

KOSTEN

€ 250,- voor de gehele cursus,
inclusief hand-out en maaltijden
Samen met partner € 400,-
Reductie mogelijk in overleg
E : mm.dejong@planet.nl

Therapeuticum Aurum

Frits de Zwerverhove 1
2717 TP Zoetermeer
www.therapeuticumaurum.nl

Gezonde impulsen voor het hart

PRAKTISCHE INFORMATIE

De eerste bijeenkomst is een zaterdag waarbij deelnemers en het hartteam elkaar ontmoeten en een basis leggen voor de activiteiten in de komende periode.

De daarop volgende avonden beginnen we met het bereiden van de gezamenlijke maaltijd die past bij een gezonde leefwijze voor het hart. We gaan samen aan tafel om van deze maaltijd te genieten.

Een vast onderdeel vormt het gesprek waarin, naast de uitwisseling met elkaar, ook biografische thema's besproken worden.

Kunstzinnig werken, ritmische beweging en medische informatie wisselen elkaar af en zorgen voor veelzijdigheid en vernieuwende impulsen.

DATA BIJEENKOMSTEN

Zaterdag 23 september 2017
10.00 - 16.00 uur

7 donderdagavonden :

5, 12 en 26 oktober 2017,
2, 9, 16 november 2017,
8 februari 2018

17.30 - 21.30 uur

Informatieavond

*Wilt u meer weten over de hartschool?
Op donderdagavond 8 juni 2017 is er
een vrij toegankelijke informatieavond
in Therapeuticum Aurum.
Aanvang 20.00 uur*

Informatie en Aanmelden

Marjanke de Jong (gesprekstherapeut)
T : 06 - 15179825
E : mm.dejong@planet.nl



Hartschool Aurum

*Een serie bijeenkomsten voor mensen met
hartproblematiek (en hun partners)*

*aanvang
najaar 2017*

Een hartprobleem raakt de mens in zijn diepste wezen en roept bij de patiënt en zijn of haar omgeving veel vragen op.

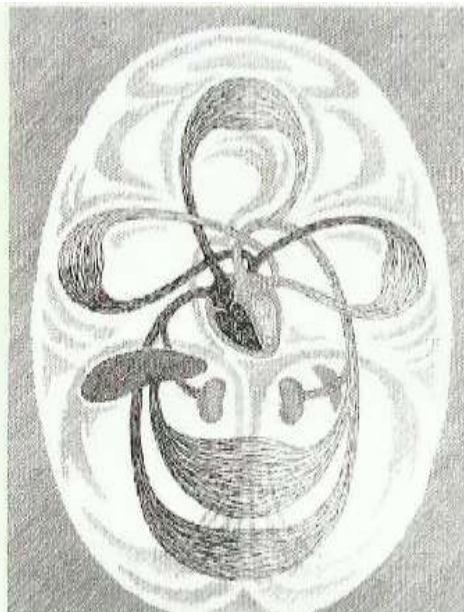
- *Wat houdt mij eigenlijk gezond?*
- *Wat kan ik zelf aan mijn genezing bijdragen?*

De moderne cardiologie heeft aan patiënten met acute of chronische hart- en vaatproblemen veel te bieden. Met de huidige technologie en medicamenten kunnen veel klachten worden weggenomen. Duurzame genezing wordt echter meestal niet bereikt.

Gebleken is dat een consequente verandering van leefstijl én inzicht in de persoonlijke omgang met de klachten een positieve invloed heeft op de gezondheid. In Duitsland is in de afgelopen jaren binnen de antroposofische gezondheidszorg een programma voor hartpatiënten ontwikkeld, dat bekend is geworden onder de naam *Herzschule*. Dit concept wordt nu al vele jaren met veel succes op verschillende plaatsen in Duitsland toegepast.

Reactie deelnemer:

"De hartpijn is mijn vriend geworden. Dankzij de pijn van mijn hart heb ik de Hartschool leren kennen, heb ik leren accepteren, bewuster leren leven en nieuwe vrienden gemaakt."



Hartschool Aurum

Binnen het Therapeuticum Aurum heeft zich een team van artsen en therapeuten gevormd vanuit betrokkenheid met de doelgroep en een groot enthousiasme voor de Hartschool.

Tijdens de bijeenkomsten, verspreid over enkele maanden, bieden we deelnemers de mogelijkheid kennis en ervaringen op te doen, zelfgenezende krachten te ontdekken en levensvreugde te ontwikkelen.

De uitwisseling binnen de groep biedt volop ruimte voor gezamenlijke en persoonlijke groei.

Onze hartcursus wil ook partners van harte uitnodigen mee te doen.

In het programma wordt veel aandacht geschonken aan belangrijke thema's, zoals:

- *Medische achtergronden*
- *Gezonde voeding*
- *Beweging*
- *Kunstzinnige activiteiten*
- *Biografische aspecten*

Zo worden lichaam, ziel en geest in een harmonisch samenspel aangesproken.

Het hartteam van Aurum bestaat uit:

Andrea Addink (*fysiotherapeut*)

Marco Ephraïm (*huisarts*)

Marjanke de Jong (*gespreksterapeut*)

Maaïke Kroese (*kunstzinnig therapeut*)

Irene Pouwelse (*eurilmietherapeut*)

Joriet Schneider (*huisarts*)

Jeannette v.d. Schuit (*huisarts*)

Jelle v.d. Schuit (*muziektherapeut*)

Véronique van Zeeland (*natuurvoedingskundige*)

Reactie deelnemster:

"Ik leefde eigenlijk alleen voor anderen, na de Hartschool heb ik me een tijd in mezelf opgesloten, ook geduld met mezelf leren krijgen, grenzen leren beleven en grenzen leren aangeven."