

KiA - Forum

Leben mit Krebs ein Tag für Patientinnen, Patienten und ihre Angehörigen

Selbstfürsorge

In kurzen Vorträgen und zwei Workshops werden Betroffene und ihre Angehörigen darin unterstützt, in dieser herausfordernden Lebenssituation gut für sich zu sorgen.

Workshop 1	Stress verstehen, Stress bewältigen	(E. Sorokin)
Workshop 2	Zur Ruhe kommen: Mit dem Atem in die Mitte finden	(A. Malanowski)
Bewegungsangebot in den Pausen		(D. Superina)

Datum: 04. Mai 2024, 10.00 – 15.30 Uhr

Ort: Katholische Akademie am Englischen Garten, Mandlstraße 23, 80802 München

Dieses Angebot ist kostenlos. Für Verpflegung in den Pausen wird gesorgt.

Anmeldung und weitere Informationen unter:

lebensmut e.V.

E-Mail: CCC.lebensmut-kbs@med.uni-muenchen.de

Tel.: +49-89-4400-74918

www.krebs-im-alter.de

lebensmut
Leben mit Krebs

Ein Projekt
von lebensmut e.V.,
in Zusammenarbeit
mit CCC München^{LMU}

