

PERSÖNLICHER ERFAHRUNGSBERICHT TANZTHERAPIE

Juni 2024 in Lindau, von Andrea Valle Pantoja

Im Juni 2024 hatte ich das Glück, an der Tanztherapie-Woche des Betreuungswerks teilnehmen zu können. Die Zeit in der schönen Anlage „Schloss Lindau“ in Lindau habe ich sehr genossen und persönlich sehr davon profitiert.

In der schönen Umgebung, unmittelbar am Bodensee, konnten wir viele Themen behandeln und aufarbeiten, für die sonst keine Zeit ist und die auch allein schwer zu bearbeiten sind.

Weit über das Tanzen und die Gespräche hinaus, hatte Frau Mannheim (Psycho-Onkologin, Tanztherapeutin) viele Konzepte parat, um sehr schwierige private Themen und Ängste zu bearbeiten.

Mir persönlich hat es am meisten gebracht, mich auf eine Führung (mit geschlossenen Augen) durch den Garten einzulassen. Das bringt mehr als jede Diskussion über „Vertrauen“ oder „Hilfe annehmen“.

Ich kann jeder krebsbetroffenen Frau wärmstens empfehlen, an einem dieser Seminare teilzunehmen.

Andrea Valle Pantoja



© Privatbild von Andrea Valle Pantoja