



Casa Andrea Cristoforo, Ascona: In der Ruhe neue Kräfte finden



Auf der Terrasse über dem Lago Maggiore innehalten, atmen, schauen und genießen.

Die Casa Andrea Cristoforo erleben die Gäste als Kraftort. Die Lage über Ascona, Geschichte und Konzept des Kurhauses sind einzigartig. Ein anthroposophisch orientiertes Angebot mit Arztgesprächen, Therapien, Anwendungen und ausgewogenen Mahlzeiten bewirkt tiefe Erholung. Vier Mitarbeitende erzählen.

«Oziare!» Während eines Kuraufenthalts lernen alle Gäste dieses lautmalische Wort von Karin Chiesa kennen. Es bedeutet, sich dem Nichtstun hinzugeben. Die Pflegeleiterin der Casa Andrea Cristoforo weiss aus Erfahrung, wie schwierig es zu Beginn der Kur sein kann, das betriebsame Alltagsgeschehen hinter sich zu lassen. «Die Äusseren Anwendungen und Therapien wie Rhythmische Massage, Maltherapie oder Heileurythmie helfen den Gästen, hier anzukommen, innezuhalten, sich zu spüren und neue Kräfte zu sammeln.» Grossgeschrieben wird die Nachruhe, ebenfalls eine Form von Oziare, nämlich das stille Nachwirken einer therapeu-

tischen Sequenz. Einen Leber- oder Ingwerwickel im Zimmer mit Seeblick geniessen zu können oder nach dem Öldispersionsbad im Nebenraum liegen bleiben zu dürfen, zählen zu den Vorzügen eines Kuraufenthalts in Ascona. Seit bald neunzig Jahren.

Das Werk von Ita Wegman

Die Casa Andrea Cristoforo ist seit 1936 ein einzigartiger Ort zur Erholung und Rekonvaleszenz bei aufkommender oder bestehender Erschöpfung, nach Krankheiten, Operationen oder Unfällen. Es war ein lang gehegtes Anliegen der Ärztin Ita Wegman, eine Heilstätte südlich der Alpen zu gründen, im

Qualität der Pflege lehren und umsetzen

Ita Wegman, die Gründerin der Casa Andrea Cristoforo, erarbeitete auf Grundlage der anthroposophischen Menschenkunde die Pflegemethoden der Wickel, Auflagen und Rhythmischen Einreibungen. Sie lehrte auch Heilpflanzenkunde und pharmazeutische Prozesse. Bis heute ist sie Vorbild für meine Pflegearbeit und das Vermitteln meiner Expertise und Erfahrungen. Die Qualität der Anthroposophischen Pflege muss erhalten bleiben, indem sie in Aus- und Weiterbildungen gelernt und intensiviert wird. Die Äusseren Anwendungen erfordern ein umfassendes Wissen und Können der Techniken und der vielfältig eingesetzten Substanzen. Es ist mir ein grosses Anliegen, die betriebsinternen Pflegefortbildungen in der Casa durchzuführen. In diesem Kurhaus legen wir den Fokus auf die ursprüngliche Anthroposophische Pflege und das Öldispersionsbad, als fester Bestandteil der therapeutischen Angebote. Die Reaktionen der Gäste zeigen, wie bedeutsam es ist, was sie während und im Nachklang einer Behandlung erleben und mitteilen. Sie sprechen von «Wohlgefühl» oder einem «Hülle-Erlebnis, von viel Wärme und Fürsorge, sie nehmen sich neu wahr und erleben sich als ganzen Menschen. Solche Aussagen bestärken mich und geben mir Sinn in meiner Arbeit, die ich leidenschaftlich liebe. Nicht zuletzt sind es die vielen Begegnungen mit wunderbaren Menschen, die für mich von unschätzbarem Wert sind.

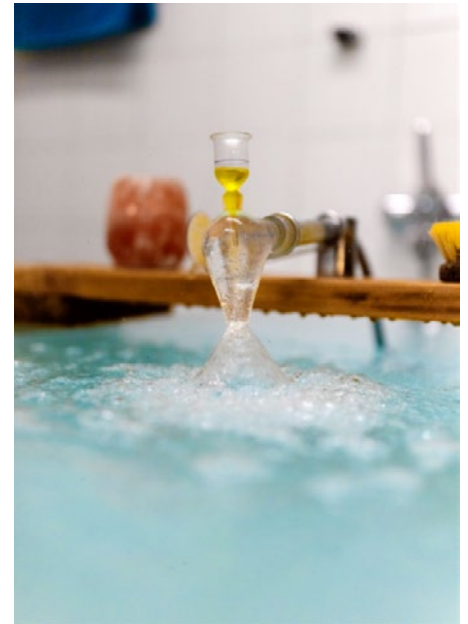


Liselotte Metzmaier,
Pflegefachfrau in der
Casa Andrea Cristoforo,
Expertin für Anthroposophische Pflege

Fortsetzung von Seite 1 ▷



Rhythmische Massage



Öldispersionsbad

Wissen, dass Klima und Granitboden des Tessins das Wohlbefinden fördern. Dann gelang es ihr, oberhalb des Dorfes Ascona die Casa Schulthess zu erwerben und hier das Kurheim als Dépendance des Klinisch-Therapeutischen Instituts Arlesheim aufzubauen. Der Name Casa Andrea Cristoforo erinnert an die Söhne der Erstbesitzerin des Hauses.

«Impuls und Initiative der grossen Persönlichkeit Ita Wegman und von allen Menschen, die hier tätig waren und sind, bilden Substanz und Schutzhülle der Casa – und eine Atmosphäre, die die Gäste in ihrer Individualität anspricht», sagt Dr. Christoph Schulthess. «Es ist erfreulich und eindrücklich, in welcher guten Verfassung die Kurgäste in der Regel nach Hause gehen.» Der Fach-

arzt für Innere Medizin bildet zusammen mit Dr. Marjolein Schulthess-Roozen, Fachärztin für Psychiatrie, und mit Dr. Federica Tosi, Fachärztin für Innere Medizin, das Ärzteteam der Casa. Sie verfügen alle über die Ausbildung in anthroposophisch erweiterter Medizin.

Offen sein für positive Erfahrungen

Die Kurgäste werden zweimal in der Woche im Rahmen einer Konsultation von einer der Ärztinnen oder dem Arzt gesehen, um die Erkrankung und deren Behandlung zu erfassen. Darauf basierend werden die ärztlichen Verordnungen aus dem breiten therapeutischen Repertoire festgelegt. «Ein grosser Teil unserer Gäste kennt die Anthroposophie nicht. Wichtig ist vielmehr, offen und interessiert zu sein. Dann erleben sie beispielsweise bei einer Ganzkörpereinreibung, wie erfrischend diese auf den Ätherleib wirkt.» Der häufigste Grund für einen Kuraufenthalt seien psychosoziale Überforderung und Erschöpfung, des Weiteren seien etwa ein Drittel der Kurgäste von Krebs betroffen und würden sich beispielsweise vor oder nach der Chemotherapie stärken.

«Die empfohlene Aufenthaltsdauer beträgt entsprechend der Erholungszeit des Ätherleibes vier Wochen», sagt Dr. Schulthess. Nicht selten aus finanziellen Gründen entscheiden sich viele Gäste für

einen kürzeren Kuraufenthalt. Ausschliesslich die Arztkosten und die Physiotherapie werden von der Basisversicherung bezahlt. Weitere Leistungen des Kurhauses sind zu einem Teil von Zusatzversicherungen abgedeckt. So ist es im Krankenversicherungsgesetz festgelegt.

Oft weist der Arzt die Gäste auf die Heileurythmie hin. «Sie kennen es nicht? Es ist eine Art von achtsamer Bewegungstherapie, versuchen Sie es.» Dr. Schulthess erzählt, dass darauf viele zurückkämen und sich wunderten, wie gut etwas tue, von dem sie vorher noch nie gehört hätten.

Bewegung weckt neue Erkenntnisse

Morgens findet die Gruppen-Eurythmie statt, an der alle Gäste teilnehmen können. Das Angebot ist im Zimmerpreis inbegriffen, die Kosten übernimmt das Haus. Susanne Böttcher arbeitet in der Casa als Heileurythmistin und ist neben ihrer therapeutischen Tätigkeit mitverantwortlich für die Organisation der kulturellen Anlässe, die zweimal monatlich in der Casa, neben den Jahresfesten, stattfinden. Sie erzählt engagiert und kompetent: «In der Gruppen-Eurythmie erschliessen wir uns durch einfache Bewegungsabläufe den Wochenspruch aus dem Seelenkalender von Rudolf Steiner. Die Lautwirkungen der Worte, die die Gliedmassen erfassen, erfrischen den

Angebot für Mitglieder des Fördervereins Anthroposophische Medizin

Mit dem Mitgliedsausweis des Fördervereins erhalten Sie in der Casa Andrea Cristoforo 15 Prozent Rabatt auf den Zimmerpreis inklusive Frühstück in Bio-Qualität!

Sind Sie noch nicht Mitglied? Erkundigen Sie sich unverbindlich nach den Konditionen und Vorzügen: info@foerderverein-anthromedizin.ch, Telefon 044 251 51 35.

Fortsetzung Seite 4 ▷

«Die Möglichkeiten sind gross und umfassend»

Der Förderverein leistet finanzielle Beiträge an Ausbildungen in Anthroposophischer Medizin – wie zum Beispiel für den Assistenzarzt Niek Rogger.

«Die Anthroposophische Medizin bietet mit ihrem umfassenden Konzept ein grosses Potenzial, um Patienten zu begleiten», sagt Niek Rogger. «Als besonders wertvoll erachte ich den individuellen Einsatz der anthroposophischen Heilmittel.» Im Januar wird Niek Rogger die berufsbegleitende Weiterbildung in Anthroposophischer Medizin an der Akademie Arlesheim abschliessen. Als Assistenzarzt und Familienvater war er sehr erleichtert, vom Förderverein die Hälfte der Kurskosten finanziert zu erhalten. «Das ermöglichte mir den Start dieser ganzheitlichen Ausbildung, die mir Fundament und Pfeiler verleiht, um meine ärztliche Tätigkeit aufzubauen.» Da er als Assistenzarzt parallel in zwei hausärztlichen Praxen arbeitet, kann er das erworbene und verinnerlichte Wissen bereits umsetzen.

Ausgehend von seinem universitären Medizinstudium entstehe durch die Anthroposophie eine mehrdimensionale Sichtweise. «Wir versuchen, Beschwerden im Kontext von Anamnese, Wesensglieder und Biografie immer wieder neu zu betrachten und zu verstehen. Auf diesem rationalen Hintergrund lässt sich beispielsweise erklären, weshalb sich für ein Schmerzpatient eher pflanzliche, mineralische oder tierische Substanzen eignen. Dank weiterer Massnahmen wie Heileurythmie oder Rhythmische Einreibungen gelingt es, die aufbauenden Kräfte im Menschen zu unterstützen.»

Die Anthroposophie lernte er durch seine Eltern und den Besuch von Rudolf Steiner Schulen früh kennen. Davon wollte er sich nach der Matura distanzieren, absolvierte das Masterstudium in Philosophie und Soziologie an der Universität Luzern und anschliessend das



Niek Rogger, Assistenzarzt

Medizinstudium in München. Die anthroposophisch erweiterte Medizin wurde aktuell, als er und seine Partnerin ihr erstes Kind bekommen hatten und einen geeigneten Hausarzt suchten. Sie lebten damals in der Niederlande, entschieden sich für eine anthroposophische Praxis, und zufälligerweise

konnte Niek Rogger hier als Assistenzarzt einsteigen. Zurück in der Schweiz setzte er seine Assistenzzeit in ganzheitlich orientierten Praxen fort. Im nächsten Jahr wechselt er ans Kantonsspital Obwalden, was ihm wiederum neue Aspekte eröffnen wird. Wer weiss, vielleicht könne er auch pflanzliche Heilmittel einsetzen. Primär zähle seine Haltung, die er den Patienten entgegenbringe. «Das gute Zuhören ist in der Medizin generell wichtig, doch wir versuchen, auch zu erfassen, was zwischen den Zeilen mitschwingt. Immer wieder erhalte ich so von Patienten die Antwort auf eine Frage, die mich beschäftigt hat.» Neben der Assistenz Tätigkeit arbeitet er an seiner Dissertation zum Einsatz von Helleborus niger (Christrose) bei Depressionen. Für seine berufliche Zukunft sei die anthroposophische Kultur unverzichtbar.

Das Gespräch für diesen Text fand auf Niek Roggers Heimweg nach einem Praxistag statt. Kaum öffnet er die Haustüre, stürmen ihm zwei seiner drei Kinder entgegen. «Schaut, dort ist ein Regenbogen», sagt er fröhlich. Sein Blick bleibt stets offen, besonders für die Natur mit ihrer grossen Wirkung.

Pascale Gmür



Förderverein
Anthroposophische Medizin
Pflege | Therapien | Forschung

- ☐ Ich werde/wir werden Mitglied des Fördervereins Anthroposophische Medizin
- ☐ Ich möchte «natürlich kompetent» regelmässig erhalten
- ☐ Ich möchte «natürlich kompetent» nicht mehr erhalten

Ich bestelle

- ☐ Flyer Förderverein Anthroposophische Medizin
- ☐ Broschüre Testament Legat Schenkung
- ☐ Flyer «Therapien St. Peter»

Gemeinsam für ganzheitliche Medizin

☐ Frau ☐ Herr

Name

Vorname

Strasse / Nr.

PLZ / Ort

Geburtsjahr

Unterschrift

Datum

E-Mail

Fortsetzung von Seite 2 ▷

Kopf, regen die Seele an und schaffen eine frohe Gemeinschaft.» Susanne Böttchers grosse Erfahrung zeigt, «dass die Eurythmie die Menschen stärkt und in ihnen den Mut wecken kann, im Leben etwas zu verändern, denn neue Gedanken und Erkenntnisse entstehen aus dem Organismus». Ausserdem kann den Gästen zweimal wöchentlich die Heileurythmie als Einzelstunde verschrieben werden. Dazu gehört ebenfalls die Nachruhe zur vertieften Wirkung der Therapie. Viele Kurgäste erleben hier den Wert der Heileurythmie und setzen sie an ihrem Wohnort nach Bedarf gern ambulant fort.



Essen mit allen Sinnen

Ganzheitliche Ernährung

Überall im Haus sind Begegnungen und entstehende Beziehungen essenziell. Vom ersten Tag an lernen die Gäste den Küchenchef Fausto Jauneau kennen. Er interessiert sich für die Menschen, für die er mit seinem Team abwechslungsreiche Menüs kreiert. «Wir gehen auf die Wünsche und Unverträglichkeiten ein, und manchmal kann ich auch mit einem Rat zur Ernährung helfen.» Fausto Jauneau ist mit seiner Arbeitsstelle überaus glücklich. Hier könne er qualitativ hochwertige, biologische Produkte einkaufen und sorgfältig verarbeiten. «Wir verwenden immer alle Teile einer Pflanze, von der Wurzel bis zur Frucht. Anthroposophisch gesehen nährt das den Menschen ganzheitlich, in seinem Fühlen, Denken und Wollen. In der Küche können wir das wertvolle Gesundheitskonzept dieses besonderen Kurhauses mitprägen.»

Pascale Gmür

Detaillierte Informationen:
www.casa-andrea-cristoforo.ch

Den Förderverein finden Sie auch in den Sozialen Medien.
Verfolgen Sie unsere Aktivitäten, Veranstaltungen und Kurshinweise auf Facebook und LinkedIn.



Öffentliche Vorträge

Demenz

Therapie- und Unterstützungsmöglichkeiten für Betroffene und Angehörige

Referent: Dr. Robert Fitger, Facharzt für Neurologie und Allgemeinmedizin

Zürich, 18. November 2025, 18.30 Uhr

Kirchgemeindehaus Hottingen, Asylstr. 36

Erkrankungen im Säuglings- und Kindesalter

Mit natürlichen Mitteln wirksam zu Hause behandeln

Referentin: Dr. Karin Michael, Fachärztin für Kinder- und Jugendmedizin

***Basel, 21. Januar 2026, 18.30 Uhr**

Geburts Haus Matthea, Klybeckstr. 70

Zürich, 16. März 2026, 18.30 Uhr

Kirchgemeindehaus Hottingen, Asylstr. 36

Was unser Herz stark macht

Ganzheitliche Impulse für Kreislauf und seelisch-geistiges Gleichgewicht

Referent: Dr. Christoph Kaufmann, Facharzt für Innere Medizin und Kardiologie

Zürich, 4. März 2026, 18.30 Uhr

Kirchgemeindehaus Hottingen, Asylstr. 36

Dornach, 10. März 2026, 18.30 Uhr

Neues Theater, Bahnhofstr. 32

Weitere Informationen:

www.foerderverein-anthromedizin.ch

In Kooperation mit anthrosana

*Anmeldung erforderlich:

www.anthrosana.ch

Gemeinsam für ganzheitliche Medizin

Bitte
frankieren

Förderverein Anthroposophische Medizin
Bergstrasse 7
8805 Richterswil

Impressum

natürlich kompetent Nr. 57/November 2025

Herausgeber:

Förderverein Anthroposophische Medizin

Redaktion: Pascale Gmür

Fotos: Casa Andrea Cristoforo, Edda

Edzards, Niek Rogger

Redaktionsadresse:

Förderverein Anthroposophische Medizin

Bergstrasse 7, 8805 Richterswil

Telefon 044 251 51 35

info@foerderverein-anthromedizin.ch

www.foerderverein-anthromedizin.ch

Freie Gemeinschaftsbank

IBAN CH59 0839 2000 0040 0105 2



Hier können
Sie spenden:



natürlich kompetent erscheint dreimal jährlich und kann kostenlos abonniert werden.





Richterswil, im November 2025

Im Vertrauen auf das Wesentliche – gemeinsam wirken

Liebe Leserin, lieber Leser

In der neuen Ausgabe von «natürlich kompetent» stellen wir Ihnen die Casa Andrea Cristoforo in Ascona vor – ein anthroposophisches Kurhaus mit einem breiten Repertoire an wohltuenden Angeboten.

Zudem berichtet Liselotte Metzmaier, die als Pflegefachfrau seit vielen Jahren Menschen begleitet, eindrücklich, wie Wickel und Rhythmische Einreibungen tiefes Vertrauen, Ruhe und neue Kräfte hervorrufen können. Was unser Engagement bedeutet, erfahren Sie auch von Assistenzarzt Niek Rogger: Dank der Unterstützung des Fördervereins besucht er die ärztliche Weiterbildung in Anthroposophischer Medizin an der Akademie Arlesheim.

Zum Jahresende hin spüren wir besonders, wie wichtig Zuwendung und Hoffnung sind. Mit Ihrer Spende fördern Sie die Bereiche Forschung, Medizin und Therapien sowie die Weiterbildung von Pflegepersonen, Ärztinnen und Ärzten.

Neu in diesem Jahr: Verschenken Sie eine Mitgliedschaft im Förderverein – ein sinnvolles Geschenk für Freundinnen, Freunde, die Familie oder Bekannte. Bei Interesse nehmen Sie bitte direkt Kontakt mit uns auf.

Herzlichen Dank für Ihre treue Unterstützung – verbunden mit den besten Wünschen.

Mit freundlichen Grüssen

Förderverein Anthroposophische Medizin

Cornelia Bizzarri Kuhn, Präsidentin

Anita Hündl-Dallmeier, Geschäftsführerin

PS: Auf der Rückseite lesen Sie vom Intervisionstreffen Rhythmische Einreibungen in Beatenberg – ermöglicht durch Ihre Spende.

Was Ihre Spende bewirkt

Intervisionstreffen Rhythmische Einreibungen

Auch in diesem Jahr fand das begehrte Intervisionstreffen Rhythmische Einreibungen in Beatenberg im Berner Oberland statt. Vom 21.–24. August 2025 trafen sich neun Absolventinnen des Soleo Grundkurses Rhythmische Einreibungen Stufe II sowie neun Einreibe-Expertinnen, um sich über deren Erfahrungen aus dem Pflegealltag auszutauschen und um verschiedene Teileinreibungen zu üben. Zudem wird jedes Jahr zu einem Kernthema geforscht und experimentiert. Dieses Mal zum Thema «Wie kann ich bei der Anwendung einer Einreibung in meiner Kraft bleiben?».



Die Teilnehmenden stammen aus verschiedenen Einrichtungen der ganzen Schweiz. Einzelne Expertinnen kommen sogar aus Deutschland angereist. Alle schätzen den wertvollen Austausch und die fachliche Vernetzung an dem wunderschönen und ruhevollen Ort Beatenberg.

Der Förderverein übernimmt seit zwei Jahren die Mietkosten der Räumlichkeiten für das Intervisionstreffen, an dem die Fachpersonen ihre Kompetenzen weiterentwickeln. Mit Ihrer Spende tragen Sie dazu bei, dass die Rhythmischen Einreibungen in Pflegeeinrichtungen und Therapiepraxen an Potenzial gewinnen und viele Patient*innen davon profitieren können.

Herzlichen Dank an dieser Stelle auch von mir als begeisterte Teilnehmerin dieser Treffen. Wir fahren alle immer ganz erfüllt heim!

Edda Edzards, Mitarbeiterin des Fördervereins und Sekretariatsleitung der Soleo Akademie, selbstständige Praxistätigkeit für Esalen-Massagen und Rhythmische Einreibungen

