

M O T I V E

Unsere Zukunft hängt ab von der Frage, inwieweit unsere Kultur der Erde als Organismus und dem einzelnen Menschen als Individuum gerecht wird.

Eine Entwicklung in diese Richtung deutet sich in den sozialen und kulturellen Umbrüchen der Gegenwart an. Der einzelne Mensch will sich zunehmend von der Bevormundung durch den Staat, Institutionen und Konventionen befreien und seine Lebensverhältnisse mehr und mehr selbst gestalten und verantworten. Dieses Bedürfnis zeigt sich nicht zuletzt in der Sprechstunde des Arztes, wo der mündige Patient nicht nur nach der Beseitigung von Symptomen fragt, sondern ihr Entstehen verstehen will und mitwirken will, dass ursächliche Lebensbedingungen verändert werden. Er will in seinen persönlichen Lebensbedingungen wahrgenommen und behandelt werden.

Wir haben uns hierfür zur Aufgabe gemacht, die Impulse zu verwirklichen, die sich aus der Anthroposophie Rudolf Steiners zur Erweiterung der Therapie ergeben. Dem liegt zugrunde ein Menschenbild, das neben dem physischen Organismusbereich des Menschen, der Gegenstand der modernen naturwissenschaftlichen Medizin ist, auch die seelische und geistige, d.h. psychische und individuelle Ebene seiner Existenz systematisch mit einbezieht.

Eine Individual-Medizin in diesem Sinne beinhaltet neben ärztlicher Beratung und medikamentöser Behandlung auch künstlerische Therapien und psychologische Beratung. Das Therapeutikum soll den Raum geben, in dem diese therapeutischen Bemühungen zusammenkommen können. Darüber hinaus geht es um Aktivitäten zur Förderung der Gesundheitsverantwortung, Persönlichkeitsentwicklung und Lebensgestaltung, z.B. Ernährung, Erziehung, Partnerschaft. Und es gehören dazu Veranstaltungen zur Förderung des künstlerischen Lebens und der sozialen Neugestaltung. Wir sehen das Therapeutikum als einen Ort der Begegnung und Entwicklung, wo Patienten und Therapeuten Gebende und Nehmende gleichzeitig sind, und wo jemand nicht krank oder Therapeut sein muss, um mitwirken zu können.

F I N A N Z I E R U N G

Die Arbeit des Ita-Wegman Therapeutikums ist nur möglich, wenn sie von einer großen Zahl von Menschen unterstützt wird, die diese Initiative für notwendig halten. Künstlerische Therapien werden zur Zeit nur von wenigen Krankenkassen erstattet. Im Rahmen einer mehrjährigen Studie wird die positive Wirkung dieser Therapien zur Zeit untersucht, um sie in den Katalog der gesetzlichen Krankenkassenleistungen aufnehmen zu lassen.

In vielen Fällen müssen die künstlerischen Therapien jedoch privat bezahlt werden. Das ist nicht für jeden möglich. Es ist aber unser Anliegen, dass jeder - unabhängig von seiner wirtschaftlichen Situation - unsere Angebote wahrnehmen kann, wenn es therapeutisch sinnvoll ist.

Wir haben einen Therapiefond eingerichtet, aus dem Patienten für die notwendige Therapie einen Zuschuß bekommen können. Für diesen Therapiefond und für die praktischen Aufgaben des Therapeutikums bitten wir um Ihre finanzielle Unterstützung, entweder in Form einer Spende oder durch Ihre Mitgliedschaft in unserem gemeinnützigen Verein. Über Spenden und Beiträge erteilen wir die entsprechenden Spendenbescheinigungen.

*Der Mensch ist die Medizin des Menschen.
Afrikanisches Sprichwort*



Neurodoron® – natürliche Hilfe bei Stress und Erschöpfung

Die Komposition natürlicher Substanzen in Neurodoron®, wie z.B. Bergkristall und Gold, stärkt das Nervensystem und regeneriert bei Erschöpfung.

Neurodoron®
Anwendungsgebiete gemäß der anthroposophischen Menschen- und Naturerkenntnis. Dazu gehören: Harmonisierung und Stabilisierung des Wesensgliedergefüges bei nervöser Erschöpfung und Stoffwechselschwäche, z. B. Nervosität, Angst- und Unruhezustände, depressive Verstimmung, niedriger Blutdruck, Rekonvaleszenz, Kopfschmerzen. Enthält Lactose und Weizenstärke – bitte Packungsbeilage beachten.

Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihren Arzt oder Apotheker.

Weleda AG, Schwäbisch Gmünd



M I T A R B E I T E N D E

Katharina Adam
Heileurythmie • (0234) 9020978

Margit Blume
Coaching, Beratung, L.I.N.D.®-Training • (0234) 3691737

Adelheid Färber
HP Psychotherapie • (0231) 4270777

Eva-Maria Fuchs
Lerntherapeutin, Förderlehrerin • (0231) 7213523

Angelika Jaschke
Heileurythmie • (02302) 941203

Brigitte Jülich
Beratung/Coaching/Therapie • (0231) 125576

Katja Pradel
Sekretariat im IWT

Katrin Schnarr
Supervision/Coaching/Berufsberatung • (0231) 5844554

Susanne Stähli
Malthérapie • (02302) 13327

Silvia ten Cate-Uhlenbrock
Psychologische Psychotherapeutin • (0231) 7213602

Dr. Hendrik Vögler
Facharzt für Allgemeinmedizin

Helge Vögler
Sprachtherapie und Schauspiel • (02302) 64424

Christel Vogt
Arztshelferin

Christiane Wedekind
Feldenkrais/Rückenschule • (0231) 9173540

Mit Unterstützung von:



WALA

ABNOBA

K O N T A K T

ita Wegman-Therapeutikum
Verein für erweiterte Therapie und Kultur e.V.

Beurhausstraße 7
44137 Dortmund

Telefon (0231) 161908
Fax (0231) 7214724

Bankverbindung: Bank für Sozialwirtschaft,
Konto Nr. 7069500, BLZ 37020500


www.iwt-dortmund.de
info@iwt-dortmund.de

Infoverteiler IWT per E-Mail
Bitte senden Sie eine Mail mit Ihrer aktuellen E-Mail-Adresse mit dem Betreff: **Aufnahme in Infoverteiler an: info@iwt-dortmund.de**
So erhalten Sie unsere aktuellen Programme bequem und für uns kostengünstig zugesandt.

Veranstaltungsort
Soweit nicht anders angegeben, finden die Veranstaltungen im ita Wegman-Therapeutikum, Beurhausstraße 7, 44137 Dortmund, statt.

Anmeldungen
Anmeldungen sind über die Praxis Dr. Vögler, Telefon (0231) 161908 für die Veranstaltungen erforderlich, bei denen es angekündigt ist.

Kosten
Soweit nicht anders angekündigt gilt als Richtsatz für die Einzelveranstaltungen 5 €; Ermäßigung bei allen Veranstaltungen ist nach Rücksprache möglich.

Das ita Wegman-Therapeutikum ist Mitglied im Paritätischen Bildungswerk NRW. Die mit  gekennzeichneten Veranstaltungen werden vom Paritätischen Bildungswerk in Kooperation mit dem IWT durchgeführt.



ITAWEGMAN THERAPEUTIKUM PROGRAMM 1/2010

Lebenskräfte
Gesundheitstraining vom 27.4. - 29.6.2010

Verein für
erweiterte
Therapie
und Kultur e.V.
Dortmund



P R O G R A M M

✳ ab Di. 12. Januar, 9.00 - 10.30 Uhr

Lu Jong - Tibetisches Heilyoga

Mit Dagmar Pasterny, Lu Jong-Trainerin, Gesundheits- und Ernährungsberaterin, Anmeldung unter 0231 758 11 63 oder eMail: dagmarpasterny@arcor.de

ab Di. 12. Januar, 11-mal, Kosten: 122 €

ab Fr. 15. Januar, 11-mal, Kosten: 122 €

ab Di. 13. April, 12-mal, Kosten: 133 €

ab Fr. 16. April, 12-mal, Kosten: 133 €

Nachmittags- und Abendtermine bitte erfragen

Leicht zu erlernende Körperübungen aus der tibetischen Medizin mit einem positiven Einfluss auf die Beweglichkeit der Wirbelsäule, die Ausgeglichenheit der Emotionen sowie auf die allgemeine körperliche Verfassung und Kondition. Körperschulung durch Bewegung, Atmung und Entspannung mit vorbeugender Wirkung gegen Krankheiten.

• ab Sa. 16. Januar, 10.00 - 14.00 Uhr

War das schon alles?

Monatliche Seminarreihe mit Volkmar Scholta-Molnár, Psychosynthesetherapeut

Termine: 16./17.01.; 13./14.02.; 20./21.03.; 17./18.04.; 15./16.05.; 19./20.06, samstags oder sonntags nach Absprache; (jeder Termin ist auch einzeln buchbar); Anmeldung unter 0178 5170697 oder eMail: psychosynthese.bochum@googlemail.com

Kosten pro Termin 30 € oder 6 Termine 150 €

Fühlen Sie, dass etwas in Ihnen am Leben teilnehmen möchte, das bisher von Ihrem Leben ausgeschlossen ist? Ärgert es Sie, dass andere sich nehmen, was sie wollen? Überkommt Sie ein heiteres, lebendiges Lebensgefühl, wenn Sie sich vorstellen, der Mensch zu werden, der Sie wirklich sind? Arbeit mit Methoden der Psychosynthese, Focusing nach E.Gendlin, Traum- und Körperarbeit, Imagination und Verkörperung, Identifikation und Disidentifikation.

Leichter Laufen oder Walken

Coaching auch für Marathonläufer

Seinen Laufstil verbessern mit der Feldenkrais-Methode

Mit Christiane Wedekind, Läuferin, Bewegungstherapeutin

und Feldenkrais-Practitioner, Anmeldung unter 0231 9173540

Treffpunkt: Rombergpark Zooeingang

So. 25. April, 10.00 - 12.00 Uhr, So. 09. Mai, 10.00 - 12.00 Uhr,

So. 30. Mai, 10.00 - 12.00 Uhr, So. 06. Juni, 10.00 - 12.00 Uhr,

So. 20. Juni, 9.30 - 11.30 Uhr, So. 04. Juli, 9.30 - 11.30 Uhr

Kosten 1-mal jeweils 20 €

✳ Feldenkrais-Methode und Rückenschule

Entdeckung der inneren Ordnung. Sich leicht und effizient bewegen lernen.

Mit Christiane Wedekind, Bewegungstherapeutin und Feldenkrais-Practitioner, Anmeldung unter 0231 9173540

• ab Mo.18. Januar,

17.00 - 18.10 Uhr, 10-mal, Kosten 122 €

18.15 - 19.30 Uhr, 10-mal, Kosten 122 €

19.45 - 21.00 Uhr, 10-mal, Kosten 122 €

• ab Mi. 20. Januar,

10.00 - 11.15 Uhr, 10-mal, Kosten 122 €

• ab Mo. 19. April,

17.00 - 18.10 Uhr, 11-mal, Kosten 132 €

18.15 - 19.30 Uhr, 11-mal, Kosten 132 €

19.45 - 21.00 Uhr, 11-mal, Kosten 132 €

• ab Mi. 21. April,

10.00 - 11.15 Uhr, 10-mal, Kosten 122 €

✳ ab Mi. 27. Januar, 18.00 - 19.30 Uhr

Ängste überwinden - Klar sehen und sicher entscheiden!

mit Brigitte Jülich, Erfolgscoach, Diplom-Sozialpädagogin.

Psychotherapeutin

Termine: 27.01., 24.02., 24.03., Kosten pro Abend 40 €

Anmeldung unter Tel. 0231 12 55 76, Fax 0231 22 69 782

eMail: brigitte.juelich@erfolgorange.de, www.erfolgorange.de

Kennen Sie das: Sie sind gelähmt vor Schreck? Sie haben Angst vor unangenehmen Situationen wie dem Gespräch mit dem Chef, dem Bewerbungsgespräch oder einer Prüfung? Erfahren Sie, was Sie dagegen tun können. Sie lernen, schwierige Situationen mutig zu meistern.

• ab Do. 4. Februar, 19.00 - 21.00 Uhr

Achtsamkeit im Umgang mit sich selbst üben

Mit Silvia ten Cate-Uhlenbrock, Psychologische Psychotherapeutin und Adelheid Färber, Körper- und Familientherapeutin, Heilpraktikerin Psychotherapie

8 Abende donnerstags: 4.2., 18.2., 4.3., 18.3., 15.4., 29.4., 6.5., 20.5.

Anmeldung unter 0231 7213602 oder 0231 4270777

Kosten: 150 €

Menschen, in deren Leben sich vieles verändert oder im Umbruch ist, machen oft die Erfahrung, dass sie das Alte nicht mehr trägt und ihnen das Neue noch nicht „richtig“ zur Verfügung steht. Mit Achtsamkeitsübungen und energetischen Übungen aus den Bereichen Meditation, Imaginations- und Energiefeldarbeit sowie körpertherapeutischen Verfahrensweisen lernen Sie, sich von alten Identifikationen zu distanzieren und das Neue zu stabilisieren und zu integrieren.

✳ ab Fr. 12. Februar, 19.30 - 21.00 Uhr

Gesundheit stärken - den eigenen inneren Arzt aktivieren

monatliche Veranstaltungsreihe mit Margit Blume, Sozialarbeiterin, Gemeinde-Pädagogin, Coach.

Anmeldung unter 0234 36 91 737 oder

Fax 0234 36 16 812. Kosten pro Termin: 10 € oder

insgesamt 45 € bei Anmeldung bis zum 05.02.2010.

An allen fünf Abenden lernen Sie nach einer thematischen Einführung jeweils (gesundheitsfördernde) Übungen zur emotionalen Selbstregulation und Förderung positiver Lebenseinstellungen kennen. Bei Interesse ist zwecks Vertiefung ins jeweilige Thema die Fortsetzung in der Kleingruppe möglich!

• Freitag 12.2.

Miteinander reden und Verständnis schaffen in (Familien-)Beziehungen

Erfahren Sie, warum wir manchmal was ins falsche Ohr bekommen und gerade diejenigen missverstehen, die uns am nächsten stehen.

• Freitag 12.3.

Auch Lernen will gelernt sein

Lernen Sie, wie Spiel, Spaß, Entspannung und eine positive Lernumgebung große und kleine Leute leichter und Lernblockaden/ängste überwinden lassen.

• Freitag 23.4.

Fehler als Chance nutzen

Leistungsdruck und Perfektionsanspruch können krank machen. Aber wann fühlen wir uns erfolgreich und vital? Erfahren Sie, wie wir aus Fehlern klüger werden!

• Freitag 28.5.

Ich lass nicht zu, dass du mich kränkst

Menschen erleben in privaten und beruflichen Zusammenhängen Verletzungen mit Auswirkungen auf zwischenmenschliche Beziehungen. Werden Sie vom „Opfer“ zum „Gestalter“ und lernen Sie, erfolgreich solche „Giftpfeile“ abzuwehren!

• Freitag 11.6.

Liebeskummer lohnt sich doch

Warum das Durchleben schmerzhafter Gefühle so wichtig für unsere (zukünftigen) Beziehungen ist.

• Do. 25. Februar, 20.00 Uhr

Tibetische Klangschalen

Mit Birgit Rettich, Krankenschwester für Intensivmedizin, Ausbildung in traditioneller chinesischer Medizin mit westlichen Heilkräutern.

Anmeldung bei Birgit Rettich unter 0231 149457, Kosten: 10 €

Informationen und eine Kostprobe zum Miterleben der „Massage“ mit tibetischen Klangschalen. Bitte Decke mitbringen.

✳ ab Di. 2. März, 19.15 - 20.45 Uhr

Wege aus der Depression

Psychoedukatives Gruppenangebot für Menschen, die an einer Depression erkrankt sind.

Mit Hanne Koch, Dipl. Sozialpädagogin, Fachkrankenschwester für Psychiatrie, Körpertherapeutin, Heilpraktikerin Psychotherapie dienstags 2.3., 9.3., 16.3., 23.3., 30.3., 6.4., 13.4., 20.4.

Anmeldung bis zum 19.02.2010 unter 0231 4 27 25 27

Das Seminar kann nur komplett gebucht werden.

Gruppengröße: 5 - 10 TeilnehmerInnen, Kosten 120 €

In diesem Seminar möchte ich Sie über die Entstehungsursachen und die derzeitigen Behandlungsverfahren informieren, sowie Ihnen Anregungen geben, wie Sie selbst zur Verbesserung Ihrer Lebensqualität beitragen können. Gleichzeitig trägt das Seminar zum Erfahrungsaustausch unter den Teilnehmern bei.

✳ So.14. März, 10.00 - 14.00 Uhr

Feldenkrais und Rückenschule zu Extra Themen:

Entlastung, Entspannung von Schultern,

Nacken und Armen

Mit Christiane Wedekind, Bewegungstherapeutin und Feldenkrais-Practitioner, Anmeldung unter 0231 9173540, Kosten: 40 €

Freiheit in Schultern und Nacken durch Beweglichkeit, Kraft und

Unterstützung des Rumpfes

Feldenkrais - Einzelstunden - Funktionale Integration

Funktionale Verbesserung bei Schmerzen, Bewegungseinschränkungen. Koordination, Atmung und Haltung. Termine nach Vereinbarung

✳ Do. 22. April, 19.30 - 21.30 Uhr

Elterngesprächsabend

„Wie begleite ich mein Kind bei der Berufswahl?“

Mit Katrin Schnarr, Dipl. Supervisorin und Berufsberaterin

Anmeldung bis zum 14.04.2010 unter 0231 5844554, Kosten 20 €

Wenn Kinder beginnen ihre eigenen Wege zu gehen, beginnt für Eltern oft ein Ablösungsprozess, der bisweilen als befreiend, aber manchmal auch als schmerzhaft erlebt wird. Die Wahl des Berufes stellt Eltern nochmal vor besondere Herausforderungen. An diesem Abend beschäftigen wir uns mit der Frage, wie man den richtigen Zeitpunkt findet, um das Thema „Berufswahl“ anzusprechen und mit welchen Möglichkeiten man sich mit diesem Themenbereich ohne Druck auseinandersetzen kann. Wie entwickelt sich eine Entscheidung für einen Beruf? Wie kann ich als Elternteil mein Kind bei dieser Entscheidung unterstützen? Welche Möglichkeiten bietet Berufsberatung in diesem Zusammenhang?

✳ ab Di. 27. April, 20.00 - 22.00 Uhr

Lebenskräfte

Gesundheitstraining

Mit Dr. Hendrik Vögler (Allgemeinmedizin), Katharina Adam (Bewegungstherapie), Susanne Stähli (Malthherapie), Silvia ten Cate-Uhlenbrock (Psychotherapie), Helge Vögler (Schauspiel und Sprachtherapie), Volkmar Scholta-Molnar (Psychosynthese).

10 Doppelstunden wöchentlich dienstags bis 29.6.2010.

Mit Voranmeldung 0231 7212840 und Vorkasse.

Gesamtkosten 100 € (erm. 80 €). Die Kosten werden auf Antrag von

einigen Krankenkassen erstattet.

Themen: Krankheitsprozesse - Gesundungsprozesse (Prävention, „Selbstregulation“, „Salutogenese“); Bewegung (Sport, Tanz); Kreativität; Entspannung (Atmung, Körperwahrnehmung, Schlaf); Partnerschaft; „Teamwork“; Lebensstil und Lebensrhythmus; Meditation (Übungen, Spiritualität). Zum Thema gibt es jeweils nach einer theoretischen Einführung viele praktische Übungen und daran anschließend ein Gruppengespräch.

• Sa. 15. Mai, 20.00 Uhr

„Gespenster“ Schauspiel von Henrik Ibsen

Schauspielgruppe im IWT, Spielleitung Helge Vögler

Kosten: 8 € / 5 €

Frau Alving harrt in ihrer Ehe aus. Sie hat alles getan, um die Fassade aufrecht zu erhalten. Das scheinbar Unabwendbare führt die Familie in eine Katastrophe.

✳ ab Do. 10. Juni, 19.30 - 21.30 Uhr

Motivation

Mit Katrin Schnarr, Dipl. Supervisorin und Berufsberaterin

Donnerstags, 10.06., 17.06., 24.06., 01.07.

Anmeldung bis zum 01.06. 2010 unter 0231 5844554, Kosten 60 €

Ziele finden und Klarheit gewinnen! Wofür möchte ich mich in meinem Leben einsetzen und was hält mich immer wieder davon ab? In diesem Seminar beschäftigen wir uns mit der Frage, welche Schwerpunkte wir in unserem Leben beruflich und privat setzen wollen. Mit verschiedenen Übungen verschaffen wir uns Einsichten über das, was „uns antreibt“ und entwickeln Wege und Möglichkeiten, die uns befähigen unsere Wünsche und Ziele auch langfristig zufriedenstellend zu verfolgen und zu erreichen.

• Mi. 16. Juni, 20.00 Uhr

Jahresmitgliederversammlung

für die Mitglieder des IWT

✳ Fr. 25. Juni, 20.00 Uhr

Stress positiv begegnen!

Vortrag, Übungen und Gespräch

Mit Dr. Hendrik Vögler, Allgemeinarzt

Immer mehr Menschen empfinden ihr Leben in der Gegenwart als Belastung: Überreizung und Stress, Beziehungskonflikte und Sinnverlust tragen dazu bei. Erschöpfung und Verwirrung sind die Folgen und führen dazu, dass Depressionen, Ängsten oder Aggression. Sogar das Auftreten von Krebsen und anderen chronischen Krankheiten begünstigt werden. Jede Art der Neuorientierung und Verhaltensänderung braucht zunächst eine Form der Selbstbesinnung, des „zu sich Kommens“. Hierzu werden Übungen für die körperliche, die seelische und die geistige Seite vorgestellt.