



SIEBEN TIPPS, UM SICHER DURCH DIE KREBSDIAGNOSE ZU KOMMEN

Was tun nach einer Krebsdiagnose?

- Entspanne dich (z. B. mit Atembeobachtung)
- Alles Wichtige in einem Notizbuch festhalten
- Hilfe im persönlichen Netzwerk suchen
- Offen über die Diagnose sprechen
- Pro-Tipp: Sprich mit allen auf einmal
- Welche Lebensbereiche ändern sich?
- Du musst nicht normal weitermachen



WIR SPRECHEN ÜBER KREBS. LAUT.