

## Referenten

Romy Aichner  
Seelsorgerin in Krankenhaus und Gemeinde, Pastoralreferentin

Christiane Bomhard  
Physiotherapeutin

Andreas Ehmann  
Krankenpfleger, Lehrer für therapeutisches Bogenschießen

Bernhard Eichler  
Heilpraktiker

Gabriela Gess  
Tanztherapeutin, Paartherapeutin, Psychotherapie (HPG)

Andrea Hegner  
Yogalehrerin

Schwester Jubilata  
Ordensschwester der Missionsdominikanerinnen, Strahlfeld

Veronika Kammholz (geb. Räß)  
Life Coach und Visagistin

Ines Riedl  
Dipl.-Psychologin und Atemtherapeutin

Gabriele Schneeberger  
QiGong-Lehrerin

Nadja Sporrer  
Trainee Coaching und Seminarmanagement

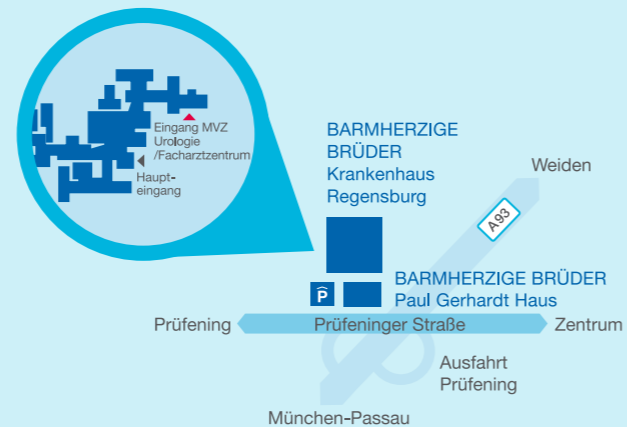
Petra Staiger  
Dipl.-Sozialpäd. (FH), Physiotherapeutin,  
Integrative klinische Tanztherapeutin (DGT)

Karola Thierauf  
Physio- und Atemtherapeutin

Ulrike Viertel  
Kunsttherapeutin

**Bitte achten Sie auf bequeme Kleidung und Schuhe.**

## Informieren Sie sich



### Veranstaltungsort

#### Krankenhaus Barmherzige Brüder

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

### Organisation/Kontakt

#### Dipl.-Psych. Astrid Hubmann

Tel. 0941 369-2631  
astrid.hubmann@barmherzige-regensburg.de

### Kursanmeldung über das Sekretariat

#### Cordula Lachner

Tel. Sekretariat vormittags: 0941 369-2606  
cordula.lachner@barmherzige-regensburg.de

Das Programm finden Sie auch auf unserer Homepage  
[www.barmherzige-regensburg.de](http://www.barmherzige-regensburg.de) unter dem Stichwort  
Wohlfühlnachmittage 2020.

**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 be-  
reits voll belegt ist und keine Teilnahme mehr möglich ist.**

EINLADUNG AN FRAUEN UND  
MÄNNER MIT KREBS

## WOHLFÜHL- NACHMITTAGE 2020

### Tun Sie sich was Gutes mit uns!

Teilnahme nur nach verbindlicher Voranmeldung möglich  
für Patienten des Krankenhauses Barmherzige Brüder  
Regensburg sowie der Klinik St. Hedwig



BARMHERZIGE BRÜDER  
Krankenhaus Regensburg

## Herzliche Einladung

### Wohlfühlnachmittage 2020 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 einem Dienstag im Monat dürfen Sie in Ihnen schlum-  
mernde Fähigkeiten entdecken beziehungsweise wieder  
entdecken und Ihre Seele durchatmen lassen. Sie erfahren  
in den Kursen, was Sie trotz Krebs für sich tun können.

Ziel dieser Nachmittage 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 schöp-  
fen. 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 wieder finden 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.  
[www.barmherzige-regensburg.de](http://www.barmherzige-regensburg.de)

Gerne können Sie sich auf der Homepage den Informationsflyer  
des Fördervereins kostenlos herunterladen.

## KURSPROGRAMM AM DIENSTAG

Uhrzeit: Jeweils 15.00 - 17.30 Uhr

### Dienstag, 04. Februar | Raum V 2

#### KINESIOLOGIE IN THEORIE UND PRAXIS

■ **Für Frauen**

- 10 Teilnehmerinnen

Bernd Eichler, Heilpraktiker

### Dienstag, 03. März | Raum V 2

#### ACHTSAM ATMEN UND STAUNEN

■ **Für Frauen und Männer**

- 10 Teilnehmer

Ines Riedl, Dipl.-Psychologin und Atemtherapeutin

### Dienstag, 21. April | Raum WP 2

#### WAHRNEHMUNGSSCHULUNG UND KÖRPERARBEIT

■ **Für Frauen und Männer**

- 12 Teilnehmer

Karola Thierauf, Physio- und Atemtherapeutin

### Dienstag, 12. Mai | Raum WP 3+4

#### DIE HEILKRAFT DES GUO LIN QI GONG

■ **Für Frauen**

- 8 Teilnehmerinnen

Gabriele Schneeberger, QiGong-Lehrerin

### Dienstag, 16. Juni | Raum WP 2

#### BUDO-THERAPIE: AUFMERKSAMKEIT - AUFRECHTE HALTUNG - SICHERER STAND

■ **Für Frauen und Männer**

- 10 Teilnehmer

Petra Staiger, Diplom Sozialpädagogin, Physiotherapeutin, Integrative klinische Tanztherapeutin (DGT)

### Dienstag, 21. Juli | Raum WP 2

#### KLOPFTECHNIK UND MEDITATION ALS RESSOURCE IN SCHWEREN ZEITEN

■ **Für Frauen und Männer**

- 10 Teilnehmer

Christiane Bomhard, Physio- und Bobaththerapeutin

### Dienstag, 15. September | Raum V 2

#### LEICHT DU SELBST SEIN. SELBST - BEWUSST SEIN

■ **Für Frauen und Männer**

- 12 Teilnehmer

Veronika Kammholz (geb. Räß), NLP Coach  
Nadja Sporrer, Trainee Coaching und Seminarmanagement

### Dienstag, 13. Oktober | Raum V 2

#### KUNSTTHERAPIE ALS AUSDRUCK VON STÄRKE UND PERSÖNLICHKEIT

■ **Für Frauen**

- 12 Teilnehmerinnen

Ulrike Viertel, Kunsttherapeutin, Erzieherin

### Dienstag, 10. November | Raum V 2

#### TANZTHERAPIE - HEILSAME ACHTSAMKEIT IN RUHE UND BEWEGUNG

■ **Für Frauen und Männer**

- 12 Teilnehmer

Gabriela Gess, Tanztherapeutin, Psychotherapie (HPG)

### Dienstag, 08. Dezember | Raum V 2

#### HEILUNG DURCH SPIRITUALITÄT UND INNERE KRAFT

■ **Für Frauen und Männer**

- 12 Teilnehmer

Romy Aichner, Seelsorgerin in Krankenhaus und Gemeinde, Pastoralreferentin

■ **Anschließende adventliche Begegnung**

Romy Aichner und Astrid Hubmann. Ende circa 18.30 Uhr.



## WORKSHOP AM WOCHENENDE

Uhrzeit: Jeweils 09.00 - 13.00 Uhr

### Samstag, 22. Februar | Raum V 2

#### DIE HEILENDE WIRKUNG DER FUSSREFELXZONENMASSAGE

■ **Für Frauen und Männer**

- 20 Teilnehmer

Schwester Jubilata, Ordensschwester der Missionsdominikanerinnen, Strahlfeld

### Samstag, 17. Oktober | Raum V 2 und Brüdergarten

#### THERAPEUTISCHES BOGENSCHIESSEN FÜR ANFÄNGER UND INTERESSIERTE

■ **Für Frauen und Männer**

- 10 Teilnehmer

Andreas Ehmann, Krankenpfleger und Lehrer für therapeutisches Bogenschießen

### Samstag, 21. November | Raum V 2

#### SANFTES YOGA - FINDE DEINE MITTE DURCH YOGA, PRANAYAMA UND MEDITATION UND LADE DICH AUF MIT NEUER ENERGIE

■ **Für Frauen und Männer**

- 10 Teilnehmer

Andrea Hegner, Yogalehrerin