



# PROGRAMM I / 23

## Therapeutikum Krefeld

Zentrum für Anthroposophische Medizin  
Uerdinger Str. 110 · Bogenstr. 61 · 47799 Krefeld  
www.therapeutikum-krefeld.de

### Jahresmitgliederversammlung – MÄRZ 2023

Mittwoch > 08.03. > 19.30 Uhr  
Der Verein Therapeutikum Krefeld lädt ein!

### Johanni-Sommerfest – JUNI 2023

Ob im Juni das Johanni-Sommerfest des Therapeutikums und der Christengemeinschaft stattfinden wird, ist noch offen – schauen Sie auf unsere Website und auf Plakate im Therapeutikum!

### VORTRÄGE – FEBRUAR bis MAI 2023

Montag > 16.01. > 20.00 Uhr	<b>Angst und Entängstigung in Zeiten der Krise</b> Vortrag und Gespräch Katja von den Benken, Kunsttherapeutin, Franz-Josef Müller, Arzt
Montag > 27.02. > 20.00 Uhr	<b>Mit kreativen Gestaltungen die Sinne von Menschen mit Demenz aktivieren</b> Kunst als Sprache – statt nach Worten zu suchen, kann kreative Gestaltung Geschichten erzählen und (wieder-) entfachte Kreativität bietet Entwicklungspotential. Katja von den Benken, Kunsttherapeutin, Hedda Grandin, Ärztin
Montag > 20.03. > 20.00 Uhr	<b>Frühlingsmüdigkeit, Erschöpfung. Auf der Suche nach neuen Kraftquellen?</b> Vortrag, Übungen, Gespräch Dr. Gottfried Klemp, Arzt, Xandor Koesen-York, Therapeutischer Sprachgestalter
Donnerstag > 20.04. > Beginn 19.00 Uhr (!)	<b>Im Schatten des Daseins</b> Interviews mit Betroffenen auf der Straße Lesung: Nele Perpéet, Musik: Joachim Raff Anschließend Diskussion
Donnerstag > 10.05. > 20.00 Uhr	<b>Resilienz oder: Von der Kunst, auf dem Horizont zu balancieren</b> Vortrag und Gespräch Sylvana Deussen, Dipl. Psychologin und Heilpraktikerin für Psychotherapie, Ulrich Paul, Kunsttherapeut

Alle Vorträge – wenn nicht anders angegeben – beginnen um 20 Uhr. Richtsatz: 10 €

### MUSIK – JANUAR bis MAI 2023

Samstag > 13.05. > 10.30 – ca. 17.00 Uhr (inkl. Pause)	<b>Vom Klang zur Stille – Musik und Spiritualität – Intuitives Singen und Musizieren</b> Improvisieren, achtsam hören, meditieren – wir folgen der Intuition. Für Sänger*innen, Instrumentalist*innen, Laien wie Profis, die die Verbindung von Klang, Stille und Spiritualität interessiert; für Freundinnen/Freunde schöner Klänge, die auch die heilende Kraft der Musik suchen. Mitgebrachte Instrumente sollten möglichst auch beherrscht werden. Markus Stockhausen, Musiker und Komponist, www.markusstockhausen.de Kosten: 80 €, bitte in bar mitbringen. Ort (!): Christengemeinschaft Krefeld, Grenzstr. 130 ----> Anmeldung: Ulrich Paul, 02151-3252875, kunstmachtsinn@gmx.de
Samstag > 04.03. > 09.30 – 16.30 Uhr (inkl. Pause)	<b>Musik und Musiktherapie</b> Genuss – Begegnung – Selbsterfahrung Klang, Gesang und Stille wecken Freude und fördern Heilungspotentiale. In diesem Seminar beschäftigen wir uns mit unseren Ressourcen und lernen die Wirksamkeit von Musik(therapie) kennen. Musikalische Vorkenntnisse sind nicht notwendig. Ilka Rosar, Musiktherapeutin, Heilpraktikerin f. Psychotherapie Kosten: 80 €, bitte in bar mitbringen. ----> Anmeldung: kontakt@musiktherapie.nrw oder Dr. Franz-Josef Müller
Termine 06.12.2022, 13.12.2022 10.01.2023, 24.01.2023 18.30 – 19.40 Uhr	<b>Musiktherapie in der Gruppe</b> Erfahren Sie, dass Musik(therapie) Halt gibt und Sie im Alltag stärkt. Wir beschäftigen uns mit unseren Bedürfnissen, fördern dadurch unseren Selbstwert und unsere Sozialkompetenz. Musikalische Vorkenntnisse sind nicht notwendig. Kosten: Insgesamt 140 €, bitte in bar mitbringen Ilka Rosar, Musiktherapeutin, Heilpraktikerin f. Psychotherapie Ort (!): Duisburger Landstr. 259, 40489 Düsseldorf ----> Anmeldung: kontakt@musiktherapie.nrw

### HEILEURYTHMIE – well2move® – FEBRUAR bis APRIL 2023

Kurs 1: Mittwoch > 15.2.2023 > 20.00 – 21.15 Uhr

Kurs 2: Mittwoch > 05.4.2023 > 20.00 – 21.15 Uhr

#### well2move® – Übungen und Vortrag: Achtsame Bewegung gegen Stress und Erschöpfung

Vortrag und Übungen für Vitalität, innere Kraft und Ruhe, Konzentration und einen erholsamen Schlaf

5 €/pro Teilnahme

----> Kursleitung: Dr. Katharina Gerlach 0173-4710905 oder k.gerlach@well2move.de

### BIOGRAPHIE, SCHREIBEN, ACHTSAMKEIT ab JANUAR 2023

jeden 2. Dienstag im Monat > 19.00 Uhr

#### Meditation und Achtsamkeit

Kosten: 15 € pro Abend

jeden 2. Mittwoch im Monat > 19.00 Uhr

#### Selbsthilfegruppe Mamma CA

Ort: Praxis Dr. Maris, Bogenstraße 61, 47799 Krefeld

----> Kontakt: Annette Habicht, HP Psychotherapie, psychoonkologische Beratung, 0172-1059700, habicht@heilpraxis-mobil.de

### SPRACHE – JUNI 2023

Freitag > 16.06. > 20.00 Uhr

#### Johannimärchen

Geschichten und Gedichte von und über Engel

Vorgetragen von Inga York-Koesen, Kostenbeitrag 15 €, Ermäßigung möglich

## KUNST / MALEREI – ab JANUAR 2023

Tagesworkshop > Termine stehen noch nicht fest, werden per E-Mail verschickt – Lassen Sie sich in den E-Mail-Verteiler aufnehmen!

### MalOase – Zeit und Raum für Kreativität

Spielerische Wege in die freie Malerei mit individueller Begleitung

Kursgebühr: 75 € zzgl. Material; oder eigenes Material mitbringen (Materialliste wird per E-Mail verschickt)

### Malen im Kloster > Malkurs-reise vom 02.04. bis 06.04.2023 im Kloster Steinfeld, Kall (Eifel)

#### SPIELFELDER – experimentelle Malerei im Kloster Steinfeld

Kursgebühr: 350 € zzgl. Pension und Materialkosten . ----> Anmeldung: 02441-889-0, www.kloster-steynfeld.de

Alle Kurse sind für Anfänger und Fortgeschrittene geeignet! Ermäßigungen sind im Einzelfall möglich.

----> Kontakt: Ulrich Paul, 02151-3252875, mobil 0177-46 72 723 oder kunstmachtsinn@gmx.de

## SOZIALKUNST-KURSE – FEBRUAR bis JUNI 2023

freitags, jeweils > 14.30 – 17.30 Uhr

### Gestalterische Kreativität mit künstlerischen Methoden in Gemeinschaft erleben

Kurs A, 17.02.: **Soziale Nähe als Ressource – gemeinsames Gestalten erleben und wahrnehmen.**  
Herstellen von Pflanzenfarben und damit malen.

Kurs B, 24.03.: **Die nächste Krise kommt bestimmt – Selbstwirksamkeit erkennen.**  
Mit unterschiedlichen Materialien aus den Fachbereichen Malerei oder Plastik.

Kurs C, 21.04.: **Grenzen setzen und halten – ein stetiger Prozess!**  
Eine künstlerische Annäherung mit dem Werkstoff Tonerde zur Kultivierung der Selbstfürsorge

Kurs D, 02.06.: **Kunst berührt Demenz – für Menschen mit beginnender Demenz und Angehörige.**  
Spielerisches Herantasten an die Kreativität stehen als Prozessergebnis im Vordergrund  
(Finanzierung auch über den Entlastungsbetrag ab PFG I möglich).

Veranstaltungsort: Gruppenraum (Ulrike Bondick), Uerdinger Straße 188, 47799 Krefeld (Nähe Spröndentalplatz), Haltestelle Moltkestraße.  
Zugang über Treppenstufen. Kosten: 39 € pro Person plus Spende für Material. Begrenzte Plätze, verbindliche Anmeldung erforderlich.

----> Kontakt: Katja von den Benken, 0177-4915071 oder kontakt@kunsttherapie-demenz.de

Für alle Kurse ist keine künstlerische Vorerfahrung erforderlich; kreativkünstlerisches Interesse ist von Vorteil.

----> Weiterführende Informationen: www.kunsttherapie-demenz.de/sozialkunst/kurse/

## SOZIALES, PHILOSOPHIE, ANTHROPOSOPHIE – ab JANUAR 2023

Montags > 19.30-21.00 > 1x Monat > Termine auf Anfrage

### Aktiv für Gesundheit

----> Ansprechpartner für Interessierte: Zita Bräunig, 02151-331846

Donnerstags > 19.30 > 1x Monat > Termine auf Anfrage

### Männergruppe

Auf dem Weg zu mir selbst – wir erforschen die Fragen nach unserer Identität und Vision, den grundlegenden Fragen unseres Seins: Wer bin ich und wo will ich hin?

----> Ansprechpartner für Interessierte: Werner Strauch, 01577-4273142

## NATUR, ERNÄHRUNG, LANDWIRTSCHAFT – ab JANUAR 2023

Termine auf Anfrage

### Bienengespräche

Treffen der Mellifera-Regionalgruppe „Naturwabe Niederrhein“ – willkommen sind Menschen mit Interesse an einer wesensgemäßen, naturnahen und artgerechten Bienenhaltung.

----> Um Anmeldung bei Britta Bäcker unter info@naturwabe-niederrhein.de wird gebeten. ----> Infos und Termine unter: www.naturwabe-niederrhein.de

Liebe Patienten,

Die Frage „Was hält mich gesund?“ ist in einer Zeit, in der kränkende und verunsichernde Ereignisse und eine entsprechend auf die Schattenzonen des Weltgeschehens ausgerichtete mediale Berichterstattung an der Tagesordnung sind, aktueller denn je. „Was hält mich gesund?“, ist eine Frage, die auf allen Seins-Ebenen beantwortet werden möchte, sei es über die Stärkung des Immunsystems, über die Ausbildung seelischer Resilienz oder über die geistige Ausrichtung auf das Lichte und Nährende, das uns *auch* umgibt. Die tibetische Weisheit „Ein Baum, der fällt, macht mehr Krach als ein Wald, der wächst“ lädt ein zu einem Perspektivwechsel – nämlich statt eines angstvollen Fatalismus die Möglichkeiten der Verwandlung und des Neubeginns ins Auge zu fassen. In diesem Sinne möchten die Angebote im Therapeutikum einen Beitrag dazu leisten, so gesund, krisenbewältigend und zuversichtlich wie möglich ins und durchs neue Jahr zu gehen.

Herzliche Grüße, Ulrich Paul

Für nähere Informationen und Terminabsprachen stehen wir Ihnen gerne zur Verfügung:

#### Vorstand

Britta Bäcker 0151-15561696, Zita Bräunig 02151-331846,

Katja von den Benken 0177-4915071, Andrea Hortin 02151-631075,

Manfred Leppers 02831-980572, Ulrich Paul 02151-3252875

E-Mail: vorstand@therapeutikum-krefeld.de

Kassenführer: Sven Bienwald -Treppinger 0160-5547891

#### Hausarztpraxis · Uerdinger Straße 110

Dr. Elke Erkens-Fabers, Fachärztin für Allgemeinmedizin

Hedda Grandin, Fachärztin für Allgemeinmedizin

Andrea Hortin, Fachärztin für Allgemeinmedizin

Dr. Franz-Josef Müller, Facharzt für Innere Medizin

alle Ärzte Tel. Nr. 02151-631075

Fax Nr. 02151-631983

E-Mail: rezepte.pg@posteo.de

Dr. Kathryn Ventocilla, Ärztin, Psychotherapie 02151-787034

#### Gespräche und Trauerbegleitung

Einzeltermine auf Anfrage möglich

Sabine Rosenbruch, Pfarrerin der Christengemeinschaft Krefeld 0162-4589130

#### Therapeuten · Uerdinger Straße 110

Christian Fabers, HP-PT-FO 02154-205020

Rhythmische Massage, auch in Willich, Hülsdonkstr. 147

Xandor Koesen-York, Kunsttherapie (Sprachgestaltung) 02834-984840

E-Mail: koesen-york@t-online.de, www.koesen-york.com

Michael Kurnatowski, Heileurythmie 02151-9491130

E-Mail: m.kurnatowski@web.de

Ulrich Paul, Kunsttherapie (Malen) 02151-3252875

E-Mail: kunstmachtsinn@gmx.de

Nina Taplick, Kunsttherapie (Plastizieren) 0157-74528489

E-Mail: info@plastische-kunsttherapie.de

Britta Dahlems, Poesietherapie (HPG) 02151-791359

Annette Habicht, Psychotherapie, Psychoonkologie (HPG) 0172-1059700

Ute Eckardt-Körte, Psychotherapeutin für Kinder und Jugendliche, E-Mail: Uteeckardt@gmx.de 0157-70247630

Elke Kubzdela, HP, Fußreflexzonentherapie und Bluteegelbehandlung 02151-622533

Sylvana Deussen, Dipl. Psychologin und Heilpraktikerin für Psychotherapie, sylvana.deussen@gmx.de 0177-5409673

#### Therapeuten · Bogenstraße 61

Pia Müller-Ramming, Praxis für Kinder- und 0157-33139825

und Jugendlichenpsychotherapie

Christiane Hesse, Rhythmische Massage, 02065-5489280

Künstlerische Biografie Arbeit, Heilpraktikerin

Dr. Katharina Gerlach, M.A. Eurythmietherapie 0173-4710905

E-Mail: k.gerlach@well2move.de

Der Verein Therapeutikum Krefeld e.V. freut sich über jedes neue Mitglied und Ihre

Unterstützung, unter anderem für den Therapiefonds.

Beitrittserklärungen und Informationen sind in den Praxen zu bekommen.

**Spendenkonto:** Sparkasse Krefeld, BLZ 320 500 00, Konto Nr. 610 058 56

BIC: SPKRDE33XXX, IBAN DE87 3205 0000 0061 0058 56

#### Hautarzt & Fußfein

Fußpflege im Therapeutikum und bei Ihnen zu Hause.  
Terminabsprache bei Petra Gollwitzer unter 0151-51769606

#### Die Buchhandlung COSMAS+DAMIAN

freut sich auf Ihren Besuch! Stöbern Sie im reichhaltigen  
Sortiment von Büchern, Wolle, Farben und vielem mehr.

Geöffnet Montag bis Samstag von 10.00 bis 14.00 Uhr und nach  
Vereinbarung. Tel.: 02151-659 29 44 und info@achberger-verlag.de  
Bestellungen nehmen wir gern auch per E-mail entgegen.