

Jahresbericht 2023

Schleswig-Holsteinische
Krebsgesellschaft e.V. 

WIR WERDEN DA SEIN!



Beratung und Unterstützung für die ganze Familie

Impressum

Herausgegeben von der
Schleswig-Holsteinischen Krebsgesellschaft e.V.
Alter Markt 1-2 · 24103 Kiel

Telefon 0431-800 10 80

Telefax 0431-800 10 89

info@krebsgesellschaft-sh.de

www.krebsgesellschaft-sh.de

Spendenkonto:

Förde Sparkasse

IBAN DE07 2105 0170 0094 1849 00

BIC NOLADE21KIE

Text: Schleswig-Holsteinische Krebsgesellschaft e.V.

Redaktion: Svenja Paetsch

Grafik+Layout: Axel Prange · Dipl. Grafik-Designer
werbung@xl-grafikdesign.com

Bilder: stock.adobe.com,
Axel Prange,
Schleswig-Holsteinische Krebsgesellschaft e.V.

Auflage: 1000 Stück

Grußwort des geschäftsführenden Vorstandes

Sehr geehrte Mitglieder, Freund*innen und Förderer*innen der Schleswig-Holsteinischen Krebsgesellschaft e.V.,
sehr geehrte Leser*innen,

gemeinsam mit Ihnen möchten wir in unserem aktuellen Jahresbericht auf das vergangene Jahr zurückblicken. Wir konnten Krebspatient*innen und ihren Familien auch 2023 weiterhin viele kostenlose **Unterstützungsangebote** anbieten.

Unsere Beratungsangebote und Kurse haben wir sowohl **in Präsenz in verschiedenen Orten in Schleswig-Holstein als auch online angeboten**. Gleiches gilt für unsere psychoonkologische Beratung sowie die Sozialberatung: Beratungen konnten sowohl vor Ort als auch telefonisch oder per Video-Beratung in Anspruch genommen werden. Auf diese Weise möchten wir sicherstellen, dass Betroffene überall in Schleswig-Holstein Zugang zu unseren kostenlosen Angeboten haben.

Auf der Mitgliederversammlung im Juni 2023 haben die Mitglieder eine **neue 1. Vorsitzende** gewählt. PD Dr. med. Katharina C. Kähler wird nach dem Rücktritt von Prof. Dr. Frank Gieseler die Geschäfte der Krebsgesellschaft weiterführen.

Außerdem freuen wir uns sehr, dass wir im vergangenen Jahr bereits unser **70-jähriges Jubiläum** feiern konnten. Bei einem Festakt mit rund 100 Gästen haben wir auf die Historie der Schleswig-Holsteinischen Krebsgesellschaft zurückgeblickt. Innenministerin Dr. Sabine Sütterlin-Waack sprach zudem den Verantwortlichen der Krebsgesellschaft im Namen der gesamten Landesregierung für den jahrzehntelangen Einsatz ihren Dank aus.

Unser Jubiläumsjahr haben wir dafür genutzt, mit viel Engagement unsere **Präventionsarbeit** voranzutreiben. Unsere Hodenkrebs-Präventionskampagne „Check dich selbst“ wurde weiter ausgebaut. Unter dem Motto „U can touch this“ wird zukünftig auch auf die Bedeutung der Selbstabtastung der Brust zur Früherkennung von Brustkrebs hingewiesen. Auf zahlreichen Veranstaltungen im ganzen Land – unter anderem auf dem Wacken Open Air – haben wir die Präventionskampagnen in die breite Öffentlichkeit getragen. Zudem waren wir auf zahlreichen Patientenveranstaltungen mit Informationsständen präsent.

Patient*innen an der Westküste konnten sich auf den **Krebsinformationstagen in Brunsbüttel** informieren, die wir 2023 erneut erfolgreich durchgeführt haben. Neben vielen Infoständen haben wir unterschiedliche Vorträge von Ärzt*innen der Westküstenkliniken aus Heide und Brunsbüttel organisiert.

Unser Avatar-Projekt **„Mittendrin! Augen, Ohren und Stimme für Kinder mit einer Krebserkrankung“**, das betroffenen Kindern und Jugendlichen mithilfe von Telepräsenzrobotern die Teilnahme am Schulunterricht ermöglicht, wurde im Berichtsjahr nicht nur erfolgreich fortgeführt, sondern erstmalig preisgekrönt. Mittlerweile haben wir 15 Avatare zur Verfügung, die von Schüler*innen der Klassenstufen 1 bis 13 in Schleswig-Holstein genutzt werden können.

Unser besonderer Dank gilt allen Spender*innen und Unterstützer*innen, die uns dabei helfen, unsere Arbeit für Krebspatient*innen und ihre Angehörigen fortzusetzen und weiter auszubauen. Gerade in Zeiten wie diesen ist Ihre Unterstützung alles andere als selbstverständlich und daher für uns ganz besonders wertvoll.

Auch in Zukunft hoffen wir auf Ihre Hilfe, damit wir weiterhin kostenfreie Unterstützungsangebote für Menschen mit Krebs und ihre Angehörigen anbieten können. Denn nur mit Ihrer Hilfe können wir für Krebserkrankte und ihre Familien in ganz Schleswig-Holstein da sein. **Lesen Sie auf den folgenden Seiten über unsere vielfältigen Aktivitäten in Schleswig-Holstein.**

Herzliche Grüße

PD Dr. med.
Katharina C. Kähler,
1. Vorsitzende der
Schleswig-Holsteinischen Krebsgesellschaft e.V.



Dr. med. Jan Nolde,
Stellvertretender Vorsitzender und Schriftführer der
Schleswig-Holsteinischen Krebsgesellschaft e.V.



Jörg Arndt,
Schatzmeister der
Schleswig-Holsteinischen Krebsgesellschaft e.V.



Jahresbericht 2023

Inhalt

Impressum	2	4. Benefizevents und Fundraising.....	36
Grußwort des geschäftsführenden Vorstandes.....	3	4.1. Lauf ins Leben in Eckernförde und Flensburg	36
1. Über uns.....	5	4.2. Dietrichsdorf sammelt	38
1.1. Der Vorstand	5	4.3. Benefizwochenende des Bootshafensommers.....	39
1.2. PD Dr. med. Katharina C. Kähler.....	7	4.4. 30.000 Euro für das.....	39
ist neue 1. Vorsitzende		Krebsberatungszentrum Westküste	
1.3. Ihre Ansprechpartner*innen	8	4.5. Spende für das Avatar-Projekt	40
in Schleswig-Holstein		4.6. Spende des Vereins „Stark gegen Krebs“	40
1.4. Unsere Angebote 2023 im Überblick.....	9	4.7. 2.500 Euro für die Sport-.....	40
1.5. 70 Jahre Schleswig-Holsteinische	10	und Bewegungsprogramme	
Krebsgesellschaft		4.8. Unterstützung vom Spendenparlament.....	40
2. Beratung und Unterstützung	12	4.9. Benefizkonzert des Harmonic Brass Quintett	41
2.1. Vor Ort für Sie da	12	4.10. Spende der Dualen Hochschule	41
2.2. Mittendrin! Augen, Ohren und Stimme	14	4.11. Sportliche Unterstützung vom MVZ.....	41
für Kinder mit einer Krebserkrankung		4.12. 550 Euro vom Pistolensport Club Rendsburg.....	41
2.3. Die Angehörigenwohnungen:	16	4.13. Westküstenflohmarkt.....	41
Ein Zuhause auf Zeit		5. So können Sie helfen.....	42
2.4. Unser Kurs- und Seminarangebot.....	18	5.1. Ihre Mitgliedschaft	42
2.4.1 Neues Angebot: Letzte-Hilfe-Kurs.....	18	5.2. Stiftung	43
2.4.2 Neues Angebot: Qigong	18	6. Mitgliedschaften.....	44
2.4.3 Neustart Selbsthilfegruppe	19	7. Presse- und Öffentlichkeitsarbeit	46
schwarzer Hautkrebs		7.1. Bilanz der Medienberichterstattung.....	46
2.4.4 Fatigue-Workshop.....	19	7.2. Homepage und Newsletter.....	46
2.4.5 Therapeutisches Schreiben	19	7.3. Social Media	46
2.4.6 Entspannung, Yoga und Achtsamkeit.....	20	8. Ausblick	47
2.4.7 Auszeit für mich	20	8.1. Save the Date: Lauf ins Leben Eckernförde	47
2.4.8 Kochen.....	21	8.2. Unsere Selbsthilfegruppen.....	48
2.4.9. Breath Walk	22	9. Danksagungen	49
2.4.10. Kunst- und Gestaltungstherapie	22		
Kiel und Lübeck			
2.4.11. Gedächtnistraining	24		
2.4.12. Time Out	24		
2.4.13. Lebensmut.....	25		
3. Information und Aufklärung.....	26		
3.1. Check dich selbst.....	26		
3.2. Pop-Up-Store	29		
3.3. Prävention auf dem Wacken Open Air.....	30		
3.4. Krebsinformationstage Brunsbüttel.....	31		
3.5. „Kieler Woche tut gut“	32		
3.6. Informationsabende	33		
3.7. Publikationen.....	34		

1. Über uns

1.1 Der Vorstand

Der ehrenamtliche Vorstand der Schleswig-Holsteinischen Krebsgesellschaft versammelte sich 2023 vier Mal. Zwei Treffen fanden online statt, zwei in Präsenz.

Im Rahmen der Mitgliederversammlung waren im Jahr 2023 der/die 1. Vorsitzende, der/die stellvertretende Vorsitzende, der/die Schriftführer/in und bis zu fünf Beisitzer*innen zu wählen.

Die Anwesenden sprachen sich einstimmig für die Wahl von PD Dr. med. Katharina C. Kähler zur ersten Vorsitzenden der Schleswig-Holsteinischen Krebsgesellschaft aus.

Zum stellvertretenden Vorsitzenden und Schriftführer wurde ebenfalls einstimmig Dr. med. Jan Nolde gewählt. Im Amt des Beisitzers bestätigt wurden: Dr. med. Carsten Leffmann, Prof. Dr. med. Nikolas von Bubnoff, Prof. Dr.

med. Achim Rody, Prof. Dr. med. Thomas Becker und Prof. Dr. med. Jürgen Dunst.

Prof. Dr. med. Frank Gieseler ist aus persönlichen Gründen von seinem Amt als 1. Vorsitzender zurückgetreten. Ausgeschieden aus dem Vorstand ist zudem Dr. med. Merwe Carstens.

Vorstandsmitglieder

1. Vorsitzende:
PD Dr. med. Katharina C. Kähler

Leiterin des
Hautkrebszentrums

Universitätsklinikum
Schleswig-Holstein,
Campus Kiel



**Stellvertretender Vorsitzender und
Schriftführer:** Dr. med. Jan Nolde

Geschäftsführender
Oberarzt, Qualitäts-
management

Universitätsklinikum
Schleswig-Holstein,
Campus Lübeck



Schatzmeister:
Jörg Arndt

Geschäftsführender
Gesellschafter

Arndt & Cie GmbH



Beisitzer*innen

Prof. Dr. med. Claudia Baldus

Direktorin der Klinik
für Innere Medizin II

Universitätsklinikum
Schleswig-Holstein,
Campus Kiel



Prof. Dr. med. Thomas Becker

Direktor der Klinik für
Allgemeine Chirurgie
und Thoraxchirurgie

Universitätsklinikum
Schleswig-Holstein,
Campus Kiel



Barbara Dalmer

Niedergelassene
Gynäkologin
in Husum



Prof. Dr. med. Jürgen Dunst

Direktor der Klinik
für Strahlentherapie

Universitätsklinikum
Schleswig-Holstein,
Campus Kiel und
Lübeck



Dr. med. Carsten Leffmann

Ärztlicher
Geschäftsführer

Ärztetkammer
Schleswig-Holstein



Prof. Dr. med. Nicolai Maass

Direktor der Klinik
für Gynäkologie und
Geburtshilfe

Universitätsklinikum
Schleswig-Holstein,
Campus Kiel



Prof. Dr. med. Axel Merseburger

Direktor der Klinik
für Urologie

Universitätsklinikum
Schleswig-Holstein,
Campus Lübeck



Prof. Dr. med. Achim Rody

Direktor der Klinik für
Frauenheilkunde und
Geburtshilfe

Universitätsklinikum
Schleswig-Holstein,
Campus Lübeck



Prof. Dr. med. Nikolas von Bubnoff

Direktor der Klinik
für Hämatologie und
Onkologie

Universitätsklinikum
Schleswig-Holstein,
Campus Lübeck





1.2 PD Dr. med. Katharina C. Kähler ist neue 1. Vorsitzende

Nach 15 erfolgreichen Jahren als 1. Vorsitzender der Schleswig-Holsteinischen Krebsgesellschaft ist Prof. Dr. med. Frank Gieseler am Dienstag, 28. März 2023, aus persönlichen Gründen von seinem Amt zurückgetreten.

Prof. Dr. Gieseler hat die Krebsgesellschaft seit dem Jahr 2008 erfolgreich geleitet und mit viel persönlichem Einsatz und großem Engagement positiv geprägt. Als besondere Motivation seiner Arbeit hat Prof. Gieseler immer die Möglichkeit gesehen, Menschen, die unter einer Krebserkrankung bei sich selbst oder in der Familie leiden, zu helfen. Hierfür wurden unter seiner Leitung die Angebote der Landeskrebsgesellschaft fokussiert und erweitert. Die stetige Zunahme der Spendenbereitschaft spricht für den Erfolg seiner Bemühungen.

Den Vorsitz übernimmt PD Dr. med. Katharina C. Kähler, Leiterin des Hautkrebszentrums am UKSH, Campus Kiel. Sie wurde auf der Mitgliederversammlung zur neuen 1. Vorsitzenden gewählt. „Als Dermatookologin bin ich angetrieben von der Motivation, Krebspatienten in ihrer oftmals aussichtslosen Situation durch innovative Therapien, aber auch durch andere Formen der Unterstützung zu begleiten“, sagt Dr. Kähler, die 2021 bereits zur stellvertretenden Vorsitzenden gewählt wurde. „Ich möchte mich mit großem Einsatz in das Ehrenamt als 1. Vorsitzende einbringen – um die Situation für die Betroffenen und ihre Angehörigen in unserem Land wirklich zu verbessern. Neben der hervorragenden medizinischen Versorgung in der Akutphase einer Krebserkrankung stellt nicht selten ‚die Zeit danach‘ die Menschen und ihre Familien vor große Herausforderungen. Genau an diesem Punkt können wir mit der Schleswig-Holsteinischen Krebsgesellschaft ansetzen und vielfältige Akzente setzen, wie Menschen dann unterstützt werden können. Gemeinsam mit meinen Kollegen des geschäftsführenden Vorstandes und unseren Beisitzern möchte ich neue Impulse generieren und unsere Arbeit zum Wohle der Krebspatienten weiterentwickeln“, sagt Dr. Kähler. „Wir haben viele Anknüpfungspunkte – und gemeinsam können wir viel erreichen.“

Konkret möchte sie das Thema „Armut und Krebs“ in den Fokus stellen. „Das ist ein Teilbereich, in dem wir noch aktiver werden können. Es ist wichtig, dass wir unsere Reichweite erhöhen, damit noch mehr Menschen erfahren können, wie sie durch eine Veränderung ihres Lebensstils und auch durch eine optimale Krebsvorsorge ihre Gesundheit positiv beeinflussen können.“

Neue Angebote entwickeln und vorhandene Angebote ausbauen, Versorgungslücken im Land schließen und wirklich etwas für die Betroffenen erreichen: Das ist der Weg, den die Schleswig-Holsteinische Krebsgesellschaft in den nächsten Jahren weiterverfolgen wird. „Ich danke für das entgegengebrachte Vertrauen“, sagt Dr. Kähler, „und freue mich darauf, mich langfristig für die Schleswig-Holsteinische Krebsgesellschaft zur Verfügung zu stellen.“



1.3 Ihre Ansprechpartner*innen in Schleswig-Holstein

Die Geschäftsstelle in Kiel, die Außenstelle in Lübeck, die Krebsberatungsstelle in Flensburg sowie das Krebsberatungszentrum Westküste in Brunsbüttel sind die zentralen

Anlaufstellen für Betroffene, Angehörige und Interessierte und werden als solche nach wie vor sehr gut angenommen. Hier finden Krebspatient*innen konkrete Hilfe direkt vor Ort.

Ihre Ansprechpartner*innen in den Kontaktstellen

Vanessa Boy
Standort Kiel

Geschäftsführung



Veronika Dörre
Standort Lübeck

Koordination
Außenstelle Lübeck



Silke Behrsing
Standort Flensburg

Koordination
Krebsberatungsstelle
Flensburg



Petra Köster
Standort Brunsbüttel

Koordination
Krebsberatungszentrum Westküste,
Psychoonkologin (WPO)



Ilona Möller
Standort Kiel

Büroorganisation,
Finanzbuchhaltung,
Mitgliederverwaltung,
Spenderbetreuung



Marie Mehner
Standort Kiel

Unterstützung Büro-
und Veranstaltungs-
organisation



Christel Brumm
Standort Kiel

Unterstützung
Finanzbuchhaltung



Andrea Kählau
Standort Brunsbüttel

Unterstützung
Büro- und Veranstal-
tungsorganisation
Krebsberatungszentrum Westküste



Svenja Paetsch
Standort Kiel

Presse- und
Öffentlichkeitsarbeit,
Veranstaltungen



Carlotta Rudolph
Standort Kiel

Unterstützung Büro-
und Veranstaltungs-
organisation



Frauke Schlünzen
Standort Kiel

ehrenamtliche
Büroassistenz



Ralf Schmidt
Standort Brunsbüttel

ehrenamtliche
Unterstützung
Krebsberatungszentrum Westküste



Eileen Meier
Standort Kiel

Projektleitung,
Onlineredaktion



Geschäftsstelle Kiel
Alter Markt 1-2 · 24103 Kiel
Telefon 0431-800 10 80
info@krebsgesellschaft-sh.de

Krebsberatungsstelle Flensburg
Duburger Straße 81a · 24939 Flensburg
Telefon 0461-500 89 89
beratung.flensburg@krebsgesellschaft-sh.de

Außenstelle Lübeck
Ziegelstraße 9-11 · 23556 Lübeck
Telefon 0451-489 181 69
luebeck@krebsgesellschaft-sh.de

Krebsberatungszentrum Westküste
Koogstr. 41-43 · 25541 Brunsbüttel
Telefon 04852-837 80 70
beratung.brunsbuettel@krebsgesellschaft-sh.de



1.4 Unsere Angebote 2023 im Überblick

Soziale, psychoonkologische und medizinische

Beratung für die ganze Familie

- Krebsberatungsstelle Brunsbüttel
- Krebsberatungsstelle Eckernförde
- Krebsberatungsstelle Flensburg
- Krebsberatungsstelle Husum
- Krebsberatungsstelle Itzehoe
- Krebsberatungsstelle Kiel

Information

- Krebsinformationstage in Brunsbüttel
- Krebswegweiser Schleswig-Holstein
- Patient*innenratgeber rund um das Thema Krebs
- Regelmäßige Informationsabende

Unterstützung

- Angehörigentreff in Brunsbüttel
- Angehörigenwohnungen in Kiel und Lübeck
- Café für Krebspatient*innen in Bad Segeberg
- Café für Krebspatient*innen in Kiel
- Café für Krebspatient*innen in Lübeck
- Café Zeitenwende für Hinterbliebene in Brunsbüttel
- Einzelberatung Systemische Aufstellung in Brunsbüttel
- „Lebensmut“ – Kunsttherapie für Kinder krebskranker Eltern in Kiel
- Mittendrin! Augen, Ohren und Stimme für Kinder mit einer Krebserkrankung
- Selbsthilfegruppen in Brunsbüttel, Eckernförde, Kiel, Lübeck, Rendsburg und online
- Seminar „Auszeit für mich“ im Kloster Nütschau
- Sport nach Krebs – Wassergymnastik in Kiel
- Time Out – Auszeit für Jugendliche von krebskranken Eltern in Lübeck

Prävention

- Check dich selbst – Präventionskampagne Hodenkrebs
- HPV-Impfung – Prävention von Gebärmutterhalskrebs
- U can touch this – Präventionskampagne Brust- und Hodenkrebs

Benefizveranstaltungen

- Lauf ins Leben Eckernförde
- Lauf ins Leben Flensburg
- Spendenaktion „Dietrichsdorf sammelt“
- Benefizwochenende des Bootshafensommers
- Benefizkonzert Harmonic Brass Quintett

- Workshop „Achtsamkeit“ (online)
- Workshop „Achtsamkeit“ in Husum
- Workshop „Entspannung“ in Eckernförde
- Workshop „Fatigue“ (online)
- Workshop „Fatigue“ in Kiel
- Workshop „Gedächtnistraining“ (online)
- Workshop „Gestaltungs- und Kunsttherapie - Lebenskunst“ in Kiel
- Workshop „Kochen“ in Kiel
- Workshop „Kunst“ in Lübeck
- Workshop „Letzte Hilfe“ in Kiel
- Workshop „Qi-Gong“ in Oldenburg
- Workshop „RuhePunkt“ in Grundhof
- Workshop „Therapeutisches Schreiben“ (online)
- Workshop „Yoga mit Atemübungen“ (online)
- Workshop „Yoga“ in Kiel

1.5 Jubiläumsfeier: 70 Jahre Schleswig-Holsteinische Krebsgesellschaft

Auf 70 Jahre Engagement für Krebspatient*innen und ihre Angehörigen konnten wir 2023 zurückblicken.

Aus diesem Anlass kamen am Mittwoch, 27. September, rund 100 Gäste zu einem Festakt zusammen, darunter Schleswig-Holsteins Innenministerin Dr. Sabine Sütterlin-Waack. Die Ministerin dankte den Verantwortlichen der Krebsgesellschaft im Namen der gesamten Landesregierung für den jahrzehntelangen Einsatz: „Das Engagement der Schleswig-Holsteinischen Krebsgesellschaft ist von großem Wert für die Menschen in unserem Land. Die Krebsgesellschaft leistet einen großen Beitrag in einer schweren Zeit und setzt sich für einen positiven Umgang mit dem Thema Krebs ein und versucht für die Erkrankten und deren Familien Entlastung zu schaffen. Die Frauen und Männer leisten tagtäglich Großes für die Menschen und vermitteln Hoffnung und Mut, dem Krebs entschieden entgegen zu treten.“

Vom Landesausschuss zur Krebsgesellschaft

Einen Überblick über die vergangenen 70 Jahre gab Prof. Dr. med. Dr. rer. nat. Bernhard Kimmig. Er zeigte anhand verschiedener Beispiele auf, wie die Schleswig-Holsteinische Krebsgesellschaft seit 1953 die Lücken in der Versorgung von Krebspatient*innen aufgedeckt und ausgefüllt hat.

Unter dem Namen Schleswig-Holsteinischer Landesausschuss für Krebsbekämpfung und Krebsforschung e.V. haben wir seit Mitte der 50er-Jahre den Ausbau von Krebsberatungsstellen im ganzen Land durch die Bereitstellung moderner diagnostischer Geräte unterstützt und so die Früherkennung unterschiedlicher Krebserkrankungen erheblich erleichtert. Großen Anteil hatten wir in den 60er-Jahren auch an der Einführung der Mammographie-Vorsorgeuntersuchungen.

Seit Anfang der 70er-Jahre förderten wir, nun unter dem Namen Schleswig-Holsteinische Krebsgesellschaft e.V., durch finanzielle Unterstützung die Krebsdiagnostik in Universitätskliniken und Krankenhäusern des Landes. Als die Zahl der onkologischen Arbeitskreise im Land zu wachsen begann, übernahmen wir 1985 die Funktion einer Geschäftsstelle. „Seit diesem Zeitpunkt engagierte sich die Krebsgesellschaft auch verstärkt in der psychosozialen Nachsorge“, erzählt Vanessa Boy. „Denn es wurde deutlich, dass Krebspatient*innen auch nach abgeschlossener Behandlung weitere Hilfe brauchen.“ Daneben stand seit Mitte 80er-Jahre der Bereich der Forschungsförderung im Zentrum der Arbeit.

Die Ausstattung zweier Palliativstationen im Jahr 1999 markierte die Bedeutung der lebensendnahen Betreuung. Im Jahr 2000 übernahmen wir die Trägerschaft für Kurse für Pflegekräfte im Bereich Hospiz/Palliativ und begleiteten als Förderverein das Modellprojekt „Qualität in Mamma-Diagnostik“.

Innovative Projekte und neue Veranstaltungen

Von 2003 bis 2014 konnten wir insgesamt sieben Krebsberatungsstellen einrichten, von denen heute noch sechs aktiv sind. Seit 2004 bieten wir Sportkurse in der Krebsnachsorge an und informieren mit der Datenbank „Krebswegweiser Schleswig-Holstein“ über das Versorgungsangebot für Krebspatient*innen in Schleswig-Holstein. Im Jahr 2005 starteten gleich vier neue Projekte: Mit der Gesundheitskampagne „5 am Tag für Kids“ machten wir insgesamt drei Jahre lang Lust auf gesunde Ernährung. Darüber hinaus ging die Benefizveranstaltung „Lauf ins Leben“ an den Start. In Kiel wurde die erste Wohnung für Angehörige von Krebspatient*innen eröffnet, außerdem fiel der Startschuss für den Schleswig-Holsteinischen Krebsinformationstag. Mit dem Hautkrebspräventionsprojekt SunPass klärten wir von 2012 bis 2022 in Kitas Eltern, Kinder und Erzieher über den richtigen Umgang mit der Sonne auf. 2014 konnte in Lübeck eine weitere Angehörigenwohnung eröffnet werden.



1 9 5 3 - 2 0 2 3

Schleswig-Holsteinische Krebsgesellschaft e.V.

Im Juli 2018 startete das innovative Projekt „Mittendrin! – Augen, Ohren und Stimme für Kinder mit einer Krebserkrankung“ in Zusammenarbeit mit der Techniker Krankenkasse und der norwegischen Firma No Isolation. Seit Herbst 2018 konnten betroffene Familien einen Avatar kostenfrei für den Einsatz im Freizeitbereich leihen, der Einsatz in Schulen startete 2019. „Im gleichen Jahr war ein Team der Krebsgesellschaft erstmals auf dem Wacken-Festival dabei“, erzählt Vanessa Boy. „Dort wurden die Besucher*innen unter anderem über das Thema Hautkrebsprävention aufgeklärt.“ Die erfolgreiche Hodenkrebs-Präventionskampagne „Check dich selbst“ ging 2020 an den Start. Seitdem machen wir mit Unterstützung verschiedener Kooperationspartner wie THW Kiel, SG Flensburg-Handewitt, Holstein Kiel und VfB Lübeck auf die Bedeutung des monatlichen Selbst-Checks zur Prävention von Hodenkrebs aufmerksam.

Das Angebot wird digitaler

Die Corona-Pandemie brachte auch für uns weitreichende Veränderungen mit sich. Die Kurse und die Info-Abende fanden vermehrt online statt, auch die Selbsthilfegruppen trafen sich zum digitalen Austausch. Die Benefizveranstaltung „Lauf ins Leben“ fand auch virtuell großen Anklang.

„Wir freuen uns, dass wir mittlerweile wieder viele Veranstaltungen in Präsenz ermöglichen können, auch wenn wir weiterhin an den digitalen Angeboten festhalten, um Menschen in ganz Schleswig-Holstein erreichen zu können“, sagt Geschäftsführerin Vanessa Boy. „70 Jahre nach ihrer Gründung hat die Schleswig-Holsteinische Krebsgesellschaft ihre Arbeit damit nun in alle Teile des Landes hineinragen können.“



2. Beratung und Unterstützung



2.1 Vor Ort für Sie da

Seelische Belastungen, Ängste und Stress sind typische Begleiterscheinungen einer Krebserkrankung. Häufig ist es für die Patient*innen und ihre Familien sehr schwierig, alleine damit fertig zu werden.

Deshalb sind wir für Sie da! Wir stehen Menschen zur Seite, die mit Krebs konfrontiert sind. Wir beraten und begleiten Sie, wir haben Zeit für Gespräche, unterstützen Betroffene und suchen nach Wegen, sie im Alltag zu entlasten. Denn Menschen mit Krebs und ihre Familien brauchen mehr als medizinische Hilfe. In unserer täglichen Arbeit erleben wir, wie unabhängige Informationen, einfühlsame Beratung und konkrete Schritte helfen, mit der Diagnose zurechtzukommen, mit dem Krebs zu leben und neue Hoffnung zu schöpfen.

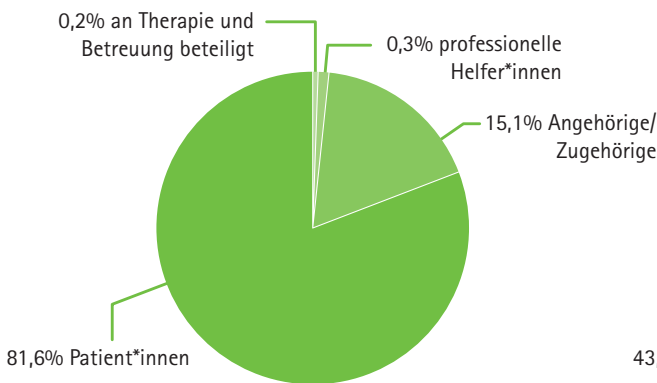
In unseren sechs Beratungsstellen helfen wir Krebspatient*innen und ihren Familien dabei, einen Weg im Umgang mit den Folgen der Krebserkrankung zu finden. Dabei ist es uns wichtig, auch für die Angehörigen eine Anlaufstelle zu sein. Denn die veränderte Situation betrifft nicht allein die Krebspatient*innen, sondern belastet immer auch das Leben der Angehörigen. Ob Partner*innen, Eltern, Kinder oder Geschwister – sie alle sind in unterschiedlicher Ausprägung von der Krankheit betroffen und verlieren in der Sorge um die kranke Person oft den Blick für sich selbst.

Unsere Psychonokolog*innen beraten zu vielfältigen Themen: seien es psychische Probleme wie Ängste, Probleme im Umgang mit der Familie, bei der Suche nach Hilfen zur Entspannung und zum Umgang mit Stress. Für Fragen zum Schwerbehindertenausweis, zur medizinischen Rehabilitation, zum beruflichen Wiedereinstieg, zu finanziellen Hilfsmöglichkeiten und zu sonstigen Leistungen der Sozialversicherungsträger ist die Sozialberatung zuständig. Außerdem haben wir ausführliches Informationsmaterial, kennen Adressen zu Selbsthilfegruppen, Tumorzentren, Spezialist*innen und weiteren nützlichen Institutionen.

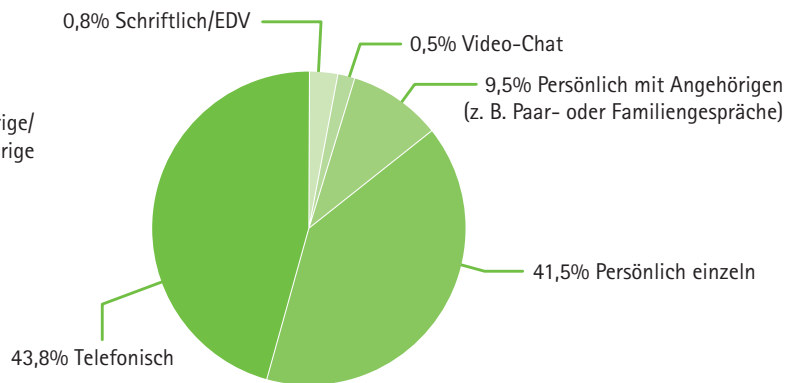
Im Berichtsjahr konnten wir in 1153 Beratungsgesprächen Hilfestellung geben. Die Beratung wird von qualifizierten Mitarbeitenden durchgeführt und ist für die Ratsuchenden immer kostenfrei.

Gesamtanzahl Krebsberatungen: 1153

Art der Betroffenheit:



Art der Beratung (pro Kontakt nur eine Nennung)



Unsere Beratungsstellen: (Termine nach telefonischer Vereinbarung)

Krebsberatungszentrum Westküste Brunsbüttel

**Psychoonkologische Beratung,
bei Bedarf Sozialberatung vermittelbar**
Koogstr. 41-43 · 25541 Brunsbüttel
Tel. 04852-837 80 70
beratung.brunsbuettel@krebsgesellschaft-sh.de

Krebsberatungsstelle Husum

Psychoonkologische Beratung
Klinikum Nordfriesland · Klinik Husum
Erichsenweg 16 · 25813 Husum
Tel. 04841-66 01 570
beratung.husum@krebsgesellschaft-sh.de

Krebsberatungsstelle Eckernförde

Psychoonkologische Beratung und Sozialberatung
Schön Klinik Eckernförde · Verwaltungsgebäude im 2. OG
Schleswiger Str. 114-116 · 24340 Eckernförde
Tel. 0174-322 77 16
beratung.eckernfoerde@krebsgesellschaft-sh.de

Krebsberatungsstelle Itzehoe

Psychoonkologische Beratung
Klinikum Itzehoe, Robert-Koch-Straße 2, 25524 Itzehoe
Tel. 04821-77 21 244
beratung.itzehoe@krebsgesellschaft-sh.de

Krebsberatungsstelle Flensburg

**Medizinische Beratung, psychoonkologische Beratung in
Kooperation mit dem Krebskompass FL e.V. vermittelbar**
im Haus Pniel, Duburger Straße 81a · 24939 Flensburg
Tel. 0461-500 89 89
beratung.flensburg@krebsgesellschaft-sh.de

Krebsberatungsstelle Kiel

Psychoonkologische Beratung und Sozialberatung
Geschäftsstelle der Schleswig-Holsteinischen
Krebsgesellschaft e.V.
Alter Markt 1-2 · 24103 Kiel
Tel. 0431-800 10 80
beratung.kiel@krebsgesellschaft-sh.de

Ihre Ansprechpartner*innen in den Krebsberatungsstellen

Manfred Gaspar

M.A., Psychoonkologe
Krebsberatungsstelle Brunsbüttel
und Husum



**Prof. Dr. med. em.
Werner Neugebauer**

Krebsberatungsstelle Flensburg



Susann Haltenhoff

Fachärztin für Psychosomatische
Medizin und Psychotherapie
Krebsberatungsstelle Itzehoe



Petra Köster

Psychoonkologin
Krebsberatungsstelle Brunsbüttel



Karin Lausmann

Dipl. Psychologin, Psychotherapeutin
und Psychoonkologin
Krebsberatungsstelle Kiel



Mara Herzog

Psychoonkologin
Krebsberatungsstelle Itzehoe



Heide Böse

Krebsberatungsstelle Eckernförde



Ann-Kathrin Halpape

Sozialpädagogin B.A
Krebsberatungsstelle Kiel



Dr. Antje Schroeder

Psychoonkologin
Krebsberatungsstelle Itzehoe



Petra Hoffmann

Dipl. Psychologin,
Psychoonkologin
Krebsberatungsstelle Eckernförde



Dr. med. Astrid Kirsch

Ärztliche Psychotherapeutin,
Psychoonkologin
Krebsberatungsstelle Itzehoe



Ilka Stöver

Ärztin für Urologie mit Zusatz-
bezeichnung Psychotherapie und
abgeschlossener Weiterbildung in
Psychoonkologie
Krebsberatungsstelle Itzehoe



Katrin Heinrich

Dipl.-Theologin, Psychoonkologin
Krebsberatungsstelle Flensburg



2.2 Mittendrin! Augen, Ohren & Stimme für Kinder mit einer Krebserkrankung

Das Projekt „Mittendrin!“ schenkt krebsbetroffenen Kindern und Jugendlichen ein Stück Normalität in einer Lebensphase, in der auf einmal alles anders ist. Wenn ein Schulbesuch aufgrund der hohen Ansteckungsgefahr und der körperlichen Verfassung der Patient*innen nicht möglich ist, droht den Kindern und Jugendlichen soziale Isolation. Dem soll der Telepräsenzroboter AV1 entgegenwirken. Der teddybärgroße Avatar steht als Stellvertreter im Klassenraum und überträgt per Live-Stream das Unterrichtsgeschehen direkt auf das Endgerät des Kindes. Dadurch können die jungen Menschen Kontakt zu ihrem gewohnten sozialen Umfeld halten und sogar am Schulunterricht teilnehmen.

Das betroffene Kind kann per App die Bewegungen des Avatars steuern. Dabei kommuniziert das Kind aus einer geschützten Umgebung heraus, denn es kann selbst nicht gesehen werden. Der Avatar kann sich um 360 Grad drehen, den Kopf nach oben und unten neigen, durch ein Blinksignal anzeigen, dass sich das Kind meldet, und aus unterschiedlichen Gesichtsausdrücken wählen, die der Klasse die Stimmung des Kindes anzeigen.



*Im Juli 2018 startete das innovative Projekt in Zusammenarbeit mit der Techniker Krankenkasse und der norwegischen Firma No Isolation, die den Avatar herstellt. Mittlerweile stehen 15 Avatare zur Verfügung, die zurzeit alle von Schüler*innen der Klassenstufen*

1 bis 13 ausgeliehen sind. Um das Projekt darüber hinaus weiterzuentwickeln, leiten wir den Qualitätszirkel, der bundesweit Initiativen, die mit dem Avatar arbeiten, vernetzt. In vierteljährlich stattfindenden Videokonferenzen können auf diese Weise Erfah-

rungswerte ausgetauscht werden, neue Ideen entstehen und der Austausch zu wichtigen Fragen wie beispielsweise dem Datenschutz oder auch der pädagogischen Einbindung des Avatars angeregt werden.



Die Nutzung ist kostenfrei und die Dauer der Ausleihe flexibel. Bei Interesse informieren Sie sich gerne telefonisch oder per Mail in der Geschäftsstelle Kiel.

Telefon 0431-800 10 85
info@krebsgesellschaft-sh.de · www.mittendrin-sh.de



Nachsorgepreis 2023 für das Avatar-Projekt

Für herausragendes Engagement in der familienorientierten Nachsorge für chronisch kranke Kinder und Jugendliche wurden wir mit dem Nachsorgepreis 2023 der „Deutschen Kinderkrebsnachsorge – Stiftung für das chronisch kranke Kind“ ausgezeichnet.

„Dieses zukunftsweisende, innovative und vorbildliche Projekt und das damit zusammenhängende, außerordentliche Engagement sowie die Bereitschaft, gerade auch Kindern in schwierigsten Lebensphasen beizustehen, haben die Stiftungsgremien in Verbindung mit dem wissenschaftlichen Beirat bewogen, der Schleswig-Holsteinischen Krebsgesellschaft e.V. den Nachsorgepreis der Deutschen Kinderkrebsnachsorge – Stiftung für das chronisch kranke Kind 2023 zu verleihen“, heißt es in der Würdigung. Das Avatar-Projekt wird ausschließlich durch Spenden finanziert. Um den Fortbestand des Projektes sichern zu können, sind wir daher auf Spenden angewiesen.

Spendenkonto: Förde Sparkasse, IBAN: DE07 2105 0170 0094 1849 00

Interview mit Jona

Aufgrund seiner Leukämie konnte Jona, 11 Jahre, im vergangenen Jahr kaum zur Schule gehen. Im UKSH, wo Jona behandelt wurde, wurde die Familie auf unser Avatar-Projekt aufmerksam gemacht. Jona hat einen Avatar ausgeliehen und diesen von März bis November 2023 genutzt, bis er wieder zur Schule gehen konnte.

Jona, hast du den Avatar zu Hause oder in der Klinik genutzt?

Ich habe den Avatar zu Hause genutzt. In der Klinik ging es mir manchmal nicht so gut.

Wie oft konntest du dich in der Woche ungefähr mit deinen Klassenkameraden unterhalten?

In der Intensivzeit nicht so häufig, denn da war ich öfter im Krankenhaus. Später dann ungefähr dreimal die Woche.

Was hat dir an dem Projekt am besten gefallen?

Dass ich meine Freunde und meine Klasse sehen und hören konnte.

Und deine Klassenkameraden, wie haben die reagiert?

Die haben sich sehr gefreut, dass sie mich hören konnten.

Konntest du denn auch in den Pausen mit deinen Freunden reden?

Ja, es gab in der Schule einen Dienst, der dann in der Pause drinnen geblieben ist und bei dem die Kinder sich dann melden konnten. Dort haben sich ein paar Kinder angemeldet und mit mir geredet. Das war sehr gut.

Was hat dir denn bei der Nutzung des Avatars am meisten Spaß gemacht?

Mir hat Spaß gemacht, dass ich dem Avatar Emojis geben konnte und auch, dass man das Tablet überall mit hinnehmen konnte. Denn wenn ich mal kaputt war, konnte ich mich damit einfach auf die Couch setzen. Gut war auch, dass mich niemand gesehen hat. Und es hat mir einfach Spaß gemacht, mit meinen Freunden zusammen zu lachen.

Kamen da auch Reaktionen, je nachdem, was für einen Emoji du dem Avatar gegeben hast?

Ich habe nicht immer Emojis gegeben, aber manchmal, und dann fanden die das echt cool.

Und wie war das, wenn du dich zum Beispiel gemeldet hast?

Dann haben die Kinder gesagt: „Jona meldet sich“, und dann wurde ich auch drangenommen.

Das heißt, da haben alle einen Blick draufgehabt?

Ja.

Würdest du denn sagen, dass du weniger das Gefühl hattest, dass du alleine warst?

Ja, ich hatte nicht das Gefühl, dass ich alleine bin. Es hat mir schon geholfen, die anderen zu sehen, auch wenn es nur über den Bildschirm war. Das war sehr schön, also hat mir nichts gefehlt.

Du hast einen Test geschrieben, als du jetzt wieder zur Schule gegangen bist, den du sehr gut abgeschlossen hast. Würdest du sagen, du konntest dem Unterricht gut folgen?

Als ich den Test geschrieben habe, war ich ja schon vorher wieder in der Schule, also habe ich wieder alles gut mitbekommen. Aber über den Avatar hätte ich das bestimmt genauso gut, denn dadurch weiß ich, was für Themen wir in Deutsch, Mathe, Kunst und allen anderen Fächern hatten.

Hast du noch was, wo du sagst, das ist richtig toll?

Ich finde das ganze Projekt einfach richtig toll. Das ist cool, dass man den Kindern das ermöglicht, dass sie trotzdem dabei sein können. Ich finde das Projekt richtig schön.

Bist du froh, dass du wieder zur Schule gehen kannst?

Auf jeden Fall, aber der Roboter hat mich sehr unterstützt.



2.3 Die Angehörigenwohnungen: Ein Zuhause auf Zeit

Verwandte und Freund*innen möchten ihren Lieben während einer Krebsterapie beistehen. Oft ist dieses Vorhaben jedoch mit großen Schwierigkeiten verbunden. Denn wenn die Patient*innen außerhalb ihres Wohnortes behandelt werden, kommen tägliche Fahrten oder Kosten für ein Hotelzimmer zu den seelischen Belastungen hinzu.

Für die Zeit der stationären Behandlung stellen wir Angehörigen und Freund*innen von Krebspatient*innen deshalb kostenfreien Wohnraum zur Verfügung. In zentraler Lage zu den jeweiligen Kliniken finden die Angehörigen einen Rückzugsort – und können gleichzeitig ihren Lieben nahe sein.

Um die Zimmervergabe kümmern sich geschulte ehrenamtliche Mitarbeitende. Sie sorgen dafür, dass die Wohnungen echte Wohlfühl-Orte sind, und haben stets ein offenes Ohr für Sorgen und Ängste. Die Gäste der Angehörigenwohnungen kommen aus ganz Schleswig-Holstein, zum Teil sogar aus ganz Deutschland. Insgesamt konnten wir Angehörigen seit Bestehen der Wohnungen bereits über 5500 Übernachtungen ermöglichen. Im Berichtsjahr verzeichneten die Wohnungen in Kiel und Lübeck zusammen 536 Übernachtungen mit 72 Gästen.

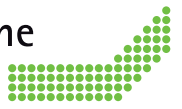
Sollten Sie an einer Übernachtung interessiert sein, erreichen Sie uns unter:

Kiel: Tel. 0431-800 10 87 (Mo-Fr 15.00-16.00 Uhr, außerhalb dieser Zeit bitte auf den AB sprechen)

Lübeck: Tel. 0451-592 141 51 (Mo + Do 15.00-16.00 Uhr, außerhalb dieser Zeit bitte auf den AB sprechen)

wohnung-luebeck@krebsgesellschaft-sh.de





Nominierung für den Schleswig-Holsteinischen Bürgerpreis

Mit der Angehörigenwohnung haben wir uns 2023 für den Schleswig-Holsteinischen Bürgerpreis des Sparkassen- und Giroverbandes beworben. Gemeinsam mit vier anderen Projekten wurden die ehrenamtlichen Mitarbeiterinnen aus den Wohnungen in Kiel und Lübeck von der Fachjury ausgewählt und in der Kategorie Alltagshelden nominiert.

Verbunden mit der Nominierung war der Dreh eines Kurzfilmportraits, das anschließend auf der Preisverleihung in Büdelsdorf gezeigt wurde. Ein professionelles Filmteam übernahm den Dreh und hat dafür einen Tag lang die Wohnungen in Kiel und Lübeck besucht.

Den fertigen Film können Sie auf unsere Homepage oder unter folgendem QR-Code anschauen.



2.4 Unser Kurs- und Seminarangebot

Auch 2023 konnten wir Krebspatient*innen und ihren Angehörigen ein breit gefächertes Kursangebot machen. Mit unseren rund 20 verschiedenen Workshops und Seminaren konnten wir Betroffenen in vielfältigen Lebenslagen helfen. Von Kunsttherapie bis Gedächtnistraining, von Online-Kursen bis zu Präsenzangeboten in Kiel, Brunsbüttel, Lübeck und weiteren Orten reichte das Angebot. Einige Kurse, die 2023 stattgefunden haben, stellen wir im Anschluss vor.

2.4.1 Neues Angebot: Letzte-Hilfe-Kurs

Im Berichtsjahr haben wir erstmalig einen Letzte-Hilfe-Kurs angeboten. In diesem erlernen die Teilnehmer*innen, was sie für ihre Angehörigen am Lebensende tun können. Dabei geht es zum einen um Basiswissen und Orientierung, zum anderen auch um einfache Handgriffe. Die Referent*innen geben Grundwissen an die Hand und ermutigen, sich Sterbenden zuzuwenden und ihnen die Hand zu reichen.



2.4.2 Neues Angebot: Qigong

Zum ersten Mal haben wir einen Qigong-Kurs in Oldenburg in Holstein angeboten. Mithilfe verschiedener Übungen, die im Sitzen, Stehen oder Liegen durchgeführt werden können, stärken und harmonisieren die Teilnehmer*innen ihre Lebensenergie, das „Qi“. Körper, Atem und Geist verbinden sich, der Körper wird flexibler, die Haltung natürlicher.

In spielerischer Weise wird der Wechsel von Anspannung und Entspannung erfahrbar. Auf diese Weise lernen die Teilnehmer*innen, ihre Ressourcen und Potentiale zu entfalten.

2.4.3 Neustart Selbsthilfegruppe Schwarzer Hautkrebs

Unter Beteiligung von PD Dr. med. Katharina C. Kähler, Leiterin des Hautkrebszentrums am UKSH, Campus Kiel, haben wir unsere Selbsthilfegruppe für Patient*innen mit schwarzem Hautkrebs neu ins Leben gerufen.

Zum Auftakt waren Interessierte zu einem Informationsabend eingeladen, an dem über neue Entwicklungen in der Melanom-Therapie und Unterstützungsangebote für Melanom-Patient*innen informiert wurde.

Die Selbsthilfegruppe trifft sich jeden 2. Mittwoch im Monat in der Geschäftsstelle in Kiel.



2.4.4 Fatigue-Workshop: Raus aus der Erschöpfung



Fatigue ist die starke, langanhaltende Müdigkeit und Erschöpfung, die häufig im Zusammenhang mit einer Krebserkrankung auftritt. Betroffene leiden unter verringerter körperlicher Leistungsfähigkeit, einem verstärkten Erholungsbedürfnis, unter Schwäche und wenig erholsamen Schlaf.

Da Fatigue zu einem der häufigsten Symptome zählt, die im Zusammenhang mit einer Krebserkrankung auftreten, bieten wir in regelmäßigen Abständen Workshops zu diesem Thema an. Ziel ist es, dass die Teilnehmer*innen Strategien erlernen, mit diesem Problem umzugehen, und die Erschöpfung so gut wie möglich zu minimieren. Wesentliche Inhalte sind: Ursachen und Behandlung der Fatigue, Zeit- und Energiemanagement sowie individuelle Alltagsübungen. Im vergangenen Jahr haben wir vier Fatigue-Workshops angeboten.

Die Fatigue-Kurse wurden exklusiv durch die AOK NordWest gefördert.

2.4.5 Therapeutisches Schreiben

Im Berichtsjahr haben wir zwei Online-Workshops zum Thema „Therapeutisches Schreiben“ angeboten. Das therapeutische Schreiben kann Krebspatient*innen und ihren Angehörigen helfen, sich neu in der Welt zu orientieren. Unterschiedliche Schreibtechniken helfen den Betroffenen, ihre Gedanken zu ordnen, ihre Gefühle zu klären und ihre neue Lebenssituation anzunehmen.

Durch das Schreiben und den folgenden Gedankenaustausch in einer festen Gruppe entsteht zudem ein Gefühl der Gemeinsamkeit und der Zugehörigkeit. Über den Schreib-Workshop wurde im Schleswig-Holstein Magazin sowie im NDR-Radio berichtet.





2.4.6 Entspannung, Yoga und Achtsamkeit

Eine Krebsdiagnose führt zu Gefühlen wie innerer Unruhe, Nervosität und Angst. Um Patient*innen zu helfen, mit ihren Sorgen besser umzugehen und das Vertrauen in sich selbst wiederzufinden, bieten wir in regelmäßigen Abständen und an verschiedenen Orten Kurse zu den Themen Yoga,

Achtsamkeit und Entspannung an. In diesen Kursen beschäftigen sich die Teilnehmer*innen mit den Themen Selbstfürsorge, Reaktivierung der eigenen Kräfte und dem Erkennen eigener Ressourcen.

2.4.7 Auszeit für mich

Als Schleswig-Holsteinische Krebsgesellschaft arbeiten wir zielgruppenorientiert und bieten eine Vielzahl an Unterstützungsmöglichkeiten für Krebspatient*innen und ihre Familien an. Mit unseren Auszeit-Seminaren möchten wir gezielt Themen und Inhalte anbieten, die für jüngere Patient*innen von Bedeutung sind. Diese Seminare richten sich an Betroffene im Alter von 25 bis 54 Jahren, die sich aktuell in der Therapie befinden oder diese kürzlich abgeschlossen haben.

Auf Initiative und unter Leitung von PD Dr. med. Katharina C. Kähler, Vorsitzende der Schleswig-Holsteinischen Krebsgesellschaft und Leiterin des Hautkrebszentrums am UKSH in Kiel, haben wir im Dezember erneut ein mehrtägiges Seminar im Kloster Nütschau in Travenbrück angeboten. Das Seminar hat den Teilnehmenden eine Auszeit vom Alltag ermöglicht und ihnen die Möglichkeit geboten, eigene Ressourcen wiederzuentdecken und etwas ganz Neues auszuprobieren. Ein abwechslungsreiches Programm mit praktischen Übungen, Unternehmungen und Vorträgen hat den Krebspatient*innen vielfältige Impulse geboten.

Das Auszeit-Seminar wurde unterstützt von:

AstraZeneca | Pierre Fabre Pharma | MSD SHARP & DOHME
Lilly Deutschland | Sun Pharmaceuticals | Fresenius Kabi Deutschland





2.4.8 Kochen

Erneut haben wir im Berichtsjahr einen Kochworkshop angeboten. Unter dem Motto „Ernährung und Krebs – Gesund genießen“ lernen die Teilnehmer*innen in diesem Workshop auf praktische Weise, was eine ausgewogene und bedarfsgerechte Ernährung ausmacht und welche Rolle die Ernährung während einer Krebstherapie spielt.

Die Ernährungstipps werden nicht nur theoretisch vermittelt, sondern während des gemeinsamen Zubereitens eines Menüs auch kulinarisch erlebbar. Daneben spielt auch der Austausch innerhalb der Gruppe – etwa über Themen wie Appetitlosigkeit oder verändertes Geschmackempfinden – eine große Rolle.





2.4.9 BreathWalk

Atmen und Gehen sind die zwei natürlichsten Dinge, die wir tun. BreathWalk kombiniert achtsames Gehen, dynamisches Atmen und bewusste Bewegungen im Freien. Die Technik dieser aus dem Yogabereich stammenden sanften Trainingsmethode ist einfach – dennoch ist die Wirkung tiefgehend: Die Konzentration steigert sich, der Kopf wird klar, das Geschnatter im Kopf hört auf, Energie kehrt in den Körper. Das Geheimnis der Effektivität liegt in der besonderen Kombination von Rhythmus, Übung, innerem Klang und Konzentration. Im Berichtsjahr haben wir erneut einen BreathWalk-Kurs in Brunsbüttel angeboten. Unter der Leitung der ausgebildeten Yogalehrerin Imke Tamkus haben die Teilnehmer*innen das Konzept des BreathWalk kennen gelernt und durften erleben, dass sie selbst wieder handeln können und nicht nur behandelt werden.

2.4.10 Kunst- und Gestaltungstherapie Kiel und Lübeck

Die Diagnose „Krebs“ macht oft starr und sprachlos, die Betroffenen sind gelähmt, voller Ängste und Sorgen. Eine Möglichkeit, mit der Diagnose umzugehen, ist die Kunst- und Gestaltungstherapie. Deshalb haben wir im vergangenen Jahr fünf Kunst-Workshops in Kiel und Lübeck angeboten, bei dem die Betroffenen malend ihre Gefühle zum Ausdruck bringen konnten – ganz ohne Druck und Wertung, frei und spontan.

Durch die kreative Betätigung lernen die Teilnehmenden nicht nur, negative Gefühle zuzulassen, sondern finden zu neuer Lebensfreude.







2.4.11 Gedächtnistraining

Im Berichtsjahr haben wir zwei Online-Workshops zum Thema „Gedächtnistraining“ angeboten. Das abwechslungsreiche Training aus Merkfähigkeit, Aufmerksamkeit, Konzentration sowie Bewegung und Entspannung hat den Betroffenen geholfen, im Alltag besser zurechtzukommen und wieder mehr Lebensqualität zu erhalten.

Mit gezielten Übungen können Gehirnzellen aktiviert, neue Informationswege und Nervenleitungen geknüpft und die Durchblutung gefördert werden. Das Ergebnis: Die Gehirnleistung sowie das allgemeine körperliche und geistige Wohlbefinden steigen.



2.4.12 Time Out

Kinder und Jugendliche leiden mit, wenn ein Elternteil an Krebs erkrankt. Oft reagieren sie mit Sorge, Angst, aber auch Wut auf die Erkrankung. Wichtig ist, dass ihnen klargemacht wird: Sie können und müssen nicht immer auf das erkrankte Elternteil Rücksicht nehmen. Sie dürfen auch ausgehen und Spaß haben. Um Kinder krebserkrankter Eltern in dieser psychischen Krisensituation zu unterstützen, organisiert das ehrenamtliche Time-Out-Team in regelmäßigen Abständen Freizeitaktivitäten in Lübeck. Sie geben den Jugendlichen so die Möglichkeit, sich mit Gleichaltrigen in ähnlichen Situationen auszutauschen und Zeit für sich zu genießen.

Aktivitäten wie Indoor-Klettern, Spieleabende oder Padel-Ausflüge schenken den Jugendlichen eine Auszeit von der belastenden Situation zu Hause. Die Aktionen sind für die Teilnehmenden kostenlos. Infos unter www.time-out.org Time Out ist ein studentisches Projekt, das von Prof. Dr. med. Frank Gieseler und Medizinstudierenden der Uni Lübeck ins Leben gerufen wurde.





2.4.13 Lebensmut – Kunsttherapie für Kinder und Jugendliche krebskranker Eltern

Krebs ist eine Familiendiagnose. Wenn ein Elternteil an Krebs erkrankt, nehmen Kinder schnell wahr, dass etwas nicht stimmt. Die Situation bedeutet für die Kinder und Jugendlichen eine enorme seelische Belastung.

Die Nachricht, dass ein Elternteil lebensbedrohlich erkrankt ist, kann bei ihnen Gefühle wie Angst und Hilflosigkeit auslösen. Darum stellen wir in Kooperation mit dem Projekt KLEE (Kinder lebensbedrohlich erkrankter Eltern) ein kunsttherapeutisches Gruppenangebot für Kinder krebskranker Eltern bereit.

Unter der Leitung von Kunsttherapeutin Kristine Strelow erhalten sie in dem Kurs die Möglichkeit, ihren Emotionen Raum zu geben und sich unter Anleitung damit auseinanderzusetzen. Die Kinder und Jugendlichen lernen Erfahrungen und Gefühle darzustellen und tauschen sich bei den Treffen mit Anderen in ähnlichen Situationen aus.

3. Information und Aufklärung

3.1 Check dich selbst

Hodenkrebs-Kampagne ruft zum Selbstcheck auf

In drei Minuten kann man eine Führung auf Christiano Ronaldos neuer Yacht auf dem Smartphone streamen – oder vielleicht das eigene Leben retten. Unter dem Motto „Check dich selbst – Gib Hodenkrebs keine Chance“ rufen wir Jungen und Männer zum monatlichen Selbstcheck auf. Die drei Minuten, die der Selbstcheck dauert, sind gut investierte Zeit: Denn je eher Veränderungen an den Hoden ertastet werden, desto eher kann eine eventuelle Hodenkrebs-Erkrankung festgestellt werden – und desto besser sind die Heilungschancen.

Bei Männern im Alter von 25 bis 45 ist Hodenkrebs die am häufigsten auftretende bösartige Tumorerkrankung. Jährlich erkranken in Deutschland rund 4.000 Männer daran. „Wir raten deshalb dringend zu regelmäßiger Selbstuntersuchung. Gesundheit ist das wichtigste Gut. Wenn es nur ein paar Minuten braucht, die das eigene Leben retten können, sollte man sich diese Zeit unbedingt nehmen“, so Prof. Dr. Axel Merseburger, Leiter der Klinik für Urologie am UKSH Lübeck und Vorstandsmitglied der Schleswig-Holsteinischen Krebsgesellschaft.

Weitere Informationen und eine Abtast-Anleitung gibt es auf www.checkdichselbst.de. Dort haben Sportvereine, Fitnessstudios, Schulen und andere Einrichtungen zudem die Möglichkeit, kostenlos Kampagnenpakete mit Plakaten und



Flyern zu bestellen, um die eigenen Sanitär- oder Umkleieräume damit zu bestücken. Auch Motive für die eigenen Social-Media-Kanäle können heruntergeladen werden.

In Kooperation mit der Deutschen Gesellschaft für Urologie ist außerdem ein Urologenfinder auf der Website integriert. So können ertastete Veränderungen an den Hoden oder Schmerzen schnell und wohnortnah ärztlich abgeklärt werden. Die Konzeption der Kampagne wurde durch Projektgelder der NDR-Spendenaktion „Hand in Hand für Norddeutschland“ ermöglicht und durch die Marketingagentur Kieler Botschaft geleistet.



Die 1. Vorsitzende der Schleswig-Holsteinischen Krebsgesellschaft e.V. PD Dr. med. Katharina C. Kähler, und Geschäftsführerin Vanessa Boy



Kampagnenerweiterung: „U can touch this“

Ab sofort nimmt die Kampagne nun auch das Thema Brustkrebs in den Fokus. Unter dem Motto „U can touch this“ rufen wir ab sofort auch zum Abtasten der Brust auf. Denn auch bei Brustkrebs gilt: Je früher eine Tumorerkrankung erkannt wird, desto besser sind die Heilungschancen. Schon kleine Veränderungen an der Brust wie Knoten, Verformungen oder Rötungen können auf eine Brusterkrankung hindeuten.

Eine Selbstuntersuchung hilft dabei, die Veränderungen frühzeitig zu entdecken. Wer eine Veränderung bemerkt oder Schmerzen verspürt, sollte diese zeitnah von einem Facharzt oder einer Fachärztin abklären lassen. Da Veränderungen der Brust in jedem Alter auftreten können, ist die Brustselbstuntersuchung für Frauen jeder Altersgruppe geeignet und wichtig. Frauen sollten sich einmal im Monat abtasten, am besten ein bis zwei Wochen nach Beginn der Regelblutung.

Die neuen Plakatmotive wurden während der Kieler Woche in vielen Toilettenwagen und -räumen aufgehängt – so wurden zahlreiche Besucher*innen erreicht!

Weitere Informationen zur Kampagne gibt es unter www.checkdichselbst.de



Mitmachen!

Vereine können ein Kampagnenpaket mit Plakaten und Flyern mit der Abtastanleitung kostenlos via Mail bestellen: kontakt@checkdichselbst.de
Auf www.checkdichselbst.de/kampagnenpaket gibt's außerdem kostenlos alle Kampagnenmotive für Social Media zum Download.

Folgen Sie der Kampagne:
www.facebook.com/checkdichselbst und www.instagram.com/checkdichselbst



3.2. Pop-Up-Store

In der ersten Oktober-Woche wurde uns mit Unterstützung von Kiel-Marketing ein Pop-Up-Store in der Kieler Fußgängerzone zur Verfügung gestellt. An sechs Tagen konnten Besucher*innen in diesem Laden ein kostenloses Aktionsprogramm finden und sich unter anderem über eine Lesung, ein Kreativangebot für Kinder, ein Glücksrad und einen Gedächtnistraining-Parcours freuen.

Eines der Highlights war der Tag der gesunden Ernährung: Neben einem Vortrag gab es Brote mit verschiedenen gesunden Aufstrichen zu probieren. Unser Team stand während der Öffnungszeiten für Informationen zum Thema Krebs sowie Prävention und Früherkennung zur Verfügung.



3.3. Prävention auf dem Wacken Open Air

Aufklärung und Prävention zählen zu unseren wichtigsten Aufgaben. In diesem Jahr durfte ein Team aus haupt- und ehrenamtlichen Mitarbeiter*innen dieser Aufgabe erneut an einem ganz besonderen Ort nachgehen: dem Wacken Open Air.

Im Dorf der Wacken Foundation, in dem verschiedene Vereine und Initiativen ihre Arbeit vorstellen, haben wir die Festivalbesucher*innen auf die Arbeit der Schleswig-Holsteinischen Krebsgesellschaft aufmerksam gemacht.

Ganz im Sinne der Hautkrebsprävention klärten wir nicht nur über die Risiken von UV-Strahlung auf, sondern verteilten auch Tausende Sonnencreme-Proben, die von der Beiersdorf AG, Galderma und La Roche Posay gespendet wurden.

Unterstützt wurden wir dabei von PD Dr. med. Katharina C. Kähler, 1. Vorsitzende der Schleswig-Holsteinischen Krebsgesellschaft sowie Leiterin des UKSH Hautkrebszentrums am Campus Kiel, und ihren vier Assistenzärztinnen

Dr. Reema Sami Issa, Dr. Jana Röckendorf, Dr. Charlotte Helf und Dr. Sissy Waschkowski, die in Kooperation mit dem UKSH Hautkrebszentrum, Campus Kiel, auf dem gesamten Festivalgelände zum Thema Hautkrebs und den Präventionsmöglichkeiten aufklärten.

Daneben standen die Themen Brust- sowie Hodenkrebs im Fokus: Im Rahmen der Kampagne „Check dich selbst“ konnten sich die Metal Heads über die Selbstabtastung zur Früherkennung von Hoden- und Brustkrebs informieren.



3.4. Krebsinformationstage Brunsbüttel

„Wissen hilft Überleben“: Unter diesem Motto standen die 14. Krebsinformationstage Brunsbüttel, die unser Krebsberatungszentrum Westküste mit dem Verein der Freunde und Förderer der Wattolümpiade Brunsbüttel e.V. sowie mit Unterstützung des Westküstenklinikums im Elbeforum veranstaltete.

Fachvorträge in leicht verständlicher Sprache zu den Themen „Neue Therapien für Brustkrebs“, zu Darm-

krebsvorsorge, Krebs und Bewegung sowie Darmoperationen wurden ergänzt durch den Workshop „Yoga-Atmung“, einen Schnupper-Nordic-Walking-Kurs sowie Musikeinlagen. Daneben konnten sich die Besucher*innen an zahlreichen Infoständen – unter anderem zu den Themen Ernährungsberatung und Mammographie-Screening – informieren.

Zudem stellte das Krebsberatungszentrum Westküste seine Angebote

und Selbsthilfegruppen vor, und die Hodenkrebsfrüherkennungskampagne „Check dich selbst“ war mit einem Hodentastmodell dabei. Ein Highlight des Krebsinfotages war zudem das begehbare Darmmodell der Felix Burda Stiftung.

Weitere Informationsveranstaltungen zu den Themen „Patientenverfügung“ und „Prostatakrebs“ folgten im Herbst.



3.5. „Kieler Woche tut gut“

Während der Kieler Woche durften wir unter dem Motto „Kieler Woche tut gut – engagiertes Kiel stellt sich vor“ gemeinsam mit anderen Vereinen und Verbänden im Schlossgarten ausstellen. Neben vielen Informationen, unserem Brust- und Hodentastmodell gab es ein Glücksrad, ein Kunstangebot für Kinder sowie Live-Musik.



3.6. Informationsabende

Regelmäßig laden wir Menschen mit Krebs und ihre Angehörigen sowie Interessierte zu einem Informationsabend ein. Hier werden wechselnde Themen von Krebsexperten und Expertinnen in einem kurzen Vortrag vorgestellt und anschließend in der Gruppe diskutiert. Oft geht es hierbei um Themen, die im Rahmen des regelmäßigen Arztbesuches keinen Platz finden.

Im Berichtsjahr fanden die Informationsabende größtenteils weiterhin wieder in Präsenz statt. Es fanden Informationsabende zu folgenden Themen statt: „Medizinische und

berufliche Reha“, „Hilfe für Angehörige“, „Patientenverfügung“, „Fatigue“ und „Umgang mit Brustkrebsnarben“.

Besonders beliebt war der Vortrag „Diagnose Krebs – Mit Optimismus Leben verändern“, den Dr. Bernd Schmude, Motivationscoach, Arzt und Krebsüberlebender sowie 1. Vorsitzender des gemeinnützigen Vereins „Stark gegen Krebs e.V.“, in unseren Räumlichkeiten in Kiel gehalten hat. Er gab Motivation für ein Leben trotz Krebserkrankung und zeigte den Gästen, wie sie ihre mentale Stärke nutzen können.



Informationsveranstaltungen zum Thema Hodenkrebsvorsorge

Ralf Schmidt, ehrenamtlicher Mitarbeiter des Krebsberatungszentrums Brunsbüttel, war das ganze Jahr über auf verschiedenen Informationsveranstaltungen und Gesundheitstagen unterwegs, unter anderem am Brunsbütteler Gymnasium und im Kernkraftwerk Brunsbüttel. Er informierte zu den Themen Früherkennung, Vorsorgeuntersuchungen und der Hodenkrebskampagne „Check dich selbst“.

3.7 Publikationen

Das gemeinsame Magazin der Landeskrebsgesellschaften „Periskop“ erschien im Berichtsjahr viermal. Die Hauptthemen waren: „Sanfte Diagnostik“, „Psychoonkologie: Wege durch die Krise“, „Fortschritte bei der Krebsimpfung“ und „Fatigue“. Das Magazin wird hauptsächlich an den großen Kreis regelmäßiger Förderer unseres Vereins versandt, kann aber auf Nachfrage auch in der Geschäftsstelle angefordert werden. In vier weiteren Aussendungen erhielten die Unterstützer*innen außerdem den alljährlichen Taschenkalender, einen Stern, ein Zitatheft und eine Musik-CD als Dank für ihr Engagement.

Darüber hinaus geben wir Patientenbroschüren heraus, die Auskunft rund um das Thema Krebs geben.

Auf Wunsch verschicken wir unsere Faltblätter und Broschüren gern gegen eine Spende an Interessent*innen in Schleswig-Holstein. Zurzeit sind folgende Titel erhältlich:

Broschüren

- Jahresbericht 2023
- Patientenratgeber Brustkrebs
- Patientenratgeber Chemotherapie
- Patientenratgeber Darmkrebs
- Patientenratgeber Dem Krebs keine Chance
- Patientenratgeber Fatigue
- Patientenratgeber Gynäkologische Tumoren
- Patientenratgeber Hautkrebs
- Patientenratgeber Lungenkrebs
- Patientenratgeber Polyneuropathie durch Chemotherapie
- Patientenratgeber Prostatakrebs
- Patientenratgeber Schmerzen bei Krebs
- Sport- und Bewegungstherapie in der Onkologie auf Deutsch, Englisch und Türkisch
- Testament und Vorsorge

Faltblätter

- Angehörigenwohnungen Kiel und Lübeck
- Café für Krebspatient*innen Kiel und Lübeck
- Check dich selbst - Gib Hodenkrebs keine Chance!
- Gesetzliche Früherkennungsuntersuchungen
- Helfen Sie uns zu helfen
- Helfer*innen Kiel und Lübeck
- Krebsberatungsstelle Brunsbüttel
- Krebsberatungsstelle Eckernförde
- Krebsberatungsstelle Flensburg
- Krebsberatungsstelle Husum
- Krebsberatungsstelle Itzehoe
- Krebsberatungsstelle Kiel
- Lebensmut - Kunsttherapie für Kinder und Jugendliche krebskranker Eltern
- Mitglied werden
- Mittendrin! - Augen, Ohren und Stimme für Kinder mit Krebserkrankungen
- Selbsthilfegruppe Brustkrebs Kiel
- Selbsthilfegruppe Lungenkrebs Lübeck
- Selbsthilfegruppe schwarzer Hautkrebs Kiel und Lübeck
- Selbsthilfegruppe für Krebspatient*innen Eckernförde
- Sport in der Krebsnachsorge Kiel
- Unsere Krebsberatungsstellen in Schleswig-Holstein





4. Benefizevents und Fundraising

Lauf ins Leben in Eckernförde und Flensburg

Dank engagierten ehrenamtlichen Helfer*innen, motivierten Lauf-Teams und interessierten Besucher*innen sind die Benefizveranstaltungen Lauf ins Leben in Flensburg und Eckernförde auch 2023 wieder zwei große Erfolge geworden. Für alle Teilnehmer*innen standen Krebsbetroffene und ihre Familien im Mittelpunkt. Das Motto: „Ihr seid nicht allein in der schweren Zeit nach der Diagnose!“

Mehr als 1.000 Läufer*innen in 36 Teams: Das ist die Bilanz des Lauf ins Leben Flensburg, der am 17. und 18. Juni auf dem TSB-Sportplatz stattfand. Dank des Engagements aller Ehrenamtlichen, Sponsoren und allen voran des TSB Flensburg, der seine komplette Sportanlage inklusive Sportplatz und Umkleiden zur Verfügung gestellt hat, konnte ein besonderes Zeichen der Solidarität gegenüber Krebspatient*innen und ihrer Angehörigen gesetzt werden. Mit der Rekord-Spendensumme von **52.000 Euro** werden ganz konkrete Hilfsangebote für Betroffenen und ihre Angehörigen vor Ort in Flensburg geschaffen.

Auf dem Sportplatz Schulzentrum Süd in Eckernförde wurde am 9. und 10. September gelaufen. Hier trafen sich mehr als **450 Läufer*innen in 28 Teams**. Die Startrunde eröffneten die Krebsbetroffenen nach dem gemeinsamen Ehrenfrühstück. Zur Eröffnung waren neben Schirmherrin Harriet Heise auch Bürgermeisterin Iris Ploog und Gesundheitsministerin Prof. Dr. Kerstin von der Decken gekommen. Auf der Bühne sorgten Bands und Tanzdarbietungen für gute Laune und Unterhaltung. Gesammelt wurden Spenden in Höhe von **39.020 Euro**, die zum Beispiel in die Aufrechterhaltung der Krebsberatungsstelle in der Schön Klinik Eckernförde fließen.

In 2024 sind Sie herzlich eingeladen, am 20. Jubiläum des Lauf ins Leben Eckernförde am 31. August und 1. September teilzunehmen.





Dank an das Team „Provinzial-Schutzengel“

Die Mitarbeiter von Provinzial und Premium Mobile Kuntz haben nicht nur mit viel Engagement ihre Runden auf dem Sportplatz in Eckernförde gedreht, sondern uns darüber hinaus die großzügige Summe von **7.500 Euro** übergeben.

Die Eckernförder Agenturinhaber der Provinzial, Torsten Passick und Jan-Christian Stegemann sowie ihr Gettorfer Kollege Christoph Richter, die mittlerweile zum neunten Mal mit von der Partie sind, haben erneut großen Einsatz gezeigt. Für ihr Team „Provinzial-Schutzengel Eckernförde und Gettorf“ mobilisierten sie dieses Mal so viele Aktive wie

noch nie: 65 an der Zahl, Mitarbeiter*innen und Kolleg*innen aus dem Innen- und Außendienst des Versicherers, dazu Kund*innen, Angehörige und Freund*innen – alle vereint mit dem Ziel, das Provinzial-Team 22 Stunden Non Stop für den guten Zweck in Bewegung zu halten. Startgebühren und Einzelspenden sowie eine Großspende in Höhe von **3.000 Euro** des Vereins Provinzialer helfen, indem die drei Bezirkskommissare auch Mitglieder sind und regelmäßig spenden, summierten sich auf **7.500 Euro** für die Schleswig-Holsteinische Krebsgesellschaft.

4.2 Dietrichsdorf sammelt für Angehörigenwohnung in Kiel

Im November haben Uwe Göllner von der Country & Line Dance Gruppe Kiel und Marita Kähler, Leiterin der Dietrichsdorfer Selbsthilfegruppe für Menschen mit einer Krebserkrankung, erneut die Aktion „Dietrichsdorf sammelt“ gestartet.

Gemeinsam mit Rüdiger Lohmann, 1. Vorsitzender von NDTSV Holsatia von 1887 e.V., und Bernd Seeger vom Sozialverband Deutschland, Ortsverband Kiel Schwentine, haben die beiden erneut zu Spenden für die Schleswig-Holsteinische Krebsgesellschaft aufgerufen. In diesem Jahr wird mit den Spenden die Angehörigenwohnung in Kiel unterstützt.



Das engagierte Team wandte sich erneut persönlich an zum Beispiel Praxen, Apotheken und Firmen im Stadtteil und machte mit Aushängen, persönlichen Anschreiben und Spendendosen auf die Aktion aufmerksam. Zahlreiche Dietrichsdorfer*innen sind diesem Spendenaufruf gefolgt, Privatpersonen ebenso wie ortsansässige Unternehmen. Zusammengekommen ist eine Spendensumme von **5.071,38 Euro**.

80.000 Euro in 16 Jahren

Sheriff Uwe Göllner sammelt mit seiner Country & Line Dance Gruppe Kiel bereits seit 16 Jahren Spenden für unsere Kinder- und Familienprojekte. 2023 wurde die Gesamtspendensumme von **80.000 Euro** überschritten.

2008 begannen Uwe Göllner und seine Frau Rosi, während der verschiedenen Tanz-Auftritte seiner Country & Line Dance Gruppe Spenden für die Schleswig-Holsteinische Krebsgesellschaft zu sammeln. Als die Auftritte aufgrund der Corona-Pandemie ausfallen mussten, hat Uwe Göllner 2020 die Aktion „Dietrichsdorf sammelt“ initiiert.

Als Dank für dieses langjährige Engagement wurde er bereits 2021 zum Ehrenmitglied der Schleswig-Holsteinischen Krebsgesellschaft ernannt.





4.3 Benefizwochenende des Bootshafensommers

Wir freuen uns, dass Kiel-Marketing das Benefizwochenende des diesjährigen Bootshafensommers zu unseren Gunsten ausgerichtet hat. Alle Gäste konnten bei der Rückgabe ihrer Becher und Gläser auf den Becherpfand verzichten und so unsere Arbeit unterstützen. Am gesamten Benefizwochenende wurden **580 Euro** durch den Verzicht auf Becher- und Gläserpfand gespendet. Die Gastronomen Dean&David

und Cup&Cino rundeten anschließend nochmal um **1000 Euro** auf, sodass insgesamt **1580 Euro** zusammenkamen.

Während des Wochenendes haben wir zudem mit einem Infostand am Bootshafen auf unsere Arbeit aufmerksam gemacht.

4.4 Unterstützung für das Krebsberatungszentrum Westküste

Auch 2023 durften wir uns wieder über eine Spende vom Verein der Freunde und Förderer der Wattolümpiade Brunsbüttel e.V. freuen. Obwohl in diesem Jahr keine Wattolümpiade stattgefunden hat, überreichten die Macher des Benefizspektakels einen Scheck in Höhe von **30.000 Euro**. Mit diesem Geld soll das Krebsberatungszentrum Westküste der Schleswig-Holsteinischen Krebs-

gesellschaft unterstützt werden. Kürzlich hatten die Olympia-Macher verkündet, 2024 einen Schlusstrich unter die wattolümpische Erfolgsgeschichte zu ziehen – die 20-Jahre-Jubiläums-Wattolümpiade am 17. August wird zugleich die letzte sein.



4.5 Spende für das Avatar-Projekt

Mit **4.000 Euro** hat die Kieler Volksbank das Avatar-Projekt unterstützt. Anlässlich ihres 125-jährigen Jubiläums im Dezember 2022 hat die Kieler Volksbank 2023 zu ihrem Jubiläumsjahr ausgerufen. Mindestens 125.000 Euro an Spendengeldern im Geschäftsgebiet sollten verteilt werden.



4.6 Verein „Stark gegen Krebs“ spendet 3.000 Euro

Der Verein Stark gegen Krebs mit seinem 1. Vorsitzenden Dr. Bernd Schmude unterstützt uns mit **3.000 Euro** bei dem Erhalt der sechs Krebsberatungsstellen. Anlass der Spende war der Vortrag zum Thema „Diagnose Krebs - Mit Optimismus Leben verändern“, den Dr. Bernd Schmude in unserer Geschäftsstelle in Kiel gehalten hat. Bereits an diesem Abend rief Dr. Schmude zu Spenden für die psychoonkologische Beratung auf und rundete den Betrag anschließend großzügig auf.



4.7 Unterstützung für die Sport- und Bewegungsprogramme

Mit **2.500 Euro** unterstützt die Bristol Myers Squibb Stiftung Immunonkologie die Sport- und Bewegungsprogramme der Hamburger und der Schleswig-Holsteinischen Krebsgesellschaft.

Prof. Dr. med. Katja Weisel, stellvertretende Vorstandsvorsitzende der Stiftung und Onkologin am Universitätsklinikum Hamburg Eppendorf, hat es sich zur Aufgabe gemacht, auf die positiven Effekte von körperlicher Bewegung in der Krebstherapie aufmerksam zu machen. Ihre Teilnahme am Halbmarathon in Hamburg und am Triathlon in Kiel hat Prof. Weisel deshalb unter das Motto „Wir bewegen für Bewegung“ gestellt, um so zum einen auf die Bedeutung von Sport- und Bewegungsprogrammen für Krebspatient*innen aufmerksam zu machen und zum anderen Spenden für die entsprechenden Angebote der Hamburger und der Schleswig-Holsteinischen Krebsgesellschaft zu sammeln.

4.8 Unterstützung vom Spendenparlament

Das Kieler Spendenparlament verteilt regelmäßig finanzielle Hilfen an soziale Initiativen aus der Landeshauptstadt. Im November haben wir für das Projekt „Krebsprävention bei Menschen mit Benachteiligungen“ **2.000 Euro** erhalten.



Foto: Kieler Spendenparlament



4.9 Benefizkonzert des Harmonic Brass Quintett

Im August fanden zwei Benefizkonzerte der Harmonic Brass, organisiert durch den Lions Club, statt. Bei den Benefizabenden in der Versöhnungskirche Husum kamen **1.500 Euro** zusammen, die nun der Beratungsstelle in Husum zugutekommen.



4.10 Spende der Dualen Hochschule

Die Duale Hochschule Schleswig-Holstein hat im Januar 2023 eine Willkommensfeier für die Erstsemester organisiert. Die Eintrittsgelder in Höhe von **1.000 Euro** wurden an uns gespendet.



4.11 Sportliche Unterstützung vom MVZ

Das MVZ Prüner Gang in Kiel hat uns mit **600 Euro** unterstützt. Im Rahmen des Wohltätigkeitstages und des 25. Geburtstages der Strahlentherapie sind die Mitarbeiter*innen sportlich aktiv gewesen. Jeder gelaufene Kilometer wurde vom MVZ in Euro umgewandelt.

4.12 Pistolensportclub Rendsburg spendet 550 Euro

Mit **550 Euro** hat uns der Pistolensportclub Rendsburg von 1966 e.V. unterstützt. Die Gelder stammen aus einer Benefizveranstaltung in Form eines Marathonschießens, die der Club zu Ehren seines verstorbenen 2. Vorsitzenden Helge Hagen veranstaltete. Die Hälfte der Startgelder kommen nun aufgerundet uns zugute.



4.13 Westküstenflohmarkt

Am 10. Juni haben Mitglieder der Brunsbüttler Selbsthilfegruppe am Westküstenflohmarkt teilgenommen und dort ihre nicht mehr benötigten Sachen verkauft. Der Erlös von **295 Euro** geht als Spende an das Krebsberatungszentrum Westküste.



5. So können Sie helfen!

5.1 Ihre Mitgliedschaft

Unterstützen Sie unsere Arbeit mit Ihrer Mitgliedschaft. Denn Ihr regelmäßiger Mitgliedsbeitrag trägt dazu bei, die Arbeit der Krebsgesellschaft langfristig zu sichern. Alle Mitglieder werden über die laufende Projektarbeit informiert und einmal im Jahr zur Mitgliederversammlung eingeladen.

Die Mitgliederversammlung fand am 28. Juni in den Räumlichkeiten der InnoPier GmbH & Co. KG statt. Zugesandt wurden allen Mitgliedern der Jahresbericht 2022, eine Einladung zur Mitgliederversammlung, das Protokoll der Mitgliederversammlung und eine Weihnachtskarte. Am Ende des Jahres 2023 waren 337 Personen Mitglied in der Schleswig-Holsteinischen Krebsgesellschaft.

Wir freuen
uns über 16
neue Mitglieder
2023

Unterstützen Sie unsere Arbeit
mit Ihrer Mitgliedschaft!

Digitalisierung bei der Schleswig-Holsteinischen Krebsgesellschaft e.V.

Um zeitnah, umweltfreundlich und kostengünstig mit unseren Mitgliedern kommunizieren zu können, nutzen wir wann immer möglich den E-Mailverkehr. Dafür sind wir auf aktuelle E-Mail-Adressen angewiesen. Bitte informieren Sie uns, sofern sich bei Ihnen Änderungen ergeben. Vielen Dank!



5.2 Langfristig helfen: Die Stiftung der Schleswig-Holsteinischen Krebsgesellschaft

Unsere Stiftung wurde 2007 gegründet und soll auf lange Sicht die Arbeit der Schleswig-Holsteinischen Krebsgesellschaft sichern und Projekte des Vereins fördern. Um das Fundament der Stiftung weiter ausbauen zu können, sind wir weiterhin auf der Suche nach Menschen und Unternehmen, die unsere Stiftung mit einer Zustiftung unterstützen.

Wenn Sie Fragen haben, helfen wir Ihnen sehr gerne weiter. Selbstverständlich stehen wir Ihnen auch für ein persönliches Gespräch zur Verfügung. Sprechen Sie uns gerne an!

Ihre Ansprechpartner zum Thema Stiftung



Jörg Arndt, Schatzmeister



Vanessa Boy, Geschäftsführerin



Vererben und Gutes bewirken

Viele Menschen möchten bewusst etwas Gutes tun und machen sich auch Gedanken darüber, was sie über ihren Tod hinaus bewirken können. Ein Testament ermöglicht es Ihnen, die eigenen Werte weiterzugeben, Danke zu sagen und Gutes zu tun. Vielleicht überlegen Sie, die Schleswig-Holsteinische Krebsgesellschaft e.V. in Ihrem Nachlass zu bedenken. Erbschaften und Vermächtnisse tragen viel zur finanziellen Sicherung unserer Arbeit bei. Seit 71 Jahren geben wir krebserkrankten Menschen und ihren Angehörigen Hoffnung und Halt. Es berührt uns sehr, wenn Menschen anderen Menschen auf vielfältige Art und Weise helfen.

Mit unserem Ratgeber für Testament und Vorsorge möchten wir Ihnen einen Überblick über rechtliche Grundlagen geben und erklären, worauf Sie achten sollten. Es ist uns ein Anliegen, über die vielfältigen Möglichkeiten einer Nachlassregelung zu informieren. Durch Erstellung einer Patientenverfügung und Vorsorgevollmacht stellen Sie sicher, dass Sie medizinisch wie gewünscht behandelt werden und eine Person Ihres Vertrauens Sie in persönlichen, finanziellen sowie rechtlichen Angelegenheiten vertritt, wenn dies nötig sein sollte.

Der Ratgeber kann kostenfrei in der Geschäftsstelle angefordert werden unter: **Tel. 0431- 800 10 80.**

6. Mitgliedschaften

In diesen Institutionen ist die Schleswig-Holsteinische Krebsgesellschaft Mitglied:

- Bundesverband deutscher Stiftungen, Berlin
- Deutsche Krebsgesellschaft e.V., Berlin
- Deutsches Netzwerk Versorgungsforschung e.V.
- DKMS LIFE
- Hospiz- und Palliativverband Schleswig-Holstein e.V.
- Institut für Krebsepidemiologie e.V., Lübeck
- Kiel-Marketing e.V.
- Landesvereinigung für Gesundheitsförderung e.V., Kiel
- Patientenombudsmann/-frau Schleswig-Holstein e.V.
- Tumorzentrum Flensburg





Jahresbericht 2023

7. Presse- und Öffentlichkeitsarbeit

7.1 Bilanz der Medienberichterstattung

Die Angebote der Schleswig-Holsteinischen Krebsgesellschaft wie Kurse, Workshops oder Informationsabende wurden im Berichtsjahr in ganz Schleswig-Holstein in den Printmedien berücksichtigt. Besonders hervorzuheben ist das **Therapeutische Schreiben**, über das der NDR im Schleswig-Holstein Magazin sowie in verschiedenen Radiosendungen berichtete.

Auf eine besondere Resonanz stieß auch die Präventionsarbeit der Schleswig-Holsteinischen Krebsgesellschaft in Wacken. Ausführlich wurde ebenfalls über die Spendenaktion „**Dietrichsdorf sammelt**“ sowie den Lauf ins Leben in Flensburg und Eckernförde berichtet. Auch der **Weltkrebstag** wurde in den Medien verbreitet. Die Kieler Nachrichten veröffentlichten in ihrer Weihnachtsausgabe einen Beitrag über das **Avatar-Projekt**.

7.2 Homepage und Newsletter

Auf der Internetseite www.krebsgesellschaft-sh.de finden Besucher*innen Informationen zu den Krebsberatungsstellen, Selbsthilfegruppen, Kursen, Veranstaltungen und weiteren Unterstützungsangeboten.

Insgesamt haben wir 2023 acht digitale Newsletter versandt. Darin haben wir über kommende Veranstaltungen und Termine sowie Neuigkeiten rund um das Thema Krebs informiert. Die Zahl der Newsletter-Abonnent*innen ist im Berichtsjahr von **698** auf **903** gestiegen.

7.3 Social Media

Seit 15. März 2022 ist die Schleswig-Holsteinische Krebsgesellschaft auch auf Instagram zu finden. Dort informieren wir über Aktuelles und geben einen kleinen Einblick in unsere Arbeit. Im Berichtsjahr ist die Followerzahl von **460** auf **911** gestiegen.

Ergänzend dazu haben wir unsere Facebook-Seite weiter fortgeführt. Im Berichtsjahr ist die Zahl der Seitenabonnements von **808** auf **867** gestiegen.



Melden Sie sich hier für unseren Newsletter an:
www.krebsgesellschaft-sh.de/newsletter



8. Ausblick



8.1 Save the Date: Lauf ins Leben

In diesem Jahr feiern wir das 20. Jubiläum des **Lauf ins Leben in Eckernförde**. Vom 31. August, 13 Uhr, bis zum 1. September, 11 Uhr, freuen wir uns auf engagierte Teams und Einzelstarter*innen. Erneut werden wir den Sportplatz am Schulzentrum Süd mit Kerzentüten, schön geschmückten Zelten und dem Engagement der Laufteams zum Leuchten bringen. Die Läufer*innen werden gemeinsam die Botschaft an Krebspatient*innen und ihre Familien senden: „**Ihr seid nicht allein!**“

Zudem laden wir alle Lübecker*innen ganz herzlich ein, im Juni und Juli am **virtuellen Lauf ins Leben Lübeck** teilzunehmen.



Die Spenden ermöglichen der Schleswig-Holsteinischen Krebsgesellschaft, kostenlose und wohnortnahe Hilfe anzubieten.

Helfen auch Sie mit! Jetzt anmelden unter www.laufinsleben.de



8.2 Unsere Selbsthilfegruppen

Kiel

Selbsthilfegruppe für Angehörige
Selbsthilfegruppe für Brustkrebspatientinnen
Selbsthilfegruppe für Kehlkopfooperierte
Selbsthilfegruppe für Krebserkrankte
Selbsthilfegruppe schwarzer Hautkrebs

jeden 1. Montag im Monat
jeden 3. Dienstag im Monat
jeden 3. Montag im Monat
jeden 2. und 4. Dienstag im Monat
jeden 2. Mittwoch im Monat

Brunsbüttel

Angehörigentreff
Café Zeitenwende – Selbsthilfegruppe für Hinterbliebene
Selbsthilfegruppe für Brustkrebspatientinnen
Selbsthilfegruppe für Leben mit Krebs

jeden 4. Donnerstag im Monat
jeden 2. Mittwoch im Monat
jeden 1. Montag im Monat
jeden 2. Montag im Monat

Eckernförde

Selbsthilfegruppe für Krebspatient*innen

jeden letzten Montag im Monat

Lübeck

Selbsthilfegruppe Lungenkrebs
Selbsthilfegruppe Melanom

jeden 3. Montag im Monat
jeden 1. Donnerstag im Monat

Online

Selbsthilfegruppe Fatigue

jeden 2. Dienstag im Monat





9. Danksagungen

Die Schleswig-Holsteinische Krebsgesellschaft bedankt sich ganz herzlich bei allen Spender*innen, Förder*innen und ehrenamtlichen Helfer*innen, die unsere Arbeit im Jahr 2023 auf vielfältige Weise unterstützt haben. Nur durch sie können wir unsere Angebote, die für Krebspatient*innen und ihre Familien stets kostenlos sind, in dieser Form aufrechterhalten.

Wir sind sehr glücklich und dankbar, Menschen gefunden zu haben, die sich auf so vielfältige Weise gemeinsam mit uns für Krebspatient*innen und ihre Familien in Schleswig-Holstein einsetzen.

Auch bei unserer Schirmherrin, Harriet Heise, möchten wir uns ganz herzlich für ihre tatkräftige Unterstützung und ihren Einsatz bedanken.

Vielen Dank!



Adelby 1

SH 
Schleswig-Holstein
Finanzamt Flensburg

 KLINIKUM
ITZEHOE

 AOK | NORDWEST
Die Gesundheitskasse.

 BDO

 FAB



 **hilft e.v.**

 BEHN
GETRÄNKE


FÖRDESOLAR
SOLARANLAGEN | INFRAROTHEIZUNGEN



 BITUNAMEL
FELDMANN

 Förde
Sparkasse

 California
Fitness Eckernförde
www.california-eckernfoerde.com

 GEBR. VOLLBRECHT GmbH
• Dachdeckerei
• Klempnerei
• Fassadenbau

 KINDERKREBS
NACHSORGE
deutsche
Stiftung für das chronisch kranke Kind

 Eckernförder Bank eG
Volksbank-Raiffeisenbank

 GERÜSTBAU
Toni Petratz
• Arbeits-
schutzgerüste
• Fahrgerüste
• Bühnenbau
• Schutznetze
☎ 0461-25950



 HOCH
SEILGARTEN
ALTENHOF

 LVGF SH



 HÖFT
BAUUNTERNEHMEN
ERFAHRUNG UND FORTSCHRITT. SEIT 1892.

 m.a.c.

 Malteser
...weil Nähe zählt.

Malteser Krankenhaus St. Franziskus-Hospital

 Kiwanis
KIWANIS CLUB IN DER HANSESTADT LÜBECK e.V.

NORDDEUTSCHE PFLANZENZUCHT
Wir lassen Qualität wachsen.




Eckernförder Werkstatt

Wir danken unseren Förderern 2023:



Helfen Sie uns zu helfen

In Schleswig-Holstein leben rund **100.000** Krebspatient*innen, und jedes Jahr erkranken **21.000** Menschen in unserem Bundesland neu an Krebs. Wir stehen diesen Menschen und ihren Familien zur Seite. Wir beraten und begleiten sie, wir haben Zeit für Gespräche, unterstützen Betroffene und suchen nach Wegen, sie im Alltag zu entlasten. In unserer täglichen Arbeit erleben wir, wie unabhängige Informationen, einfühlsame Beratung und konkrete Schritte helfen, mit der Diagnose zurechtzukommen, mit dem Krebs zu leben und neue Hoffnung zu schöpfen.

Wir möchten Menschen, die mit Krebs konfrontiert sind, weiterhin kostenfreie Beratung und Unterstützung anbieten.

Unterstützen Sie uns dabei durch:

- Ihre einmalige oder regelmäßige Spende
- Ihre Spendenaktion zu Jubiläen oder anderen Anlässen
- Ihre Mitgliedschaft
- Ein Vermächtnis oder eine Erbschaft zur nachhaltigen Hilfe
- Ihre ehrenamtliche Mitarbeit

Ihre Spende ist steuerlich absetzbar.

Spendenkonto:

Förde Sparkasse

IBAN DE07 2105 0170 0094 1849 00

BIC NOLADE21KIE

