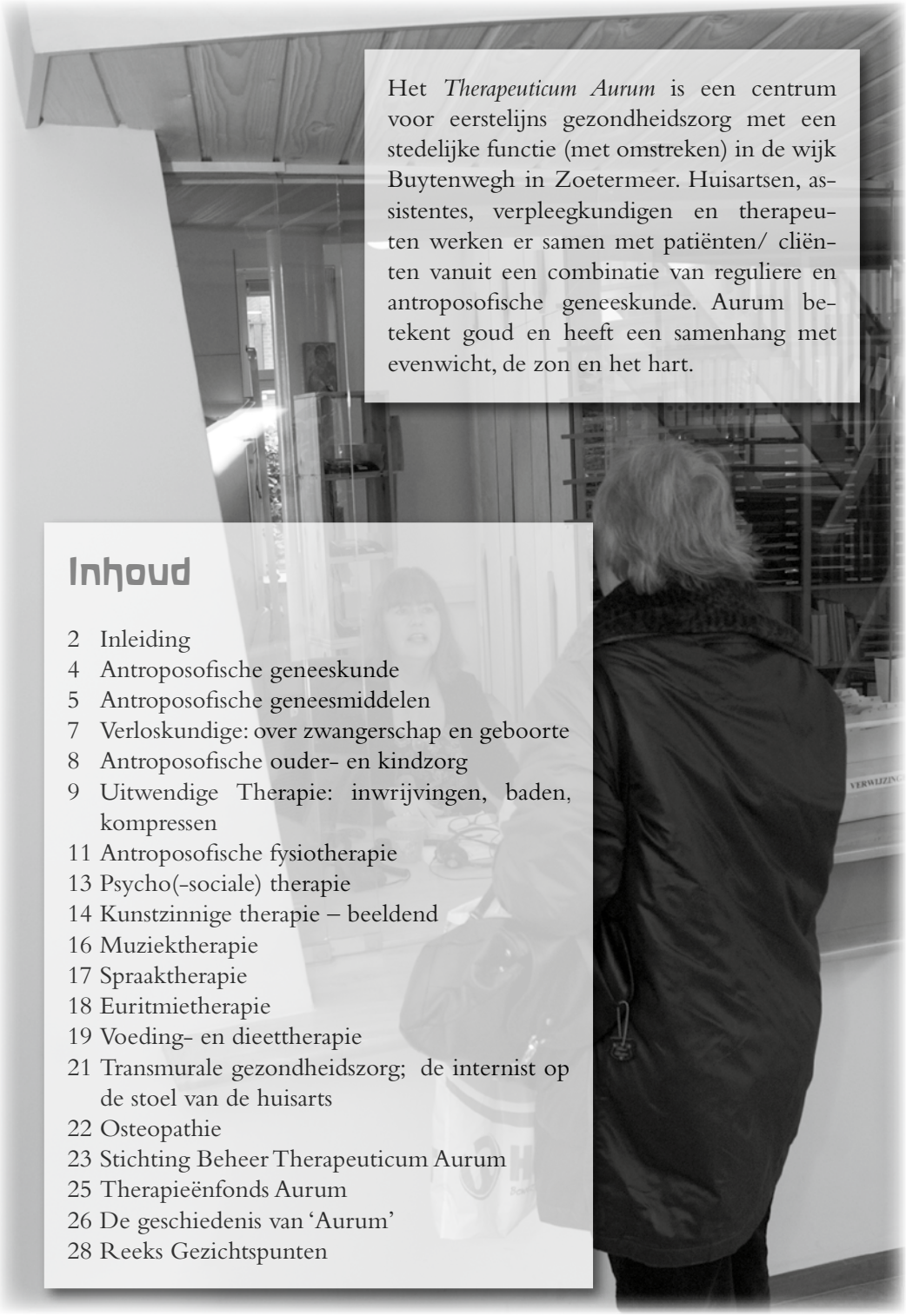
Informatiebrochure

Therapeuticum Aurum

Zoetermeer



Het *Therapeuticum Aurum* is een centrum voor eerstelijns gezondheidszorg met een stedelijke functie (met omstreken) in de wijk Buytenwegh in Zoetermeer. Huisartsen, assistentes, verpleegkundigen en therapeuten werken er samen met patiënten/ cliënten vanuit een combinatie van reguliere en antroposofische geneeskunde. Aurum betekent goud en heeft een samenhang met evenwicht, de zon en het hart.

Inhoud

2 Inleiding
4 Antroposofische geneeskunde
5 Antroposofische geneesmiddelen
7 Verloskundige: over zwangerschap en geboorte
8 Antroposofische ouder- en kindzorg
9 Uitwendige Therapie: inwrijvingen, baden, kompressen
11 Antroposofische fysiotherapie
13 Psycho(-sociale) therapie
14 Kunstzinnige therapie – beeldend
16 Muziektherapie
17 Spraaktherapie
18 Euritmietherapie
19 Voeding- en dieettherapie
21 Transmurale gezondheidszorg; de internist op de stoel van de huisarts
22 Osteopathie
23 Stichting Beheer Therapeuticum Aurum
25 Therapieënfonds Aurum
26 De geschiedenis van 'Aurum'
28 Reeks Gezichtspunten

Inleiding

Beste lezer,

Met veel plezier bieden wij u hierbij een vernieuwde informatiebrochure aan over het *Therapeuticum Aurum*, over de achtergrond van waaruit wij werken, de antroposofische geneeskunde en over de geneesmiddelen en therapieën die hier gegeven kunnen worden.

Het *Therapeuticum Aurum* is een centrum voor eerstelijns gezondheidszorg met een stedelijke functie in de wijk Buitenwegh in Zoetermeer. Huisartsen, assistenten, praktijkondersteuners, verpleegkundigen en therapeuten werken er samen met patiënten (cliënten) vanuit een combinatie van reguliere en antroposofische geneeskunde.

Aurum is het Latijnse woord voor *goud*; goud staat voor het hogere en edele in de mens en in de wereld. Van oudsher is goud in samenhang gebracht met het *hart* als middelpunt van de mens en met de *zon* als stralend middelpunt van het heelal.

Met nadruk willen wij vermelden, dat de antroposofische geneeskunde bedoeld is als een aanvulling of verruiming van de reguliere geneeskunde en niet als een alternatief dat er tegenover staat. Ook in het Therapeuticum Aurum worden antroposofische en reguliere geneeskunde gecombineerd toegepast. Huisartsen, assistentes, verpleegkundigen en fysiotherapeuten hebben naast hun reguliere 'gewone' opleiding aanvullende antroposofische opleidingen gedaan en volgen zowel reguliere als antroposofische nascholing op hun vakgebied. Meer hierover is desgewenst te lezen in ons *Kwaliteitsjaarverslag*, dat ieder jaar in juni verschijnt.

Wanneer bij een bepaalde klacht, ziekte of probleem behandeling nodig is, maken arts en patiënt in principe samen de afweging welk medicijn of welke therapie nodig is, en of die regulier, antroposofisch of gecombineerd is, en waar dat het beste kan, binnen of buiten Aurum. Hoewel de beschikbaarheid van antroposofische geneesmiddelen en therapieën door politieke ontwikkelingen belemmerd wordt, zijn er gelukkig nog steeds voldoende van deze middelen verkrijgbaar. In veel gevallen vergoedt de zorgverzekeraar (een deel van de) kosten van de meeste antroposofische therapieën. Wij raden iedereen, die

dat nog niet is, aan om lid te worden van het zgn. *Therapieënfonds* (zie elders in deze brochure), dat in voorkomende gevallen en binnen zekere grenzen kan bijspringen.

In het *Therapeuticum Aurum* worden regelmatig diverse informatieavonden en cursussen georganiseerd. Actuele informatie hierover vindt u op het prikborden in de hal en in de wachtkamer, alsook in de nieuwste *Nieuwsbrief Aurum*, die twee maal per jaar verschijnt en aan alle ingeschreven patiënten en aan onze relaties wordt gestuurd (ook aan de balie verkrijgbaar). Tevens vindt u daarin de *actuele praktijkinformatie*, die net als de Nieuwsbrief ook op onze website te vinden is: WWW.THERAPEUTICUMAURUM.NL

Wanneer u nog niet als patiënt ingeschreven bent in Aurum, kunt u desgewenst een inschrijfformulier aan de balie ophalen. In principe staan huisartspraktijken open voor nieuwe patiënten na overleg (tenzij anders aangegeven).

Wij hopen dat deze brochure u een goed beeld kan geven van het aanbod en de achtergrond van ons werk. Wilt u zich verder verdiepen in bepaalde onderwerpen, dan zijn de brochures uit de serie *Gezichtspunten* (zie elders in deze brochure) een goed vervolg. Gaarne vernemen wij uw eventuele verdere vragen en suggesties.

Namens alle medewerkers,
Jelle van der Schuit & Jeannette van der Schuit-Janssen

Antroposofische geneeskunde

In de door Rudolf Steiner ontwikkelde antroposofie wordt de mens gezien als een geheel van lichaam, ziel en geest. Het lichaam is voor iedereen een evident gegeven. Dat we een ziel hebben, kunnen we vooral merken aan onze gevoelens en emoties. Dat we bovendien ook nog een geestelijk wezen zijn blijkt uit ons zelfbewustzijn en uit het daarmee samenhangende feit dat we als individu richting kunnen geven aan ons leven.

In de antroposofische geneeskunde bekijken we de mens ook vanuit dit holistische standpunt: lichaam, ziel en geest vormen een eenheid. Ziekte wordt gezien als een verstoring van de balans in een of meer van de gebieden van waaruit de mens bestaat. Een cruciale rol in het proces van ziekte en gezondheid is weggelegd voor de levenskrachten, die onze vitaliteit verzorgen. Levenskrachten zorgen er voor dat we uitgerust wakker worden, dat kinderen groeien, dat wonden genezen, dat we energie hebben en dat we van ziekte kunnen herstellen. Volgens de antroposofie komen deze levenskrachten voort uit een hogere dimensie van de wereld dan die van de uiterlijke stof; het gaat om een onzichtbare, bovenzinnelijk werkzaamheid. Ieder mens heeft zo de beschikking over een eigen levenslichaam. Ook wat onze ziel en onze geest betreft overstijgen we het gebied van de materie.

Door ziekte als een verstoring in het voor ieder mens unieke samenspel van genoemde factoren te zien, ontstaan er meerdere aanknopingspunten voor behandeling en genezing. De lichamelijke aspecten kunnen bijvoorbeeld worden aangepakt met medicatie of fysiotherapie. Het psychische deel (het gebied van de ziel) kan gesteund worden met bijvoorbeeld een van de kunstzinnige therapieën: schilderen om weer de schoonheid van de wereld te ervaren, of muziek om aan innerlijke harmonie te werken. De geest, die spreekt uit ons levensverhaal, onze biografie, kunnen we bijvoorbeeld vooruit helpen met gesprekken. Door ziekte in onze levensloop te plaatsen, is het mogelijk om er anders tegen aan te kijken: in plaats van alleen een zinloze, nare ervaring, kan het een kans zijn om ons te ontwikkelen, om keuzes te maken in ons leven of om bijvoorbeeld de band met onze naasten te verstevigen.

Antroposofisch werkende artsen hebben allen een reguliere opleiding gevolgd tot arts en werken volgens de richtlijnen van hun beroepsgroep. Daarbij hebben zij de mogelijkheid om samen met de patiënt zijn ziekte vanuit verschillende standpunten te

benaderen. Naast het reguliere medische aanbod, heeft de antroposofische arts toegang tot antroposofische medicatie alsmede de diverse aanvullende therapieën.

Antroposofische geneesmiddelen

Antroposofische geneesmiddelen zijn afkomstig uit de natuur: ze zijn van minerale, plantaardige of dierlijke oorsprong. De antroposofie benadrukt dat de natuur en de mens met elkaar in verband staan: in de mens spiegelt zich de gehele natuur. De kunst is om 'te leren lezen in het boek der natuur' - zoals de middeleeuwse arts Paracelsus (1493-1541) dat zo mooi uitdrukte - om zo geneesmiddelen aan de natuur te kunnen ontlenen.

De antroposofische arts staat voor de uitdaging om bij iedere patiënt de juiste keuze te maken: ieder mens is anders, en iedere ziekte is anders: de verstarring bij de ziekte van Parkinson is niet te vergelijken met koorts en jeuk bij de waterpokken, om maar twee uiteenlopende voorbeelden te noemen.

Zo verschillend als we als mensen onderling zijn, en zo divers als de vele ziekteprocessen kunnen zijn, zo uitgebreid en gevarieerd is het aanbod van de natuur om de mens te ondersteunen. Als voorbeeld: het zenuwstelsel kunnen we helpen met bergkristal, of kwarts, dat net zo rustig en helder is als onze gedachten kunnen zijn. Koorts kunnen we ondersteunen met de weelderig groeiende wolfskers

of belladonna, een heel ander geneesmiddel dan bergkristal.
In de antroposofische geneeskunst wordt zeer veel gebruik gemaakt van homeopathische geneesmiddelen, die gebaseerd zijn meer of minder sterke verdunningen. De wijze waarop in de antroposofische geneeskunde met homeopathie wordt omgegaan verschilt van de klassieke homeopathie. Een belangrijk verschil is dat de verdunningen minder sterk zijn. Een belangrijk voordeel van homeopathische geneeswijze is dat de invloed van het middel niet zo dwingend is als bij reguliere substantiële middelen. Daardoor werkt het geneesmiddel meer als een voorbeeld: het dwingt niet, maar laat als het ware zien hoe het ook kan.

Sint Janskruid kan op die manier werken: het is een plant die bloeit rond de langste dag van het jaar en die een sterke verbinding heeft met het licht en de zon. Mensen met een sombere stemming kunnen door Sint Janskruid weer een lichtpuntje ervaren. Het geneesmiddel werkt dan ondersteunend op het zelfgenezende principe, want eigenlijk is het dan de mens zelf die geneest. Je zou het kunnen vergelijken met een hand om je schouder, of een gesprek met een goede vriend: je gaat daarna weer zelf verder, je leeft je eigen leven en lost je eigen problemen op, maar je kan na een goed gesprek weer hoop en moed hebben en heel anders tegen de wereld aankijken.

Door zo een ziekte door te maken: met ondersteuning, maar eigenlijk zelf de ziekte overwinnend, is het goed voor te stellen dat je sterker uit een ziekte tevoorschijn komt. Zo kan na een ziekte meer levenszin, autonomie en daadkracht ontstaan. Bij kleine kinderen zie je vaak prachtig hoe ze na een koortsperiode inderdaad een nieuwe stap in hun ontwikkeling kunnen maken.

De bekendste fabrikanten van antroposofische geneesmiddelen zijn Wala en Weleda. De geneesmiddelen worden op milieuvriendelijke wijze geproduceerd en ondergaan strenge kwaliteitscontroles.

Verloskundige: over zwangerschap en geboorte

Zwangerschap en geboorte zijn tegenwoordig steeds vaker een bewuste keuze. In die negen maanden tijd groei je samen naar de rol van ouders, maak je plaats voor je kind in je hoofd en in je hart, in je relatie, in je huis en in je werk… Wij proberen de aanstaande ouders te begeleiden in de bewustwording van hun keuze.

Tijdens het intakegesprek komen diverse punten aan de orde en tijdens het verdere verloop van de zwangerschap proberen wij de wensen en mogelijkheden op elkaar af te stemmen.

De zwangerschap wordt gekenmerkt door veel lichamelijke veranderingen. Maar het is ook een tijd van verstilling, van je naar binnen keren, genieten van deze grote gebeurtenis, van dit wonder in je leven. Tijdens de zwangerschap verlegt de moeder haar grenzen, zowel lichamelijk als geestelijk. In dit traject proberen wij te helpen om een goede balans te vinden.

Bij de bevalling kijken wij niet alleen naar de moeder, maar ook naar het kind. Deze wordt geboren, brengt zijn eigen karma, zijn eigen temperament met zich mee. Dit is voor zo'n klein mensje een grote overgang. Wij zullen trachten deze zo rustig mogelijk te laten verlopen.

In de kraamtijd ga je kennis maken met dat kleine mensje dat op je buik is gelegd. In deze periode ga je kindje ontdekken en verzorgen. En groei je in je rol als kersverse ouders. Tijdens deze periode zullen wij dit proces in rust begeleiden. Zo dat de eerste weken zo harmonieus mogelijk verlopen en dat de ouders samen gaan ontdekken wat hun kindje prettig vindt.

Antroposofische ouder- en kindzorg

Voor iedere ouder die een ruimere benadering zoekt

De zorgverlening van de ouder- en kindzorg op Therapeuticum Aurum heeft bijzondere accenten. Naast het landelijke vastgestelde Basispakket Zorg wordt aanvulling vanuit de antroposofische visie op ontwikkeling, gezondheid en ziekte van kind en ouder geboden.
Onze aanvulling ligt o.a. bij:

1. Bijzondere aandacht voor de *natuurlijke voeding* van het kind. Zowel de borstvoeding en het welslagen ervan, als de overstap naar 'vaste' voeding in de vorm van biologische of biologisch-dynamische voeding. Ook wanneer u uw kind vegetarisch wilt voeden kunt u bij ons terecht.
2. Diverse *ongemakken* als buikkrampen, veel huilen, moeilijk of weinig slapen, koorts, luieruitslag worden aandachtig bekeken en aangevuld met interventies uit de natuurlijke zorg.
3. Ruime voorlichting over *kinderziektes* en *inentingen*
4. Aandacht voor de relatie tussen het *warmteorganisme* en het *immuunsysteem* en de zorg voor wollen of wollen/zijden ondergoed, mutsjes en bovenkleding van het kind.
5. Stimuleren van het *gezondmakende* in de opvoeding van uw kind zoals onthaasten, genieten van de natuur, zingen, rust- en regelmaat en het in eenvoud samenzijn.
6. Ondersteunende antroposofische *therapieën* bij b.v. eczeem, voedingsintolerantie, allergie, slaapproblemen, eetproblemen, overprikkeldheid, veelvuldige verkoudheden e.a. door b.v. uitwendige kindertherapieën
7. *Extra*; Babymassage, organiseren van thema-avonden, inbakeren.

Op consultatiebureauzittingen ontmoet u verpleegkundige én arts binnen één zitting. Ons team bestaat uit een arts en een verpleegkundige. Wij staan open voor alle mensen in Zoetermeer en wijde omgeving.

Bent u geïnteresseerd in onze werkwijze, literatuur, financiën en ouderwerkgroep dan kunt u telefonisch contact opnemen met de verpleegkundige (zie het inlegvel).

Uitwendige Therapie: inwrijvingen, baden, kompressen

De uitwendige therapie is een medicamenteuze therapie, waarbij het medicijn via 'het uitwendige', de *huid* wordt toegediend in plaats van oraal (via de mond) of per injectie.

De huid is ons grootste orgaan en is in de embryonale tijd ontstaan uit het ectoderm of wel de buitenste kiemlaag. Deze laag bevat miljoenen zenuwuitlopertjes en behoort tot het zenuwzintuiggebied, evenals de andere zintuigen die we hebben, zoals de tastzin, ogen, oren, reuk, smaak etc. Bij de uitwendige therapie wordt als ingang gebruik gemaakt van deze zintuigkwaliteit, namelijk het waarnemen. Je zou de huid kunnen zien als een uitgebreid oog. Met het oog kunnen we bewust waarnemen, de huid daarentegen heeft een veel dromeriger, onbewuste waarnemingskwaliteit. Dit vermogen stamt nog uit de embryonale tijd en jonge kinderjaren. Wanneer we via de huid een medicijn aanbieden in de vorm van een etherische olie of b.v. een metaalzalf wordt het 'oerbeeld', essentie van deze substantie waargenomen. Na het waarnemen wordt de substantie via het ritmische en stofwisselinggebied van de huid opgenomen en komt in de bloedbaan terecht.

De werking van de uitwendige therapie berust op het waarnemen van het oerbeeld van de aangeboden substantie b.v. lavendel, brandnetel, St. Janskruid welke dan als een voorbeeld dient, waarna het lichaam het aangebodene probeert eigen te maken. Om dit waarnemingsproces zo goed mogelijk te laten plaats vinden is het belangrijk dat de wakkere zintuigen (ogen, oren) zo min mogelijk worden aangesproken. De rusttijd na de behandeling is dan ook essentieel. Door het ritmische inwrijven van de olie

raakt men ontspannen en wat doezelig. Kinderen lezen we vaak voor na de behandeling zodat ze ook tot rust kunnen komen.

Het in een ritme aanbrengen van de olie op het lichaam geef een extra impuls mee om in harmonie te komen. Zoals een gezonde ademhaling een in- en uitademing en een pauze bevat, zo zou een gezond ritme, waarin deze aspecten ook aanwezig zijn, bijdragen aan de gezondheid.

Er zijn verschillende vormen van uitwendige therapie;

- Ritmische totaal-inwrijving, deelinwrijving en/of orgaan-inwrijving van b.v. hart, lever, milt of nieren.
- Kompressen en wikkels
- Therapeutische Baden

a) Aan het badwater wordt een medicinale substantie toegevoegd b.v. kruidenaftreksels of oliën die via een dispersieapparaat fijn door het gehele badwater worden vermengd. Daarbij kan een ritmische borstelbehandeling een extra weldadige en of stimulerende werking geven.

b) Daarnaast zijn er nog de bewegingsbaden, waarbij het water, terwijl de patiënt baadt, ritmisch in bepaalde patronen om het lichaam in beweging worden gebracht. In dit geval heeft de waterbeweging zelf een genezend effect.

Indicaties zijn o.a. spanningen, uitputting, slaapproblemen, hypertensie, diabetes, burnout, ondersteuning bij kanker, bronchitis, palliatieve behandelingen, kinderen met eetproblemen, stofwisselingsstoornissen, onrust, slaapproblemen, bedplassen.

De uitwendige therapie wordt voorgeschreven door een arts en gegeven door een regulier opgeleid verpleegkundige met een antroposofisch aanvullende opleiding, BIG geregistreerd en aangesloten bij de beroepsvereniging V&VN. Een serie bestaat uit 12 behandelingen twee keer per week. Afhankelijk van de klacht kunnen de behandelingen ook een keer per week gegeven worden en de hoeveelheid behandelingen kunnen worden aangepast. Een behandeling duurt ruim een uur, voor kinderen ruim een half uur. De behandelingen worden door een aantal ziektekostenverzekeringen vergoed afhankelijk van de polisvoorwaarden.

Antroposofische fysiotherapie

Een behandeling met antroposofische fysiotherapie in het Therapeuticum Aurum kan bestaan uit ritmische massage en/of antroposofische bewegingstherapie, soms aangevuld met een warmtepakking. Antroposofische fysiotherapie is een aanvulling op 'reguliere' fysiotherapie; de fysiotherapeuten zijn regulier opgeleide en geregistreerde fysiotherapeuten. Enkelen van hen hebben naast de antroposofische vervolgopleiding zich ook nog op andere gebieden in de fysiotherapie gespecialiseerd, nl. psychosomatische fysiotherapie, haptonomie, manuele therapie en geriatrische fysiotherapie.

De *ritmische massage* is ontwikkeld door de Nederlandse arts en heilgymnaste-masseuse Ita Wegman en de Duitse arts Margaretha Hauschka. Er wordt gebruik gemaakt van de handgreepindeling uit de klassieke massage. Bij de ritmische massage worden de handgrepen in een doorlopend ritme uitgevoerd. Dit ritmische karakter is gebaseerd op een inzicht vanuit de antroposofie dat alle levensprocessen ritmische processen zijn. Ritme kan onevenwichtigheden in het lichaam en in de ziel weer in harmonie brengen. De manier waarop de handgrepen worden uitgevoerd verschilt naar gelang het doel van de massagebehandeling, bijv. opbouw, uitscheiding,

ontspanning of versteviging. Doordat gewerkt wordt aan de dynamiek van het ziekteproces wordt soms een heel ander lichaamsdeel (mee)behandeld dan het gebied waar de klacht zich bevindt. Doel is altijd de gezondheid van de mens als geheel.

Ritmische massage wordt toegepast bij klachten aan het bewegingsorganisme, maar ook bij problemen als slapeloosheid, algehele zwakte, langdurige overbelasting en ontwikkelings-stoornissen (bij kinderen). Na de massage wordt meestal 15 tot 30 minuten nagerust. Dit is nodig om de processen die door de massage in gang zijn gezet te laten beklijven. Zo nodig wordt tijdens het narusten extra warmte toegediend in de vorm van een bijenwaspakking of een andere warmtetoepassing. Het herstel van de harmonie in de lichaams- en zieleprocessen kan zich, naast de verbetering van de lichamelijke klacht, ook uiten in het meer grip krijgen op lichamelijke processen, beter initiatief kunnen nemen of het dagelijkse leven weer aan kunnen.

Ook bij de *bewegingstherapie* wordt uitgegaan van de totaliteit van het menselijk organisme en van de dynamiek van het ziekteproces en de constitutie van de patiënt. Elementen als ritme, polariteit (bijv. licht/zwaar, middelpunt/omgeving) en de ruimterichtingen komen hierbij aan de orde. De antroposofische bewegingstherapie richt zich op het bieden van ondersteuning om, in deze tijd, "rechtop" te kunnen staan en te handelen, temidden van alle vragen en eisen die door de buitenwereld en de mens zelf worden gesteld.

Behandeling door de fysiotherapeuten van Aurum kan plaatsvinden op verwijzing van de (huis-)arts, maar u kunt ook op eigen initiatief een afspraak maken. Vergoeding vindt plaats vanuit het aanvullende pakket van de zorgverzekeraars, conform de reguliere vergoeding fysiotherapie.

Psycho(-sociale) therapie

De psycho (-sociale) therapie wordt in Aurum breed verzorgd door:

- *een eerstelijns* BIG*-geregistreerd* GZ*-psycholoog,*
- *een klinisch psycholoog, tevens antroposofisch gesprekstherapeut,*
- *een coach, tevens antroposofisch psychosociale hulpverlener,*
- *een maatschappelijk werker met voortgezette opleiding, tevens antroposofisch gesprekstherapeut.*

In toenemende mate ervaren mensen de behoefte richting te willen geven aan hun eigen leven. Dit wordt vaak duidelijk op het moment dat men beseft dat er spanningen of problemen ontstaan in de persoonlijke situatie, in relaties en gezin of op de werkplek. De uitingsvormen van deze spanningen of problemen kunnen zeer divers zijn. Te denken valt aan angsten, depressiviteit, gedragsproblemen of een duidelijk signaal van overbelasting (burnout). Het kan soms zijn dat er bijkomende specifieke factoren zijn die van invloed zijn op de mogelijkheden die iemand heeft om met de spanningen en problemen van het moment om te gaan. Hierbij kunnen we onder andere denken aan adhd, leerstoornissen, autisme en persoonlijkheidsproblematiek. Verder kunnen ook levensvragen aan de orde komen, zit ik op het juiste spoor, wat werk, relaties en vormgeving van mijn leven betreft.

Het proces dat nodig is om een nieuw evenwicht te bereiken en op eigen verantwoording keuzes te kunnen maken, kan hierdoor erg ingewikkeld zijn. Soms heb je dan hulp nodig van een buitenstaander.

De werkwijze van de verschillende therapeuten heeft veel overeenkomsten, en is gebaseerd op inzicht, bekwaamheid en attitude vanuit de reguliere hulpverlening. De GZ-psycholoog is daarnaast breed geschoold in het proces van diagnostiek, indicatiestelling en behandeling van psychiatrische ziektebeelden vanuit de reguliere geestelijke gezondheidszorg. De psychosociale therapeuten hebben hun expertise veel meer verruimd door de visie die het antroposofische mensbeeld biedt.

De GZ-psycholoog maakt vooral gebruik van methodieken uit de regu-

liere hulpverlening, zoals gestandaardiseerde diagnostische hulpmiddelen en 'evidence-based' behandelingen (zoals cognitieve gedragstherapie). De verschillende psychosociale- en gesprekstherapeuten hebben hun eigen benadering: vanuit aandacht voor de eigen levensloop (biografie), op grond van innerlijke beelden of meer op basis van zingevingsvragen. De gesprekken worden desgewenst aangevuld met schrijfopdrachten, waarbij het biografiewerk (het vertellend schrijven van het eigen levensverhaal) een bijzondere vorm te noemen is. Ontspanningsoefeningen kunnen door alle therapeuten worden gedaan, net als het werken met beelden, tekeningen of innerlijke voorstellingen en dromen.

Het gaat erom een bewuste weg te volgen waarbij de cliënt centraal staat en er samen gezocht wordt naar antwoorden op vragen die de persoon in deze levensfase heeft.

De GZ-psycholoog heeft een BIG-registratie en is lid van het Nederlands Instituut voor Psychologen en van de Landelijke Vereniging van Eerstelijns Psychologen. De GZ-psycholoog is universitair geschoold en heeft diverse postdoctorale opleidingen moeten volgen teneinde de BIG-registratie te verkrijgen.

De psychosociaal- en gesprekstherapeuten zijn gecertificeerd lid van de antroposofische beroepsverenigingen die aangesloten zijn bij de Nederlandse Vereniging voor Antroposofische Zorgaanbieders (NVAZ).

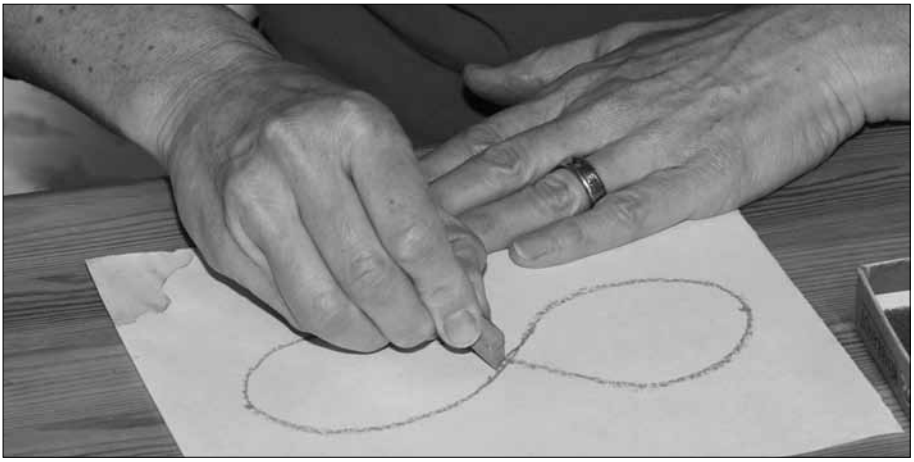
Voor alle therapeuten geldt dat zij jaarlijks deelnemen aan verplichte scholing en intervisie vanuit hun achtergrond.

Kunstzinnige therapie – beeldend

kunstzinnig werken aan gezondheid

Kunst en schoonheid horen bij elkaar. Sinds oude tijden voelt de mens de behoefte om zich in kleuren en beelden uit te drukken. Ieder mens heeft creatieve vermogens, meer of minder tot ontwikkeling gebracht.

In de kunstzinnige therapie beeldend wordt deze creativiteit geactiveerd. Het kunstzinnig bezig zijn werkt ontspannend. Je komt weer tot jezelf. En dat heeft een positief effect op je gezondheid. Wanneer je bijvoorbeeld langdurig eenzijdig belast bent, ont-



staan er spanningen, die tot lichamelijke en/of psychische klachten kunnen leiden. Je voelt je uit balans. Door het kunstzinnig werken onder begeleiding van de therapeut breng je jezelf weer in harmonie. Je verdiept het gevoelsleven en krijgt ook een nieuwe verbinding met de wereld om je heen.

In het aanbieden van de kunstzinnige oefeningen door de therapeut staat de hulpvraag centraal. In een sfeer van rust werk je individueel of in kleine groep aan de kunstzinnige opdracht. Via het schilderen, tekenen of boetseren worden eenzijdige gewoontes en patronen zichtbaar en in beweging gebracht. Ook kunnen onverwerkte gevoelens opnieuw beleefd en verwerkt worden. En je leert nog niet ontdekte kwaliteiten van jezelf kennen en ontwikkelen. Zo werk je al doende aan jezelf. En dat geeft voldoening.

De therapie kan gericht zijn op lichamelijke of psychische veranderingen. Soms gaat het om ondersteuning bij ontwikkelingsvragen en verwerkingsprocessen. Deze therapievorm is dus zowel voor volwassenen als voor kinderen geschikt.

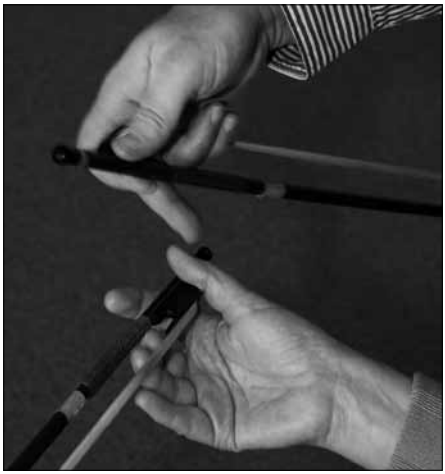
Het spreekt vanzelf dat het niet nodig is ervaring te hebben in het kunstzinnig werken. Het gaat om het proces, de eigen beleving, de opgedane ervaring en het plezier tijdens het doen.

Er is een *folder* beschikbaar. U vindt deze in de wachtkamer van het therapeuticum. De behandelingen zijn individueel of in kleine groep en worden door een groot aantal zorgverzekeraars vergoed in het pakket van de aanvullende verzekering.

Voor meer informatie:
WWW.KUNSTZINNIGETHERAPIE.NL

Muziektherapie

De helende kracht van de muziek



Muziek is van alle tijden en van alle landen. Muziek hoort bij ons: het spreekt je gemoed aan, je wordt er innerlijk door geraakt. Muziek brengt je in een bepaalde stemming, dat kan vrolijk zijn of verdrietig, ernstig. Er bestaat muziek die je in beweging brengt; andere muziek schenkt je juist meer rust en bezinning.

Muziektherapie gebruikt muziek als een middel voor het bevorderen van genezende processen. Als we ziek zijn – lichamelijk of meer psychisch – dan is onze innerlijke balans op een bepaalde wijze verstoord geraakt. Muziek kan deze innerlijke balans op een gunstige manier beïnvloeden. Afhankelijk van de aandoening wordt gezocht naar muzikale elementen en instrumenten die een tegenwicht kunnen vormen voor een bepaalde eenzijdigheid.

Er kan muziek worden aangeboden om naar te luisteren, maar het is ook zeker de bedoeling dat de cliënt *actief* deelneemt aan de muziek. Er wordt daarbij *geen enkele muzikale voorkennis* vereist. Er wordt gewerkt met diverse instrumenten, o.a. cornamuse (een blaasinstrument), altfluit, gongs, klankstaven, bourdonlier, lier, chrotta (een soort cello), psalter, piano, djembe, pauk en (niet te vergeten) de stem.

De huisarts kan zorgen voor een verwijzing naar de muziektherapie. Een periode muziektherapie bestaat doorgaans uit 14 sessies. Een sessie duurt 40 minuten. Na een intakegesprek worden drie sessies benut voor een algemene muzikale oriëntatie. Je maakt kennis met de verschillende instrumenten en onderdelen van de muziek. Mede op basis van je eigen voorkeur wordt daarna een plan opgesteld voor de eigenlijke therapie.

Er is een *folder* beschikbaar. De behandelingen worden door een aantal ziekenfondsen en particulieren verzekeringen vergoed afhankelijk van een aanvullende verzekering. Er kan ook een beroep worden gedaan op het Therapieënfonds van Aurum (voor informatie hierover zie elders in deze brochure).

Spraaktherapie

De genezende kracht van het spreken

Therapeutische spraakvorming is een therapie die vanuit het antroposofisch mensbeeld is ontwikkeld is. Bij het gebruik van onze stem zeggen we niet alleen, wat we willen mededelen, maar er klinkt ook veel van ons innerlijk in door.

Iedereen heeft zijn eigen, unieke stem waarmee je iets vanuit jezelf in de wereld brengt. Daarom heeft ook de lichamelijke en/of psychische toestand van de patiënt zijn uitwerking op zijn manier van spreken en zijn ademhaling.
In overleg met de verwijzende huisarts wordt een oefenprogramma opgesteld dat op de individuele behoeften van de patiënt inspeelt. In de taal zelf worden de mogelijkheden gevonden. Zo wordt gewerkt met teksten, gedichten, articulatie- en ademhalingsoefeningen. Door een goed gebruik van de stem bouwen wij onze vitaliteitskrachten op. Het oefenen zal kunnen leiden naar ontspanning, een krachtig speken en een goed zelfgevoel. Zo brengt deze therapie een proces van genezing op gang.

De therapie werkt niet alleen corrigerend bij stem- en spraakproblemen, zoals bv:

- stotteren of slissen, maar bereikt ook goede resultaten bij onder andere:
- ademhalingsklachten, zoals hyperventilatie en astma
- angsten
- slaapproblemen
- overgangsklachten
- nervositeit
- burnout en stress

Er wordt zowel gewerkt met volwassenen als met kinderen.
Er is een *folder* beschikbaar. De behandelingen worden door een aantal ziekenfondsen en particulieren verzekeringen vergoed afhankelijk van de polisvoorwaarden

Euritmietherapie

Euritmietherapie is een *bewegingstherapie* op antroposofische grondslag. Anders dan bij gymnastiek of fysiotherapie ligt het accent van het bewegen niet op het oefenen van bepaalde spiergroepen, maar veel meer op het oefenen van een *gebaar*; waardoor de uitwerking van een beweging op de min of meer onbewuste bewegingsmens in ons werkt. De menselijke beweging is even persoonlijk als iemands handschrift. Ook innerlijk beweegt de mens bijvoorbeeld tussen vreugde en verdriet, verstilling en uitbundigheid. Ook in het denken is beweging; je kunt rechtlijnig zijn of van de hak op de tak springen. Door in dit gebied oefenend bezig te zijn, kan men een gunstige werking uitoefenen naar beide kanten, dus zowel naar het bewuste zielenleven, als naar het onbewuste fysiologische functioneren van ons lichaam.

Euritmietherapie wordt alleen toegepast in overleg met en op voorschrift van de behandelend arts. Een eerste

behandelperiode omvat gemiddeld zo`n 12 sessies van elk 30 minuten, meestal één keer per week. In overleg met arts en patiënt kan een volgende behandelperiode worden voorgeschreven. De oefeningen worden zo mogelijk dagelijks door de patiënt gedaan, waardoor de werking wordt verdiept. Kennis van euritmie, noch ervaring of talent voor beweging zijn nodig. Jong en oud kunnen de oefeningen doen, ook mensen met een lichamelijke handicap.

Voor elke ziekte zijn er speciale oefeningen. Afhankelijk van het ziektebeeld, de patiënt en zijn klachten kiest de euritmietherapeut in overleg met de behandelend arts de oefeningen en stelt een behandelplan op. Bij kinderen kan euritmietherapie ondersteunend, harmoniserend en corrigerend werken op de lichamelijke, emotionele en de geestelijke ontwikkeling.

De behandelingen worden afhankelijk van de polisvoorwaarden geheel of gedeeltelijk vergoed door de zorgverzekeraars die dat aanbieden. Er is een *folder* beschikbaar in de wachtkamer of bij de balie.

Voeding- en dieettherapie

Op het gebied van voeding is in de geneeskunde heel veel gaande. Er wordt naarstig gezocht naar het belang van diverse voedingsstoffen: hoeveel vitamines bijvoorbeeld moeten we nu eigenlijk binnen krijgen om gezond te worden of om gezond te blijven of om heel specifieke ziektes te voorkomen. Hoeveel moeten we nu eigenlijk eten om niet te zwaar te worden en hoe komen we op een goede manier weer van overgewicht af? Waarom komt een ziekte als diabetes tegenwoordig zoveel voor en welke rol speelt daarbij ons huidige voedingspatroon. Hoe moeten we onze kinderen voeden zodat ze later geen problemen krijgen? Is melk nu eigenlijk wel zo gezond? Hebben al die nieuwe producten, zoals melk met extra calcium of cholesterolverlagende margarines wel zin? Zijn al die gelanceerde gezondheidsclaims wel terecht? In hoeverre is onze voeding veilig en kan onze huidige voeding ons echt nog wel voldoende bieden? De meeste van deze vragen komen voort uit of worden onderzocht op onderdelen van de voeding: vitamines, mineralen, bacteriën en ziektekiemen, calorieën, vetten enz.

Het kan verhelderend werken om naast de visie op onderdelen ook op zoek te gaan naar ideeën over voeding die meer van het geheel uitgaan: een meer organische kijk op voeding. Andere vragen worden dan gesteld zoals bijvoorbeeld: hoe is de relatie tussen mens, plant en dier? Hoe heeft de mens zich door de eeuwen heen ontwikkeld en wat is nu een passende voeding voor hem? Kunnen er nog wel algemene richtlijnen gegeven worden voor voeding of is dat tegenwoordig heel individueel bepaald? Waar gaat het in de voeding nu eigenlijk om: zorgen dat we onze stoffen binnenkrijgen of zijn er nog meer en

andere voedende aspecten aan te wijzen, ook niet-materiële? Hoe zouden we de meerwaarde voor de mens van biologische- en biologisch-dynamische landbouw kunnen benoemen?

Een ziekte is in iemands leven een heel eigen biografisch gegeven: deze mens moet met deze ziekte aan de slag. Bewust omgaan met voeding is één van de manieren om zelf actief in dit ziekteproces te stappen. Bij ieder mens en bij iedere ziekte is de basisvraag: hoe versterk ik zelf mijn eigen gezonde krachten? Bij sommige mensen zou het lichaam niet overvraagd moeten worden door het eten van producten die juist heel veel kracht kosten om te verteren (bijvoorbeeld rauwkost). Maar je kunt ook ziek worden doordat je je lichaam lui hebt laten worden door het eten van te veel gemakkelijk voedsel (bijvoorbeeld suiker). Bij sommige ziekten hebben we wat meer warmte nodig en bij andere wat meer licht. Zo zijn er veel verschillende invalshoeken aan te wijzen en per persoon te onderzoeken. Met de arts en de antroposofisch diëtist kunt u samen op zoek gaan naar een voor u zinvolle manier om met het complexe vraagstuk van de voeding om te gaan.

Transmurale gezondheidszorg; de internist op de stoel van de huisarts

Karel Jan Tusenius is op gezette tijdstippen werkzaam als internist op het therapeuticum Aurum. Hieronder geeft hij een toelichting bij zijn werkzaamheden.

Veel patiënten van Therapeuticum Aurum kiezen bewust voor de bredere blik op ziekte dan de gewone, reguliere geneeskunde en de daarmee samenhangende aanvullende behandelingsmogelijkheden. Dit is de reden dat sinds vele jaren een internist met dezelfde antroposofische visie spreekuur doet in Zoetermeer.

De laatste jaren ben ik degene die dit met veel plezier doet. Deze vorm van transmurale, letterlijk grensoverschrijdende, benadering van de eerstelijns (huisartsen) en tweedelijns (specialisten, meestal in ziekenhuizen) gezondheidszorg is een moderne manier van intensief samenwerken tussen huisartsen en specialisten. Gemiddeld eenmaal per maand kom ik vanuit onze internistenpraktijk in Bilthoven een dagdeel naar Zoetermeer om er patiënten te zien van een van de artsen van Aurum of van andere artsen.

De vragen waarmee ik mij mee bezighoud zijn divers, variërend van meekijken naar lastige diagnostische vragen (wat is er aan de hand?) tot het geven van adviezen over reguliere of antroposofische therapieën. Ik merk dat voor veel patiënten het niet naar het ziekenhuis hoeven te gaan en het kijken naar de problemen vanuit hetzelfde perspectief als dat van de verwijzer een geruststellende ervaring is.

Als er behoefte blijft aan deze vorm van overbruggende samenwerking tussen artsen op de verschillende verantwoordelijkheidsniveaus ga ik graag door met deze vernieuwende samenwerking!

Osteopathie

Brian Meerveld is al enige tijd als osteopaat werkzaam op het Therapeuticum Aurum. Deze discipline vormt geen onderdeel van de antroposofische therapieën, maar betekent wel een interessante aanvullende mogelijkheid. Hieronder legt hij uit wat osteopathie inhoudt.

Osteopathie is een manuele geneeswijze. Het doel van een osteopathie behandeling is het opsporen en opheffen van bewegingsbeperkingen en zodoende het optimaliseren van de mobiliteit van weefsel in het lichaam. Dit is volgens de osteopathie een voorwaarde in het zelfgenezend vermogen van de mens. Beweeglijkheid speelt binnen de osteopathie een belangrijke rol. Alle weefsels in het lichaam (huid, gewrichten, spieren, organen en zenuwweefsel) staan in directe relatie tot elkaar. Als in het lichaam een verminderde beweeglijkheid van weefsel (dysfunctie) optreedt, kunnen er mogelijk klachten ontstaan. Deze klachten kunnen zich uitbreiden naar andere systemen. Hierdoor kunnen klachten zich elders in het lichaam presenteren. Bijvoorbeeld bewegingsverlies van een deel van een darm of huid (orgaansystemen) zal mogelijk kunnen leiden tot rugklachten (houding- en bewegingssysteem). Het lichaam compenseert bij restricties en vaak leidt een beperking ook daarom niet tot klachten. Wanneer het lijf echter niet meer in staat is beperkingen zelf op te heffen of te compenseren, kan met osteopatische technieken het evenwicht worden hersteld. Dit zijn zachte handgrepen met respect voor het lichaam. Enkele indicatiegebieden voor osteopathie zijn; Chronische rug- en nekklachten, hoofdpijnklachten, darmklachten en restklachten na operatieve ingrepen.

Een behandeling duurt ongeveer 50 minuten. De meeste ziektekostenverzekeraars vergoeden osteopathie geheel of gedeeltelijk vanuit het aanvullende verzekeringspakket. Een voorwaarde is dat de behandelend osteopaat aangesloten is bij de N.O.F. (Nederlandse Osteopathie Federatie), of de N.V.O. (Nederlandse Vereniging voor Osteopathie). Verwijzingen kunnen via de huisarts, maar is niet noodzakelijk.

Voor meer informatie of het maken van een afspraak verwijs ik u naar de website en telefoonnummer: www.meerveldosteopathie.nl. Tel: 06-30865062.

Stichting Beheer Therapeuticum Aurum

"*Laat het werk in dit gebouw geïnspireerd worden door inzicht in de samenhang van mens, natuur en kosmos*"

Dit is de tweede zin uit de grondsteenspreuk, die op 29 oktober 2001 in het binnenste van een koperen pentagondodecaëder is toevertrouwd aan de grond onder de vloer van de hal van het Therapeuticum.

De oprichters en eerste bestuur van de Stichting Beheer zijn geïnspireerd door de gedachte dat met de realisatie van een nieuw gebouw de antroposofische eerstelijns gezondheidszorg in Zoetermeer sterk zou worden bevorderd. Het eerste doel van de Stichting was dan ook het doen aankopen van grond en het realiseren van nieuwbouw voor het Therapeuticum Aurum. De Stichting beheert en administreert de inkomende en uitgaande geldstromen voor zover het de huurlasten betreft. De stichting treedt daarbij op als beheerder van het gebouw aan de Frits de Zwerverhove. De Stichting doet dat namens de *Commanditaire Vennootschap Therapeuticum Aurum*, waarin artsen en therapeuten en via de Beheerstichting ook de patienten participeren. De drie bestuursleden van de Stichting Beheer zijn niet alleen patiënt, maar ook deskun-

dig op het terrein van het besturen van grotere organisaties. Zij doen dit werk om niet.

De gezamenlijk gekozen route heeft er voor gezorgd dat voldoende eigen geld (van artsen en therapeuten, maar vooral van patiënten) kon worden verkregen, met als resultaat dat de Triodos Bank bereid was met twee hypothecaire langlopende leningen de bouw definitief mogelijk te maken.

Vanaf juli 2002 is het gebouw in gebruik van het Therapeuticum Aurum. Het Therapeuticum betaalt maandelijks de vastgestelde huur en de Stichting Beheer betaalt per kwartaal de overeengekomen hypotheek rente aan Triodos Bank. Aangezien de rentes voor vele jaren vastliggen behoeft de huur de komende jaren minder te worden verhoogd dan wanneer Aurum commercieel zou huren. Op deze wijze groeit Aurum in zijn nu nog vrij dure jasje. Hetgeen de continuïteit van het werk van het Therapeuticum sterk zal begunstigen.

Stichting Beheer Therapeuticum Aurum staat open voor schenkingen en legaten. Hierdoor kunnen de voorlopig zeer hoge huurlasten worden verlaagd, hetgeen aan therapeuten en artsen meer ruimte geeft zich aan hun eigenlijke werk en aan de onderlinge samenwerking te wijden. Voor meer informatie kunt u zich wenden tot de penningmeester van het bestuur, dhr. R. van Zaalen, tel. 079-3516893

Therapieënfonds Aurum

Het doel van het *Therapieënfonds Aurum* is om patiënten, van het Therapeuticum Aurum, te steunen bij het volgen van therapieën binnen het Therapeuticum Aurum welke niet of slechts gedeeltelijk door zorgverzekeraars vergoed worden. Daarnaast is ook het doel om de antroposofische gezondheidszorg binnen het Therapeuticum Aurum te stimuleren.

Wij huldigen tevens het motto: "*De gezonde patiënten dragen de zieke*" om op deze wijze aan voldoende financiele middelen te komen om patiënten, die onvoldoende vergoeding krijgen, te steunen. Wij zijn in 1990 opgericht en vanaf 1 januari 1991 actief hiermee gestart.

De hoogte van de deelname (in 2009) is € 15,00 voor één persoon en € 30,00 voor een gezin. Van het gezin dienen alle deelnemende leden opgegeven te worden.

De vergoeding die wij momenteel (in 2009) geven is 60% op de volgende, binnen het Therapeuticum Aurum gegeven therapieën: euritmietherapie, fysiotherapie, gespreksthérapie (psychosociale hulpverlening), kunstzinnige therapie, muziektherapie, spraaktherapie en uitwendige therapie. Een vergoeding van een Zorgverzekeraar wordt hiermee verrekend.

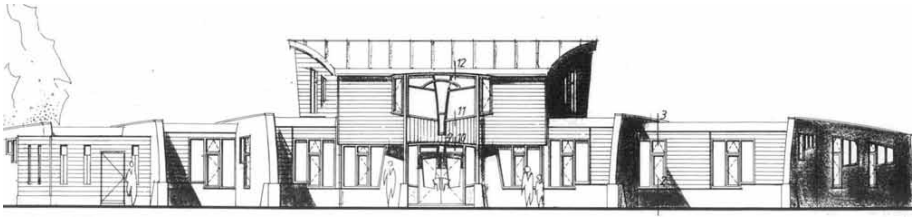
Regelmatig is er overleg met artsen en therapeuten over de te vergoeden therapieën. In dit overleg worden er therapieën aan dit pakket toegevoegd of eruit verwijderd. Tevens wordt dan besproken of de hoogte van de vergoeding aangepast dient te worden. Alle belangrijke zaken zijn vastgelegd in een reglement. Jaarlijks wordt het geactualiseerd aan de met de artsen en therapeuten gemaakte afspraken. Dit reglement ligt voor patiënten ter inzage in het Therapeuticum Aurum.

Jaarlijks in de maand januari, wordt er aan alle patiënten van het Therapeuticum Aurum een mailing gezonden. Hierin bevindt zich een informatiefolder annex aanmeldingsformulier en een acceptgiro. De patiënten die willen deelnemen aan het Therapieenfonds Aurum kunnen zich hiermee aanmelden en de jaarlijkse deelname overmaken op het Postbankrekeningnummer van het Therapieënfonds Aurum.

De geschiedenis van 'Aurum'

Therapeuticum Aurum is in 1980 opgericht op initiatief van een patiëntenwerkgroep, waarin o.a. de verpleegkundige *Margriet van Paassen* deelnam, die nu nog steeds als langszittende medewerker in Aurum werkt. Het begon toen met een consultatief spreekuur door huisarts *Rien Zwijnenberg* uit Leiden, in een verbouwde garage. Hij werd in 1984 opgevolgd door *Jeroen van Houten*. Die vestigde zich als eerste antroposofische huisarts in Zoetermeer in een verbouwde woning aan de Buñuelstrook.
De praktijk groeide als kool. Jeroen van Houten werkte intensief samen met Margriet van Paassen en met een fysiotherapeute en een euritmietherapeute. In 1989 vertrok hij naar Zwitserland om daar in de Ita Wegmankliniek – de eerste antroposofische kliniek (vanaf 1921) – te gaan werken. Hij werd opgevolgd door *Paul Wormer*. In hetzelfde jaar sloot *Jeannette Janssen* zich als tweede huisarts bij hem aan. Intussen was het Therapeuticum verhuisd naar de voorlaatste locatie aan de Titus Brandsmahove, naast het sprinterstation, boven de slager en de bakker. Er is destijds wel nieuwbouw overwogen (toen al is aan het plekje op de Frits de Zwerverhove gedacht!), maar het leek niet haalbaar. De Brandsmahove is echter altijd als 'tijdelijke' werkplek ervaren.

In 1993 waren de praktijken van beide huisartsen overvol en werd er, in de inmiddels krap geworden behuizing, plaats gemaakt voor een derde: *Marco Ephraïm*. Hij begon met de opbouw van een nieuwe praktijk. Voor de fysiotherapie en kunstzinnige therapie werden sinds 1994 ruimtes bijgehuurd, in het nabijgelegen gezondheidscentrum Buytenwegh ('de overkant'). Najaar 1994 stopte Jeannette met haar werk om zich te her-



oriënteren. *Corinne Merkens* nam haar praktijk over. Na precies tien jaar verliet Paul Wormer het Therapeuticum om een baan te aanvaarden bij Weleda in Zoetermeer (producent van ondermeer antroposofische geneesmiddelen). Voorjaar 1999 kwam tot ieders verrassing Jeannette, nu als *Van der Schuit*-Janssen, terug om zijn praktijk over te nemen. Dit was nog niet de laatste wissel, want Corinne verhuisde naar Bilthoven vanwege haar partner en per 1 mei 2000 volgde *Guido van Leeuwen* haar op.

In juni 1999 nam het team unaniem de beslissing om voorbereidingen te gaan treffen voor een nieuw gebouw. Na een intensieve voorbereidingsfase werd in september 2001 met de bouw begonnen aan de Frits de Zwerverhove. In de zomer van 2002 verhuisde het hele team naar het prachtige nieuwe gebouw en voor het eerst sinds jaren waren we weer verenigd onder één dak. Omdat de drie praktijken al geruime tijd vol zijn, werd al sinds 2000 naarstig gezocht naar een vierde huisarts.
Tot ieders vreugde werd die gevonden in de persoon van *Aukje Kaptein*, die vanaf 1 oktober 2003 een vierde praktijk ging opbouwen. Ondertussen is vanaf 2005 Guido van Leeuwen opgevolgd door *Daan Teunissen*.

Deze historische schets is omwille van de lengte zeer onvolledig, omdat de namen van therapeuten, assistentes en vele actieve patiënten, die in de geschiedenis van Aurum ook een belangrijke rol hebben gespeeld, niet zijn genoemd. Een overzicht van de huidige medewerkers vindt u op het inlegvel 'Praktijkinformatie', dat bijgevoegd is en waarvan de nieuwste versie steeds (2x per jaar) bij de Nieuwsbrief ingelegd wordt.

Reeks Gezichtspunten

De boekjes uit de serie 'Gezichtspunten' zijn verkrijgbaar aan de balie van het Therapeuticum (zolang de voorraad strekt), of te bestellen bij:
Centrum Sociale Gezondheidszorg, Rijdergulden 9, 8253 CP Dronten
tel. (0321) 339 966. Ze kosten € 3,00 per stuk, dubbelnummers € 6,00

1 Nico Francken – Antroposofische geneeskunst
2 Jaap van de Weg – Nervositeit
3 Eva Mees-Christeller – Kunstzinnige Therapie
4 Otto Wolff – Allergie
5 A. H. Bos – Mens en werk
6 Roel Munniks – Euritmietherapie
7 A.J. Welman – Depressie
8 Peter Staal – Koorts
9 Jac Hielema en Jelle van der – Verslaving als maatschappelijk vraagstuk
10 Arie Bos – Aids en het Ik
11 Aart van der Stel – Ziek-zijn, beter worden : Hyperventilatie en hoge bloeddruk
12 Huib de Ruiter – Antroposofische geneesmiddelen
13 Walther Bühler en Alfred Schütze – Tijd en ritme
14 Paul Meuwese – Vermoeidheid
15 Machteld Huber – Mens en voeding ; Een dynamische visie
16 Jan Saal – Biografie en ziekte
17 Paulus B. Morssink – Grenzen aan de automatisering
18 Manfred van Doorn – Seksualiteit (dubbelnummer)
19 Patricia Wessels – Verplegen vanuit antroposofisch perspectief
20 Paul Meuwese – Gids voor ziektepreventie en zelfmedicatie (dubbelnummer)
21 Xandor Koesen-York – Spreken en spreektherapie
22 Luc Vandecasteele – (Anti-)conceptie
23 Marie-José Gijsberts .. [et al.] – Antroposofische fysiotherapie
24 Jeanne Dictus – Omgaan met angst
25 Madeleen Winkler & Roel den Dulk – Orgaandonatie
26 Roel den Dulk – Levensvragen. Een vraagbaak bij biografisch onderzoek (dubbelnummer)
27 Renée Zeylmans – Stervensbegeleiding. Hulp bij sterven (dubbelnummer)
28 Michel Gastkemper – Heilpedagogie voor kinderen met een verstandelijke handicap
29 Jan Saal – Kunstzinnige therapie op antroposofische grondslag
30 Jaap van der Weg – Burnout
31 Roel den Dulk – Praktische oefeningen voor een innerlijke ontwikkeling
32 Johanna Priester – Vrouwenzaken : Over ongesteldheid en opvliegers
33 Michaëla Glöckler – De oerbronnen van gezondheid: salutogenese
34 Alfred Baur – Genezende klanken en vormen : Chirofonetiek
35 Josée Hendriksma – RSI : Kop en staart van de muisarm
36 Jan Saal – Sociale Gezondheidszorg in leven en gemeenschapsvorming
37 Peter Staal e.a. – Slapen en slaapproblemen
38 Wilfried Nauta – Het wezen van kunstlicht
39 Jeanne Dictus – Psychosociale hulpverlening vanuit de antroposofie
40 Jan Saal – Zingeving in de laatste levensfasen
41 Joop van Dam – Waken en slapen
42 Madeleen Winkler en Pieter Meester – Inenten : Waarom wel? Waarom niet?
43 Mieke Linders – Gezond op reis
44 Jaap van de Weg – Over plaaggeesten, spoken en engelen in het dagelijks leven
45 Jac Hielema – Leven met Reuma (+dvd)
46 Jaap van de Weg – Ademen en ademhalingsproblemen

Therapeuticum Aurum
Frits de Zwerverhove 1
2717 TP Zoetermeer
(079) 321 73 20 Mw. A. Kaptein
(079) 321 23 68 M.P. Ephraïm
(079) 351 06 07 D. Teunissen
(079) 351 17 30 Mw. J. van der Schuit-Janssen
www.therapeuticumaurum.nl

2e uitgave april 2010
Oplage: 4000
Foto's: Marc Obbens