



**krebsliga graubünden
lia grischuna cunter il cancer
lega grigionese contro il cancro**

Therapeutische Unterstützung für Krebsbetroffene und deren Angehörige

www.krebsliga-gr.ch





Atem

*Der Atem ist das schwingende Band zwischen Körper, Seele und Geist.
(Romano Guardini)*

Der Atem begleitet den Menschen in jedem Moment und versorgt ihn dabei mit Lebenskraft, ausser er stockt. In Einzelarbeit wird die Wechselwirkung von Atem und körperlich-seelischem Befinden erkundet. Der meist unbewusste Atem wird erfahrbar, gelöst und gestärkt. Muskuläre und seelische Blockaden können sich lösen, Entspannung, Wohlbefinden, Regeneration und Gelassenheit entstehen.

Kursleitung: Pina Augustin, Atemtherapeutin SBAM
081 253 57 57 / pina.augustin@bluewin.ch
Standort: Reichsgasse 69, 7000 Chur
Kosten: Ihr Anteil für 7 Einzeltermine: max. Fr. 280.--* (von Fr. 840.--)



Musik

Musik ist die Kurzschrift des Gefühls. (Leo Tolstoi)

Eine tiefe wohlige Entspannung erwartet Sie. Die Schwingungen des Monochord-Klanges umhüllen und begleiten Sie. Ruhe und Wohlbefinden helfen Ihnen, Stress und Ängste abzubauen, Erinnerungen und Bilder tragen dazu bei, die Arbeit am Unbewussten zu erforschen.

Kursleitung: Aita Biert, klinische Musiktherapeutin MAS
079 642 22 05 / info@aitabiert-musiktherapie.ch /
www.aitabiert-musiktherapie.ch
Standort: Wiesentalstrasse 88, 7000 Chur
Kosten: Ihr Anteil für 7 Einzeltermine: max. Fr. 280.--* (von Fr. 840.--)



Malen

Malen ist das Vermitteln des Unaussprechlichen. (Goethe)

Mit Malen und Gestalten können Sie spielerisch und ohne Wertung Neues ausprobieren und Kraft tanken. Der Malort ist ein geschützter Raum um Erlebtes auszudrücken. Dabei unterstützt und begleitet Sie die Maltherapeutin.

Chur:
Kursleitung: Ruth-Nunzia Preisig, Maltherapeutin
081 252 88 66 / preisig@mal-atelier.ch / www.mal-atelier.ch
Standort: Malatelier, Steinbruchstrasse 16, 7000 Chur
Kosten: Ihr Anteil für 7 Einzeltermine: max. Fr. 255.--* (von Fr. 770.--)
Ihr Anteil für 7 Gruppentermine: max. Fr. 115.--* (von Fr. 350.--)

Surselva:
Kursleitung: Esther Appenzeller, Maltherapeutin, Gerontologin
081 943 33 25 / appenzeller@bardigliun.ch
Standort: Malatelier Bardigliun, 7172 Rabius
Kosten: Ihr Anteil für 7 Einzeltermine: Fr. 255.-- (von Fr. 770.--)

Organisatorisches

Weitere Informationen zum Inhalt der Angebote erhalten Sie direkt bei den Therapeutinnen. Diese nehmen auch gerne Ihre Anmeldung entgegen (Termine nach Absprache).

*Bitte prüfen Sie, ob eine Inanspruchnahme eines dieser Therapieangebote in Ihrer Zusatzversicherung integriert ist. Falls Ihre Krankenkasse die Kosten oder einen Teil davon übernimmt, informieren Sie bitte die Therapeutin darüber. Werden seitens der Krankenkasse keine Kosten übernommen, finanziert Ihnen die Krebsliga Graubünden einmalig rund zwei Drittel der Kurskosten.



krebsliga graubünden lia grischuna cunter il cancer lega grigionese contro il cancro

Krebsliga Graubünden

Ottoplatz 1
Postfach 368
CH-7001 Chur
info@krebsliga-gr.ch



Geschäftsstelle Chur

Tel.: +41 (0)81 252 50 90
Mo – Fr: 09.00 – 12.00
13.30 – 16.00

Beratungsstelle Samedan, Spital Oberengadin

Tel.: +41 (0)79 913 27 60
Do: 09.00 – 12.00
13.30 – 16.00

Beratungsstelle Scuol, Spital Unterengadin

Tel.: +41 (0)79 913 27 60
Fr: 09.00 – 12.00
13.30 – 16.00

Spendenkonto Krebsliga Graubünden

PC 70-1442-0
IBAN CH97 0900 0000 7000 1442 0
BIC POFICHBEXXX