

Förderverein Brustzentrum

„Die Revierinitiative“

Beratungszentrum // **KNÖTENPUNKT**

Wohlfühlzeit für mich
Ernährung, Bewegung, Entspannung

Round-Table-Gespäch mit
Maria Bröking
4. November 2008, 19.00 Uhr



Maria Bröking, Jahrgang 1953, ist gelernte Kauffrau. Sie ist seit 1985 selbständig.

2001 absolvierte sie ihre Ausbildungen zur Zilgri-Trainerin, 2003 zur Ernährungsberaterin. Im Jahre 2004 erfolgte dann die Ausbildung zum Gesundheitstrainer nach der Kunhardt-Methode.

Maria Bröking hat zwei 2 Kinder im Alter von 28 und 29 Jahren.

Gesunde Ernährung ist ein wichtiger Bestandteil einer ganzheitlichen Krebstherapie. Sie kann Krebs nicht heilen, aber den Verlauf der Erkrankung positiv beeinflussen.

Auf dem Weg zum besseren Wohlfühlen und entscheidend für den weiteren Verlauf der Erkrankung ist es wichtig, selbst aktiv zu werden. Dabei kann jeder selbst ein Stück zu seiner Genesung und zu seinem Wohlbefinden beitragen. Moderate Bewegung und eine schmerzlindernde Entspannung nach Zilgri stärkt nicht nur die körpereigene Abwehr, sondern hilft auch z.B. bei Verdauungsbeschwerden, Schlafstörungen oder Stress und Angstzuständen.

Über Möglichkeiten und Methoden, mit Hilfe von Ernährung, Bewegung und Entspannung sich selbst tägliche Wohlfühlzeiten zu eröffnen, möchte ich Sie am 4. November informieren. Ich freue mich auf die Veranstaltung mit Ihnen.

Förderverein Brustzentrum „Die Revierinitiative“ e.V.

c/o Evangelische Kliniken Gelsenkirchen GmbH

Munckelstr. 27 | 5879 Gelsenkirchen | Telefon: 0209/160-3131 | Fax: 0209/160-2662

Email: info@die-revierinitiative.de | www.die-revierinitiative.de

Herner Sparkasse, Kto.-Nr.: 130 105 33, BLZ: 432 500 30

