

Weltkrebstag 4. Februar 2025

Die Krebsberatungsstelle Böblingen lädt ein



Yoga-Schnupper-Workshop

4. Februar 2025

16 – 17 Uhr

Krebsberatungsstelle
Haus der Diakonie
Landhausstr. 58
71032 Böblingen

Referentin: Christine Fischer – Yogalehrerin und Yogatherapeutin

Anlässlich des Weltkrebstages am **4. Februar 2025** lädt die ambulante Krebsberatungsstelle Böblingen zu einem **Yoga-Schnupper-Workshop** ein.

Wir möchten Ihnen gerne einen Einblick geben in die vielfältigen Möglichkeiten, mit denen Yoga zur **Linderung krankheits- und therapiebedingter Nebenwirkungen** bei einer Krebserkrankung beitragen kann.

Yoga wirkt ganzheitlich und kann den Genesungsprozess aktiv unterstützen. Erfahren Sie im Workshop mehr darüber, wie sanfte Yogaübungen dabei helfen, den Körper zu stärken, die Beweglichkeit zu erhalten und das allgemeine Wohlbefinden zu fördern.

Christine Fischer zeigt Ihnen praktische Übungen (im Sitzen und im Stehen) und wird dabei auch auf die häufigsten krankheitsbedingten Neben- und Langzeitwirkungen wie Fatigue, Lymphödem, Polyneuropathien und Osteoporose eingehen.

Die Veranstaltung ist **kostenfrei**, Getränke stehen zur Verfügung.
Auch Angehörige sind herzlich willkommen.

Bitte beachten: Der Zugang zum Veranstaltungsraum ist nur über Treppen zu erreichen!

Wir bitten um **Anmeldung bis 27.1.2025:**

Krebsberatungsstelle Böblingen

info@diakonie-boeblingen.de

Tel: 07031 / 216511