

Wie geht Selbsthilfegruppe?

Ablauf eines Gruppentreffens

Wir setzen uns um einen Tisch und erzählen bei Getränken und Knabbersachen, wie es uns momentan geht. Ist ein "Neuer" dazu gestoßen, stellen wir uns einander kurz vor.

Die Selbsthilfegruppe lebt davon, dass wir einander am Ergehen teilhaben lassen. Jeder kann sich dabei ins Gespräch einbringen, muss aber nicht.

Wichtig: Alles, worüber gesprochen wird, bleibt in der Gruppe.

Wir erzählen und reden über ...

- uns
- die Auswirkungen der Krebskrankheit und ihre Therapie
- unterschiedlichste Ängste und neue Hoffnungen
- damit verbundene Belastungen und erfahrene Hilfe
- kleinere und größere Konflikte in der Beziehung und erfahrene Überwindung (oder auch nicht)
- und was uns sonst bewegt

Wir versuchen einander wohlwollend zuhören. Soweit nötig und möglich geben wir einander Halt und Unterstützung.

Wir laden ab und zu Fachreferenten zu bestimmten Themen ein.

Sonstiges

- Die Teilnahme ist kostenlos. Kleine Spenden für die Gruppenkasse werden gerne angenommen.
- Getränke und süße Snacks sind vorhanden.
- Die Gruppe wird unter dem Dach der Bayerischen Krebsgesellschaft geführt und von ihr unterstützt. Gefördert wird sie durch den „Runden Tisch Oberpfalz“.

Schauen Sie doch mal rein oder weisen Sie jemand auf die Selbsthilfegruppe hin, der betroffen ist.