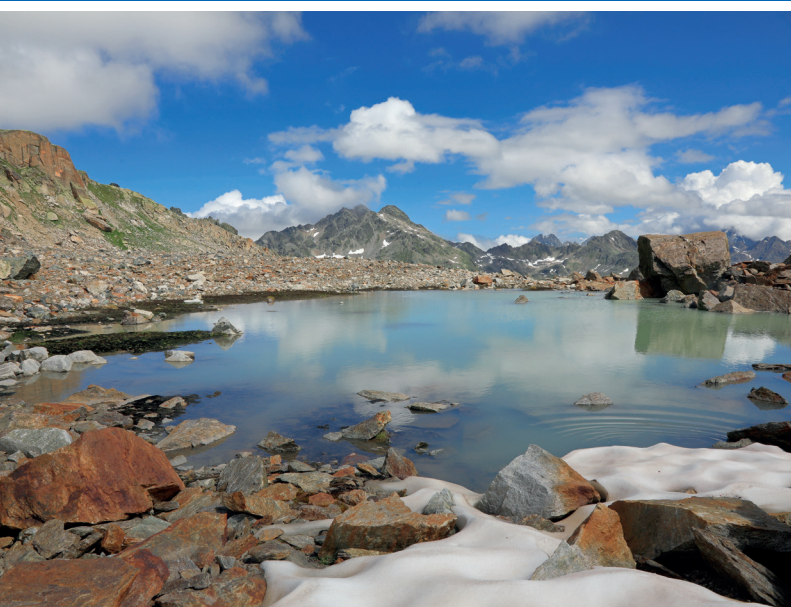




krebsliga graubünden
lia grischuna cunter il cancer
lega grigionese contro il cancro

Psychoonkologische Begleitung

Für Krebsbetroffene und Nahestehende



Ich will mir
etwas Gutes tun,
aber was?

Ich will mehr
Lebensqualität,
was kann ich
dafür tun?

Ich frage mich,
wie es weitergehen
soll.

Wie informiere
ich Freunde,
Bekannte und
die Familie?

Ich verspüre
grosse Unruhe,
wenn ich an den
nächsten
Arzttermin
denke.

Ich bin oft
überfordert.

Was denken
wohl andere
über mich?

Ich hadere
mit dem
Schicksal.

Kennen Sie solche Gedanken?

Wir sind für Sie da!

Ich bin
erschöpft.

Ich kann gewisse
Themen/Gedanken
mit niemandem
besprechen und
möchte niemanden
belasten.

Manchmal bin
ich kraftlos.

Ich habe es
mir anders
vorgestellt.

Es fällt mir
schwer, soziale
Kontakte zu
pflegen.

Vielleicht möchte
ich über den Tod
und das Sterben
sprechen.

Ich will lernen,
liebvoll mit mir
selbst umzugehen,
aber wie?

Ich fühle mich
ohnmächtig.



krebsliga graubünden
lia grischuna cunter il cancer
lega grigionese contro il cancro



Gemeinsam gegen Krebs

Krebsliga Graubünden
Ottoplatz 1
Postfach 368
7001 Chur

Tel. 081 300 50 90
info@krebsliga-gr.ch
www.krebsliga-gr.ch

Spendenkonto
PC 70-1442-0
IBAN CH97 0900 0000 7000 1442 0



Wir sind für Sie und Ihre Angehörigen da

Das Leben seit der Krebsdiagnose ist anstrengend, ermüdend, beängstigend und energieraubend. Stimmt's?

Es gibt gute und schlechte Tage.
Nichts ist, wie es einmal war.

Möchten Sie während dieser Zeit gut für sich sorgen und Kraft schöpfen?

Wer sind wir?

Besuchen Sie unsere Website und erfahren Sie mehr über uns:

www.krebsliga-gr.ch
→ Dienstleistungsangebot
→ Psychoonkologische Begleitung



Unser Angebot ist für Sie kostenlos. Wir sind im persönlichen Gespräch für Sie da und bieten Ihnen Raum und Zeit, um zu besprechen, was Sie aktuell beschäftigt. Wir begleiten Sie gerne auf Ihrem Weg.

Was ist psychoonkologische Begleitung?

Jeder Mensch reagiert anders auf die Diagnose Krebs.

Unsere Dienstleistung «Psychoonkologische Begleitung» ist ein nicht-medizinisches Angebot. Es soll dazu beitragen, die Lebensqualität von Krebsbetroffenen und deren Angehörigen zu fördern und krankheitsbedingte Belastungen zu reduzieren.

Die Wirksamkeit von psychoonkologischen Interventionen konnte durch verschiedene Studien erwiesen werden.

Unsere Vision

- Sie in herausfordernden Zeiten der Krankheit zu begleiten.
- Ihnen einen Raum zu bieten, wo Sie durchatmen können.
- Mit Ihnen Strategien zu entwickeln, die Selbstvertrauen und Wohlbefinden fördern.
- Ihre innere Kraft zu entdecken.
- Mit Ihnen Lösungen zu erarbeiten, um Müdigkeit, Ohnmacht, Übelkeit und Anderes zu überwinden.
- Ihnen dabei behilflich zu sein, Ihr soziales Umfeld trotz Krankheit zu pflegen.
- Ihre Lebensqualität zu erhalten und/oder vielleicht zu steigern.

