



BRANDENBURGISCHE
KREBSGESELLSCHAFT E.V.

Entspannungsgruppe

Ein Ort für Ruhe und Kraft



DURCH WISSEN ZUM LEBEN

Atemholen und Loslassen

Diese Gruppe bietet Ihnen die Möglichkeit, eine Auszeit vom Alltag zu nehmen, Körper und Geist zu entspannen und neue Kraft zu schöpfen.

Unsere Gruppe bietet verschiedene Entspannungstechniken, die speziell auf die Bedürfnisse von Krebsbetroffenen und deren Angehörigen zugeschnitten sind. Gemeinsam werden wir Atemübungen, Progressive Muskelentspannung, Achtsamkeitsübungen und vieles mehr praktizieren.

Unser Ziel ist es, Ihnen Werkzeuge an die Hand zu geben, um mit den Herausforderungen der Krankheit und der Behandlung besser umzugehen. Durch regelmäßige Entspannung können Sie Ihre Lebensqualität verbessern und innere Ruhe finden.

Weitere Informationen

Es handelt sich um ein fortlaufendes Angebot, bitte erfragen Sie den aktuellen Termin unter den angegebenen Kontaktdaten. Eine Anmeldung ist zu jedem Termin unbedingt erforderlich.

Brandenburgische Krebsgesellschaft e.V.

Charlottenstraße 57 | 14467 Potsdam

Telefon: 0331 86 48 06

mail@krebsgesellschaft-brandenburg.de

Wir sind auch bei:

