



Nach einer abgeschlossenen Krebsbehandlung wird es wieder ruhiger. Das Leben ist jedoch nicht mehr dasselbe, wie es vorher war. Die Angst vor einer Wiedererkrankung, physische und psychische Veränderungen sowie Sinnfragen gilt es neu zu bewerten und zu integrieren. Dieses Seminar soll Raum bieten zur Auseinandersetzung mit der eigenen Situation in einer herrlichen Region, aber auch Licht, Luft und Freude bringen für das Kommende.

Inhalte	<ul style="list-style-type: none"> › Auseinandersetzen mit Erfahrungen der Erkrankung › Wahrnehmen der Veränderungen › Voneinander lernen für die Zukunft › Zeit für sich und in der Gruppe › Neues erfahren beim Erkunden des holländischen Wattenmeers › Möglichkeit zur aktiven Teilnahme am Segeln
Zielpublikum	Das Angebot richtet sich an Männer, deren Krebstherapie abgeschlossen ist. Sie waren selbst betroffen oder sind Angehöriger einer ehemals betroffenen Person. Ihre physische und psychische Situation ist stabil. Zur beidseitigen Klärung findet vorgängig ein Informationgespräch in St. Gallen statt.
Organisation	Krebsliga Ostschweiz
Leitung	<p>Werner Maier Coach TZT, Hochseeskipper</p> <p>Ernst Richle Sozialarbeiter FH, Bereichsleiter Sozialberatung und Prävention, Krebsliga Ostschweiz</p>

Ort	Im Wattenmeer auf dem Plattbodenschiff «De Vriendschap», ab Enkhuizen, Holland
Datum	3.–10. Juli 2016
Zeit	Sonntag bis Sonntag
Kosten	Fr. 1050.– für An-/Rückreise, Unterkunft auf dem Schiff (Doppelkabine zur Alleinbenützung), Vollpension ohne Getränke. Die Kosten für Moderation und Begleitung übernimmt die Krebsliga.
Teilnehmerzahl	6 Männer
Anmeldung / Information	<p>Krebsliga Ostschweiz Flurhofstrasse 7 9000 St. Gallen Tel. 071 242 70 23 www.krebsliga-ostschweiz.ch info@krebsliga-ostschweiz.ch</p>
Anmeldeschluss	31. Mai 2016