

## Verbindliche Anmeldung

### Tanzen für Menschen mit Parkinson

Seminar 1

### TaKeTiNa – im Rhythmus sich selbst begegnen

Seminar 2

Für die Seminare ist eine schriftliche Anmeldung notwendig. Ihre Anmeldung wird gültig mit Eingang der Seminargebühr. Anmeldung an: Gesundheitsforum Havelhöhe, Kladower Damm 221, Haus 7, 14089 Berlin Fax: 030/36 50 14 35 oder Email: [gesundheitsforum@bg-havelhoehe.de](mailto:gesundheitsforum@bg-havelhoehe.de)

**Bitte überweisen Sie die Seminargebühr gleichzeitig mit der Anmeldung. Konto: Gesundheitsforum Havelhöhe, GLS Gemeinschaftsbank  
IBAN: DE57 4306 0967 0025 6786 02  
Betreff: Ihr Name und Seminarnummer**

Vorname / Name

Straße

PLZ, Ort

Telefon / E-Mail

Ausschneiden und in einem Fensterkuvert senden oder per Fax an:  
030/36 50 14 35 oder  
E-Mail an: [gesundheitsforum@bg-havelhoehe.de](mailto:gesundheitsforum@bg-havelhoehe.de)

### Hinweis:

**Bitte alle anderen Seminare direkt bei den angegebenen Kontaktdaten anmelden.**

Die Verarbeitung Ihrer Daten erfolgt nach Maßgabe und unter Beachtung der DSGVO Art. 6 Abs. 1 a, b, f. Unsere vollständigen DS-Hinweise können Sie unter: [www.havelhoehe.de/gesundheitsforum-ds-hinweise.html](http://www.havelhoehe.de/gesundheitsforum-ds-hinweise.html) einsehen. Unsere Datenschutzbeauftragte ist Frau Michaela Schröers, JuriDacta Datenschutzdienste. E-Mail: [DSvereinshoe@juridacta.de](mailto:DSvereinshoe@juridacta.de)

## Akademie Havelhöhe

Auskunft: Katharina Fibig, Tel. 030/36501-6659  
[Info@akademie-havelhoehe.de](mailto:Info@akademie-havelhoehe.de)

### ■ Schnupperwoche Anthroposophische Medizin – Therapie und Pflege

Montag bis Freitag, 18.9.–22.9.  
Gebühr: Studierende und Auszubildende 150 €, Pflegendende 200 €, AssistenzärztInnen 300 €, Leitung: Dr. Karl-Reinhard Kummer

### ■ Anwendungen von A bis Z

Sa/So, 21./22.10., 10–17 Uhr  
Gebühr: 240 €, Leitung: Doris Rapp

### ■ Wickel und Auflagen bei Depression und Schmerzen

Samstag, 11.11., 10–17 Uhr  
Gebühr: 120 €, Leitung: Doris Rapp

### ■ Lebenswelt Bett

Samstag, 11.11., 9–17 Uhr  
Gebühr: Pflegendende 95 €, ÄrztInnen 120 €  
Leitung: Sabine Baumbach

### ■ Rhythmische Einreibungen Stufe I

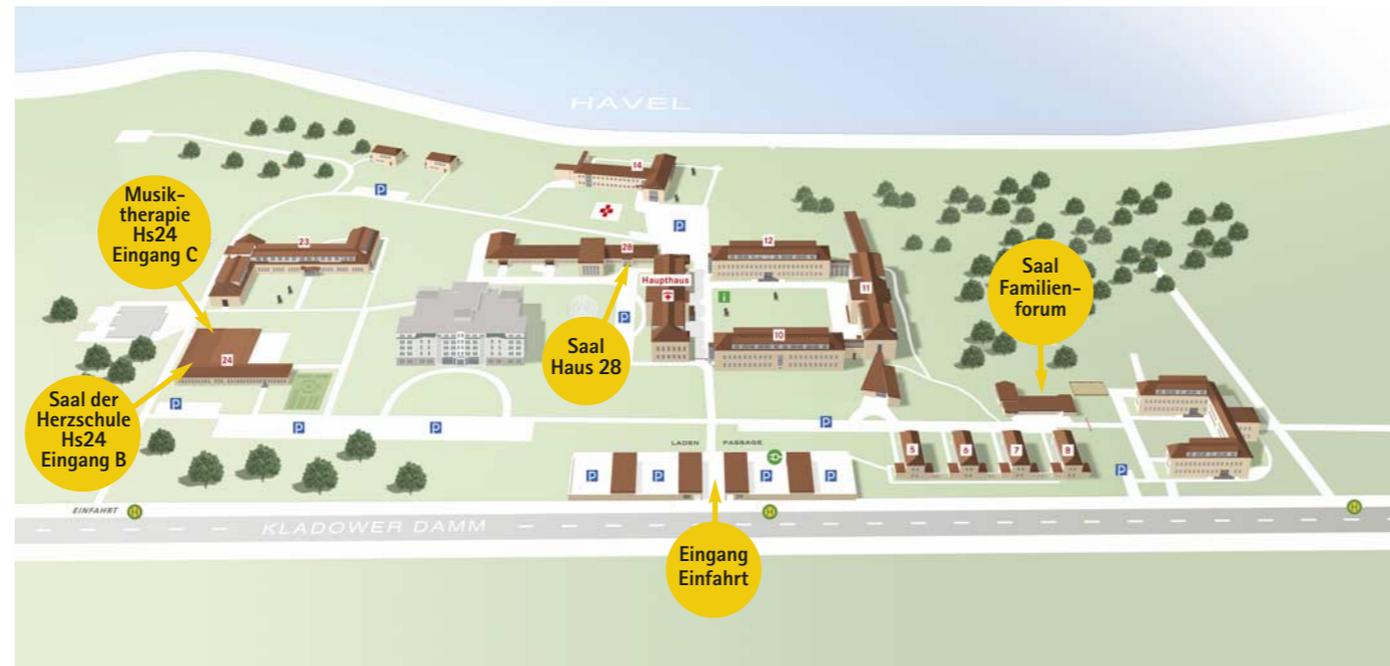
• Einführung – Modul 1, 28.8 und 29.8.23  
• Modul 2, 4.10. und 5.10.23  
• Modul 3, 27.11. und 28.11.23  
• Modul 4, 29.1. und 30.1.24  
Gebühr: 250 € pro Modul  
Leitung: Doris Rapp



CAMPUS  
Havelhöhe

### Entdecken Sie den Campus Havelhöhe ganz neu:

Auf unserer Webseite mit interaktiver Geländekarte finden Sie Portraits und Links zu allen Initiativen, Einrichtungen und Angeboten auf dem gesamten Campus. <https://campus.havelhoehe.de>



## Gesundheitsforum Havelhöhe

Anthroposophisch-medizinisches Seminar und Vortragszentrum im Gemeinschaftskrankenhaus Havelhöhe

### Kontaktadresse/Informationen:

Gesundheitsforum Havelhöhe  
Elisabeth Bartela  
Kladower Damm 221, Haus 7  
14089 Berlin  
Tel. 030/34 33 34-107  
Fax 030 / 36501435  
[gesundheitsforum@bg-havelhoehe.de](mailto:gesundheitsforum@bg-havelhoehe.de)

### Träger:

Gemeinnütziger Verein zur Förderung und Entwicklung anthroposophisch erweiterter Heilkunst e.V. Berlin

Informationen über das Gemeinschaftskrankenhaus Havelhöhe und aktuelle Termine finden Sie auch im Internet unter [www.havelhoehe.de](http://www.havelhoehe.de)

Suchen Sie einen Anthroposophischen Arzt?  
Hotline der GAÄD:  
Tel. 01803/30 50 55, [www.gaed.de](http://www.gaed.de)



Die violett hinterlegten Vorträge finden in Kooperation mit der BKK-VBU statt. Kontakt: Andreas Zink Tel. 030/726 12 20 87 [andreas.zink@bkk-vbu.de](mailto:andreas.zink@bkk-vbu.de)

Wollen Sie immer auf dem Laufenden bleiben und zeitnah über die Vorträge informiert werden? Dann nehmen wir Sie gern in unseren kleinen Informationsverteiler auf. Schreiben Sie uns dazu eine E-Mail an [gesundheitsforum@bg-havelhoehe.de](mailto:gesundheitsforum@bg-havelhoehe.de) mit der Erlaubnis, Ihnen unsere Vortragsankündigungen per E-Mail zusenden zu dürfen.

Havelhöhe

## Gesundheitsforum Havelhöhe

Anthroposophisch-medizinisches Seminar und Vortragszentrum im Gemeinschaftskrankenhaus Havelhöhe

## Wege zur Gesundheit – Hilfe in der Krankheit

Vorträge und Seminare  
September bis Dezember 2023

Alle aktuellen Informationen zu den Veranstaltungen unter:  
<https://campus.havelhoehe.de/kalender>

## Liebe Freunde unseres Gesundheitsforums,

was bedeutet eigentlich Gesundheit?

Was ist ein gesunder Umgang mit einer Erkrankung?

Und was brauche ich, um selbst für meine Gesundheit aktiv zu werden? Diese Fragen bleiben immer aktuell und können von so vielen Seiten beleuchtet werden.

Aaron Antonovsky (1923–1994), der geistige Vater der Salutogenese – also der Gesundheitsentstehung –, nannte dafür drei entscheidende Aspekte: Die Verstehbarkeit, die Handhabbarkeit und die Sinnhaftigkeit.

Im 2. Halbjahr 2023 wollen wir Ihnen in unserem Programm Anregungen für den Umgang mit den folgenden Fragen geben: Wie kann ich meine Erkrankung, die Vorgänge in meinem Organismus besser verstehen? Wie auf sie reagieren? Und was gibt mir in meinem Leben Sinn? Wir wollen dabei auch auf Themen eingehen, die uns normalerweise nicht als Erstes im Zusammenhang mit unserer Gesundheit einfallen.

Lassen Sie sich inspirieren!

Auch ein Blick auf unsere Seminare lohnt sich.

Über ein reges Interesse freut sich

*Ihre Dr. med. Nina Klinger und  
das gesamte Team des Gesundheitsforums*

- Alle Vorträge finden im Saal von Haus 28 statt, wenn nicht anderes angegeben.
- Beachten Sie, dass es auch zu Programm- oder Raumänderungen kommen kann.
- Bitte informieren Sie sich aktuell unter: [campus.havelhoehe.de/institutionen/gesundheitsforum-havelhoehe](https://campus.havelhoehe.de/institutionen/gesundheitsforum-havelhoehe)
- Eintritt wird nicht erhoben, wir bitten jedoch für die Arbeit des Gesundheitsforums um einen freiwilligen Unkostenbeitrag.

## Vorträge

### September

■ 1.9., Freitag, 19 Uhr

**Gesundheit und Humor – wirksam, kostenfrei und ohne Nebenwirkungen**, Dr. med. Jan Feldmann, Facharzt für Innere Medizin

■ 8.9., Freitag, 19 Uhr

**Bluthochdruck – ist das gefährlich?** Wann und wie muss er behandelt werden? Dr. med. Jan Guggemos, Leiter der Kardiologie, GKH

■ 15.9., Freitag, 19 Uhr

**„Im Kuss des Lichts“ Leicht und liebevoll leben**  
Poetischer Vortrag mit Impulsen für ein bewusstes, heilsames und schöpferisches Sein, Dr. phil. Heidrun Adriana Bomke, Lebensreisebegleiterin und Dichterin, Berlin

■ 22.9., Freitag, 19 Uhr, Saal Familienforum

**Morbus Crohn & Colitis ulcerosa: zwei polare Geschwister**  
Integrative Behandlungskonzepte, Dr. med. Markus Wispler, Leitender Arzt Gastroenterologie, Diabetologie und Ernährungsmedizin, GKH

■ 29.9., Freitag, 19 Uhr, Saal Familienforum

**Soziale Aspekte bei Gesundheit und Schmerzen**  
Interdisziplinäre Schmerztherapie, Dr. Markus R. Fussnegger M.A. Counsellor & Zahnarzt, Dozent an der EUFH, Hochschule für Gesundheit, Soziales & Pädagogik, Berlin

### Oktober

■ 6.10. Freitag, 19 Uhr

**Ins Spüren kommen – heilsamer Zugang zum Körper mit dem bewussten zugelassenen Atem.** Atemtherapie in Havelhöhe, Kordelia Kunisch, Atem- und Bewegungstherapeutin, GKH

■ 13.10., Freitag, 19 Uhr

**Seelenruhe – die Kraft der inneren Entwicklung**  
Nils Cooper, Pfarrer der Christengemeinschaft;  
Irena Josifoska, Cellistin, Berlin

■ 20.10., Freitag, 19 Uhr

**Stress und Traumafolgen selbst regulieren – ein körperorientierter Ansatz TRE (nach Dr. David Berceci) & naSTRE – natürliche Stressregulation.** Vortrag mit praktischen Übungen Josch Tietz, Heilpraktiker, Physiotherapeut, Berlin

■ 27.10., Freitag, 19 Uhr

**Rund um Brustgesundheit – Möglichkeiten der Prävention und der Früherkennung von Brustkrebs**  
Dr. med. Jessica Groß, Leitung Brustzentrum, GKH

### November

■ 3.11., Freitag, 19 Uhr

**Post-Covid/Post-Vaccination-Syndrom – diagnostische und therapeutische Möglichkeiten?** Prof. Dr. med. Harald Matthes, Ärztlicher Leiter und Geschäftsführer, GKH

■ 10.11., Freitag, 19 Uhr, Saal der Herzschnule, Haus 24, Eingang B

**Gastvortrag**  
**Patientenverfügung: Wie sorge ich für Alter und Krankheit vor?**  
Gesine Kennert, Volljuristin, Fachdozentin für Pflege- und Medizinrecht, Potsdam

■ 17.11., Freitag, 19.15 Uhr

**Gastvortrag**  
**Authentisch leben – konfliktfähig werden – Grenzen setzen**  
Betrachtungen aus buddhistischer Sicht  
Dr. med. Wilfried Reuter, Arzt und buddhistischer Lehrer, Berlin

■ 24.11., Freitag, 19 Uhr, Saal Familienforum

**Angst und Lebensmut – Angsterkrankungen**  
Katharina Wenzl, Oberärztin, Psychosomatische Medizin und Psychotherapie, GKH

### Dezember

■ 1.12., Freitag, 19 Uhr

**Die Freude als Heilkraft der Seele**  
Mechtild Oltmann, Pfarrerin der Christengemeinschaft, Berlin

■ 8.12., Freitag, 19 Uhr, Saal im Familienforum

**Das Künstlerische in der Medizin – ist es hilfreich, heilsam?**  
PD Dr. med. Friedemann Schad, Leiter Onkologisches Zentrum, Interdisziplinäre Onkologie und Palliativmedizin, GKH

■ 15.12., Freitag, 19 Uhr

**Jeder Mensch ein Ton im Kosmos**  
Musiktherapie in Havelhöhe, Stephan Kühne, Musiktherapeut, GKH

## Seminare

### Seminar 1

**Tanzen für Menschen mit Parkinson**

Rhythmische Bewegungen zu Musik verschiedenster Stilrichtungen ermöglicht Ihnen ein Gefühl für den ganzen Körper zu entwickeln und das seelische Wohlbefinden wieder herzustellen. Ich nutze eurythmische sowie tänzerische Elemente, biete Ihnen die Möglichkeit für Erfahrungen aus Body Mind Centering und verschiedenen Entspannungstechniken. Wir tanzen sitzend, stehend, am Boden auf einer Decke oder Matte, frei im Raum, allein und in der Gruppe – ganz wie es Ihnen möglich ist. Auch wenn Sie unter anderen neurologisch – anatomisch bedingten Symptomen leiden, sind Sie herzlich willkommen, sehr gerne auch mit Ihrer/Ihrem Partner/in.

• Start: voraussichtlich Sept. 2023, mittwochs 15.30–17 Uhr  
Der Raum wird noch bekannt gegeben.  
Gebühr: 20 € (mit Partner/in 35 € für beide) pro Veranstaltung, 4er Karte 72 € bzw. 125 €

Leitung: Ingrid Schweitzer  
Tel. 030/470 33083 (AB), [kontakt@schweitzer-bewegt.de](mailto:kontakt@schweitzer-bewegt.de)

### Seminar 2

**TaKeTiNa – im Rhythmus sich selbst begegnen**

Taketina bedeutet, mit spielerischer Freude und ohne Leistungsdruck rhythmische Musik zu machen. Musik, die im ganzen Körper entsteht und erklingt: im Ton der Stimme, in den Schritten der Füße und im Klatschen der Hände. Mit Taketina können Sie Rhythmus und Koordination üben, in Ordnung und Chaos mehr über sich selbst erfahren, Ängste überwinden und innere Blockaden auflösen. Es sind keine Vorkenntnisse erforderlich!

• So. 19.11., 10–13 und 15.30–18 Uhr

Ort: Musiktherapiesaal, Haus 24, Eingang C, Gebühr: 100 €  
Leitung: Siegfried Renz & Martin Höhn, TAKETINA-Rhythmus-pädagogen und Psychotherapeuten  
Tel. 0163 6146740, [www.siegfried-renz.de](http://www.siegfried-renz.de)

## Weitere Veranstaltungen auf dem Campus Havelhöhe

**Anmeldung nicht über das Gesundheitsforum**

### Herzschule

**„Es kommt darauf an, unser Herz wirklich zu öffnen“**

• Einführungswochenende am 13. und 14.10.2023  
Im Anschluss findet der Kurs wöchentlich/zweiwöchentlich statt.  
Zeit: donnerstags oder freitags von 17–20 Uhr  
Auskunft/Anmeldung: Jessica Schache: 030/365 01–281  
[www.herzschule-havelhoehe.de](http://www.herzschule-havelhoehe.de)

### Ambulanter Lungensport

**Für Menschen mit COPD, Lungenkrebs, Asthma, chronischer Bronchitis und anderen chronischen Atemwegserkrankungen**  
Zurzeit wird dienstags in 8 Gruppen Lungensport durchgeführt.  
Ort: Haus 24, Herzschule

• **Lungensport** findet auch in Buch, Spandau, Neukölln, Kreuzberg, Wilmersdorf, Friedenau, Hermsdorf und Potsdam sowie räumlich unabhängig online statt.  
Auskunft/Anmeldung: [info@lungensport-havelhoehe.de](mailto:info@lungensport-havelhoehe.de)  
[www.lungenkrebshilfe-havelhoehe.de](http://www.lungenkrebshilfe-havelhoehe.de)

### Lungenkrebshilfe

**Immer freitags von 15–17 Uhr**

Ort: Station 3, Haus 10, Therapieaum  
Auskunft/Anmeldung: [info@lungensport-havelhoehe.de](mailto:info@lungensport-havelhoehe.de)  
[www.lungenkrebshilfe-havelhoehe.de](http://www.lungenkrebshilfe-havelhoehe.de)

### Raucherambulanz

**Basisinformationen über Wege und Chancen der Tabakentwöhnung**  
sowie über einzelne Angebote.

**Immer montags um 17 Uhr**

Ort: Erdgeschoss, Haus 10, Raum 20

Havelhöhe

Ausschneiden und in einem Fensterkuvert senden an:  
Gesundheitsforum Havelhöhe  
Kladower Damm 221, Haus 7, 14089 Berlin  
Per Fax an: 030/36 50 14 35 oder E-Mail an: [gesundheitsforum@bg-havelhoehe.de](mailto:gesundheitsforum@bg-havelhoehe.de)

Anmeldung auch online möglich unter <https://campus.havelhoehe.de/kalender>

Gesundheitsforum Havelhöhe

Nadine Viebrock

Kladower Damm 221, Haus 7

14089 Berlin

