

# Diagnòstic: càncer

## Grup d'acompanyament a malalts i familiars

### Perquè aquest grup?

Aquesta iniciativa sorgeix de les pròpies experiències personals de l'equip que la porta a terme. En les vivències de la història de vida de cadascuna dels membres de l'equip hi ha relació amb aquesta malaltia, el càncer. A conseqüència d'aquests fets vitals es comença a gestar la idea de construir un espai de trobada per a persones que estiguin en situacions similars entorn a processos de càncer. Els membres de l'equip tenen, a més a més de les experiències personals, coneixement en diferents disciplines que permeten poder crear un grup d'acompanyament.

Aquest grup d'acompanyament està construït des de la il·lusió i la motivació per a posar a disposició de les persones un espai on puguin sentir-se segurs, acompanyats i sigui un recurs més en les fases del diagnòstic, tractament o seguiment d'un càncer.

### Què aconseguiràs en el grup d'acompanyament

- Conèixer altres persones que estan en un procés similar, això et permetrà sentir-te que pertany a un col·lectiu més gran on recolzar-te.
- Aprendre tècniques de gestió de les emocions i la obtenció de recursos que podràs utilitzar durant tot el teu procés.
- Descobrir nous recursos personals, relacionals i vitals.
- Millorar l'autoconcepte de tu mateix i facilitar les relacions amb les persones del teu voltant.
- Millorar la teva capacitat d'escolta activa, de comunicació, d'atenció i consciència, d'observació plena i present
- Tenir consciència i profunditzar en les diferents fases que té un procés de càncer.
- Ampliar el teu coneixement dels temes proposats a cada sessió.

### A qui va dirigit:

- A totes aquelles persones que hagin rebut un diagnòstic de càncer.
- A les persones que estan actualment en tractament.
- A totes i tots aquells que han passat un procés de càncer i estan en fase de seguiment.
- Si ets algú que ha passat un procés i t'han donat l'alta definitiva, i et ve de gust compartir i treballar la teva experiència.

- Familiars molt vinculats a tot el procés del pacient interessat en el grup d'acompanyament.
- Professionals sanitaris o terapeutes.

És necessari que totes les persones que vulguin participar en el grup d'acompanyament facin una entrevista inicial amb l'equip de treball i que complimentin una fitxa d'inscripció on es demanaran dades personals i mèdiques.

## **Temes:**

### 1. Família i entorn

Fer-se càrrec d'una mateixa i respectar a l'altre

### 2. Tractaments i reforços

Auto responsabilitat i consciència

### 3. Tècniques de relaxació

Més calma, menys inflamació

### 4. La mort

Viure amb presència

### 5. El cos i la natura (integració, cicles circadians) i Qualitat del son

Restaurar el cos, calmar la ment / Autoreparació natural

### 6. Alimentació

El sucre i la sal

### 7. Canvi d'identitat (acceptació de la nova persona i el nou cos)

El valor de ser tu mateixa

### 8. Ciència i espiritualitat (creences i intenció positiva)

Tothom pot tenir càncer

### 9. Fase de control i seguiment (recaigudes)

Oportunitat d'autoconeixement

### 10. Agraïment a la vida (renaixement)

La calma de l'acceptació

## Calendari, format i horaris del Grup:



# DIAGNÒSTIC CÀNCER – Grup d’Acompanyament a malalts i familiars

**FORMAT:** SETMANAL DIMECRES TARDA DE 15H A 17.30H

**DATES:**

<b>MARÇ</b>	13/20
<b>ABRIL</b>	3/10/17/24
<b>MAIG</b>	8/15/22/29

**INFO:** M 621 142 876 | [www.muramura.cat](http://www.muramura.cat) | [info@muramura.cat](mailto:info@muramura.cat)

**PREU:** 30€ / sessió única – 200€ / tot el procés. Entrevista prèvia.

**LLOC:** Muramura – Vic | Carrer Sant Francesc 78 – 1er

---

**EQUIP:** **Núria Rabella:** Metge especialista en Microbiologia i Parasitologia Mèdica. Professora associada a la UAB. Departament de Microbiologia de l’hospital de la Santa Creu i Sant Pau. Postgrau en Nutrició per la UB. Màster en PNL, Màster en PNL i Salut i Màster en Coaching amb PNL. Diploma en Coaching transformacional. Certificada en Coaching Wingwave.

**Núria Orriols:** Psicòloga. Directora de l’àrea de PNL de l’Institut Gestalt de Barcelona. Membre didacta de l’AEPNL. Màster i Trainer en PNL. Coaching Wingwave. Màster en Coaching amb PNL. Coaching Generatiu per Robert Dilts i Steven Gilligan i Màster en Hipnosis Ericksoniana. Programa SAT Claudio Naranjo. Diplomada en Turisme.

L’equip està format per persones vinculades amb aquesta malaltia, la Núria Rabella amb l’experiència d’haver superat un càncer recentment, i la Núria Orriols amb experiència a l’acompanyament en processos de malaltia i de finals de vida de persones properes. D’aquestes experiències vitals, i els valors compartits entre elles dues, sorgeix la idea d’aquest projecte.

---