

Die Teilnahme
an dem Seminar
ist kostenlos

Krebs- erkrankung

Angehörigenseminar

Themen:

- ▶ Wo bekommen wir als Familie Unterstützung?
(Beratungsstellen, Selbsthilfegruppen, Krebsinformationsdienst etc.)
Wie können wir uns gegenseitig Halt geben?
- ▶ Lebensstil & Krebs: Sport, Ernährung, Rauchen, Alkohol, Stress
Welche Verantwortung trage ich, als Angehöriger?
- ▶ Angst, wie soll ich damit umgehen?
- ▶ Entspannung – eine Stunde die Seele baumeln lassen
- ▶ Was steckt hinter der permanenten Müdigkeit, Erschöpfung und Antriebslosigkeit?
- ▶ Woran soll ich glauben: Hoffnung oder Resignation?
- ▶ Kraftquellen im Alltag finden
- ▶ Sollen wir über den Krebs reden? Und wenn ja, wie?
- ▶ Unterschiede in der Krankheitsbewältigung von Erkrankten und Angehörigen

Kursleitung:

Frau Stefanie Wiggers (Rehabilitationspsychologin/Psychoonkologin)
Leiter der Onkologie: Herr Grote-Metke

Februar – November 2019



Alle Termine und weitere Informationen finden Sie in unserer Broschüre.