

ERSTE HILFE FÜR ANGEHÖRIGE

*1-Tages-Seminar für Angehörige von
hämatologisch-onkologisch erkrankten Menschen*

Krebsdiagnose - was nun? Erste Hilfe für Angehörige.

Ihre Partnerin oder Ihr Partner hat eine Krankheitsdiagnose erhalten? Alles ist plötzlich anders.

Auch Angehörige geraten dann meist unvorbereitet in eine Ausnahmesituation - und sollen gleichzeitig klaren Kopf bewahren, unterstützen und die Krise managen. Sie müssen Rat geben, emotional begleiten und Entscheidungen treffen. Aber wie soll das alles gehen? Insbesondere dann, wenn zu Hause die Welt aus den Fugen gerät.

Wir wollen Orientierung bieten und unterstützen

Wir bieten Ihnen im Rahmen eines „Erste-Hilfe-Seminars“ eine erste Orientierung in dieser sehr herausfordernden Situation. Unser eintägiges Seminar konzentriert sich ausschließlich auf die Bedürfnisse von Angehörigen und findet in den Praxisräumlichkeiten der Hämatologie Onkologie Bad Homburg statt.

Was erwartet Sie an diesem Tag?

Es erwartet Sie keine Selbsthilfegruppe und keine Frontalbeschallung. Wir wollen mit allen Teilnehmern/-innen gemeinsam in vertraulicher Atmosphäre einen individuellen Erste-Hilfe-Plan entwickeln. Für den/die Betroffene/n und vor allem aber für Sie als Angehörige/n. Folgende Inhalte stehen auf dem Programm:

- Krankheit verstehen: Entwickeln Sie Einblicke in individuelle Krankheitsverläufe
- Kommunikation lernen: Lernen Sie in der Gruppe, wie Sie über Ihre Situation sprechen, ohne verunsichert zu sein.
- Gemeinsam stärker: Erkennen, dass sie mit Ihren Gedanken, Gefühlen und Problemen nicht allein sind.
- Verständnis aufbauen: den Krankheitsverlaufs verstehen und die eigene Position während der Phasen eine Krise bestimmen.
- Sich wappnen: Sie erfahren, welche Problemlagen Ihnen im weiteren Verlauf der Krankheit Ihres Angehörigen begegnen können. Gemeinsam erarbeiten wir Lösungsansätze für diese Herausforderungen.

- Netzwerk aufbauen: So gehen Sie orientiert und motiviert in die Herausforderungen der kommenden Alltagssituationen.
- Empathie entwickeln: Sie können sich in die Lage der/s Erkrankten versetzen und haben Verständnis für dessen geänderten Sichtweisen.
- Selbstfürsorge und Achtsamkeit entwickeln: Sie sehen, wie wichtig es ist, auch das eigene Leben für sich zu gestalten und sich zu schützen.

Die nächsten Termine

Samstag, 15. März 2025		9-17 Uhr in Bad Homburg
Samstag, 17. Mai 2025		9-17 Uhr in Bad Homburg
Samstag, 23. August 2025		9-17 Uhr in Bad Homburg
Samstag, 15. November 2025		9-17 Uhr in Bad Homburg

Durch das Seminar führen Sie erfahrene und vertrauensvolle Begleiter



Mario Tucholke

Zert. Trainer, Coach und zweimal selbst an einem Ewing-Sarkom erkrankt

Dr. Julia Tucholke

Praxisinhaberin, FA für Hämatologie & Onkologie, zert. Coachin und Angehörige

Kosten und Anmeldung

Die Teilnehmerzahl ist auf 10 Teilnehmer/-innen begrenzt und die Anmeldung wird verbindlich durch Zahlung der Seminargebühr in Höhe von EUR 299,- pro Person. Neben der gesetzl. Umsatzsteuer ist die Seminarverpflegung inkl. Mittagessen enthalten. Teilnehmen können Angehörige von hämatologisch-onkologisch erkrankten Menschen. Sie müssen nicht zwangsläufig in der HOHG in Behandlung sein.

Die Anmeldung richten Sie bitte per mail an hallo@socius.care oder telefonisch an Herrn Mario Tucholke unter der Rufnummer 0172-2959680. Selbstverständlich stehen wir Ihnen vorab für alle Ihre Fragen persönlich zur Verfügung.