

«EINE KREBSDIAGNOSE WIRFT
FRAGEN AUF UND LÖST ÄNGSTE
AUS. GEMEINSAM KÖNNEN WIR
SIE ANGEHEN.»



Psychoonkologie
Persönliche Beratung &
Unterstützung



krebsliga zürich
drehscheibe für krebsthemen

Die Diagnose Krebs, die Behandlung und die Auswirkungen einer Krebserkrankung können sehr belastend sein und Ihnen als Betroffene und Angehörige viel abverlangen. Diesen Herausforderungen müssen Sie sich nicht alleine stellen. Wir bieten betroffenen Erwachsenen, Jugendlichen und Kindern unsere Unterstützung an.

Die psychologische und ärztliche Begleitung in unserem **Zentrum für Psychoonkologie und ambulante Onko-Reha** kann im Umgang mit dieser neuen Lebenssituation eine wichtige Hilfe sein. Dabei unterstützen wir Sie gerne von Beginn weg, aber auch zu jedem anderen Zeitpunkt der Erkrankung. Auch sind wir für Sie da, wenn es um den Verlust eines geliebten Menschen geht.

Unsere **Persönliche Beratung & Unterstützung** hilft Ihnen bei Schwierigkeiten, sei es im beruflichen oder im familiären Bereich. Wir unterstützen Sie bei Sozialversicherungsfragen, beraten Sie zu Themen wie Patientenverfügung «plus» und Vorsorgeauftrag und klären für Sie Möglichkeiten der finanziellen Unterstützung ab.

Interessieren Sie sich für unser ambulantes Onko-Reha-Programm, dann finden Sie nähere Informationen sowie unsere Broschüre auf www.krebsligazuerich.ch/onko-reha



Dank altersgerechten Informationen verliert die Krankheit Krebs viel von ihrem Schrecken.

Psychoonkologische Psychotherapie

Eine Krebserkrankung bedeutet in vielen Fällen eine erhebliche Belastung für die Betroffenen und Angehörigen. Eine psychoonkologische Psychotherapie kann neue Sichtweisen öffnen und Erwachsene, Jugendliche und Kinder dabei unterstützen, mit der Erkrankung und ihren Auswirkungen umzugehen und wieder zur eigenen Stärke zu finden. Sie kann bei folgenden Symptomen hilfreich sein:

- › Gefühle der Angst, Trauer, Verlust eines geliebten Menschen, Einsamkeit, Überforderung, Ratlosigkeit
- › Schlaflosigkeit, depressive Verstimmung, Nervosität, innere Unruhe, Gefühle des Ungenügens und Versagens
- › Müdigkeit, Energie- und Freudlosigkeit
- › Probleme bei krankheitsbedingten körperlichen Veränderungen
- › Probleme in Ehe, Partnerschaft und Familie
- › Krankheitsbedingte sexuelle Probleme



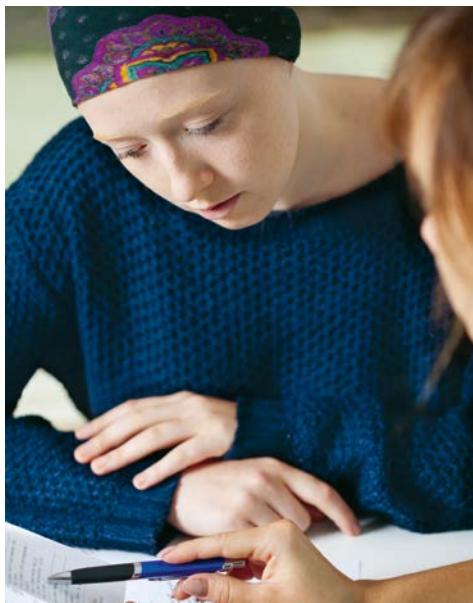
Das erwartet Sie

Im Erstgespräch sprechen wir über Ihre Anliegen und erarbeiten gemeinsam ein weiteres Vorgehen. Das Angebot reicht vom einzelnen Beratungsgespräch bis hin zur intensiven psychotherapeutischen Begleitung. Dabei nutzen wir auch Entspannungsverfahren, Imagination, Atemtechniken, Achtsamkeitsübungen und anderes.

Kosten

Die Anmeldung zum Gespräch erfolgt durch Sie persönlich, durch die Angehörigen oder durch den behandelnden Arzt. Die Therapiekosten übernimmt die obligatorische Grundversicherung.

Persönliche Beratung & Unterstützung



Im Lauf einer Krebserkrankung sind betroffene Menschen mit vielen neuen Themen, Unsicherheiten sowie wichtigen arbeits- und sozialversicherungsrechtlichen Fragen konfrontiert. Oft zehrt das zusätzlich an den Kräften. Eine persönliche Beratung kann Ihnen bei konkreten Anliegen helfen oder Sie dabei unterstützen, herauszufinden, was Sie in Ihrer Lebenssituation am dringendsten benötigen.

Familie und Lebensalltag

- › Wir unterstützen Sie und Ihre Angehörigen mit **Informationen** und **praktischen Hilfestellungen**, um den Alltag und das Leben mit Krebs zu gestalten.
- › Wir helfen Ihnen, im Gespräch mit Lebensgefährten, Kindern, Freunden, Vorgesetzten oder Behörden die **richtigen Worte** zu finden.
- › In Härtefällen können wir **Familien** mit Kindern Soforthilfe für Haushaltshilfe und Kinderbetreuung gewähren.
- › Wir vermitteln Ihnen **Selbsthilfegruppen** oder helfen Ihnen diese aufzubauen, sodass Sie Unterstützung von Mitbetroffenen erfahren können.

Finanzielles, Rechtliches und Arbeitswelt

- › Wir unterstützen Sie bei **sozialversicherungsrechtlichen Fragen**, klären Ansprüche auf Versicherungs- und Vertragsleistungen ab oder helfen beim Ausfüllen von Anmelde- oder Antragsformularen.
- › Wenn Sie sich in einer angespannten **finanziellen Situation** befinden, unterstützen wir Sie, wenn andere Hilfsquellen ausgeschöpft sind.
- › Wir helfen bei **arbeitsrechtlichen Fragen** und unterstützen Sie bei der Rückkehr an Ihre Arbeitsstelle.
- › Wir informieren Sie über Vorsorgemöglichkeiten und beraten Sie dabei, eine **Patientenverfügung «plus»** zu erstellen.

Wir haben Zeit, Raum & Rat für Sie

Zentrum für Psychoonkologie und ambulante Onko-Reha



Dr. med.
Magdalena Maria Berkhoff
Ärztliche Leitung
Fachärztin Psychiatrie und
Psychotherapie FMH
Fachärztin für Neurologie FMH



Stefan Mamié
Eidg. anerkannter
Psychotherapeut
Psychoonkologischer
Psychotherapeut SGPO
Zertifizierter Psycho-
Sexologe (ESSM)



Lic. Phil.
Franziska Bühler
Fachpsychologin für
Psychotherapie FSP
Zusatzqualifikation
Psychoonkologie



Dr. med.
Enrico Bernasconi
Facharzt Psychiatrie und
Psychotherapie FMH



Michèle Widler
Eidg. anerkannte
Psychotherapeutin
Fachpsychologin für
Psychotherapie FSP

Unsere Fachpersonen des ambulanten Onko-Reha-Programms finden Sie unter
www.krebsligazuerich.ch/onko-reha

Persönliche Beratung & Unterstützung



Andrea Bregger
Leitung
Sozialarbeiterin
MSc HSLU/FHZ
CAS Sozialversicherungsrecht



Patricia Walser
Sozialarbeiterin BSc FHO



Monika Sidler
Sozialarbeiterin BSc ZFH
zertifizierte Beraterin in
Advanced Care Planning



Tanja Brigger
Sozialarbeiterin BSc FHNW

Terminvereinbarung für alle Behandlungs- und Beratungsorte

Zentrum für Psychoonkologie und ambulante Onko-Reha
Telefon 044 388 55 20
E-Mail zentrum@krebsligazuerich.ch

Persönliche Beratung & Unterstützung:
Telefon 044 388 55 00
E-Mail info@krebsligazuerich.ch

Behandlungsorte

- › Zentrum in Zürich
- › «Turmhaus» in Winterthur
- › Spital
- › Praxen und Onkologie-Zentren im Kanton Zürich, www.krebsligazuerich.ch/praxis

Beratungsorte

- › Beratungsstelle in Zürich
- › «Turmhaus» in Winterthur
- › persönlich am Telefon
- › bei Ihnen zu Hause
- › Spital

Hier finden Sie uns

Krebsliga des Kantons Zürich

Zentrum für Psychoonkologie und ambulante Onko-Reha

Freiestrasse 71, 8032 Zürich
Tel. 044 388 55 20, Fax 044 419 21 19
zentrum@krebsligazuerich.ch

Geschäfts- und Beratungsstelle

Freiestrasse 71, 8032 Zürich
Tel. 044 388 55 00, Fax 044 388 55 11
info@krebsligazuerich.ch

Öffnungszeiten: Mo–Fr, 9–17 Uhr

«Turmhaus», Begegnungs- und Informationszentrum, Psychoonkologie und Beratungsstelle

Haldenstrasse 69, 8400 Winterthur
Tel. 052 214 80 00, Fax 052 212 39 40
turmhaus@krebsligazuerich.ch

Öffnungszeiten: Mo–Fr, 10–17 Uhr

www.krebsligazuerich.ch
www.facebook.com/krebsligazuerich

Drehscheibe für Krebsthemen

Die Krebsliga des Kantons Zürich unterstützt Betroffene und Angehörige mit vielfältigen Dienstleistungen und Angeboten, engagiert sich in der Prävention und fördert die Krebsforschung. Wir freuen uns auf den Kontakt mit Ihnen.

www.krebsligazuerich.ch, Spenden: IBAN CH77 0900 0000 8000 0868 5.

