



## Achtsamkeit MBSR\* für krebsbetroffene Menschen und ihre Angehörigen Refresher Tag

\* Mindfulness-Based Stress Reduction



### WAS SIE ERWARTET:

- ▶ Wiederholungen aus dem Achtsamkeitskurs, MBSR Mindfulness-Based Stress Reduction: Meditation, achtsames Yoga und Bodyscan
- ▶ Erfahrungsaustausch in der Kursgruppe
- ▶ Auffrischung und Vertiefung
- ▶ Ergänzungen

<b>Kursleiterin</b>	Britta Fleischmann, MBSR Lehrerin, Psychoonkologin
<b>Datum</b>	Samstag, 21. Juni 2025, von 10.00 - 15.00 Uhr
<b>Ort</b>	Mindfulness School, Praxis am See, Untere Seestrasse 1, 8272 Ermatingen
<b>Unkostenbeitrag</b>	CHF 30.-, für Mitglieder der Krebsliga Thurgau kostenlos.
<b>Anmeldung</b>	<a href="http://www.krebsliga-thurgau.ch">www.krebsliga-thurgau.ch</a> oder per Telefon 071 626 70 00
<b>Anmeldeschluss</b>	11. Juni 2025, Teilnehmeranzahl beschränkt
<b>Datenschutz</b>	Dieser Kurs wird vom Bundesamt für Sozialversicherungen (BSV) mitfinanziert. Mit der Anmeldung willigen Sie ein, dass die Krebsliga Thurgau Ihre Angaben (Vorname, Nachname, Geburtsdatum und allenfalls Ihre IV-Verfügung oder jene Ihrer Bezugsperson) in einer Statistik erfasst und dem BSV im Fall einer Überprüfung bekannt gibt. Weitere Informationen zum Datenschutz finden Sie hier: <a href="https://www.krebsliga.ch/datenschutz">https://www.krebsliga.ch/datenschutz</a> .