

# Gesundheitstraining Oktober 2023

www.egal.bz.it

# Gesundheitstraining 2023

## 17. Gesundheitstraining zum Thema „Beziehungen“

Ein 3-tägiges Seminar für Menschen,  
die von einer Krebserkrankung betroffen sind  
wie auch für Angehörige,  
FreundInnen und Interessierte

» Veranstalter:  
Südtiroler Krebshilfe Unterpustertal

Anmeldung:

» SÜDTIROLER KREBSHILFE UNTERPUSTERTAL  
Telefon: 0474/551327  
E-Mail: [unterpustertal@krebshilfe.it](mailto:unterpustertal@krebshilfe.it)

27. bis 29. Oktober 2023

## Geplante ReferentInnen (Änderungen vorbehalten)

- » **Dr. Christine Centurioni, Psychotherapeutin**  
Psychotherapeutin, Sexualtherapeutin und Supervisorin in  
Niedergelassener Praxis/Innsbruck
- » **Dr. Anton Huber**  
Psychotherapeut am Krankenhaus Bruneck
- » **Edith Huber**  
Kneipp-Gesundheitstrainerin und Therapeutin  
bei der Südtiroler Krebshilfe
- » **Dr. Roman Patuzzi**  
Dipl.-Psychologe, Professioneller Coach, Kampfkunstmeister
- » **Dr. Verena Pescolderung**  
Psychologin/Krebshilfe Bruneck

**In diesem Wochenend-Seminar, das nun bereits zum 17. Mal angeboten wird, setzen wir uns 3 Tage lang intensiv mit unserer GESUNDHEIT auseinander – und wie wir aktiv darauf Einfluss nehmen können.**

Eine Krebserkrankung tritt unvermittelt und unvorbereitet in das Leben eines Menschen – und dies bedeutet häufig eine dramatische Wendung im Leben – nichts ist mehr wie zuvor!

Der Diagnoseschock, viele Untersuchungen, belastende Therapien und vor allem Ängste darüber, wie es weitergehen kann – das alles will bewältigt werden. Die Betroffenen befinden sich in einer äußerst fordernden Lebenssituation, die viele Kompetenzen abverlangt.

Unser THEMA in diesen 3 Tagen wird das Heilsame in unseren Beziehungen sein – die Beziehung zu uns selbst, zur Lebenspartnerschaft, zur Familie, zum Freundeskreis, am Arbeitsplatz – wie auch die Beziehungen zum ärztlichen, pflegenden und therapeutischen Personal.

Auch werden wir uns in diesem Seminar weiteren gesundheitsfördernden Maßnahmen zuwenden: Veränderung des Lebensstils, Aktivierung der Selbstheilungskräfte, effizientes Angstmanagement, konstruktiver Umgang mit Stress und die heilsamen Effekte von Entspannung.

**Gesundheit ist unser Thema – nicht die Erkrankung!**

### Wann:

Freitag 27. Oktober 2023 um (10.00 Uhr)  
bis Sonntag 29. Oktober 2023 (ca. 13.00 Uhr)

Wir bitten um durchgängige Anwesenheit.  
Die Übernachtung im Seminarhotel wird dringend empfohlen.

### Wo:

Wirtshaushotel Alpenrose, Montal, St. Lorenzen,  
Tel. 0474-403149  
Zimmerreservierungen bitte selbst vornehmen.  
Dreiviertelpension 90,-- € (Einzelzimmerzuschlag 12,-- €)

### Kosten:

Seminargebühr für das gesamte Seminar 100,-- €  
Die Aufenthaltskosten sind im Seminarbetrag  
nicht enthalten!

