



Angehörige von Krebspatientinnen und -patienten leisten oft Unglaubliches und dies über lange Zeit hinweg. Dabei sind sie – wie die Betroffenen selber – unvermittelt einer veränderten Lebenssituation ausgesetzt. Ängste und Unsicherheit sind ihre ständigen Begleiter. Sie sorgen sich um ihre Nächsten und unterstützen, wo immer sie dies vermögen. Das eigene Wohlergehen kommt häufig zu kurz. In diesem Seminar dürfen Sie sich als Angehörige zwei Tage lang an einem schönen Ort nur um sich selber kümmern. Dieses Wochenende soll Nahestehenden, gleich ob Partnern oder Partnerinnen, Eltern, Kindern oder engen Freunden, die Möglichkeit geben, sich über die eigenen Nöte auszutauschen und Zeit, Ruhe sowie Kraft für sich zu finden.

Inhalte	<ul style="list-style-type: none"> > Gesprächsgruppe (u. a. zu den Themen Kommunikation, Schmerzen, Sterben und Tod, Sexualität und Körperbild) > Erlernen eines Entspannungsverfahrens (Progressive Muskelrelaxation) > Ruhe- und Körperübungen > Zeit für Spaziergänge
Zielpublikum	Partnerinnen und Partner von Krebskranken, Eltern, (erwachsene) «Kinder», Geschwister, enge Freunde
Organisation	Krebsliga Schaffhausen
Leitung	Angela Bünteli, Pflegefachfrau HöFa1 Onkologie Dr. med. Andreas Reich, Facharzt für Psychiatrie und Psychotherapie

Ort	Seminarhaus Schöpfe in Büttenhard
Datum	19.–21. Oktober 2012
Zeit	Beginn: Freitag, 16 Uhr Abschluss: Sonntag nach dem Mittagessen Anreise bequem über den Bahnhof Schaffhausen mit öffentlichem Bus.
Kosten	CHF 350.– inkl. Unterkunft und Verpflegung Einzelzimmer (Dusche/Toilette im Gang) Die Kosten für die Seminarleitung übernimmt die Krebsliga Schaffhausen.
Teilnehmerzahl	8–12 Personen
Anmeldung/Information	Krebsliga Schaffhausen Rheinstrasse 17 8200 Schaffhausen Tel 052 741 45 45 info@krebisliga-sh.ch
Anmeldeschluss	5. Oktober 2012