

# PRESSE information

2013/19

Veranstaltung

25. Suchtforum im Fliedner Krankenhaus am 12. April 2013

5 **„Qigong – Strategien für eine strukturierte Regeneration“**

Ratingen-Lintorf, 2013-04-02 (pdf). Das 25. Suchtforum mit dem Titel „Qigong – Strategien für eine strukturierte Regeneration“ findet statt am Freitag, 12. April 2013 in der Zeit von 10.00 bis 13.30 Uhr im Festsaal des Fliedner Krankenhauses, Thunesweg 58, Ratingen-Lintorf.

10 All unsere Bildungsprozesse, auch Veränderungsprozesse, sind darauf ausgerichtet, uns kompetent zu verausgaben. Seltener wird die Fähigkeit in den Mittelpunkt gestellt, sich auch wirklich erholen zu können. Nur das angemessene Wechselspiel von Verausgabung und Erholung erhält die Fähigkeit, die täglichen Herausforderungen selbstwirksam zu meistern. Bei einer länger andauernden oder gar dauerhaften  
15 Unausgewogenheit droht ein Kräfteverschleiß, in dessen Folge sich Erkrankungen festsetzen können. Als Disziplin der Traditionellen Chinesischen Medizin (TCM) stellt das Qigong den selbstregulativen Aspekt der Gesunderhaltung dar. Durch unausgewogene Arbeitsgestaltung bedingte Erschöpfungszustände soll vorgebeugt werden, indem die individuellen Regenerationspotentiale durch ein ange-  
20 passstes Training erschlossen werden.

Referent: Dr. Johann Bölts, Diplom-Handelslehrer und Diplom-Pädagoge, wissenschaftlicher Mitarbeiter der Carl von Ossietzky Universität Oldenburg, Leiter des PTCH Projekt Traditionelle Chinesische Heilmethoden und Heilkonzepte. Zusammen mit Prof. em. Dr. Wilfried Belschner wissenschaftliche Leitung des Kontakt-  
25 studium Qigong der Universität Oldenburg

**Anmeldungen erbeten unter: Tel.: (02102) 303-303 (Sekretariat)**

Der Eintritt ist frei.

**Kontakt:** Dr. med. Olaf Lask, Ltd. Arzt Fachklinik Haus Siloah

30 Dipl.-Psych. P. Metzger, Therapeutischer Leiter Fachklinik  
Haus Siloah