



# PROGRAMM I / 2 I

## Therapeutikum Krefeld

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

### JAHRESMITGLIEDERVERSAMMLUNG – MAI 2021

**Mittwoch > 05.05. > ab 19.30 Uhr**  
**Jahresmitgliederversammlung**  
Der Verein Therapeutikum Krefeld lädt ein!

### JOHANNI-SOMMERFEST – JUNI 2021

Ob im Juni 2021 das Johanni-Sommerfest des Therapeutikums und der Christengemeinschaft stattfinden kann, ist noch offen – schauen Sie auf unsere Website und auf Plakate im Therapeutikum!

### VORTRÄGE – JANUAR bis MÄRZ 2021

<b>Donnerstag &gt; 21.01. &gt; 20.00 Uhr</b>	<b>Das Ohr als Tor zu unserem Gehirn</b> Hedda Grandin, Ärztin, und Katharina Zebrowski, Audio-Psycho-Phonologin und Querflötistin
<b>Mittwoch &gt; 03.02. &gt; 20.00 Uhr</b>	<b>Vital und beschwingt durch Achtsamkeit und Bewegung I – Innere Ruhe und Rhythmus</b> Vortrag und Übungen, Dr. Katharina Gerlach, Eurythmietherapeutin MA und Annette Habicht, HP Psychotherapie; → Anmeldung erforderlich: Annette Habicht 0172-1059700 oder habicht@heilpraxis-mobil.de
<b>Montag &gt; 22.02. &gt; 20.00 Uhr</b>	<b>Corona-Zeiten: Seelische und körperliche Immunität – die Sprache als Heilmittel</b> Vortrag, Übungen, Gespräch, Dr. Gottfried Klemp, Arzt, Xandor Koesen-York, Therapeutischer Sprachgestalter
<b>Donnerstag &gt; 25.02. &gt; 20.00 Uhr</b>	<b>3 Säulen der Gesundheit: Ernährung – Bewegung – Mentaltraining</b> Elke Kubzdela, Heilpraktikerin und Christian Fabers, HP Physiotherapie
<b>Mittwoch &gt; 24.03. &gt; 20.00 Uhr</b>	<b>Vital und beschwingt durch Achtsamkeit und Bewegung 2 – Selbstfürsorge und Struktur</b> Vortrag und Übungen, Dr. Katharina Gerlach, Eurythmietherapeutin MA und Annette Habicht, HP Psychotherapie; → Anmeldung erforderlich: Annette Habicht 0172-1059700 oder habicht@heilpraxis-mobil.de
<b>Freitag &gt; 23.04. &gt; 20.00 Uhr</b>	<b>„Aber was kann ich jetzt tun?“</b> Die Chancen der Anthroposophischen Psychotherapie Sylvana Deussen, Diplom-Psychologin und Heilpraktikerin für Psychotherapie

Alle Vorträge:  
Richtsatz: 10 €

### BIOGRAPHIE, SCHREIBEN – ab JANUAR 2021

**Montag > 10.05. > 19.00 Uhr**  
**Im Schatten des Daseins – Geschichten, die das Leben schreibt (abhängig von Arge, Hartz IV, Grundsicherung)**  
Lesung aus einer Sammlung von Interviews, Gespräch → Nele Perpéet

**Kurs 1: Freitags ab 22.01. > alle zwei Wochen 10.00 – 11.30 Uhr; Kurs 2: Dienstags ab 23.02. > alle zwei Wochen 18.00 – 19.30 Uhr**  
**Die heilsame Kraft des kreativen Schreibens\***  
Das Wort als Weg zu mir selbst – Experimentieren mit Worten, Bildern, Texten, Gedichten...  
Kosten: 10 € pro Treffen, keine Vorkenntnisse erforderlich

**Montags ab 11.01. > 10.15 – 11.45 Uhr**  
**Biografiearbeit / Lebensgestaltung – Altes loslassen, um Neues zu ergreifen\***  
Wöchentliche Gruppenarbeit, Kosten: 10 € pro Treffen. Bitte vorher anmelden! Einzelarbeit auf Anfrage

**Samstag 20.03. > 10.00 – 17.00 Uhr**  
**Workshop Biografisches Schreiben – Was in mir steckt, Teil 2\***  
Mit kreativen Anregungen den eigenen Lebenserfahrungen, Sichtweisen und Möglichkeiten nachspüren und wertvolle biografische Schätze bergen. (Teil 1 nicht erforderlich), Kosten 60 €, Ort: voraussichtlich Liedsteinquelle in Neuss

\*→ Kontakt: Britta Dahlems, HPG, Poesietherapie, 02151-791359 oder britta@dahlems.de oder www.dahlems-schreibwege.de. Keine Vorkenntnisse erforderlich!

### ACHTSAMKEIT – ab JANUAR 2021

**Montags > 12.04. – 07.06. > 19.15 – ca. 21.00 Uhr**  
**Den eigenen Stärken auf die Spur kommen\***  
Achtsamkeitsschulung an 8 Abenden  
Kosten: 120 € (inkl. Arbeitsmaterial) Begrenzte Teilnehmerzahl

**jeden 2. Dienstag sowie 3. Donnerstag im Monat > 19.30 Uhr**  
**Achtsamkeit und Meditation\***  
Kosten: 15 €/Abend

**jeden 2. Mittwoch im Monat > 19.00 Uhr – 21.00 Uhr**  
**Selbsthilfegruppe Mama-CA\***  
\*→ Kontakt: Annette Habicht, HP Psychotherapie, psychoonkologische Beratung, 0172-1059700, habicht@heilpraxis-mobil.de

### MUSIK – FEBRUAR 2021

**Samstag > 27.02. > 10.00 – 17.30 Uhr (inkl. Pause)**  
**Singen und Stille – Wenn die Seele singt**  
Spirituelles Tagesseminar – Singen und Meditation als Weg zum Selbst  
Markus Stockhausen, Musiker und Komponist  
Kosten: 80 €, → Infos: www.singen-und-stille.de  
Ort (!): Christengemeinschaft Krefeld, Grenzstr. 130  
→ Anmeldung: Ulrich Paul, 02151-3252875, paul@therapeutikum-krefeld.de

### well2move® – ab JANUAR 2021

**Dienstags > 12.30 – 13.15 Uhr**  
**well2move® – Präventionskurs Alltagsfitness 65+**  
Sturzprophylaxe, Gleichgewicht, Vitalität und Freude durch Bewegungsübungen  
→ Kursleitung: Katharina Gerlach 0173-4710905 oder k.gerlach@well2move.de

### HEILEURYTHMIE – ab JANUAR 2021

**Mittwochs > ab 13.01. > 19.00 – 20.30 Uhr**  
**Präventionskurs Heileurythmie**  
Das Immunsystem stärken! Wir lernen Übungen kennen, mit denen wir die Immunkräfte stärken und Ängste verwandeln.  
Arbeit in Kleingruppe; keine Vorkenntnisse nötig. Kosten: 14 x 90 Min., 252 €  
→ Anmeldung: Michael Kumatowski, 02151-9491130, m.kumatowski@web.de  
Präventionskurse werden von der BKK SECURVITA; BKK VBU bezuschusst.

### SPRACHE – JANUAR bis JUNI 2021

<b>Freitag &gt; 29.01. &gt; 20.00 Uhr</b>	<b>Meistererzählungen: „In Bulemanns Haus“</b> Ein Kunstmärchen von Theodor Storm über Geiz, Gier und Tod Vorgetragen von Inga York-Koesen, Kostenbeitrag jeweils 10 €, Ermäßigung möglich
<b>Freitag &gt; 23.04. &gt; 20.00 Uhr</b>	<b>Ein Bündel Balladen, Dichtungen von J.W.von Goethe, C.F.Meyer, A.von Droste-Hülshoff u.s.w.</b> Gesprochen durch Inga York-Koesen und Xandor Koesen-York, Kostenbeitrag jeweils 10 €, Ermäßigung möglich
<b>Freitag &gt; 11.06. &gt; 20.00 Uhr</b>	<b>Meistererzählungen: „Mein Kummer mit südjütändischen Kaffeetafeln“</b> Eine humorvolle Erzählung von Siegfried Lenz Vorgetragen von Inga York-Koesen, Kostenbeitrag jeweils 10 €, Ermäßigung möglich

## KUNST / MALEREI – JANUAR bis JULI 2021

**Tagesworkshop > sonntags > 11.00 – 17.00 Uhr (inkl. Pausen) > Termine (einzeln buchbar) > 31.01., 28.02., 25.04., 30.05., 27.06.2021**

### 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 28.03. bis 01.04. 2021 im Kloster Steinfeld, Kall (Eifel)

#### SPIELFELDER – experimentelle Malerei\*

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

\*→ Kontakt: Ulrich Paul, 02151-3252875, mobil 0177-46 72 723 oder paul@therapeutikum-krefeld.de

– Alle Kurse sind für Anfänger und Fortgeschrittene geeignet! Ermäßigungen sind im Einzelfall möglich. Lassen Sie sich in den E-Mail-Verteiler aufnehmen! –

## SOZIALES, PHILOSOPHIE, ANTHROPOSOPHIE – JANUAR bis JULI 2021

### jeden 3. Sonntag im Monat > 15.30 Uhr

#### Kaffeeklatsch im Therapeutikum

Wer nicht gut zu Fuß ist und einen Fahrdienst benötigt, meldet sich bitte bei

→ Petra Gollwitzer, 0151-51769606

### Montags > 19.30 – 21.00 Uhr > 11.01., 01.02., 01.03., 29.03., 03.05. und 07.05.2021

#### Aktiv für Gesundheit – Bürger engagieren sich

→ verantwortlich: Dr. Franz-Josef Müller, Interessierte herzlich willkommen

### Mittwochs > Terminnachfrage in der Praxis

#### Arbeit am Grundsteinspruch → Dr. Franz-Josef Müller

### Montags > 1x im Monat

#### Männergruppe

→ Ansprechpartner für Interessierte: Werner Strauch, 01577-4273142

### Dienstags > 18.45 – 19.45 Uhr

#### „Esoterische Betrachtungen Band II“ von R. Steiner

fortlaufende Textarbeit → Dr. Franz-Josef Müller, Kosten: 25 €/Semester

### Donnerstags > 18.45 – 19.45 Uhr

#### „Erkenne die Welt“ von Richard David Precht

fortlaufende Textarbeit → Dr. Franz-Josef Müller, Kosten: 25 €/Semester

## NATUR, ERNÄHRUNG, LANDWIRTSCHAFT – JANUAR bis JULI 2021

### Freitags > 1x Monat > 18.00 – ca. 19.30 Uhr

#### 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. → Weitere Infos und Termine unter: www.naturwabe-niederrhein.de

### Samstag > 13.02. und 15.05. > 14.00 – 17.30 Uhr

#### Mistelextrakt selber herstellen mit Dr. Peter Goedings und Dr. Bart Maris

Die Mistel ist eine wertvolle Heilpflanze, sie wird unter anderem bei KrebspatientInnen viel eingesetzt. Auf der Grundlage neuer Erkenntnisse über die Genetik und die Evolution der Krebszellen sowie die Mistelpflanze haben wir ein Verfahren entwickelt, das wir Ihnen gerne vorstellen, um es dann unter einfachen Laborbedingungen herzustellen.

Es geht hier nicht um eine Alternative zu den Mistelinjektionspräparaten, sondern lediglich um die Selbstherstellung eines Sirups nach einer neuen Idee. Wer diese Idee fruchtbar oder heilsam in sich aufgenommen hat, kann das Ergebnis dieser Zubereitung durch entsprechende Einnahme womöglich heilsam werden lassen.

Nach einer Einführung über die Krebserkrankung, die Eigenart der Mistel sowie die Hintergründe dieser Methode werden wir gemeinsam einen solchen Mistelextrakt für den Eigengebrauch oder zum Weiterreichen zubereiten.

Beschränkte Teilnehmerzahl. Kostenbeitrag 25 € . → Anmeldung erforderlich, bevorzugt via E-Mail an: praxis@fels-maris.de.

### Kurs 1 > Mittwochs > 17.02., 24.02., 03.03., 10.03. und 17.03.2021 Beginn > 19.00 Uhr

### Kurs 2 > Mittwochs > 02.06., 09.06., 16.06., 23.06. und 30.06.2021 > Beginn > 19.00 Uhr

#### Basenfasten – vierwöchige Fastenkuren

Wiederherstellen des Säure-Basen-Gleichgewichts durch vierwöchige Basenfastenkuren

Ort: Naturheilpraxis Sanare Naturalis, Uerdinger Str. 573, 47800 Krefeld, Kosten: 95 € inkl. Skript, Teilnahme nach vorheriger Anmeldung.

→ Kontakt: Rafia Willemsen, Heilpraktikerin, 0173-8626293 oder info@sanare-naturalis.de

## Corona – Krise oder Neubeginn

Welches könnte eine tiefere Dimension sein, auf die uns die aktuelle Corona-Krise hinweisen möchte?

Wie steht der Mensch heute in der Welt? Wie meinen die Verantwortlichen (und wir mit ihnen), auf Corona reagieren zu müssen? Ist nicht unsere Welt in Gefahr, einem dreifachen Wahn zu erliegen: der Illusion, alles müsse wissenschaftlich, logisch, rational erklärbar sein; der Forderung, für alle Entscheidungen müsse man jemanden juristisch zur Rechenschaft ziehen können; der Anmaßung, alles sei planbar, kontrollierbar, regulierbar?

Willigis Jäger, Benediktiner und Zen-Meister, verstarb 95-jährig im März diesen Jahres – in den Tagen des ersten Lock-Down. Sein Leben und Werk galt der Suche nach Erkenntnis, nach Wahrheit, dem Suchen nach einem individuellen Erkenntniszugang in die geistige Welt – bei einem nach außen ungemein produktiven Leben.

Ist der menschliche Schädel die Kommandozentrale einer plan- und regulierbaren Welt? Oder eine ihre Heimat suchende Nusschale in der „Wolke des Nichtwissens“ (ein zentraler Begriff bei Willigis Jäger)?

Könnten wir Pater Willigis Jäger zum Vorbild und Schutzpatron für die Corona-Not wählen und seinem lebendigen Streben nacheifern?

Dr. Franz-Josef Müller

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

#### Vorstand

Zita Bräunig 02151-331846, Petra Gollwitzer 0151-51 76 96 06,

Andrea Hortin 02151-631075, Ulrich Paul 02151-3252875

E-Mail: vorstand@therapeutikum-krefeld.de

#### Ärzte · Uerdinger Straße 110

Dr. Elke Erkens-Fabers, Ärztin

Hedda Grandin, Ärztin

Andrea Hortin, Ärztin

Dr. Franz-Josef Müller, Internist

Dr. Gottfried Klemp, Arzt

alle Ärzte: · Tel. Nr. 02151-631075 · Fax Nr. 02151-631983

Dr. Kathryn Ventocilla, Ärztin, Psychotherapie 02151-787034

#### Ärzte · Bogenstraße 61

Nicola Fels, Kinderärztin und Jugendärztin 02151-207280

Dr. Bartholomeus Maris, Frauenarzt 02151-207280

www.fels-maris.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

#### 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: paul@therapeutikum-krefeld.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 0157-70247630

und Jugendliche, E-Mail: Uteeckardt@gmx.de

Elke Kubzdela, HP, Fußreflexzonentherapie und 02151-622533

Blutegelbehandlung

#### 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: kgerlach@well2move.de

### Pädagogische Beratung für Familie und Pflegefamilien im Kontakt des alltäglichen Familienlebens, Kindergarten, Schule

Cecilia Agüero-Hoffmann, Heil- und Kindheitspädagogik,

Traumapädagogik, 0176-8254491 I, ch.kindheitspaedagogik@gmx.de

### Beratung bei spirituellen Fragen im Zusammenhang mit Krankheit und schicksalhaften Ereignissen

Rudolf M. Sudbrack, Pfarrer in der Christengemeinschaft Krefeld,

02151-4547807

#### Hautarzt & Fußfein

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

Dr. Hauschka-Naturkosmetikerin Rosel Ackers

Behandlungen nach den Grundsätzen der

Dr. Hauschka (Wala) Naturkosmetik.

Beratung, Information und Behandlungstermine geme

nach Vereinbarung unter 02823-8799153

#### Die Buchhandlung COSMAS+DAMIAN

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

Täglich geöffnet von 9.00-13.00 Uhr und 15.00-18.00 Uhr

(Mittwochs von 9.00-14.00 Uhr)

Tel.: 02151-6592944, info@achberger-verlag.de,

fambaars@me.com