

## Kontakte:

Lucia Müller, Gruppenbegleiterin      079 330 80 51  
Krebsliga, Beratungsstelle Stans      041 611 13 88

- Gruppentreffen:
  - am 4. Donnerstag im Monat
  - 19.15 – 21.15 Uhr
  - Kursraum Brisen in Nägeligasse 25 in Stans
- Für weitere Auskünfte stehen Ihnen die Kontaktpersonen gerne zur Verfügung. Wir freuen uns auf Ihren Anruf.

Eine Begleiterin, welche ehrenamtlich arbeitet, unterstützt die Gesprächsgruppe. Die Gruppe finanziert sich einerseits aus eigenen Reihen und Spenden. Andererseits wird sie von der Krebsliga Zentralschweiz unterstützt.

Für jeden Beitrag sind wir dankbar.  
Spendenkonto: - PC 60-14-3  
- IBAN CH68 0077 9014 0159 5180 6



## Gesprächsgruppe für Frauen mit Brustkrebs in Ob- und Nidwalden + Uri



*„Leben ist das, was passiert, während du eifrig dabei bist, andere Pläne zu machen“.  
John Lennon*

## S Selbst von Brustkrebs betroffen



- **Solidarität** in Gruppe
- Stärke durch Gemeinsamkeit
- Strategien sammeln
- Selbstakzeptanz fördern
- Schritt für Schritt vorwärtsgehen
- Selbstbestimmung, Selbstverantwortung
- SEIN mit Freude

## H Hilfe im Alltag (= Entlastung / Unterstützung)



- **Herzlichkeit**
- Hoffnung und Mut geben
- Halt und Zuversicht stärken

## G Gesprächsgruppe von Frau zu Frau



- **Gemeinschaft und Geborgenheit**
- Gefühle / Ängste / Erfahrungen aussprechen, Informationen tauschen
- Gegenseitig vertrauen, sich respektieren und unterstützen, Patientenkompetenz stärken

Wir treffen uns im geschützten Rahmen:

- sprechen über krankheits- / therapiebedingte Schwierigkeiten, die veränderte Situation, wie weiter?
- aufzeigen möglicher Perspektiven
- tauschen Erfahrungen aus
- teilen Freud und Leid
- folgen Impulsen zum Innehalten und Nachdenken
- gewinnen Freude und Lebensqualität zurück

Verschwiegenheit gegenüber Aussenstehenden ist Ehrensache!

Es werden keine medizinischen und therapeutischen Ratschläge erteilt, wohl aber alltagstaugliche Tipps weitergegeben.