



## **Herba Sanitas Opleiding Moderne Fytotherapie**

Herba Sanitas start dit jaar weer met een nieuwe groep eerstejaars studenten voor de opleiding Moderne Fytotherapie, een in totaal 4 jarige opleiding, verdeeld in twee delen, de Basisopleiding Moderne Fytotherapie en de Masteropleiding Moderne Fytotherapie.

### **Basisopleiding Moderne Fytotherapie**

De Basisopleiding richt zich vooral op het aanleren van basisvaardigheden als extraheren en verwerken, alsmede het verkrijgen van plantenkennis en eenvoudige casuïstiek. De Basisopleiding wordt afgerond met een certificaat, mits het gemiddelde cijfer voor de toetsen voldoende is en in het tweede jaar de verplichte door de leerling geschreven science based kruidenmonografie is goedgekeurd. De Basisopleiding kan los van de Masteropleiding worden gevolgd.

### **Masteropleiding Moderne Fytotherapie**

De Masteropleiding is een verdieping richting het verantwoord therapeutisch toepassen van geneeskruiden. De Masteropleiding wordt afgerond met een diploma, mits het gemiddelde cijfer voor de toetsen voldoende is en in het derde jaar, de science based fytotherapeutische aanpak van een aandoening door de leerling is goedgekeurd en in het vierde jaar, het eindwerk (dit is een breed kruidenonderwerp naar eigen keuze) geschreven of bedacht door de leerling is goedgekeurd. De Masteropleiding kan alleen worden gevolgd als de Basisopleiding is afgesloten met een certificaat.

### **Wat is Fytotherapie?**

Fytotherapie is een ander woord voor kruidengeneeskunde, een manier van genezen die is gebaseerd op plantenkennis die de basis vormt voor alle geneeskundige tradities wereldwijd. Dit maakt het beroep van fytotherapeut/kruidengeneeskundige letterlijk "*het oudste beroep van de wereld*" en tevens de oudste wetenschappelijke studie van de mensheid.

Dit betekent echter niet dat kruidengeneeskunst iets van het verleden is, integendeel! Juist in deze tijd is er enorm veel belangstelling voor geneeskruiden en dan niet alleen als iets van het verleden, maar vooral van de toekomst, omdat blijkt uit modern onderzoek dat onze voorouders gelijk hadden, planten hebben sterke medicinale eigenschappen, die bij tal van aandoeningen kunnen helpen, zowel direct als complementair samen met reguliere geneeskunde.

### **Schriftelijk en Praktijk**

De Opleiding Moderne Fytotherapie van Herba Sanitas bestaat uit schriftelijke lessen en, afhankelijk van het lesjaar, tussen de 9 en 13 praktijklessen. Deze praktijklessen vinden plaats in Heeswijk-Dinther, een dorp in de bosrijke omgeving van de Brabantse Meierij. Er starten dit jaar 2 nieuwe groepen eerstejaars. De praktijkdagen van de eerstejaars vinden plaats op donderdagen (groep 1a) of zaterdag (groep 1b), mocht een leerling een bepaalde dag niet kunnen, dan is het na overleg mogelijk om de les bij te wonen van de andere eerstejaarsgroep.

### **Herba Sanitas is "science based"**

"Science based" wil zeggen dat de opleiding van Herba Sanitas in zowel de Basis- als Masteropleiding, uitgaat van de invloed die inhoudsstoffen van planten op het functioneren van lichaamssystemen van mensen hebben. Dit gegeven is wetenschappelijk onderzocht/te onderzoeken en binnen de opleiding en het lesmateriaal van Herba Sanitas wordt gebruik gemaakt van dergelijke onderzoeksresultaten als verwijzing. Ook is er veel aandacht voor het leren begrijpen van dergelijke studies en hoe je kwalitatief slechte informatie over geneeskruiden kunt onderscheiden van goede informatie op dit gebied.

Herba Sanitas besteedt om deze reden geen aandacht aan homeopathie, Bach-bloesems en dergelijken, kortom, therapieën die niet science based zijn en in onze optiek helemaal niets van doen hebben met medicinale planten.

Dit wil niet zeggen dat de opleiding klinisch en afstandelijk is, juist het tegenovergestelde is waar, omdat er veel praktische vaardigheden worden aangeleerd en er veel tijd wordt besteed aan natuurbeleving. in de vorm van wandelingen en het verzamelen van kruiden, vooral binnen de Basisopleiding. Wel onderscheid Herba Sanitas zich ten aanzien van andere kruidenopleidingen, door met beide benen op Moeder Aarde te blijven staan en terdege rekening te houden met interacties, bijwerkingen en contra-indicaties, die kruiden ook kunnen hebben. Ook kiezen wij voor een moderne benadering van ziekten en aandoeningen en het complementair behandelen daarvan met medicinale planten. De leerling moet tenslotte in staat zijn om te kunnen communiceren met reguliere behandelaars.

## **Herba Sanitas is "holistisch"**

'Holistisch' wil zeggen dat bij het behandelen van zieke mensen met geneeskruiden, niet alleen naar de directe symptomen wordt gekeken, maar naar de hele mens, in sociale, spirituele en psychologische context. Binnen de casuïstiek van Herba Sanitas speelt dit een belangrijke rol. Voor doelgroepen als kinderen, ouderen en mensen met een psychiatrische aandoening, is meestal een specifieke aanpak vereist, ook hier wordt aandacht aan besteed.

## **Herba Sanitas is onafhankelijk**

Herba Sanitas is niet gebonden aan een producent of merk van fytofarmaceutische middelen, het enige wat wij "verkopen" is kruidenkennis. Dit zorgt ervoor dat Herba Sanitas zich kritisch kan opstellen wanneer nodig en leerlingen kan aanleren om kwalitatief goede producten te kiezen of te bereiden voor toekomstige cliënten. Onafhankelijk wil niet zeggen dat we geen boodschap hebben, binnen de opleiding wordt o.a. aandacht besteed aan conservatie, ethische wildpluk, ecologisch verantwoorde producten en zaken als GMO en zaadactivisme en er ligt veel nadruk op zelfvoorziening met betrekking tot plantaardige medicatie en cosmetica.

## **Schriftelijke lessen**

De schriftelijke lessen van Herba Sanitas zijn ingedeeld in modules. De leerling kan deze modules downloaden via Dropbox met een code. De schriftelijke lessen bestaan uit verklarend lesmateriaal over de onderwerpen van betreffende module en zeer uitgebreide (gemiddeld 20 pagina's) science based monografieën van planten die passen in de module.

Tijdens elke module wordt er ook getoetst, deze toets wordt thuis gemaakt en de cijfers tellen mee in de eindbeoordeling, deze toetsen zijn multiple choice. Ook is er aan het eind van het eerste en tweede jaar een grote open vragen toets met vragen over het afgelopen lesjaar.

## **Praktijklessen**

De praktijklessen bestaan uit een nadere uitleg van het lesmateriaal, presentaties over specifieke onderwerpen en het aanleren van praktische vaardigheden. Je hebt niets aan fytotherapeuten die planten alleen uit boekjes of van kant en klare producten kennen, bij Herba Sanitas maak je vuile handen en leer je zelf planten herkennen, oogsten en verwerken. In de loop van de vier opleidingsjaren wordt er regelmatig buiten nader kennis gemaakt met wilde planten en leer je vele producten zelf maken, een kleine opsomming: infusies en decocten, tincturen, glycerieten, oliemaceraten, zalven, crèmes, glycerieten, hydrolaten, etherische oliën, zeep, capsules, tal van cosmetische producten zoals bodybars, bruisballen, shampoo bars, scrubs, tandpasta, deodorant etc. en het koken met inheemse wilde planten, waaronder ook wijn – en medebereiding en inmaaktechnieken. Ook is er veel aandacht voor het veilig gebruik van etherische oliën en wordt in de monografieën de etherische olie van planten goed omschrijven. Je neemt praktisch iedere praktijkles van het Basisjaar een veelal zelfgemaakt product mee naar huis. Al dit lesmateriaal is bij het lesgeld inbegrepen, m.u.v. ethanol en een gistfles voor het bereiden van wijn/mede.

## **Vereisten**

Wij hebben geen eisen met betrekking tot vooropleiding of leeftijd. Onze ervaring is dit heel weinig zegt over een mogelijk talent voor dit beroep.

## **Wel zijn er een aantal andere vereisten, in willekeurige volgorde:**

- ***Uitstekende beheersing Engelse taal!***

Er is niet aan te ontkomen, het meeste wetenschappelijk onderzoek met betrekking tot planten is in het Engels, net als de meeste ter zake doende literatuur, dit betekent dat je kennis van de Engelse taal op HAVO/VWO-niveau MOET zijn. Dit is erg belangrijk. Is je Engels niet goed, ga dan aan de slag om het te leren!

- **Computer – en internetvaardigheden!**

Herba Sanitas gaat ervan uit dat je de weg weet op een computer en op het internet. De communicatie tussen de school en de leerlingen buiten de praktijkdagen om, gebeurt via het internet (Facebook, Dropbox en e-mail). Daarnaast zijn onderzoeken met betrekking tot geneeskruiden op het internet te vinden en moeten je zoekvaardigheden goed zijn.

- *Ambitie en nuchterheid*

De Opleiding Moderne Fytotherapie van Herba Sanitas is een pittige opleiding en NIET bedoeld voor mensen die slechts hobbymatig bezig willen zijn of een meer esoterische visie op het vak hebben. Wel is de opleiding heel geschikt voor mensen die op een moderne manier, maar geworteld in tradities, met geneeskruiden bezig willen zijn en de ambitie hebben om hun kennis in de praktijk te gaan brengen.

- *Analytisch en kritisch*

Herba Sanitas houdt van onafhankelijke en originele geesten, mensen die analytisch kunnen nadenken en een kritisch vermogen hebben. Het zijn allemaal vaardigheden die je nodig hebt om de hoeveelheid informatie over geneeskruiden en het therapeutisch toepassen daarvan op waarde te schatten.

- *Creatief en inventief*

Voor het maken van fytotherapeutische producten, maar ook als therapeut zijn bovenstaande eigenschappen een pré.

- *Liefde voor planten, dieren en mensen*

Last, but not least, dit zijn namelijk de levende wezens waarmee je gaat werken.

Herken je jezelf in bovenstaande eigenschappen, dan ben je van harte welkom!

Van de leerling wordt verder een bepaalde mate van zelfstandigheid en discipline vereist, zeker in het Masterdeel van de opleiding. Daar tegenover staat dat er individuele begeleiding is via het internet, dat de klassen nooit meer dan 12 personen bevatten en dat creativiteit en goede ideeën altijd gestimuleerd wordt.

Je kunt met kruiden vele kanten uit, sommige mensen zijn meer theoretisch ingesteld, andere meer praktisch, daar wordt rekening mee gehouden. Het streven is de leerling te inspireren om zelf ontdekkingen te doen en een plek te vinden binnen het kruidenvak.

Tot de Masteropleiding wordt de leerling uitsluitend toegelaten, indien deze de Basisopleiding geslaagd heeft afgerond met een goedgekeurde science based monografie van een zelfgekozen medicinale plant en gemiddeld een voldoende voor de toetsen.

### **Studiebelasting**

Afhankelijk van het leervermogen van de leerling;

- 1e jaar: gemiddeld 10 uur per week
- 2e jaar: gemiddeld 15 uur per week
- 3e en 4e jaar: gemiddeld 20 uur per week

### **Wat is er mogelijk met het certificaat en diploma?**

Fytotherapie/kruidengeneeskunde is niet erkend in Nederland, dat wil ook zeggen dat opleidingen die zich richten op dit gebied van alternatieve geneeskunst, niet officieel erkend zijn. Het betekent echter niet dat de leerling met de verkregen kennis niets kan gaan doen. Oud-leerlingen doen diverse dingen met hun kennis, sommigen beginnen een (specialistische) kruidenpraktijk, maar de leerling kan ook eigen producten gaan maken (er is binnen de opleiding aandacht voor de wetgeving op dit gebied), de leerling kan gaan werken in een kruidenwinkel of smartshop (er is binnen de opleiding ook relatief veel aandacht voor entheogene kruiden), een eigen kruidentuin gaan onderhouden en daaruit producten maken, workshops gaan geven of zoals veel mensen doen, de verkregen kruidenkennis combineren met het vak of hobby dat al beoefend wordt, bijvoorbeeld binnen de imkerij, biologische landbouw, biologische bloementeel, urban gardening of productontwikkeling voor bedrijven. Of de leerling vindt een eigen unieke niche. Voor kruidengeneeskunde is momenteel veel belangstelling, zowel klein- als grootschalig, de tijdgeest is geknipt voor deze manier van werken met de natuur. De ervaring leert dat mensen die hard werken en een visie ontwikkelen, ook daadwerkelijk hun kennis kunnen omzetten in een echte inkomstenbron.

Als de leerling een fytotherapeutische praktijk wil beginnen en diens medische basiskennis is niet op HBO-niveau, dan zal hij/zij via een verkorte cursus Medische Basiskennis (MBK), de kennis moeten aanvullen om te kunnen laten registreren bij een beroepsvereniging. Wij kunnen leerlingen verder helpen met de mogelijkheden in deze richting.

## **Docenten**

Herba Sanitas werkt met meerdere docenten, de meeste lessen worden verzorgd door Gonnie van Elteren, maar een aantal onderdelen worden verzorgd door gastdocenten die specialist zijn op hun gebied.

### **Gonnie van Elteren;**

Mijn naam is Gonnie van Elteren, ik heb een medische achtergrond binnen de geestelijke gezondheidszorg en heb de Vakopleiding Kruidengeneeskunde succesvol gevolgd en afgerond met Hans van Boxtel als docent. Verder heb ik de nodige aanvullende cursussen en opleidingen op fytotherapeutisch gebied gevolgd. Momenteel ben ik fulltime docent voor Herba Sanitas en schrijf ik

over het onderwerp voor tijdschriften en online. Al heel vroeg raakte ik als kind gefascineerd door de natuur, ik was zo'n kind dat altijd in wegbermen en slootkanten aan het dwalen was op zoek naar plantjes. Zo rond mijn 12de kreeg ik een boekje over medicinale kruiden in handen en toen was ik voorgoed verknocht aan medicinale kruiden. Termen als infusies en maceraten, tincturen en decocten, riepen bij mij een geheimzinnig beeld op van alchemistische laboratoria en middeleeuwse kloosters. De romantiek en het plezier van het zelf producten maken en mijn liefde voor planten ben ik nooit kwijtgeraakt en wil ik graag doorgeven aan mijn leerlingen, met daarnaast het gevoel van vrijheid dat het geeft om in staat te zijn zelf allerlei producten te kunnen maken.

in 2003 ben ik begonnen met het geven van kortere cursussen en workshops op kruidengebied. Na twee jaar kwam vanuit de deelnemers aan deze workshops de vraag of ik een langere opleiding wilde opstarten die meer diepgang bood en meer science based was, dan de bestaande langere

opleidingen op dit gebied. Maar ook bij mijzelf was er inmiddels een grote passie ontstaan om de kennis die ik in de loop van de jaren had verkregen door te geven aan leerlingen. In 2005 startte de eerste Herba Sanitas opleiding en nu na 10 jaar heeft de opleiding een vernieuwde opzet waar ik zeer enthousiast over ben en ik hoop nog heel veel jaren mijn leerlingen veel bij te brengen over dit fascinerend vak.

### **Sfeer binnen de opleiding**

De sfeer binnen de opleiding is open en veilig, wij willen graag dat iedereen zich prettig voelt en zoveel mogelijk vragen durft te stellen, kortom we willen graag dat het, met een goed Nederlands woord: gezellig is!. Respect voor ieders levensovertuiging vinden wij, ook bij leerlingen onderling, heel belangrijk en wij lachen erg graag, ook om onze eigen beroepsgroep!

In de middag wordt er gezamenlijk geluncht, er wordt gezorgd voor soep of een salade, leerlingen kunnen altijd een kommetje mee eten, want net als de thee/koffie en versnaperingen is dit allemaal inbegrepen bij het lesgeld. De gemaakte producten zijn altijd biologisch en vegetarisch/veganistisch.

## **Belangrijk voor mensen met een kattenallergie of mensen die niet zo van deze dieren houden. Er bevinden zich meestal wel een aantal poezen in de lesruimte.**

### **Facebook jaargroep**

Voor iedere jaargang van Herba Sanitas wordt een Facebook groep gecreëerd, dit is voor onderling leerlingencontact, afspraken over carpoolen, mededelingen over de opleiding, receptenuitwisseling en gewoon voor de gezelligheid.

**Deelname aan de Facebook groep is verplicht, aangezien wij gekozen hebben voor deze manier van communiceren.**

### **Contact met de school**

Voor vragen over administratieve onderwerpen kun je terecht bij [info@herbasanitas.nl](mailto:info@herbasanitas.nl).

Eenmaal in de week (uitgezonderd de vakantieperiodes) is er via Facebook de mogelijkheid om rechtstreeks vragen te stellen aan de hoofddocent over kruidenonderwerpen, problemen waar je tegenaan loopt met je monografie en dergelijke, dit spreekuur is niet bedoeld voor het stellen van administratieve vragen of het doorgeven van absenties en dergelijke.

## Vervoer naar de opleiding

De locatie van de opleiding is gevestigd in Heeswijk-Dinther. Het adres is op ongeveer 20 minuten loopafstand van de dichtstbijzijnde bushalte. In de praktijk loopt niemand deze afstand omdat wij carpoolen sterk promoten, tenzij je natuurlijk graag een stukje loopt.

## Kosten opleiding

De kosten voor elk leerjaar zijn inclusief al het benodigde lesmateriaal (m.u.v. ethanol voor het maken van tincturen en de aanschaf van een gistfles voor de wijn/medebereiding in het tweede jaar)

Het inschrijfgeld bedraagt 1/4 van de hoofdsom en dient bij inschrijving betaald te worden. Voor alle lesjaren geldt; Het resterende bedrag moet volledig in augustus van betreffend lesjaar bij ons zijn bijgeschreven, dit bedrag wordt niet gerestitueerd bij verhindering van deelname met welke reden dan ook hiermee ga je akkoord wanneer je het inschrijfformulier ondertekend aan ons mailt. Vermeld te allen tijde het factuurnummer.

Voor tweede- derde- en vierdejaars geldt dat het inschrijfgeld in de maand mei van betreffend lesjaar moet zijn betaald: Vermeld te allen tijde het factuurnummer.

- Eerste jaar: € 1435,00 (1/4 = € 358,75 bij inschrijving)
- Tweede jaar: € 1570,00 (1/4 = € 392,50 bij inschrijving) inclusief een ingescand exemplaar van de "Chemisch-Ecologische Flora", welke niet meer in drukvorm te verkrijgen is. Exclusief de aanschaf van "Herbal Constituents" van Lisa Ganora. Dit boek wordt via de school met een fikse korting bij de auteur zelf aangeschaft, dus bestel het nog niet zelf!
- Derde jaar: € 1555,00 (1/4 = € 388,75 bij inschrijving) exclusief de aanschaf van het boek "Complementaire Zorg in de Palliatieve Zorgverlening" van Madeleine Knapp Hayes-Wellhüner.
- Vierde jaar: € 1350,00 (1/4 = € 337,50 bij inschrijving).

Betalen in termijnen is mogelijk (niet voor het inschrijfbetrag) vraag ons via [info@herbasanitas.nl](mailto:info@herbasanitas.nl) naar de mogelijkheden.

Na inschrijving en betaling van het inschrijfbetrag, wordt door Herba Sanitas een bewijs van inschrijving met verdere bescheiden toegezonden en is een plaats binnen de opleiding pas definitief gereserveerd. Het volgen van de opleiding van Herba Sanitas geeft korting bij verschillende verkooppunten van medicinale kruidenproducten, waaronder de kwalitatief zeer goede etherische oliën en basisoliën, de biologische hydrolaten, basisoliën en harsen van Joli et Co, en we hebben een leerlingenkorting bij groothandel Varuvo.

## Herba Sanitas, na de opleiding

Oud-leerlingen van Herba Sanitas blijven onderling en met Herba Sanitas contact houden via bijeenkomsten (bijscholing) en de Herba Sanitas Intervisiegroep op Facebook. Hier worden onderling casussen besproken en adviezen gegeven/verkregen. Ook wordt er veel gezamenlijk ingekocht, waardoor er flinke kortingen kunnen worden geregeld. Enkele oud-leerlingen werken inmiddels als gastdocent voor Herba Sanitas en dragen bij aan het up-to-date houden van de opleiding.

Inschrijven en/of algemene vragen over de opleiding kan via: [info@herbasanitas.nl](mailto:info@herbasanitas.nl)

We hopen dat je alles goed hebt gelezen en zien je graag terug in de les!