

## 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.

*„Die Trübung wird durch Versenkung geklärt.  
Was ruht, wird aufgewirbelt durch Erregung.“  
(Laotse)*



## 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.

**Anwendungsgebiete** gemäß der anthroposophischen Menschen- und Naturlehre:  
Dazu gehören: Hämorrhagien und Stabilisierung des Weizenstärkegehaltes 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.

Weleida 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 Jülch**  
Beratung/Coaching/Therapie • (0231) 125576

**Katja Pradel**  
Sekretariat im IWT

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

**Susanne Stähli**  
Maltherapie • (02302) 13327

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

**Dr. Hendrik Vögler**  
Facharzt für Allgemeinmedizin, Psychotherapie

**Helge Vögler**  
Sprachtherapie und Schauspiel • (02302) 64424

**Christel Vogt**  
Arzthelferin

**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](http://www.iwt-dortmund.de)  
[info@iwt-dortmund.de](mailto: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](mailto: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 Euro; Ermäßigung bei allen Veranstaltungen ist nach Rücksprache möglich.

ITAWEGMAN  
THERAPEUTIKUM  
PROGRAMM 1/2012

*Lebenskräfte*  
Gesundheitstraining vom 24.4. - 26.6. 2012

Verein für  
erweiterte  
Therapie  
und Kultur e.V.  
Dortmund



**ab Di. 10. Januar, 9.00 - 10.30 Uhr**

**Lu Jong - Tibetisches Heilyoga**

Mit Dagmar Pasterny, Lu Jong-Lehrerin/Ausbilderin,  
Gesundheits-, und Ernährungsberaterin

**Anmeldung unter 0231 7581163**

oder eMail: [dagmar.pasterny@gmx.de](mailto:dagmar.pasterny@gmx.de)

**ab Di. 10.01., 11 mal, Kosten: 137,50 Euro**

**ab Fr. 13.01., 11 mal, Kosten: 137,50 Euro**

**ab Di. 17.04., 11 mal, Kosten: 137,50 Euro**

**ab Fr. 20.04., 11 mal, Kosten: 137,50 Euro**

**Quereinstieg und Schnupperstunde möglich.**

Leicht zu erlernende Körperübungen aus der tibetischen Medizin mit dem Schwerpunkt auf schonende Flexibilisierung der Wirbelsäule, Stärkung der Rückenmuskulatur sowie Stressreduktion. Körperschulung durch Bewegung, Atmung und Entspannung mit positivem Einfluss auf die körperlich-seelische Verfassung, Kondition und Gesundheit.

**ab Do. 12. Januar bis 3. Mai, 19.00 - 20.30 Uhr**

**Achtsamkeit mit sich selbst üben**

Kurs mit Silvia ten Cate-Uhlenbrock, Psychologische Psychotherapeutin und Adelheid Färber, HP Psychotherapie, Körper- und Familientherapeutin

**8 Donnerstagabende, Kosten: 150 Euro, nur gesamt buchbar,**

**Anmeldung unter 0231 7213602 oder 0231 4270777**

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 diesem Kurs bieten wir die Möglichkeit, diese Schwellensituation zu bewältigen. 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 Mo. 16. Januar**

**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.16. Januar: 17.00 - 18.10 Uhr, 10 mal, Kosten: 130 Euro**

**18.15 - 19.30 Uhr, 10 mal, Kosten: 130 Euro**

**19.45 - 21.00 Uhr, 10 mal, Kosten: 130 Euro**

**ab Mi. 18. Januar: 10.00 - 11.15 Uhr, 10 mal, Kosten: 130 Euro**

**ab Mo. 16. April: 17.00 - 18.10 Uhr, 10 mal, Kosten: 130 Euro**

**18.15 - 19.30 Uhr, 10 mal, Kosten: 130 Euro**

**19.45 - 21.00 Uhr, 10 mal, Kosten: 130 Euro**

**ab Mi. 18. April: 10.00 - 11.15 Uhr, 10 mal, Kosten: 130 Euro**

**ab Sa. 21. Januar, 10.00 - 16.30 Uhr**

**ab Do. 2. Februar, 19.00 - 20.30 Uhr**

**Chakra- und Aurameditation**

Wahrnehmungs-, Reinigungs- und Vitalisierungsübungen der sieben Hauptchakren und der Aura

Kurs mit Adelheid Färber, HP Psychotherapie, Körper- und Familientherapeutin

**Termine Sa. : 21.01./14.04./16.06.2012**

**Termine Do. : 02.02./16.02./15.03./29.03./ 26.04./10.05. /24.05.2012**

**Kosten: 320 Euro, bei monatl. Zahlung 55 Euro, nur gesamt buchbar**

**Anmeldung unter 0231 4270777**

An jedem Termin konzentrieren wir uns in meditativer Weise auf ein Chakra und üben, unsere Wahrnehmung von diesem zu verfeinern. Das hierdurch entwickelte Verständnis, hilft uns zu erkennen, wie wir uns gesundheitlich (Leib, Seele, Geist) in ein Gleichgewicht bringen und uns stärken können. Hierzu werden spezielle Körperübungen sowie Meditations- und Visualisierungsanregungen angeboten. Samstags besteht die Möglichkeit, die Erfahrungen malarisch auszudrücken. Hierdurch wird der Prozess vertieft. Bitte Eurythmieschuhe oder Stoppersocken mitbringen. Denken Sie samstags auch an einen kleinen Imbiss. Heilwasser wird gestellt.

**ab Mi. 25. Januar**

**Raus aus dem alten Trott**

Problemlösung, Neuorientierung, Weiterentwicklung!

Mit Brigitte Jülich, Erfolgscoaching, Psychotherapie

**8 Termine, 1 x monatlich mittwochs von 18:15 - 19:30 Uhr,**

**die weiteren Termine werden am 25.01. abgestimmt.**

**Weitere Infos und Anmeldung unter 0231 12 55 76 oder**

**brigitte.juelich@erfolgorange.de, www.erfolgorange.de**

**Ihre Investition: pro Abend 69 Euro**

**ab Fr. 3. Februar**

**Gesundheit stärken - den eigenen inneren Arzt aktivieren.**

Vortragsreihe mit Margit Blume, Profiling Coach (EG),

L.I.N.D.®-Trainerin

**Tel. Anmeldung bis je 3 Tage vor der Veranstaltung unter**

**0234- 36 91 737 oder online unter [www.blume-coaching.de](http://www.blume-coaching.de)**

**Kosten: 10 Euro/Termin oder 45 Euro bei Anmeldung für alle**

**5 Termine bis 28.01.2012, die Termine sind alle einzeln buchbar**

An 5 Abenden lernen Sie nach einer thematischen Einführung gesundheitsfördernde Übungen zur emotionalen Selbstregulation & Förderung positiver Grundhaltungen kennen. Bei Interesse ist zur Vertiefung ins jeweilige Thema eine Fortsetzung in einer Kleingruppe möglich!

**Fr. 3. Febr. 20.00 - 21.30 Uhr • 1. Abend von 5 Terminen**

**Sie schaffen das!**

Sind auch Sie mit guten Vorsätzen ins neue Jahr gestartet?

Erfahren Sie, wie Sie am Ball bleiben & Ihre persönlichen Ziele

mit Freude erfolgreich umsetzen!

**Fr. 2. März, 20.00 - 21.30 Uhr • 2. Abend von 5 Terminen**

**Miteinander reden & Verständnis schaffen**

**in schwierigen Gesprächen**

Sagen Sie endlich Ihre Meinung!

Sich vertreten auf dem Königsweg des Respekts.

**Fr. 20. April, 20.00 - 21.30 Uhr • 3. Abend von 5 Terminen**

**Ich lass ´ nicht zu, dass du mich kränkst!**

Menschen erleben in privaten & beruflichen Zusammenhängen.

Verletzungen mit Auswirkungen auf zwischenmenschliche

Beziehungen. Werden Sie vom Opfer zum Gestalter & lernen Sie,

sich erfolgreich gegen solche „Giftpeile“ zu wehren!

**Fr. 11. Mai, 20.00 - 21.30 Uhr • 4. Abend von 5 Terminen**

**Fehler als Chance**

Nobody is perfect! Aber Sie sind einmalig! Leistungsdruck &

Perfektionsanspruch können krank machen. Aber wann fühlen Sie

sich erfolgreich & vital? Lernen Sie, Fehler als Chance zu sehen!

**Fr. 29. Juni, 20.00 - 21.30 Uhr • 5. Abend von 5 Terminen**

**Well-Aging: Wie Sie sich in der Kunst des Jungbleibens üben!**

Bauen Sie auf 3 Säulen für gesteigertes Wohlbefinden & Vitalität

im höheren Lebensalter.

**ab Do. 16. Februar, 18.00 - 19.30 Uhr**

**Ein Stück vom Glück**

Durch Life-Coaching Lebensfreude steigern, Zufriedenheit

erfahren, Ziele erreichen!

mit Margit Blume, Profiling Coach (EG), L.I.N.D.®-Trainerin

**Termine: 16.02., 15.03., 03.05., 21.06.**

**Tel. Anmeldung bis je 3 Tage vor der Veranstaltung unter**

**0234- 36 91 737 oder online unter [www.blume-coaching.de](http://www.blume-coaching.de)**

**Kosten: 30 Euro/Termin oder 100 Euro bei Anmeldung für alle**

**4 Termine bis 10.02.2012, die Termine sind alle einzeln buchbar**

Entwickeln Sie Lösungen für IHR Thema: Sanft, humorvoll, ohne

Stress! Dieses Angebot richtet sich an alle, die erfahren möchten, was

Coaching eigentlich ist oder bereits einen Coachingprozess hinter

sich haben & mit einem Thema „am Ball bleiben“ möchten

**ab Mi. 29. Februar, 18.15 - 20.00 Uhr**

**Wandeltisch - Umgang mit Wandlungen**

Mit Brigitte Jülich, Erfolgscoaching, Psychotherapie

**6 Termine, mittwochs, 1 x monatlich ab 29.02., die weiteren Termine**

**werden am 29.02. abgestimmt. Weitere Infos und Anmeldung unter**

**Telefonnummer: 0231 12 55 76 oder [brigitte.juelich@erfolgorange.de](mailto:brigitte.juelich@erfolgorange.de)**

**www.erfolgorange.de, Ihre Investition: pro Abend 79 Euro**

Seminar zum Umgang mit Veränderungen. Ein Gruppenangebot, bei

dem jedes Thema einen Platz hat. Lassen Sie sich auf ein spannendes

Miteinander ein.

**Fr. 2. März, 18.00 - 21.00 Uhr**

**Kommunikation ist alles!**

Intensiv zuhören und Körpersprache beobachten.

Mit Brigitte Jülich, Erfolgscoaching, Psychotherapie

**Weitere Infos und Anmeldung unter Telefonnummer: 0231 12 55 76**

**oder [brigitte.juelich@erfolgorange.de](mailto:brigitte.juelich@erfolgorange.de), [www.erfolgorange.de](http://www.erfolgorange.de)**

**Ihre Investition: pro Abend 130 Euro**

Alles, was wir mit anderen Menschen tun, geschieht über Kommuni-

kation. Schön, wenn sie funktioniert. Man kann lernen, es besser zu

machen. Dazu gehören zwei Schritte und etwas Übung.

**Mi. 7. März und 21. März, 18.15 - 19.30 Uhr**

**Ängste überwinden - freier Agieren!**

Mit Brigitte Jülich, Erfolgscoaching, Psychotherapie

**Weitere Infos und Anmeldung unter Telefonnummer: 0231 12 55 76**

**oder [brigitte.juelich@erfolgorange.de](mailto:brigitte.juelich@erfolgorange.de). [www.erfolgorange.de](http://www.erfolgorange.de). Ihre In-**

**vestition: pro Abend 69 Euro. Die Abende auch sind einzeln buchbar!**

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. Sie gehen gestärkt aus dem Workshop heraus!

Versprochen!

**ab 30. März, 17.00 - 20.30 Uhr**

**Networking - 50 Tipps zum Gelingen**

Mit Brigitte Jülich, Erfolgscoaching, Psychotherapie

**Weitere Infos und Anmeldung unter Telefonnummer 0231 12 55 76**

**oder [brigitte.juelich@erfolgorange.de](mailto:brigitte.juelich@erfolgorange.de), [www.erfolgorange.de](http://www.erfolgorange.de)**

**Ihre Investition: 90 Euro**

Wer netzwerkt, baut zielgerichtet Beziehungen auf.

Ein Netzwerk lebt vom gegenseitigen Geben und Nehmen..

**ab So. 22. April**

**Leichter Laufen oder Walken**

Seinen Laufstil verbessern mit der Feldenkrais-Methode,

Coaching auch für Marathonläufer

Mit Christiane Wedekind, Läuferin, Bewegungstherapeutin und

Feldenkrais-Practitioner

**Anmeldung unter 0231 9173540**

**Treffpunkt: Rombergpark Zooeingang**

**So. 22. April, 10.00 - 12.00 Uhr, 1 mal, Kosten: 20 Euro**

**So. 06. Mai, 10.00 - 12.00 Uhr, 1 mal, Kosten: 20 Euro**

**So. 03. Juni, 10.00 - 12.00 Uhr, 1 mal, Kosten: 20 Euro**

**So. 17. Juni, 10.00 - 12.00 Uhr, 1 mal, Kosten: 20 Euro**

**So. 01. Juli, 09.30 - 11.30 Uhr, 1 mal, Kosten: 20 Euro**

**Feldenkrais-Einzelstunden - Funktionale Integration**

Funktionale Verbesserung bei Schmerzen, Bewegungseinschränkung,

Koordination, Atmung und Haltung.

Mit Christiane Wedekind, Läuferin, Bewegungstherapeutin und

Feldenkrais-Practitioner

**Termine nach Vereinbarung**

**ab Di. 24. April, 20.00 - 22.00 Uhr**

*Lebenskräfte*

Gesundheitstraining

Mit Dr. Hendrik Vögler (Allgemeinmedizin), Katharina Adam

(Bewegungstherapie), Dieter Wagner (Maltherapie),

Silvia ten Cate-Uhlenbrock (Psychotherapie), Helge Vögler (Schau-

spiel und Sprachtherapie), Volkmar Scholta-Molnar (Psychosynthese).

**10 Doppelstunden wöchentlich, dienstags bis 26.6.2012.**

**Mit Voranmeldung 0231 7212840 und Vorkasse.**

**Gesamtkosten 100 Euro (erm. 80 Euro). 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.

**Do. 3. Mai, 20.00 - 22.00 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 Euro**

**Informationen und eine Kostprobe zum Miterleben der „Massage“**

**mit tibetischen Klangschalen. Bitte Decke mitbringen.**

**Fr. 8. Juni, 20.00 Uhr**

**Freiheit, Schicksal, Schuld -**

**Bindung und Lösung aus der Familie**

Vortrag und Gespräch mit Dr. Hendrik Vögler,

Arzt für Allgemeinmedizin, Psychotherapie

Schuldgefühle sind nicht angeboren - und in der Erziehung (meist)

auch nicht beabsichtigt. Aber sie hemmen oft, später im Erwachse-

nenalter den eigenen Impulsen nachzugehen. Meine Ursprungsfamilie ist ein Teil meines Schicksals: „Wir haben etwas miteinander

zu tun.“ Denn die Beziehung zu sich Selbst entwickelt sich zunächst

als Spiegelung der Beziehung zu den Eltern. Daraus kann werden:

„... und verstehe die Freiheit, aufzubrechen, wohin er will.“

(Hölderlin)

**Mi. 13. Juni, 20 Uhr**

**Jahresmitgliederversammlung**

für die Mitglieder des IWT auf gesonderte Einladung.