



PROGRAMM 2 / 19

Therapeutikum Krefeld

Zentrum für Anthroposophische Medizin
Uerdinger Str. 110 · Bogenstr. 61 · 47799 Krefeld

VORTRÄGE – SEPTEMBER bis NOVEMBER 2019

Dienstag > 17.09. > 19.30 Uhr	Chakren der Erde – Spiegel der Menschheit Buchvorstellung und Gespräch mit Dr. Gregor Arzt, Landwirt und Geomant, Märkisch Luch (Brandenburg)
Donnerstag > 26.09. > 19.30 Uhr	„Cosmas und Damian“ – ein alter Mythos im Spiegel gegenwärtiger Zeit mit Peter Schata – Einführung (Joseph Beuys), Anton Kimpfner, Freiburg, Dr. Gottfried Klemp, Hannelie Latsch → Kontakt: Hannelie Latsch, Tel. 02151-4866720, (Gemeinschaftsveranstaltung der Anthroposophischen Gesellschaft und dem Therapeutikum)
Montag > 07.10. > 19.30 Uhr	Kann man auch BIO denken? – Pflanzenbetrachtung zu Erntedank Mitgebrachtes aus Garten und Umgebung erwünscht! mit Dr. Gottfried Klemp, Arzt
Mittwoch > 16.10. > 19.30 Uhr	Erschöpfung vermeiden, Burnout vorbeugen Dr. Franz-Josef Müller, Arzt, Gespräch mit Katharina Gerlach, MA Eurythmietherapie, Annette Habicht, HP Psychotherapie
Dienstag > 05.11. > 19.30 Uhr	Netzwerk-Bildung – die Gruppen und Kurse des Therapeutikums stellen sich vor Vortrag und Gespräch mit Dr. Franz-Josef Müller, Arzt
Donnerstag > 07.11. > 19.30 Uhr	Einfluss der Ernährung auf unseren Darm und unsere Gesundheit Vortrag und Gespräch mit Elke Kubzdela, Heilpraktikerin und Diplombiologin, Tel. 02151-622533
Mittwoch > 13.11. > 19.30 Uhr	Ein wohltemperiertes Revier als Gesundheitsvorsorge für Bienen – „Wärme ist für den Bienen ebenso wichtig wie Nahrung.“ (Johann Thür, 1946) Vortrag und Gespräch mit Stephan Rameil (Meerbusch), Demeter-Imker
Montag > 18.11. > 19.30 Uhr	BURNOUT – aus dem Takt und neben der Spur. Was tun? Vortrag, Übungen und Gespräch mit Dr. Klemp, Arzt und Xandor Koesen-York, Therapeutischer Sprachgestalter

BIOGRAPHIE, SCHREIBEN – AUGUST bis DEZEMBER 2019

Kurs 1: Dienstags > 17.00 – 18.30 Uhr, Kurs 2: Donnerstags > 09.00 – 10.30 Uhr

Künstlerische Biografie – Arbeit und Dynamisches Tierkreiszeichnen

Themenschwerpunkte: Welche Wirkungen haben die 12 verschiedenen Tierkreiskräfte im zeichnen? – Sind diese Kräfte in der Biografie, das heißt im einzelnen Erlebnis zu finden? – Wie zeichne ich die 12 Tierkreiskräfte um den ganzen Menschen sichtbar werden zu lassen?
Kosten: 25 € pro Termin, Einstieg nach Voranmeldung jederzeit möglich bei → Christiane Hesse, Bogenstraße 61, Tel. 02 065-548 92 80

Dienstags ab 27.08. > 18.00 – 19.30 Uhr und Freitags ab 30.08. > 10.00 – 11.30 Uhr >> alle 2 Wochen

Die heilsame Kraft des kreativen Schreibens

Das Wort als Weg zu mir selbst – Experimentieren mit Worten, Bildern, Texten, Gedichten ...
(keine Vorkenntnisse erforderlich), Kosten: 10 € pro Treffen, Infos → Britta Dahlems, Einzelarbeit auf Anfrage

Montags ab 02.09. >> vormittags

Biografearbeit / Lebensgestaltung – Altes loslassen, um Neues zu ergreifen

Wöchentliche Gruppenarbeit, Kosten: 10 € pro Treffen, Bitte vorher anmelden!, Infos → Britta Dahlems, Einzelarbeit auf Anfrage

Samstag > 05.10. > 10.00 – 17.00 Uhr

Workshop Biografisches Schreiben – Was in mir steckt

Mit kreativen Anregungen den eigenen Lebenserfahrungen, Sichtweisen und Möglichkeiten nachspüren und wertvolle biografische Schätze bergen. (keine Vorkenntnisse erforderlich), Kosten: 10 € pro Treffen, Infos → Britta Dahlems

→ Infos und Anmeldung: Britta Dahlems, HPG, Poesietherapie, 02151-791359 oder britta@dahlems.de oder www.dahlems-schreibwege.de

ACHTSAMKEIT – AUGUST 2019 bis FEBRUAR 2020

Montags > 28.10. – 16.12. > 19.15 bis ca. 21.00 Uhr

Belastungen durch Stress erkennen und vermeiden lernen

Achtsamkeitsschulung an 8 Abenden
Kosten: 120 € (inkl. CDs und Arbeitsmaterial) *

jeden 2. Dienstag im Monat > 19.30 Uhr

Meditation und Achtsamkeit

Kosten: 15 € / Abend *

jeden 2. Mittwoch im Monat > 19.00 Uhr

Selbsthilfegruppe Mammakarzinom

jeden 3. Donnerstag im Monat > 19.30 Uhr

Meditation und Achtsamkeit

Kosten: 15 € / Abend *

auf Anfrage

Achtsamkeit als unterstützende und hilfreiche Praxis im Umgang mit einer onkologischen Erkrankung *

→ * Info und Kontakt: Annette Habicht, HP Psychotherapie, psychoonkologische Beratung, 0172-1059700, habicht@heilpraxis-mobil.de

Mittwochs > 23.10. – 04.12. > 19.00 bis ca. 20.30 Uhr

Präventionskurs – Erschöpfung vermeiden, Burnout vorbeugen

Belebung im Alltag durch Bewegung und Achtsamkeit

8 Abende, Kosten: 120 €, (Einleitender Vortrag: 16.10., 19.30 Uhr)

→ Katharina Gerlach, MA Eurythmietherapie, 0173-4710905,

www.well2move.de, → Annette Habicht, Achtsamkeitsschulung,

0172-1059700, habicht@heilpraxis-mobil.de

Samstag > 01.02. und Sonntag > 02.02.2020

Familien- und Systemaufstellung mit Dr. Alfred Schwarz

Kosten: Teilnehmer / 120 €, Aufstellende 180 €

→ Anmeldung: 02162-29480 oder mmrosenberger@gmx.de

HEILEURYTHMIE / Well2Move® – AUGUST bis DEZEMBER 2019

Mittwochs ab 28.8. > 19.00 – 20.30 Uhr

Präventionskurs Heileurythmie

Wir werden uns in diesem Kurs den Verspannungen im Schulter und Armbereich zuwenden; zusammenhängend mit verschiedenen Organen heilsame heileurythmische Bewegungen erlernen.

Kosten: 252 €, 14 x 90 Min., → Anmeldung: Michael Kumatowski

02151-9491130, m.kumatowski@web.de

Präventionskurse werden von der BKK SECURVITA; BKK VBU bezuschusst.

Mittwochs ab 23.10. > 19.00 – 20.00/20.30 Uhr

well2move® – Thema I Präventionskurs Stress und Erschöpfung

Übungen für Vitalität, innere Kraft und Ruhe, Konzentration und einen erholsamen Schlaf. (In Zusammenarbeit mit Annette Habicht.)

8 Termine, 4-6 Teilnehmer, Kosten: 120 €

Der Kurs wird von einigen Krankenkassen bezuschusst.

→ Kursleitung well2move®: Katharina Gerlach, Eurythmietherapeutin MA, Mitglied im BVHE, Kontakt: 0173-4710905 oder k.gerlach@well2move.de

Donnerstags ab 10.10. > 19.00 – 19.45 Uhr

well2move® – Präventionskurs Rückenbewegung

Die innere und äußere Stabilität ist die Voraussetzung für einen gesunden Rücken. In dem Kurs werden durch gezielte Übungen das Gleichgewicht und die Flexibilität der Wirbelsäule verbessert, Verspannungen gelöst und neue Haltungsmuster erlernt.

8 Termine, 4-6 Teilnehmer, Kosten: 120 €; Der Kurs wird von einigen Krankenkassen bezuschusst.

jeden 3. Donnerstag > 15.00 – 16.00 Uhr

well2move® – Tierkreis

Durch die Fenster jedes Tierkreiszeichens sehen wir die Welt mit einem bestimmten Blick. Die Eurythmie bringt diese Qualitäten in Bewegung – auch für Einsteiger und Neugierige!

8 Termine, 4-6 Teilnehmer, Kosten: 17 € / Einheit

Freitags > 10.00 – 10.45 Uhr

well2move® – Seniorenfitness

Anmeldung erforderlich!

MUSIK – NOVEMBER 2019

Samstag > 02.11. > 10.00 – 16.00 Uhr

Heilsames Singen

Singen als „Gesundheitserreger“ verbessert unser Wohlbefinden und aktiviert unsere Selbstheilungskräfte. Beim Singen einfacher Lieder erleben wir Freude am gemeinsamen Klang und erfahren unsere Stimme als Quelle von Kraft und Lebendigkeit.

Kosten: 70 €, → Leitung: Andrea Charpey, Musikpädagogin und Singleiterin für Gesundheitseinrichtungen, Dorothee Wohlgenuth, Konzertsängerin und Gesangspädagogin
Anmeldung: info@gutgestimmt.eu oder 0179-2293237, www.gutgestimmt.eu, Ort (!): Christengemeinschaft Krefeld, Grenzstraße 130

MUSIK – NOVEMBER 2019

Sonntag > 17.11. > 12.00 – 18.00 Uhr (inkl. Pause)

Singen und Stille – Wenn die Seele singt

Spirituelles Tagesseminar mit Markus Stockhausen. Für spirituell Interessierte und Stimmbegeisterte mit und ohne Vorkenntnissen, die durch Singen einen direkten Weg zur Quelle in sich erfahren möchten. Harmonische und heilende Töne, keine Lieder oder Mantras. Improvisationen, Vokalübungen, Atem, Resonanzen, Licht, angeleitete innere Betrachtungen (Meditation), Übung der Stille.

Kosten: 80 €, -> Markus Stockhausen, Musiker und Komponist. Der Kurs findet ab 10 Teilnehmern statt. Bitte Pausenverpflegung mitbringen!

www.singen-und-stille.de, -> Anmeldung Ulrich Paul, 02151-3252875, paul@therapeutikum-krefeld.de, Ort (!): Christengemeinschaft Krefeld, Grenzstraße 130

SPRACHE – SEPTEMBER bis DEZEMBER 2019

Freitag > 20.09. > 20.00 Uhr

DIE BILDERWELT der Märchen, Mythen und Legenden

Lesung: Märchen von Ernst Wiechert

Freitag > 08.11. > 20.00 Uhr

DIE BILDERWELT der Märchen, Mythen und Legenden

Lesung: „Der Tod und sein Engel“

Geschichten von Luise Rinser und Hans Christian Andersen

Freitag > 13.12. > 20.00 Uhr

STERNSCHNUPPEN aus der Zauberwelt der Literatur und Poesie

Lesung: „Die Christrose“ von Selma Lagerlöf

-> Vortrag von Inga York-Koesen, Kostenbeitrag jeweils 10 €

KUNST / MALEREI – SEPTEMBER bis DEZEMBER 2019

>> Tagesworkshop > Zeiten: Sonntags, 11.00 – 17.00 Uhr (inkl. Pausen) > Termine (einzeln buchbar) > 15.09., 10.11., 8.12.

MalOase – Zeit und Raum für Kreativität

Spielerische Wege in die freie Malerei mit individueller Begleitung

Kursgebühr: 70 € zzgl. Material; oder eigenes Material mitbringen (Materialliste wird per E-Mail verschickt)

Herbst am Meer >> Malreise von Mo, 14.10. – Fr, 18.10.

INSELLEBEN – Experimentelles Malen auf Schiermonnikoog (NL)

Begrenzte Plätze! Lassen Sie sich weitere Infos schicken!

Kosten: Kursgebühr 260 € zzgl. Unterkunft.

-> Information und Anmeldung Malen: Ulrich Paul, 02151-3252875, mobil 0177-46 72 723 oder paul@therapeutikum-krefeld.de

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

SOZIALES, PHILOSOPHIE, ANTHROPOSOPHIE – AUGUST bis DEZEMBER 2019

Montags > 19.30 – 21.00 Uhr
02.09.; 07.10.; 04.11.; 02.12.

Aktiv für Gesundheit – Bürger engagieren sich

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

Mittwoch > 04.09. > 20.00 Uhr
(weitere Termine auf Nachfrage)

„Grundsteinarbeit“ im Therapeutikum

-> Kontakt: Dr. F.J. Müller / Annette Habicht, 0172-105970

Montags > 2x im Monat

Männergruppe

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

Dienstags > 18.45 – 19.45 Uhr

„Die Offenbarung des Karma“ von Rudolf Steiner

Donnerstags > 18.45 – 19.45 Uhr

„Erkenne die Welt“ von Richard D. Precht

-> Fortlaufende Textarbeit mit Dr. Franz-Josef Müller

NATUR, ERNÄHRUNG, LANDWIRTSCHAFT – JULI bis DEZEMBER 2019

05.07., 06.09., 11.10., 08.11., 06.12. > 18.00 – 19.30 Uhr

Bienengespräche

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

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

Samstag 31.8. und 7.12. > 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. Peter Goedings hat ein Verfahren entwickelt, das jedermann selber durchführen kann, um aus Mistelblättern einen sirupähnlichen Extrakt herzustellen. Nach einer Einführung über Krebs sowie die Hintergründe und die Methode der Herstellung werden wir gemeinsam diesen Mistelextrakt machen, sodass jeder am Ende etwa drei Fläschchen des selbst hergestellten Saftes mit nach Hause nehmen kann. Beschränkte Teilnehmerzahl. Kostenbeitrag 25 €. -> Anmeldung erforderlich, bevorzugt via E-mail an: praxis@fels-maris.de.

Termin 1: 04.09., 11.09., 18.09., 25.09. und 02.10. > 19.00 Uhr, Termin 2: 30.10., 6.11., 13.11., 20.11. und 27.11. > 19.00 Uhr

Basenfasten – vierwöchige Fastenkuren

Häufig ist unser Körper durch fehlerhafte Ernährung aus dem wichtigen Säure-Basenfasten-Gleichgewicht geraten. Damit dies wieder in die Balance gerät und die Leber bei ihrer Entgiftungsfunktion unterstützt wird, biete ich vierwöchige Basenfastenkuren an. Kosten: 95 € inkl. Skript. -> Teilnahme nach vorheriger Anmeldung bei Rafia Willemsen, Heilpraktikerin, Tel. 0173-8626293 oder info@sanare-naturalis.de

Liebe Freunde des Therapeutikum Krefeld,

unser Bundesverein „Gesundheit Aktiv“ in Berlin hat eine große Kampagne angestoßen unter dem Namen: „Weil's hilft!“

Ihre Forderung ist: Naturmedizin und Schulmedizin gemeinsam!

1. Die Kosten der klassischen Naturheilverfahren müssen stärker durch die gesetzliche Krankenversicherung erstattet werden.
2. Öffentliche Forschungsgelder müssen verstärkt auch zur Erforschung komplementärer und naturheilkundlicher Therapieverfahren bereitgestellt werden, zum Beispiel durch Gründung eines aus Bundesmitteln finanzierten unabhängigen Instituts zur Evaluation dieser Verfahren.
3. Etablierte Verfahren der Naturmedizin müssen systematisch und verbindlich sowie inhaltlich und qualitativ hochwertig Teil der Ausbildungsordnungen für alle Gesundheits- und Heilberufe sein.

Um diese Forderungen in der Politik durchzusetzen, braucht es viele MitstreiterInnen!

Werden Sie mit uns aktiv, um das Bündnis zu erweitern:

Es gibt vielfältige Möglichkeiten, sich zu engagieren und einzubringen.

-> Informationen: GESUNDHEIT AKTIV e.V., Telefon: 030-695 68 72-0, www.gesundheit-aktiv.de, E-Mail: verein@gesundheit-aktiv.de

Gemeinsam können wir die Welt bewegen!

Ihr Xandor Koesen-York

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

Vorstand

Mario Kallfelz · 02151-470172, Dr. Franz-Josef Müller · 02151-6574848,
Petra Gollwitzer · 0151-51769606, Hans Sander · 0177-3375676

Ärzte · Uerdinger Straße 110

02151-631075
Fax Nr. 02151-631983
Dr. Elke Erkens-Fabers, Ärztin
Andrea Hortin, Ärztin
Dr. Gottfried Klemp, Arzt
Dr. Franz Josef Müller, Internist
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 DE87320500000061005856

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
paul@therapeutikum-krefeld.de
Nina Taplick, Kunsttherapie (Plastizieren) 0157-74528489
E-Mail: info@plastische-kunsttherapie.de

Therapeuten · Bogenstraße 61

Pia Müller-Ramming, 0157-33139825
Praxis für Kinder- und Jugendlichenpsychotherapie
Christiane Hesse, Rhythmische Massage 02065-5489280
Künstlerische Biografie Arbeit, Heilpraktikerin
Katharina Gerlach, Eurythmietherapie 0173-4710905

Dr. Vera Görtz, Ärztin, Psychotherapie 02151-6506882
Weggenhofstr. 6

Beratung bei spirituellen Fragen im Zusammenhang mit Krankheit und schicksalhaften Ereignissen

Rudolf M. Sudbrack, Pfarrer in der Christengemeinschaft Krefeld, 02151-4547807

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

Cecilia und Georg Hoffmann, Heil- und Kindheitspädagogik, Traumapädagogik, 02151-3604538, ch.kindheitspaedagogik@gmx.de

Die Buchhandlung COSMAS+DAMIAN

freut sich auf Ihren Besuch! Stöbern Sie im reichhaltigen Sortiment von Büchern, Wolle, Farben und vielem mehr und genießen Sie eine Tasse Kaffee oder Tee!

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

WALA
Arzneimittel



Wir danken unseren Partnern für die freundliche Unterstützung!

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 und Behandlungstermine gerne nach Vereinbarung.

Information und Termine unter 02823-8799153