

DOROTHEE LAUX



Limburg

- Jahrgang 1976
- Gesangspädagogin
- Chorleiterin, Dozentin
- Konzertsängerin
- **Fachgebiete:** Musikalische Energearbeit, Gesangs- und Bewegungsübungen für Kranke und Gesunde

„Für mich ist die Musik ein eng geknüpftes Band, über das ich mit Menschen in echten Kontakt komme. Sowohl in meiner solistischen als auch in der musikalisch-therapeutischen Arbeit. Ich bin davon überzeugt, dass Singen die Selbstheilungskräfte des Körpers aktiviert. Musik ist Balsam.“



DORIS MILL

Heilpraktikerin für Psychotherapie

Gartenweg 20
65553 Limburg-Dietkirchen
www.doris-mill.de

Anmeldung unter
info@doris-mill.de oder 06431-216718

IN KOOPERATION

mit der Dehrner Krebsnothilfe



und der Sankt Anna Stiftung Hadamar



MUSIK & THERAPIE

FÜR AN KREBS
ERKRANKTE MENSCHEN

*Musik als Schlüssel zur Orientierung
und seelischen Balance*

Kurse
Gesprächskreise
Einzeltherapie
Gruppentherapie
Workshops
Seelische Akut-Hilfe



DORIS MILL



Limburg-Dietkirchen

- Jahrgang 1964
- Heilpraktikerin für Psychotherapie (Praxisräume in Dietkirchen)
- Burnout-Beraterin
- Hospizhelferin
- **Fachgebiete:** Meditation, Übungen zu Achtsamkeit und Selbstwahrnehmung, psychologische Betreuung von Krebspatienten.

„Seit früher Kindheit spiele ich Klavier und singe gerne. Musik war für mich schon immer ein Fenster in die Seele. Töne öffnen uns Ebenen, in die wir mit dem Kopf nicht gelangen können. Es ist immer wieder schön zu sehen, wie Menschen über Klänge Zugang zu ihrem Inneren und ihren Gefühlen bekommen.“



BERATUNG
& HILFE
bei Krankheit,
Lebenskrisen
und an
Wendepunkten

MUSIK & THERAPIE ...

- ... überbrückt schwere seelische Notsituationen und stabilisiert
- ... führt in Entspannungs- und Balancezustände und gibt Kraft
- ... öffnet den Zugang zu (verschlossenen) inneren Ebenen
- ... lässt einen Blick auf Zusammenhänge zu und erleichtert die Auseinandersetzung mit dem Schicksal
- ... hilft, die Krankheit als Teil von uns selbst anzunehmen und dadurch anzugehen
- ... bietet eine Ruhezone, in der die Gedankenkarusselle mal ausgeschaltet werden
- ... unterstützt dabei, Antworten auf die eigenen wichtigen Lebensfragen zu bekommen
- ... zeigt Wege auf, wie man in Notsituationen eigene seelische Ressourcen abrufen kann
- ... setzt Impulse, das Leben bewusster zu gestalten



MUSIK HAT KRAFT

Musik hat heilende Kraft – davon sind viele Wissenschaftler überzeugt. Die hormonellen „Glücksindikatoren“ Serotonin, Noradrenalin und die Boten-Endorphine steigen, Stresshormone werden abgebaut und das Immunsystem wird unterstützt. Von Klängen wird der Körper augenblicklich in Schwingung versetzt. Ganz ohne Druck und ohne Leistungsdenken. Diese automatisch fließende Energie nutzen wir. Lernen Sie die Kraft kennen, die von Musik ausgeht. In Einzelstunden oder in unseren Gruppenangeboten.



MUT ZUR BEGEGNUNG MIT DIR SELBST

In der therapeutischen Schutzzone, aufgefangen durch die Musik und vielleicht auch durch den Zusammenhalt anderer Betroffener können wir unserem Inneren gut begegnen. Zusammen können wir Fragen auf den Grund gehen, wie z.B. „Was hat meine Krankheit mit mir zu tun?“, „Ist die Krebserkrankung ein Signal oder ein Notruf meines Körpers oder meiner Seele?“, „Warum trifft es ausgerechnet mich?“.

Die Musik öffnet unsere verborgenen seelischen Bedürfnisse. Über den musikalischen Schlüssel bekommen wir Zugang zu (verschütteten) Gefühlen und lernen, sie auszudrücken.

KREBS ALS WEGGABELUNG

Eine schwere Erkrankung zwingt zum Umdenken. Ballast und Krankmachendes muss aussortiert oder neu geordnet werden. Wir lernen, Signale des Körpers zu deuten und Wege der Annahme und Gesundheit einzuschlagen. Auf diesem Weg begleiten unsere psycho-onkologischen und musiktherapeutischen Angebote. Nutzen Sie die entlastende und öffnende Wirkung von therapeutischen Worten und Klängen.



KREBS – WAS NUN?

Die Diagnose Krebs kommt ungerufen in unser Leben. Wir stehen eventuell unter Schock, haben Angst und fragen uns, wie es weiter gehen soll. Eine solche schwerwiegende Lebenskrise alleine zu bewältigen, ist sehr schwer. Wir möchten Sie deshalb therapeutisch begleiten.

Es ist nun erst einmal wichtig, mit anderen Betroffenen und mit erfahrenen Therapeuten wieder Boden unter den Füßen zu bekommen. Wir haben mit der musikalischen Energiearbeit besonders gute Erfahrungen gemacht.

UNSER ANGEBOT FÜR AN KREBS ERKRANKTE MENSCHEN:

- Monatliche Treffen „Musik & Therapie“ (Einstieg jederzeit möglich)
- Gesprächskreise
- Gruppentherapie
- Einzeltherapie
- Workshops und Intensivseminare
- Notfall-Hilfe in akuten Krisensituationen – auch bei Ihnen zu Hause
- Beratung und Unterstützung von Angehörigen