



**SWISS
REHA** THE SWISS
LEADING
HOSPITALS

KLINIK SCHLOSS MAMMERN
Dr. A.O. Fleisch-Strasse
CH-8265 Mammern
Telefon +41 (0)52 742 1111
Fax +41 (0)52 742 1611

mail@klinik-schloss-mammern.ch
www.klinik-schloss-mammern.ch

500/0724



PSYCHOLOGISCHE BERATUNG



KLINIK SCHLOSS MAMMERN
FÜHRENDE REHABILITATION AM SEE



Sehr geehrte Patientin, sehr geehrter Patient,

weil schwere körperliche Erkrankungen auch mit psychischem Erleben (wie z.B. Ängste, Hilflosigkeitserleben, Frustration etc.) einhergehen, bekommen Sie in Ihrer Reha in der Klinik Schloss Mammern auch ein psychoonkologisches Angebot.

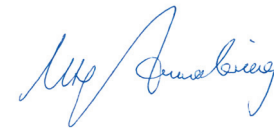
Dieses besteht aus 3 Seminaren à 45 min (1 Seminar pro Woche) mit max. 12 Teilnehmenden.

Hier haben Sie die Möglichkeit, in einem geschützten Rahmen sich mit mir und der Gruppe über hilfreiche Strategien der **Krankheitsbewältigung** und zur Erhöhung der **Lebensbalance** bzw. **Lebensqualität** auszutauschen oder den Erfahrungen und psychologischen Informationen zuzuhören.

Zusätzlich biete ich in einem weiteren Seminar **alltagstaugliche Übungen zur Achtsamkeit und Selbstfürsorge** im Rahmen der Stressreduktion an.

Ein weiteres Seminarangebot heisst **Seelenfitness** und beinhaltet eine 30-minütige Entspannungseinheit im Sitzen, die von mir angeleitet wird.

Ich freue mich auf Sie!



Ute Annabring
Dipl. Psychologin