

## Referenten

Barbara Beckenkamp  
Feldenkraispädagogin

Peter Dietl  
Kursleiter für Leder- und Holzworkshops

Andreas Ehmann  
Trainer für therapeutisches Bogenschießen,  
Fachkraft für Krankenpflege und Erlebnispädagogik

Bernhard Eichler  
Heilpraktiker

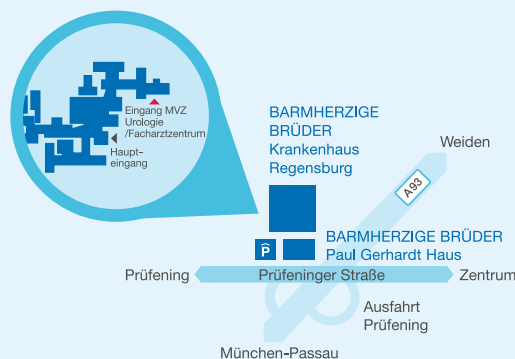
Andrea Hegner  
Yogalehrerin

Christian Unglert  
Fachkraft für Palliative-Care, 5Rhythmen-Lehrer,  
Körpertherapeut

Gabriele Schneeberger  
Qigong-Lehrerin

Petra Staiger  
Integrative Tanztherapeutin (DGT®), Gestalttrainerin (IGB)

## Informieren Sie sich



### VERANSTALTUNGSORT

**Krankenhaus Barmherzige Brüder**  
Prüfeninger Straße 86, 93049 Regensburg  
(Bitte der Ausschilderung ab Haupteingang folgen)

### ORGANISATION

Dipl.-Psych. Karin Nusko, Dipl.-Psych. Ilona Weindler

### KURSANMELDUNG ÜBER DAS SEKRETARIAT

**Cordula Lachner**

Tel. Sekretariat vormittags: +49 941 369-2606  
cordula.lachner@barmherzige-regensburg.de

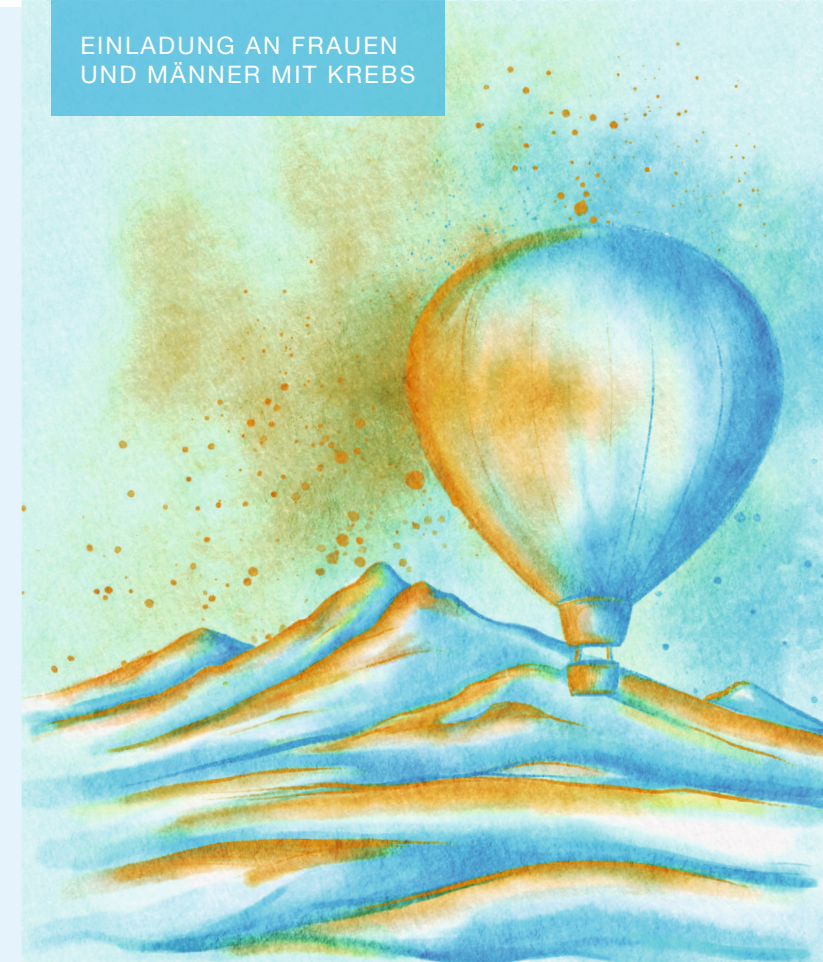
Das Programm finden Sie auch auf  
[www.barmherzige-regensburg.de](http://www.barmherzige-regensburg.de) unter  
dem Stichwort „Wohlfühlnachmittage 2025.“



Da die Teilnehmerzahl begrenzt ist, wird um vorherige  
Anmeldung per E-Mail oder Telefon bis spätestens fünf  
Tage vor Kursbeginn mit Namen und Diagnose gebeten.  
Es erfolgt jedoch kein Rückruf, außer wenn der Kurs  
bereits voll belegt ist und keine Teilnahme mehr möglich ist.

Sollte Ihnen trotz Anmeldung eine Teilnahme nicht möglich  
sein, bitten wir spätestens am Veranstaltungstag um  
Absage über das Sekretariat.

EINLADUNG AN FRAUEN  
UND MÄNNER MIT KREBS



## WOHLFÜHL- NACHMITTAGE 2025

Tun Sie sich was Gutes mit uns!

Kostenloses Angebot für onkologische Patienten  
Teilnahme nur nach verbindlicher Voranmeldung möglich



BARMHERZIGE BRÜDER  
Krankenhaus Regensburg



Zertifiziertes  
Onkologisches  
Zentrum

# Herzliche Einladung

## Wohlfühlnachmittage 2025 für Frauen und Männer mit Krebs – Kraft und Stärke durch Kreativität und Bewegung

Wir laden Sie herzlich zu den Wohlfühlnachmittagen in unserem Haus ein. Das Angebot ist für Sie kostenlos.

An einigen Dienstagnachmittagen und zwei Samstagvormittagen dürfen Sie in Ihnen schlummernde Fähigkeiten entdecken beziehungsweise wiederentdecken und Ihre Seele durchatmen lassen. Sie erfahren in den Kursen, was Sie trotz Krebs für sich tun können.

Ziel dieser Veranstaltungen ist es, zum einen eine versöhnliche, gute Körperwahrnehmung zu erreichen – auch und trotz eines vielleicht veränderten Körperbildes. Zum anderen können Sie über gestaltende Methoden Ihre Fähigkeiten und Stärken neu erspüren und durch Kreativität Kraft schöpfen. In geschützter Atmosphäre stellen wir Ihnen und anderen Betroffenen, die ebenfalls im Rahmen einer Tumorerkrankung mit belastenden Nebenwirkungen konfrontiert sind, Wege vor, wie Sie Ihre innere Balance wiederfinden können.

Mit unseren Wohlfühlnachmittagen möchten wir Ihnen jenseits der notwendigen medizinischen Maßnahmen ein Stück Lebensqualität zurückgeben.



**FÖRDERVEREIN**  
**BARMHERZIGE**  
**BRÜDER**  
**REGENSBURG**

Die Veranstaltungen werden finanziert durch den Verein zur Förderung des Krankenhauses Barmherzige Brüder Regensburg und der Palliativarbeit e.V.

Gerne können Sie sich auf unserer Webseite zu unserem Förderverein informieren. [www.barmherzige-regensburg.de](http://www.barmherzige-regensburg.de)

# Wohlfühlnachmittage 2025

## KURSPROGRAMM AM DIENSTAG

Jeweils 15.00 – 17.30 Uhr

### Dienstag, 01. April | Raum V2

Mit entspannender Achtsamkeit Selbstheilungskräfte aktivieren sowie Liebe und Freude finden – unterstützt durch Klangschalen, kinesiologisch dargestellt

Bernhard Eichler, Heilpraktiker

### Dienstag, 29. April | Raum V2

Escrima – therapeutischer Stockkampf: In diesem Workshop kannst Du Dir selbst und anderen begegnen, Präsenz und Achtsamkeit entwickeln, Klarheit und Abgrenzungsfähigkeit erlangen, Freude an Deiner Kraft entwickeln

Petra Staiger, Integrative Tanztherapeutin (DGT®), Gestalttrainerin (IGB)

### Dienstag, 27. Mai | Raum V2

Dem Krebs davonlaufen? Einführung in Guolin Qigong, eine besondere Form des Gehens

Gabriele Schneeberger, Qigong-Lehrerin

### Dienstag, 01. Juli | Raum V2

Workshop Lederbearbeitung – Gestalten Sie Ihr eigenes Mousepad, Medaillon, Schlüsselanhänger oder Ähnliches

Peter Dietl, Kursleiter für Leder- und Holzworkshops

### Dienstag, 07. Oktober | Raum V2

Meditativer Ausdruckstanz

Christian Unglert, Fachkraft für Palliative-Care, 5Rhythmen-Lehrer, Körpertherapeut

### Dienstag, 25. November | Raum V2

leichter-bewegen-lernen, eine Einführung in die Feldenkrais Methode

Barbara Beckenkamp, Feldenkraispädagogin

## WORKSHOP AM WOCHENENDE

Jeweils 09.00 – 13.00 Uhr

### Samstag, 17. Mai | Brüdergarten,

Treffpunkt: Information

Bogenschießen wie Robin Hood? Mit Pfeil und Bogen Neues entdecken, positive Erlebnisse genießen, Achtsamkeit und Loslassen erleben

Andreas Ehmann, Trainer für therapeutisches Bogenschießen, Fachkraft für Krankenpflege und Erlebnispädagogik

### Samstag, 27. September | Raum V2

Ruhe und Kraft durch Yoga – Sanfte Bewegung, Entspannung und Meditation

Andrea Hegner, Yogalehrerin

Änderungen vorbehalten. Bitte achten Sie auf bequeme Kleidung und Schuhe.