

Kursangebote für Bewegung und Entspannung:  
YOGA – für Körper, Seele und Geis

16.00 -17.00 Uhr jeden Donnerstag  
19.30 -20.30 Uhr jeden Donnerstag

Einstieg ist jederzeit möglich.  
Eine Anmeldung ist erforderlich.

5 Einheiten als Schnupperkurs,  
danach über das Präventionsgesetz abrechenbar

Ramona Mika-Lorenz, Yogalehrerin BDY/EYU  
Tel: 02689 - 3659  
Mobil: 0170 83 56 566  
[R.Mika-Lorenz@t-online.de](mailto:R.Mika-Lorenz@t-online.de)

Treffen am Nachmittag von 15.30 – 17.30 Uhr  
Jeden 2. Montag im Monat im Kemperhof  
Ansprechpartnerin:  
Maria Pries 0261- 67 19 78  
[mariapries@live.de](mailto:mariapries@live.de)

**Wir freuen uns auf Sie !**

**Katholisches Klinikum Marienhof, MVZ – 3. Etage  
Rudolf-Virschow-Str. 7-9, 56073 Koblenz**

Gruppentreffen am 4. Donnerstag im Monat von 18.30 – 20.00 Uhr

Ansprechpartnerin:  
**Monika Fischbach**  
Tel. 0261 1 00 47 21  
[monika.fischbach@t-online.de](mailto:monika.fischbach@t-online.de)

**Brustkrebs-Monat 2017 mit Lucia-Aktion**

**23.11.2017** **Erstes Kennenlernen der Abendgruppe mit Info-Tisch**

14.12.2017 Besinnlicher Abend im Advent in einem schönen Restaurant

**2018 Alles GUTE**

25.01.2018 Lymphoedem – was kann ich tun ?

14.02.2018 Traditionelles Heringessen am Aschermittwoch

22.02.2018 Jubeln und Klagen  
(Wir sprechen über unsere Sorgen und Nöte und betrachten die Jubel- und Klagemauer der FSH)

22.03.2018 Betreuungsvollmacht/Patientenverfügung

26.04.2018 Gemeinsam statt einsam - Spieleabend

24.05.2018 Abendspaziergang durch die Rheinanlagen mit gemütlicher Einkehr

28.06.2018 Bewegung nach Brustkrebs

26.07.2018 Märchen und Gedichte neu entdecken

23.08.2018 Gute Ernährung bei oder nach Krebs

27.09.2018 Ausflug nach Montabaur mit Stadtführung  
(Beginn später Nachmittag)

**Brustkrebs-Monat 2018 mit Lucia-Aktion**