

Sommerakademie

für Integrative Medizin

Die Kraft der Begegnung

Perspektiven für ein menschliches Gesundheitssystem

2025

8.-15.

AUGUST



Akademiebegleiter

Mein Akademiebegleiter

Name

Telefonnummer

Vertiefungsworkshop Raum

Schnupperworkshop Raum (Sa)

Schnupperworkshop Raum (So)

Schnupperworkshop Raum (Mo)

Schnupperworkshop Raum (Mi)

Schnupperworkshop Raum (Do)

INHALTSVERZEICHNIS

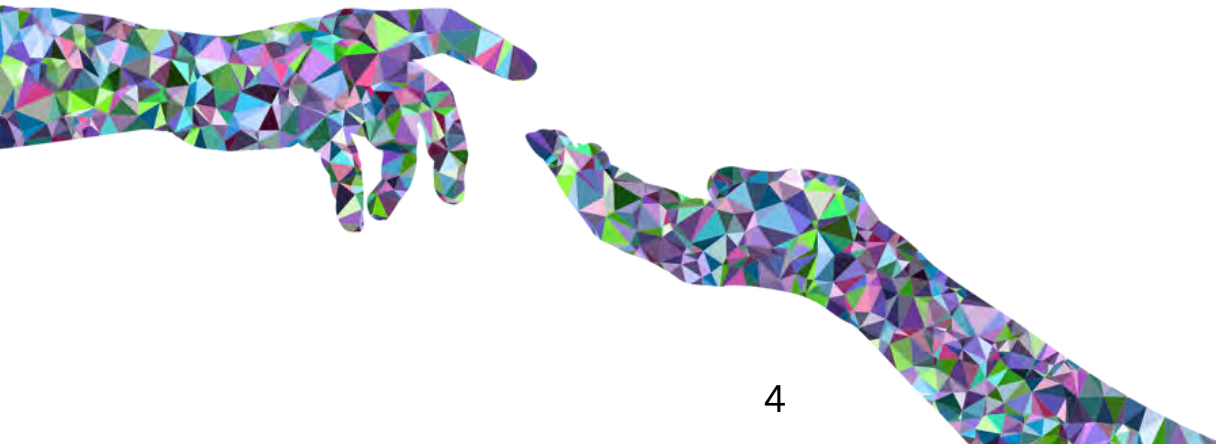
Einleitung	S. 4
Teamvorstellung	S. 6
Plenarvorträge	S. 11
Vertiefungsworkshops	S. 17
Schnupperworkshops	S. 31
Morgenprogramm	S. 74
Abendprogramm	S. 75
Markt der Möglichkeiten	S. 79
Küchenteam	S. 80
Kinderbetreuung	S. 81
Wichtige Infos	S. 82
Regeln	S. 83
Liste aller Dozierenden	S. 84
Orga-Team 2026	S. 85
Platz für Notizen	S. 86
Danksagungen	S. 91

Die Sommerakademie für Integrative Medizin 2025

Perspektiven für ein menschliches Gesundheitssystem

Die Sommerakademie für Integrative Medizin an der Universität Witten/Herdecke ist eine von Studierenden organisierte Themenwoche, die seit 2010 jährlich dazu einlädt, den Mehrwert integrativmedizinischer Ansätze und ihre gesellschaftliche Bedeutung zu erkunden. Ein breites Angebot aus Vorträgen, Workshops und Austauschmöglichkeiten bietet Raum für Begegnung und Diskussion über den Methodenpluralismus integrativer Medizin und ihre Anknüpfungspunkte im bestehenden Gesundheitssystem.

Im vergangenen Jahr stand die Frage im Fokus, wie Institutionen gestaltet sein müssten, um der integrativen Medizin gerecht zu werden. In diesem Rahmen haben wir einen Überblick darüber gewonnen, wie es gelingen kann, therapeutische Methodenvielfalt institutionell zu erhalten und zu fördern. Aufbauend darauf wollen wir in der dieser Sommerakademie in den Fokus nehmen, welche Rolle zwischenmenschliche Begegnungen für Heilung und Gesundheit spielen und wie sie in einem zunehmend technisierten und effizienzgetriebenen System gestärkt werden können.



Begegnung als Fundament von Entwicklung und Heilung

Begegnung ist das Kernelement menschlicher Entwicklung. Im Austausch mit anderen erkennen wir uns als eigenständige Wesen, entwickeln Kommunikationsfähigkeiten und erlernen den Umgang mit Emotionen. Auch in der Gesunderhaltung und Heilung ist diese grundlegende zwischenmenschliche Begegnung – das aufmerksame Zuhören, ein fachlicher Austausch auf Augenhöhe oder die heilsame Berührung – zur fortwährenden Entwicklung unentbehrlich. In der Ausbildung und dem Studium sind kommunikative Fähigkeiten oft Bestandteil eines durchgetakteten Stundenplans, in dem jedoch selten Raum für authentische Erfahrungen und Selbstreflexion bleibt. Im alltäglichen Ablauf der Krankenhäuser und Arztpraxen geraten die Begegnungen durch Zeitdruck, Digitalisierung und starre Strukturen zunehmend in den Hintergrund. Der Bedarf an Zuwendung wächst, während die Zeit für authentische Begegnungen knapper wird. Für Behandelnde wie Patient*innen entsteht so ein Mangel an heilsamer Nähe.

Unter dem Arbeitstitel „Die Kraft der Begegnung: Perspektiven für ein menschliches Gesundheitssystem“ möchten wir im August 2025 einen Raum schaffen, um den Wert präsenter und authentischer Begegnungen zu erforschen, sowohl im Austausch untereinander als auch in den Inhalten der Themenwoche. Hier wollen wir den Fokus sowohl auf aktuelle Hürden, aber auch auf Perspektiven legen. In einem achtsamen und wertschätzenden Umfeld wollen wir dazu einladen Fragen zu stellen und gemeinsam neue Impulse zu finden: Wie will ich anderen begegnen? Wie will ich mir begegnen? Was befähigt mich? Was hindert mich? Was brauche ich? Wie kann ich mitgestalten? Dafür möchten wir gerne alle interessierten Menschen aus Heilberufen, all jene, die auf dem Weg dorthin sind, sowie alle Interessierten an integrativmedizinischen Perspektiven einladen zur diesjährigen Sommerakademie an der Uni Witten/Herdecke, um gemeinsam Antworten zu entwickeln und die transformative Kraft der Begegnung zu erleben.



Das Kernteam stellt sich vor



Hallo, ich bin Friedemann und was die Sommerakademie anbelangt ein alter Hase: Ich war bei allen 15 Akademien dabei. Studiert habe ich Bildhauerei (Freiburg) und Philosophie und Kulturreflexion (UW/H). Mein inneres Motiv, das mich zur Sommerakademie für integrative Medizin gebracht hat, ist ein alter Wunsch, der sich im besonderen in meiner Zeit in Freiburg, wo ich mich auch sehr mit Homöopathie befasst habe, gebildet hat: Es geht mir darum, den verschiedenen Medizinrichtungen zu einem Miteinander zu verhelfen, um zu einer integrativen Medizin zu kommen!

Ich bin für das Morgenprogramm und das Facility Management, insbesondere die Küche, zuständig.



Hallo! Ich bin Laura, 26 Jahre alt und lebe in Stuttgart. Nach meinem Maschinenbaustudium mit Schwerpunkt Fahrzeugtechnik und einigen Jahren in der Automobilbranche habe ich mir eine Auszeit genommen, um mich neu auszurichten.

In dieser Zeit entdeckte ich die Sommerakademie für Integrative Medizin: Ein inspirierendes Erlebnis, das mich so begeistert hat, dass ich 2025 Teil des Orga-Teams wurde. Ich freue mich darauf, gemeinsam mit anderen Neugierigen neue Perspektiven auf Gesundheit und Medizin zu entdecken und die diesjährige Akademie aktiv mitzugestalten!

Ich bin für die Finanzen, die Website, das Morgenprogramm und die Räumlichkeiten zuständig

Hallo, ich bin Kaja, 32 Jahre alt, Ärztin in Elternzeit. Die Sommerakademie begleitet mich seit dem Abitur und hat meinen Weg in der Medizin entscheidend geprägt. Während des eher schulmedizinisch geprägten Studiums, war sie für mich ein wichtiger Ort, um eine ganzheitliche, berufsübergreifende Medizin zu erleben. Neben meiner Arbeit in der Anästhesie, ist die Osteopathie für mich eine wunderbare Möglichkeit, Menschen durch achtsame Berührung zu helfen. Ich bin gerade frisch fertige Osteopathin und werde mich im Herbst privatärztlich niederlassen. Nach 10 Jahren bin ich nun zurück im Orga-Team und freue mich sehr auf den Sommer!

Ich bin für die Dozierenden und die Kinderbetreuung zuständig.

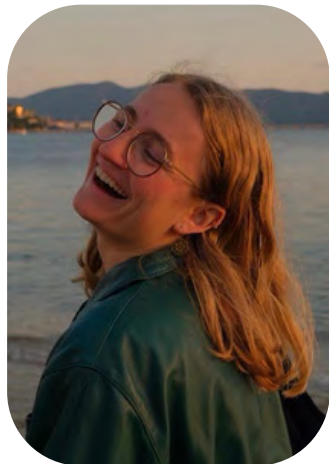
Hallo! Ich bin Sofie, 28, komme aus Niederösterreich und studiere nun seit 2024 nach Jahren des bewussten Selbstkennenlernens und Reisens Psychotherapie an der Sigmund Freud Privatuniversität in Wien. Mein Ziel ist es, sowohl praktisch mit Menschen zu arbeiten als auch später zur Forschung beizutragen.

Ich freue mich, dieses Jahr Teil des Orgateams der Sommerakademie zu sein zu dürfen! Besonders bewegt mich das Thema: Wie gestalten wir gesunde, reife Beziehungen zu uns selbst, in Partnerschaften und als Gesellschaft? Gerade in Heilberufen ist dies für mich das zentrale Thema.

Ich hoffe, dass wir in dieser Woche ein tieferes Verständnis dafür entwickeln, wie essenziell und wichtig es ist, einander zu brauchen und dass wir gemeinsam neue Perspektiven für eine verbundene Zukunft entdecken.

Ich bin für die Dozierenden und die digitale Gestaltung der Materialien zuständig.





Hallo, ich bin Martha, 24 und studiere Humanmedizin an der Universität Witten/Herdecke. Mein Interesse gilt dem Menschen, nicht nur in seiner Physiologie, sondern auch als soziales Wesen, das auf Gemeinschaft angewiesen ist.

In meinem FSJ in einem Camphill in Israel habe ich erlebt, wie entscheidend echte Begegnung und gegenseitiges Engagement für ein funktionierendes Miteinander sind. Ich selbst schöpfe viel Energie aus dem Kontakt mit anderen. Deshalb freue ich mich, Teil des Sommerakademie-Teams zu sein und mich intensiv mit der Frage der Begegnung zu beschäftigen.

Ich bin für die Werbung und das Abendprogramm zuständig.



Hallo! Ich bin Talía und eher zufällig im Organisationsteam der Sommerakademie gelandet, aber das sich formende Team und das Konzept haben mich sofort überzeugt.

Ich arbeite als Kunsttherapeutin am Gemeinschaftskrankenhaus Herdecke und lege großen Wert auf interdisziplinäre Zusammenarbeit und ein ganzheitliches Menschenbild. Von der Sommerakademie erhoffe ich mir, dass viele erleben, wie wichtig Gemeinschaft und echte Verbindung im Gesundheitswesen sind.

Ich bin für die Werbung, die Kunstaktion am Dienstag und das Kunstzelt zuständig.

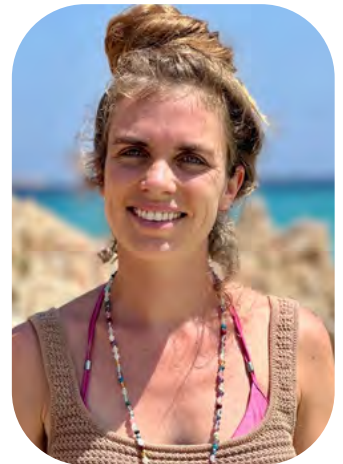
Hallo, ich bin Micha, 26, und studiere Psychologie im sechsten Semester an der Universität Witten/Herdecke. Vor dem Studium habe ich eine Erzieherausbildung gemacht und mich zum Wildnispädagogen weitergebildet. Dabei hat mich immer die Frage begleitet, was der Mensch für gesunde Entwicklung wirklich braucht. In meinem Studium erlebe ich die Integrative Medizin als Raum für interdisziplinären Austausch und echte Begegnung: Ein fruchtbarer Boden, um menschliches Potenzial und Selbstheilungskräfte zu entfalten. Deshalb freue ich mich sehr, Teil des Orgateams der Sommerakademie zu sein, unter einem Motto, mit dem ich mich voll und ganz identifizieren kann.



Ich bin für die Finanzen und die Räumlichkeiten zuständig.

Hallo! Ich bin Johanna Helbig! Psychologin, Coach für Persönlichkeitsentwicklung, MALA- und Manifestationscoach sowie kletternde Baumpflegerin.

Seit der 2. Sommerakademie bin ich fast jedes Jahr dabei. Die frühen Jahre als Teilnehmerin haben meinen Weg stark geprägt. Heute bin ich als Dozentin tätig und freue mich, dieses Jahr zusätzlich im Orgateam mitwirken zu dürfen, als Ausdruck meiner Wertschätzung für diesen besonderen Raum der Möglichkeiten.



Ich bin für die Teilnehmenden zuständig.



Dieses Bild
findest Du
nur in der
gedruckten
Version



Dieses Bild
findest Du
nur in der
gedruckten
Version



Plenarvorträge

findet jeweils im Audimax statt.



Thema	Tag und Zeit	Seite
Einführungsvortrag mit Christian Schikarski	Freitag, 8.8. 19:30 Uhr	S. 12
Begegnung mit dem Ich mit Alina Bräuer	Samstag 9.8. 9:00 Uhr	S. 12
Begegnung mit den Werten und der Spiritualität mit Arndt Büssing	Sonntag 10.8. 9:00 Uhr	S. 13
Begegnung mit dem Du mit Friedrich Edelhäuser	Montag 11.08. 9:00 Uhr	S. 13
Begegnung mit dem System: Beziehungsmedizin am Zukunfts-dort Waldhof mit Uli Sappok und Co	Dienstag 12.08. 9:00 Uhr	S. 14
Homöopathie - eine Medizin der Begegnung mit Stephan Baumgartner	Mittwoch 13.08. 9:00 Uhr	S. 14
Begegnung mit der Umwelt/der Natur mit David Martin und Martin von Mackensen	Donnerstag 14.08. 9:00 Uhr	S. 15
Begegnung mit der Zukunft: Mit Ausrichtung & Manifestation bewusst und vertrauensvoll in die Zukunft mit Johanna Helbig	Freitag 15.08. 9:00 Uhr	S. 15



Freitag: Begegnung mit der Welt mit Christian Schikarski

Dieses Bild findest Du
nur in der gedruckten
Version

Zur/m Dozierende(n): siehe Vertiefungswokshops

Zum Vortrag:

Was nehme ich wahr, wenn ich für möglich halte, dass ich mehr sehen könnte, als was ich schon weiß? Könnte es sein, dass durch unsere Imprägnierung mit Schulwissen, die Realität an uns abtropft wie Regen auf einer PFAS beschichteten Jacke? Wie soll Begegnung möglich werden, wenn ich gar nicht mitbekomme, was mir begegnet?

Samstag: Begegnung mit dem Ich mit Alina Bräuer

Zur/m Dozierende(n): siehe Schnupperworkshops

Zum Vortrag:

Begegnung mit dir selbst: WIE bist du eigentlich zu dir selbst? Welche Beziehung pflegst du bewusst oder unbewusst zu dem wichtigsten Menschen in deinem Leben? Und wieso ist eine liebevolle Grundhaltung zu sich selbst heute essenziell? Zu diesen Fragen möchte ich euch auf eine interaktive und ganz besondere Reise einladen. Denn: Selbstliebe lebt davon, gelebt zu werden! Seid gespannt!





Sonntag: Begegnung mit den Werten und der Spiritualität mit Arndt Büssing

Zur/m Dozierende(n): siehe Schnupperworkshops

Zum Vortrag:

Spiritualität ist ein vielschichtiges Konstrukt, das sowohl religiöse als auch nicht-religiöse Aspekte umfasst und unterschiedliche Ebenen aufweist (Erfahrungen, Haltungen und Verhalten). Diese kann insbesondere in Krisenzeiten eine wichtige Ressource darstellen, die Halt, Sinn und Orientierung vermittelt. Im Gesundheitssystem wird sie jedoch nur selten adressiert, in integrativmedizinischen Konzepten als inhärent angenommen und am ehesten in der palliativmedizinischen Begleitung berücksichtigt. Im Vortrag soll die Haltung therapeutisch Tätiger im Vordergrund stehen, ihre Spiritual Care Kompetenzen – und wie sie

auf die spezifischen existenziellen und spirituellen Bedürfnisse, Sorgen und Nöten alter, kranker und sterbender Menschen reagieren könnten.

Montag: Begegnung mit dem Du mit Friedrich Edelhäuser

Zur/m Dozierende(n):

Neurologe, Leiter Abteilung für Frührehabilitation am Gemeinschaftskrankenhaus Herdecke. Kollegiale Leitung des Integrierten Begleitstudiums Anthroposophische Medizin an der Universität Witten/Herdecke. Professur für Aus-, Fort- und Weiterbildung in der Anthroposophischen Medizin. Mitbegründer des Instituts für Erste Person Forschung (IEPF). Thematische Schwerpunkte sind der Zusammenhang von Wahrnehmen und Bewegen, Introspektionsforschung (Erste-Person-Forschung), aktivitäts- und teambasierte Unterrichtsdidaktik, Teambildungs-, Aus- und Weiterbildungsfragen, One Health und ökologische Medizin.

Zum Vortrag:

Begegnungen sind unsere überall vorhandene „Schnittstelle“ zur Welt und zu anderen Menschen. Insbesondere zu den Mitmenschen stellen sie eine einzigartige Sphäre dar: Sie können unbeachtet routiniert, regelhaft, formal, formvollendet, üblich und wie immer durchlaufen werden – gleichzeitig ermöglicht jede Begegnung den Beginn von etwas Neuem, Einzigartigen und nie Dagewesenen. In jeder Begegnung entscheiden wir mit, wie wir den anderen begegnen wollen und wie die anderen uns begegnen können. Die Chance zum Beginn von etwas Unerwartetem, unvorhergesehenen Neuen liegt in jeder Begegnung. So gesehen, zeigen sich Begegnungen abhängig von unserer Gestaltungskraft und unserem Gestaltungsvermögen. Insbesondere therapeutische Begegnungen leben von diesem Gestaltungsvermögen. Müssen wir uns wirklich abgrenzen, um im stressigen medizinischen Alltag zu überleben? Oder können wir eine Haltung entwickeln, die Begegnungen zu einem Quell der Bereicherung und des gegenseitigen Wachstums machen kann und die Chance vergrößert, jede Begegnung zu einer besonderen werden zu lassen. An diese und damit verwandte Fragen will ich in meinen Reflektionen zur menschlichen Begegnungen anschließen.





***Dienstag:** Begegnung mit dem System – Beziehungsmedizin am Zukunftsdorf Waldhof mit Uli Sappok und Co*

Zur/m Dozierende(n): siehe Vertiefungsworkshops

Zum Vortrag:

Seit 5 Jahren wächst auf dem ehemaligen Gelände der Lungenfachklinik Waldhof Elgershausen in Hessen, nahe Herborn, Marburg eine Lebensgemeinschaft, ein Zukunftsdorf. Die Mitbegründer haben ihre Wurzeln im Verein "Medizin und Menschlichkeit" und so wird der Waldhof nach und nach ein Gesundheitsort. Die über 20 Erwachsenen kommen auch aus anderen Kontexten wie Permakultur, Kunst und Kultur, Handwerk. Ein zentraler Aspekt ist heilsame Beziehung: zu uns selbst, zum Anderen und zu der Natur. Im Vortrag werden wir die lebendige Vielfalt unserer Beziehungsmedizin darstellen.



***Mittwoch:** Homöopathie – eine Medizin der Begegnung mit Stephan Baumgartner*

Zur/m Dozierende(n):

Geboren 1965 in München, 1984–1990 Studium der Experimentalphysik an der Universität Basel. Promotion in Umweltnaturwissenschaften an der ETH Zürich von 1991–1995. Seit 1996 wissenschaftlicher Mitarbeiter an der Universität Bern (Institut für Komplementäre und Integrative Medizin). 2013 Habilitation an der Universität Witten/Herdecke und seit 2023 außerplanmässiger Professor an der Universität Witten/Herdecke.

Zum Vortrag:

Die Homöopathie ist eine komplexe und vielschichtige Therapieform, welche den regulationsmedizinischen Verfahren zuzurechnen ist. Eine erfolgreiche homöopathische Therapie beruht u.a. essentiell auf menschlicher Begegnung. In diesem Beitrag soll der Stand der Forschung zur Homöopathie und ihren verschiedenen Wirkebenen zusammenfassend dargestellt werden.

Dieses Bild findest Du
nur in der gedruckten
Version



Donnerstag: Begegnung mit der
Umwelt/der Natur
mit David Martin und Martin von Mackensen



Zur/m Dozierende(n): **David Martin** – siehe Vertiefungsworkshops,
Martin von Mackensen – siehe Schnupperworkshops

Zum Vortrag: Landwirtschaft und Medizin können auf die Gesundheit
allen Lebens ausgerichtet werden. Studierende können lernen zu
beurteilen, ob Boden, Pflanzen, Tiere und Menschen gesund werden.
Nahrungsmittel können mit der Frage gezüchtet und produziert werden,

ob sie uns dazu verhelfen, energische, gesunde, begabte, friedens- und beziehungsfähige
Menschen zu werden. Daran arbeiten wir.

Freitag: Begegnung mit der Zukunft: Mit Ausrichtung & Manifestation
bewusst und vertrauensvoll in die Zukunft
mit Johanna Helbig

Zur/m Dozierende(n): siehe Vertiefungsworkshops

Zum Vortrag: “Wie kann ich die Impulse und Inspirationen aus
dieser Sommerakademie-Woche in mein Leben bringen?”

Damit beschäftigt sich der letzte Vortrag am Freitagmorgen.

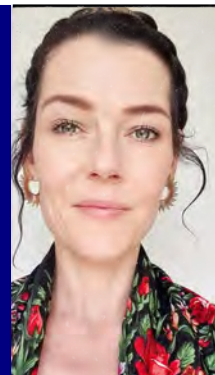
Johanna Helbig lässt euch Teil haben an ihrer Erfahrung mit dem
Prinzip des Manifestierens. Detailliert stellt sie euch ihre
Manifestationsmethode vor und, wer weiß, vielleicht gehst du sogar
mit der Zuversicht nach Hause, dass sich das für dich Wesentliche
aus der Sommerakademie 2025 ganz gewiss in deinem Leben
manifestieren wird.





Dieses Bild
findest Du nur
in der
gedruckten
Version

Dieses Bild
findest Du nur
in der
gedruckten
Version



Dieses Bild
findest Du nur
in der
gedruckten
Version



Vertiefungsworkshops

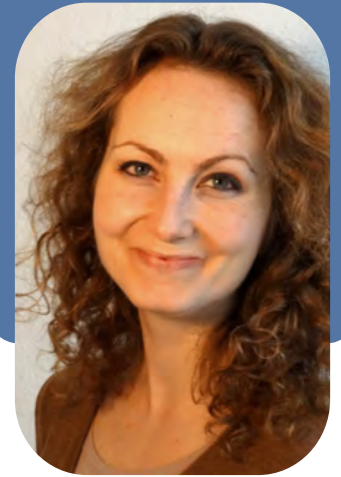
Die Orte findet ihr an den Aushängen am Audimax



Begegnung in und mit der Anthroposophischen Medizin mit Lina Voßwinkel	S. 18
Bindung mit David Martin	S. 19
Die ganzheitliche Begegnung mit Anne Rütten und Eva Koll	S. 20
Die Pflanzenmetamorphose als Naturbegegnung mit Christian Schikarski	S. 21
"Empathie(störungen)" mit Kerrin Artemis Jacobs	S. 22
Freude am Sprechen- Lebendige Sprache mit Blanche Kommerell	S. 23
"Gesund sterben" - geht das überhaupt? mit Uli Sappok	S. 24
„Gewaltfreie Kommunikation“ nach M.B.Rosenberg mit Sibylle Fiolka	S. 25
Grundkurs Osteopathische Medizin mit Wolfgang Wilde	S. 26
Körperbasierte Psychotherapie/Somatic Experiencing mit Anna-Alice Ortner	S. 27
Vielfalt der Begegnungen zwischen Geburt und Tod mit Christoph Zerm	S. 28
Visions- und Manifestationskraft mit Johanna Helbig	S. 29
“Zähne - Mund - Kiefer - Körper - Mensch vom Einzelnen zum Ganzen” Was hat mein Gebiss mit mir zu tun? mit Franka Göthe	S. 30



Begegnung in und mit der Anthroposophischen Medizin mit Lina Voßwinkel



Zur/m Dozierende(n):

Dr. med. Lina Voßwinkel ist Fachärztin für Allgemeinmedizin und Innere Medizin, Anthroposophische Ärztin (GAÄD), und unterrichtet an der Universität Witten/Herdecke im Integrierten Begleitstudium Anthroposophische Medizin (IBAM) sowie bei der Akademie Arlesheim.

Ihre Begeisterung gilt der vertieften menschlichen Begegnung, der Meditation, dem Tango, dem Klettern und ihren 5-jährigen Zwillingen.

Zum Workshop:

Wir tauchen in die Grundkonzepte der anthroposophischen Medizin ein und erleben verschiedene Ebenen des menschlichen Seins. Wir erarbeiten uns ein konkretes Vorgehen, um zu einer erweiterten Diagnose, Heilbedarf und Therapie zu kommen. Und wir betrachten die vier Elemente und unsere Beziehung zu Mineralien, Pflanzen, Tieren und die Bedeutung der menschlichen Biographie.

Der Inhalt kann durch die Fragen der Teilnehmenden gestaltet werden.

Jeder ist willkommen, eine kontinuierliche Teilnahme ist für die Gruppe und eine vertiefende Arbeit vorteilhaft.

Bindung mit David Martin



Zur/m Dozierende(n):

Prof. Dr. med. David Martin, ist Kinder- und Jugendarzt, pädiatrischer Endokrinologe, Onkologe, Diabetologe und Hämatologe. Als Professor für Kinder- und Jugendmedizin an der Universität Tübingen wurde er 2017 an den Gerhard- Kienle-Lehrstuhl für Medizinische Theorie, Integrative und Anthroposophische Medizin an der Universität Witten/Herdecke berufen, wo er auch das Institut für integrative Medizin leitet. Er ist Erfinder der vom BMBF geförderten FeverApp, das den ersten Preis für das innovativste Register in Deutschland gewonnen hat. Er leitet Innovationsfondprojekte des G-BA. Er hat eine Mind-Body Medicine Ausbildung absolviert am Center for innovative Leadership, Georgetown University, USA und hat

in Kind- und Jugendpsychotherapie an der ärztlichen Akademie in München und bei Béla Bartus weitergebildet. Gastdozent:innen werden zusätzliche Beiträge zum Workshop leisten.

Zum Workshop:

Bindung ist ein zentrales Thema. Sie beeinflusst, wie wir Beziehungen gestalten, Konflikte lösen und mit Herausforderungen umgehen. In diesem interaktiven Workshop tauchen wir gemeinsam erfahrungsbetont in die Welt der Bindungstheorien ein, erkunden verschiedene Bindungsmuster und reflektieren deren Bedeutung für unser eigenes Leben, Lernen und zukünftige Berufspraxis. Inhalte:

- Blitz-Einführung in die Bindungstheorie nach John Bowlby und Mary Ainsworth
- Die vier klassischen Bindungsmuster: sicher, unsicher- vermeidend, unsicher-ambivalent und desorganisiert
- Bindung im Lebensverlauf: Von der Kindheit bis ins Erwachsenenalter
- Update: Ergebnisse und Übungen aus der neueren Bindungs- und Beziehungsforschung. Zoologie. Neurobiologie. Entwicklungsbiologie.
- Reflexion: Eigene Bindungserfahrungen und deren Einfluss auf Biographie, Studium und Beruf. Blick auf Bindung aus der Sicht verschiedener Weltanschauungen.

Methoden: Neben kurzen Theorie-Inputs erwarten euch praktische Übungen, Kleingruppengespräche und Fallbeispiele. Üben von Mikrokommunikation. Ihr habt die Möglichkeit, euer Wissen zu vertiefen, Fragen zu stellen und euch mit anderen auszutauschen.

Ziel: Am Ende des Workshops könnt ihr Bindungsmuster erkennen, deren Bedeutung einschätzen und Impulse und Fähigkeiten für eure eigene Beziehungsgestaltung mitnehmen.



Die ganzheitliche Begegnung mit Anne Rütten und Eva Koll

Dieses Bild findest Du
nur in der gedruckten
Version

Zur/m Dozierende(n):

Anne Rütten, *1963, Ärztin, Homöopathie-Diplom (DZVhÄ); nach dem Studium 4 Jahre Arbeit in einem Bioladen und therapeutische sowie homöopathische Ausbildung, eigene homöopathische Praxis in Kohlscheid (Städteregion Aachen). Seit 1996, Mitarbeit im Berufsverband homöopathischer Ärzte NRW e.V., Dozentin in der ärztlichen Weiterbildung Homöopathie, im studentischen Arbeitskreis Köln sowie im WPF Homöopathie an der HHU Düsseldorf.

Dr. med. univ. **Eva Koll** ist Ärztin in Weiterbildung (Allgemeinmedizin) und Mutter von zwei wundervollen Kindern. Sie hat bereits im Medizinstudium klassische Homöopathie erlernt, viele Sommerakademien besucht und 2019 den Dreimonatskurs der Hahnemann Gesellschaft absolviert. Eva empfindet „komplementäre“ Heilmethoden als solide und notwendige Grundlage ihres medizinischen Denkens und Handelns. Sie liebt es, den Patientinnen und Patienten auf Augenhöhe zu begegnen und gemeinsam individuelle Wege zu gehen.

Zum Workshop:

Gemeinsam tauchen wir tief in die Welt der Wahrnehmung und zwischenmenschlichen Begegnung ein. Ausgehend von Hahnemanns Idee einer vorurteilsfreien Haltung gegenüber der/dem Patienten/in gegenüber,

werden wir im Workshop der besonderen Begegnung von Menschen innerhalb der homöopathischen Behandlung Raum geben.

Entsprechend Euren Wünschen und Fragen erleben wir die verschiedenen Möglichkeiten des Gesprächs und der Einladung an andere, sich zu öffnen und mitzuteilen. Ebenso üben wir uns in der Kunst des Zuhörens und Wahrnehmens unseres Gegenübers.

Wie in der homöopathischen Behandlung wollen wir auch in diesem Workshop miteinander und voneinander lernen. Darauf freuen wir uns sehr.



Dieses Bild findest Du
nur in der gedruckten
Version

Die Pflanzenmetamorphose als Naturbegegnung mit Christian Schikarski



Zur/m Dozierende(n):

Ich habe in Tübingen Medizin studiert und war insgesamt ca. 21 Jahre am GKH als Arzt tätig, in der Innere Medizin und der fachübergreifende Frührehabilitation. Danach war ich in Öschelbronn und Bad Steben, dort in der geriatrischen Reha. Zuletzt 6 Jahre in der Schweiz am Paracelsus Spital Richterswil, ab 65 in eigener Niederlassung bis 72. Seither in Pension und mehr schriftlich tätig.

Zum Workshop:

Bei Pflanzenbetrachtungen kann ja immer auch die Frage entstehen, wie nahe die Realität der Pflanze sich unserem Bewusstsein bringen lässt. Denn im intellektuellen Wissen um eine Pflanze entsteht eine Begegnung mit ihren vielfältigen Qualitäten oft nicht.

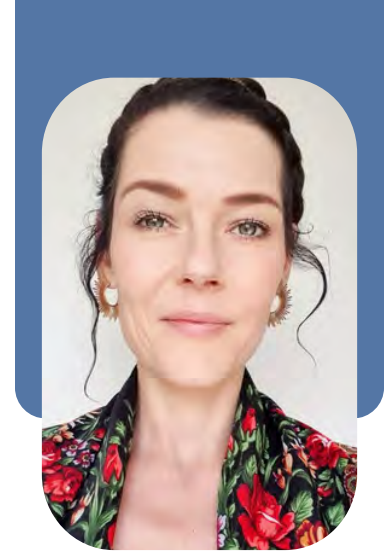
Im denkenden Verfolgen der Wachstumsbewegungen und der Formreihen der Blattmetamorphose kann sich diese Realität methodisch besser erreichen. Dabei kommen auch Elemente der Pflanzenanatomie zum Tragen, die als Basiselement durch die Formverwandlung verschiedener Arten geführt werden.

Dieses Mitdenken der Pflanzengestalt, geführt durch die aktuelle Wahrnehmung, kann uns zu einer neuen Nähe zur Pflanze und zu neuer Erkenntnistiefe in der Pflanzenbegegnung führen, den der bloß intellektuelle Nachvollzug aus der Erinnerung nicht leisten kann.

An echten Beispielen werden miteinander und interaktiv die Betrachtungen entwickelt, so dass eine Befähigung zur eigenständigen methodischen Beobachtung sich daraus entwickeln kann.



"Empathie(störungen)" mit Kerrin Artemis Jacobs



Zur/m Dozierende(n):

Kerrin Artemis Jacobs ist praktische Philosophin mit einer Spezialisierung im Bereich der Philosophie der Psychiatrie. Derzeit ist sie assoziierte Forscherin am Institut für Erste-Person Forschung am Department für Psychologie und Psychotherapie der Universität Witten/Herdecke und zusätzlich in in der philosophischen Beratung tätig. Von 2021-2024 war sie Professorin für Praktische Philosophie und Kulturreflexion am Institut für Philosophie der Fakultät für Geisteswissenschaften der Hokkaido Universität in Japan.

Zum Workshop:

Die Teilnehmer*innen können in diesem Workshop die Bedeutung der Empathie und die Auswirkungen von Empathiestörungen in zwischenmenschlichen Beziehungen diskutieren. Zunächst beschäftigen wir uns mit dem Begriff der Empathie und ihrer Bedeutung in sozialen Interaktionen und Beziehungen (z.B. die Verbindung zwischen Emotionszentren im Gehirn und empathischem Verhalten oder die Entwicklung von Empathie im Kindesalter und die Auswirkungen von Erziehung und Umwelt).

Dann wenden wir uns der Entstehung und den Merkmalen von Empathiestörungen und deren Auswirkungen auf soziale Beziehungen zu. Hier widmen wir uns dem Spezialgebiet der Persönlichkeitspathologie mit dem Ziel, das Verständnis von Narzissmus zu vertiefen und fragen uns wie z.B., was die Merkmale der narzisstischen Persönlichkeitsstörung sind, wie man zwischen gesundem Selbstwert und pathologischem Narzissmus unterscheiden kann, welche Rolle Empathie bei der Entstehung von Narzissmus spielt und warum Narzissten oftmals so große Schwierigkeiten haben, Empathie zu zeigen. Wir fragen auch, wie Empathie uns hilft, typische Kommunikationsprobleme und Konflikte zu lösen.

Die Teilnehmer*innen lernen praktische Methoden kennen, um Empathiestörungen bewusster wahrzunehmen und Selbstfürsorge und Resilienz zu steigern, um herausfordernde zwischenmenschliche Situationen mit Empathie zu meistern.

Freude am Sprechen – Lebendige Sprache mit Blanche Kommerell



Zur/m Dozierende(n):

Blanche Kommerell, geboren 1950 in Halle, ist Schauspielerin, Regisseurin und Autorin. Bekannt wurde sie durch ihre Filmrollen und ihre Engagements an Deutschen Bühnen. Ende der 80er Jahre orientierte sie sich mehr und mehr auf literarische Programme und gab Gastspiele in ganz Deutschland mit Lesungen und literarischen Portraits von Anna Achmatowa, Annette von Droste-Hülshoff, Marina Zwetajewa,

Christa Wolf u.a.. Sie unterrichtet/e Schauspiel und Sprache an der Universität der Künste Berlin, der Humboldt-Universität Berlin, der Medizinischen Hochschule Brandenburg Theodor Fontane und der Privaten Universität Witten/Herdecke, wo sie seit 1990 das Studenten-Theater leitet. Seit 2000 sind mehrere Gedichtbücher in verschiedenen Verlagen erschienen. 2008 wurde ihr der Deutsche Sprachpreis der Henning- Kaufmann-Stiftung verliehen

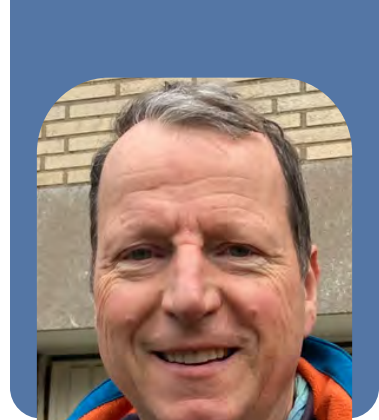
Zum Workshop:

Die Vertiefungs-Tage bauen aufeinander auf. Beginnen werden wir mit Übungen zur Entdeckung der eigenen Befindlichkeit. Dazu gibt es ein Namensspiel. Jeder Name hat einen Klang und einen Rhythmus. Zu den Buchstaben gibt es Artikulationsübungen. Weiter geht es mit Texten, wenn beliebt eigenen oder selbst ausgesuchten Gedichten und von mir vorgeschlagenen (Mascha Kaléko, R. M. Rilke, Friedrich Hölderlin). Prosa genauso. Von mir vorgeschlagen, ein Text von Ingeborg Bachmann: Ein Tag wird kommen. Dazu gibt es kleine Tips zur Gestaltung.

Wenn es gewollt wird, können wir etwas vorbereiten zur Freude der Teilnehmer.



Gesund sterben – geht das überhaupt? mit Uli Sappok



Zur/m Dozierende(n):

Ich habe nach 21 Jahren Hausarztstätigkeit die Mind Body Medizin und Lehrarztstätigkeit gewählt und Ausbildungen zum Coach und Trainer gemacht. Ich liebe es, jungen Menschen Räume anzubieten, in denen vertrauensvolle Begegnung und Reflektion zu den gewählten Lehrthemen im Vordergrund stehen. Neben der Uni sind die Sommerakademie und mein Projekt: Lehr-Ort www.zukunftsdorf-waldhof.de meine liebsten Orte dafür!

Zum Workshop:

Hintergrund: die meisten Patienten sterben nicht so, wie sie es sich wünschen; im Gegenteil: Sterben ist komplex; je näher der Mensch dem Tod kommt, desto mehr Beteiligte gibt es auf Angehörigen- Behandlungs- und Betreuungsebene, meist verbunden mit hohen Kosten.

Das inhaltliche Kurs-Spektrum regt an, sich persönlich und medizinsoziologisch dem Thema „gesund sterben“ zu nähern, Fakten zum Thema Sterben im Gesundheitswesen zu sichten, den Zusammenhang zu untersuchen von „gesund leben“ (Longevity) und „gesund sterben“, Fallgeschichten/Erfahrungsaustausch, Experten zu Sterbevorbereitungen (ACP) und Sterbebegleitung (Hospiz, Freitod) befragen/einladen, ethische Bedenken betrachten, Physiologie (Hirntod/Organspende, Konflikte) und spirituelle Aspekte bewegen (Seele/Glaubens- Reflektion, Nahtoderfahrung), letztlich noch: „Digital unsterblich“ mit KI? (Digital Afterlife Industry)

Die Teilnehmenden können intensiv ihre eigene persönliche und medizinische Haltung zum Thema entwickeln.



„Gewaltfreie Kommunikation“ nach M. B. Rosenberg mit Sibylle Fiolka



Zur/m Dozierende(n):

Sibylle Fiolka ist Dozentin für Sprachgestaltung und Kommunikation. In einer Lebenskrise vor zehn Jahren entdeckte sie die Gewaltfreie Kommunikation und das Selbstreflexionsmodell M.B.Rosenbergs. Seitdem hat sie viele Intensivseminare besucht und leitet inzwischen selbst Gruppen, die mit der gewaltfreien Kommunikation arbeiten wollen. Sie ist Empatischer Coach, Mediatorin und zertifizierte NARM Trauma Therapeutin.

Zum Workshop:

„Die wirkliche Arbeit für gelingende Kommunikation wird innerlich geleistet: Es ist eine Arbeit an den Denkstrukturen, die uns von anderen Menschen trennen, selbst wenn wir versuchen, uns mit ihnen zu verbinden.“ – Miki Kashtan

Wie können wir unsere Begegnungen offen, authentisch und lebendig gestalten? Wie ist es möglich ohne Bewertung, Interpretation und Vorurteil zuzuhören? Wie gewinne ich eine dem Leben liebevoll zugewandte Haltung mit der ich mich selbst und den anderen Menschen verstehen lerne? Das Selbstreflexionsmodell mit den vier Schritten bildet den Ausgangspunkt für eine Fülle von Entdeckungen, die das Leben bereichern und verschönern können. Genaue Beobachtung, Gefühle, Bedürfnisse und lebensnahe Bitten können immer wieder die Brücke zum anderen Menschen schaffen, Begegnung wird auf neuer Stufe möglich.

An Hand von Übungen, Kleingruppenarbeit und der Betrachtung von Beispielen aus dem eigenen Leben werden wir untersuchen, wie es möglich werden kann gewaltfrei und liebevoll nach Innen und Außen zu leben.



Grundkurs: Osteopathische Medizin mit Wolfgang Wilde



Zur/m Dozierende(n):

Ich bin Internist und Facharzt für Physikalische und Rehabilitative Medizin, habe u.a. Zusatzbezeichnungen in Sportmedizin, Naturheilverfahren, Ernährungsmedizin und bin seit über 20 Jahren als Dozent in der Deutschen Gesellschaft für Osteopathische Medizin tätig, war über 30 Jahre lang Chefarzt, Ärztlicher Direktor und Geschäftsführer einer großen REHA-AHB Klinik in Prien am Chiemsee.

Zum Workshop:

In diesem Workshop wollen wir einen Einblick in die Osteopathie geben, ein wenig auf die Geschichte und die Grundlagen eingehen, aber vor allem viel praktisch üben. Dabei werden wir verschiedenen Technikarten wie Muskel-Energie-, Myofasziale, Counterstrain, Funktionale, aber auch viszerale und craniale Techniken erklären und anwenden. Wichtig ist, dass ihr eine kleine anatomische Basis (erste Semester Medizin oder aus den Ausbildungen) mitbringt, da wir viel osteopathisch palpieren üben wollen. Wir werden dabei an uns gegenseitig üben, also gerne kurze, gemütliche Sportsachen und ein Handtuch für die Liege mitbringen. Und wer hat auch gerne einen Anatomieatlas zum Nachschlagen.

Für Medizinstudierende und Physiotherapeuten gibt es die Möglichkeit, dass ihr diesen Kurs als Grundkurs Osteopathische Medizin (GKOM/T) bei der Deutschen Gesellschaft für Osteopathische Medizin (DGOM <https://www.dgom.info/>) anerkannt bekommt und euch so einen Kurs der Ausbildung sparen könnt.



Körperbasierte Psychotherapie/Somatic Experiencing mit Anna-Alice Ortner



Zur/m Dozierende(n):

Mein Name ist Anna-Alice Ortner und seit einigen Jahren begleite ich Frauen auf dem Weg in einen zwanglosen Essensalltag & ihren natürlich leichten Körper. Hierfür nutze ich meine eigene Erfahrung aus jahrelanger Essstörung, ärztlicher Tätigkeit und Doktorarbeit zur Auswirkung der Darmflora auf Essensentscheidungen & Gewicht sowie körperbasierte Psychotherapie für einen tiefen Prozess, der die Selbstsabotagemuster auf dem Weg in einen leichten

Körper nachhaltig lösbar macht. Als junge Mutter und ehemals Betroffene ist es mir ein besonderes Anliegen dazu beizutragen, die Verbindung junger Frauen zu ihrem Körper zu fördern und an einer Welt mitzubauen, die aus der Verbundenheit zu unseren Emotionen und Rückbesinnung auf unsere weibliche Natur eine völlig neue Art von „Miteinander- Sein“ ermöglicht. Für eine Zukunft, in der Frauen aus der tiefen Verbindung zu ihrem Körper ihren Partner & Lebensentwurf wählen und sich nicht mehr vorschreiben lassen, wie sie auszusehen oder ihre Kinder zu gebären haben, weil sie sich selbst folgen anstatt auf äußere Meinungen und Pläne zu vertrauen.

Zum Workshop:

Reine Gesprächstherapie geht oftmals nicht tief genug, um traumatische Erinnerungen und Bindungsverletzungen nachhaltig zu lösen – und neuere Forschungsergebnisse in Bezug auf myofasziale Strukturen zeigen, was Pioniere der körperbasierten Psychotherapie wie Bessel van de Kolk oder Peter A. Levine seit langem beobachten – dass Emotionen, die Erinnerungsstücke traumatischer Ereignisse, als nicht ausgeführte Handlungsimpulse auf Gewebe- & Nervensystemebene bestehen bleiben. Wenn sie hier gelöst und körperlich ausagiert werden können, werden tiefsitzende Erinnerungen und damit traumabasierte Handlungsmuster veränderbar. In diesem Vertiefungsworkshop explorieren wir die Grundzüge der körperbasierten Psychotherapie & Anteilsarbeit und wie wir sie für unsere eigene Regulation aber auch für die Arbeit mit Patienten nutzen können. Dieser Workshop wird eins nicht sein: theoretisch. Sondern Du erlernst verschiedene Übungen, ihre Wirkung auf das Nervensystem und wie man diese in einen traumasensiblen Prozess zusammenführt, am eigenen Körper.



*Perspektiven eines Frauenarztes:
Vielfalt der Begegnungen zwischen
Geburt und Tod
mit Christoph Zerm*

Dieses Bild findest Du
nur in der gedruckten
Version

Zur/m Dozierende(n):

Christoph Zerm begleitet die Entwicklung der anthroposophischen Medizin seit 1971 und arbeitet seit 1980 als Frauenarzt, in großer Dankbarkeit. Über 20 Jahre war er in leitender Funktion an den Kliniken in Filderstadt und Herdecke tätig. Seit 2005 engagiert er sich in einer Sprechstunde für geflüchtete Frauen mit Erfahrungen von FGM/C und anderen Menschenrechtsverletzungen. Dort entstanden über 700 biografisch fundierte Gutachten im Rahmen von Asylverfahren.

Er versteht sich selbst als Mensch im Werden – offen, zuhörend und stets auf der Suche nach echter Begegnung.

Zum Workshop:

Begegnung begleitet uns durch alle Lebensphasen: von der Geburt bis zum Tod. Sie ist Quelle von Entwicklung, Gemeinschaft und Sinn. In der Medizin wird sie zum Fundament heilender Prozesse, wenn sich Arzt und Patient achtsam und menschlich begegnen.

Krankheit, Leiden und Sterben laden dazu ein, tiefer zu verstehen und verwandeln Begegnung in ein gegenseitiges Lernen, in Erkenntnis und Dankbarkeit. Auch mit anderen Kulturen eröffnet echte Offenheit neue Perspektiven und Räume für Verbindung.

Zwischen Nähe und Distanz gilt es, feinfühlig auszubalancieren – ob privat, professionell oder digital. Begegnung braucht Präsenz, echtes Zuhören, Mitgefühl, manchmal auch Schweigen. Und sie verändert: beide Seiten.

Tägliche Schwerpunkte:

Tag 1: Geburt als erste Form der Begegnung

Tag 2: Was begegnet sich im ärztlichen Tun? Mensch, Natur, Schicksal

Tag 3: Krankheit, Leiden und Tod

Tag 4: Begegnung mit fremden Kulturen und Sozialisationen

Tag 5: Nähe, Distanz & digitale Räume – wie kann Begegnung heilsam werden?

Visions- und Manifestationskraft mit Johanna Helbig



Zur/m Dozierende(n):

Johanna Helbig, B.Sc. Psychologie, Coach für Persönlichkeitsentwicklung und Wesensentfaltung, Manifestations- und MALA-Coaching.

Seit der 2. Sommerakademie bin ich fast jedes Jahr mit dabei als Teilnehmerin, Dozentin, Teil des Orgateams.

Auf meinem persönlichen und beruflichen Weg habe ich für mich die Prinzipien der Anbindung, Ausrichtung und des Manifestieren entdeckt und erforscht. Das

hat mich u. A. zur Visionierung und Initiation des Waldhof Projektes geführt.

Als Coach helfe ich meinen KlientInnen ihr Wesen-liches zu entfalten und ihr Leben bewusst zu gestalten.

Ich mag es, mich vom Leben führen zu lassen und so lebe ich momentan zeitweise in Deutschland und zeitweise in Florenz mit meinem Partner und seinen 3 Kindern.

Zum Workshop:

Als Coach für Persönlichkeitsentwicklung und Wesensentfaltung beschäftige ich mich hauptsächlich mit den Themen Selbstermächtigung (Empowerment), Manifestation und im weitesten Sinne Gesundheit durch psychisch/geistig/seelische Gesundheit und Förderung.

Im Intensivworkshop biete ich den TeilnehmerInnen zunächst einen Raum zur Begegnung mit sich selbst an. Ich gebe Methoden zur eigenen Psychohygiene, zur inneren Ermächtigung und Ausrichtung an die Hand: Meditation, Tanz/Bewegungsmeditation, Energiearbeit, Kraft der inneren Ausrichtung, Selbstmanagement... Hier werden die Fragen untersucht „Wie will ich mir begegnen? Was befähigt mich?“

Der zweite Teil ist ganz konkret an den Fragen „Wie will ich anderen begegnen? Wie kann ich mitgestalten?“ ausgerichtet. Auf Grundlage einer guten Verbindung mit sich selbst, kann ich mich mit meinen persönlichen Visionen und jenen in Bezug auf ein menschliches Gesundheitssystem verbinden. In Dyadenarbeit (Möglichkeiten dazu: authentic movement, Energiearbeit, aktives Zuhören, fühlendes Zuhören, Spiegeln und Resonanz geben) können die KursteilnehmerInnen verschiedene Begegnungsformen erproben und gleichzeitig Visionen gemeinsam bewegen. Visionboard und eine Einführung in die Prinzipien des Manifestierens stellen zwei vielleicht überraschende Methoden dar, wie Visionen vor allem über die energetische Ebene und die Kraft der inneren Ausrichtung in die Realität gebracht werden können.



*"Zähne – Mund – Kiefer – Körper – Mensch
vom Einzelnen zum Ganzen"
Was hat mein Gebiss mit mir zu tun?
mit Franka Göthe*



Zur/m Dozierende(n):

Franka Göthe, verfolgt die Frage nach dem Systemischen im Organismus schon ihr ganzes Berufsleben als Zahnärztin. Früh begann sie sich mit diesen Themen intensiver zu befassen, da immer wieder Patient*innen in die Praxis kamen, denen mit klassischen zahnmedizinischen Mitteln allein nicht zu helfen war. Ihrem Heilerwillen geschuldet, lernte sie entlang der Bedürfnisse ihre*r Patient*innen verschiedene Methoden bis zur Anwendungsreife kennen.

Sie lernte u.a. Kinesiologie, Heileurythmie, Osteopathie, Cantenica und Manualtherapie. Durch dieses Können ist sie nun immer besser in der Lage ihr*e Patient*innen als ganze Menschen, weit über das rein Zahnmedizinische hinaus, zu begleiten. Außerdem arbeitet sie mit verschiedenen Therapeuten*innen und Spezialist*innen eng zusammen.

Zum Workshop:

Der menschliche Organismus vereint in sich verschiedene Funktionen und Ebenen, die miteinander im Zusammenhang stehen. Verspannungen, Gewohnheiten, Erkrankungen des Kiefers haben ihre Ursachen oftmals nicht lokal.

Anhand mitgebrachter, aber auch selbst erlebter Fragestellungen wollen wir uns in diesem Workshop dem systemischen Zusammenspiel von Zähnen, Kieferspannungen, Körperhaltung, Stoffwechselfragen u.v.a.m. gedanklich und praktisch ühend nähern und die zentrale Frage stellen: Wie komme ich von der Vielfalt an Informationen in ein therapeutisches Urteilen und Handeln zum Wohle des Patienten – Wie finde ich in meinen "Heilermut"?

Hierbei spielen die interdisziplinäre Zusammenarbeit mit Heileurythmie, Osteopathie, Manualtherapie, Körpertrainings (in unserem Fall Cantenica), Selbstregulationstechniken (Vagusnerv) ebenso eine Rolle, wie mit den Haus- und Fachärzten*innen.

Die o.g. Techniken werden im Workshop praktisch demonstriert und z.T. erarbeitet.

Schnupperworkshops I

Die Orte und die Listen zum eintragen findet ihr an den Aushängen am Audimax



Titel	welcher Tag	Seite
360 ° – Ich : Das Bewegungsmandala mit Irene Schlump	Montag	S. 34
Achtsamkeit als Basis der Begegnung mit Andreas Pfingstl	Donnerstag	S. 37/38
Alexander-Technik I - das Prinzip der Methode mit Irene Schlump	Sonntag	S. 35
Alexander-Technik II - der Gebrauch des Selbst mit Irene Schlump	Donnerstag	S. 35
Atem, Körper, Stimme, ein Training mit Blanche Kommerell	Donnerstag	S. 39
Bedeutung der Arzneimittel in der Natur - Grenzen der planetaren und menschlichen Gesundheit mit Cornelia Buldman	Mittwoch	S. 40
Begegnungsmomente mit mir selbst, meinem Gegenüber und der Tonerde mit Fleur Becker	Samstag, Sonntag	S. 42
Biografiearbeit: Innere Haltung als therapeutische Grundlage für eine menschliche Begegnung mit Carine Biessels	Montag	S. 43
Cantienica - Vorstellung trifft Körper mit Ute Klara Brandwein	Samstag, Donnerstag	S. 44
ConsciousRelating Part 1: eine experimentelle Reise zum Ich mit Lucas Ziemer	Montag	S. 45
ConsciousRelating Part 2: eine experimentelle Reise zum Du mit Lucas Ziemer	Mittwoch	S. 45
ConsciousRelating Part 3: eine experimentelle Reise zum Wir mit Lucas Ziemer	Donnerstag	S. 45
Die gemeinsame Entwicklung von Erde und Mensch - wie Überwinden wir die Dualität und verbinden uns neu mit der Erde? mit Cornelia Buldmann	Donnerstag	S. 41
Die Heilkraft einer diversen Gemeinschaft- Erfahrungen im Zusammenleben mit Menschen mit Assistenzbedarf mit Werner Körsgen	Samstag	S. 47
Die Kunst als Therapie mit Talía Machí	Montag, Mittwoch, Donnerstag	S. 48



Schnupperworkshops II

Die Orte und die Listen zum eintragen findet ihr an den Aushängen am Audimax

Titel	welcher Tag	Seite
Embodiment mit Esther Brandani	Mittwoch	S. 49
Erfolgreiche Niederlassung außerhalb des Systems - Menschen helfen, unabhängig sein mit Oskar Salomon	Montag	S. 51
Ernährungstherapie mit Anna-Alice Ortner	Samstag, Sonntag	S. 52
„Gewaltfreie Kommunikation“ nach M.B.Rosenberg mit Sibylle Fiolka	Samstag	S. 53
hands on: Das Prinzip Alexander in der Berührung bei Untersuchungen und mehr mit Irene Schlump	Mittwoch	S. 36
Heileurythmie mit Mailin Wölki	Samstag, Sonntag, Donnerstag	S. 54
Homöopathisch-botanische Exkursion mit Anne Rütten	Samstag, Sonntag	S. 55
Human Therapy - Aktivieren, regenerieren, Selbstheilung erleben mit Kristin Ausländer	Montag	S. 56
Integrative Medizin in der Hausarztpraxis mit Michael Höhne	Samstag, Montag	S. 57
Mediation mit Esther Brandani	Donnerstag	S. 50
Medizinisch / Landwirtschaftliches Studienjahr MeLaS - ein Pre-Med mit Naturkompetenz mit David Martin und Martin von Mackensen	Donnerstag	S. 58
Mindful Medical Women e.V. mit Tatjana Golinski, Caroline Jagobi, Sarah Neubert	Montag, Mittwoch	S. 59
Mit U-Health verborgenen Schätzen auf die Spur kommen mit Angela Smith	Montag	S. 60
Osteopathische Palpation mit Wolfgang Wilde	Montag, Mittwoch	S. 61
Persönlichkeits- und Bewusstseinsentwicklung für die Begegnung mit anderen mit Andreas Pfingstl	Sonntag	S. 38

Schnupperworkshops III

Die Orte und die Listen zum eintragen findet ihr an den Aushängen am Audimax



Titel	welcher Tag	Seite
Philosophie der Freiheit mit Andreas Schmitt	Mittwoch	S. 62
PLAYFIGHT mit Lucas Ziemer	Sonntag	S. 46
Raum für Eigensinn und warum Menschen mit Autoimmunerkrankungen diesen brauchen mit Bettina Berger	Samstag, Sonntag	S. 63
Rhythmische Massage: Begegnung in der Berührung mit Regine Göbels	Samstag	S. 64
Seiltanz mit der Stimme - Ein Instrument der Balance mit Johanna Faller	Sonntag	S. 65
Selbstfürsorge mit Alina Bräuer	Samstag, Sonntag	S. 66
SIRA HIMMELSKLANG IN BEWEGUNG mit Sira Jakob	Samstag, Montag, Donnerstag	S. 67
Staunendes Innehalten in Ehrfurcht und Dankbarkeit als Ressource mit Arndt Büssing	Sonntag	S. 68
Systemische Körperpsychotherapie nach Pesso - Die Weisheit des Körpers nutzen mit Jakob Hehl	Mittwoch, Donnerstag	S. 69
Tango argentino mit Lina Voßwinkel	Mittwoch	S. 70
Trance, Heilung & Massage - Auflösungstherapie erfahren mit Oskar Salomon	Sonntag	S. 51
Verkörperte Begegnung: Nervensysteme im Dialog mit Alexandra Rivera Luna	Samstag	S. 71
Wie möchte ich wirken im Gesundheitswesen? mit MuM	Sonntag	S. 72
Yoga mit Esther Brandani	Samstag	S. 50
Zwischen Verzicht und Genuss - Fasten als integrative Entdeckungsreise mit Benjamin Bräutigam	Donnerstag	S. 73

Workshops mit Irene Schlump

Zur/m Dozierende(n):

Irene Schlump hat zunächst eine Ausbildung zur Krankenschwester abgeschlossen und im Zentrum für Psychiatrie (heute LWL Universitätsklinikum), Bochum gearbeitet. Dann folgte ein Studium der Theater,- Film und Fernsehwissenschaft an der Ruhr-Universität Bochum und seit 1996 die Arbeit als freischaffende Schauspielerin. Von 2002 bis 2006 absolvierte sie die Ausbildung zur Lehrerin für F.M AlexanderTechnik bei der Alexander Alliance (USA/Deutschland/Japan) und unterrichtet seit 2007 im OskarKulturhaus Bochum das PrinzipAlexander für Performance, Stimme und Bewegung. Sie arbeitet in verschiedenen Einrichtungen der Erwachsenenbildung wie im Freien Bildungswerk, Bochum oder dem Figurentheater-Kolleg mit Gruppen zu verschiedenen Themen. Sie ist Living In A Body™ Instructor, gibt Einzelunterricht und arbeitet in verschiedenen Theaterproduktionen. 2013 schrieb sie das Klassenzimmertheaterstück "Alles viel zu viel zuviel" zum Thema Elektromüll und Konsum für 3. und 4. Klassen. 2021 koordinierte sie das interdisziplinären Projekt TRUE BLUE, das an zwei Orten der Welt (Bochum/DE, Winterveldt/ZA) Räume zur künstlerischen Erforschung der nachhaltigen Kunst- und Kulturproduktion und der natürlichen und kulturellen Vielfalt realisiert. Sie ist Teil der Workinggroup Just Inclusion im internationalen Berufsverband der Alexander-Technik Lehrenden, ATI. Seit Beginn der Sommerakademie hat sie die Alexander-Technik in Bezug gesetzt zu Themen wie integrale Bewegung, hands on Arbeit, Selbstfürsorge und Diversität und ist interessiert an deren anwendungsorientierten Zugang. Mit großer Freude bin ich wieder dabei!



Benjamin Graue studiert seit 2017 Medizin. Schon vor dem Studium entdeckte er seine Passion für Contact Improvisation und begann schon bald, diese zu unterrichten. Darüberhinaus begleitet das Musizieren ihn seit seiner Kindheit und in den letzten Jahren widmet er sich hauptsächlich der Verfeinerung der Singstimme. 2022 begann er die Ausbildung zum*zur Lehrer*in der Alexander Technik am Alexander Technique Centre Berlin bei Jonathan Sheratte (ATVD). Die Technik ist ein Bindeglied all seiner Interessen. Die Tiefe und Freiheit, die er seit Beginn der Ausbildung im Tanz, der Musik und im Alltag findet, begeistert ihn sehr. Der Einfluss auf gesundheitliche Probleme ist ein weiterer Interessenschwerpunkt. Er freut sich, diese Begeisterung mit Menschen aller Fach- und Interessensrichtungen zu teilen.

360 ° – Ich: Das Bewegungsmandala mit Irene Schlump



Zum Workshop:

Dieses Bewegungsritual bietet eine leichte Bewegungsabfolge als Morgen- oder Abendroutine, als Vorbereitung z.B. für den OP, zur Neuausrichtung oder Kanalisieren von Emotionen, als Lockerungsübung für Zwischendurch.

360 ° – Ich dient als Instrument zur eigenen Wahrnehmungssteigerung und hilft Dir kraftvoll und konstruktiv in den Moment zu kommen. Dabei sind die gedankliche Ausrichtung nach dem Alexander Prinzip sowie die bewusste Lenkung des Sehens und Hörens zentrale Bestandteile der Praxis. Raumwahrnehmung verändert sich, Verbindung wird gestärkt. Lass Dich überraschen wie selbstverständlich sich bewegliche Ruhe ausbreiten kann. Alle Schupperworkshops sind einzeln belegbar oder können als Vertiefung genutzt werden.

Alexander-Technik I – das Prinzip der Methode mit Irene Schlump

Zum Workshop (Part I):

“Wie komme ich zu einer körperlichen und geistigen Ausrichtung, die mich widerstandsfähiger macht und mich mehr mich selbst sein lässt?”

Wir werden erproben:

- wie Wahrnehmung funktioniert
- wie sich meine persönlichen Muster in alltäglichen (Gehen, Sitzen, Schreiben,...) oder auch spezialisierteren (einen Verband anlegen, Singen, Schneiden, ...) Tätigkeiten zeigen
- wie wir durch intentionale Ausrichtung unser motorisches Auf-und Ausrichtungssystem ansprechen können und zu neuen Wahrnehmungen und (mental wie körperlichen) Haltungen gelangen
- welche Auswirkung das Zusammenspiel von multi-sensorischer Aufmerksamkeit für meine Umgebung, mich selbst und Andere (sowie Objekten) auf mein Befinden und den Kontakt zu meinen Aufgaben und Anderen hat.

Der WS ist erfahrungsbasiert und arbeitet mit einfachen Spielen sowie hands on, für diejenigen, für die es passend ist. Und mit Neugierde und Spaß.

Alle Schupperworkshops sind einzeln belegbar oder können als Vertiefung genutzt werden.



Alexander-Technik II – der Gebrauch des Selbst mit Irene Schlump

Zum Workshop (Part II):

Jegliches Sein und Tuen geht mit Gedanken einher. Unser Wunsch etwas zu tun, trifft dabei auf Erfahrungen, die wir gemacht haben und/oder auf Glaubenssätze, die sich im Laufe eines Lebens bewusst oder unbewusst in uns manifestiert haben.

In diesem Workshop werden wir spielerisch die Wirkung von Glaubenssätzen oder der tatsächlichen Umständen (ich habe keine Zeit, alles bleibt an mir hängen, vermeintliche Sinnlosigkeit von einzelnen Tätigkeiten,) auf unsere körperliche Integration und damit auch auf unsere mentale Ausrichtung, Leistungsfähigkeit und Emotionalität erfahrbar machen. Im zweiten Schritt probieren wir dann aus, wie sich die innere Befindlichkeit verändert, dadurch, das wir aus der Fülle unseres Körpersystems heraus agieren.

Alle Schupperworkshops sind einzeln belegbar oder können als Vertiefung genutzt werden

hands-on: Das Prinzip Alexander in der Berührung bei Untersuchungen und mehr – mit Irene Schlump

Zur/m Dozierende(n): siehe Seite 34

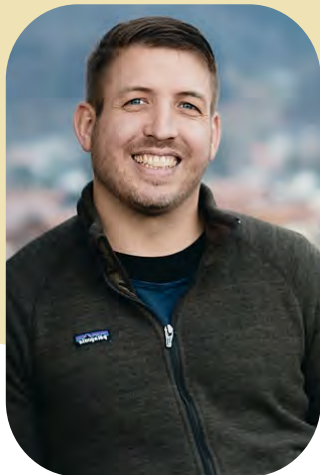
Zum Workshop:

Alle Tat geht vom Herzen aus. Und führt dorthin zurück. Die Hand als grösstes Sinnesorgan des sensorischen Kortex übermittelt viele Informationen und verbindet uns mit der Welt und unserem Innersten. Es ist empfangen und geben zugleich. Wenn wir in Einklang mit uns selbst stehen, sind diese beiden Pole ausgewogen. In der Alexander-Technik arbeiten wir mit subtilen Berührungen und schaffen so einen Raum uns und anderen näher zu kommen.

Wie hilft eine natürliche, körperliche Aufrichtung im Kontakt zu Anderen? Wie können wir unterstützen ohne, dass wir zusammenstürzen? Wie entsteht ein ausgewogener Kontakt bei Berührung mit der Hand, dem Stethoskop, einer Injektionsnadel, etc? Der WS ist erfahrungsbasiert und arbeitet mit einfachen Spielen sowie hands on, für diejenigen, für die es passend ist. Und mit Neugierde und Spaß.

Alle Schupperworkshops sind einzeln belegbar oder können als Vertiefung genutzt werden

Achtsamkeit als Basis der Begegnung mit Andreas Pfingstl



Zur/m Dozierende(n):

Mein Name ist Andreas Pfingstl.

Ich wurde am 5. November 1977 in Rosenheim (Bayern) geboren und lebe dort im schönen Chiemgau.

Als Coach, Trainer und Lehrer ist es meine Berufung und Leidenschaft, Menschen auf ihrem Weg zu innerem Wachstum, persönlicher Entfaltung, Transformation und Heilung zu begleiten.

Meine Qualifikationen:

- Zertifizierter Coach für Energiearbeit und Geistheilung (La Lumière – Monika Hasenknopf-Mairhofer, 2016)
- Diplomierter Wirtschaftspädagoge mit Schwerpunkt Wirtschaftspsychologie (Ludwig-Maximilians-Universität München, 2007)
- Ehemaliger Oberstudienrat für Wirtschaft und Ethik (2007– 2023)
- Trainer und Instructor in Kampfkünsten wie Ju-Jutsu und Jeet Kune Do (seit 1998)
- Businesscoach und Autor

Zum Workshop:

Das eigene und fremde Befinden sowie Empfinden bewusst (be-)achten, Einfühlungsvermögen schulen – Fühlen üben

Achtsamkeit – das bewusste Wahrnehmen des eigenen Seins, der eigenen Empfindungen sowie der Gedanken, Bedürfnisse und Verhaltensweisen von sich selbst und anderen – bildet die Grundlage für ein konstruktives Miteinander. (Weiterführung S.38)



Neben der Reflexion und möglichen Anpassung eigener Denk- und Verhaltensmuster werden auch die Beweggründe und Motive anderer hinterfragt.

Zentral ist dabei die bewusste Wahrnehmung der eigenen Gefühle sowie die Entwicklung von Empathie und Einfühlungsvermögen.

Ergänzend werden hilfreiche Kommunikationsmodelle vorgestellt, um die gewonnenen Erkenntnisse klar, respektvoll und konstruktiv auszudrücken.

*Persönlichkeits- und Bewusstseinsentwicklung für die
Begegnung mit anderen
mit Andreas Pfingstl*

Zur/m Dozierende(n): siehe Seite 37

Zum Workshop:

Um anderen wirklich begegnen zu können, sollte man sich zunächst selbst kennen. Das Bewusstsein über sich selbst und die eigene Interaktion mit der Welt bildet die Grundlage für eine tiefgehende Persönlichkeitsentwicklung.

Wir leben in einer Ego-Blase, die unser Denken, Verhalten und unsere Wahrnehmung bestimmt – doch wir haben die Möglichkeit, uns ein Stück weit daraus zu befreien.

Die Reflexion und Relativierung unserer Perspektive, Überzeugungen und Handlungen schafft die Basis für wertfreiere und offenere Begegnungen.

Dieser Workshop kann ein erster Schritt auf diesem Weg sein.



Atem, Körper, Stimme – ein Training mit Blanche Kommerell



Zur/m Dozierende(n): siehe Intensivworkshops

Zum Workshop:

In diesem Workshop konzentriere ich mich auf das Zusammenwirken von Atem, Körper und Stimme mit besonderen Übungen, die Spass machen und Lust am Sprechen vermitteln.



Bedeutung der Arzneimittel in der Natur – Grenzen der planetaren und menschlichen Gesundheit mit Cornelia Buldman



Zur/m Dozierende(n): Ich bin Fachärztin für Allgemeinmedizin, Anthroposophische Medizin (GAÄD) Naturheilverfahren, Psychotherapie. Niedergelassen war ich in Hausärztlicher Gemeinschaftspraxis von 1990 –2024 in Bielefeld, uns war es ein großes Anliegen, Medizinstudierende in der Praxis auszubilden, diese von verschiedenen Unis seit 1998.

Mitarbeit in der Aufbauzeit an der Medizinischen Fakultät OWL mit dem Thema Klimawandel und Gesundheit ins Curriculum zu bringen. Ich bin aktiv bei KLUG, H4F und S4F, gebe Vorträge und Workshops in dem Bereich und Klimasensibler Beratung für Hausärztliche Praxen und Landwirtschaft und Ernährung sind meine Heimat. Zur Familie gehören 3 Kinder mit Familien mit 7 Enkel:innen.

Zum Workshop:

Arzneimittel haben einen nicht unerheblichen ökologischen Fußabdruck, sowohl was den toxikologischen Eintrag als auch die CO₂-Emissionen anbetrifft. Arzneistoffe gelangen in aquatische und terrestrische Ökosysteme.

Arzneistoffe wirken so auf Nichtzielorganismen. Wie ist der Stand heute?

Die Herausforderung durch die Klimakrise ist, eine neue Beziehung zur Erde und zum Umkreis zu bilden, worin Heilimpulse für die Erde und die Menschen liegen können.

Arzneimittel, die in der Natur einen positiven impact haben, sollten stärker in Leitlinien berücksichtigt werden. Dies würde einerseits Leid durch vermeidbare Krankheitslast sowie andererseits Klima- und Umweltbelastungen minimieren.

Die gemeinsame Entwicklung von Erde und Mensch – wie Überwinden wir die Dualität und verbinden uns neu mit der Erde?

mit Cornelia Buldmann



Zum Workshop:

Die gemeinsame Entwicklung von Erde und Mensch – wie Überwinden wir die Dualität und verbinden uns neu mit der Erde?

Den Klimanotstand im Rahmen eines transformativen Wandererlebnisses, das die Teilnehmer in eine tiefe Verbindung mit der übermenschlichen Welt führt. Vortrag und WS mit Deep Time Walk: Mit einer Wanderung möchte ich einladen, in transformative Prozesse zu kommen, die Welt mit anderen Augen zu sehen und unsere tiefen Verbindungen wieder aufzunehmen. Wie können wir uns ermutigen zu positivem Handeln und dem Einsatz für eine regenerative Erde. Der Deep Time Walk ist eine transformative Reise durch 4,6 Milliarden Jahre Erdgeschichte auf einem 4,6 Kilometer (eventuell vor Ort nur 460m) langen geführten Spaziergang.



Begegnungsmomente mit mir selbst, meinem Gegenüber und der Tonerde mit Fleur Becker

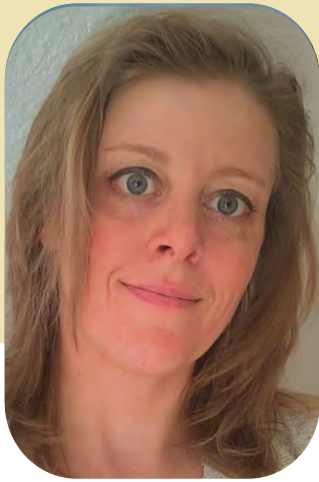


Zur/m Dozierende(n): Ich bin Fleur, Heilerziehungspflegerin und Kunsttherapeutin und freue mich, zum zweiten Mal mit einem künstlerischen Workshop bei der Sommerakademie dabei zu sein. Die Frage, wie ich den einzelnen Menschen in seiner Wesenhaftigkeit, in seiner Individualität erkennen und auf seinem ganz eigenen Weg begleiten kann, begeistert mich in meiner Arbeit. Sowohl in der heilpädagogischen, als auch in der klinisch- kunsttherapeutischen Arbeit bildet die Begegnung, die zwischenmenschliche Beziehung, das Fundament für eine gelingende Therapie.

Zum Workshop: In verschiedenen angeleiteten Schritten werden wir zusammen plastizieren. Mit unseren gestaltenden Kräften wenden wir uns der Tonerde zu und bilden uns durch unsere Hände in ihr ab, wir schaffen ein Abbild von dem was in uns lebt und werden will.

Es wird unterschiedliche Begegnungsmomente geben, die wir erforschen wollen. Wir arbeiten hauptsächlich in Stille, es wird aber auch Momente zum Austausch geben. Zuerst werden wir uns selbst begegnen, in das eigene Innere hineinlauschen und diesem einen Ausdruck im Ton verleihen. Weiter werden wir uns öffnen für das fremde Tonwerk meines Gegenübers. Wir werden dieses durch liebevolle Hinwendung tastend wahrnehmen und versuchen, ein Verständnis zu entwickeln, indem wir es nach plastizieren. Eine ganz eigene Antwort in Ton plastiziert bildet den Abschluss dieser Übungsreihe.

Ich freue mich auf viele kleine Begegnungsmomente mit Euch!



Biografiearbeit: Innere Haltung als therapeutische Grundlage für eine menschliche Begegnung mit Carine Biessels



Zur/m Dozierende(n): Carine wurde in der Schweiz geboren und verbrachte den Großteil ihrer Jugend in den Niederlanden. In ihren frühen Zwanzigern zog sie nach England, um Biographieberatung zu studieren. Sie war fasziniert von dem positiven Ansatz, die eigene Lebensgeschichte wahrhaftig zu leben und sich aktiv mit ihr auseinanderzusetzen, während sie gleichzeitig vergangene Erfahrungen therapeutisch aufarbeitet.

Um ihr Verständnis von anthroposophischer Therapie und Medizin zu vertiefen, entschied sie sich in ihren Dreißigern nach Deutschland zu ziehen, um Humanmedizin an der Universität Witten/Herdecke und an der Eugen- Kolisko Akademie in Stuttgart zu studieren. Seitdem unterrichtet sie in vielen Weiterbildungsprogrammen an der Universität Witten/Herdecke und im Weiterbildung für therapeutisch- medizinische Aspekte der Biografiearbeit in Kassel. Im Alltag arbeitet sie als Biographieberaterin und als Ärztin in einer psychosomatischen und psychiatrischen Klinik.

Carine ist ebenfalls Mitglied der Studienkommission des Grundstudiums an der Klinik Arlesheim.

Zum Workshop:

Als (angehende) Therapeut:in oder Ärzt:in ist der Tag voll von Begegnungen und Erwartungen. Die guten Intentionen gegenüber Mitmenschen und Patient:innen sind der Schlüssel für eine heilsam wirkende Beziehung. Wie behält man diese Intention bei in der Einzelbegegnung während eines vollen Alltags? In diesem kurzen Workshop wollen wir mit ein paar Übungen aus der Biografiearbeit zum Thema „Zuhören und Haltungsentwicklung“ einen ersten Eindruck vermitteln, wie unser Denken, Fühlen und Wollen direkt auf die Gesundheitsprozesse in einer Behandlung wirken kann. Es öffnet sich einen Begegnungsraum auf Augenhöhe, in dem Menschlichkeit und guter Wille die Grundlagen für den weiteren Behandlungsprozess sind. Des Weiteren gibt es einen kurzen Überblick über die Biografiearbeit im Allgemeinen.



Cantienica – Vorstellung trifft Körper mit Ute Klara Brandwein



Zur/m Dozierende(n): Ursprünglich wollte Ute Klara Brandwein Lehrerin werden – doch das Leben führte sie in die freie Wirtschaft. Fast drei Jahrzehnte war sie als Führungskraft in der Personal- und Organisationsentwicklung tätig – vom Mittelstand bis zur Konzernholding. Schließlich folgte sie ihrem inneren Kompass und wählte den Weg in die Freiberuflichkeit. Unabhängig zu arbeiten und das zu tun, was ihr wirklich am Herzen liegt, prägt seither ihr berufliches Wirken. Seit über 20 Jahren begleitet sie Menschen, Teams und Organisationen durch Phasen der Veränderung – mit Klarheit, Feingefühl und einem weiten, systemischen Blick.

Nach vielen eigenen Stationen der Entwicklung lebt sie heute in Witten. Dort hat sie vor 5 Jahren mit KLARAM – Atelier für Körper und Geist einen Raum geschaffen, in dem echte Begegnung möglich wird.

Als systemische Beraterin, Coachin, Trainerin und Körperarbeiterin verbindet sie fachliche Tiefe mit Intuition – und eröffnet Wege zu Entwicklung, Präsenz und nachhaltiger Veränderung.

Zum Workshop: Was passiert, wenn das, was du über deinen Körper denkst, plötzlich ins Spüren kommt?

Wenn du dich nicht bewegst, um etwas zu erreichen, sondern um dir zu begegnen?

In diesem Cantienica®-Workshop treffen Vorstellung und Körper aufeinander. Du lernst, wie du durch deine Vorstellungskraft Tiefenmuskulaturarbeit betreibst und eine neue Aufrichtung finden kannst – nicht durch Anstrengung, sondern durch feine innere Orientierung.

Mit der Cantienica®-Methode erlebst du, wie dein Körper sich von innen heraus neu organisiert: Wirbelsäule, Beckenboden, Atemraum und Haltung – alles darf sich neu sortieren. Die Folge? Mehr Stabilität, mehr Präsenz, mehr Leichtigkeit.

Was dich erwartet:

- Ein achtsamer Einstieg in die Cantienica®-Methode
- Körperarbeit / Übungen mit Tiefgang: präzise, spürbar, alltagstauglich für Aufrichtung, Körperwahrnehmung und innere Präsenz
- Austausch & Reflexion im gemeinsamen Lernraum

Du brauchst keine Vorkenntnisse – nur Offenheit und bequeme Kleidung. Vielleicht gehst du am Ende aufrechter, vielleicht verbundener, vielleicht stiller. Alles ist willkommen.

Bitte mitbringen: Bequeme Kleidung, Socken, Neugier



ConsciousRelating Part I, Part II und Part III mit Lucas Ziemer



ConsciousRelating Part 1: eine experimentelle Reise zum Ich (Mo)

ConsciousRelating Part 2: eine experimentelle Reise zum Du (Di)

ConsciousRelating Part 3: eine experimentelle Reise zum Wir (Mi)

Zur/m Dozierende(n): Ich liebe es, mich im Kontakt mit verschiedenen „Welten“ zu erleben und Menschen auf ihren inneren und äußeren Forschungsreisen als Arzt, Therapeut und Seminarleiter zu begleiten. Im Spannungsfeld zwischen Mut und Vertrauen liegt mein Weg. Authentizität, Aufrichtigkeit, sowie Träume und Visionen sind meine Stärken. Ich richte

Räume aus, sich im Spannungsfeld zwischen Yin und Yang, zwischen Höhen und Tiefen, An- und Entspannung, Konfrontation und Annahme, Herausforderung und Regeneration zu erfahren. Zentral ist dabei die Arbeit an unserer Beziehungsfähigkeit zum Ich, Du und Wir als konkreten liebevollen gesellschaftspolitischen Akt.

Zum Workshop:

Wie stehen wir mit uns, unserem Gegenüber und einer Gruppe in Beziehung? Wie verhalten wir uns? Wie zeigen sich unsere Muster und was hilft uns oder hindert uns daran, liebevoll und bewusst auf all diesen Ebenen in Kontakt zu bleiben?

Ich nehme dich mit auf eine erfahrungsbasierte Reise zum Erforschen von Kontakt und Beziehung...zu uns, zum Gegenüber und zur Gemeinschaft. All dies verstehe Ich als Grundlage für ein gesundes Selbst, gesunde Partner- und Freundschaften und letztlich gesunde Gesellschaftsstrukturen.

Inspiriert durch einen bunten Blumenstrauß verschiedener kreativ-therapeutischer Methoden und Kontaktübungen aus z.B. Gestalttherapie, Körperarbeit, Meditation und Bewegung darfst du in einem gehaltenen und geschützten Setting Impulse für dein Sein, Wirken und Werden sammeln. Es sind keinerlei Vorerfahrungen nötig. Alle drei Workshops können unabhängig voneinander oder zum Vertiefen aufeinander aufbauend besucht werden. Jeder der drei Schnupper-Workshops widmet sich einem eigenen Schwerpunkt (siehe Titel).

Ich freue mich auf ein gemeinsam gelebtes Experiment für Verbundenheit und Wandel.



PLAYFIGHT *mit Lucas Ziemer*

Zum Dozierenden: siehe Seite 45

Zum Workshop:

"Competition" kommt von competere: com - zusammen und petere - suchen. Wir erobern dieses alte Paradigma zurück und lernen, es zu verkörpern, während wir gemeinsam spielerisch kämpfen. Wir verwurzeln uns in Integrität und nähren unsere Verbundenheit.

Finde deinen Ausdruck mit fürsorglicher Stärke. Mit Stärke kommt Verantwortung, und Verantwortung kann mit einer Menge Spaß einhergehen!

Ein Raum für Leichtigkeit, Lachen, Tiefe, Berührtheit, Kraft und Verletzlichkeit...

Playfight ermächtigt Dich, Deiner inneren Stimme zu lauschen, Deiner Intuition zu vertrauen und damit Dein Selbstvertrauen zu stärken.

Ich eröffne einen sicheren Raum, wo Spiel, Wachstum und Embodiment zusammentreffen.

Wir werden uns bewegen, begegnen und körperlich, sowie emotional berühren.

Kein Vorwissen nötig.



Die Heilkraft einer diversen Gemeinschaft- Erfahrungen im Zusammenleben mit Menschen mit Assistenzbedarf mit Werner Körsgen



Zur/m Dozierende(n): Mein halbes Leben (72 Jahre) arbeite und lebe ich auf dem Christopherus- Hof in einer Wohn- und Lebensgemeinschaft, zusammen mit Menschen mit Assistenzbedarf. Mein Interesse gilt in besonderer Weise der

Entwicklung einer Dialogkultur und der Förderung dieses meines Ortes als Wohn-, Arbeits-, Lern, und Heilort. „Alles wirkliche Leben ist Begegnung“ (Martin Buber) Steht über dem Leitbild unserer Wohn- und Lebensgemeinschaft.

Zum Workshop:

Der Schnupperworkshop findet auf dem Christopherus - Hof, in unmittelbarer Nähe der Uni Witten Herdecke statt. Hier leben seit über 40 Jahren Menschen mit und ohne Assistenzbedarf in Gemeinschaften zusammen. Am Ort finden sich Begegnungs-, Entwicklungs-, Resonanzräume, in denen eine Art Seelenpflege geübt wird. Diese vollzieht sich idealerweise wechselseitig, rollenunabhängig (Menschen mit Assistenzbedarf, AssistenTin - wer auch immer) in der zwischenmenschlichen Begegnungen. Werner Körsgen lebt hier seit 37 Jahren und möchte über „Die Kraft der Begegnung“ ins Gespräch kommen.



Die Kunst als Therapie mit Talía Machí



Zur/m Dozierende(n): Ich bin Talía und arbeite als Kunsttherapeutin am Gemeinschaftskrankenhaus in Herdecke. Mir liegt eine interdisziplinäre Arbeitsweise sehr am Herzen. Die Gemeinschaft und ein ganzheitliches Menschenbild sind für mich von großer Bedeutung.

Zum Workshop:

Was zeigt sich in der Kunst, was Therapie sein kann?

Durch das eigene künstlerische Schaffen werden wir versuchen, eine Ahnung darüber zu bekommen, welches therapeutische Potenzial in der Kunst liegt.

Durch Kunst kann Unsichtbares sichtbar gemacht werden. Nach dem Malprozess werden wir uns mit unseren Bildern auseinandersetzen, um vielleicht mehr über uns selbst zu erfahren, ohne dass wir therapeutisch arbeiten werden.

Embodiment mit Esther Brandani



Zur/m Dozierende(n):

Hey! Ich bin Esther Brandani, 27 Jahre alt, Yogalehrerin und Musikerin.

Bei der Sommerakademie begleite ich euch durch Workshops in Yoga, Embodiment und Meditation. Alle drei Praktiken bringen unsere Aufmerksamkeit in den Körper – unseren Anker für Präsenz. Außerdem lade ich euch zu gemeinsamen Singkreisen ein, in

denen wir uns durch Stimme und Klang verbinden. Ich freue mich auf echte Begegnungen, gemeinsames Spüren und vor allem ganz viel Spaß.

Zum Beginn jedes Workshops gebe ich einen kurzen wissenschaftlichen Einblick, der erklärt, wie Yoga, Embodiment und Meditation, Körper und Geist positiv beeinflussen. So versteht ihr die Hintergründe und könnt die Übungen bewusster erleben.

Zum Workshop:

In diesem Workshop geht es darum, wie wir durch Bewegung mit herausfordernden Emotionen umgehen können.

Wir machen verschiedene Einzelübungen, bei denen du deine eigene Körperwahrnehmung erforschst und praktische Tools für deinen Alltag mitnehmen kannst.

Anschließend werden wir über Partnerübungen in die Verbindung mit anderen gehen und Kommunikation über den Körper erleben. Das wird spannend.♡



Mediation *mit Esther Brandani*

Zur/m Dozierende(n): siehe Seite 49

Zum Workshop:

In der Meditation übst du, still zu werden und präsent zu bleiben – mit dem, was gerade ist. Es geht nicht um Leistung oder Wegdrücken, sondern darum, die innere Welt freundlich zu beobachten. Was das für Auswirkungen auf deine physische und mentale Gesundheit hat, wirst du selbst entdecken. Ich freu mich auf dich. ♡

Yoga *mit Esther Brandani*

Zur/m Dozierende(n): siehe Seite 49

Zum Workshop:

Yoga verbindet Atem, Bewegung und Bewusstsein. In den Übungen schaffen wir Raum für achtsame Bewegung, innere Ruhe und die Erfahrung, ganz im Körper anzukommen. Was das für Auswirkungen auf deine Gesundheit hat, wirst du selbst erleben können. ♡



Erfolgreiche Niederlassung außerhalb des Systems – Menschen helfen, unabhängig sein mit Oskar Salomon



Zur/m Dozierende(n):

Oskar Salomon begleitet als ganzheitlicher Arzt Menschen, die von der Schulmedizin aufgegeben wurden – mit einem radikal neuen Verständnis von Heilung. Nach zehn Jahren erfolgreicher Praxistätigkeit in Berlin, Hamburg und Lübeck machte Oskar die spirituell fundierte Auflösungstherapie eines österreichischen Heilers für alle Berufsgruppen zugänglich.

Heute bildet er Therapeuten und Quereinsteiger in dieser Methode aus und widmet sich der Weitergabe von Hypnose & Bewusstseinmedizin – unter anderem in Zusammenarbeit mit dem Arzt Dr. Steve Bierman aus Kalifornien.

Zum Workshop:

Du bist mal angetreten, Menschen zu helfen. Doch gelingt das im herkömmlichen Medizinsystem, auf Station oder in der Praxis mit 5-min- Medizin? In diesem Praxisworkshop gehst du auf eine Visionsreise und erfährst, welchen Weg das Ärzteehepaar Oskar und Joana Salomon gefunden hat, um unabhängig von zeitlichen und finanziellen Zwängen Menschen zu helfen und eine Praxis zu führen, bei der die Menschen schlange stehen.

Trance, Heilung & Massage – Auflösungstherapie erfahren

Zum Workshop: In diesem Selbsterfahrungs-Workshop erlebst du, wie das Ärzteehepaar Oskar und Joana Salomon durch Entspannung, Berührung und Trance interne Heilungsprozesse anstößt – mit beeindruckenden Erfolgen bei psychosomatischen Erkrankungen, darunter Autoimmunerkrankungen, Schlafstörungen und diversen sog. unheilbaren Störungen.

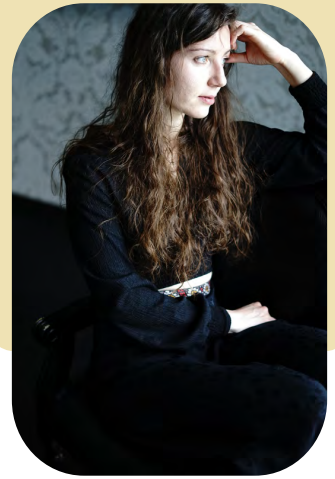


Ernährungstherapie mit Anna-Alice Ortner

Zur/m Dozierende(n): siehe Vertiefungsworkshops

Zum Workshop:

Du weißt, dass Ernährung für Dich und die Menschen mit denen Du arbeitest eine immense Rolle spielt, aber das, was Du bisher darüber gelernt hast, hat nicht annähernd die Tiefe, die Du Dir wünschst? In diesem Schnupperworkshop schauen wir uns an, wie Ernährung und Stimmung sowie Entzündungs- und Stoffwechselprozesse im Körper zusammenhängen und wie Ernährungstherapie erfolgreich bei zahlreichen psychiatrischen und metabolischen Erkrankungen eingesetzt werden kann. Sodass Du einen klaren Handlungsleitfaden hast, was es braucht, um für Dich oder Deine Patienten eine nachhaltige Veränderung der Ernährungsgewohnheiten zu erreichen.





„Gewaltfreie Kommunikation“ nach M.B.Rosenberg mit Sibylle Fiolka



Zur/m Dozierende(n): siehe Vertiefungsworkshops

Zum Workshop:

Marshall Rosenberg hat mit seinem Selbstreflexionsmodell und seiner Einladung auf gewaltlose Art und Weise Konflikte zu

lösen einen großen Beitrag zum eigenen inneren Frieden und zum Weltfrieden gegeben. Es bedarf allerdings einer neuen Ausrichtung der eigenen Denkstrukturen und die Bereitschaft sich authentisch, offen und verletzbar zu zeigen, damit wir Menschen uns mehr miteinander verbinden können.

Wie das möglich ist erfahrt Ihr in ersten Schritten.

Ich freue mich auf neue Entdeckungen mit Euch.

Sibylle Fiolka



Heileurythmie mit Mailin Wölki

Dieses Bild findest
Du nur in der
gedruckten Version

Zur/m Dozierende(n): Mailin Wölki ist mein Name. Ich arbeite als Heileurythmistin am Gemeinschaftskrankenhaus Herdecke. Eurythmie bewege ich seit meiner eigenen Kindergartenzeit. Ich unterrichtete sie und war intensiv, künstlerisch in einigen Ensembles tätig.

Zum Workshop:

Für Samstag:

Eurythmietherapie, eine Kunst-/ Bewegungstherapie der anthroposophischen Medizin, bei Rücken- Schulterverspannungen / -schmerzen

Für Sonntag:

Heileurythmie, eine Kunst-/ Bewegungstherapie der anthroposophischen Medizin, als Prophylaxe von Migräne, Periodenschmerzen und zum Entspannen

Für Donnerstag:

Hygienische Eurythmie zum Wohlfühlen und Heileurythmie zu von TeilnehmerInnen gewünschten Themen

Dieses Bild findest Du
nur in der gedruckten
Version

Homöopathisch-botanische Exkursion mit Anne Rütten



Zur/m Dozierende(n):

Anne Rütten, *1963, Ärztin, Homöopathie-Diplom (DZVhÄ); nach dem Studium 4 Jahre Arbeit in einem Bioladen und therapeutische sowie homöopathische Ausbildung, eigene homöopathische Praxis in Kohlscheid (Städteregion Aachen). Seit 1996, Mitarbeit im Berufsverband homöopathischer Ärzte NRW e.V., Dozentin in der

ärztlichen Weiterbildung Homöopathie, im studentischen Arbeitskreis Köln sowie im WPF Homöopathie an der HHU Düsseldorf.

Zum Workshop:

Von den Pflanzen in unserer direkten Umgebung sind die meisten als Nahrungs- oder Heilpflanzen schon seit langem bekannt, z.T. auch schon wieder in Vergessenheit geraten. Besonders das Gelände um die Uni Witten-Herdecke beherbergt eine erstaunliche Vielfalt an Heilpflanzen, die auch in der Homöopathie Verwendung finden.

Hier können wir die Gelegenheit nutzen, mehr über die homöopathische, phytotherapeutische oder kulinarische Verwendung und über botanische Besonderheiten oder pfiffige Überlebensstrategien dieser Pflanzen zu erfahren, oder einfach ihre Schönheit zu genießen.



Human Therapy – Aktivieren, regenerieren, Selbstheilung erleben mit Kristin Ausländer



Zur/m Dozierende(n):

“Gib dir Selbst Raum!” ist mein Angebot an die Menschen die zu mir finden. Und damit meine ich das wahre Selbst, dass wir wieder ent-decken und ent-wickeln dürfen – mit Freude, Leichtigkeit und von Herz zu Herz!

Zum Workshop:

In diesem praxisorientierten Workshop lernst du Human Therapy kennen und erlebst die Aktivierung deiner natürlichen Selbstheilungskräfte – spürbar, einfach und direkt. Durch gezielte Körperimpulse, kombiniert mit Mentaltechniken, löst Du Blockaden, bringst den Körper ins Gleichgewicht und erlebst körperliche, emotio und mentale Regeneration. Ohne Vorkenntnisse und ideal für alle, die eine alltagstaugliche, wirkungsvolle Methode für sich und ihr Umfeld finden möchten.

Integrative Medizin in der Hausarztpraxis mit Michael Höhne



Zur/m Dozierende(n): Mein Name ist Michael Höhne, Jahrgang 1951. Ich bin seit über 30 Jahren als Landarzt in der Wesermarsch tätig. Da ich auch eine pädiatrische Ausbildung durchlaufen habe, hat sich in meiner allgemeinmedizinischen Tätigkeit auf dem Lande auch ein pädiatrischer Schwerpunkt entwickelt. Schon kurze Zeit nach meiner Niederlassung wurde mir klar, dass das Instrumentarium, über das wir in der Schulmedizin verfügen, in vielen Fällen unbefriedigend ist. Nur damit ich nicht falsch verstanden werde: Die wissenschaftlichen Erkenntnisse und Fortschritte der Medizin sind wirklich fantastisch und die therapeutischen Möglichkeiten, die es heute gibt, sind ein Segen (Ich selbst wäre ohne sie schon mehrfach unter der Erde gelandet). Aber Vieles bekommen wir auch nicht so gut in den Griff. So habe ich denn auch nach meiner Niederlassung in einer Allgemeinmedizinischen Gemeinschaftspraxis begonnen, nach Erweiterungen auf der

„therapeutischen Tastatur“ zu suchen. Akupunktur und TCM, Chirotherapie waren die ersten Schritte. Als Chirotherapeut stößt man dann ja früher oder später auch auf die Osteopathie. Die Osteopathieausbildung habe ich bei der DAOM durchlaufen und dort später auch in der Kinderosteopathie unterrichtet. Die eigene Philosophie veränderte sich dann auch, insbesondere auch die Bewunderung der Natur und die Hochachtung vor diesem fantastischen komplexen Organismus des Menschen.

Das wunderbare am Landarzttdasein ist: Man bekommt von der Wiege bis zur Bahre alles zu sehen und man lernt nie aus. Und wenn die Arbeit befriedigend und erfüllend ist, ist der Feierabend auch nicht das zentrale Problem...

Die Allgemeinmedizin ist ein spannendes Feld mit mannigfaltigen Möglichkeiten der Selbstverwirklichung. Für mich ist es der schönste Beruf der Welt (Ich hoffe aber, dass Lehrer, Landwirte, Juristen und Handwerker das für ihren Beruf genauso sehen.)

Zum Workshop:

Ich möchte in dem Workshop zeigen, welche Therapieansätze sich bei mir in der allgemeinmedizinischen Praxis bewährt haben, nicht nur im Hinblick auf häufige Krankheitsbilder, sondern auch im Hinblick auf das Zeitmanagement, das ja überall zunehmend unsere Arbeit beeinflusst.

Osteopathische Techniken sind sowohl diagnostisch als auch therapeutisch auch in der allgemeinärztlichen Praxis gut nutzbar. Neben der Be"HAND"lung erkennt man aber auch, dass das „Wort“ ein mächtiges therapeutisches Werkzeug ist. Auch hier gibt es gut nutzbare Instrumentarien, die auch durchaus im Landärztlichen Zeitrahmen umsetzbar sind.

Die Neurofunktionelle Integration und Emotion-Code-Techniken, Ansätze aus der Kinesiologie, TCM, Neuraltherapienach Huneke, Faszienmodelle nach Typaldos, Sympathikustherapie nach Heesch und Steinrücken, Dorn Therapie, Nogier, Coca, Hypnosystemische Techniken und Einiges mehr sind ebenfalls Instrumente, die man in der Allgemeinmedizin gut gebrauchen kann und die sich auch gut kombinieren lassen.

In dem Workshop werde ich mein Instrumentarium vorstellen und mit den Teilnehmern auch einige praktische Übungen machen, die sich in meiner Praxis bewährt haben. Vielleicht ergeben sich daraus Anregungen, und man kann vielleicht ja auch das eine oder andere mit nach Hause nehmen und direkt umsetzen...

Ich freue mich auf regen Austausch!



Medizinisch / Landwirtschaftliches Studienjahr MeLaS – ein Pre-Med mit Naturkompetenz mit David Martin und Martin von Mackensen

Zur/m Dozierende(n):

David Martin – siehe Vertiefungsworkshops

Martin von Mackensen wollte einst Arzt werden und entschied sich dennoch zur Lehre als Landwirt. Heute lebt und arbeitet er auf dem Dottenfelderhof in Bad Vilbe. Als Leiter der staatlich anerkannten Landbauschule Dottenfelderhof inspiriert er eine Vielzahl an Menschen dazu, in sich selbst zu blicken und das eigene Verständnis von Anthroposophie und biodynamischer Landwirtschaft zu vertiefen. Gemeinsam mit Professor Doktor David Martin hat er das medizinisch landwirtschaftliche Studienjahr MeLaS gegründet.



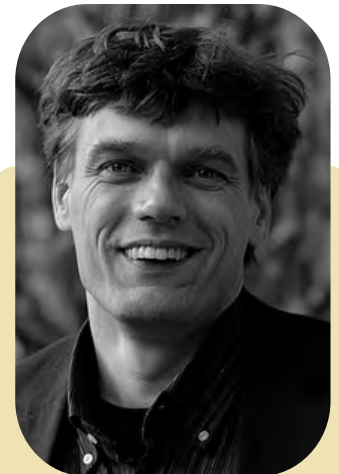
Zum Workshop:

Dieser Schnupperkurs bietet Euch einen erfahrungsbasierten Einblick in das medizinisch landwirtschaftliche Studienjahr am Dottenfelderhof.

Das *Medizinisch-Landwirtschaftliche Studienjahr* – kurz MeLaS – ist ein außergewöhnliches Bildungsprojekt am Dottenfelderhof in Bad Vilbel, das angehenden Mediziner:innen, Therapeut:innen und Gesundheitsinteressierten die Möglichkeit gibt, Medizin und biodynamische Landwirtschaft ganzheitlich zu erleben und zu verbinden. Inmitten eines lebendigen Hoforganismus lernen die Teilnehmer:innen über ein ganzes Jahr hinweg nicht nur die biologischen und ökologischen Grundlagen von Boden, Pflanze, Tier und Mensch kennen, sondern erfahren auch, wie Gesundheit im Zusammenspiel von Natur, Gemeinschaft und individueller Entwicklung entsteht. Neben der praktischen Mitarbeit auf dem Hof bietet MeLaS ein reichhaltiges Studienprogramm zu medizinischen Grundfächern wie Anatomie, Physiologie und Biochemie, ergänzt durch Themen wie Resilienz, Kommunikation, Spiritualität und Selbstwirksamkeit.

Dabei geht es nicht um klassischen Frontalunterricht, sondern um ein intensives, erfahrungsbasiertes Lernen in und mit der Natur – etwa beim Melken, Pflanzen, Ernten oder der Verarbeitung von Lebensmitteln. Die Verbindung von Hand und Herz, von Denken und Tun, soll den Teilnehmenden helfen, ein tiefes Verständnis für lebendige Prozesse zu entwickeln, das ihnen später in den Heilberufen zugutekommt. Das Studienjahr wird vom Dottenfelderhof gemeinsam mit der Universität Witten/Herdecke getragen und versteht sich als Antwort auf die wachsende Sehnsucht nach sinnstiftendem Lernen und heilender Verbundenheit mit der Erde.

MeLaS lädt dazu ein, Gesundheit nicht allein als Zustand des Körpers, sondern als Beziehung zur Welt zu begreifen – als ein Gleichgewicht zwischen Innen und Außen, Mensch und Natur, Wissen und Erfahrung. Es ist eine Einladung, neue Perspektiven auf das Heilen zu gewinnen und zugleich die eigene Haltung und Lebensführung zu reflektieren und zu entfalten.





Mindful Medical Women e.V.
mit *Tatjana Golinski, Caroline Jagobi,*
Sarah Neubert



Zur/m Dozierende(n):

Unser Netzwerk ist digital, international und deutschsprachig. Wir sind ein gemeinnütziger Ärztinnenverein, der 2022 von ein paar Visionärinnen aus einer gleichnamigen whatsapp community gegründet wurde – und seitdem eine wachsende Bewegung: Für mehr Verbindung, mehr Ganzheit, mehr Menschlichkeit und Berücksichtigung menschlicher Perspektiven in der Medizin. Wir kommunizieren über Messenger – schnell, nahbar und direkt – in diversen Untergruppen, in denen Austausch zu unseren drei zentralen Säulen entsteht: FEmpowerment, Ärztinnengesundheit und Integrative Medizin.

Zum Workshop:

In unserem Workshop nehmen wir dich mit in unsere Bewegung von Frauen in der Medizin. Unser Netzwerk lebt von Verbindung unter uns, von Authentizität und Achtsamkeit. Und genau das wollen wir für dich in unserem Workshop erlebbar machen. Du merkst du liebst die Medizin als Ärztin oder Studentin, aber fühlst dich oft fehl am Platz? Du eckst an, weil du Lust hast Medizin für die Menschen zu machen und nicht für Zahlen? Du merkst, das dich das System oft überfordert? Wir kreieren einen Raum in dem all das Worte finden darf, in dem wir uns der Vision hingeben, wie wäre es denn am schönsten? Und wie kommen wir jede einzeln, aber auch gemeinsam dahin? Wir freuen uns auf Verbindung und Austausch mit euch gemeinsam.





*Mit U-Health verborgenen Schätzen auf
die Spur kommen
mit Angela Smith*



Zur/m Dozierende(n):

Ich bin U-Health Trainerin bei Gesundheit Aktiv e. V., Biografieberaterin und HP Psych. Ursprünglich habe ich Spanisch und Englisch in London studiert und habe einige Jahre dort und in Mexiko gelebt. Ich habe zwei Kinder (15 und 22) und lebe in Berlin.

Zum Workshop:

Die Teilnehmenden erfahren die Grundsätze unserer U-Health Gesundheitscoachings und erfahren dann in einem Schnupperworkshop beispielhaft, wie wir in unseren U-Health Kursen arbeiten. Sie werden mit Hilfe einer Phantasiereise auf das Thema eingestimmt und haben im Anschluss die Möglichkeit über eine kreative Übung Ihren Ressourcen auf die Spur zu kommen. Im Anschluss begegnen sich die Teilnehmenden in einen achtsamen und wertschätzenden Dialog auf besondere Weise und können so ihre Erkenntnisse noch vertiefen. Abschließend werden die Erfahrungen im Plenum ausgetauscht und der Workshop wird gemeinsam abgerundet.

Osteopathische Palpation mit Wolfgang Wilde



Zur/m Dozierende(n): siehe Vertiefungsworkshops

Zum Workshop:

In diesem Workshop werden wir üben, die verschiedenen Schichten des Körpers zu ertasten, von der Haut bis in die Tiefe. Im osteopathischen Arbeiten wird vor allem mit dem anatomischen Grundlagenwissen und der Tastkraft unserer Hände gearbeitet, dies kann aber auch in vielen anderen Tätigkeitsbereichen für euch hilfreich sein.

Freut euch auf einen praktischen Kurs, in dem wir an uns gegenseitig üben, also gerne kurze, gemütliche Sportsachen und ein Handtuch für die Liege mitbringen. Und wer hat auch gerne einen Anatomieatlas zum Nachschlagen.



Philosophie der Freiheit mit Andreas Schmitt

Zur/m Dozierende(n):

Ich bin gerne unterwegs und in Begegnung. Durch mein Projekt: "Jahrestraining Philosophie der Freiheit" komme ich viel in der Welt herum und liebe es, verschiedenste Orte und Menschen zu treffen und die Welt in ihrer Schönheit und den Herausforderungen unserer Zeit zu erleben. Daneben bin ich als anthroposophischer Arzt in der Filderklinik und im Institut für Allgemeinmedizin der Uni Tübingen im Bereich Komplementäre und Integrative Medizin tätig.



Zum Workshop:

In diesem Schnupperworkshop wollen wir uns einigen tiefen Themen des Lebens – und der Philosophie der Freiheit widmen. Dem Jugendbuch von Rudolf Steiner, das er als das Abenteuer seines Lebens bezeichnete. Der Kurs beinhaltet eine bunte Mischung von, Austausch, Gedankeninspirationen, Impulsvortrag und Meditation.

Raum für Eigensinn und warum Menschen mit Autoimmunerkrankungen diesen brauchen *mit Bettina Berger*



Zur/m Dozierende(n):

Ich bin Bettina Berger, und erforsche, wie wir Gesundes gemeinsam mit Menschen mit chronischen Erkrankungen, insbesondere Autoimmunerkrankungen entwickeln können. Dafür ist es wichtig, dem zu begegnen, worunter die Menschen wirklich leiden, denn wenn wir das ernst nehmen und dazu in Kontakt gehen, können wir es auch transformieren. Dabei helfen Verfahren der integrativen Medizin, und der Traumatherapie, aber im Zentrum steht die Begegnung mit dem betroffenen Menschen, die erste Personen Perspektive.

Ich bin Kultur- und Gesundheitswissenschaftlerin, habe zum Thema Patientenkompetenz 2008 promoviert und arbeite seit 2010 am Lehrstuhl für Medizintheorie, Integrative und Anthroposophische Medizin.

2021 habe ich den Holzschuhpreis für meine Fastenstudie für Menschen mit Typ 1 Diabetes erhalten, arbeite schwerpunktmässig zur Integrativen Typ 1 Diabetologie und errichte derzeit den Raum für Eigensinn, dort kann man von und mit Betroffenen lernen, was diese für ihre Gesundheit brauchen. ;-)

<https://www.uni-wh.de/integrative-typ-1-diabetologie>

Ich bin verheiratet und habe einen erwachsenen Sohn und lebe in Herdecke und Götz/Havel.

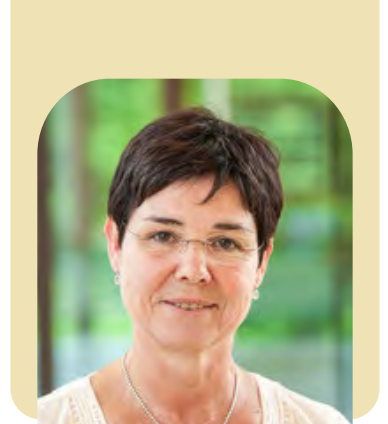
Zum Workshop:

Wir präsentieren Euch U-Health (long Version), ein Programm in emotionaler Regulationskompetenz für Menschen mit Autoimmunerkrankungen am Beispiel des Typ 1 Diabetes, entwickelt aus der Betroffenenperspektive für Betroffene. Die Stimme einer Teilnehmerin nach Abschluss der Pilotstudie: "Sowas habe ich 20 Jahre lang im Gesundheitswesen gesucht und erst hier bei Euch gefunden!" Traut Euch und lasst Euch ein auf die Komplexität und den Reichtum von Erkrankungen und Entwicklungswegen durch diese! Ihr könnt schnuppern, probieren und kennenlernen, vielleicht mögt ihr im nächsten Durchgang selber mitmachen oder an unserem Train the Trainer Programm teilnehmen!





Rhythmische Massage: Begegnung in der Berührung mit Regine Göbels



Zur/m Dozierende(n):

Regine Göbels, Jahrgang 1962, Erzieherin, Sozialtherapeutin, Therapeutin für Rhythmische Massage, Msc für komplementäre, integrative und psychosoziale Gesundheitswissenschaften.

Zum Workshop:

Die Berührungsqualität der Rhythmischen Massage ist außergewöhnlich. Sie ist grenzwahrend und vermittelt Wahrnehmung und Kommunikation. Sie eröffnet einen Begegnungsraum und ermöglicht einen dialogischen Prozess, ein nonverbales Zwiegespräch zwischen Therapeut und Patient.

Der Workshop vermittelt einen Einblick in die Rhythmische Massage und es wird eine Behandlung demonstriert. Anschließend werden wir uns ühend der Berührungsqualität der Rhythmischen Massage annähern.



*Seiltanz mit der Stimme – Ein Instrument
der Balance
mit Johanna Faller*



Zur/m Dozierende(n):

Ich habe klassischen Gesang, später Rhythmik (Musik und Bewegung) mit Jazzgesang und freier Improvisation studiert. In meiner Arbeit bewege ich mich an der Schnittstelle von Stimme, Kunst und Heilung.

Momentan bin ich vor allem Mama zweier Kinder und lebe seit kurzem in Freiburg. *Instagram: Johanna_faller_voice*

Zum Workshop:

Kunst als Heilung, Heilung als Kunst.

Die Stimme ist ein Werkzeug mit dem wir zwischen scheinbar weit entfernten Kräften, wie Eindruck und Ausdruck, Kontrolle und Hingabe, Individualität und Gemeinschaft, balancieren.

Wie klingt meine Stimme wenn ich sie lasse? Was offenbart sie mir und wie verändert sich dadurch dir Beziehung zu mir selbst und meiner Umwelt? Wie kann daraus Musik entstehen?



Selbstfürsorge mit Alina Bräuer



Zur/m Dozierende(n):

Ich arbeite als ganzheitlicher Life Coach und Bewusstseinstrainerin mit dem Schwerpunkt in der positiven Psychologie, insbesondere der Selbstliebe als gesundes Grundfundament. Ich bin Gründerin der Coaching-Marke

Human Ascent®, sowie Autorin des Buches: Annas Reise zurück ins Herz. Zudem doziere ich seit einigen Jahren an der Uni Witten/Herdecke im Bereich positive Psychologie und Resilienz.

Zum Workshop:

Selbstliebe und Selbstfürsorge leben davon, gelebt zu werden. Die Teilnehmenden begeben sich in diesem Schnupperworkshop auf eine eigene innere Reise. Zurück zu sich selbst. Abseits des Trubels, der Erwartungshaltung anderer und den endlosen To-Do-Listen. Sie ergründen liebevoll und achtsam ihre eigene innere Landschaft, um sich besser kennen und verstehen zu lernen und sich den eigenen Kraftquellen zu öffnen. Mit gezielten und hilfreichen Modellen, tiefgehenden Erfahrungsräumen und Reflektionsrunden entwickeln wir eine liebevolle Beziehung zu jedem von uns selbst.



SIRA HIMMELSKLANG IN BEWEGUNG

mit Sira Jakob



Zur/m Dozierende(n):

Ich bin Sira, mediale Pianistin und meditative Seelenmusikerin, und wirke bei der Sommerakademie als Dozentin mit meiner Klaviermeditation und Trommeltanz für (d)eine neue wundervolle Zeit.

Zum Workshop:

Meine Sira Himmelsklang Meditation öffnet dir den Blick in dein Herz. Die Botschaften von Mutter Erde ertönen im Klang meiner Trommel, im Feuer ihres Rhythmus findest du die Bewegungen hin zu deinem intuitiven Tanz.

Die zarten wiegenden Klänge meines Klavierspiels machen dir die Wege frei, zum Reich der Pflanzen, zum verborgen leuchtenden Paradies von Mutter Erde.

In meditativer Stille betrittst du deinen Herzensraum, der gefühlt nur für dich ist, und der doch eine Friedensmeditation für (d)eine neue Welt bedeuten kann.



Staunendes Innehalten in Ehrfurcht und Dankbarkeit als Ressource mit Arndt Büssing



Zur/m Dozierende(n):

Arndt Büssing ist Professor für Lebensqualität, Spiritualität und Coping an der Universität Witten/Herdecke. Sein Forschungsinteresse richtet sich auf die Bedeutung der Spiritualität als Ressource sowie auf die Unterstützung spiritueller Bedürfnisse von Menschen in Belastungssituationen. Er ist im Editorial Board der Fachzeitschriften *Spiritual Care*, *Journal of Religion and Health* sowie Co-Editor-in-Chief des *Journals Religions*.

Zum Workshop:

Was lässt uns im Alltag innehalten, sodass sich vielleicht sogar Gefühle von Ehrfurcht und Dankbarkeit einstellen? Diese Fähigkeit des staunenden Innehaltens hat Auswirkungen auf das psychologische Wohlbefinden und das Sozialverhalten. Aber viel zu oft nimmt man das Besondere im Leben nicht wahr und läuft eilig vorbei. Die Tiefe geht verloren: Alles bleibt gleich oberflächlich und berührt nicht mehr. Doch was wäre, wenn man im Alltagsstress innehalten würde, um bewusst hinschauen und sich berühren zu lassen von dem, was uns umgibt? – In diesem Schnupperworkshop wollen wir anhand empirischer und qualitativer Befunde dem Potenzial von ehrfürchtigem Staunen im Leben nachgehen, miteinander ins Gespräch kommen und Perspektiven für das Leben entwickeln.

Dieses Bild findest Du
nur in der gedruckten
Version

Systemische Körperpsychotherapie nach Pesso *- Die Weisheit des Körpers nutzen* *mit Jakob Hehl*



Zur/m Dozierende(n):

(Jahrgang 1991) lebt in Witten, studiert Psychologie an der UW/H und arbeitet u.a. freiberuflich als psychologischer Berater und Coach. Ausbildungen in Systemischer Körperpsychotherapie nach Pesso (Pesso-Therapie) und Essentieller Psychotherapie (EPT), Training und Erfahrung in weiteren achtsamkeitsbasierten, humanistischen, transpersonalen, systemischen und körpertherapeutischen Verfahren sowie Leitung von Selbsterfahrungs-Gruppen und

Naturverbindungsarbeit. Angetrieben von dem Wunsch, zu persönlicher und kollektiver Heilung und einem gelingenderen Leben in Verbundenheit beizutragen. Langjährige Meditationspraxis im tibetischen Buddhismus.

Zum Workshop:

Körperorientierte Psychotherapien machen sich den riesigen Erfahrungsschatz und die intuitive Weisheit unseres Körpers zunutze. Das Erforschen von verkörperten Gefühlen, Impulsen, Bewegungen und Energien eröffnet uns einen direkten Zugang zu unabgeschlossenen emotionalen Erfahrungen aus der Vergangenheit. Gleichzeitig kontaktieren wir ein unmittelbares Wissen darüber, welche passenden Interaktionen und Antworten wir zur Befriedigung unserer Entwicklungsbedürfnisse gebraucht hätten.

Pesso-Therapie ermöglicht im szenischen Rollenspiel unter Einbeziehung aller Sinne u.a. das Nachnähren von unbefriedigten kindlichen Entwicklungsbedürfnissen, aber darüber hinaus auch das Heilen von traumatischen Erfahrungen bis hin zu systemischer Arbeit am Familiensystem mit dem Auflösen der oft unbewussten Folgen transgenerationaler Muster und Traumata.

Diese international anerkannte Methode hat sich aus dem Modern Dance kommend zu einer einzigartigen und ganzheitlichen systemischen Körperpsychotherapie entwickelt, von der der darin ausgebildete Trauma-Experte Bessel van der Kolk sagt: „I should be doing much more of it because it's the only thing that I feel really works.“

Im Schnupperworkshop werden wir anhand selbsterfahrungsorientierter Übungsformate einen kleinen Einblick in das Potential der Methode gewinnen. Der Workshop wird achtsam und bedürfnisorientiert gestaltet – jede*r kann selbstverständlich selbst entscheiden, ob und wie sehr sie*er mit persönlichen Themen arbeiten möchte. Ich freue mich sehr darauf, diese facettenreiche Methode gemeinsam mit euch zu erforschen!



Tango argentino mit Lina Voßwinkel



Zur/m Dozierende(n):

Dr. med. Lina Voßwinkel ist Fachärztin für Allgemeinmedizin und Innere Medizin, Anthroposophische Ärztin (GAÄD), und unterrichtet an der Universität Witten/Herdecke im Integrierten Begleitstudium Anthroposophische Medizin (IBAM) sowie bei der Akademie Arlesheim. Ihre Begeisterung gilt der vertieften menschlichen Begegnung, der Meditation, dem Tango, dem Klettern und ihren 5-jährigen Zwillingen.

Zum Workshop:

Im Tango gehen wir in eine vertiefte Verbindung – mit uns selbst, der Musik und einem anderen Menschen. Teilnahme auch alleine möglich, gerne in Schuhen mit glatter Sohle oder auf Socken.



Verkörperte Begegnung: Nervensysteme im Dialog mit Alexandra Rivera Luna



Zur/m Dozierende(n):

Alexandra Rivera Luna ist Ärztin, Sexualpädagogin und Somatic Experiencing®-Studierende im letzten Ausbildungsjahr. In ihrer freiberuflichen Praxis verbindet sie körperbasierte Traumaarbeit mit sozial- und machtkritischen Perspektiven auf Gesundheit, Beziehung und Sexualität.

Ihr Anliegen ist es, Räume zu gestalten, in denen Nervensysteme durch Sicherheit, Präsenz und Mitgefühl wieder in Verbindung finden können – mit sich selbst und mit anderen.

Sie arbeitet erfahrungsorientiert, traumasensibel und mit großer Wertschätzung für die Vielfalt menschlicher Körpergeschichten.

Zum Workshop:

In diesem Workshop erkunden wir spielerisch und forschend unser autonomes Nervensystem – den Teil von uns, der Begegnungen auf körperlicher Ebene steuert. Wir nutzen Ansätze aus Somatic Experiencing®, um in feiner Selbstwahrnehmung zu erleben, wie sich Verbindung, Abgrenzung und Sicherheit im Körper anfühlen. Wie öffnet oder schützt sich mein System im Kontakt? Welche Ressourcen stehen mir zur Verfügung – und wie kann ich sie erweitern?

Der Workshop kombiniert kurze theoretische Impulse zur Polyvagal- Theorie mit einfachen Bewegungs- und Partnerübungen sowie Raum für Reflexion. Dabei werfen wir auch einen Blick darauf, wie soziale Hierarchien, Diskriminierung und professionelle Rollenerwartungen unser Beziehungserleben prägen.

Ziel ist es, eine körperlich erfahrbare Sprache für Beziehung zu entwickeln – als Grundlage für Präsenz, Selbstfürsorge und echte Verbindung im Gesundheitswesen.

Keine Vorkenntnisse nötig. Offen für alle Erfahrungswelten und Berufsgruppen.



Wie möchte ich wirken im Gesundheitswesen? mit MuM e.V.

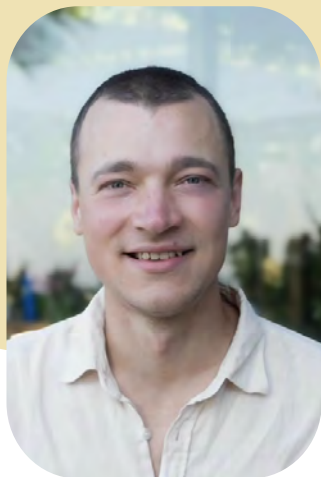
Zur/m Dozierende(n):

Medizin und Menschlichkeit e.V. ("MuM") ist ein gemeinnütziger Verein für alle, die im Gesundheitswesen arbeiten oder es künftig tun möchten. Wir wollen an einem Wandel hin zu mehr Menschlichkeit und zwischenmenschlicher Verbundenheit mitwirken. Bei Veranstaltungen von MuM wird ein Erfahrungsraum eröffnet, in dem eine berührte, lebendige und achtsame Art der persönlichen Begegnung erlebt und mitgestaltet werden kann. Unsere Räume ermöglichen die Entwicklung und Reflexion der individuellen Werte und Haltungen. Den Workshop halten Lea (Ärztin i.W. für Psychosomatik und Psychotherapie in Essen), Leo (Ärztin in der Inneren Medizin in der Notaufnahme in Rheine) sowie Henning (Hausarzt i.W. in einer ländlichen Praxis und Lehrbeauftragter für Allgemeinmedizin an der Universität Heidelberg).

Zum Workshop:

In unserem Workshop wollen wir die Frage gemeinsam erforschen, wie wir selbst im Gesundheitssystem oder auch außerhalb des Systems arbeiten, wirken und Beziehungen gestalten wollen. Gemeinsam schaffen wir einen Raum, in dem du dir selbst und anderen achtsam und lebendig begegnen kannst. Die Antwort auf die Frage kann in vielen Facetten beantwortet werden. Du wirst im Workshop die Möglichkeit haben, dir die Aspekte anzuschauen, die für dich wichtig oder interessant sind, sowohl im Austausch, als auch für dich. Wir wollen uns 2,5 Stunden Zeit nehmen, um diese Frage gemeinsam mit unterschiedlichen Methoden zu erforschen.





Zwischen Verzicht und Genuss *- Fasten als integrative Entdeckungsreise* *mit Benjamin Bräutigam*



Zur/m Dozierende(n):

Schon während seines Medizinstudiums in Köln war Benjamin klar: Unser Gesundheitssystem braucht mehr Raum für integrative, ganzheitliche und präventive Ansätze. Diese Überzeugung hat ihn früh zur intensiven Beschäftigung mit achtsamer Ernährung, gesundem Lebensstil und nachhaltigen Gesundheitskonzepten geführt. Während internationaler Praktika konnte er diese Themen aus der Perspektive verschiedener Kulturen kennenlernen. Dabei kristallisierte sich das Heilfasten für ihn als die Methode

heraus, die nicht nur die wichtigsten Säulen einer ganzheitlichen Gesundheit vereint, sondern auch wissenschaftliche Erkenntnisse, Erfahrungswissen und einen bewussten Umgang mit dem eigenen Körper auf einzigartige Weise verbindet. Seinen integrativen Ansatz wird er zukünftig als angehender Fastenarzt auf der portugiesischen Insel Madeira in die Praxis umsetzen. Für ihn ist Fasten kein Modetrend, sondern eines der kraftvollsten Werkzeuge, um die Selbstheilungskräfte zu aktivieren und Menschen auf ihrem Weg zu mehr Gesundheit und Wohlbefinden zu begleiten.

Zum Workshop:

Fasten ist weit mehr als „nichts essen“: Es lädt uns ein, innezuhalten und uns zu fragen: Was nährt uns wirklich? In einer Welt des Überflusses klingen Fasten und Verzicht oft wie ein Verlust. Doch was, wenn hier eine Quelle für neue Impulse, Genuss und tiefe Bereicherung liegt?

In diesem interaktiven Workshop erkunden wir gemeinsam verschiedene Facetten des Fastens. Wir beginnen mit einer persönlichen Reflexion: Was bedeutet Verzicht, Ganzheit oder Genuss eigentlich für mich? Was für dich? Dann schauen wir uns die bunte Vielfalt der Fasten-Möglichkeiten an, unsere „Fasten- Menükarte“ reicht von traditionellen Methoden bis hin zu modernen Varianten. Abschließend diskutieren wir, welche Aspekte der Gesundheit das Fasten integriert und wie all das in die Idee einer Medizin passt, die den ganzen Menschen sieht.

Durch persönliche Reflexion, lebendigen Austausch und praktische Impulse entdecken wir gemeinsam neue Perspektiven auf ein uraltes Werkzeug. Egal ob du bereits Fastenerfahrung hast oder völlig neu in das Thema einsteigst: dieser Workshop bietet Raum für alle Fragen, Gedanken und Erfahrungen.



Morgenprogramm

Die Orte und genauen Tage findet ihr an den Aushängen am Audimax

jeweils von 7:30-8:00 Uhr

Cantienica mit Sophie Göthe

Cantienica® ist ein Tiefenmuskulaturtraining (u.a. Beckenboden), das den Körper aufrichtet. Ziel der Methode ist es das Skelett optimal auszurichten, so dass keinerlei Reizungen und Überlastungen entstehen – dh. es unterstützt Skoliosen zu begradigen, Füße aufzuspannen, Becken, Brustkorb und Kopf so optimal auszurichten, dass Bandscheiben geschützt werden, unterstützt bei Organsenkungen, Migränen, Knirschen uvm.

Meditation mit David Martin

Anthroposophische Meditation, Bewegung, Sprache, Rhythmus, Eurythmie. Draußen!

Elemente-Meditation mit Andreas Schmitt

Wir werden meditativ und durch Bewegung in verschiedene Aspekte der vier (fünf) Elemente eintauchen und sie sowohl in der Natur als auch in unserer Seele aufsuchen und ins Erleben bringen. Draußen!

Yoga mit Esther Brandani

Yoga verbindet Atem, Bewegung und Bewusstsein. In den Übungen schaffen wir Raum für achtsame Bewegung, innere Ruhe und die Erfahrung, ganz im Körper anzukommen. Was das für Auswirkungen auf deine Gesundheit hat, wirst du selbst erleben können. ♥

Meditation mit Esther Brandani

In der Meditation übst du, still zu werden und präsent zu bleiben – mit dem, was gerade ist. Es geht nicht um Leistung oder Wegdrücken, sondern darum, die innere Welt freundlich zu beobachten. Was das für Auswirkungen auf deine physische und mentale Gesundheit hat, wirst du selbst entdecken. Ich freu mich auf dich. ♥

Tai Chi mit Luna Viola Schneider

Wenn ich Tai Chi praktiziere, dann habe ich das Empfinden, wieder mir selbst zu begegnen, auf eine ganz sanft und stille Art und Weise.

Mein Name ist Luna Viola Schneider, ich bin aufgewachsen in einer Tai Chi Schule, habe eine Ausbildung zur Heilpraktikerin und Krankenschwester gemacht und studiere nun an dieser wunderbaren Universität Medizin.

Ich freue mich auf das gemeinsame Bewegen, Luna Viola

Gemeinsames Singen vor dem Plenarvortrag 8:40-9:00 im Audimax

Singen am Morgen – vertreibt Kummer und Sorgen. Let's rock. Wir stimmen uns gemeinsam mit Mantren und Healing Songs auf den Tag ein.

Abendprogramm



Freitag 8.8. 17-18 Uhr im Cafeteria-Bereich

Klavierkonzert mit Nina Aristova:

NINA ARISTOVA wurde in Moskau geboren. Ihre musikalische Ausbildung begann im Alter von 3 Jahren. Ihre erste Klavierlehrerin war Olga Muchortova, eine Schülerin Sergej Rachmaninoffs. Sie beendete ihr Studium als Konzertpianistin, Komponistin und Dirigentin mit Auszeichnung am Moskauer Konservatorium, an dem sie anschließend auch ein Postgraduierten-Studium absolvierte. Sie erhielt verschiedene Preise und Auszeichnungen, darunter den 1. Preis beim Internationalen Avantgarde-Kongress „Imatra 1988“ (Finnland) sowie die Auszeichnung „Beste Filmmusik des Jahres 1991“ für ihre Komposition zum Film „Der Traum von Florenskij“. 2006 gewann sie zwei 1. Preise bei Wettbewerben in Italien (Duo Gesang – Klavier / Komposition).



Samstag, 9.8. ab 19:30 im Audimax

Lesung: Sozusagen grundlos vergnügt:

Ein literarisches Porträt der Dichterin MASCHA KALÉKO mit Blanche Kommerell

(mehr zu ihr: siehe Vertiefungsworkshops)





Abendprogramm

Sonntag 19:30-21:30 im Audimax

Vision Dance mit Lucas Ziemer

Erlebe die transformierende Kraft in den zyklischen Phasen des Lebens
Ich öffne einen Raum, in dem du inspiriert und getragen von Musik tief eintauchen kannst in die Impulse deines physischen und emotionalen Körpers. Geben wir uns fern ab von richtig oder falsch, von schön oder hässlich den Stufen von Werden und Vergehen, von Ordnung und Chaos hin, können wir ganz ohne Worte grundlegende Transformationsprozesse erleben. Zart oder wild, laut oder leise, in Ruhe oder Extase...mit allem was ist und sich zeigen will, bist Du willkommen und es zeigt sich, was wir bereit sind zu sehen und zu empfinden.



Sonntag, 10.8. ab 19:30 Ort: siehe Aushang

Jean-Marie Beuckels: To osteopathy or not to osteopathy...

Jean-Marie Beuckels ist ein international ausgebildeter Osteopath, der nach seinem Masterstudium in Belgien zahlreiche Abschlüsse und Auszeichnungen in England und Deutschland erwarb. Er lehrte und forschte an renommierten Institutionen wie der AT Still University, dem PCOM und der Universität Witten/Herdecke, wobei er ein breites Spektrum osteopathischer Ansätze vertritt. Seit 2019 ist er Professor für Osteopathie an der HS-Fresenius und bildet Master-Studierende in München aus.



Abendprogramm



Montag 19:30-21:30 Ort: siehe Aushang

"Was bereichert durch die Begegnung mit Bekanntem und Noch-nicht-Bekanntem" mit Dr. Christoph Zerm

Begegnung nur mit Bekanntem führt zu Routine, Gewohnheiten, Sicherheiten im Handhaben, auf lange Sicht aber auch zu Einengung und Erstarrung. Leben ist da, wo immer wieder Neues, Unerwartetes, Unberechenbares geschieht. Berechenbar ist letztlich nur das Tote. Leben vollzieht sich in Rhythmen, die wiederum im Gegensatz zum Takt ein Stück Unberechenbarkeit bewahren. Der ganze erste menschliche Lebensabschnitt ist geprägt von der Begegnung mit Noch-nicht-Bekanntem, dadurch leben wir Menschen uns in die Welt hinein. Im weiteren Lebenslauf hängt es von uns selber ab, ob wir uns etwas von dieser Qualität der Offenheit gegenüber Neuem bewahren können. Dadurch öffnet sich das Tor zu immer neuen Entdeckungen und Erfahrungen, die uns bereichern und unsere Weiterentwicklung befördern. Dabei sollte das stets neue Abwägen, was paßt zu mir und was nicht, keinesfalls außer Acht gelassen werden.

Manche Menschen empfehlen, Altbekanntes, eingefahrene Routinen, quasi „mit fremden Augen“ zu betrachten und so aus der Enge der Gewohnheiten auszubrechen, um Neues zu entdecken. Dieser Blick läßt sich weiten auf die eigene Persönlichkeit. Stärken und Unvollkommenheiten treten deutlicher hervor und veranlassen uns, die Entdeckungsreise des Lebens mit Freude weiter zu führen. Hilfreich können dabei gute Freunde sein, die solche Erkenntnisanstöße zu unterstützen vermögen, selbst wenn sie durch schmerzhaftes Erkenntnisphasen führen, für die wir später dankbar sein werden.

Rudolf Steiner:

„Willst du dich selbst erkennen, so suche in den Weltenweiten dich selbst;
willst du die Welt erkennen, so dringe in deine eigenen Tiefen.“

aus: Westliche und östliche Weltgegensätzlichkeit, GA 83, S. 164

Dieses Bild findest Du
nur in der gedruckten
Version

Montag, 11.8. ab 20:30 in der Halle

Kreistänze aus aller Welt mit Verena Bauer

Tänze erzählen Geschichten. Tänze verbinden. Tänze geben Kraft.

Verena leitet humorvoll, verständlich und voller Energie einfache bis anspruchsvolle Folkloretänze aus aller Welt an.





Abendprogramm

Dienstag 12.08. 16:00-17:45 Uhr in der Halle

gemeinsame Kunstaktion mit Sarah Heilemann und Andreas Schmitt:

Kunst und Philosophie – wir wollen gemeinsam mit Dir einen lebendigen Nachmittag zum Thema Freiheit, Intuition, Einklang, Liebe, Zukunft und Menschheit gestalten. Mit Impulsen aus der Philosophie der Freiheit und freiem künstlerischem Ausdruck.

Dienstag 12.08. ab 19:30 Uhr, Ort: siehe Aushang oder folge deinen Ohren

Jam Session

bringt eure Instrumente oder auch eure Stimme mit, dazu noch eure liebsten Lieblingslieder und macht mit uns zusammen Musik.

Mittwoch 13.08. ab 19:30 Uhr im Audimax

Tango argentino mit Lina Voßwinkel und Michael Haider

Einführung und freies Tanzen, Teilnahme auch ohne PartnerIn.

Donnerstag 14.08. ab 19:30 Uhr draußen am Lagerfeuer

Bunter Abend:

Hier ist Platz für alles: Gedanken, Texte oder musikalische Mitteilungen. Wendet euch für die Planung gerne auch schon unter der Woche an Talia und Martha, aber spontan dazukommen geht auch immer!

Markt der Möglichkeiten



Am **Dienstag** wird es von **11-15 Uhr** einen Markt der Möglichkeiten in der **Halle** geben, quasi eine kleine Messe. Dort gibt es Tische von diversen Menschen, die für eine Herzensangelegenheit Werbung machen wollen, ob es ein Produkt, eine Initiative, ein Verein oder eine Praxis ist. Den genauen Plan, wer wo zu finden ist, findet ihr am Tag des Marktes in der Halle. Wenn ihr auch noch einen Tisch übernehmen wollt, wendet euch möglichst früh an Nina oder Kaja!

Büchertisch

Außerdem wollen wir dort einen Büchertisch einrichten, mit all euren und unseren **Lieblingsbüchern**. Ob Fachbücher, Romane oder Krimis, alles auf Papier, was euch in eurem Leben inspiriert habt, könnt ihr dort während des Marktes hinlegen. Wir werden noch Lesezeichen gestalten, mit denen eure Bücher nicht verloren gehen können und auf denen ihr eure Namen schreiben könnt. So haben andere Teilnehmende die Möglichkeit, euch auf die Bücher anzusprechen und Austausch anzuregen. Wenn ihr von den dort zur Ansicht liegenden Büchern auch mit nach Hause nehmen wollt, gibt es von der **Bücherstube am GKH in Herdecke** ein tolles Angebot:



Ihr schreibt den Titel, euren Namen mitsamt Anschrift und Email-Adresse auf den ausliegenden Zettel, oder schreibt der Bücherstube, über:

[Herdecker-buecherstube.at-online.de](https://herdecker-buecherstube.at-online.de)

und sie liefern uns schon am Donnerstag die Bücher mitsamt Rechnung zur Sommerakademie. So haben wir kaum Aufwand und die Bücherstube als kleiner unabhängiger Buchladen wird unterstützt.



Küchenteam

Küchenteam vom Verein Interkultureller Honigfluss e.V.

"Wir alle Menschen sind Bienen

Unsere Projekte /Ziele sind die Waben

Durch unsere gemeinsame Arbeit entsteht Honig

Der zu der Gesellschaft fließt."

Unsere inklusive Küche bereitet orientalische Speisen zu, welche bio und vegetarisch sind. Dabei versuchen wir mit Umweltbewusstsein und Dank an die Mutter Erde die gesunde Erde zu unterstützen. Der Duft und Geschmack unseres Essens ist eine Brücke zwischen den Kulturen, wodurch die Integration in der Gesellschaft und Frieden im Herzen blüht.

Shahida Perveen Hannesen



Die Gesundheitsküche mit Michael Haider

In der Urzeit war es selbstverständlich, dass sich der Mensch wie Wildtiere aus natürlichen Nahrungsmitteln instinktiv nach Geruchs- und Geschmackssinn die passenden gesundheitsfördernden Nährstoffe suchte. Diese Selbstverständlichkeit sowie das instinktiv erzeugte chemische Gleichgewicht im Körper ist in der Kultur verloren gegangen. Stattdessen stehen wir mit unserem Wissen und technischen Möglichkeiten vor der Herausforderung, die Verantwortung für unsere Gesundheit in die eigenen Hände



zu nehmen. Es ist eine Bewusstheitsherausforderung, die eine spannende Reise sein kann, KRANKHEITSSymptome nicht als die eigentliche Krankheit oder Schicksal anzusehen, sondern als Unfähigkeit zu Stoffwechselprozessen bei Mangel, sowie GESUNDHEITSSymptome als einen sinnvollen Reinigungsprozess des Körpers bei Überlastung.

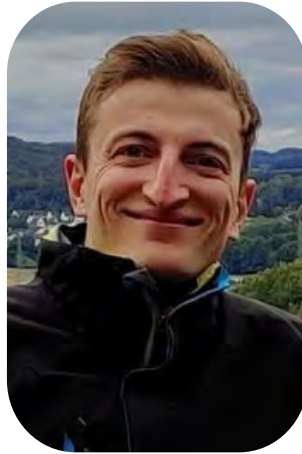
Die Gesundheitsküche soll eine gesellige Plattform sein, um verschiedene Speisen mit mir zuzubereiten sowie in theothetischen Austausch zu kommen. Meistens bin ich dort zwischen den Seminaren/Hauptveranstaltungen anzutreffen.

Kinderbetreuung

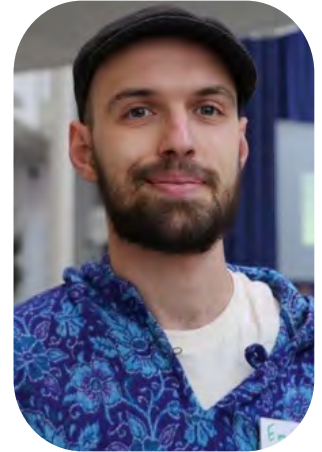


Wir haben dieses Jahr wieder eine wunderbare Kinderbetreuung, die auch den Garten des Uni-eigenen Kindergartens nutzen darf, zudem gibt es einen Raum innerhalb der Uni (bitte auf Aushänge vorm Audimax schauen). Die Zeiten der Kinderbetreuung sind Samstag, Sonntag, Montag, Mittwoch und Donnerstag jeweils von 8:30–13:30 Uhr und von 14:45–18:15 Uhr. Am Dienstag (kopffreier Tag) am Freitag (15.08.) gibt es nur während der Zeit des Plenarvortrags (8:30–10:45 Uhr) eine Betreuung. Bitte gerade am ersten Tag in der Kinderbetreuung ein bisschen Zeit zum Ankommen, Kennenlernen und für Absprachen mitbringen.

Taco, Sozialpädagoge mit Erfahrungen in der Erlebnis-, Theater- und Waldorfpädagogik, berufstätig in der Nachmittagsbetreuung für 6 bis 11 Jährige, glücklicher Papa von einer 2,5 jährigen Tochter



Ich bin **Emil**, wohne seit nem 3/4 Jahr in Witten und studiere an der UWH Psychologie. Nebenbei arbeite ich als Krankenpfleger auf der KiJuPsych in Herdecke. Bin sonst auch viel in KiJuArbeit involviert.



Ich bin **Angelika**, Diplom- und Sonderpädagogin, berufstätig als Musikpädagogin und Organisatorin inklusiver Kulturprojekte, begeisterte Oma von drei Enkeln.



Hi, ich bin **Carina** und wohne mit meiner Familie in Witten. Ich bin gelernte Kunstpädagogin und verbringe gerne Zeit draußen in der Natur oder mit anderen Menschen. Aktuell bin ich in Elternzeit mit unserem fast zweijährigen Sohn und voller Vorfreude auf unser zweites Kind, das wir im Oktober erwarten. Ich freue mich darauf, während der Sommerakademie vormittags die Kinderbetreuung mitzugestalten.

WICHTIGE INFOS

Sauna:

Wir haben dieses Jahr als Special eine Fass-Sauna für uns gebucht! Die muss etwas vor dem geplanten Sauna-Gang angeheizt werden (Holzofen) und es passen immer nur maximal 4 Personen hinein. Bitte macht nicht unnötig viele Aufgüsse und lüftet regelmäßig mal durch, damit nicht zu viel Feuchtigkeit entsteht. Abkühlung gibt es entweder am Gartenschlauch oder in den Duschen. Und nehmt als Nackedeis bitte Rücksicht auf die Spaziergänger, Uni-Mitarbeiter und sonstige Besucher, damit wir auch im nächsten Jahr eine buchen dürfen :D

Kunstzelt:

Unser Kunstzelt findet ihr dieses Jahr auf der Wiese. Wir haben die Idee vor allem auf Stoff zu malen und aus einigen Teilen am Ende der Woche eine Girlande entstehen zu lassen, welche auch die kommenden Sommerakademien schmücken kann. Außerdem findet ihr sonstige Kunstmaterialien dort, mit denen ihr kreativ werden könnt.

Dozierenden-Treffen:

Liebe Dozentinnen und Dozenten,

bei der diesjährige Sommerakademie möchten wir, Irene Schlump und Sibylle Fiolka, Euch ganz herzlich zu einer, oder mehreren Begegnungen während der Woche einladen. Wir sind ganz gespannt auf einen Austausch mit Euch, denn schließlich sind es die von uns gewählten Inhalte, die sich wie feine Fäden durch die Tage ziehen. Fragen wie: „Was ist Dein Herzensanliegen?“, „Was möchtest Du vermitteln?“, „Warum bist Du hier?“, „Was bedeutet BEGEGNUNG für Dich?“, oder ... können uns miteinander als Dozierenden – Gemeinschaft verbinden.

Wir schlagen dazu folgende zwei Zeitfenster vor:

Sonntag 10.08.2025, 14.00 – 14.45 Uhr und Mittwoch 13.08.2025 14.00 – 15.00 Uhr.

Treffpunkt: siehe Aushänge am Audimax.

Herzlich grüßen Sibylle und Irene

REGELN

Die Sommerakademie für Integrative Medizin findet in diesem Jahr zum sechzehnten Mal auf dem Campus der Universität Witten/Herdecke statt. Aus den Erfahrungen der letzten Jahre ergeben sich einige Regeln, um deren Einhaltung wir euch bitten, um eine Sommerakademie zu ermöglichen, die für euch, aber auch für die in der Universität arbeitenden Menschen zu einer guten Woche wird.

Innerhalb des Universitätsgebäudes darf nicht geschlafen werden. Sollte euer **Schlafplatz** zu nass, zu kalt, oder sonst irgendwie unbenutzbar sein, meldet euch bitte bei uns (Nummer Friedemann 0179/2062744).

Zum **Duschen** und **Waschen** stehen Duschcontainer sowie das Waschzelt auf der Wiese zur Verfügung. Die universitären Toiletten dürfen nur als solche und nicht als Waschräume genutzt werden!

Solltet ihr Wäsche haben, die trocknen muss, hängt sie draußen auf die dafür vorgesehenen Leinen und Wäscheständer. Wäsche, die nicht an diesen Orten zum Trocknen hängt, wird von uns entfernt.

Aus versicherungstechnischen Gründen kann die Universität für entstehende Schäden, die durch **Barfusslaufen** entstehen, nicht aufkommen. Barfusslaufen auf dem Universitätsgelände geschieht auf eigene Gefahr!

In allen Gebäuden herrscht strengstes **Rauch- und Feuerverbot**. Auf dem Gelände ist offenes Feuer ausschließlich in der Feuerstelle vor der Terrasse gestattet.

Wir bitten euch dringend um die Einhaltung dieser Regeln, ein Verstoß gegen dieselben kann zum Ausschluss von der Sommerakademie führen. Wir wollen das Vertrauen der Menschen, die hier lernen und arbeiten, wertschätzen. Bitte reflektiere dein Verhalten vor diesem Hintergrund.

Wertsachen und Sicherheit

Wenn ihr Wertsachen einschließen wollt, gebt uns Bescheid. Die Sommerakademie oder die Uni können allerdings trotz größter Sorgfalt keinerlei Haftung übernehmen.

Nachts wird es einen Sicherheitsdienst auf dem Gelände geben. Währenddessen ist nur die Terrassentür geöffnet.

Eine Übersicht aller Dozierenden

Name	Seite	Name	Seite
Alexandra Rivera Luna	S. 71	Irene Schlump	S. 34
Alina Bräuer	S. 66	Jakob Hehl	S. 69
Andreas Pfingstl	S. 37	Johanna Faller	S. 65
Andreas Schmitt	S. 62	Johanna Helbig	S. 29
Angela Smith	S. 60	Kerrin Artemis Jacobs	S. 22
Anna-Alice Ortner	S. 27	Lina Voßwinkel	S. 18
Anne Rütten	S. 20	Lucas Ziemer	S. 45
Arndt Büssing	S. 68	Mailin Wölki	S. 54
Benjamin Bräutigam	S. 73	Martin von Mackensen	S. 58
Bettina Berger	S. 63	Michael Höhne	S. 57
Blanche Kommerell	S. 23	Mindful Medical Women e.V.	S. 59
Carine Biessels	S. 43	Medizin und Menschlichkeit e.V.	S. 72
Christian Schikarski	S. 21	Oskar Salomon	S. 51
Christoph Zerm	S. 28	Regine Göbels	S. 64
Cornelia Buldmann	S. 40	Sibylle Fiolka	S. 25
David Martin	S. 19	Sira Jakob	S. 67
Esther Brandani	S. 49	Stephan Baumgartner	S. 14
Eva Koll	S. 20	Talía Machí	S. 48
Fleur Becker	S. 42	Uli Sappok	S. 24
Franka Göthe	S. 30	Ute Klara Brandwein	S. 44
Friedrich Edelhäuser	S. 13	Werner Körsgen	S. 47
Human Therapy	S. 56	Wolfgang Wilde	S. 26

Hat die Sommerakademie euer Interesse geweckt?

Meldet euch gerne bei uns!

Die Akademie lebt durch die freiwillige Organisation von Menschen wie euch. Wenn ihr euch gerufen fühlt, Teil des nächsten Orga-Teams zu werden, kommt gerne am Donnerstag zum gemeinsamen Mittagessen, voraussichtlich draußen in der Nähe des Anmeldezelts.

Sprecht uns einfach an oder schreibt uns eine E-Mail an:

✉ kontakte@sommerakademie-witten.de

Die Mitarbeit im Orga-Team ist eine wunderbare Gelegenheit zur Selbsterfahrung und eine schöne Möglichkeit, großartige Menschen kennenzulernen. ♥

Wir freuen uns auf euch!

Euer Orga-Team 2025

*Sofie, Martha, Friedemann,
Kaja, Micha, Talía, Laura,
Johanna und Nina*

P.S.: Wer Fehler im Begleiter findet, darf sie gern behalten! :)



Platz für Notizen

Platz für Notizen

Platz für Notizen

Platz für Notizen

Danksagungen

Wir sind sehr dankbar über die viele Unterstützung, die wir in den letzten Monaten auf dem Weg zur Sommerakademie erhalten haben:

Danke an **Friedrich Edelhäuser**, der immer seine Hand über uns gehalten hat und uns im Hintergrund den Rücken freigehalten hat.

Danke an **Corinna Möhrke**, die erst dieses Jahr die wertvolle Aufgabe der „Sekretärin“ der Sommerakademie von Barbara übernommen hat und uns trotzdem schon viele Aufgaben abnehmen konnte.

Danke an **David Schiafone** für die Betreuung der Website.

Danke an die **Universität Witten/Herdecke** mitsamt allen Mitarbeitenden für die Nutzung der Unigebäude und des Außengeländes, wodurch jedes Jahr aufs Neue eine so tolle Atmosphäre entstehen kann.

Danke an den **Hui Kinderkeller** für die Nutzung des Gartens.

Danke an das **Facility-Management** und die **Poststelle** an der Uni Witten/Herdecke.

Danke an die **Stadt Witten** für die Nutzungsmöglichkeit der Wiese.

Danke an die vielen **Helfenden**, ohne die die Sommerakademie nicht laufen würde.

Danke an das wunderbare **Küchenteam**, was uns mit sovielen leckeren Mahlzeiten versorgt.

Danke vor allem an das **Orga-Team von 2024** für eure Übergabe, die immer offenen Ohren und die tatkräftige Unterstützung.

Und natürlich **Danke an die vielen Förderer und Sachspender**, ohne die diese Akademie unbezahlbar wäre!



Förderer und Sponsoren

stapelstein®



KANNE
BÄCKEREI & KONFITOREI



dm-Werner-Stiftung

B. BRAUN-STIFTUNG

DER GESUNDHEIT NEUE WEGE BEREITEN



GERHARD KIENLE STIFTUNG
FÜR FORSCHUNG, LEHRE UND THERAPIE

Carstens-Stiftung

Wir forschen für Ihre Gesundheit!



Medizin braucht Vielfalt.

DZVhÄ Deutscher Zentralverein
homöopathischer Ärzte

ganzheitlich gesund!

Stiftung zur Förderung heilsamer Wege
in Mitgefühl und Selbstverantwortung



dmsg

■ Deutsche
■ Multiple Sklerose
■ Gesellschaft
■ Bundesverband e.V.

GLS *Trenhand*

Tagesthemen:		Begegnung mit dem Ich, mit mir selbst, meinen Bedürfnissen	Begegnung mit unseren Grundwerten, Spiritualität, Religion	Begegnung mit dem Du	Begegnung mit dem System	Begegnung zu der Heilmethode/ Therapie	Begegnung zur Natur, zur Umwelt	Begegnung mit der Zukunft
Zeiten:	Freitag 8.8.	Samstag 9.8.	Sonntag 10.8.	Montag 11.8.	Dienstag 12.8.	Mittwoch 13.8.	Donners.14.8.	Freitag 15.8.
07:30-08:00	Ankunft-Check-In	Morgenprogramm	Morgenprogramm	Morgenprogramm	Morgenprogramm	Morgenprogramm	Morgenprogramm	Morgenprogramm
08:00-08:50		Frühstück	Frühstück	Frühstück	Frühstück	Frühstück	Frühstück	Frühstück
09:00-09:30		Plenarvortrag	Plenarvortrag	Plenarvortrag	Plenarvortrag	Plenarvortrag	Plenarvortrag	Plenarvortrag
10:30-10:45		Pause	Pause	Pause	Markt der Möglichkeiten	Pause	Pause	Pause
10:45-13:15		Vertiefungsworkshop	Vertiefungsworkshop	Vertiefungsworkshop		Vertiefungsworkshops	Vertiefungsworkshop	Verabschiedung
13:15-15:15		Mittagsessen	Mittagsessen	Mittagsessen	Kreativprogramm	Mittagsessen	Mittagsessen	Abbau
15:15-17:45		Schnupperworkshop	Schnupperworkshop	Schnupperworkshop		Schnupperworkshop	Schnupperworkshop	
18:00-19:30	Abendessen	Abendessen	Abendessen	Abendessen	Abendessen	Abendessen	Abendessen	Abendessen für Helfer
19:30-20:30	Begrüßung Plenarvortrag	Lesung	Vision Dance	Kreistanzen	Musik	Tango	Bunter Abend	