



So erreichen Sie mich:

Mit dem Auto über die B 555, Ausfahrt Rodenkirchen.  
Über den Kiesgrubenweg (später Wattigniesstraße)  
bis zur Araltankstelle. Dort rechts in die Kölnstraße.  
Weiter siehe Plan.

Mit der Linie 16 von Köln oder Bonn zum  
Bahnhof Sürth. Buslinie 130 und 131 bis  
Haltestelle Ernst-Volland-Straße.



## Heilsame Wege für an Krebs erkrankte Menschen

Psychoonkologische  
Begleitung  
für Betroffene  
und Angehörige

Margot Bähr  
Praxis für Gesundheit und Lebensqualität  
Carl-von-Linde-Str. 5  
50999 Köln  
Tel. 02236 389169

[www.praxis-gesundheit-lebensqualitaet.de](http://www.praxis-gesundheit-lebensqualitaet.de)  
e-mail: [info@praxis-gesundheit-lebenqualitaet.de](mailto:info@praxis-gesundheit-lebenqualitaet.de)

**PRAXIS** FÜR GESUNDHEIT  
UND LEBENSQUALITÄT

Glaube ist der Vogel, der singt,  
wenn die Nacht noch dunkel ist.

*Rabindranath Tagore*

Die Diagnose Krebs löst bei bei Erkrankten und ihnen nahestehenden Menschen gleichermaßen Ängste und Unsicherheit aus.

Die meisten Betroffenen fühlen sich existenziell erschüttert und suchen oft ratlos nach der Ursache der Erkrankung und geeigneten Therapien.

Neuere Forschungsergebnisse untermauern die jahrtausende alte Weisheit, dass die Geistes- und Seelenkraft eines Menschen die körperliche Gesundheit beeinflussen kann.

In der psychoonkologischen Begleitung lernen Sie eine Vielzahl von Möglichkeiten kennen, mit denen Sie sich aktiv an dem Gesundheitsprozeß beteiligen können.

Sie ergänzen und unterstützen die notwendigen medizinischen Behandlungsmethoden.



Die Schwerpunkte meiner Arbeit sind:

- Der heilsame Umgang mit Gefühlen von Angst, Wut und Traurigkeit,
- energetische Heilmethoden, um Ihr Energiepotential zu harmonisieren,
- durch Körperbewußtsein und Meditation einen Zustand tiefer Ruhe und Sammlung erreichen,
- Visualisierung und innere Bilder zur Förderung der Selbstheilungskräfte einsetzen,
- Sicherheit in sich finden, Krankmachendes und Heilungsförderndes zu unterscheiden,
- wesentliche Bedürfnisse und Quellen der Lebensfreude neu entdecken,
- einen ehrlichen Umgang in Beziehungen fördern, der gleichermaßen vertrauensvolle Nähe und notwendige Freiräume ermöglicht,
- achtsam sein mit den eigenen Grenzen, sich anderen mitteilen, Hilfe annehmen.

Ich wünsche Ihnen, dass Sie in der Auseinandersetzung mit der Krankheit Hoffnung und Zuversicht bewahren und Ihren individuellen heilsamen Weg finden.

Margot Bähr  
Heilpraktikerin /Psychotherapie  
Psychoonkologie  
Bochumer Gesundheitstraining  
(nach Dr. Carl Simonton)  
Reikimeisterin