

Unterstützende Begleitung bei Krebserkrankungen

Für Betroffene und Angehörige



Einzelgespräche, Seminare, Vorträge,
Yoga, Gesundheits- und Achtsamkeits-
training für Einzelpersonen und Gruppen

www.kocot-coaching.de

Psychoonkologische Begleitung

Für Menschen mit Krebserkrankungen
und ihre Unterstützungspersonen
(Angehörige, Freunde u.a.).



Unterstützen Sie Genesungsprozesse und verstärken Sie die Wirksamkeit von Behandlungsmaßnahmen:

Auf der Grundlage des „Bochumer Gesundheitstrainings“ und den Prinzipien der „Simonton Methode“ lernen Sie, den großen Anforderungen dieser Krankheit gewachsen zu sein - ob Sie selbst erkrankt sind oder ob Sie einen nahestehenden Menschen unterstützen möchten.

Ergänzend zu den genannten Methoden arbeite ich mit Elementen aus dem systemisch-ganzheitlichen Coaching, Achtsamkeitstraining, Stressmanagement, Yoga und der Entspannungspädagogik.

Nutzen Sie meine Angebote, wie z.B. Einzel- und Gruppengespräche, Seminare, Workshops, Gesundheitstraining und Vorträge!

Steigern Sie Ihre Lebensqualität und Ihre Lebensfreude!

Hinweis: Es handelt sich um die Begleitung des an Krebs erkrankten Menschen und dessen Angehörigen, zusätzlich zu den gewählten und notwendigen medizinischen Behandlungsformen. Die Begleitung erfolgt wertfrei und neutral. Es geht nicht darum zu heilen, sondern den Therapieprozess maximal zu unterstützen.

Sanftes Yoga und Praxis der Achtsamkeit

für Menschen mit Krebserkrankungen und
andere Interessierte

Yoga, Meditation und Achtsamkeitstraining haben wohltuende, stressreduzierende und heilsame Wirkung.

Nutzen Sie ein spezifisches sanftes Yoga und Achtsamkeitstraining und mildern Sie die psychischen und körperlichen Folgen einer Krebserkrankung ab.

Unterstützen Sie damit auch den Genesungsprozess und Ihr Wohlbefinden.

Fortlaufender Kurs:

Montags, 11.00 - 12.30 Uhr
im Kloster Paradiese (Blauer Saal) in Soest.
Ein Einstieg ist jederzeit möglich.

Yoga Einzelstunden:

Zur gezielten Begleitung von Einzelpersonen durch Yoga, Meditation, Entspannung und Gespräch.

Termine nach Absprache.



Unterstützende Begleitung bei Krebserkrankungen

Für Betroffene und Angehörige

Kontaktieren Sie mich gerne für einen Termin oder für ein kostenfreies telefonisches Vorgespräch (Dauer ca. 30 Min.) unter der Tel.-Nr.: 0 29 21 - 620 46.

Kocot Coaching int.

Sabina Kocot

Burgundische Str. 72
59494 Soest
Telefon: 02921/62046

Email: kontakt@kocot-coaching.de



Über 30 Jahre Erfahrung:

- Begleitung und Beratung von Einzelpersonen und Gruppen als Seminarleiterin und systemisch-ganzheitlicher Coach v.a. im Gesundheitsbereich
- Yoga Lehrerin (Spezialausbildung „Yoga und Krebs“)
- Bildungsreferentin und Leitungsfunktionen in den Bereichen berufliche und allgemeine Aus- und Weiterbildung
- Gesundheitsbildung in Theorie und Praxis

**Alle aktuellen Informationen
und Termine finden Sie unter:**

www.kocot-coaching.de