

# Achtsamkeit - ein Wochenende

---

Von D. Staudt

9. April 2024, 09:20



Für Krebsbetroffene ist es nicht einfach, zur Ruhe zu kommen und die Natur, aber auch den eigenen Körper positiv wahrzunehmen. Während eines Wochenendes unter dem Titel „Achtsamkeit“, zu dem die Caritas-Krebsberatung einlädt, soll diese Ruhe für Betroffene während oder auch nach einer Krebstherapie neu entdeckt werden. Die landschaftlich reizvolle Umgebung rund um das Seminarhaus im „Wiesengrund“ in Nümbrecht macht es den

Teilnehmenden einfach, eine ausgewogene Balance zwischen Stille und dem Austausch mit anderen Teilnehmenden zu finden. Dieses Seminar unter der Leitung der systemischen Familientherapeutin und Sozialpädagogin Elisabeth Leufgens-Semrau findet von Samstag, 3. August 2024, 10.00 Uhr bis Sonntag, 4. August 2024, etwa 14.30 Uhr, statt.

Die Selbstbeteiligung kostet 70 Euro.

**Anmeldung bis 15. April 2024 unter: [krebsberatung@caritas-rheinsieg.de](mailto:krebsberatung@caritas-rheinsieg.de) oder telefonisch unter 02241 1209 308**

Hier finden Sie mehr Informationen über unsere Krebsberatungsstelle (<https://www.caritas-rheinsieg.de/hilfen-und-angebote/beratung-und-angebote/krebsberatung/>)