

## Yoga für Patientinnen mit Brustkrebs



# Einladung zum Workshop

[www.brustzentrumbaden.ch](http://www.brustzentrumbaden.ch)

Kantonsspital Baden



# Liebe Patientin

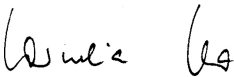
Yoga verbindet Körper, Geist und Seele. Yoga aktiviert die Selbstheilungskräfte, weckt die Lebensenergie und stärkt das Vertrauen in den eigenen Körper.

Als begleitende Massnahme ist Yoga ideal für Frauen mit einer Brustkrebs-erkrankung. Yoga unterstützt Patientinnen während und nach einer Therapie auf dem Weg zur Genesung.

Nicht jede Yoga-Übung ist für jede Frau gleich wirksam. Es gilt, die individuellen Bedürfnisse und Möglichkeiten zu berücksichtigen. Das Interdisziplinäre Brustzentrum des Kantonsspitals Baden arbeitet mit einer ausgewiesenen Fachfrau, der Yoga-Therapeutin Gabriele Wilcke, zusammen.

Melden Sie sich für unseren Yoga-Workshop an. Sie sind herzlich eingeladen. Kommen Sie für eine entspannende Yogaübung zu uns ins KSB.

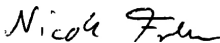
Es grüssen Sie herzlich



Prof. Dr. med. Cornelia Leo  
Leiterin Interdisziplinäres  
Brustzentrum Baden



Salome Laube  
Pflegeexpertin BCCN



Nicole Frehe  
Fachexpertin BCCN



Petra Fischer  
Fachexpertin BCCN

# Einladung

Im Rahmen des Brustkrebsmonats Oktober laden wir Sie herzlich zu unserem **Yoga-Workshop** ein. Sie dürfen an einer theoretischen Einführung und an einer kostenlosen Yoga-Lektion teilnehmen.

---

**Datum/Zeit** Samstag, 28. Oktober 2023  
9.00 bis ca. 11.30 Uhr

---

**Ort** Lichthof Kantonsspital Baden  
(Ausschilderung ab Kiosk im Erdgeschoss)

---

**Kleidung** Locker, bequem  
Yogamatte und Tuch sind vorhanden

Beim anschliessenden Apéro haben Sie die Möglichkeit, mit der Yogatherapeutin und einer der Fachexpertinnen BCCN (Breast and Cancer Care Nurse) ins Gespräch zu kommen. Es gibt eine beschränkte Teilnehmerinnenzahl. Bei grosser Nachfrage wird es eine zweite Gruppe mit abweichenden Zeiten geben.

---

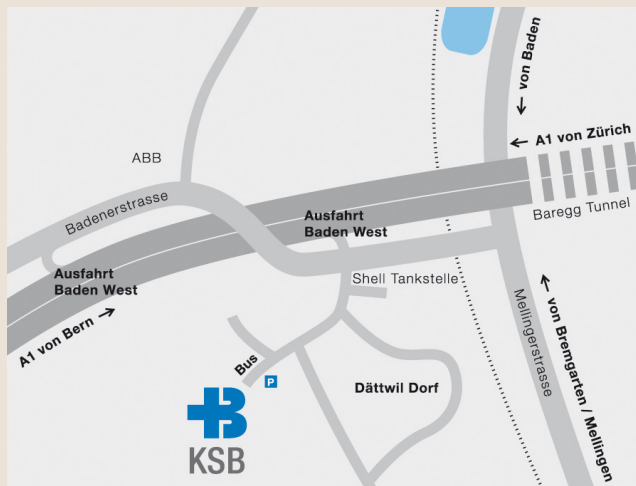
# Anmeldung

Wir freuen uns, Sie am 28. Oktober 2023 bei uns willkommen heissen zu dürfen. Anmeldeschluss ist am Montag, 16. Oktober 2023.



Anmelden können Sie sich ganz einfach online.  
Scannen Sie dafür diesen QR-Code.

## Anfahrtsplan und Wegbeschreibung



### Anreise mit dem Auto

Das Parkieren am KSB ist gebührenpflichtig. Navigationssysteme finden unser Spital unter der Adresse: Im Ergel, 5404 Baden

### Anreise mit den öffentlichen Verkehrsmitteln

Mit öffentlichen Verkehrsmitteln erreichen Sie uns am besten mit den Linien 6 (Richtung Rütihof) und 7 (Richtung Segelhof-Birmenstorf) der Regionalen Verkehrsbetriebe Baden-Wettingen RVBW ab Bahnhof Baden (Westseite). Die Busse fahren tagsüber alle 7 Minuten (Reisezeit 12 Minuten).

Eine andere Verbindung besteht stündlich mit dem Postbus ab dem S-Bahnhof Mellingen Heitersberg. Unsere Haltestelle direkt vor dem Haus ist im Fahrplan mit «Dättwil AG, Kantonsspital» bezeichnet.

## Kantonsspital Baden AG

Departement Frauen und Kinder

5404 Baden

Telefon +41 56 486 36 36

Fax +41 56 486 35 09

[www.frauenklinik.ch](http://www.frauenklinik.ch)

Kantonsspital Baden

