Der Tag erwacht – die Schweiz liegt unter einer tiefen Schneedecke – und so ist für viele Seminarteilnehmer nebst dem Kofferpacken erst mal sportliches Schneeschaufeln angesagt. Der Zustand auf Strassen und Schienen wird für viele zum zeitraubenden (und sich *unschuldig* 😉 verspätenden) Abenteuer.

Glücklicherweise sind ein paar Vorstandsmitglieder pünktlich: Der grosse Plenarsaal ist bestens vorbereitet und die «Goodies» auf den Degustationstischen sehr ansprechend arrangiert.

Als bewährter Showmaster begrüsst **Jonas Zenhäusern**, unser Vizepräsident, um 13.30 Uhr die Anwesenden. Nach dem Verteilen der Kursunterlagen und der Vorstellungsrunde wissen wir: im Saal sitzen ausschliesslich einzigartige, interessante Menschen, mit denen wir drei wundervolle Tage verbringen dürfen.

Jetzt beginnt unsere Hauptreferentin **Rosemarie Bort** mit der Einführung in «***Die vielfältigen Wirkungen der Bienenprodukte***».

Rosemaries Wissen scheint unbegrenzt. Sie lehrt uns unter anderem:

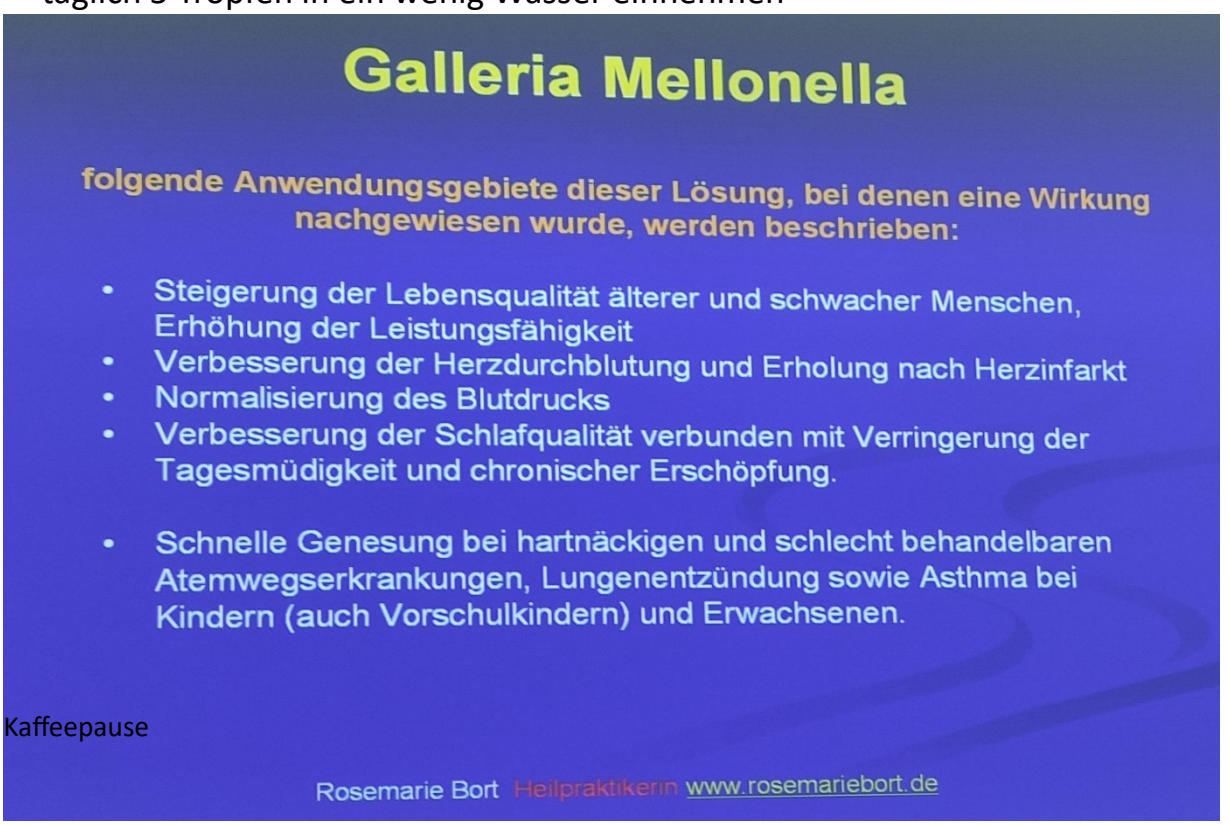
- bei einer Histamin-Unverträglichkeit müssen wir unser Mikrobiom stärken, dazu eignet sich bekanntlich Pollen am allerbesten. Gegen Allergien und Entzündungen helfen zusätzlich *Apis mellifica*-Globuli und Schüsslersalz Nr. 8.
- für Kinder mit ADHS ist ein Apitherapie-Cocktail mit Honig, Pollen, Gelée Royale und Propolis genau richtig. 8-ung: Allergietest aller Bienenprodukte vor deren Verabreichung!

- bei hartnäckigem Husten hilft ein Oxymel mit Thymian und Spitzwegerich.
- bei Dornwarzen ein kleines Stückchen Rohpropolis plattdrücken und direkt auf die Warze kleben, ein Pflästerli straff darüber kleben und mehrere Tage belassen.

Rezept für eine Propolistinktur:
- 30g Rohpropolis (enthält 30% Wachs) zerkleinern oder mahlen
- in Glasfläschli geben und auffüllen auf 100g mit Alkohol (70%)
  Etwa vier bis sechs Wochen stehen lassen und täglich schütteln, danach durch einen Kaffeefilter lassen.

Jeder Imker rauft sich die Haare, wenn wieder eine grosse Wachsmotte *(Galleria Mellonella)* die allerschönste Futterwabe verschandelt und damit vernichtet hat. Absolut kein Hirngespinst scheinen die positiven Wirkungen der ganz jungen Mottenlarven und des Mottenkots auf unsere Gesundheit zu sein.

Rezept für die Wachsmottentinktur:
- 15g Kotkügelchen (auf Qualität achten – verschimmelte nicht verwenden)
- in Glasfläschli geben und auffüllen auf 100g mit Alkohol (70%)
  Etwa 28 Tage stehen lassen und täglich schütteln, danach durch einen Kaffeefilter lassen.
- täglich 5 Tropfen in ein wenig Wasser einnehmen



Kaffeepause

Mit ihrem Referat «***Das wertvolle Kleine, äusserst gross im Blütenpollen***» entführt uns **Franziska Ruprecht** in eine phantastische Welt, deren Vielfalt und Reichtum wir nur mit Hilfe von Makrophotographie und Mikroskop erahnen können: Pollen und Perga sind lebendige Kraftnahrung für Körper, Geist und Seele.

Nun ist es höchste Zeit für den Zimmerbezug und schon sitzen wir gemütlich beim gemeinsamen Nachtessen in der altehrwürdigen Kommende.

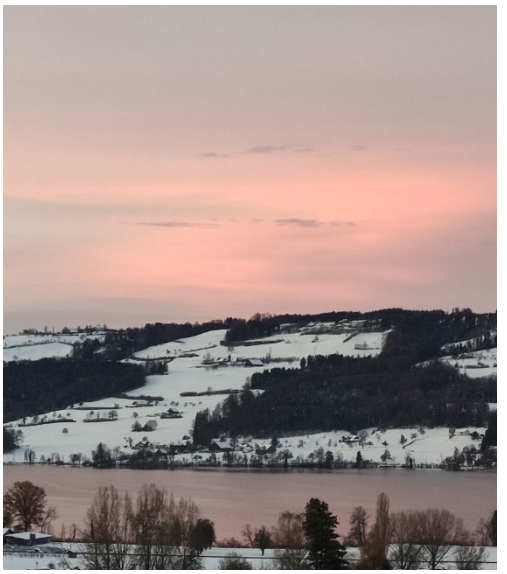
Die fakultative «***Offene Sprechstunde»***, die **Matthias Holeiter** abends leitet und **Rosemarie Bort** mitgestaltet, ist dermassen spannend, dass wir die zwei wohl nie «in die Heia» würden gehen lassen, wenn Jonas nicht um neun Uhr streng und entschieden auf seinen Armband-Tracker klopfen würde**.**

Wir hätten doch noch sooo viele Fragen!

😊

Samstag, 23. November

Ein neuer Tag erwacht

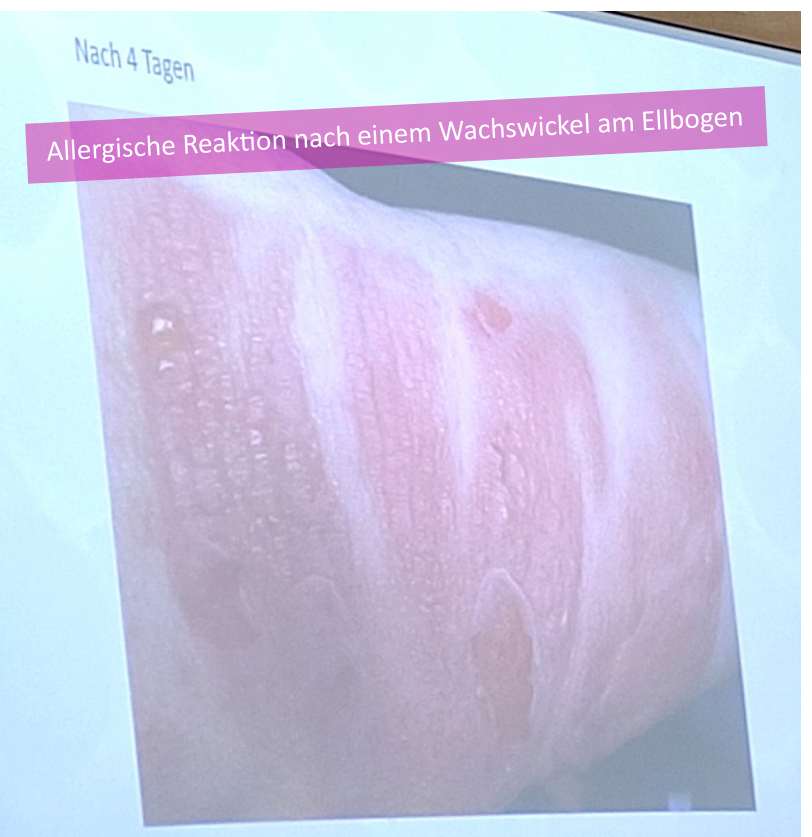


08.30 Uhr – zufrieden und bestens gestärkt durch das reichhaltige Frühstück mit vielen leckeren, von Mitgliedern gespendeten Honigen, lauschen wir dem Vortrag

«***Erstaunliche Erkenntnisse beim Pollensammeln***» unseres Präsidenten **Marcel Strub**.
Marcel führt uns vor Augen, dass nur eine naturnahe Landwirtschaft gewährleistet, dass die Bienen qualitativ wertvollen Pollen eintragen können. Die Pollen müssen mindestens einmal täglich geerntet werden, zudem müssen die Pollenfallen und Auffangschubladen sauber sein und deshalb auch täglich gereinigt werden. Dass wir wegen Qualitätsbeeinträchtigung und Verflug-Gefahr besser keine Pollenfallen vor dem Flugloch anbringen, wird uns nun auch klar.

«***Nützliche Erfahrungen beim Sammeln von Perga***»
zu diesem Thema zeigt uns **Paul Schönenberg** interessante Bilder und Videos auf denen wir ihn und seine Perga-Erntemaschine in voller Action sehen.
Bis Perga bereit zum Verzehr ist, braucht es einige Schritte.

René Ming erstaunt uns mit seinem sehr persönlichen Vortrag «**Imkern mit einer Propolis-Allergie**». Seine starke Propolis-Kontaktallergie zwingt ihn, seine Haut gegen absolut jegliche, noch so kurze und flüchtige Berührung zu schützen. Ohne konsequentes Tragen von Einweghandschuhen (auch vor dem Anfassen der Imkerhandschuhe oder des kleinen Schliessriegels am Bienenkasten, usw.). Da dürfen wir wohl sagen: «Hut und Schleier ab, vor so viel Liebe zu den Bienen!»



Nach dem gemeinsamen Mittagessen gehört der Nachmittag **Rosemarie Bort**.
Im **1. Teil** ihres **Workshops** vermittelt sie uns, die Aufbereitungsarten und Anwendungen von Propolis in der häuslichen Gesundheitspflege:

- Propolisauszüge- mit Wasser, Ethanol, DMSO, Glyzerin
- Die Wirkung von Propolis und die verschiedenen Anwendungsmöglichkeiten bei kleinen gesundheitlichen Beschwerden. z.B. Erkältung, Magen-Darminfekte
  Allergien, Hautprobleme (Ekzeme, Narben, Akne, Warzen), Ohrenschmerzen, Blasenentzündung, Hämorrhoiden
- Oxymel und wofür sich diese Auszüge eignen oder auch nicht

Nach Kaffee und Kuchen geht es im **2. Workshop-Teil** um den sicheren Umgang mit dem wunderbaren Naturstoff Propolis und die verschiedenen Verarbeitungs-möglichkeiten:

- Globuli / Kapseln / Zäpfchen / Creme, oder Inhalation
- Propolis für Kinder
- begleitende Behandlung mit Propolis bei Krebserkrankungen

Alle sind voll dabei: zuhören, lesen, staunen, prüfen, nachfragen, notieren, skizzieren, protokollieren, fotografieren…

Um 18.00 Uhr wechseln wir hinüber in die Kommende. Das Gebäude ist innen und aussen weihnachtlich geschmückt.

Beim Apéro im Rittersaal diskutieren wir angeregt über das Gelernte und tauschen unsere eigenen Erfahrungen aus. Die Stimmung unter uns Teilnehmern ist wundervoll harmonisch.

Unser Hochgefühl steigert sich aber noch mit dem köstlichen Galadiner – jeder Gang ist mit Honig veredelt.

Sonntag, 24. November

Beim Aufstehen ist es noch fast Nacht. Kaum zu glauben, dass die Tage in den nächsten Wochen noch kürzer werden.

Nach dem Frühstück bringen **Jonas Zenhäusern** und **Marcel Strub** den Teilnehmern den **Apitherapieverein** etwas näher. Wir verstehen unseren Verein als Bindeglied für Wissensvermittlung, Geselligkeit und Gemeinschaftssinn.

So wie wir unsere Seminarteilnehmer inzwischen kennengelernt haben, passen alle bestens zu unserem Konzept und wir freuen uns, wenn sie den Schritt wagen und dem Apitherapieverein beitreten.

«***DMSO – Was ist das und wie kann es eingesetzt werden?***» DMSO ist ein wichtiger Bestandteil von Proteinen, Bindegeweben, Botenstoffen und für den Energiestoffwechsel, erklärt uns **Raphael Ruckstuhl**. Er kann innerlich und äusserlich angewendet werden und er ist der Meinung, dass DMSO dem Propolis ebenbürtig ist. Raphael zeigt uns auch gleich einige Anwendungsmöglichkeiten und weiterführende Literatur auf.

Marcel Strub hat einige empfehlenswerte Propolisverdampfer mitgebracht und erklärt uns «***Die verschiedenen Arten der Propolisverdampfung***». Gerade jetzt auf den Winter macht die Vorbeugung vor Atemwegsinfektionen und Erkältungen Sinn und das Wissen um eine weitere Möglichkeit ist sehr beruhigend.

«***Bachblütentherapie: Einführung, Anwendung und Wirkungen***», dies ist das Schluss-Referat, gehalten von **Chantal Murmann**.
«*Blumen sind das Lächeln der Erde*», zitiert Chantal den Philosophen R.W. Emerson; und glaubt mir, sie selber ist der krönende Abschluss und das Lächeln dieses Seminars.
Nebst den klaren Beschreibungen ausgewählter Bachblüten, der Einsicht in die Blütengruppen und den Herstellungsmethoden, faszinierte uns auch ihre Vision, die sich zu 100% mit unserer apitherapeutischen Auffassung deckt: *«Meine Vision ist, dass wir alle noch viel mehr miteinander arbeiten, uns austauschen, statt jeder für sich oder gegeneinander: sei es in der Schulmedizin und in den ganzheitlichen Methoden. Beides hat seine Berechtigung. Jeder hat seinen Platz…»*

Nach einem letzten gemeinsamen Mittagessen kommen wir nochmals zusammen zu einer Abschluss-Runde, dem obligaten Feedback 😊 mit Fragen und Vorschlägen für zukünftige Seminare, der Übergabe der Kursbestätigung und der Feststellung, dass dieses Seminar wieder einmal viel zu schnell vorbei ist.
Herzlichen Dank an alle Teilnehmer, ihr seid wundervoll!

Im Namen des Vorstands: Susanna Mumenthaler