



PROGRAMM 2 / 23

Therapeutikum Krefeld

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

Freitag > 15.09.2023 > 20.00 Uhr **Bach-Abend für Solo-Violine Susanne Fiedler**, Violonistin, Richtsatz: 10 €

VORTRÄGE – AUGUST bis NOVEMBER 2023

- Mittwoch > 23.08. > 20.00 Uhr** **Musik in der Demenzbegleitung** – Vortrag mit Übungen
Anhand von Biografiearbeit persönliche Musiktherapie für unterwegs und daheim gestalten und im Alltag mit und trotz Demenz integrieren
Barbara Trennhaus, Heilpraktikerin, Musiktherapeutin
- Mittwoch > 06.09. > 20.00 Uhr** **Körperwahrnehmung mit Musik** – Vortrag mit Übungen
Musik als Türöffner für die eigene Körperwahrnehmung. Übungen für eine bessere Körperwahrnehmung und ihre Stärkung
Barbara Trennhaus, Heilpraktikerin, Musiktherapeutin
- Mittwoch > 20.09. > 20.00 Uhr** **(Hoch-) Sensible Wahrnehmung und ihre Auswirkungen** – Vortrag und Gespräch
Autismusspektrum, AD(H)S & Co neu verstehen!
Verena Karl und Eduard Sadzakov, Systemische Familientherapeuten (www.wolfundbaer.de), Andrea Hortin, Ärztin
- Donnerstag > 28.09. > 20.00 Uhr** **„Wohlan denn, Herz, nimm Abschied und gesunde!“** – Vortrag und Gespräch
Sabine Rosenbruch, Trauerbegleiterin und Pfarrerin in der Christengemeinschaft
- Donnerstag > 19.10. > 19.00 Uhr** **Sozialkritische Arbeiterdichtung von Löns, Tucholsky, Brecht, Kästner, Kaleko**
Kritische Lyrik zum Sinn und Wesen der Arbeit als lebenserhaltender Massnahme
Vortrag: Nele Perpéet und Ingrid Vogel, Sozialsongs: Joachim Raff
- Donnerstag > 02.11. > 20.00 Uhr** **Begleitung eines Sterbenden und seines Umfelds**
Selbst betroffen! Und nun? – Beitrag und Gespräch
Loslassen, Abschied, Neubeginn – Mein Schicksal selbst gestalten
Dagmar Terwyen, Ärztin, Sabine Rosenbruch, Trauerbegleiterin und Pfarrerin
Ort (!): Christengemeinschaft Krefeld, Grenzstr. 130
- Mittwoch > 08.11. > 20.00 Uhr** **Mensch, ärgere dich (nicht)** – Vortrag und Gespräch
Grundlagen einer konstruktiven Konfliktarbeit
Sylvana Deussen, Dipl. Psychologin und Heilpraktikerin für Psychotherapie, Ulrich Paul, Kunsttherapeut, Mediator
- Mittwoch > 15.11. > 20.00 Uhr** **Systemische Musiktherapie** – Vortrag
Wenn es keine Worte (mehr) gibt. Familienaufstellung und systemische Gespräche zur Ressourcenmobilisierung mit Musik
Barbara Trennhaus, Heilpraktikerin, Musiktherapeutin
- Donnerstag > 16.11. > 20.00 Uhr** **Im Umkreis des Todes** – Beitrag und Gespräch
Praktische und spirituelle Fragen rund ums Sterben, Aufbahrung und Bestattung
Dagmar Terwyen, Ärztin, Sabine Rosenbruch Trauerbegleiterin und Pfarrerin
Ort (!): Christengemeinschaft Krefeld, Grenzstr. 130

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

BIOGRAPHIE, SCHREIBEN, SOZIALKUNST ab AUGUST 2023

Montags ab 16.10. bis 04.12.2023 > 8 x von 10.00 – 12.00 Uhr

Biografie-Arbeit

Biografiearbeit/Lebensgestaltung – Altes loslassen, um Neues zu ergreifen, Einführung in die anthroposophische Biografie-Arbeit und Anleitung, um ins eigene Tun zu kommen.

Start als 8-wöchiger Kurs, Gruppenarbeit, Kosten: 120 €, auf Wunsch ggf. Fortführung in 2024

---> Anmeldung & Info: Britta Dahlems, HPG, Poesietherapie, 02151-791359 oder britta@dahlems.de oder www.dahlems-schreibwege.de, Einzelarbeit auf Anfrage

Donnerstags ab 21.09.2023 > 6 x von 19.30 - 20.45 Uhr

Von der Selbstfindung zur Selbstheilung

Gespräch, Übungen, Austausch

Gruppengröße ca 6-10, Kosten: 50 €, ---> Anmeldung: lothar-duda@gmx.de

Mittwochs > 15.00 bis 16.30 Uhr

Rhythmische Massage

Wie fühle ich mich in meiner Haut?

Künstlerische Biografie – Arbeit

Wie werde ich souverän mit meinen Erlebnissen?

Sozialkunst – Gestaltung

Die menschliche Begegnung

Dynamisches Tierkreis – Zeichnen

Wie erlebe ich zeichnend die unterschiedlichen Qualitäten der 12 Tierkreiskräfte?

35 € Euro pro Termin. Die Kurse beginnen bei vollständiger Teilnehmeranzahl und erstrecken sich über 2 bis 3 Monate. Die Arbeit ist fortlaufend und aufeinander aufbauend, die Rhythmische Massage ist an andere Verbindlichkeiten gebunden. ---> Christiane Hesse, Heilpraktikerin, 02065-5489280, Praxis für Rhythmische Massage, Sozialkunst-Gestaltung, Künstlerische Biografie – Arbeit und Dynamisches Tierkreis-Zeichnen

MUSIK – OKTOBER bis DEZEMBER 2023

Sonntag > 22.10. > 10.30 – ca. 17.00 Uhr (inkl. Pause)

Vom Klang zur Stille – Musik und Spiritualität – Intuitives Singen und Musizieren

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 > 18.11. > 10.00 – 16.00 Uhr (inkl. Pausen)

Die Wirksamkeit von Musik(therapie)

Genuss – Begegnung – Selbsterfahrung

Mit Hilfe von Klängen, Gesang und der Stille wecken wir in diesem Tagesseminar Ihre Leichtigkeit und Lebensfreude und fördern dadurch Ihre Heilungspotentiale. Wir beschäftigen uns mit unseren Ressourcen und lernen die Wirksamkeit von Musik und Schwingung kennen. Musikalische Vorkenntnisse sind nicht notwendig.

Ilka Rosar, Musiktherapeutin, Heilpraktikerin f. Psychotherapie, Kosten: 50 €, bitte in bar mitbringen. ---> Anmeldung: kontakt@musiktherapie.nrw

Samstag > 16.12. > 11.00 – 17.30 Uhr

Das innere Licht – Singen und Stille

Für alle Sänger*innen, die die Verbindung von Klang, Stille und Spiritualität interessiert. Übungen und Improvisationen.

Für Freunde schöner Klänge, die auch die heilende Kraft der Musik suchen.

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

ENTSPANNUNG – AUGUST bis OKTOBER 2023

Freitag > Mittwochs > 9.08. bis 4.10.23 außer 23.08.! > 19.00 – 20.00 Uhr

Progressive Muskelentspannung (PMR) nach Jacobson

Schrittweise lernen Sie die Methode der Entspannung kennen, um sie im Alltag anzuwenden.

Der Kurs ist durch die Zentrale Prüfstelle Prävention zertifiziert und wird bei regelmäßiger Teilnahme durch die gesetzlichen Krankenkassen anteilmäßig erstattet.

Kosten: 120 € (8x 60 Min.), Birgit Thies-Andermahr, Dipl.-Sozialpädagogin, staatl. Motopädin, Entspannungspädagogin für PMR, AT, Stressmanagement.

→ Kontakt: Birgit Thies-Andermahr, 0157-86563815 oder thiesandermahr@gmx.de

SPRACHE – OKTOBER bis DEZEMBER 2023

Freitag > 20.10. > 20.00 Uhr

Der Tod als Tor

Gedichte und Geschichten

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

Freitag > 15.12. > 20.00 Uhr

Geschichten über die Weihenächte

KUNST / MALEREI – ab AUGUST 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)

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

SOZIALKUNST-KURSE – AUGUST bis OKTOBER 2023

freitags, jeweils > 14.30 – 17.30 Uhr

Sozialkunst als Ressource entdecken – gestalterische Kreativität mit künstlerischen Methoden in Gemeinschaft erleben

Kurs A, 25.08.: „Suchst du das Höchste, das Größte? Die Pflanze kann es dich lehren:

Was sie willenlos ist, sei du es wollend – das ist! (Das Höchste – Friedrich von Schiller)

Pflanzenfarben herstellen und damit malen – ein Naturerlebnis der besonderen Art zur Sinnesöffnung.

Kurs B, 29.09.: **Den Erlebnisraum zwischen Forderung und Überforderung für sich als Kraftfeld entdecken.**

Eine künstlerische Annäherung mit dem Werkstoff Tonerde.

Kurs C, 27.10.: **Kunst berührt Demenz**

Für Menschen mit Demenz und Angehörige. Sinnesaktivierung mit gestalterischer Kreativität und Naturbezug als Prozesserlebnis. (Finanzierung über den Entlastungsbetrag ab PFG I möglich)

Veranstaltungsort: Gruppenraum (Ulrike Bondick), Uerdinger Straße 188, 47799 Krefeld (Nähe Spröndentalplatz), Haltestelle Moltkestraße. Zugang über

Treppenstufen. Kosten: 45 € pro Person plus Spende für Material. Begrenzte Plätze, verbindliche Anmeldung erforderlich.

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

www.kunsttherapie-demenz.de/sozialkunst/kurse. Für alle Kurse ist keine künstlerische Vorerfahrung erforderlich; kreativkünstlerisches Interesse ist von Vorteil.

SOZIALES, PHILOSOPHIE, ANTHROPOSOPHIE – ab AUGUST 2023

Montags > 19.30 – 21.00 Uhr > 1x Monat > (meist 1. Montag)

Aktiv für Gesundheit

Gesprächsgruppe zu Gesundheits- und Gesellschaftsfragen

→ Nähere Infos Dr. Franz-Josef Müller

Dienstags > 18.15 – 19.25 Uhr

Anthroposophischer Lese- und Arbeitskreis

Dr. Franz-Josef Müller

Dienstags > 19.30 – 21.00 Uhr

Gesprächsgruppe Politik und Spiritualität

Dr. Franz-Josef Müller

Vorankündigung > Wochenende > 13./14.04.2024

Familien- und Systemaufstellung mit Dr. Alfred Schwarz

→ Infos: Marlene Rosenberger, mmrosenberger@gmx.de, Britta Dahlems

Jeden 2. Mittwoch > 18.30 – 20.00 Uhr

Arbeits- und Gesprächskreis

„Grundsteinmeditation“

Gesprächsgruppe zu Gesundheits- und Gesellschaftsfragen

Dr. Franz-Josef Müller

Donnerstags > 19.30 > 1x Monat > Termine auf Anfrage

Männergruppe

→ Werner Strauch, 01577-4273142

An jedem 3. Sonntag im Monat

Kaffeeklatsch im Therapeutikum

→ Anmeldung (AB) bei Petra Gollwitzer, 0151-61769606

NATUR, ERNÄHRUNG, LANDWIRTSCHAFT – ab AUGUST 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 Interessierte,

ein friedliches Miteinander – das ist das höchste Gut überhaupt. Mit einer friedlichen Tragfläche, auf friedlichem Nährboden kann Neues keimen, entstehen und erwachsen im Schutze aller Wohlwollenden. Aus Feinem, Zartem kann Größeres und Kräftiges entstehen. Was können wir selbst dazu beitragen? Die immerwährende friedliche Absicht und das friedvolle Handeln und das Friedfertig-sein. Was hilft uns dabei, in dieses Sein zu finden? Zum Beispiel Räume oder Felder von Kampf und Drama gar nicht erst zu betreten, geschweige denn zu bespielen oder zu füttern. Es darf eine neue Tugend entstehen, die zur Gewohnheit wird. Zuerst im Kopf, dann in Gedanken – und dann kann sie sich formen, indem sie zur Tat oder aber eben zur Nicht-Tat wird. Als kleiner „Anstupser“ oder auch als eine Art Meditation können folgende Zeilen* einen ersten Impuls anstoßen: „Ich lade dazu ein unsere Gedanken nach innen zu wenden – und jede und jeder für sich – ausschließlich auf das stets friedvolle Denken, Wollen und Fühlen zu besinnen. Allen Menschen, die uns begegnen, sei es wahrhaftig oder gedanklich – grundsätzlich ein geschwisterliches Miteinander zu unterstellen.“

Kommen Sie friedlich durch die Zeit – immer. Herzlich, Katja von den Benken.

* Vorgetragen bei der letzten Jahresmitgliederversammlung.

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

Vorstand

Katja von den Benken 0177-4915071

Zita Bräunig 02151-331846

Andrea Hortin 02151-631075

E-Mail: vorstand@therapeutikum-krefeld.de

Kassenführer: Heiko Bräunig

02151 331846

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

Einzeltermine und Termine für Trauergruppe auf Anfrage

Sabine Rosenbruch, Trauerbegleiterin und Pfarrerin 0162-4589130

der Christengemeinschaft

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

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

Barbara Trennhaus, Heilpraktikerin, Musiktherapeutin 0172-5723977

barbara.trennhaus@gmx.de

Therapeuten · Bogenstraße 61

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

Christiane Hesse, Rhythmische Massage, Künstlerische Biografie Arbeit, Heilpraktikerin 02065-5489280

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:

0151-51769606

Cosmas+Damian: Alles muss raus!!!

Liebe Kundinnen und Kunden,

nach mehr als 40 Jahren beende ich schweren Herzens meine Tätigkeit als Buchhändler.

Da ich leider keinen passenden Interessenten finden konnte, löse ich den Laden nun auf.

Bis Ende 2023 wird deshalb ein kompletter Räumungsverkauf stattfinden, sowohl der Waren als auch

der Einrichtung. Unser Antiquariat wird weiterhin unter dem Namen Cosmas+Damian

auf der Plattform booklooker zu finden sein.

Ich bedanke mich für die vielen interessanten und fruchtbaren Gespräche, die ich mit meinen Kunden führen konnte.

Gerne bleibe ich in Kontakt mit den Kunden, die mir ihre eMail-Adresse zukommen lassen:

cosmas.damian@web.de, Peter Schata