

Information und Anmeldung über:

✉ Sächsische Krebsgesellschaft e.V.
Psychosoziale Beratungsstelle
Schlobigplatz 23
08056 Zwickau

☎ 0375 – 28 14 05
📠 0375 – 28 14 04
🌐 info@skg-ev.de



SÄCHSISCHE
KREBSGESELLSCHAFT E.V.

Gemeinsames Singen



Die Sächsische Krebsgesellschaft ist ein gemeinnütziger Verein, der auch auf Spenden angewiesen ist.

Spendenkonto - Sächsische Krebsgesellschaft e.V.
IBAN DE87 8704 0000 0255 0671 01
BIC COBADEFFXXX

Spenden sind steuerbegünstigt und auch online möglich!
www.skg-ev.de/spenden

Vielen Dank!

**GRUPPENANGEBOT
AB OKTOBER 2021**

GRUPPENANGEBOT: GEMEINSAMES SINGEN

Kursinformation

Nach der Diagnose einer Krebserkrankung müssen Betroffene und Angehörige vielfältige Belastungen bewältigen. Jeder muss dafür seinen eigenen Weg finden und es ist gut, dabei Hilfe zu haben. Neben medizinischer Behandlung, psychologischer Hilfe und psychosozialer Beratung können auch verschiedene therapeutische Hilfeangebote in Anspruch genommen werden.

Warum singen?

Beim Singen besteht eine unmittelbare Verbindung zur Emotionalität, was das Singen zu einer sehr besonderen und intimen menschlichen Tätigkeit macht. Daneben bietet das Singen aber auch ein hohes Maß an Struktur und Ordnung: ein Lied hat einen Anfang und ein Ende und die Melodie folgt regelmäßigen Wiederholungen. Dazu wirkt Singen gemeinschaftsbildend: Es ermöglicht auch Menschen, die nur schwer mit anderen in Kontakt treten das Erleben von Zugehörigkeit und es kann auch Interaktion möglich machen. Schließlich braucht man zum Singen seinen Körper: Atmung und Stimme müssen zusammenarbeiten und Oberkörper, Arme und Beine kommen unwillkürlich in Bewegung. Es ist möglich, körperlicher Betätigung spielerisch einen Sinn zu geben. So ist das Singen eine biopsychosoziale Tätigkeit, die den ganzen Menschen fordert und fördert.

Ziele des Gruppenangebotes sind die Erweiterung der Erlebnisfähigkeit, Steigerung des Selbstwertgefühls und der Abbau von krankheitsbedingter Isolation durch eine gemeinsame Tätigkeit.

Musikalisches Material sind zunächst Volkslieder und Kanons. Darüber hinaus entwickelt jede Gruppe mit der Zeit ihr eigenes Repertoire.

Kursleitung:

Christine Heimowski ist Sozialarbeiterin in der Psychosozialen Beratungsstelle und singt und musiziert seit ihrer Jugend.

Veranstaltungsort

Haus der Vereine
Schlobigplatz 23
08056 Zwickau

Termine

- Montag, 18.10.21, 13:00-14:00 Uhr
- Montag, 22.11.21, 13:00-14:00 Uhr
- Montag, 20.12.21, 13:00-14:00 Uhr

Weitere Termine nach Absprache.

Anmeldung

Für die Vorbereitung bitten wir herzlich um eine Anmeldung (telefonisch, per E-Mail oder Fax).

Die Kontaktdaten finden Sie umseitig.

Es handelt sich um ein kostenfreies Angebot der Sächsischen Krebsgesellschaft e. V. für interessierte Tumorpatienten und ihre Angehörigen.