



Team der Herzschnule München

Dr. med. Bo Sven Friedrichsen

Jahrgang 1967, Facharzt für Innere Medizin und Kardiologie, Gesundheitsökonom (ebs). Nach langen Jahren klinischer Tätigkeit seit 2009 als Kardiologe in München niedergelassen.

Brit Buchwald-Stahl Bildnerisches Gestalten
Jahrgang 1968, Künstlerin, Kunsttherapeutin, Freie Akademie München FAM.

Dr. med. Maria Ursula Kreye

Jahrgang 1955, Innere Medizin, Psychosomatik, Anthroposophische Medizin, seit 1989 niedergelassen in München, langjährige konsiliarärztliche psychotherapeutische Tätigkeit in kardiologischer Reha-Klinik.

Sonja Pechtl Bothmer®-heilende Bewegung
Jahrgang 1963, Pädagogin, Bothmer®-Therapeutin. Seit 2007 in eigener Praxis tätig.

Jutta Huber Ernährungsberatung

Jahrgang 1964, Apothekerin mit Weiterbildung Ernährungsberatung, Gesundheitsförderung und Prävention, Präventionsmanagerin - WIPIG®. In München freiberuflich tätig als Coach in den Bereichen Pharmazeutische Betreuung, Gesundheits- und Ernährungsberatung.

Paul Gerhardt Kreye Organisation

Jahrgang 1938, Kaufmännische Leitung und Organisation. Inhaber der Bayerischen Konzertdirektion.

Anfahrt

Mit dem Auto

Von der A95 München/GAP: Ausfahrt Starnberg, B2 über Starnberg, Weilheim, dort Ri. Wessobrunn, in Zellsee links ab Ri. Paterzell nach Schönwag (Haus 4).

Von der A96 München/Lindau: Ausfahrt Greifenberg, ST2055 über Dießen, Rott, Wessobrunn, dort Ri. Weilheim, in Zellsee rechts ab Ri. Paterzell nach Schönwag (Haus 4).

Mit der Bahn

Nach Weilheim. Dort holen wir Sie ab, wenn Sie uns mitteilen, wann Sie ankommen.



Koordinaten Gut Schönwag: 47.86388 ° N / 11.04352 ° E

Weitere Informationen finden Sie auf unserer Website www.herzschnule-muenchen.de oder können per Email angefordert werden unter info@herzschnule-muenchen.de

Herzschnule München e.V., VR 203376,
Büroanschrift: Pfarrer-Wiedemann-Weg 4,
82402 Seeshaupt, Telefon 08801-2231



HERZSCHULE MÜNCHEN

Ein ambulantes
Präventionsprogramm
für Menschen mit Herz-
und Stresserkrankungen



Das Konzept der Herzschulen wendet sich an den ganzen Menschen, nicht nur an seine Krankheit und deren Symptome. Es berücksichtigt den Prozess der Krankheit im Kontext der gesamten Lebensgeschichte eines sich entwickelnden Menschen. Der Einsatz der modernen Kardiologie ist zweifellos notwendig, kann im Erleben des Patienten jedoch zu einem Gefühl der Fremdbestimmung durch die Einengung auf Zielparameter, medikamentöse Zwänge und technische Kontrollintervalle führen.

Das Anliegen der Herzschule München ist es, das Herz des Menschen in seiner ganzen Komplexität zu erfassen – als Bewegungsorgan, als Rhythmusorgan und als Wahrnehmungsorgan.

Es kann nicht durch Medikamente und technische Eingriffe alleine wirklich geheilt werden. Neben einer gesunden Lebensführung gehören die Aufklärung über die Ursachen krankhafter Prozesse und deren Umwandlung in gesunde Abläufe dazu.

Durch **künstlerisches Gestalten, Achtsamkeitsschulung, Focusing, herzgesundes Kochen, heilsames Gespräch und Bewegung** werden ganzheitliche Prozesse im Menschen angeregt, die die Eigenaktivität, die Selbstwahrnehmung und die Öffnungsbereitschaft schulen. Das Herz erfährt Entlastung, Selbstheilungskräfte werden aktiviert. **Der Patient erlebt die Stärkung seiner Autonomie, den heilsamen Einfluss**

einer sinnerfüllten Tätigkeit und den emotionalen Rückhalt einer menschlichen Gemeinschaft. Die kontinuierliche Gruppenarbeit von Herzschülern und dem begleitenden Team über einen Zeitraum von einem Jahr ermöglicht, dass das Konzept von innen heraus lebt und mitgestaltet wird.

Gut Schönwag ist das Seminarhaus der Studien-Stiftung und liegt in ruhiger Lage nahe Wessobrunn auf dem „Forster Berg“.

studienhaus
Stiftung

