



Leben lernt man nicht aus Büchern,  
Leben lernt man dadurch, dass man lebt.  
L. Reddemann 2007

## Wendepunkt ? !

Die Ergebnisse der modernen Gesundheitsforschung haben längst gezeigt, dass Gesundheit ein lebendiger Zustand ist, in welchem ständig eine Auseinandersetzung zwischen kranken und gesunden Prozessen stattfindet.

Nach einer Krebsdiagnose gerät das Gleichgewicht für Betroffene und deren Angehörige stark aus dem Lot und wirft mehrere lebenswichtige Fragen auf. Die Aufmerksamkeit auf unsere wichtigen, vielleicht vergessenen Stärken, das Wahrnehmen von neuen Perspektiven und der Austausch mit anderen kann das Beantworten lebenswichtiger Fragen massgeblich unterstützen.

Der Workshop „Wendepunkt ?!“ ist eine Ergänzung zum medizinischen Weg und vermittelt Frauen Anregungen, um den eigenen Lebensweg bewusst und gestärkt weiter zu gehen - vielleicht sogar mit grösserer Lebenslust.

**Inhalt**                      Wie gehe ich mit meiner Situation „Krebsbetroffenheit“ aufbauend um?  
                                    Was stärkt mich?  
                                    Wie baue ich dies in meinen Alltag ein?

**Ort / Daten**                Winterthur                8. Dezember 2012  
                                    St. Gallen                19. Januar 2013

**Zeitraumen**                14.00 – 17.00 Uhr

**Leitung:**                    Ayse-Nur Deinlein  
                                    Fachpsychotherapeutin  
                                    Für Psychotherapie FSP  
  
                                    Wartstrasse 3  
                                    8400 Winterthur



**Béatrice Inhelder**  
                                    Ausbilderin FA  
                                    Life Coach IBP  
  
                                    Mockenwiesstrasse 12  
                                    8713 Uerikon