



## Einladung zum Seminar Wandlungszeit – Lebensräume neu entdecken

Ein Workshop für Frauen zur Stärkung und Gesundung  
nach einer Brustkrebsdiagnose

Bitte den Termin erfragen.

Angst ist ein Gefühl und ein Zustand, der uns ganzheitlich erfasst. Wird sie zu groß, übernimmt sie die Führung in unserem Leben, blockiert unsere Lebensenergie und führt uns in Stress und Panik.

Die Cape-Stiftung möchte mit diesem Workshop betroffene Frauen unterstützen, in einem geschützten, wohlwollenden Rahmen, ihren Ängsten und Wünschen zu begegnen, lernen sie anzunehmen und darüber hinaus Qualitäten zu entdecken, die lebensbejahend wirken. Ein heilsamer, vertrauensvoller Umgang mit dem eigenen Körper wird erfahrbar, Ressourcen können neu entdeckt, Anspannung und Erstarrung gelöst werden.

Angeleitete Wahrnehmungs- und Spürübungen sowie ein innerer Perspektivenwechsel unterstützen die Prozesse der Wandlung von Angst- in Lebensräume. Ein innerer Frieden mit der Erkrankung kann sich entwickeln.

**Trainerinnen** Angelika Zwerger, Dipl.Psychologin  
Rita Mergener, Gestalttherapeutin, Psychoonkologin

**Teilnehmerinnen** max. 12 Frauen

**Ort** Cape-Stiftung  
Holsteinische Str. 26 · 10717 Berlin-Wilmersdorf

**Anmeldung** info@cape-stiftung.de oder Tel. 030 31 00 45 34

Teilnahme auf Spendenbasis