



Warum ich?



Warum Ich - eine Aktivgruppe für Betroffene

Diagnose Krebs - Warum Ich? Diese Fragen stellen sich viele Menschen nach der Diagnose Krebs, so wie auch ich mir die Frage gestellt habe, als ich im Dezember 2012 die Diagnose Brustkrebs erhielt. Heute, ein Jahr nach der Diagnose, nach 18 Wochen Chemo und OP kann ich sagen: „Ich habe viel aus meiner Krankheit gelernt. Die Krankheit hat mich verändert.“ Nichts in meinem Leben ist wie zuvor.

Krankheit und Eigenverantwortung

Alles befindet sich im Wandel. Dies meine ich keinesfalls negativ, denn diese Krankheit hat mich gelehrt, mehr auf mich zu achten. In dieser Zeit habe ich mich wieder einmal intensiv mit den Lebensthemen beschäftigt und die Mechanismen von Ursache und Wirkung studiert. Dabei durfte ich erkennen, dass ich das Gefühl für meine Bedürfnisse und Wünsche verloren hatte. Antworten auf Fragen wie: Was will ich eigentlich? Was sind meine Ziele? Was sind meine Wünsche? Warum mache ich das, was ich mache? All das musste ich mir erst erarbeiten. Mir wurde klar, dass diese Krankheit aus mir selbst entstanden ist. Es hat für mich bedeutet, in die Eigenverantwortung zu gehen und mein Leben selbstbestimmt zu leben. Während der Zeit der Chemotherapie und auch auf der Reha habe ich viele Frauen kennengelernt und wir sind ins Gespräch gekommen. Dabei musste ich feststellen, dass viele Betroffene sich solche Fragen gar nicht stellen. Sie behandeln ihre Krebserkrankung wie eine längere Grippe, nach der man wie gewohnt weitermacht. Selbst während der zu durchlaufenden Therapie sollte das Leben wie gewohnt weitergehen. Arbeiten, um den Haushalt kümmern, die Kinder versorgen, Einkaufen, Putzen usw. Meine Frage - und wo bleibst Du? - hat teilweise Unverständnis hervorgerufen.

Inspiration und Erfahrungsaustausch

Aus eigener Erfahrung weiß ich, dass die Therapie viel Kraft kostet und ich war erstaunt, wie sich diese Frauen noch mehr Last auf ihre Schultern gepackt haben. In mir reifte die Frage: „Wissen die Frauen eigentlich, was ihnen diese Krankheit sagen will?“ Dies hat mich dazu bewogen, eine Aktivgruppe ins Leben zu rufen, in der wir Betroffenen (auch mit Angehörigen) uns austauschen können, Erfahrungen mitteilen und Inspirationen bekommen, wie wir unser Leben verändern können. Aber natürlich wollen wir auch miteinander lachen und wieder Freude in unser Leben bringen. Manchmal ist das Leben so

eingefahren, dass man sich in einer Einbahnstraße befindet und man von außen Impulse benötigt, um das zu sehen, was wichtig ist. Heute weiß ich, dass erst nach überstandener Krankheit die Arbeit mit mir selbst anfängt. Mein Leben zu überdenken und mich als wichtigste Person in meinem Leben anzunehmen. Denn eines sollte uns klar sein: ICH bin die einzige Person, die in meinem Leben etwas verändern kann. Gerne möchte ich auch Vorträge organisieren, sodass über verschiedene Themen (z.B. Ernährung) diskutiert werden kann. Ich sehe meine Brustkrebserkrankung zwischenzeitlich als einen Neuanfang. Ich bin bereit, mich in den Mittelpunkt meines Lebens zu

stellen und dafür zu sorgen, dass es mir gut geht. Ich möchte in meiner Gruppe vermitteln, dass Achtsamkeit und Eigenliebe ein wesentlicher Punkt für unsere Gesundheit ist. Ich wohne in Wendelstein bei Nürnberg und würde mich sehr freuen, wenn viele Betroffene den Weg in diese Gruppe finden würden. Die Gruppe findet jeweils am 1. Dienstag im Monat von 19.00 bis 21.00 Uhr statt und ist kostenfrei. Weitere Infos unter www.Zfik.de / Veranstaltungen.

Kontakt: Gisela Fieweger
Tel. 09129 / 29 69 346,
E-Mail: warumich@online.de

WARUM ICH???

Eine Aktivgruppe für Krebs und chronisch Kranke

Lasse die Krankheit hinter Dir



Finde Deinen neuen Kurs zur Gesundheit

Du kannst den Wind nicht ändern, aber die Segel anders setzen (Aristoteles)



ZENTRUM FÜR
INTEGRATIVE KÖRPERARBEIT

Als betroffene Krebspatientin (Brustkrebs) habe ich durch viele Gespräche mit Betroffenen die Erfahrung gemacht, dass die wenigsten wissen, dass hinter jeder Krankheit – egal um welche Erkrankung es sich handelt - eine tiefere Ursache steht.

Ich habe mich in den letzten 20 Jahren viel mit Lebensthemen beschäftigt und viel Erfahrung gesammelt. Trotzdem konnte ich es nicht verhindern, dass auch mich solch eine Krankheit eingeholt hat. Es ist meistens sehr schwer die eigenen Themen zu erkennen, die bei Anderen ganz offensichtlich sind.

Dies hat mich dazu bewogen einen Treffpunkt für Krebs und chronisch Kranke zu gründen, wo die Betroffenen eine Möglichkeit haben die Hintergründe ihrer Erkrankung zu erkennen.

*Möchtest du in das Segelboot einsteigen und mit mir gemeinsam dein Leben erforschen? Bist du bereit?
Dann finde Deinen neuen Kurs – ich unterstütze dich dabei.*

Inhalte:
Entspannung, Meditation
Gespräche
Tanz und Bewegung
Wünsche und Bedürfnisse erkennen lernen

Adresse:
Gisela Fieweger, Further Straße 25,
90530 Wendelstein
Tel: 09129 2969346
E-Mail: WarumIch@online.de

Termine:
Die Gruppenabende finden jeden 1.ten Dienstag im Monat
von 19:00 – 21:00 Uhr statt.
Die Teilnahme ist kostenfrei.

Da die Teilnehmerzahl begrenzt ist, bitte ich um Anmeldung.