



### Weitere Angebote:

**Kurberatung  
für Mutter-Kind-Kuren und Mütterkuren,  
Vater-Kind-Kuren und Väterkuren,  
sowie Kuren für  
pflegende Angehörige**

#### **Wir nehmen uns Zeit für Sie**

Im Beratungsgespräch erhalten Sie Informationen über den Ablauf und die Antragsstellung für eine stationäre Kurmaßnahme. Wir übernehmen den Kontakt zu Ihrer Krankenkasse und suchen gemeinsam mit Ihnen eine Kurklinik aus. Eine erfolgreiche Kur bietet Entspannung und Erholung, setzt aber auch Disziplin und Ihre aktive Mitarbeit voraus. Für einen nachhaltigen Kurerfolg bieten wir Ihnen zusätzliche Angebote an, wie Kur-Nachsorge-Wochenenden oder das Café-Atempause.

Wir sind eine anerkannte Beratungs- und Vermittlungsstelle innerhalb des Müttergenesungswerkes. Unsere Beratung ist individuell und kostenlos. Für eine Terminvereinbarung erreichen Sie uns per Mail [kab@betriebsseelsorge.de](mailto:kab@betriebsseelsorge.de) oder telefonisch unter 0751-21040 (evtl. Anrufbeantworter)

**KAB - Frau und Gesundheit, Bischof-Moser-Haus, Allmandstr. 10 88212 Ravensburg**

*Sei willkommen, so wie Du bist!*

Liebe Frauen,  
im turbulenten Familienalltag fällt es oft schwer, sich Zeit zu nehmen, sich zu spüren und eigene Bedürfnisse wahrzunehmen. Vielleicht erinnern Sie sich an Momente in Ihrer Kur, wo das gut gelungen ist.

Mit unserem Angebot Café Atempause möchten wir einen Raum schaffen, wo diese Begegnungen mit sich selber zu verschiedenen Themen möglich sind. Mit der fachlichen Unterstützung unserer Referentinnen können Sie in entspannter Atmosphäre ihren Alltag reflektieren und neue Impulse mit nach Hause nehmen.

Freuen Sie sich auf ein Angebot von Frauen für Frauen, auf die Begegnung mit sich selber und mit den anderen Frauen in der Gruppe. An den Samstagsterminen werden Ihre Kinder liebevoll betreut.

*Wir freuen uns auf eine gemeinsame Atempause*  
Andrea Grabherr und Bernadette Schwarz

## Café „Atempause“

2018/  
2019

**Zeit für mich  
Auftanken unter Frauen  
Impuls und Austausch**

**KAB - Frau und Gesundheit  
88212 Ravensburg, Allmandstraße 10, Bischof-Moser-Haus**



**Samstag, 10. November 2018 14:30 – 17:00 Uhr**

#### **Los - lassen**

*Was ist mir wichtig und wertvoll? Was will ich lassen – wovon will ich mich lösen?*  
Referentin: Susanne Traub, Gestalttherapeutin

**NEU - Abendangebot: Mittwoch 23. Januar und 13. Februar 2019 20:00 – 21:30 Uhr**

#### **Atem entfacht inneres Feuer**

*und eine liebevolle innere Beziehung zu Dir selber. Gönn Dir die Zeit, um diese zu pflegen.*  
Referentin: Eva Binger, Dipl. Atemtherapeutin nach Prof. Ilse Middendorf

**Samstag, 23. März 2019 14:30 – 17:00 Uhr**

#### **Leben formen – Linien ziehen**

*Wir begegnen den archetypischen Urformen wie z. B. Kreis, Dreieck, Horizontale...  
Welche Wege und Möglichkeiten eröffnen sich, wenn ich meinen inneren Linien folge?*  
Referentin: Susanne Traub, Gestalttherapeutin

**Ort:** Bischof-Moser-Haus, Allmandstr. 10, 88212 Ravensburg

**Kosten:** 5,00€ pro Veranstaltung (Abendangebot gilt als eine Veranstaltung)

**Anmeldung an:** KAB Ravensburg, Tel.: 0751-21040 oder [kab-grabherr@mail.de](mailto:kab-grabherr@mail.de)  
**Kinderbetreuung nur am Samstag.** Bitte teilen Sie uns das Alter Ihrer Kinder mit.