

WEITERBILDUNG

**bsd.**

# PHARMA PLUSPUNKT

2025

**WO BILDUNG  
KEIN  
DETAIL IST**

# PHARMA PLUSPUNKT 2025

---

für Pharma-Assistentinnen und Pharma-Assistenten

## Kursthemen und -daten

- **Liste Medikamente B+/B-**  
Dienstag, 29. April 2025, 08.30 – 12.00 Uhr
- **Wissenswertes zur gesunden Ernährung**  
Dienstag, 13. Mai 2025, 08.30 – 12.00 Uhr
- **Darmgesundheit und Darmsanierung**  
Dienstag, 21. Oktober 2025, 08.30 – 12.00 Uhr
- **Augenerkrankungen vorbeugen und behandeln**  
Mittwoch, 05. November 2025, 08.30 – 12.00 Uhr

## Kursort

bsd. Berufsfachschule des Detailhandels Bern  
Postgasse 66  
3011 Bern

## Kurskosten

Gesamtpaket 4er-Kurs	CHF 380.00
Einzelmodul	CHF 120.00

## Kursanmeldung

Melden Sie sich online unter [www.bsd-bern.ch/weiterbildung](http://www.bsd-bern.ch/weiterbildung) oder mit dem Anmeldeformular an.

## Auskunft und Beratung

Bei Fragen steht Ihnen Maria Haueter gerne zur Verfügung.  
031 327 61 11, [weiterbildung@bsd-bern.ch](mailto:weiterbildung@bsd-bern.ch)

# LISTE MEDIKAMENTE B+ /B-

Seit 2019 dürfen wir gemäss dem BAG in den Apotheken bestimmte verschreibungspflichtige Arzneimittel der Abgabekategorie B rezeptfrei an Kunden abgeben. Die Medikamente zur erleichterten Abgabe sind in zwei Listen eingeteilt: die Liste B- und die Liste B+.

Die Abgabekategorie C wurde aufgehoben, worauf einige dieser Medikamente nun auf die Liste B- gekommen sind. Auf der Liste der B+ Medikamente sind Indikationen und dafür zulässige Medikamente aufgeführt, die wir rezeptfrei abgeben dürfen. Diese Liste wird regelmässig aktualisiert.

## Ziel

Die Kursteilnehmer erweitern ihr Wissen zu der erleichterten Abgabe von rezeptpflichtigen Medikamenten und bauen dadurch Hemmungen ab, diese zu empfehlen. Nach dem Kurs fühlt sich die künftige Empfehlung der betroffenen Medikamente deutlich sicherer an.

## Inhalt

- Der Hintergrund der Liste B- und Liste B+ wird im Detail besprochen.
- Die Indikationen und die dazugehörigen Wirkstoffe und Medikamente werden angeschaut.
- Auf konkrete Beispiele wird eingegangen.
- Die Sicherheit im Umgang mit der Liste B- und Liste B+ wird gefördert und somit Hemmungen abgebaut.

## Referentin

Frau Maruschka Mäusli  
Apothekerin, Inhaberin FA Anamnese

## Kursdatum/Zeit

Dienstag, 29. April 2025, 08.30 – 12.00 Uhr

# WISSENSWERTES ZUR GESUNDEN ERNÄHRUNG

Gesunde Ernährung ist wichtig – das ist den meisten Menschen klar. Aber was genau bedeutet „gesund“? Je nachdem, wen man fragt, gehen Ernährungsempfehlungen weit auseinander.

Gesunde Ernährung ist individuell. Was heisst dies in der heutigen Zeit? Auf was muss ich achten, wenn ich Sport treibe, mich vegan oder vegetarisch ernähre, älter bin oder gerne abnehmen möchte.

Wir werden auf die verschiedenen Themen der Ernährung eingehen und zusammen herausfinden, was denn eine gesunde Ernährung ausmacht.

## **Ziel**

Die Kursteilnehmer/-innen erhalten Einblick in die verschiedenen Ernährungsformen und können für sich entscheiden, was eine gesunde Ernährung ist.

## **Inhalt**

- Sportlerernährung
- Vegane/vegetarische Ernährung
- Ernährung im Alter
- Verschiedene Diätformen

## **Referentin**

Frau Nicole Garritano  
Pharma-Assistentin EFZ

## **Kursdatum/Zeit**

Dienstag, 13. Mai 2025, 08.30 – 12.00 Uhr

# **DARMGESUNDHEIT UND DARMSANIERUNG**

Der Darm: Mehr als nur ein Verdauungsorgan

Die Darmgesundheit – seit einigen Jahren ist sie in aller Munde. Angeblich stärkt sie unser Immunsystem und unser allgemeines Wohlbefinden. Doch stimmt das wirklich? Und wie wichtig ist ein gesunder Darm tatsächlich für unsere allgemeine Gesundheit?

Der Mensch ist, was er isst. Diesem Gedanken gehen wir auf den Grund und fragen uns, ob es ein Zusammenspiel zwischen Darm und Hirn gibt.

## **Ziel**

Die Kursteilnehmer/-innen erhalten alle wichtigen Informationen wie ein Darm funktioniert und wie wichtig er für unsern Körper ist.

## **Inhalt**

- Wann spricht man von einem gesunden Darm und wie funktioniert dieser?
- Darm und Psyche: Eine enge Verbindung?
- Wohlbefinden ist Darm- und nicht nur Kopfsache
- Darmreinigung oder Darmsanierung? Was macht wann Sinn
- Was ist leaky gut und SIBO

## **Referentin**

Frau Nicole Garritano

Pharma-Assistentin EFZ, Pharmaberaterin SHQA Medical Nutrition

## **Kursdatum/Zeit**

Dienstag, 21. Oktober 2025, 08.30 – 12.00 Uhr

# AUGENERKRANKUNGEN VORBEUGEN UND BEHANDELN

Augen sind die Fenster zu unserer Seele, sagen oft mehr als Worte, sind ein wichtiges Erkennungsmerkmal jedes Einzelnen und können viel darüber aussagen, wie es uns und unserem Körper geht. Sehen ist einer unserer wichtigsten Sinne, da er uns mit unserer Aussenwelt verbindet und uns Eindrücke erleben lässt. Deshalb gilt es, zu unseren Augen besondere Sorge zu tragen, damit wir möglichst bis ins hohe Alter in den Genuss des ungetrübten Sehens kommen können.

## **Ziel**

Die Teilnehmer erfahren alles Wissenswerte über die Vorbeugung und Behandlung von Augenerkrankungen.

## **Inhalt**

- Wie erhalte ich die Gesundheit meiner Augen?
- Wir schauen Lebensstile, Nahrungsergänzungsmittel als auch Medikamente an, die helfen, die Augen gesund zu erhalten und Krankheiten vorzubeugen.
- Was schadet meinen Augen?
- Die verschiedenen Augenerkrankungen und deren Behandlung wird im Detail besprochen.

## **Referentin**

Frau Maruschka Mäusli  
Apothekerin

## **Kursdatum/Zeit**

Mittwoch, 05. November 2025, 08.30 – 12.00 Uhr