

Krebserkrankung – Informations- und Gesprächsgruppe für Betroffene und Angehörige

Die **Diagnose Krebs** verursacht bei **Betroffenen und Angehörigen** gleichermaßen Erschrecken, Unsicherheit und Angst, insbesondere dann, wenn sie bis dahin nichts damit zu tun hatten und noch nichts über die Möglichkeiten der Heilung und Linderung wissen.

Gespräche mit Ärzten und Therapeuten und die medizinische Behandlung zeigen bald einen Weg, mit der Krankheit umzugehen. Trotzdem wird es nicht mehr wie vorher.

Information, Anregungen, Austausch von Erfahrungen und Einübung von Entspannungstechniken können helfen, die krankheitsbedingten Veränderungen besser zu bewältigen und in eine neue Normalität zu finden.

Das Gruppenangebot **Krebserkrankung** vermittelt Informationen zu Themen wie:

- Wie darüber sprechen - in der Familie, im Umfeld,
- Umgang mit der Angst - Behandlungs-, Zukunftsangst...
- Warum gerade ich? - Krebspersönlichkeit, Stress, ...???
- Den veränderten Körper annehmen - Körperbild, Selbstwert ...
- Veränderte Sexualität - sexuelle Funktionsstörungen, Lustlosigkeit, Scham, ...
- Schlaflosigkeit, Erschöpfung und Fatigue
- Abschalten und Entspannung

Neben Information und Austausch werden in jeder Gruppe Entspannungsverfahren geübt.

Die Gruppengespräche dauern ca. 90 Min.

Mindestteilnehmerzahl: 3

Höchstteilnehmerzahl: 8

Termine:

Im Abstand von 2-3 Wochen – bitte nachfragen,

montags, 19.00 – ca. 20.30 Uhr

Kosten:

Pro Teilnehmer und Gruppengespräch

10,-- €

Ort:

Psychotherapeutische Praxis Thomas Vey

Sonnendorf 28

6334 Schwoich

Tel: 0043 5372-58778 oder: 0043 664 7376 8059

thomas.vey@aon.at

<http://members.aon.at/thomas-vey/>

Anmeldung:

Telefonisch (Anrufbeantworter) mit Angabe einer Rückrufnummer oder per Mail.

Meine Telefonsprechzeit ist montags, zwischen 12.15 Uhr und 12.45 Uhr.