



krebsliga zentralschweiz

# Krebsdiagnose – die innere Balance wiederfinden

Dreiteiliger Workshop für Krebsbetroffene

*Workshop im  
Frühling oder Herbst*

*Beachten Sie den  
Anmeldeschluss*



# Endlich wieder zur Ruhe kommen ...

Im dreiteiligen Workshop «Krebsdiagnose – die innere Balance wiederfinden» lernen Krebsbetroffene, belastende und traumatisierende Ereignisse besser zu verarbeiten. Dabei wird nicht über die Krankengeschichte gesprochen, sondern es werden positive Erfahrungen miteinander geteilt.

Krebserkrankungen bringen viele Herausforderungen mit sich. Die Diagnose ist ein Schock, der lange nachwirken kann. Die medizinischen Behandlungen werden als invasiv, ermüdend und belastend erlebt. Nicht selten zeigen sich in der Folge Symptome wie Schlafstörungen, depressive Verstimmung und Ängste. Oft leiden die Betroffenen auch unter den Symptomen einer posttraumatischen Belastungsstörung oder einer chronischen Müdigkeit (Fatigue). Irgendwie kann ihr Leben gar nicht mehr zur Ruhe und zur Normalität zurückfinden.

## Behandlung

EMDR G-TEP ist eine traumazentrierte Psychotherapiemethode, bei der eine individuelle Behandlung in der Gruppe erfolgt. Sie hilft, die traumatischen und belastenden Erfahrungen besser zu verarbeiten, um sich wieder ruhiger und stabiler zu fühlen. Wissenschaftliche Studien belegen die Effektivität der Methode. Krebsbetroffene zeigen nach der Behandlung weniger Trauma-Symptome, weniger Ängste und weniger depressive Symptome. Sie verbessert insgesamt die Lebensqualität.

## Leitung

Daniella Nosetti-Bürgi, Psychologin lic. phil., arbeitet seit fast 40 Jahren als eidg. anerkannte Psychotherapeutin. Sie begleitet und unterstützt Menschen in Krisen und Übergängen, in Belastungssituationen, nach traumatischen Erlebnissen und in Zeiten der Trauer.

# An drei Abenden in Luzern, im Frühling oder Herbst

## Daten

Der Workshop findet im Frühling und im Herbst statt, jeweils an drei Abenden von 18.30 bis 20.30 Uhr.

- Workshop Frühling: 24. und 31. März, 7. April 2022  
(Anmeldeschluss: 14. März 2022)
- Workshop Herbst: 27. Oktober, 10. und 24. November 2022  
(Anmeldeschluss: 17. November 2022)

Aufgrund der Corona-Pandemie informieren Sie sich bitte regelmässig auf unserer Website über die Durchführung und die Teilnahmebedingungen der Workshops.

## Anzahl Teilnehmende

mind. 5, max. 6 Personen

## Ort

Krebsliga Zentralschweiz

Löwenstrasse 3, 6004 Luzern, Seminarraum 5. Stock

## Kosten

CHF 150.– pro Workshop (à 3 Abende)

Einen Kostenanteil für die Leiterin übernimmt die Krebsliga Zentralschweiz.

## Anmeldung

Wir freuen uns auf Ihre Anmeldung per Formular auf der Webseite <https://zentralschweiz.krebsliga.ch/kurse-seminare>, per Telefon oder Mail.

Telefon: 041 210 25 50

Mail: [info@krebsliga.info](mailto:info@krebsliga.info)



Dieses Angebot wird vom Bundesamt für Sozialversicherungen (BSV) mitfinanziert. Mit der Anmeldung willigen Sie ein, dass die Krebsliga Ihre Angaben (Vorname, Nachname, Geburtsdatum und allenfalls Ihre IV-Verfügung oder die Ihrer Bezugsperson) in einer Statistik erfasst und dem BSV im Fall einer Überprüfung bekannt gibt.

**Beratungsstelle Luzern**

(Stadt und Land)  
Löwenstrasse 3  
6004 Luzern  
Telefon 041 210 25 50

**Beratungsstelle Lachen**

(Ausserschwyz)  
c/o Spital Lachen/Altbau  
Oberdorfstrasse 41  
8853 Lachen  
Telefon 055 442 89 70

**Beratungsstelle Schwyz**

(Innerschwyz/Uri)  
c/o Spital Schwyz  
Waldeggstrasse 10  
6430 Schwyz  
Telefon 041 818 43 22

**Beratungsstelle Stans**

(Nidwalden/Obwalden)  
Ennetmooserstrasse 23  
6370 Stans  
Telefon 041 611 13 88

**Beratungsstelle Zug**

(Stadt und Land)  
Alpenstrasse 14  
6300 Zug  
Telefon 041 720 20 45

**Krebsliga Zentralschweiz**

Geschäftsstelle  
Löwenstrasse 3  
6004 Luzern  
Tel. 041 210 25 50  
info@krebssliga.info  
www.krebssliga.info



Spendenkonto:  
IBAN CH61 0900 0000 6001 3232 5

**Online spenden**