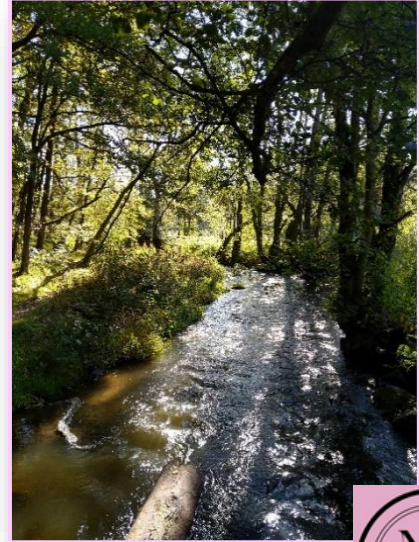


# Gruppe für Menschen mit Krebs

**1x im Monat am Mittwochabend**

**19.00 - 20.30 Uhr**



**mit Nina Perl**

(zertifizierter Life-Coach - spezialisiert auf Krebspatienten & Angehörige)

Diese neue Gruppe im Familien- und Bürgerzentrum Mittendrin richtet sich an Menschen, die aktuell von einer Krebserkrankung betroffen sind, eine Krebserkrankung hatten oder Angehörige einer Krebspatientin oder eines Krebspatienten sind.

Zu Beginn der Treffen nehmen wir uns Zeit für einen gemeinsamen Austausch:  
„Wie geht es Dir gerade? Was bewegt Dich? Was möchtest Du gerne mit der Gruppe teilen?“  
Bei Bedarf können wir miteinander verschiedene Möglichkeiten zur Selbsthilfe im Alltag üben.  
Zum Schluss beenden wir gemeinsam den Treff, wahlweise mit einer entspannenden, vertrauensstärkenden Meditation, einer Atemübung oder einer Klopftechnik.

Im Vordergrund steht der Austausch von Anregungen und Tipps, das gegenseitige sich Stärken und das Knüpfen von Kontakten.

Da es eine ehrenamtlich geleitete Gruppe einer selbst Betroffenen für andere Betroffene ist, sind Einzelcoachings, Medikamententipps, Therapieberatungen oder ähnliches nicht Gegenstand der Gruppe.

Die Teilnahme ist kostenlos.

**Termine im 2. Halbjahr 2023: 05.07., Sommerpause im August, 06.09.,  
04.10. (mit Info-Vortrag „Diagnose Krebs – Und dann?“), 15.11. und 13.12.2023**

**Zur besseren Planung bitten wir um eine Anmeldung im Familien- und Bürgerzentrum Mittendrin.**

**Hier gibt es auch weitere Informationen zur Gruppe.**

Familien- und Bürgerzentrum Mittendrin  
Rathausplatz 1  
95478 Kemnath



Telefon: 09642 7033800  
team@mittendrin-kemnath.de  
www.mittendrin-kemnath.de