

Kursbeginn
28.01.2026



Ambulante Onkologie

Klinik Arlesheim AG
Pfeffingerweg 1
CH-4144 Arlesheim

Tel. +41 (0)61 705 72 75
www.klinik-arlesheim.ch



AnthroMed[®]
KLINIKNETZWERK



Kurs
Wege zur Gesundheit
für Menschen mit einer Krebserkrankung

Das Leben mit einer Krebserkrankung stellt die Betroffenen vor eine grosse Herausforderung und vor zentrale Lebensfragen. Fragen nach dem Sinn, nach der eigenen Biografie, den Lebenszusammenhängen, nach Spiritualität und Heilung. Eine Krebsdiagnose kann mit Angst, Schuld und Scham verbunden sein und in eine körperliche und seelische Erstarrung führen.

Heilsame Bewegung, Begegnung, Gespräche und gemeinsame Erlebnisse in der Natur können Selbstwirksamkeit und Widerstandsfähigkeit fördern.

Wir wollen Perspektiven bieten, wie man mit einer schweren Diagnose umgehen und mit der Erkrankung innere und äussere Wege zur Gesundheit gehen kann.

Hierfür bieten wir einen 8-wöchigen Kurs mit Bewegungstherapie sowie Vorträgen, Gesprächen und gemeinsamen Übungen an.

- **Kursbeginn:** 28. Januar 2026
- **Jeweils mittwochs, 16-18 Uhr** im Therapiehaus der Klinik Arlesheim
- **Treffpunkt vor Kursbeginn:** Foyer der Klinik Arlesheim

Wir freuen uns auf Sie!

Nicole Ljubic (Heileurythmie), Christine Neukom (Klavier), Cäcilia Weiligmann (Biografiearbeit), Angela McCutcheon, Bettina Böhringer, Alexandra Travinskaia (Ärztinnen), Marina Mantovani (Organisation)

Programm

Datum	16-17 Uhr	17-18 Uhr
28.01.2026	Was sind gesunde und gesundende Kräfte?	Heileurythmie
04.02.2026	Heileurythmie	Was stärkt mich? Übung und Gespräch
11.02.2026	Heileurythmie	Gesunde Ernährung
18.02.2026	Heileurythmie	Was nährt mich? Übung und Gespräch
25.02.2026	Die Mistel	Gemeinsamer Mistelspaziergang
04.03.2026	Heileurythmie	Wärme
11.03.2026	Heileurythmie	Was wärmt mich? Übung und Gespräch
18.03.2026	Heileurythmie	Gemeinsamer Abschluss

Für Patient:innen der Onkologie der Klinik Arlesheim wird über die Krankenkasse bzw. Zusatzversicherung abgerechnet. Für die genauen Modalitäten wenden Sie sich bitte vorab an die/den Sie betreuenden Ärztin/Arzt.

Voraussetzung für die Teilnahme: Selbstständige körperliche Mobilität

Die Teilnehmerzahl ist auf max. 12 Personen begrenzt – wir bitten um rechtzeitige Anmeldung unter:

wegezurgesundheit@klinik-arlesheim.ch