

Hinweise, Kontakt und Anmeldung

Anmeldungen bitte an Andrea Stroppel, Sekretariat
andrea.stroppel@med.uni-tuebingen.de,
Tel. 07071 29-87033

Die genannten Veranstaltungen sind keine therapeutischen Angebote. Die Teilnahme erfolgt in eigener Verantwortung. Die Teilnahme ist kostenlos. Spenden zur Unterstützung der Krebsberatungsstelle sind erwünscht.



Psychosoziale Krebsberatungsstelle

Die Psychosoziale Krebsberatungsstelle am CCC Tübingen-Stuttgart bietet allen Krebsbetroffenen und ihren Angehörigen professionelle Unterstützung und Begleitung an.

Herrenberger Str. 23, 72070 Tübingen
krebbsberatung@med.uni-tuebingen.de
www.psychoonkologie-tuebingen.de

Bereichsleitung Krebsberatungsstelle:

Dipl.-Psych. Heike Sütterlin

Leitung Sektion Psychoonkologie:

Prof. Dr. med. Andreas Stengel

Die Krebsberatungsstelle ist auf Spenden angewiesen. Wenn Sie unsere Arbeit unterstützen wollen, bitten wir Sie um Ihre Spende auf das Konto

IBAN: DE41 6005 0101 7477 5037 93

BIC: SOLADEST600

Verwendungszweck: D.70.01592 (bitte unbedingt angeben)

Das CCC Tübingen-Stuttgart ist als gemeinnützig anerkannt.

Spenden sind steuerlich absetzbar.

Comprehensive Cancer Center
Tübingen-Stuttgart

Sektion Psychoonkologie

Leben mit Krebs Information – Austausch – Kreativität

Gruppenangebote der
Psychosozialen Krebsberatungsstelle Tübingen
für Betroffene und Angehörige

Neue Termine ab Oktober 2021



09/2021 Titelbild Rachid Amrous „Assurance“ © Fotolia



Universitätsklinikum
Tübingen

Die eigene Sprache (wieder)finden mit der heilsamen Kraft des Schreibens

Ein Angebot für Betroffene und Angehörige (in Präsenz)

Mit der Diagnose „Krebs“ beginnt eine Zeit, die von Ohnmacht, Angst und Sprachlosigkeit begleitet sein kann. Doch gerade Worte können heilsam und anregend sein: Sie trösten, ermutigen, entlasten. Sie schenken Einsichten und verschaffen Gefühlen ihren angemessenen Raum.

Bei unseren Treffen in einer geschützten Gruppe hören wir kurze literarische Texte. Das Schreiben in Resonanz auf verschiedene Impulse löst innere Erstarrungen und lässt persönliche Themen (mit-)teilen. Angeleitete Entspannungsübungen helfen dabei.

Wichtig: Es werden keinerlei literarische Kenntnisse bzw. Fertigkeiten vorausgesetzt!

Bitte Papier und Stifte mitbringen, mit denen Sie gerne schreiben.

Termine:

mittwochs von 17:00–18:30 Uhr

06.10.2021 24.11.2021

20.10.2021 01.12.2021

10.11.2021

Veranstaltungsort:

Sozialforum, Europaplatz 3, 72070 Tübingen
(Aufzug vorhanden)

Leitung:



Sabine Stahl M.A.

Autorin, Journalistin (SWR), zertifizierte Leiterin für literarische Schreibwerkstätten und Poesie- und Bibliothherapie (FPI/EAPG), zertifizierte Trauerbegleiterin (BVT)

Anmeldung ist erforderlich. Die Teilnahme geschieht auf eigene Verantwortung. Teilnehmende müssen vollständig geimpft oder genesen sein oder einen aktuellen (max. 24 Std.) negativen Antigen-Schnelltest vorlegen. Es gelten die jeweils aktuellen Coronaregeln. Sollten Kontaktbeschränkungen verordnet werden, kann die Gruppe digital stattfinden.

Informations- und Gesprächsabende online

Leben mit Krebs – das wirft nach einer Erkrankung für Betroffene und Angehörige viele Fragen auf. Einige dieser Fragen möchten wir im Rahmen unserer offenen Informations- und Gesprächsabende aufgreifen. Die Abende beginnen jeweils mit einem informativen Kurzvortrag. Anschließend möchten wir mit Ihnen ins Gespräch kommen.

Montag 25.10.2021, 17.30–19.00 Uhr

Arbeiten mit einer Krebserkrankung!?

Arbeit und Beruf sind für viele Menschen ein zentraler und wichtiger Bestandteil ihres Lebens. So ist Berufstätigkeit in der Regel nicht nur ausschlaggebend für die finanzielle Situation, sondern kann auch ein stabilisierender Faktor sein. Während und nach einer Krebserkrankung können viele Fragen rund um den Arbeitsplatz aufkommen. Wie gehe ich mit meiner Erkrankung am Arbeitsplatz um? Nützt mir ein Schwerbehindertenausweis? Wie kann ein Wiedereinstieg in den Beruf gelingen? Auf diese und viele weitere Fragen möchten wir im Rahmen dieses Themenabends eingehen. Nach einem informativen Vortrag ist Zeit für Austausch und individuelle Fragen.

Referentinnen:

Johanna Schramm und Ulrike Gössl, Sozialpädagoginnen,
Psychosoziale Krebsberatungsstelle, Tübingen

Mittwoch, 17.11.2021, 17.30–19.00 Uhr

Zur Ruhe kommen und Kraft schöpfen

Krebserkrankungen gehen mit vielen Belastungen einher, für Betroffene und auch für ihre Angehörigen. Häufig fällt es schwer, zur Ruhe zu kommen, da Sorgen und Ängste den Alltag begleiten. An diesem Abend bekommen die Teilnehmerinnen und Teilnehmer Anregungen, wie sie ihr inneres Gleichgewicht stärken können. Der Abend endet mit einer Meditation.

Referentin:

Dipl.-Psych. Helena Schütze, Psychosoziale Krebsberatungsstelle Tübingen

Die Gesprächsabende werden als Video-Konferenz durchgeführt. Eine vorherige Anmeldung per E-Mail ist erforderlich. Nach der Anmeldung erhalten Sie weitere Informationen zum Ablauf.