



**krebsliga beider basel**

## **Öffnungszeiten**

**Haus der Krebsliga beider Basel**

**Montag bis Freitag von 10 bis 17 Uhr**

**Haus der Krebsliga beider Basel**

**Petersplatz 12 | 4051 Basel**

**Telefon 061 319 99 88**

**Fax 061 319 99 89**

**Krebsliga beider Basel**

**Kasernenstrasse 41 | 4410 Liestal**

**Telefon 061 319 99 88**

**Fax 061 319 99 89**

**info@klbb.ch**

**www.klbb.ch**

**Bleiben Sie up-to-date, wir informieren Sie regelmässig über  
News auf unserer Website oder folgen Sie uns auf Social Media.**



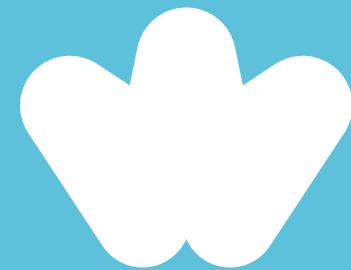
**Spendenkonto: PC 40-28150-6 | IBAN-Nr.: CH11 0900 0000 4002 8150 6**



**krebsliga beider basel**



## **Kursprogramm und Veranstaltungen 2022**



**Wir freuen  
uns auf Sie!**

**Haus der Krebsliga beider Basel | Petersplatz 12 | 4051 Basel  
www.klbb.ch | 061 319 99 88 | info@klbb.ch**

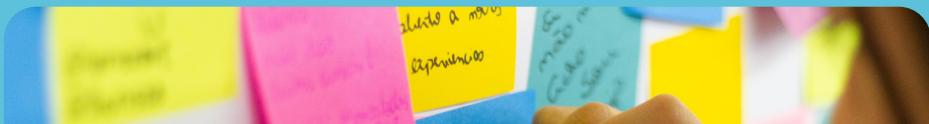
# Herzlich Willkommen im Begegnungszentrum

Nehmen Sie sich mal wieder richtig Zeit um sich zu entspannen, kreativ auszuleben, sich auszutauschen oder Neues zu lernen.



## Ernährung | Austausch

- Gesunde Ernährung
- Kochwerkstatt in Basel | Liestal
- Raclette-Abend im CURA
- Spiel, Spass & Brunch
- Yoga & Brunch
- Austausch für Angehörige in Basel | Liestal
- AYA Online | AYA Event | AYA Christmas



## Wissen

- Krebs online - Umgang mit Infos im Netz
- Gesundheitliche Vorausplanung Patientenverfügung „plus“ im CURA
- AYA Input | AYA Awareness Day
- Recht einfach am Nachmittag – Sie fragen, wir antworten



## Achtsamkeit | Bewegung | Entspannung

- Sanftes Yoga & Meditation
- Yoga & Achtsamkeit
- Progressive Muskelrelaxation
- Nordic Walking Basel | Liestal
- Kräftigendes Yoga & Meditation
- MBSR – Stressbewältigung durch Achtsamkeit
- Atemübungen
- Lachyoga
- Weihnachtspyoga
- Spuren im Schnee - Auszeit für Körper und Geist
- Mitten im Leben - achtsam und gestärkt



## Kreatives

- Kreatives Malen
- Aromapflege
- HaarRaum
- Kindernachmittag

Mehr über unser Kursprogramm und die jeweiligen Termine finden Sie auf [www.klbb.ch](http://www.klbb.ch) oder scannen Sie nebenstehenden QR-Code ein.

