



tobiashaus köln

Zentrum für Anthroposophische Medizin

Tobiashaus Köln · Lothringer Straße 40 · 50677 Köln Tobias Verein 0175 / 77 75 111 · tobiasverein@tobiashaus.de · www.tobiashaus.de

Kunsttherapie / Malatelier

Dorothea Sering, Kunsttherapeutin Malerei / Plastik
 → Tel. 0221 / 240 13 57 oder 0157 / 552 111 74
 dorothea@sering.de

Heileurythmie

Emanuel Karnieli, Heileurythmist
 → Tel. 0179 / 43 133 42, e.kamieli@posteo.de

Yisis Escobar Derpich, Heileurythmistin
 → Tel. 0159 / 052 768 72, yed-heileurythmie@web.de

Kinder- und Jugendlichenpsychotherapie

Laura Heider-Conde, Kinder- und Jugendlichenpsychotherapeutin
 → Tel. 0176 / 990 750 73, lheiderconde@gmail.com

Dörte Wolfertz, Kinder- und Jugendlichenpsychotherapeutin
 → Tel. 0174 / 818 09 23, doerte@steinackers.de

Sprachgestaltungstherapie

Esther Böttcher, Kunsttherapeutin, Therapeutische Sprachgestaltung
 → Tel. 0151 / 142 157 08, esther.boettcher@icloud.com

Gemeinschaftspraxis

Dr. Markus Karutz, Arzt für Innere Medizin
 Dr. Renate Karutz, Ärztin für Allgemeinmedizin
 Dr. Julia Fellmer, Ärztin
 → Tel. 0221 / 32 33 95, gpkv@tobiashaus.de

Assoziierte Arztpraxis Taubengasse 1, 50676 Köln

Dr. Wolfgang Krahn, Kinderarzt
 Dr. Carla Reiner, Kinderärztin
 → Tel. 0221 / 9318230

DAS FREITAGSGESPRÄCH

Freitag, 04.09.2020, 20.00 Uhr

Heilpflanzenwissen in der Antike

Miriam Stachiw, Studentin der Architektur, Uni Köln

Wie Römer und Griechen mythische Pflanzen, einfache Gewürze und spannende Tränke nutzten, um sich zu helfen, und welche Heilwirkung unsere Küchenkräuter damals und heute haben.

Freitag, 02.10.2020, 20.00 Uhr

Depressionen bei Kindern und Jugendlichen

Dr. paed. Karel Zimmermann, Kinder-Tagesklinik Uniklinik Köln

Interessenverlust, Rückzug und Lebensmüdigkeit - wie Kinder und Jugendliche aus der Abwärtsspirale herauskommen können. Diagnostik, Entstehungsmodelle, Kindbezogene und Familienbezogene Behandlungs-Strategien, Prävention.

Freitag, 13.11.2020, 20.00 Uhr

Alle Jahre wieder – Vom Winterschlaf in die Frühjahrsmüdigkeit – Rhythmus als Helfer der Heilkunst

Dr. med. Susanne Reubke, Fachärztin für Allgemeinmedizin, Anthroposophische Medizin (GAÄD), Bornheim

Gesundheit und Krankheit zwischen Chaos und Takt bestimmen zunehmend unseren Alltag. Das Drama der menschlichen Mitte zeigt sich besonders in den Erkrankungen von Schlaf, Herz und Lunge sowie in den psychischen Folgen des Umgangs mit der Arbeit. Welchen Beitrag leistet die anthroposophische Medizin zur Heilung dieser Zeitkrankheiten?

Freitag, 04.12.2020, 20.00 Uhr

Uterus und Kehlkopf – eine Metamorphose

Vortrag und plastische Demonstration

Prof. Jochen Breme, Professor für Bildhauerei, Alfter

Im ersten Vortrag zur Lauteurythmie weist Rudolf Steiner darauf hin, dass dem Kehlkopforgan der gesamte Kosmos des Wortes bzw. der Sprache als Potenzial eingeschrieben ist. Insofern der Fortpflanzungsorganismus ein entsprechendes Potenzial auf Leibebene, nämlich das der Gestaltbildung besitzt, stehen die beiden Organbereiche in einem Metamorphoseverhältnis zueinander. Der Blick auf die Morphologie und die embryonale Entwicklung der Sprach- und Fortpflanzungsorgane kann den geheimnisvollen Zusammenhang beleuchten.

Ort: Haus für Anthroposophie Burgunderstr. 24, 50677 Köln

Im Rahmen der monatlichen Freitagsgespräche werden Themen aus der aktuellen Arbeit des Tobiashauses und Fragen aus der Patientenschaft aufgegriffen. Ein Kostenbeitrag zugunsten des Tobias Vereins e. V. wird erbeten. Richtsatz: 5,- Euro. Freier Eintritt für Mitglieder des Tobias Vereins.

EINLADUNG

Samstag, 21.11.2020, 14.00 – 17.30 Uhr

Mistelextrakt selber herstellen

Mit Dr. Peter Goedings und Dr. Bart Maris, Krefeld

Die Mistel ist eine wertvolle Heilpflanze, sie wird unter anderem bei Krebspatienten viel eingesetzt. Peter Goedings (Biochemiker und Mistelexperte) hat zusammen mit Bart Maris (Frauenarzt) ein Verfahren entwickelt, das jedermann selber zuhause durchführen kann, um aus den Mistelblättern einen sirupähnlichen Extrakt herzustellen. Nach einer Einführung über die Krebserkrankung sowie über die Hintergründe und Methode dieses speziellen Herstellungsverfahrens werden wir gemeinsam einen Mistelextrakt machen.

Am Ende des Nachmittags kann jeder drei Fläschchen des selbst hergestellten Saftes sowie entsprechende Literaturunterlagen mit nach Hause nehmen. Siehe dazu auch das neue Buch von Bart Maris: „Besinnung finden im Leben mit Krebs“.

Ort: Haus für Anthroposophie, Burgunderstr. 24, 50677 Köln, max. 20. Teilnehmer, Kostenbeitrag 20,- Euro.

Sie brauchen nichts mitzubringen. Anmeldung bitte bis zum 08. November an Elena Holzbrecher. Email: e.holzbrecher@tobiasverein.de

EURYTHMIE

„Stärken Sie Ihre Gesundheit“

Eurythmie mit Yisis Escobar Derpich, Heileurythmistin



Mit bewusst geführten und rhythmischen Bewegungen wird uns die Eurythmie innerlich und äußerlich beweglich machen. Gelassenheit wird gefördert, Regeneration und Vitalität angeregt, Spannungen werden gelöst und Erschöpfung wird vorgebeugt.

Durch ein Gedicht, eine Bewegungsmeditation oder Musik werden wir Laute und Töne entdecken.

Der Kurs wendet sich an Menschen jedes

Alters und geht auf die Bedürfnisse der Teilnehmer/innen ein.

Kurs I ab Dienstag, 18. August bis 06. Oktober 2020, 18.30 – 19.30 Uhr, 8x, Kosten: 93,- Euro

Kurs II ab Dienstag, 27. Oktober bis 15. Dezember 2020, 18.30 – 19.30 Uhr, 8x, Kosten: 93,- Euro

Ort: Anthroposophische Gesellschaft, Burgunderstr. 24, Köln

→ Anmeldung für die Eurythmiekurse:

Praxis für Heileurythmie, Yisis Escobar Derpich
 Tel. 0159 / 05276872, yed-heileurythmie@web.de

BERATUNG

Biografiearbeit / Coaching / Mediation

Mit Andrea Conens-Frischlich, Biografieberaterin, Coach, Mediatorin

→ Nähere Information unter: Telefon: 0177 / 77 531 66
 Email: andrea.conens@posteo.de, www.andrea-conens.de

HINWEISE

Pädagogisch-Medizinischer Gesprächskreis im Waldorfkindergarten

Mit Sylvia Stowasser (Erzieherin Waldorfkindergarten) und Dr. Renate Karutz (Ärztin für Allgemeinmedizin Tobiashaus) Das neue Thema wird jeweils am Ende des vorangehenden Abends von den Anwesenden ausgewählt und kann in der Praxis Karutz erfragt werden. Die Abende können auch einzeln besucht werden und sind für alle Interessierten offen.

Jeden zweiten Dienstag im Monat, von 20.00 – 21.30 Uhr

Ort: Köln, Volksgarten, Vorgebirgswall 29, 50677 Köln

Sterbebegleitung ist Lebensbegleitung – 8. Thementag: Gesunde Ernährung im Leben und im Sterben?

Samstag, 07. November 2020, 11.30 – 17.30 Uhr

Ort: Die Christengemeinschaft Köln-Ost, Hauswiesenweg 1, 51069 Köln

11.30 – 10.40 Uhr

Begrüßung

11.40 – 13.10 Uhr

Die Ernährung, leiblich, seelisch, geistig

Vortrag und Gespräch

Dr. Petra Kühne, Ernährungswissenschaftlerin und Leiterin des Arbeitskreises Ernährungsforschung, Bad Vilbel

13.15 – 13.30 Uhr

Sterbefasten – Was ist das?

Aspekte dazu

von Ute Hanke, Kinderkrankenschwester, Köln

13.30 – 14.30 Uhr

Mittagspause, Imbiss –

Gestalten Sie mit!

14.30 – 15.15 Uhr

Ich kann nicht essen und trinken!

Vortrag und Austausch

Yvonne Scarbarth, Krankenschwester, Palliativmedizin, Köln

15.20 – 16.10 Uhr

Wir hören, sprechen und erleben

das Wort

Sprachtherapie unter Anleitung

Esther Böttcher, Therapeutische Sprachgestalterin (BVAKT) im Tobiashaus, Köln

16.10 – 16.30 Uhr

Kaffeepause

16.30 – 17.30 Uhr

Das Gespräch als geistige Nahrung

Wie seelsorgerische Gespräche für Ernährung und „Verdauung“ sorgen – Vortrag

Yaroslava Black, Pfarrerin der Christengemeinschaft, Köln

→ Anmeldung erbeten:

Yvonne Scarbarth, E-mail: rm-scarbarth@web.de, Tel. 0221 / 522 689

→ Öffentliche Veranstaltungen in Zusammenarbeit mit dem Freien Bildungswerk Rheinland www.fbw-rheinland.de



MALEN

Intuitiv Malen: Im Spiel mit Linien und Farben – Wege zu mehr Kreativität

Mit Dorothea Sering, Künstlerin und Kunsttherapeutin
Ort: Malatelier, Tobiashaus, Lothringer Str. 40, 50677 Köln

Woher schöpfen wir unsere Kreativität? Wie kann ich meine kreativen Kräfte wecken? In diesen Kursen entwickeln wir die Grundlage für intuitives Malen. Nicht ein schönes Einzelergebnis wird das erste Ziel sein, sondern, angeleitet durch spielerische Mal- und Zeichenübungen werden Bewegungen und Farben auf der Bildfläche als Spuren sichtbar, die eine Quelle für weiterführende, überraschende Bildgestaltungen werden können. Inneres mit Äußerem verbinden – auf Spurensuche gehen. Je mehr wir loslassen und unseren ergebnisorientierten Willen in Freude am schöpferischen Tun umwandeln, desto mehr wird uns geschenkt, vielleicht auch ein eigenes Kunstwerk.

Kurs ab Dienstag, 25. August 2020, 18.15 – 19.45 Uhr
8x, Kosten: 136,- Euro, inkl. Material

Kurs ab Dienstag, 27. Oktober 2020, 18.15 – 19.45 Uhr
8x, Kosten: 136,- Euro, inkl. Material

Experimenteller Ausdruck – Von Künstlerinnen und Künstlern inspiriert

Mit Dorothea Sering, Künstlerin und Kunsttherapeutin
Ort: Malatelier, Tobiashaus, Lothringer Str. 40, 50677 Köln

Jenseits von „begabt“ und „unbegabt“ werden wir verschiedene Materialien und Maltechniken kennenlernen. Wir orientieren uns an Werken moderner Künstlerinnen und Künstler, die uns dafür eine Grundlage und Orientierung geben sowie eine Quelle der Inspiration für das eigene Bild werden können. Die Kurse gliedern sich in sich abgeschlossene Malprojekte, die jeweils eine Künstlerin bzw. einen Künstler im Fokus haben. Jedes Projekt bietet Ihnen Raum, Ihre Gestaltungsmöglichkeiten mit Farben neu auszuprobieren.

Kurs ab Mittwoch, 26. August 2020, 10.00 – 11.30 Uhr
8x, Kosten: 136,- Euro, inkl. Material

Kurs ab Mittwoch, 28. Oktober 2020, 10.00 – 11.30 Uhr
8x, Kosten: 136,- Euro, inkl. Material

„Farben sind Flügelschläge der Seele“ – Entspannen und Kräfte schöpfen im Malen

Mit Dorothea Sering, Künstlerin und Kunsttherapeutin
Ort: Malatelier, Tobiashaus, Lothringer Str. 40, 50677 Köln

Innehalten, Wahrnehmen, Schauen ... möchten Sie einen neuen Weg der Entspannung erleben? In diesen Kursen sind Ihre Instrumente Pinsel, Farben und Papier, mit denen Sie in die Welt der Farben eintauchen, um sie auf dem Papier in innere Harmonie zu bringen. Die einzelnen Farbübungen ermöglichen es Ihnen, sich eine Quelle der Stille und schöpferischen Kraft zu erschließen. Die Kurse setzen keine künstlerischen Vorkenntnisse voraus.

Kurs ab Donnerstag, 27. August 2020, 18.15 – 19.45 Uhr

Kurs ab Freitag, 28. August 2020, 09.30 – 11.00 Uhr
pro Kurs 8x, Kosten: 136,- Euro, inkl. Material

Kurs ab Donnerstag, 29. Oktober 2020, 18.15 – 19.45 Uhr

Kurs ab Freitag, 30. Oktober 2020, 09.30 – 11.00 Uhr
pro Kurs 8x, Kosten: 136,- Euro, inkl. Material

Dynamisches Formenzeichnen – Ein lebendiger Weg zur Verbesserung der inneren Zentrierung und Gedächtnisbildung

Mit Dorothea Sering, Künstlerin und Kunsttherapeutin
Ort: Malatelier, Tobiashaus, Lothringer Str. 40, 50677 Köln

Dynamisches Formenzeichnen ist ein besonderes Gebiet innerhalb der Waldorfpädagogik und anthroposophischen Kunsttherapie. In diesem Kurs werden wir großformatig aus der ganzen Körpergestalt mit Stift und Kreide auf Papier und Tafel zeichnen. Von lebendigen Schwingungsformen bis zu geometrischen Strukturen tauchen wir in Bewegungsabläufe und -verwandlungen ein. Sowohl gestaltend-formende als auch lösende Kräfte werden dabei angesprochen: Eine zielgerichtete, strömende Bewegung ganz aus der eigenen Mitte heraus entsteht. Der Schwerpunkt wird sein, besonders die Konzentrations- und Merkfähigkeiten zu stärken. Neu erworbene Fähigkeiten sollten auch zu Hause weiter geübt werden, damit sich die Wirkung bleibend entfalten kann.

Kurs ab Mittwoch, 02. September 2020, 18.30 – 19.45 Uhr
7x, Kosten: 112,50 Euro, inkl. Material

PLASTIZIEREN

Urmütter der Steinzeit – Formen weiblicher Schöpfungskraft

Mit Dorothea Sering, Künstlerin und Kunsttherapeutin
Ort: Malatelier, Tobiashaus, Lothringer Str. 40, 50677 Köln

In diesem Kurs wenden wir uns einer Reihe von handgroßen Formen u. a. aus der Steinzeit zu, wie z. B. der Venus von Willendorf ca. 26.000 Jahre alt, die in ihrem Ausdruck Sinnbilder für Fruchtbarkeit und Fülle sind. Sie gehören zu den frühesten figürlichen Kunst-

werken des Menschen. In ihnen kommt die schöpferische Kraft des Lebens zum Ausdruck. Im Nachbilden und Variieren dieser ursprünglichen Formen der Weiblichkeit mit Tonerde tauchen wir in diese Qualitäten tiefer ein, schöpfen aus ihnen Kraft und verbinden uns damit. Für Interessierte auch ohne Vorkenntnisse geeignet.

Kurs ab Mittwoch, 28. Oktober 2020, 18.30 – 20.00 Uhr
8x, Kosten: 136,- Euro, inkl. Material

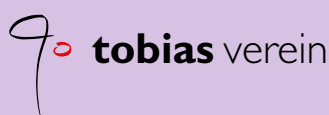
→ Anmeldung für alle künstlerischen Kurse:

Malatelier und Praxis für Kunsttherapie, Dorothea Sering
Tel. 0221 / 240 13 57 oder 0157 / 5 521 1174

Email: dorothea@sering.de, www.sering.de oder beim
Freien Bildungswerk Rheinland, Tel. 0221 / 941 49 30



Das Programm wurde gedruckt mit freundlicher Unterstützung der Firmen ABNOBA, WALA, WELEDA und dem Demeterhof Haus Bollheim.



AUS DEM LEBEN DES TOBIAS VEREINS e.V.

100 Jahre ist es her, dass Rudolf Steiner zwischen März und April 1920 den ersten Ärztekurs über Anthroposophische Medizin in Dornach unterrichtete. In diesen 100 Jahren ist (auch medizinisch!) viel geschehen, konnte einiges umgesetzt werden für den Fortschritt einer ganzheitlich integrativen Medizin.

Und so wie es damals bewegte Zeiten waren, so sind es auch heute nicht nur durch Covid-19 sehr bewegte Zeiten und die Notwendigkeit und der Bedarf einer menschenkundlich erweiterten Medizin sind wichtiger denn je – das ist im Gespräch mit Patienten immer wieder spürbar.

Vielleicht können wir ausgehend von unserem Therapeutikum diesen Impuls eines Aufbruchs wie damals auch weiter in die heutige Zeit tragen?!

Eine Medizin zu ermöglichen, in der der Patient in seiner Gesamtheit im Mittelpunkt steht und ökonomische Zwänge nicht die Oberhand gewinnen, ist unser Ziel und unser Anspruch.

Als Verein gestalten wir einen Rahmen, in dem Ärzt*innen und Therapeut*innen die anthroposophische Medizin anwenden können.

Vielleicht haben auch Sie diesen Impuls? Sprechen Sie uns gerne an, wir freuen uns!

Der Tobias Verein trifft sich einmal im Monat donnerstags am:

13.08. / 10.09. / 08.10. / 12.11. / 10.12.20 um 20.00 Uhr im Tobiashaus im Wartezimmer der Praxis Dres. Karutz.

Ansprechpartnerin: Constanze Schnitter,
Email: c.schnitter@tobiasverein.de, Telefon: 0175 / 77 75 111

Möchten Sie Mitglied werden?

Der Tobias Verein ist Träger des Tobias Therapeutikums. Er ist als Patienten-Initiative entstanden und setzt sich mit vielfältigen Aktivitäten für das anthroposophische Heilwesen ein.

Wir wollen, dass es auch in Zukunft eine Medizin gibt, die den individuellen Menschen in den Mittelpunkt stellt und ihn darin fördert, sein körperliches, seelisches und geistiges Gleichgewicht immer wieder neu herzustellen und zu erhalten.

Ein solches Gesundheitswesen braucht heute mehr denn je breite Unterstützung! Deshalb arbeitet der Tobias Verein eng mit dem bundesweiten Patientenverein „gesundheit aktiv – anthroposophische Heilkunst e.V.“ zusammen – und deshalb freuen wir uns über jedes neue Vereinsmitglied, das unsere Arbeit mitträgt und mitgestaltet.

Möchten Sie mitarbeiten?

Haben Sie Lust, auch einmal ohne Husten, Schnupfen oder anderes Leid ins Tobiashaus zu kommen? In der anregenden Atmosphäre des Hauses treffen sich Mitarbeiter und Interessierte zu Gesprächen über aktuelle Fragen oder neue Programme, tauschen Anregungen und Ideen aus, planen Aktivitäten und helfen bei ihrer Realisierung.

Wenn Sie einmal hereinschauen möchten – wir erwarten Sie mit Freude! Ansprechpartnerin ist Constanze Schnitter:
Email: c.schnitter@tobiasverein.de, Telefon: 0175 / 77 75 111

Möchten Sie fördern?

Unverzichtbar für die anthroposophische Medizin ist neben der ärztlichen Betreuung das therapeutische Angebot von z.B. Heileurythmie, Kunst- und Sprachtherapie. Die Kosten für diese Therapien werden leider nicht von allen Krankenkassen getragen. Um Patienten zu unterstützen, die die anfallenden Kosten nicht selbst tragen können, hat der Tobias Verein einen Therapiefonds eingerichtet, der sich aus Spenden speist. Die für den Therapiefonds gespendeten Gelder kommen direkt und ohne Abzug den Patienten und ihren Therapien zugute.

Vereinskonto für Mitgliedsbeiträge und Spenden:
GLS Gemeinschaftsbank eG · IBAN DE21 4306 0967 0000 5223 00
BIC GENODEMI GLS

Spendenkonto Therapiefonds:
GLS Gemeinschaftsbank eG · IBAN DE64 4306 0967 0000 5223 02
BIC GENODEMI GLS