

Selbsthilfegruppe für Angehörige von Menschen mit einer Krebserkrankung

Ist ein Mensch im nahen sozialen Umfeld an Krebs erkrankt, sind auch die Angehörigen herausgefordert: Die **Balance** zwischen **Fürsorge** und **Selbstsorge** zu finden fällt nicht immer leicht. Werden die eigenen **Bedürfnisse** wahrgenommen, treten häufig **Schuldgefühle** auf. Hin und her gerissen zwischen **Mitgefühl** und **Wut**, zwischen **Hoffnung** und **Angst**, zwischen **Zuversicht** und allfälligem **Abschied** stossen Angehörige an die **Grenzen** ihrer Belastbarkeit. Diese Lebenssituation macht ratlos, müde und traurig.

Erkennen Sie im oben Geschilderten Ihre Situation und Ihre Gefühle wieder? Wollen oder können Sie Familie und Freunde nicht mit Ihren Sorgen und Nöten belasten und wünschen sich einen Ort, wo Sie wahrgenommen, akzeptiert und ernst genommen werden?

In dieser Selbsthilfegruppe finden Sie Gleichbetroffene und können erleben, dass Sie trotz allem nicht alleine sind. Die Mitglieder der Gruppe unterstützen sich gegenseitig und können aus den Erfahrungen der anderen lernen. Alle Teilnehmenden bringen Themen ein und sind gemeinsam für die Gruppe verantwortlich. Der Austausch findet in einem diskreten, vertraulichen Rahmen statt.

Sind Sie an einer Teilnahme interessiert? Mehr Informationen zu dieser Gruppe erhalten Sie bei: