

Kursangebot 2012 des Vereins „Aktiv gegen Brustkrebs“

von Wolfgang Neumann aus Bochum | vor 2 Tagen | 0 Kommentare | 0 Bildkommentare | 1 Bild



Bochum: Aktiv gegen Brustkrebs e. V |
Kursangebot 2012 des Vereins „Aktiv gegen
Brustkrebs“

Heilsame Ernährung und Komplementärmedizin ab 16.01.2012, wöchentlich

Start: 16.01.2012

Leitung:

Dr. med. Jan Buckup, Facharzt für Allgemeinmedizin Praxis
für Naturheilkunde, Akupunktur und Ernährungsmedizin
Kortumstr. 59, 44787 Bochum

*Eine ausgewogene Ernährung hat eine große Bedeutung für
die Gesundheit. In dem Kurs erlernen Sie das Konzept einer
heilsamen Nahrung bei Brustkrebs. In der Gruppe werden
Strategien entwickelt, die zu einer gesunden Ernährung*

*beitragen. Vermittelt wird darüber hinaus die Wirkungsweise der komplementären Medizin zur Stärkung der
eigenen Abwehr. Aber nicht alle naturheilkundlichen Medikamente sind während der schulmedizinischen
Therapie angezeigt. Zum Beispiel können manche der Substanzen die Strahlensensibilität während einer
Bestrahlung unerwünscht erhöhen.*

www.aktivgegenbrustkrebs.org/kurse

Progressive Muskelrelaxation zur Entspannung ab 16.01.2012, wöchentlich

Start: 16.01.2012

Leitung:

Anja Fries, Heilpraktikerin (Psychotherapie) Gesundheitszentrum Bochum, Bergstr. 25, 44791 Bochum

*Bei der Progressiven Muskelrelaxation nach Jacobson (PMR), handelt es sich um ein
Entspannungsverfahren, das durch Anspannen und Entspannen verschiedener Muskelgruppen und der damit
verbundenen Körperempfindungen zu einer Tiefenentspannung führt. Es ist hochwirksam und leicht zu
erlernen. Es sind keine bestimmten körperlichen Voraussetzungen oder Hilfsmittel erforderlich. Man kann
diese Entspannungsübung in (fast) jeder Lebenslage im Liegen, Sitzen oder Stehen durchzuführen.*

www.aktivgegenbrustkrebs.org/kurse