

## Das sind wir

Die Selbsthilfegruppe für Krebsbetroffene e. V. Bochum und Beratungsstelle ist ein gemeinnütziger Verein, der sich seit 1979 für die Interessen krebserkrankter Menschen einsetzt und fachkundige ambulante psychosoziale Beratung und psychosonkologische Begleitung für Betroffene und Angehörige anbietet.

## kostenlos • vertraulich • unabhängig

Die kostenfreie Beratung kann persönlich, telefonisch und digital erfolgen. Bei Bedarf auch anonym.

Das Angebot richtet sich an Krebserkrankte, Angehörige und Interessierte jeglichen Alters und Herkunft.

## Unser Team

### Alexandra Zur

Psychoonkologin (WPO)

Psych. Psychotherapeutin, M.Sc.

### Monika Drobeck

Diplom-Sozialarbeiterin

Kunsttherapeutin (DFKGT)

### Bettina Wiethaus

Rehabilitationswissenschaftlerin M.A.

Gesundheits- und Krankenpflegerin

### Ulrike Selbach

Assistenzkraft

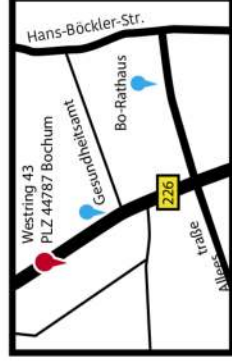
## Besuchen Sie uns

Selbsthilfegruppe für Krebsbetroffene e.V.  
Bochum und Beratungsstelle  
Westring 43  
44787 Bochum

Tel. 0234-681020  
[www.krebsberatung-bochum.de](http://www.krebsberatung-bochum.de)  
[info@krebsberatung-bochum.de](mailto:info@krebsberatung-bochum.de)

## Anreise:

Mit öffentlichen Verkehrsmitteln bis Haltestelle Rathaus.



## Sprechzeiten

Montag – Freitag 9.00 – 13.00 Uhr  
sowie nach Vereinbarung

## Jede Spende zählt

Wir sind ein gemeinnütziger Verein und auf Spenden angewiesen.

## Unser Spendenkonto

Selbsthilfegruppe für Krebsbetroffene e.V.  
Bochum und Beratungsstelle  
Volksbank Bochum Witten eG  
IBAN: DE72 4306 0129 0562 6918 00  
BIC: GENODEM1BOC

## Sie sind nicht allein

### Eine Krebserkrankung kann das ganze Leben verändern und zu einer tiefen Krise führen.

Gefühle wie Angst, Verzweiflung, Hoffnung, Wut und Überforderung können sich schnell abwechseln. Oft müssen kurzfristig viele Fragen geklärt und Entscheidungen getroffen werden.

Wir hören Ihnen zu und sind für Sie da.

Wir beraten und unterstützen Sie dabei, ihren eigenen Weg im Umgang mit Ihrer Erkrankung zu finden.

Unser Anliegen ist es, mit Ihnen neue Perspektiven zu entwickeln, damit Sie für sich eine zufriedenstellende Lebensqualität erreichen.

## Konkret bieten wir Ihnen...

### Informationen und Hinweise

- zum Krankheitsbild, Bereitstellung von unterschiedlichen Informationsbroschüren und Flyer
- zu unseren Gruppenangeboten und weiteren regionalen Versorgungsstrukturen (Selbsthilfegruppen, Reha-Sport etc.)
- zum Einholen einer Zweitmeinung
- auf mögliche Ansprüche auf Hilfen (finanzielle Sicherung, medizinische Nachsorgeleistungen etc.)
- zu komplementären Behandlungsmöglichkeiten, Ernährung und Sport

### Psychosoziale Beratung und Hilfestellung

- über sozialrechtliche und finanzielle Ansprüche und praktische Hilfestellung bei der Beantragung und Erschließung der Leistungen
- bei der Beantragung von medizinischen Leistungen
- bei Problemen am Arbeitsplatz und beruflicher Rehabilitation
- zu Häuslicher Pflege und stationärer Versorgung
- zu Vorsorgevollmacht, Betreuungs- und Patientenverfügung
- zum Umgang mit der Erkrankung und die damit verbundenen Beeinträchtigungen und Möglichkeiten zur Linderung
- zu Problemen im sozialen Umfeld, wie z.B. Familie und Beruf

## Psychoonkologische Beratung und Begleitung

- bei der Bewältigung von Stress, Anspannung und Ruhelosigkeit
- im Umgang mit belastenden Gefühlen und Gedanken
- zur Stärkung des Selbstwertgefühls
- bei der Umgestaltung von Lebensplänen, Ermütigung zur Neuorientierung und Entwicklung neuer Perspektiven
- bei aktuellen Krisen
- beim Umgang mit Trauer, Leiden, Sterben und Tod

## Gruppenangebote

### Brustkrebsgruppe

Jeden 1. Dienstag im Monat 17.00 – 19.00 Uhr

### Bochumer Gesundheitstraining

Festes Kursangebot, insgesamt 15 Termine  
Fortlaufende Termine nach Vereinbarung

### Selbsthilfegruppe für Krebsbetroffene

14-tägig (ungerade Woche)  
Mittwochs 15.00 – 18.00 Uhr

### KREATIVwerkstatt – Kunsttherapie

Regelmäßige Gruppenangebote und Einzeltermine

## Bitte melden Sie sich telefonisch an.



Die Veranstaltungen werden in Kooperation mit der Paritätischen Akademie NRW durchgeführt



DER PARITÄTISCHE  
PARITÄTISCHE AKADEMIE NRW