

Allgemeine Informationen zum Ablauf:

Die Gruppe findet insgesamt vier Mal statt.

Während dieser Zeit bleibt die Gruppe in der Anfangskonstellation bestehen. Daher wäre es schön, wenn alle Teilnehmenden jeden der Termine wahrnehmen können. Die Gruppe findet ab einer Größe von 5 Personen statt, es können maximal 10 Personen teilnehmen.

Unser Team freut sich auf Sie!

Ein Angebot der **Psychoonkologischen Ambulanz** der Klinik für psychosomatische Medizin und Psychotherapie in Kooperation mit der **Psychosozialen Krebsberatungsstelle Ulm**.

Dr. Klaus Hönig Leiter Psychoonkologie
Prof. Dr. Harald Gündel Ärztlicher Direktor

Anmeldung:

Telefonisch

im Sekretariat der Krebsberatungsstelle unter 073188016520;

Mo, Di, Fr 9-12Uhr

Per E-Mail

kbs.ulm@uniklinik-ulm.de

Die Gesprächsgruppe findet in der **Außensprechstunde Geislingen** statt

Altenstädter Rathaus
Stuttgarter Str. 155
73312 Geislingen/Steige



ÖPNV

Bahnhof Geislingen Steige/West;
Bus 951 Haltestelle Adler Altstadt
Parkplätze vorhanden



Universitätsklinikum Ulm
Psychosoziale Krebsberatungsstelle Ulm
Kornhausgasse 9
89073 Ulm
Mail: kbs.ulm@uniklinik-ulm.de
Tel: 073188016520



Gesprächsgruppe in Geislingen

Gruppenangebot der Krebsberatungsstelle Ulm für an Krebs erkrankte Menschen

Inhalte

- Austausch mit anderen Betroffenen
- Bearbeitung eigener konkreter Themen
- Erfahrungen über sich und andere
- Unterstützung, Trost, Bestätigung
- Umgang mit Beschwerden

Wer kann teilnehmen?

Unser Angebot richtet sich an Menschen, die an Krebs erkrankt sind, unabhängig von der Art der Tumorerkrankung, und die sich aktiv für eine Steigerung ihrer Lebensqualität einsetzen möchten. Die Teilnahme ist in allen Phasen der Erkrankung möglich. Voraussetzung ist eine hinreichende Mobilität.

Das Angebot richtet sich *nicht* an Angehörige von Betroffenen

Unser Angebot an Sie:

Im Mittelpunkt unserer offenen Gesprächsgruppe steht die Möglichkeit mit anderen Betroffenen ins Gespräch zu kommen und sich auszutauschen.

Welche Themen besprochen werden, entscheiden Sie als Gruppe gemeinsam. Vielleicht beschäftigen Sie Fragen wie *„Ich bin so erschöpft wie gehe ich damit um?“* als auch *„Ich weiß nicht wie ich mit meinen Ängsten umgehen kann“* oder *„Wie finde ich konkrete Hilfe für meinen Alltag und wie finde ich wieder in meine Berufstätigkeit zurück?“*.

Gemeinsam in der Gruppe wird die Fragestellung erörtert und Möglichkeiten zum Umgang entwickelt.

Durch persönliche Strategien und eigene Erfahrungswerte der Teilnehmer*innen kann eine Vielzahl an Lösungsideen geboten werden.

Die Gruppe wird geleitet und unterstützt durch Mitarbeiterinnen der Krebsberatungsstelle.

Allein oder gemeinsam?

Darum lohnt es sich, an einer Gruppe teilzunehmen:

- Gruppenprogramme sind wirksam
- Rückmeldungen von anderen erlauben die Überprüfung von eigenen Einstellungen und eigenem Handeln
- Unter Gleichbetroffenen können auch belastende Erfahrungen und negative Gefühle leichter und angstfreier zum Ausdruck gebracht werden
- Eigene Erfahrungen helfen auch anderen in der Gruppe



Bild von jcomp auf Freepik

Organisatorisches

Wer?

Begleitendes Team:
M.Sc. Psych. Carmen Schmidt &
Dipl. Sozpäd. Martina Moll

Wann?

14-tägig dienstags von 17:00 – 18:30 Uhr
Insgesamt 10 Gruppentermine

Wo?

Außensprechstunde Geislingen der KBS Ulm
Altenstädter Rathaus
Stuttgarter Str. 155 73312 Geislingen/Steige



Termine

| | |
|------------|-------------------|
| 22.10.2024 | 17:00 - 18:30 Uhr |
| 05.11.2024 | 17:00 - 18:30 Uhr |
| 19.11.2024 | 17:00 - 18:30 Uhr |
| 03.12.2024 | 17:00 - 18:30 Uhr |