

Für innere Balance  
in stürmischen Zeiten

# Innere Balance

durch  
Achtsamkeits-  
Meditation



Aktiv sein tut gut  
und macht Mut

**Meditationen  
für an Krebs erkrankte  
Menschen**

Initiator: \_\_\_\_\_

# Achtsamkeitsmeditation – mehr Lebensqualität für Krebspatienten



Liebe Patientinnen, liebe Patienten,

in der Achtsamkeits-Meditation können Sie in einer Gruppe Gleichgesinnter und angeleitet von einer erfahrenen Meditationslehrerin Ihren Körper und Geist wahrnehmen und stärken. Durch den Fokus auf Ihrem Atem können Sie regenerieren und daraus Stärke, Lebensmut, Gelassenheit und Zuversicht schöpfen. Speziell für an Krebs erkrankte Menschen und deren Angehörige – genau dosiert und besonders achtsam.

---

<b>Wann:</b>	Jeden zweiten und vierten Donnerstag im Monat von 18:30 - 19:30 Uhr
<b>Wie:</b>	Online via Zoom, der Link wird Ihnen nach der Anmeldung per E-Mail zugesandt
<b>Fragen und Anmeldung:</b>	Stiftung Leben mit Krebs Telefon: 06134 – 753 8138 anmeldung@stiftung-leben-mit-krebs.de
<b>Für wen:</b>	Patienten mit bestehender oder überstandener onkologischer Erkrankung und deren Angehörige
<b>Kosten:</b>	Das Angebot ist für Sie kostenfrei

---