

Kulturheiltage Heiligendamm – Programmablauf, Themen und Referenten unter Vorbehalt. Stand: 19.06.2021

	7.00 – 7.30	9.00 – 10.30	11.00 – 12.30	15.00 – 16.30	17.00 – 18.30	19.00	21.00
	Den Tag am Strand begrüßen	Impulsvorträge, Ateliers und Sprechstunden	Ateliers und Sprechstunden	Impulsvorträge, Ateliers und Sprechstunden	Ateliers und Sprechstunden	Philia: Abendessen und Dinner Speech	Kulturprogramm: Konzert, Lesung
Mittwoch Erkenne dich selbst! Sei du selbst!	-	-	-	<p>Grußworte: Schirmherrin; Präsidentin IG NK</p> <p>Trilog: „Das Selbst und die Selbstwirksamkeit“ mit Christoph Quarch, Marlen und Hartmut Schröder</p> <p>Eröffnung der Ausstellung</p>	<p>Dialog: „Die Kunst der heilenden Wellen“ mit Thomas Künne und Michael Päßler</p> <p>Monolog: „Selbsterkundungsinstrumente für die eigene Entdeckungsreise“ mit Claudio Weiss</p> <p>Eröffnung der Ateliers</p> <ol style="list-style-type: none"> 1) Philosophischer Salon 2) Kunst- und schreibtherapeutisches Atelier 	Dinner Speech: Thomas Loew	Lesung mit Julia Hayden: „Die Zukunft von Mensch und Mutter Erde“
Donnerstag Sei verbunden!	„Atmen, bewegen, sein“ mit Marlen und Hartmut Schröder	<p>Funktionelle Entspannung</p> <p>Impulsvortrag Thomas Loew: „Maritime Medizin für Körper und Geist – mehr als Moleküle und Metaphern“</p> <p>Ateliers zur Wahl</p> <ol style="list-style-type: none"> 1) Philosophischer Salon 2) Kunst- und schreibtherapeutisches Atelier <p>Kulturheilkundliche Sprechstunden</p>	<p>Ateliers zur Wahl</p> <ol style="list-style-type: none"> 1) Philosophischer Salon 2) Kunst- und schreibtherapeutisches Atelier <p>Kulturheilkundliche Sprechstunden</p>	<p>„Selbstfürsorge“ (Impulsvorträge)</p> <ol style="list-style-type: none"> 1) Dagmar Uecker: Herz(ens)probleme und ihre Lösung 2) Burkhard Schütz: Erschöpfung und Long-Covid 3) Erik Küppers.: Passion for Compression <p>Ateliers zur Wahl</p> <ol style="list-style-type: none"> 1) Philosophischer Salon 2) Kunst- und schreibtherapeutisches Atelier 	<p>Ateliers zur Wahl</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Philosophischer Salon 2. Kunst- und schreibtherapeutisches Atelier <p>Kulturheilkundliche Sprechstunden</p>	Dinner Speech: Christoph Quarch	Lesung mit Siegfried Akkermann: „Die Himmelsscheibe von Nebra“

Kulturheiltage Heiligendamm – Programmablauf, Themen und Referenten unter Vorbehalt. Stand: 19.06.2021

				Kulturheilkundliche Sprechstunden			
Freitag Das Beste ist das Maß!	„Den eigenen Rhythmus finden“ mit Thomas Loew	Funktionelle Entspannung Impulsvortrag Christoph Quarch: „In Resonanz mit dem Heil(ig)en. Warum und wie Spiele zu heilen vermögen“ Ateliers zur Wahl 1) Philosophischer Salon 2) Kunst- und schreibtherapeutisches Atelier Kulturheilkundliche Sprechstunden	Ateliers zur Wahl 1) Philosophischer Salon 2) „Papier-Kunst, Kreativ-Workshop“ mit Anja Akkermann Kulturheilkundliche Sprechstunden	„Selbstfürsorge“ (Impulsvorträge) 1) Iris Illmer: Lächelt deine Darmflora, dann lächelst auch du 2) Alfred Hesse: Vitamin D – Ein Alleskönner? 3) N.N.: Krankenkassen und Selbstwirksamkeit Ateliers zur Wahl 1) Philosophischer Salon 2) „Papier-Kunst, Kreativ-Workshop“ mit Anja Akkermann Kulturheilkundliche Sprechstunden	Ateliers zur Wahl 1. Philosophischer Salon 2. „Papier-Kunst, Kreativ-Workshop“ mit Anja Akkermann Kulturheilkundliche Sprechstunden	Dinner Speech. Marlen und Hartmut Schröder	Poetisch-musikalischer Abend mit Christoph Quarch und Tobias Ruckert „Dass unsere Tage wieder wie Blumen sind...“ – Friedrich Hölderlin und die heilende Kraft der Poesie.
Samstag Den Kulturbeutel packen!	„Rituale für den Alltag“ mit Julia Hayden	Entspannung mit Klängen Impulsvortrag Marlen Schröder: „Polyvagalthorie: Eine praktische und theoretische Grundlage für Selbstwirksamkeit“ Ateliers zur Wahl 1) Philosophischer Salon: „Pyrrhonische Skepsis – Medizinische	Ateliers zur Wahl 1) Philosophischer Salon: „Pyrrhonische Skepsis – Medizinische Erfahrung als Grundlage einer Welthaltung“ mit Martin Lemke 2) Kunst- und schreibtherapeutisches Atelier (Gemeinsames Spiel auf Klang- und Körperinstrumenten)	„Selbstfürsorge“ (Impulsvorträge) 1) Iris Illmer: Einfach und wirksam entgiften 2) N.N.: Omega 3 – Das Öl des Lebens? 3) N.N.: Ateliers zur Wahl 1) Philosophischer Salon: „Pyrrhonische Skepsis – Medizinische Erfahrung als Grundlage einer	Zum Ausklang: Beachparty mit Buffet, Musik, Tanz und guten Gesprächen	Zum Ausklang: Beachparty mit Buffet, Musik, Tanz und guten Gesprächen	Zum Ausklang: Beachparty mit Buffet, Musik, Tanz und guten Gesprächen

Kulturheiltage Heiligendamm – Programmablauf, Themen und Referenten unter Vorbehalt. Stand: 19.06.2021

		<p>Erfahrung als Grundlage einer Welthaltung“ mit Martin Lemke</p> <p>2) Kunst- und schreibtherapeutisches Atelier (Gemeinsames Spiel auf Klang- und Körperinstrumenten)</p> <p>Kulturheilkundliche Sprechstunden</p>	Kulturheilkundliche Sprechstunden	<p>Welthaltung“ mit Martin Lemke</p> <p>2) Kunst- und schreibtherapeutisches Atelier (Gemeinsames Spiel auf Klang- und Körperinstrumenten)</p> <p>Kulturheilkundliche Sprechstunden</p>			
<p>Sonntag</p> <p>Jedes Ende ist ein Anfang!</p>	<p>„Ankommen im Weitergehen“ mit Marlen und Hartmut Schröder</p>	<p>Entspannung mit Klängen</p> <p>Abschlussgespräch: „Jedes Ende ist ein Anfang – Wie weiter nach den Kulturheiltagen?“</p>	-	-	-	-	-

Kulturheilkundliche Sprechstunden (individuell):

- Rhythmus und Regulation: Messung der Herzratenvariabilität (Iris Illmer, Michaela Ludwig, Marlen Schröder)
- Heilsame Berührung: Physiotherapie, Rolfing®, Kommunikation und Kinesiologie (Julia Hayden)
- Heilsame Klänge: Klang, Vibrationen und innere Bilder mit Gong (Gerhard Tuschy)
- Heilsamer Ausdruck mit Farben: Das Farbspiel – Bildgebungsverfahren zur Persönlichkeitsentfaltung (Hartmut Schröder)
- Finding Your Voice: Awareness-Motivatoren-Spiegel und Selbst-Erkundungs-Instrumente (Claudio Weiß)
- Heilsame Frequenzen: Licht und Farben (Peter Hofmann, Thomas Künne und Michael Päßler)

Kurszeiten:

09:00 – 12:30 Uhr und 15:00 – 18:30 Uhr; **Kaffeepausen:** vormittags 10:30 – 11:00 Uhr, nachmittags 16:30 – 17:00 Uhr

Weitere Informationen:

Ausführliche Abstracts der Vorträge und Beschreibungen der Workshops und Sprechstunden sowie Vitae der Mitwirkenden finden Sie ab 1. Juli 2021 auf der Website der IGnk: <http://kulturheiltage.ignk.de>.

Rahmenprogramm:

Für Interessierte besteht die Möglichkeit an einer Führung mit dem Kunsthistoriker und Heiligendamm-Experten Prof. Dr. Joachim Skerl teilzunehmen. Er nimmt Sie mit auf eine zweistündige Reise in die Epochen der Entstehung des ersten deutschen Seebades und dessen Baustile.