

Schleswig-Holsteinische
Krebsgesellschaft e.V.



WIR WERDEN DA SEIN!

Unsere Angebote im Überblick



www.krebsgesellschaft-sh.de



Schleswig-Holsteinische Krebsgesellschaft e.V.
Alter Markt 1-2 · 24103 Kiel

info@krebsgesellschaft-sh.de
www.krebsgesellschaft-sh.de

Telefon 0431-800 10 80
Telefax 0431-800 10 89



Helfen Sie uns zu helfen durch:

- Ihre Mitgliedschaft
- eine Einzelspende
- regelmäßige Spenden
- eine Anlass-Spende (z.B. bei Jubiläen)
- Kondolenzspenden
- Nachlässe und Vermächtnisse
- Ehrenamtliches Engagement

Spendenkonto:

Förde Sparkasse
IBAN DE07 2105 0170 0094 1849 00
BIC NOLADE21KIE



Grußwort

Liebe Leserinnen und Leser,

fast jeder Erwachsene kennt im Familien- oder Freundeskreis einen Menschen, der von Krebs betroffen ist oder war. Allein in Schleswig-Holstein erkranken jährlich ca. 19.500 Menschen neu an Krebs – eine Zahl hinter der sich Schicksale und Tragödien verbergen. Nicht nur die Betroffenen selbst leiden unter den sozialen und seelischen Folgen der Diagnose Krebs, sondern auch die Angehörigen und Freunde.

In dieser schwierigen Zeit stehen wir Ihnen zur Seite! Wir beraten und begleiten Sie, wir haben Zeit für Gespräche, unterstützen Betroffene und suchen nach Wegen, Sie im Alltag zu entlasten. Durch unabhängige Informationen, einfühlsame Beratung und konkrete Schritte helfen wir Ihnen, mit der Diagnose zurechtzukommen, mit dem Krebs zu leben und neue Hoffnung zu schöpfen.

In der vorliegenden Broschüre finden Sie unsere vielfältigen Angebote in Schleswig-Holstein. Nehmen Sie gerne zu uns Kontakt auf, wenn Sie Fragen zu den einzelnen Projekten haben oder Sie sich für ein Angebot anmelden möchten.

Herzlichst, Ihre
Harriet Heise

Schirmherrin der
Schleswig-Holsteinischen Krebsgesellschaft e.V.



Krebsberatung

Beratung für Krebspatienten und ihre Angehörigen

In unseren Krebsberatungsstellen in Brunsbüttel, Eckernförde, Flensburg, Husum, Itzehoe und Kiel unterstützen wir Sie und suchen nach Wegen, Sie im Alltag zu entlasten. Wir helfen Ihnen dabei, mit der Diagnose zurechtzukommen, mit dem Krebs zu leben und neue Hoffnung zu schöpfen.

Die Beratung erfolgt immer kostenfrei und unabhängig von Wohnort und Krankenkasse.



Mittendrin!

Augen, Ohren und Stimme für Kinder mit Krebserkrankungen

Wenn Kinder und Jugendliche an Krebs erkranken, ist soziale Isolation häufig eine Folge der langen Abwesenheit von Schule und Hobbys. Deshalb verleihen wir durch die Unterstützung der TK kleine Roboter, die anstelle des Jugendlichen am Schulunterricht teilnehmen. Über eine App auf dem Smartphone kann der erkrankte Schüler alles sehen und hören, was im Umfeld des Avatars passiert.



Krebswegweiser

Online-Verzeichnis von Hilfsangeboten

Auf unserer Website www.krebswegweiser-sh.de stellen wir Ihnen die Kontaktdaten von Personen und Einrichtungen, die sich an der Versorgung von Krebspatienten in Schleswig-Holstein beteiligen, zur Verfügung. Hier finden Sie u. a. Selbsthilfegruppen, Beratungsstellen und Kursangebote.



Krebsinformationstage Schleswig-Holstein

Landesweite Patiententage

Unter dem Dach der Krebsgesellschaft finden Betroffene, Angehörige und Interessierte ein neutrales Forum, wo sie sich durch Vorträge, Podiumsdiskussionen oder direkten Kontakt mit Spezialisten über verschiedene Krebsarten und aktuelle Therapiemöglichkeiten informieren können. In der begleitenden Ausstellung laden Selbsthilfeverbände und Beratungsstellen zum Gespräch ein und stellen vielfältiges Informationsmaterial zur Verfügung.



Informationsabende

Experten stehen Rede und Antwort

Regelmäßig laden wir Patienten, Angehörige und Interessierte ein, sich in kleiner Gruppe über verschiedene Themen zu informieren und auszutauschen. Nach einem kurzen Expertenreferat zu wechselnden Themen haben Sie die Möglichkeit, Fragen zu stellen und miteinander ins Gespräch zu kommen.



Komplementärmedizin

Was hilft wirklich?

Vitamine, Mistel, Heilkräuter und vieles mehr – das Angebot für Krebspatienten ist groß. Doch nicht alle Präparate sind hilfreich und einige können sogar die Wirksamkeit von onkologischen Medikamenten beeinträchtigen. Prof. Dr. Jutta Hübner gibt Ihnen fundierte Informationen zu Mitteln und Verfahren der Komplementärmedizin, um sich in dem unübersichtlichen Thema besser zurechtzufinden.



Patientenratgeber

Informationen rund um das Thema Krebs

Sie brauchen Informationen zum Thema Krebs, zu Früherkennungsuntersuchungen oder Präventionsmaßnahmen? Wir haben viele interessante Themen für Patienten, Angehörige und Interessierte in Broschüren und Flyern zusammengefasst – gern senden wir Ihnen diese kostenlos nach Hause. Themen sind u.a. Fatigue, Chemotherapie, Schmerzen sowie die verschiedenen Krebserkrankungen.



SunPass

Sonnenschutz im Kindergarten

Das Hautkrebspräventionsprojekt „SunPass - Gesunder Sonnenspaß für Kinder“ hat zum Ziel, den Sonnenschutz in Kitas zu verbessern, um langfristig Hautkrebserkrankungen vorzubeugen. Eltern und Mitarbeitende werden über die Wirkungen von UV-Strahlung und geeignete Präventionsmaßnahmen aufgeklärt. Die Kinder werden altersgerecht einbezogen. Nach erfolgreicher Teilnahme werden die Kitas mit einem Zertifikat ausgezeichnet.



Angehörigenwohnungen

Zuhause auf Zeit in Kiel und Lübeck

Mit unseren Angehörigenwohnungen in Kiel und Lübeck stellen wir Familienangehörigen und Freunden von Krebspatienten kostenfreien Wohnraum für die Zeit der stationären Behandlung zur Verfügung. Die Wohnungen werden koordiniert durch ehrenamtliche Helfer, die unsere Gäste liebevoll in Empfang nehmen und nach Bedarf auf unterstützende Angebote weiter vermitteln.



Kunst- und Gestaltungstherapie

Zugang zu schöpferischen Kräften finden

Kunsttherapie ist farbig und lebendig! Der spielerische Umgang mit Farben und Formen weckt Lebensfreude und das Vertrauen in die eigenen Kräfte. Erleben Sie in unseren Kursen, wie Kunst Ihnen helfen kann, die Krankheit besser zu verarbeiten. Verschiedene Materialien regen zur Freude am künstlerischen Gestalten an, ohne dass besonderes Talent oder Vorkenntnisse erforderlich sind.



Kunsttherapie für Kinder krebskranker Eltern

Gefühlen Ausdruck verleihen

Wenn ein Elternteil an Krebs erkrankt, leiden die Kinder mit. Ihr Kummer äußert sich jedoch anders als bei Erwachsenen. Kinder und Jugendliche krebskranker Eltern haben in dieser Gruppe die Möglichkeit ihren Gefühlen und Gedanken auf kreative Weise Ausdruck zu geben und sich unter Anleitung künstlerisch mit ihnen auseinanderzusetzen. Dieses Projekt ist eine Kooperation mit der hospiz-initiative kiel e.V.



Gruppe für Angehörige

Eigene Bedürfnisse wahrnehmen

Nach einer Krebsdiagnose konzentriert sich meist alle Kraft auf den Betroffenen. In dieser Gruppe lernen Angehörige, ihre eigenen Bedürfnisse wahrzunehmen. Darüber hinaus erhalten sie vielfältige Informationen und haben die Möglichkeit sich auszutauschen und sich gemeinsam Kraft zu geben.



Fatigue

Wege aus der Erschöpfung

Viele Krebspatienten leiden unter einem krankheitsbedingten Erschöpfungssyndrom, genannt Fatigue. Wir möchten Ihnen helfen, aus eigener Kraft wieder leistungsfähiger zu werden. In dem Workshop lernen Sie anhand gezielter Übungen, Fatigue besser zu verstehen und zu mindern. So können Sie wieder an Lebensqualität gewinnen.



Sport in der Krebsnachsorge

Kurse für Wassergymnastik

In diesen Kursen bieten wir Ihnen die Möglichkeit, nach einer Krebserkrankung wieder zu neuen Kräften zu kommen. Stress wird abgebaut und sowohl Kondition als auch körperliche Leistungsfähigkeit nehmen zu. Die aktive Rolle bei dieser Form der Krankheitsbewältigung und der Spaß am Gruppenerlebnis steigern nicht zuletzt Lebensqualität und Selbstwertgefühl der Teilnehmer.



Selbsthilfegruppen

Austausch und gegenseitige Unterstützung

Tauschen Sie sich in unseren Selbsthilfegruppen mit anderen Betroffenen über Ihre Erkrankung aus, die ähnliche Sorgen und Erfahrungen teilen.

Neben dem Informationsaustausch und der praktischen Lebenshilfe bieten Ihnen die Gruppen auch emotionale Unterstützung und Motivation.



Nähworkshop „Die heißen Nadeln“

Produktiv werden mit Stoff

In diesem Workshop nähen Sie gemeinsam in der Gruppe Herzkissen, Fühldecken und Kuschelkissen nach einem speziellen Schnitt. Diese werden z.B. an Brustkrebspatientinnen, kranke Kinder oder Demenzkranke verschenkt. Sie dienen als Lagerungskissen, übermitteln aber auch den persönlichen Gedanken der Solidarität. Erfahrungen und Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.



Cafés für Krebspatienten

Einfach mal plaudern

Einmal im Monat laden wir Sie an unterschiedlichen Standorten ein, sich in gemütlicher Atmosphäre bei Kaffee und Kuchen auszutauschen und miteinander ins Gespräch zu kommen. Die Cafés verstehen sich nicht als Selbsthilfegruppe, sondern als ungezwungene Zusammenkunft.

Zusätzlich bieten wir Ihnen in Brunsbüttel ein Café für trauernde Angehörige und Freunde von Krebspatienten an.



Gemeinschaftsstiftung

Wie Sie langfristig helfen können

Die Gemeinschaftsstiftung hat das Ziel, durch die Ausschüttung von Zinserträgen die Arbeit der Krebsgesellschaft langfristig zu sichern. Um das Fundament der Stiftung weiter aufbauen zu können, freuen wir uns über Ihre Zustiftung. Sie unterstützen damit den wissenschaftlichen Nachwuchs im Bereich der Krebsforschung, der im Fokus der Stiftungsarbeit steht.



Lauf ins Leben

Solidaritätsveranstaltung für Krebspatienten

Feiern Sie gemeinsam mit uns ein Fest für das Leben! Bei dieser 22-stündigen Benefizveranstaltung sind Krebspatienten unsere Ehrengäste. Ein buntes Rahmenprogramm und eine bewegende Kerzenzeremonie sorgen für ein besonderes Gemeinschaftserlebnis. Durch das Engagement der teilnehmenden Mannschaften werden Spendengelder für die Arbeit der Schleswig-Holsteinischen Krebsgesellschaft gesammelt.



Meditatives Singen

Stressbewältigung durch Chorgesang

Eine Hilfe bei der Bewältigung der sozialen und seelischen Probleme bei Krebsbetroffenen und Angehörigen kann das gemeinsame Singen im Chor sein. Durch die meditativen Elemente bei diesem speziellen Angebot wird gleichzeitig eine tiefe Beruhigung und Konzentration erreicht. Neben der Stressbewältigung steht beim Meditativen Singen auch die Steigerung der Lebensfreude und das Gemeinschaftsgefühl im Vordergrund.



Wattolümpiade

Schmutziger Sport für eine saubere Sache

Bei dem schmutzigsten Sportspektakel der Welt kämpfen die Wattleten aus ganz Deutschland in den Disziplinen Wattfußball, Watthandball, Wolliball und Schlickschlittenrennen um olümpisches Gold.

Das Benefizevent lockt mit dem bunten Rahmenprogramm auch tausende Zuschauer an den Elbdeich nach Brunsbüttel. Die Einnahmen der Veranstaltung gehen unter anderem an das Krebsberatungszentrum Westküste.



Achtsamkeit/Entspannung

Für sich selbst sorgen

Viele Krebspatienten kennen Gefühle wie Angst, Nervosität, innere Unruhe und Müdigkeit nur zu gut. Dazu kommen die körperlichen Belastungen und die neuen Anforderungen im Alltag. Um Verspannungen zu lösen, Ängste zu verringern und die eigenen Kräfte für die bevorstehende Zeit zu stärken bieten wir Ihnen regelmäßig Entspannungs- und Achtsamkeitskurse an.

BERATUNG

FORSCHUNG

INFORMATION

PRÄVENTION

UNTERSTÜTZUNG

Schleswig-Holsteinische
Krebsgesellschaft e. V.

Alter Markt 1-2
24103 Kiel

Bitte
freimachen



Antrag auf Mitgliedschaft

Name:

Vorname:

Institution:

geb. am:

Straße:

PLZ:

Ort:

Beruf:

Telefon:

Email:

Mitgliedsbeitrag jährlich:

20,00 € (Mindestsumme Privatperson)

60,00 € (Mindestsumme Institution)

€ (frei gewählte Beitragssumme)

Der Mitgliedsbeitrag ist steuerlich ansetzbar.

Den Jahresbeitrag bitte ich bis auf Widerruf von meinem/unserem Konto abzubuchen:

IBAN:

BIC:

Datum/Ort:

Unterschrift:

Wir verarbeiten Ihre personenbezogenen Daten nach Vorgaben der EU-DSGVO, bitte beachten Sie dazu unsere Datenschutzinformationen:

www.krebsgesellschaft-sh.de/dsgvo-info