

„Ich bin schlapp
und kraftlos.“

„Ich finde die Worte nicht mehr-
ist das Konzentrationsschwäche?“

Seminar

TUMORBEDINGTE FATIGUE – ein vielfältiges Syndrom

- Stärkung des Selbstmanagements
im Umgang mit Fatigue
- Kontinuierliche Online-Treffen per Zoom,
Termine nach Absprache

SYMPTOME

Körperliche Müdigkeit

- Reduzierte Leistungsfähigkeit, vermehrtes Schlafbedürfnis ohne Erholungseffekt

Geistige Müdigkeit Konzentrationsstörungen

- Eingeschränkte Aufmerksamkeit

Emotionale Müdigkeit Antriebslosigkeit

- Hoffnungs- und Ratlosigkeit
- Niedergeschlagenheit

FATIGUE BEWÄLTIGEN

Finden Sie sich in diesen Symptomen wieder?

Wir bieten Ihnen an der Universitätsmedizin Greifswald die Möglichkeit, individuelle Wege zu finden, Ihre Fatigue zu bewältigen.

Vereinbaren Sie einen Termin zur individuellen Beratung oder nehmen Sie an unseren sechswöchigen **Präsenz-Seminaren** in kleinen Gruppen im Freien teil.

Diese bieten wir 2021 zu folgenden Zeiten an:

Seminarreihe 1 vom 26.05. - 30.06.2021  **jeweils von**
Seminarreihe 2 vom 11.08. - 15.09.2021 **14.30 - 16 Uhr**

NEU

Online- Beratung mit individueller Terminabsprache möglich

BEI INTERESSE BITTEN WIR UM ANMELDUNG:

Patienteninformationszentrum der Universitätsmedizin Greifswald

Ansprechpartnerinnen: Ute Stutz und Heike Hingst

Telefon: **03834 86-5363**

E-Mail: **piz@med.uni-greifswald.de**