



krebsliga bern
ligue bernoise contre le cancer

Raum für Resonanz

**Mit Atmung zur Regeneration: Der Weg zur Ruhe,
Balance, innerer Stärke und neuer Energie**

April bis Dezember 2026

Jeweils 1x pro Monat Donnerstagabend
Schnupperabend: 23. April 2026

**Für
Betroffene und
Nahestehende**



Inhalt

Tauchen Sie mithilfe Ihres Atems in einen Raum für Bewusstheit, Selbstkontakt und Verbindung ein – zu Ihnen selbst, zu anderen und zu Ihrem Umfeld. Der Kurs richtet sich an Menschen vor oder nach einer Krebsbehandlung. Die sanften Atem-, Achtsamkeits- und Körperübungen helfen, das eigene Wohlbefinden zu stärken, innere Ruhe zu fördern und wieder mehr Verbindung zum eigenen Körper zu finden. Auch Nahestehende und Freunde sind willkommen.

Kursleitung:

Thomas Ebert
Coach und Freediving Trainer



Daten / Zeit / Ort

Jeweils donnerstags:

23.4. (Schnupperabend), 28.5., 25.6., 30.7., 24.9., 22.10., 26.11. und 17.12.2026
von 18.00-20.00 Uhr in der Praxis Om ni Present, Länggasse 25A, 3600 Thun.

Kosten

Pro Abend (ausser am Schnupperabend vom 23.4.2026): CHF 20 für Mitglieder und Nicht-Mitglieder. Für die ganze Kursdauer: CHF 80 für Mitglieder und CHF 100 für Nicht-Mitglieder (bar oder per Twint vor Ort).

Organisation / Anmeldung / Information

Anmeldung nur für Schnupperabend bis spätestens 16. April 2026

T 031 313 24 24 | info@krebsligabern.ch | bern.krebsliga.ch

Haben Sie Fragen?

Wir sind gerne für Sie da.

Krebsliga Bern
Schwanengasse 5/7, Postfach
3001 Bern
T 031 313 24 24
info@krebsligabern.ch
bern.krebsliga.ch

Öffnungszeiten

Montag–Freitag
9.00–12.00 Uhr und 13.30–16.30 Uhr

Werden Sie Mitglied.

Mit Ihrer Mitgliedschaft zeigen Sie Solidarität mit Betroffenen und setzen ein Zeichen im Kampf gegen Krebs:



bern.krebsliga.ch/mitglied

Folgen Sie uns auf Social Media.



Abonnieren Sie unseren Newsletter.

bern.krebsliga.ch/newsletter

Wir behandeln Ihre Daten vertraulich.

Erfahren Sie mehr in unserer Datenschutzerklärung: krebsliga.ch/datenschutz



Ihre Spende
in guten Händen.