

Wir sind für Sie da!



Hildegard Harmeier
Diplom-Sozialpädagogin, Integrative
Gestaltpsychotherapeutin (DGIK),
Psychoonkologin (DKG)
Tel.: (05251) 86-1258



Lisa Köhne
M. Sc. Psychologin
Tel.: (05251) 86-4364



Nicole Klopp
B. A. Soziale Arbeit
Tel.: (05251) 86-4656

Telefon-Sprechstunde

Donnerstag 8.30-9.30 Uhr
Tel.: (05251) 86-4656

Sprechstunde für Angehörige

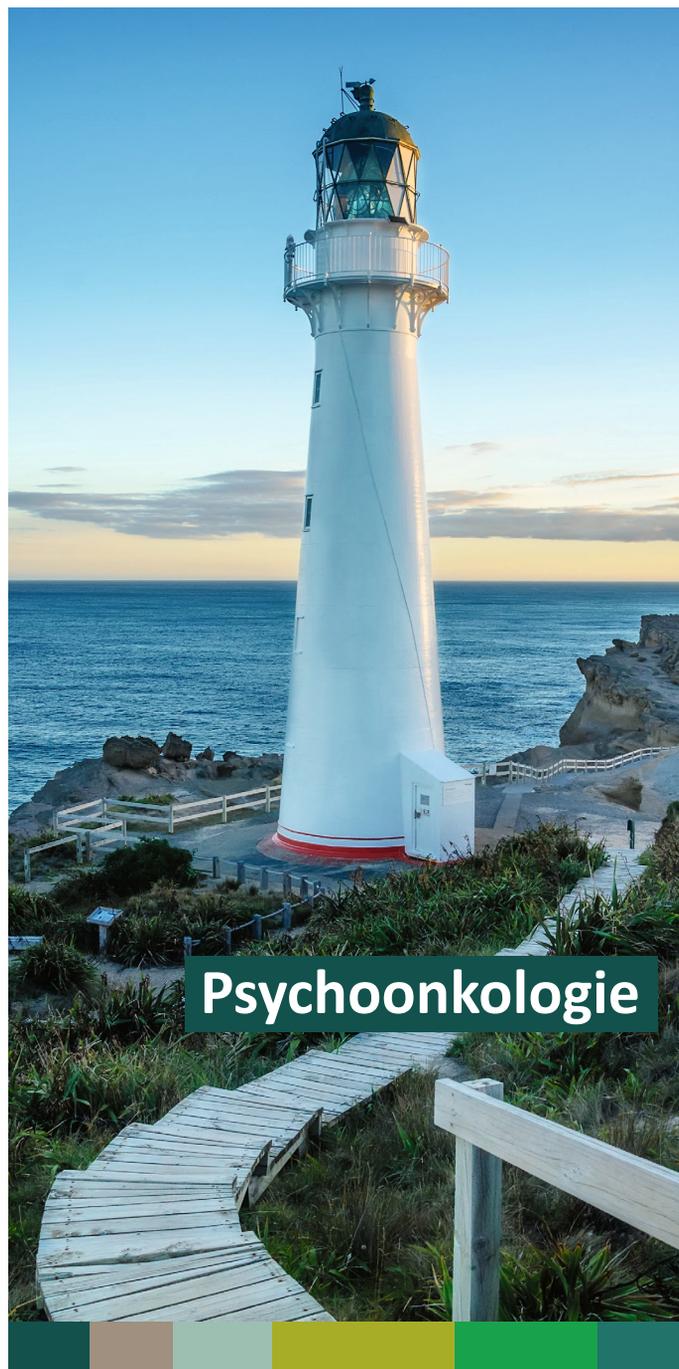
Dienstag 14-15 Uhr
Station B5, Besprechungszimmer Psychoonkologie

St. Vincenz-Kliniken Salzkotten + Paderborn

Am Busdorf 2
33098 Paderborn

Tel.: (05251) 86-1258
psychoonkologie@vincenz.de

www.vincenz-kliniken.de



**St. Vincenz
Kliniken**

Liebe Patientin, lieber Patient,

die Diagnose Krebs ist ein tiefer Einschnitt in Ihr gewohntes Leben und bringt sicher ein hohes Maß an belastenden Gedanken und Gefühlen mit sich. Ihren nahen Angehörigen, die sich um Sie sorgen und Ihnen zur Seite stehen möchten, geht es vermutlich ähnlich.

Bei der Orientierung in dieser schwierigen Lebenssituation und Ihrer Bewältigung stehen wir Psychoonkologinnen Ihnen und Ihren Angehörigen gerne zur Verfügung.

Ihr Team der Psychoonkologie

Unser Angebot für Sie

Unterstützung bei der Krisenbewältigung und Krankheitsverarbeitung durch:

- Methoden zur Selbstberuhigung
- Strategien zum Umgang mit belastenden Gedanken
- Stärkung Ihrer eigenen Fähigkeiten und Möglichkeiten
- Entdeckung alter und neuer Kraftquellen
- Entspannungsverfahren
- Gespräche mit Angehörigen
- Vermittlung zu weiteren Hilfsangeboten in der Region



Hilfe zur Selbsthilfe

- kleine Ziele setzen – Schritt für Schritt
- um Unterstützung bei Familie und Freunden bitten
- konkrete Entlastungen im Alltag finden
- gedanklichen Ballast abwerfen
- innere und äußere Ablenkung
- sich entspannen, sich bewegen
- sich auf angenehme und schöne Dinge konzentrieren
- sich mit anderen Betroffenen austauschen

