

SAARLÄNDISCHE
KREBSGESELLSCHAFT e.V.



JAHRES- BERICHT

2022



www.krebsgesellschaft-saar.de



Impressum

Herausgegeben von der Saarländischen Krebsgesellschaft e.V.
Bruchwiesenstraße 15
66111 Saarbrücken

Auflage: 500 Stück

Fotonachweis: Saarländische Krebsgesellschaft e.V., vecteezy.com, pixabay.com, freepik.com

Produktion: OVD.de | Druck- und Werbeservice, Saarbrücken.

Telefon: 0681 / 30 988 100
Fax: 0681 / 30 988 111
E-Mail: info@krebsgesellschaft-saar.de

www.krebsgesellschaft-saar.de

Inhalt

1.	Vorwort	5
2.	Vorstand	6
3.	Unser Team	7
4.	Ambulante psychosoziale Krebsberatung im Saarland	
	a) Leistungsbeschreibung	10
	b) Beratungsleistungen 2022	14
	c) Finanzen	20
	d) Neuigkeiten aus den Beratungsstellen	22
5.	Projekte für Betroffene und ihre Familien	
	a) Leben mit Krebs – Kurse für PatientInnen und Angehörige	32
	b) Projekt Regenbogen für Kinder krebskranker Eltern	36
	c) Projekt „Zurück ins Leben“	46
6.	Veranstaltungen	
	a) 4. Benefizkonzert „Musik gegen Krebs“	48
	b) Saar-Pfalz-Symposium 2022	50
	c) Spendenlauf	52
	d) Mitgliederversammlung	54
7.	Prävention und Früherkennung	
	a) Vorträge für Unternehmen im Saarland	55
	a) Projekt SunPass – Gesunder Sonnenspaß für Kinder	56
	b) Früherkennung – Vorsorge kann Leben retten	58
8.	Selbsthilfegruppen	60
9.	Spenden und Helfen – Wir sagen DANKE	62

VORWORT



*In einem unserer Kunstworkshops haben Patientent*innen ihren ganz persönlichen Lebensbaum visualisiert. Eines der tollen Ergebnisse zielt den Titel unseres diesjährigen Jahresberichts.*

* Aus Gründen der besseren Lesbarkeit wird auf die gleichzeitige Verwendung der Sprachformen männlich, weiblich und divers verzichtet. Sämtliche Personenbezeichnungen gelten gleichermaßen für alle Geschlechter.

*Liebe Mitglieder, Förderer und Freunde der
Saarländischen Krebsgesellschaft,*

wir freuen uns, Ihnen mit dem Jahresbericht 2022 einen Überblick über unsere vielfältigen Aktivitäten, Fortschritte und Entwicklungen im vergangenen Jahr geben zu können. In einer Zeit voller Veränderungen und Herausforderungen sind wir als Gemeinschaft zusammengestanden und haben uns für unser gemeinsames Ziel eingesetzt: *Menschen mit Krebs und ihren Familien beizustehen, sie zu unterstützen und ihnen Hoffnung zu schenken.*

Unser Rückblick zeigt, wie wir Ressourcen genutzt haben, um Menschen, die von Krebs betroffen sind, zu helfen und gleichzeitig im Saarland die Prävention, Forschung und Weiterbildung im Bereich Onkologie voranzutreiben.

Besonders stolz sind wir auf das Projekt "Regenbogen für Kinder krebskranker Eltern", das 2022 weiter gewachsen ist. Dieses Projekt bietet Kindern, deren Eltern an Krebs erkrankt sind, wertvolle Unterstützung. Mit speziell entwickelten Programmen und Aktivitäten geben wir ihnen die Möglichkeit, ihre Gefühle auszudrücken, Ängste zu überwinden und vor allem Gleichgesinnte mit ähnlichen Erfahrungen zu treffen. Die positiven Rückmeldungen bestärken uns darin, diesen Weg weiterzugehen.

Ein Highlight des laufenden Jahres, das uns sehr am Herzen liegt, ist unsere Botschafter-Kampagne, die 2023 gestartet wurde. Gemeinsam mit prominenten Saarländerinnen und Saarländern haben wir ein öffentlichkeitswirksames und lautes Zeichen gesetzt. Für alle Menschen, die an Krebs erkrankt sind. Für ihre Familien. Für ihre Freundinnen und Freunde. Einfach für alle, deren Leben

durch eine Krebserkrankung auf den Kopf gestellt wurde. Mit der Kampagne haben wir dem Thema Krebs und Prävention eine große Öffentlichkeit gegeben und zudem aktiv auf die kostenlose Hilfe und Unterstützungsangebote in den ambulanten Beratungsstellen hingewiesen – im Saarland und bundesweit.

An dieser Stelle möchten wir uns bei unserem engagierten Team, unseren ehrenamtlichen Helferinnen und Helfern, unseren Partnern im Gesundheitswesen und allen Spenderinnen und Spendern bedanken, die die Saarländische Krebsgesellschaft e.V. unterstützen.

Nur durch ihren Einsatz ist es uns möglich, vielfältige Initiativen wie z.B. das Projekt Regenbogen für Kinder krebskranker Eltern zu starten und langfristig am Leben zu erhalten.

Gemeinsam machen wir einen positiven Unterschied im Leben von vielen Menschen und setzen uns dafür ein, dass niemand mit der Herausforderung Krebs allein gelassen wird. Wir laden Sie herzlich ein, mit uns auf das Erreichte zurückzublicken. Und uns auch in Zukunft auf unserem Weg zu begleiten, um gemeinsam Gutes zu tun.

*Vielen Dank, dass Sie uns
auf diesem Weg begleiten.*



Dr. med. Steffen Wagner
1. Vorsitzender
Saarländische Krebsgesellschaft e. V.



Sabine Rubai
Geschäftsführerin
Saarländische Krebsgesellschaft e. V.



VORSTAND

Vorstand



Dr. med. Steffen Wagner
Vorsitzender
Frauenarzt und
gynäkologischer Onkologe;
Frauenärzte Saarbrücken-West



Dr. med. Martina Treiber
Stellvertretende Vorsitzende
Chefärztin der Klinik für Radioonkologie /
Strahlentherapie; CaritasKlinikum
Saarbrücken St. Theresia

Schatzmeisterin



Christa Stegmaier

Beirat



Dr. med. F.-U. Alles
Chefarzt der Klinik für Urologie,
Kinderurologie und urologische
Onkologie; SHG-Kliniken Völklingen



Dr. med. Jörg Bittenbring
Leiter Qualitätsmanagement,
Apherese/ECP, Ambulanz
Rheumatologie, Hämatologie,
Onkologie und Knochen-
marktransplantation,
Universität des Saarlandes



Gregg Frost
Facharzt für Innere Medizin,
Hämatologie und Onkologie
Sektionsleiter Onkologie;
Klinikum Saarbrücken gGmbH



**Prof. Dr. med.
Harald Schäfer**
Ärztlicher Direktor und
Chefarzt der Klinik für
Innere Medizin und
Pneumologie,
Lungen Zentrum Saar,
SHG-Kliniken Völklingen



Helga Schimke
Ärztin für Allgemeinmedizin
Hausärztliche Gemeinschafts-
praxis Dr. med. Barbara Zimmer /
Helga Schimke



**Prof. Dr. med.
Erich-Franz Solomayer**
Direktor der Klinik für Frauen-
heilkunde, Geburtshilfe und
Reproduktionsmedizin,
Universität des Saarlandes,
Campus Homburg



**Dr. Dr. habil.
Gregor Alexander Stavrou**
Chefarzt der Klinik für Allgemein-,
Viszeral- und Thoraxchirurgie,
Chirurgische Onkologie am
Klinikum Saarbrücken gGmbH

UNSER TEAM

Team der Geschäftsstelle



Sabine Rubai
Geschäftsführerin,
Dipl.-Kauffrau



Katja Rump-Schmitt
Sekretariat, Organisation



Carolin Bachmann
Sekretariat, Organisation



Tanja Welsch
Sekretariat, Organisation &
Veranstaltungen



Danielle Deckert
Prävention und Projekte
(Elternzeitvertretung)

Beratungsteam



Doris Schwarz-Fedrow
Leiterin Beratungsstellen
*Dipl.-Psychologin,
Psychoonkologin,
Krankenschwester*



Annette Blug
Beratungsstelle
LEBACH/SAARBRÜCKEN
*Dipl.-Sozialpädagogin,
Psychoonkologin*



Christian Boldorf
Beratungsstelle
NEUNKIRCHEN/
SAARBRÜCKEN
*Dipl.-Psychologe,
Psychoonkologe*



Bärbel Glauben
Beratungsstelle
SAARBRÜCKEN
*Dipl.-Psychologin,
Psychoonkologin i.A.*



Julia Stief
Prävention und Projekte
(in Elternzeit)



Christine Kukula
Beratungsstelle
SAARBRÜCKEN
*Dipl.-Sozialpädagogin,
Psychoonkologin,
Musiktherapeutin*



Melanie Kratz
Beratungsstelle
HOMBURG/
SAARBRÜCKEN/
ST. INGBERT
*Dipl. Sozialpädagogin,
Psychoonkologin i.A.*



Erika Rohrbacher
Beratungsstelle
SAARLOUIS
Psychoonkologin i.A.



Lena Schweiger
Beratungsstelle
SAARBRÜCKEN
*Psychologin (M.Sc.),
Psychoonkologin i.A.*



Lara Frey-Wiederhold
Studentische Aushilfe

UNSER TEAM

In diesem Jahresbericht möchte Ihnen unsere Beraterin **Christine Kukula** einen Einblick in ihre Arbeit bei der Saarländischen Krebsgesellschaft geben. Ein Erfahrungsbericht, der zeigt, warum sie sehr gerne hier arbeitet und warum wir als Team stolz auf das sind, was wir gemeinsam erreicht haben.

Hier bin ich Mensch – hier kann ich sein!

Dank an eine gute Arbeitsstelle

Kennen Sie das: Es ist Sonntagabend, Sie denken an den nächsten Tag – Montag, Wochenbeginn – und es macht sich ein Gefühl der Freude breit? Ich freue mich darauf, arbeiten zu gehen! Mit dieser Erkenntnis und davon etwas überrascht kam meine Kollegin, die gerade mal 2 Monate bei uns war, montags in die Beratungsstelle und teilte dies mit. Ich arbeitete zu diesem Zeitpunkt schon ein paar Jahre in der Saarländischen Krebsgesellschaft, konnte die Gefühlsregung der neuen Kollegin jedoch gut nachvollziehen.

Diese Erfahrung und die Rückmeldungen von Kolleginnen und Kollegen im Rahmen verschiedener Fortbildungen, dass eine Zusammenarbeit, wie wir sie beschreiben, nicht die Regel sei, ließen uns näher hinschauen.

Die Saarländische Krebsgesellschaft – eine lernende Organisation

Die Saarländische Krebsgesellschaft ist seit 2018 von einer Beratungsstelle mit 4 Mitarbeiterinnen zu einer Beratungsstelle mit 14 Mitarbeitenden, einer Hauptgeschäftsstelle in Saarbrücken und 8 Nebenstellen angewachsen. Es gab in dieser Zeit einen Wechsel in der Geschäftsführung und im Vorstand des Vereins.



Christine Kukula / Dipl.-Sozialpädagogin, Psychoonkologin, Musiktherapeutin

Lernende Organisationen zeichnet aus, dass sie offen sind für Veränderungen und Entwicklungsprozesse. Eine gemeinsame Vision, Kooperations- und Konfliktlösungsfähigkeit, wechselseitiges Vertrauen und Teamgeist, ein demokratischer und partizipativer Führungsstil – dies sind u.a. Haltungen und Werte, die eine lernende Organisation charakterisieren und die unserer Arbeit zugrunde liegen.

Was lässt uns gerne in der Saarländischen Krebsgesellschaft arbeiten?

Da ist zunächst die flache Hierarchie: Neben der Geschäftsführerin und der Leiterin der Beratungsstelle sind alle Mitarbeitende auf einer Ebene. Eigeninitiative und Eigenverantwortung haben einen ebenso hohen Stellenwert wie die Zusammenarbeit aller Mitarbeitenden. Ob Verwaltung oder Beratung: Allen ist klar – wir sind ein Team und wirken zusammen.

In Sabine Rubai und Doris Schwarz-Fedrow haben wir eine Leitung, die uns vertraut und Wertschätzung entgegenbringt. Beide haben stets ein offenes Ohr für unsere Belange: sei es im beruflichen Alltag wie auch im familiären Umfeld, wenn es um die Betreuung der Kinder oder kranker Eltern geht. Auch Steffen Wagner, 1. Vorsitzender des Vereins, schätzt unsere Arbeitsweise und steht bei medizinischen Fragen immer zur Verfügung. Solch eine Rückendeckung gibt Halt.

Unsere Zusammenarbeit ist geprägt von Wertschätzung und dem Gefühl gleichwertiges Mitglied einer Gruppe zu sein. Wir sind ein „bunter Haufen“, in dem jede und jeder in seiner Einzigartigkeit willkommen geheißen ist. Dies ermöglicht es uns, offen und lösungsorientiert zusammenzuarbeiten. Probleme werden als Lernfeld gesehen. Wir können zugeben, wenn wir etwas nicht wissen oder mit etwas nicht klarkommen. Kritik kann geübt werden, ohne dass es negative Konsequenzen hat. Wir haben die Freiheit, neue Ideen einzubringen und auszuprobieren. Unsere jeweiligen fachlichen Fähigkeiten werden gesehen und genutzt.

Humor, Ehrlichkeit und Vertrauen sind der Boden, auf dem wir uns bewegen. Uns verbindet Lebensfreude und die Liebe zu den Menschen. Gelungenes feiern wir und Trauriges tragen wir miteinander als Teil des Lebens. Unser gemeinsames Ziel ist die Unterstützung der Menschen, deren Leben durch eine Krebserkrankung plötzlich ganz anders geworden ist. Das gibt unserer Arbeit Sinn. Wir versuchen das, was wir in der Beratung empfehlen, auch zu leben.

Das Wissen, dass es letztendlich keine 100% Sicherheit im Leben gibt, lässt uns „das Jetzt“ schätzen. Die Begegnungen mit den Patienten, Patientinnen und ihren Angehörigen lehren uns wie viel Menschen ertragen und wie unterschiedlich, mutig

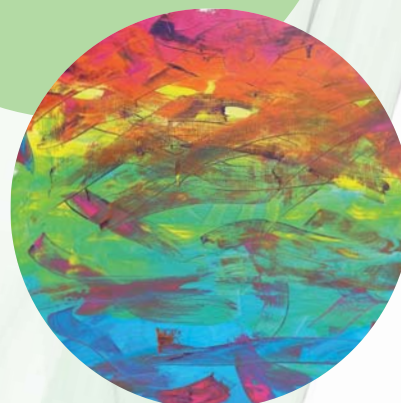


und tapfer Menschen mit schwierigen Situationen umgehen. Weinen und Lachen haben Raum – im ersten telefonischen Kontakt, in der Beratung: das Menschliche ist uns wichtig.

Dies gemeinsam leben und teilen zu können – dafür sind wir dankbar.

Daher gilt für uns alle und hoffentlich auch für die Menschen, die zu uns kommen:

**HIER BIN ICH MENSCH -
HIER KANN ICH SEIN!**



AMBULANTE PSYCHOSOZIALE KREBSBERATUNG IM SAARLAND – UNSER LEISTUNGSANGEBOT

Leistungsbeschreibung der Saarländischen Krebsgesellschaft e.V.

Die **Diagnose „Krebs“** verändert den normalen Alltag. Ängste und Unsicherheiten belasten die Betroffenen und ihr Umfeld. Angehörige fühlen sich überfordert, Freunde und Bekannte sind verunsichert. Krebskranke Menschen benötigen über die medizinische Hilfe hinaus qualifizierte Unterstützung bei der Bewältigung von psychischen und sozialen Belastungen.

Diese Unterstützung finden Patienten und Patientinnen im Saarland **in den ambulanten Krebsberatungsstellen der Saarländischen Krebsgesellschaft**. Wir stehen Betroffenen und Angehörigen durch psychoonkologische Betreuung zur Seite – vor, während und nach der Behandlung. Dazu gehören Beratung bei psychischen Belastungen, Ängsten und Sorgen sowie bei sozialen Fragen durch unsere Psychoonkologinnen.

Allein **im Saarland erkranken jährlich rund 11.000 Menschen erstmalig an Krebs**, insgesamt betroffen sind über 50.000 Saarländerinnen und Saarländer.

Angesichts der verstärkten Inanspruchnahme der psychosozialen Beratung im Saarland wird **das Netz der Beratungs- bzw. Außenstellen** der Saarländischen Krebsgesellschaft e.V. kontinuierlich erweitert. Die Saarländische Krebsgesellschaft kümmert sich flächendeckend an inzwischen 9 Standorten im ganzen Saarland um Menschen mit Krebs und ihre Familien. Bei Bedarf ist auch eine aufsuchende Beratung durch unsere Psychoonkologinnen möglich. Beratungs- und Außenstellen gibt es inzwischen in Saarbrücken (3x), Homburg, Lebach, Saarlouis (2x), Neunkirchen und St. Ingbert.

Die Anzahl der Betroffenen im Jahr zeigen den enormen Bedarf in dieser schwierigen und angstbesetzten Situation. Wir stehen Betroffenen und Angehörigen durch fest angestelltes, hochqualifiziertes Fachpersonal zur Seite – derzeit beschäftigt die Saarländische Krebsgesellschaft 5,5 Vollzeitkräfte (Dipl.-Psychologinnen / Dipl.-Sozialpädagoginnen mit psychoonkologischer Weiterbildung) in der Beratung.

Mit dem **Projekt „Regenbogen“** bietet die Saarländische Krebsgesellschaft e.V. seit November 2019 ein **spezielles Programm für Kinder krebskranker Eltern**. Das Projekt beinhaltet Elternsprechstunden, Sprechstunden für Kinder und Jugendliche sowie erlebnispädagogische Gruppenangebote.

Neben der psychosozialen Beratung bietet die Saarländische Krebsgesellschaft e.V. ein **vielfältiges Kurs- und Veranstaltungsprogramm**. Experten sind sich einig, dass KrebspatientInnen in fast jeder Krankheitssituation davon profitieren, aktiv zu sein oder sich sportlich oder auch kreativ zu betätigen.

Mit unserem ganzheitlichen Programm möchten wir nicht nur das Wohlbefinden und die Genesung der Patientinnen und Patienten steigern, sondern auch die Angehörigen miteinbeziehen und die Lebensqualität aller Betroffenen verbessern.

Eine weitere Säule unserer Arbeit ist die **Aufklärung und Prävention** im Saarland. Mit regelmäßig stattfindenden, eigenen Informationsveranstaltungen, Vorträgen, Infoständen bei öffentlichen Events sowie dem Projekt **„SunPass – Gesunder Sonnenspaß für Kinder“** leistet die Saarländische Krebsgesellschaft e.V. hier einen wichtigen Beitrag.

Qualitätssicherung

Die Saarländische Krebsgesellschaft e.V. ist aktiver Teil des **Trägerverbundes der Landeskrebsgesellschaften**. Mit bundesweit über 140 Krebsberatungsstellen gelten die Landeskrebsgesellschaften als größter Trägerverbund.

Dabei weisen die Krebsberatungsstellen der Landeskrebsgesellschaften einige besondere Merkmale auf: Zum einen ist psychosoziale **Krebsberatung eine Kernleistung** der Landeskrebsgesellschaften, während sie beispielsweise bei Trägern der freien Wohlfahrtspflege oft nur eine Sparte in einem breit gefächerten Gesamtportfolio bildet.

Darüber hinaus zeichnen sich die Landeskrebsgesellschaften durch ihre **fachonkologische Mitgliederstruktur** aus und sind als Sektion A **Teil der Wissenschaftsgemeinschaft in der Deutschen Krebsgesellschaft**. Hierdurch können die Krebsberatungsstellen der Landeskrebsgesellschaften neben der psychoonkologischen stets auf eine genuin fachärztliche Expertise zugreifen.

Bereits im Jahr 2011 skizzierten die Landeskrebsgesellschaften in zehn Leitsätzen die **Eckpunkte ihrer Struktur- und Prozessqualität**. Ebenfalls seit 2011 machen die Landeskrebsgesellschaften ihre dokumentierten Beratungsleistungen jährlich in einer gemeinsamen Auswertung öffentlich. Nachfolgend wurden im April 2016 erstmals **„Qualitätsstandards für die ambulante Krebsberatung“** veröffentlicht, die ihrerseits in die Arbeit der Expertenarbeitsgruppe des Nationalen Krebsplanes „Qualitätssicherung und Finanzierungsmodelle für Krebsberatungsstellen“ eingingen.

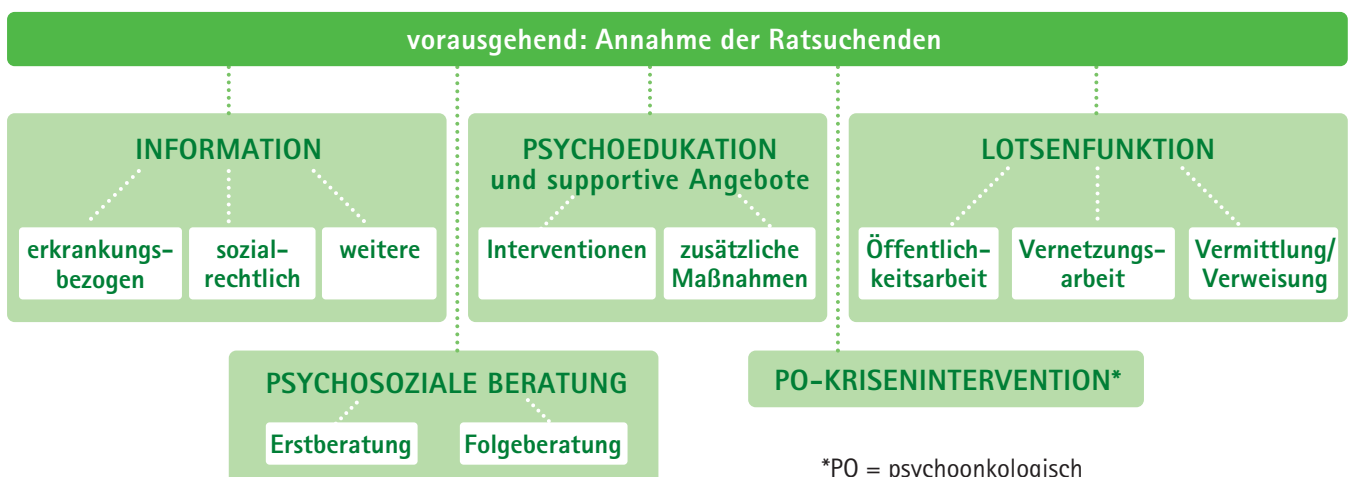
Die daraus resultierenden „Empfehlungen für einen Leistungskatalog und Qualitätskriterien für ambulante psychosoziale Krebsberatungsstellen“ wurden Anfang 2019 in einer Entwurfsfassung vom Bundesgesundheitsministerium veröffentlicht. Sie gelten als Grundlage für die Regelfinanzierung.

10 Leitsätze der Landeskrebsgesellschaften zur Krebsberatung

Die Landeskrebsgesellschaften der Deutschen Krebsgesellschaft sehen in der ambulanten psychoonkologischen Beratung die wesentliche Aufgabe ihrer insgesamt 72 Krebsberatungsstellen in Deutschland. Als Teil der Deutschen Krebsgesellschaft sind die Beratungsstellen nah an den wissenschaftlichen Informationsquellen und auch gut vertraut mit dem Alltag der Krankenversorgung.

- 1 Die Beratung gibt Patienten und Angehörigen Informationen zur Krankheit, Orientierung im Gesundheits- und Sozialsystem und Unterstützung bei psychischen und sozialen Problemen.
- 2 Die Beratung unterstützt in allen Phasen des Krankheitsverlaufes.
- 3 Die Beratung orientiert sich an den individuellen Bedürfnissen, Fragen und Belastungen jeder/s Einzelnen; sie ist vertraulich und unabhängig.
- 4 Die Beratung ist kostenlos sowie leicht und zuverlässig erreichbar.
- 5 Die Beratung wendet sich an Krebskranke und Angehörige sowie an Selbsthilfegruppen, professionelle Helfer/innen und Interessierte.
- 6 Die Beratung geschieht durch Fachkräfte aus Sozialpädagogik, Psychologie und Medizin mit zusätzlicher psychoonkologischer Qualifikation.
- 7 Die Beratung erfolgt durch persönliche und telefonische Gespräche oder auch schriftlich. Ergänzend kommen Gruppenangebote, Vorträge und Informationsmaterialien hinzu.
- 8 Die Beratung umfasst die Aufklärung der Öffentlichkeit über Krebs, besonders zu Prävention und Früherkennung.
- 9 Die Beratung ist eng mit allen anderen Einrichtungen des Gesundheits- und Sozialwesens und den Selbsthilfegruppen verknüpft.
- 10 Die Beratung arbeitet qualitätsgesichert und orientiert sich an den Leitlinien der psychoonkologischen Fachgesellschaften.

Die übergeordneten Leistungsbereiche der Beratungsstellen der Landeskrebsgesellschaften und somit auch der Saarländischen Krebsgesellschaft sind:



*PO = psychoonkologisch

AMBULANTE PSYCHOSOZIALE KREBSBERATUNG IM SAARLAND – UNSER LEISTUNGSANGEBOT

Erstkontakt für Ratsuchende

Erster Kontakt

Beim ersten Kontakt einer ratsuchenden Person mit der Krebsberatungsstelle werden entscheidende Weichen für eine bedarfsgerechte Versorgung gestellt. Insofern hängt die Qualität des gesamten Beratungsprozesses in nicht unerheblichem Maße von einer qualifizierten Annahme und Basiszuordnung ab.

Als sicherstellende Qualitätssicherungsmaßnahme wurde deshalb im Jahr 2017 eine jährliche Schulungsreihe für Assistenzkräfte der Krebsberatungsstellen der Landeskrebsgesellschaften konzipiert und umgesetzt.

Basiszuordnung und Serviceleistungen

Eine qualitätsorientierte Basiszuordnung hat die Abgrenzung von zunächst unsortierten Anliegen zum Ziel und bereitet so den eigentlichen Beratungsprozess systematisch vor (vgl. Abb. 2). Bei der Saarländischen Krebsgesellschaft geschieht dies durch geschulte und erfahrene Assistenzkräfte.

Der ratsuchenden Person ist bei Erstkontakt zunächst zu erläutern, mit welcher Art Einrichtung sie es zu tun hat (Angebotsklärung) und wer ihr aktueller Gesprächspartner ist (Rollenklärung).

Weiterhin ist zu klären, ob die ratsuchende Person ein **Beratungsanliegen** i.e.S. hat und/oder eine Serviceleistung wünscht. **Serviceleistungen** werden zeitnah durch die Assistenzkraft erbracht und sind ausdrücklich nicht beratend.

Sie umfassen neben dem Terminmanagement beispielsweise Informationen zum Leistungsspektrum, zu Kontaktadressen, Ausgabe bzw. Versand von Informationsmaterial sowie Hinweise auf Veranstaltungen oder Angebote Dritter. Serviceleistungen sind wesentlicher Bestandteil unserer Lotsenfunktion.

Die Klärung der Dringlichkeit eines Beratungsanliegens ist ein zentraler Schritt im Prozess des Erstkontakts. Von dieser Einschätzung hängt ab, ob ein regulärer Beratungstermin vergeben wird, eine psychoonkologische Krisenintervention durch eine Beratungskraft erforderlich ist oder ob ein medizinischer bzw. psychiatrischer Notfall vorliegt, der einer gesonderten Vorgehensweise bedarf (Notfallplan).

Der Vergabe eines regulären Beratungstermins geht zudem die Klärung der gewünschten/erforderlichen Rahmenbedingungen (Ort, Medium, Setting) sowie die Frage nach dem voraussichtlichen Beratungsschwerpunkt voraus. Hieraus resultiert die Terminierung mit einer zuständigen bzw. verfügbaren Beratungskraft.

Psychoonkologische Beratung

Die spezialisierte onkologische Beratung umfasst die folgenden Therapie- und Beratungsleistungen:

Sozialberatung

Ziel der Sozialberatung ist, dass die Ratsuchenden innerhalb des vielfältigen Spektrums an Hilfsangeboten sowie gesetzlichen Ansprüchen bei der Orientierung unterstützt werden und bei Bedarf eine Hilfestellung bei der Beantragung von Leistungen erhalten können.



Dieses Ziel soll insbesondere durch die folgenden Unterstützungsleistungen erreicht werden:

- i. Beratung im Bereich von Sozialleistungen,
- ii. Bereitstellung und Aufbereitung von Informationen über einschlägige Sozialleistungen,
- iii. Hilfestellung bei der Beantragung von Sozialleistungen
- iv. Hilfestellung bei finanziellem Härtefondsantrag,
- v. Hilfestellung bei einem Antrag auf onkologische Nachsorge und/oder Schwerbehinderung

Krisenintervention

Ziel der Krisenintervention ist die Prävention im Hinblick auf eine posttraumatische Belastungsstörung.

Dieses Ziel soll durch frühzeitige Beratungs- und Unterstützungsleistungen in einer akuten Krisensituation erreicht werden. Hierbei sollen insbesondere die wahrgenommenen Gefühle der Betroffenen erörtert werden, um das Verständnis sowie den Umgang mit der Krisensituation zu verbessern.

Psychoedukation

Ziel der Psychoedukation ist eine Verbesserung des Krankheitsverständnisses sowie der Krankheitsbewältigung. Durch die Vermittlung krankheitsbezogener Kenntnisse und Fertigkeiten soll ein gesundheitsförderlicher Lebensstil der Ratsuchenden erreicht werden.

Dieses Ziel soll erreicht werden, indem durch eine systematische und strukturierte Wissensvermittlung, Missverständnisse sowie fehlerhafte Vorstellungen über eine Krebserkrankung korrigiert werden.

Auf diese Weise sollen insbesondere dysfunktionale Verhaltensweisen und Einstellungen geändert, der Optimismus gegenüber der Behandlung gefördert, die Therapiemotivation gestärkt und die zusätzlichen Belastungen reduziert werden.

Begleitung von Versicherten mit subsymptomatischer Belastung

Ziel der Begleitung bei subsymptomatischer Belastung ist die Verhinderung einer manifesten psychischen Erkrankung, die Steigerung der Lebensqualität sowie frühzeitig Hinweise auf eine tumorbedingten Fatigue zu erkennen.

Dieses Ziel soll erreicht werden durch psychoonkologische Interventionen (z. B. Einzel-, Paar- und Gruppeninterventionen), Erarbeitung von Problemlösungs- sowie Stressbewältigungsstrategien sowie Durchführung von Entspannungsverfahren.

Angehörigenberatung

Die Angehörigenberatung richtet sich sowohl an Betroffene als auch an Angehörige der Betroffenen.

Durch die Angehörigenberatung sollen die Angehörigen nach Maßgabe des individuellen Bedarfs der betroffenen Person in die Therapie mit einbezogen werden.

Leistungsdokumentation

Die **Dokumentation von Beratungsleistungen** ist Voraussetzung für eine qualifizierte Berichterstattung und erfolgt bei der Saarländischen Krebsgesellschaft elektronisch über die Dokumentationssoftware „freinet online“.

Im Anschluss an die jeweiligen Beratungsgespräche werden hier systematische Basis- und Verlaufsdaten durch die Beratungskraft dokumentiert.

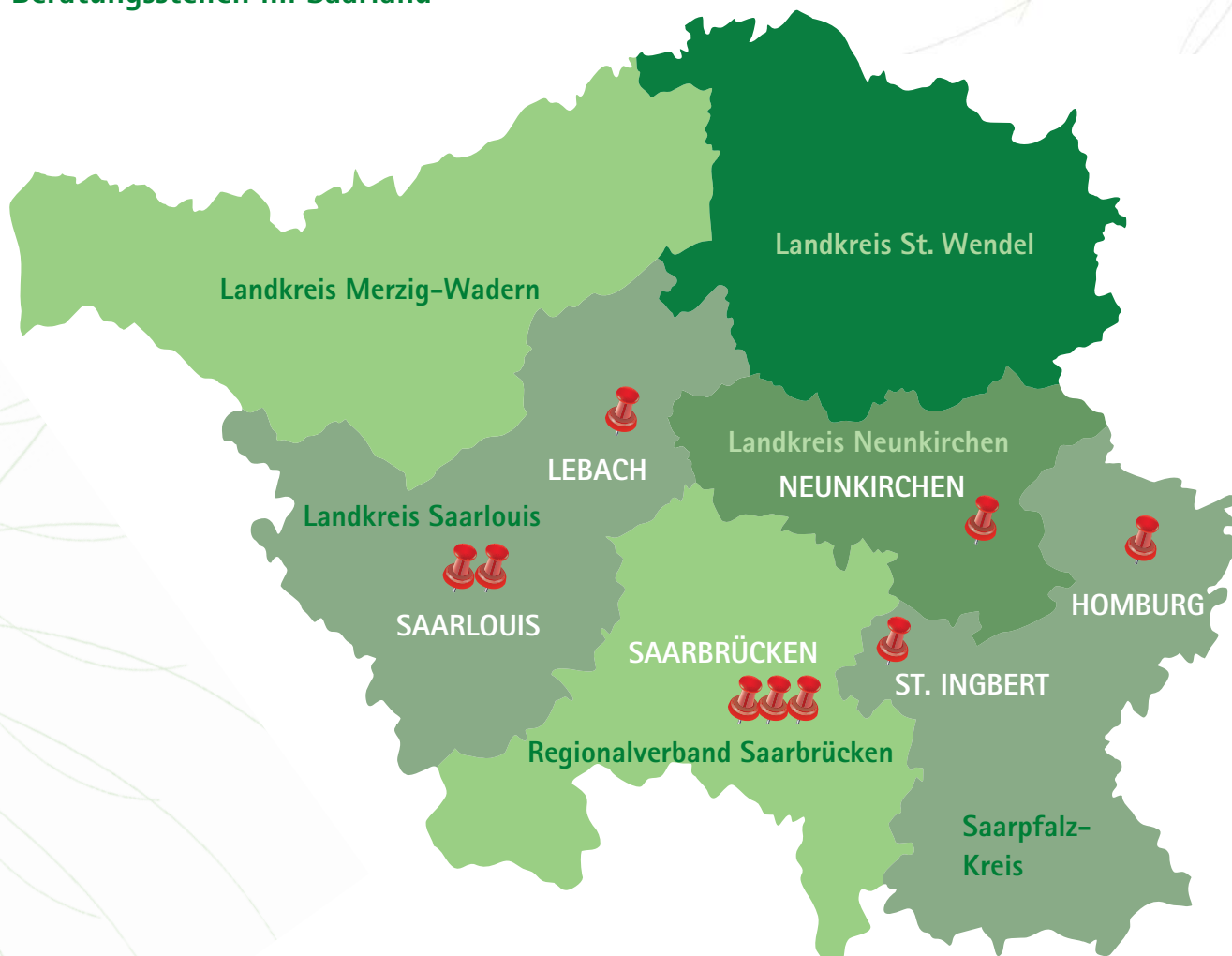
Voraussetzung dafür ist die vorliegende mit der Datenschutz-Grundverordnung konforme Einwilligung der jeweiligen ratsuchenden Person. Servicekontakte, für die keine schriftliche Einwilligung vorliegt, werden anonym dokumentiert und lediglich als Zählkontakte erfasst.



Alle Angebote sind für die Ratsuchenden kostenfrei. Die Beratung geschieht qualitätsgesichert durch Fachkräfte mit zusätzlicher psychoonkologischer Qualifikation. Alle MitarbeiterInnen unterliegen der Schweigepflicht.

BERATUNGSLEISTUNGEN 2022

Beratungsstellen im Saarland



SAARBRÜCKEN
Caritasklinik St. Theresia
Rheinstr. 2,
66113 Saarbrücken

SAARBRÜCKEN
Praxis Dres. Jacobs,
Zwick, Schneider
Winterberg 1, 66119 Saarbrücken

SAARBRÜCKEN
Hauptgeschäftsstelle
Bruchwiesenstr. 15
66111 Saarbrücken

SAARLOUIS
Praxis Dres. Bauer, Kremers
Gutenbergstr. 1,
66740 Saarlouis

SAARLOUIS
Praxis Dres. Schürfeld, Henrich
Vaubanstraße 27, 2. OG
66740 Saarlouis

ST. INGBERT
Familienzentrum
Spitalstr. 9,
66386 St. Ingbert

HOMBURG
Uniklinik Geb. 24
Kirrbergerstr. 100,
66424 Homburg

LEBACH
Praxis Dres. Bauer, Kremers
Friedenstr. 2,
66822 Lebach

NEUNKIRCHEN
Praxis Dr. Klaproth
Hebbelstr. 2,
66538 Neunkirchen

Inanspruchnahme

Im Jahr 2022 wurden in den Beratungsstellen der Saarländischen Krebsgesellschaft rund 6.495 Kontakte zu Betroffenen und Angehörigen dokumentiert.

Sie teilen sich auf in Servicekontakte und Beratungsgespräche.

Unter Servicekontakte fallen die Erstannahme von Patienten und Patientinnen, Terminkoordination und Vermittlung von Informationen, sofern diese nicht im Rahmen eines Beratungsgesprächs erfolgen. Im Jahr 2022 verzeichnete die Saarländische Krebsgesellschaft 3.455 Servicekontakte.

Beratungsgespräche dauern unterschiedlich lang, individuell abhängig von Belastung und Anliegen der Ratsuchenden. Daher werden die Beratungen zusätzlich in Beratungseinheiten erfasst (1 Einheit umfasst 30 Beratungsminuten). Im Berichtszeitraum wurden insgesamt 3.455 Beratungen mit 6604,5 Beratungseinheiten dokumentiert.

Kontakte

persönliche Beratungen (inkl. Video)

Telefonberatungen / schriftliche Beratung

Beratungen gesamt

zus. Patientenkontakte Sekretariat (u.a. Serviceleistungen)

Kontakte gesamt

	2019	2020	2021	2022
persönliche Beratungen (inkl. Video)	1503	1219	1621	2248
Telefonberatungen / schriftliche Beratung	410	738	1267	1184
Beratungen gesamt	1913	1957	2908	3432
zus. Patientenkontakte Sekretariat (u.a. Serviceleistungen)	2071	2102	2703	3063
Kontakte gesamt	3984	4059	5611	6495



BERATUNGSLEISTUNGEN 2022

Gesprächsmerkmale

Die Beratungsgespräche fanden überwiegend im persönlichen Kontakt statt, ca. 10% davon als Videoberatungen, u.a. auf Grund der Pandemie. Neben Einzelgesprächen bietet die Saarländische Krebsgesellschaft auch Paar-, Familien- und Gruppenberatungen an.

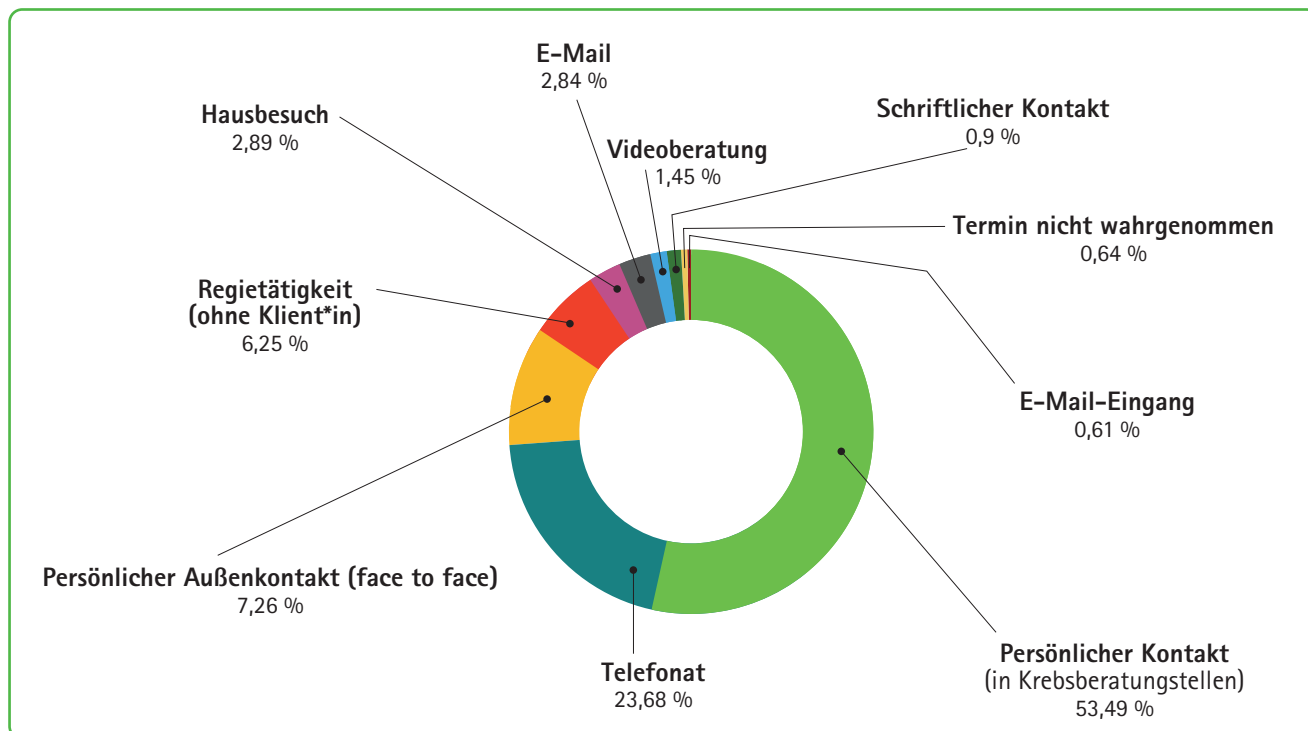


Abb. 1: Kontaktart (n=3.455)

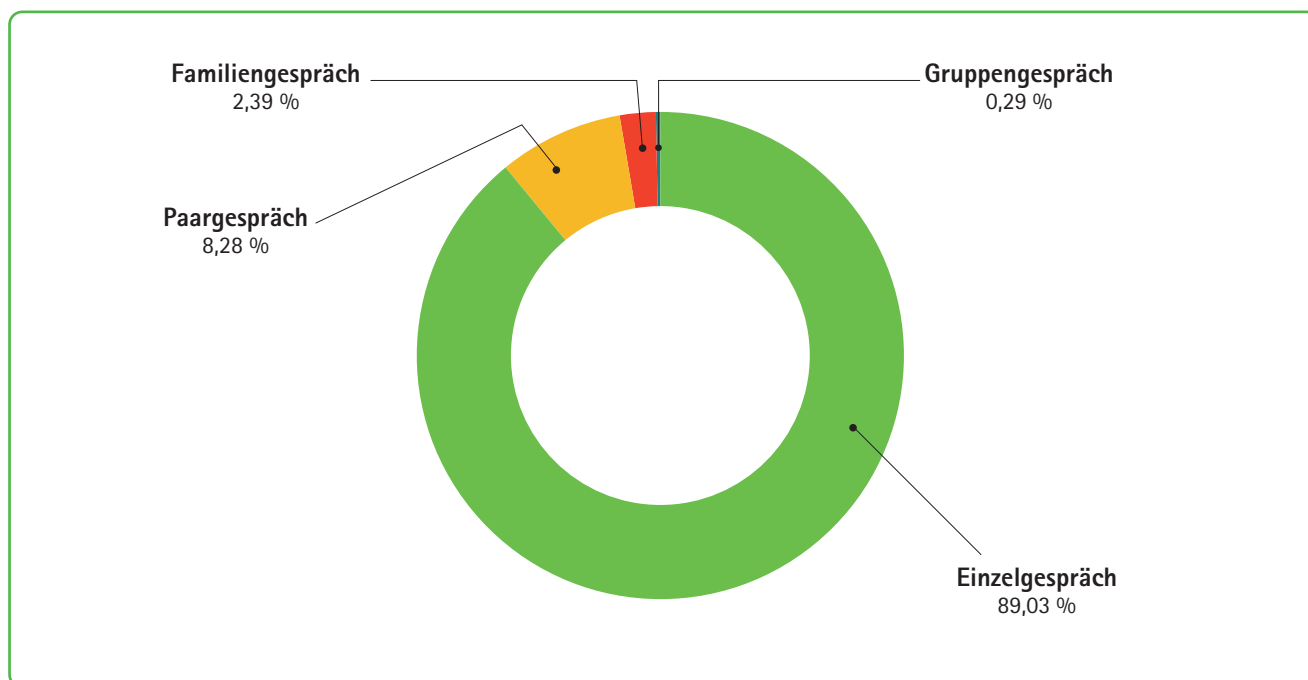


Abb. 2: Kontaktart (n=2717)

Merkmale der Ratsuchenden

Geschlecht der Ratsuchenden

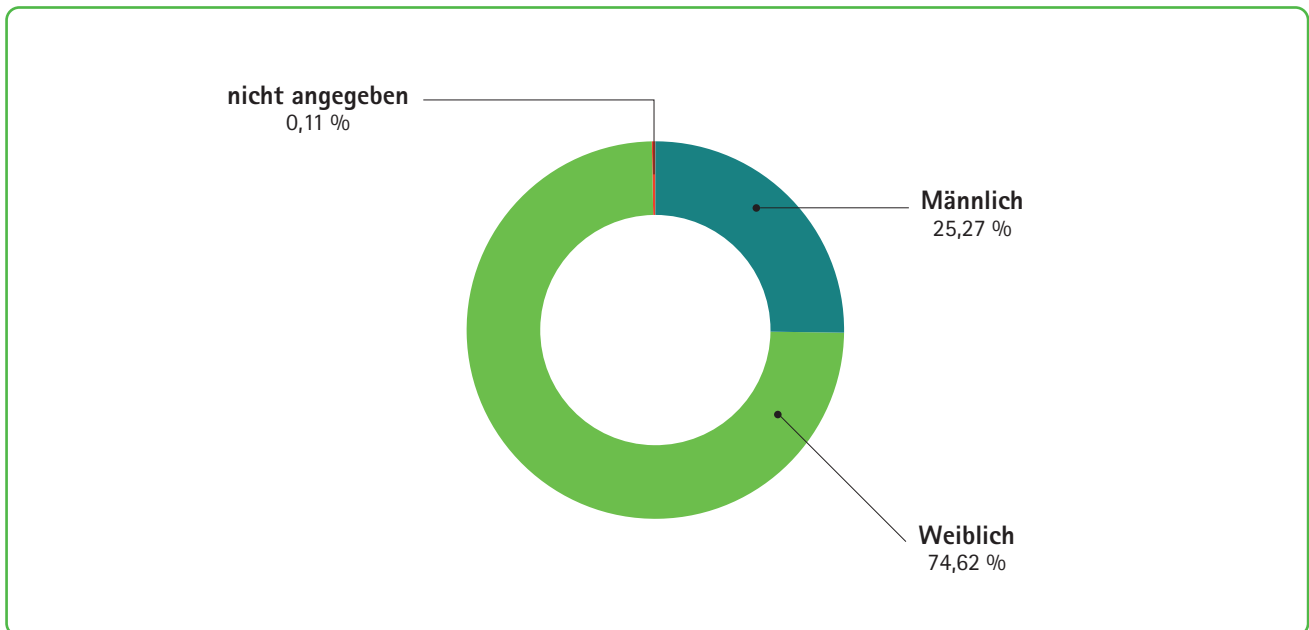


Abb. 3: Geschlecht der Ratsuchenden (n=930)

Ratsuchende sind...

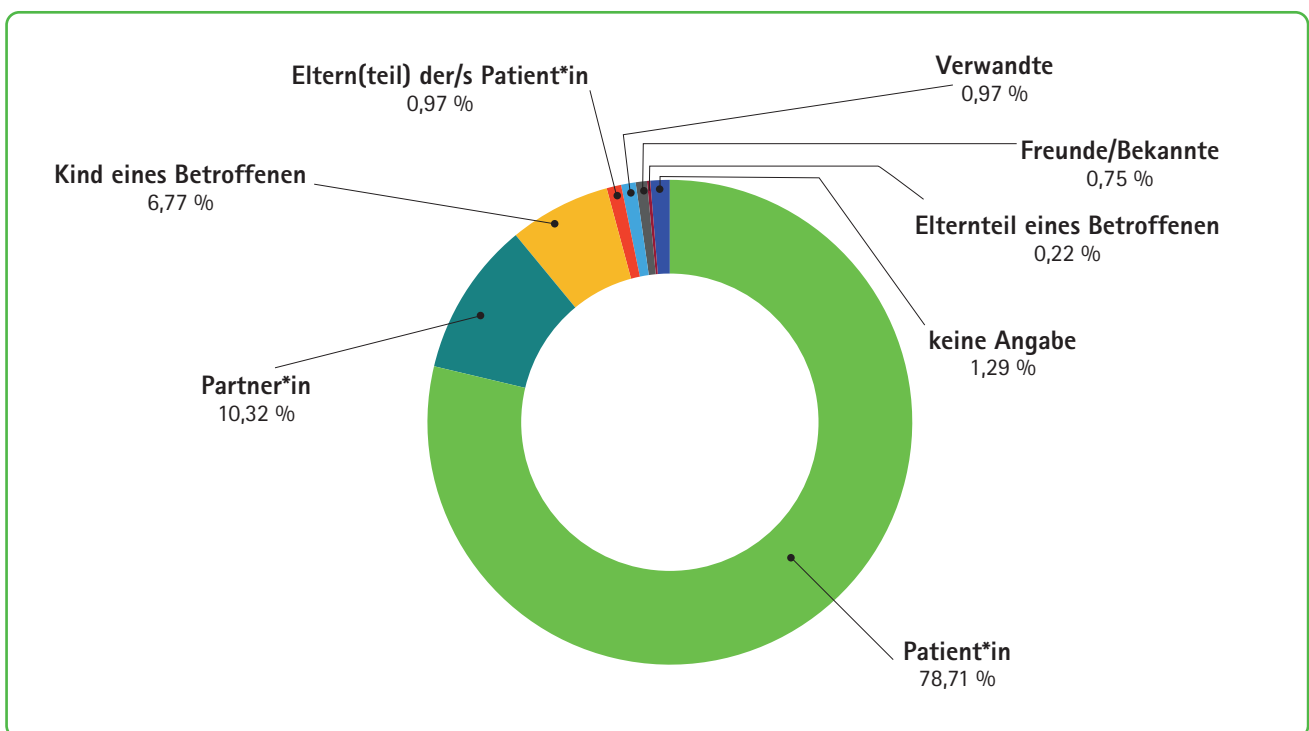


Abb. 4: Ratsuchende (n=930)

BERATUNGSLEISTUNGEN 2022

Merkmale der Ratsuchenden

Therapien

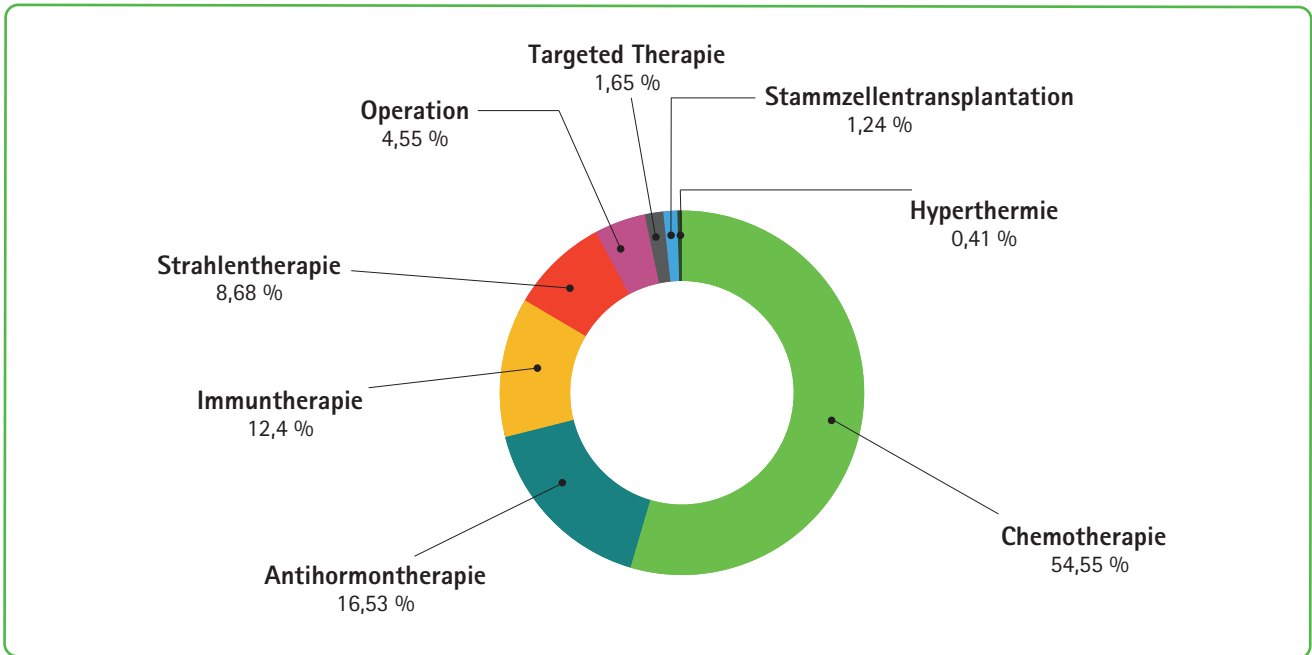


Abb. 5: Therapien (n=242)

Altersverteilung

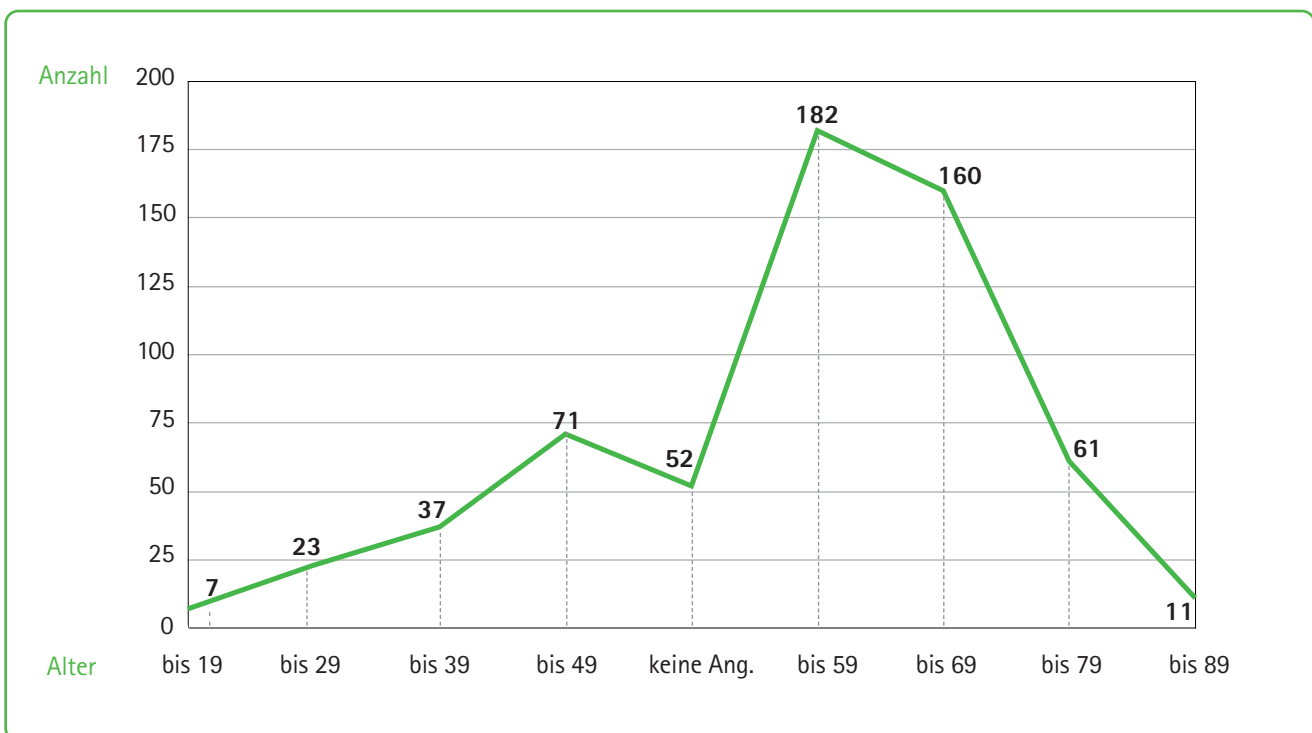
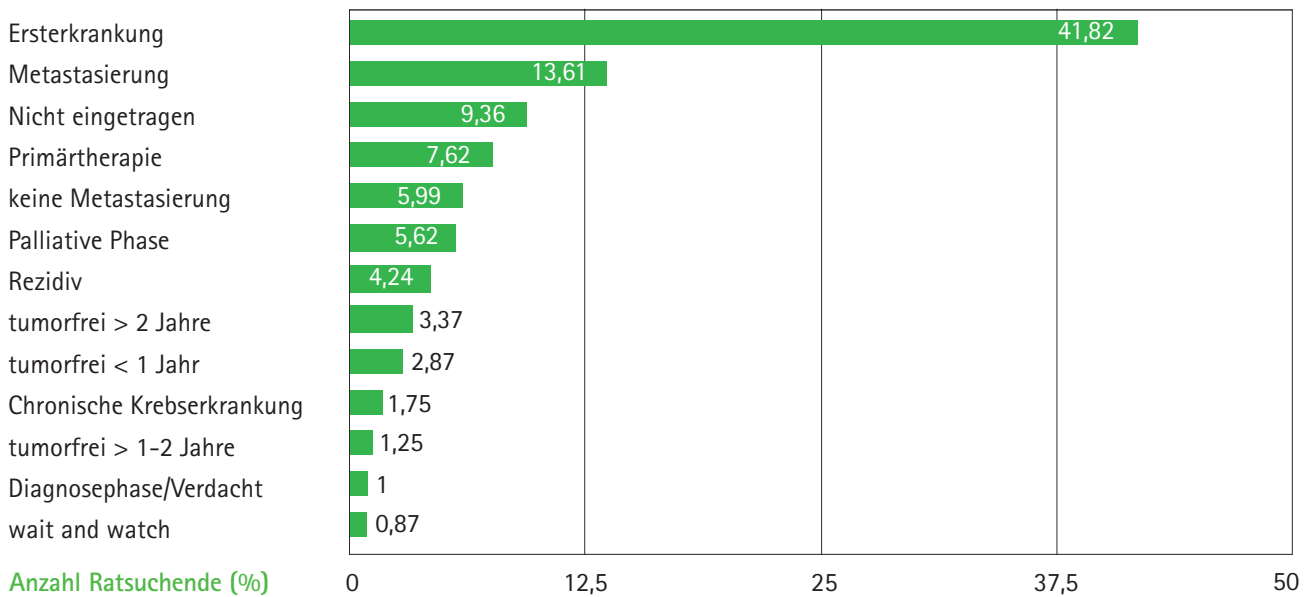


Abb. 6: Altersverteilung (n=604)

Erkrankungsmerkmale

Die im Berichtszeitraum beratenen Personen waren an über 30 unterschiedlichen Primärtumorarten erkrankt und haben die Beratung in unterschiedlichen Phasen der Erkrankung in Anspruch genommen.

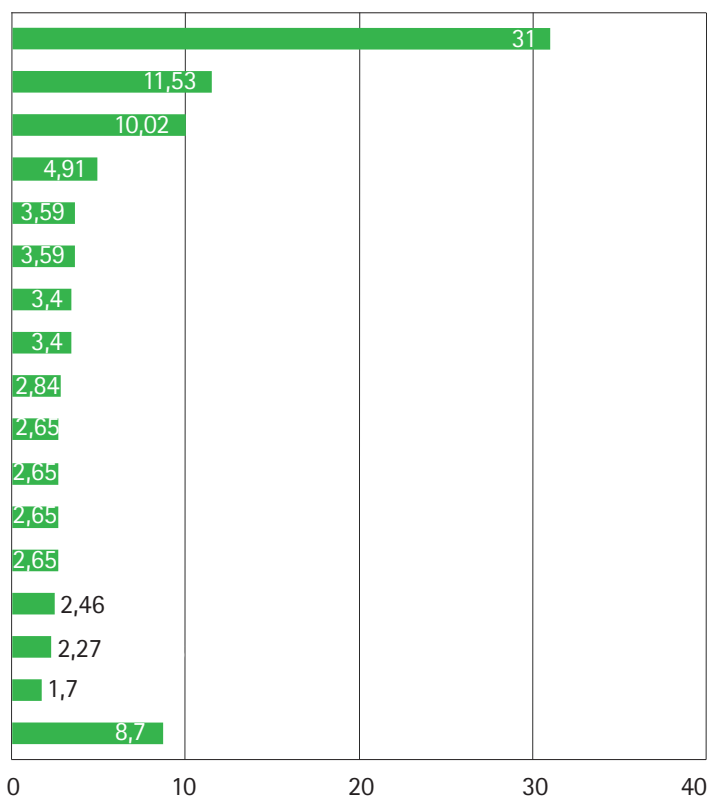
Phase bei Erstkontakt



Kategorie

Kategorie	Anzahl in %
Brust	31
Dünndarm/Dickdarm/Rektum/Anus	11,53
Atmungsorgane, intrathorakale Organe	10,02
Eierstöcke	4,91
Harnorgane (Niere, Harnleiter, Harnblase)	3,59
Prostata	3,59
lymphatisches, blutbildendes und verwandtes Gewebe	3,4
Bauchspeicheldrüse	3,4
Melanom und sonst. bösartige Neubildungen der Haut	2,84
Non-Hodgkin-Lymphom/ Multiples Myelom	2,65
Kopf/Hals	2,65
Gebärmutterkörper, -schleimhaut, -hals	2,65
Auge, Gehirn und sonstige Teile des ZNS	2,65
Speiseröhre	2,46
Morbus Hodgkin	2,27
Schilddrüse und sonstige endokrine Drüsen	1,7
Sonstige	8,7

Tumorlokalisation



FINANZEN 2022

Alle Angebote der Saarländischen Krebsgesellschaft sind für die Ratsuchenden kostenfrei.

Als gemeinnütziger Verein sieht sich die Saarländische Krebsgesellschaft gegenüber allen, die uns finanziell unterstützen, zu Transparenz verpflichtet.

Die Saarländische Krebsgesellschaft finanziert ihre Aktivitäten aus Zuwendungen verschiedener Art.

Wir danken an dieser Stelle unserer Landesregierung, dem Ministerium für Soziales, Gesundheit, Frauen und Familie, allen UnterstützerInnen und SpenderInnen sowie unseren engagierten ProjektpartnerInnen für ihr Vertrauen und die Wertschätzung unserer Arbeit. Seit Oktober 2022 beteiligt sich laut Gesetz zudem die GKV mit 40 % an den Kosten der ambulanten Krebsberatung. Festgelegt wurde dies im §65e SGB V.

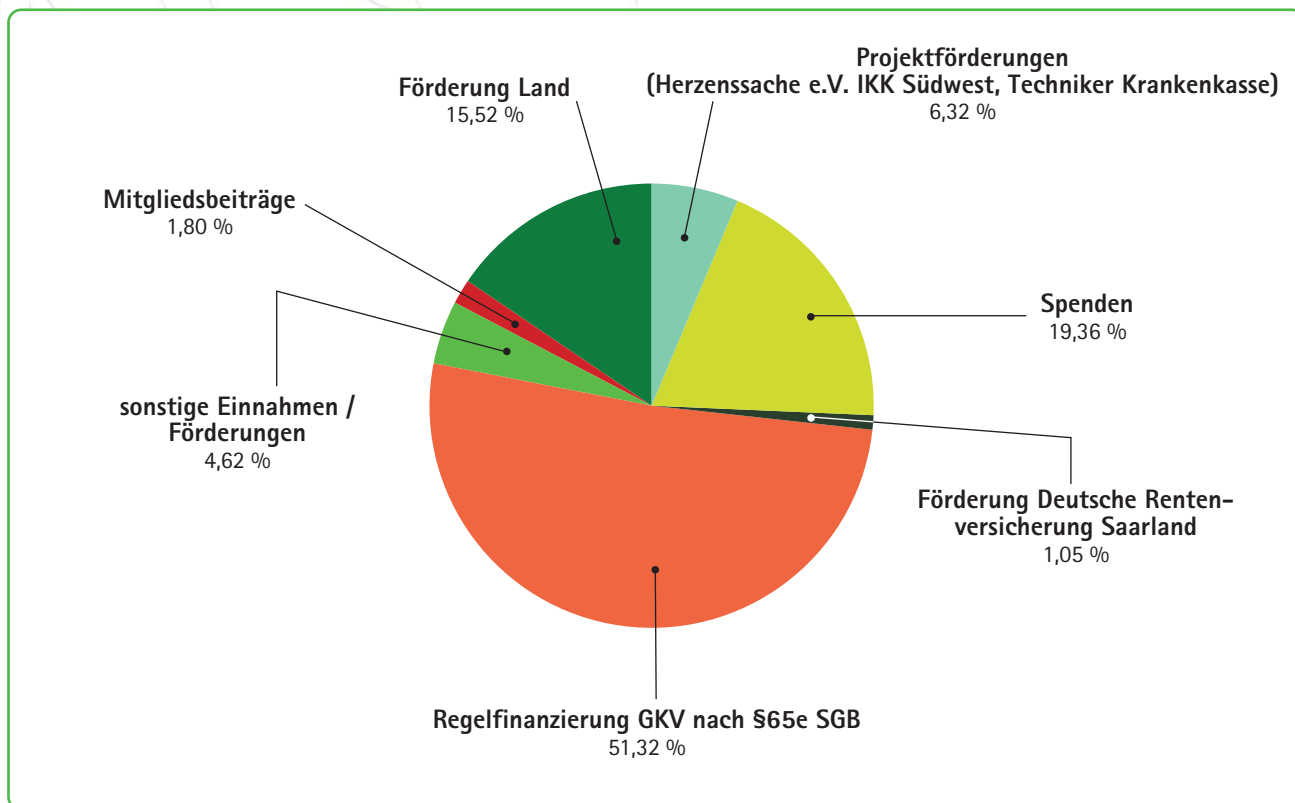
Im Jahr 2022 erzielte die Saarländische Krebsgesellschaft Einnahmen in Höhe von 762.983,87 Euro.

Die Ausgaben beliefen sich 2022 auf 722.830,00 Euro.

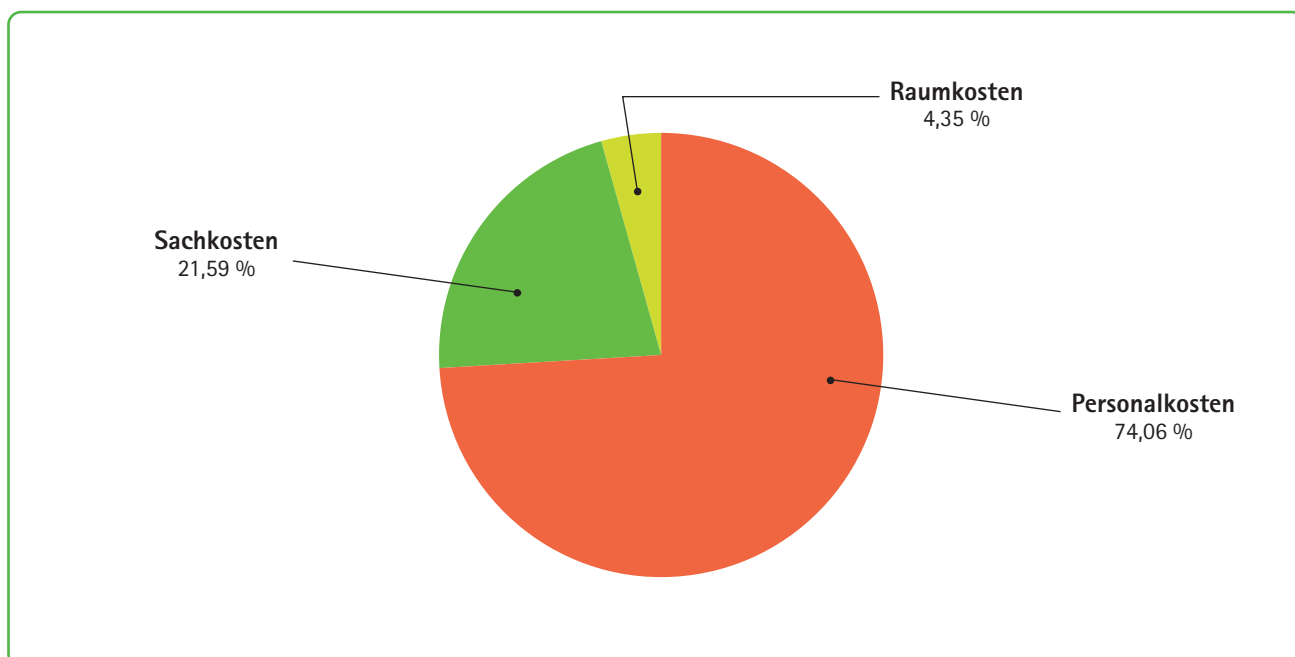
Nachfolgend erhalten sie einen Überblick über die Verteilung der Mittelherkunft und -verwendung:



Einnahmen 2022 (in %)



Ausgaben 2022 (in %)



NEUIGKEITEN AUS DEN BERATUNGSTELLEN

Was wäre wenn...: Prominente aus dem Saarland setzen sich für Menschen mit Krebs ein!

...und plötzlich ist alles anders!

„Nach der Diagnose Krebs ist nichts mehr wie es vorher war. Sorgen und Ängste kommen auf, dicht gefolgt von einer Informationsflut, Therapievorschlägen und Arztterminen.“ beschreibt Sabine Rubai, Geschäftsführerin der Saarländischen Krebsgesellschaft e.V., die Situation der Betroffenen.

Sie fährt fort: „Eine Patientin sagte zu mir, sie fühle sich regelrecht aus ihrem Terminkalender und ihrem Leben herauskatapultiert, nichts hatte mehr Bestand. Die Patientin war unglaublich dankbar, dass wir sie aufgefangen und begleitet haben. Bei uns konnte sie über ihre Ängste sprechen, und über alles, was sie ihrer Familie nicht zumuten wollte, um sie nicht weiter zu belasten.“

Prominente Botschafter setzen ein Zeichen für an Krebs erkrankte Menschen

Zum Weltkrebstag am 4. Februar startete die Saarländische Krebsgesellschaft eine Social Media Kampagne im Saarland, mit der auf die Sorgen und Nöte von Menschen mit Krebs, und vor allem auch die kostenfreien Unterstützungsangebote durch die Beratungsstellen der Saarländischen Krebsgesellschaft aufmerksam gemacht werden sollte. Dafür setzten sich zahlreiche prominente Saarländer*innen aus der Öffentlichkeit, Wirtschaft, Politik, Sport und der (sozialen) Medienlandschaft ein. Die prominenten Botschafter*innen setzten ein öffentliches Zeichen für krebskranke Menschen, ihre Familienangehörigen und Freunde.

Sie stellten auf einem Schild in Ihren Händen stellvertretend „Was, wenn – Fragen“ mit denen Betroffene durch die Krebserkrankung unweigerlich konfrontiert werden. Die Fotografin Jennifer Weyland hat diese Statements mit der Kamera festgehalten.

Der mehrfach ausgezeichnete Komponist und Produzent Frank Nimsgern war der erste, der seine Unterstützung zugesagt hat: „Ich bin selbst Vater und deshalb berührte mich die Frage „Was, wenn du es deinem Kind erklären musst?“ direkt. Ich glaube, jeder kennt eine Person, die an Krebs erkrankt ist und weiß, was das für alle Beteiligten bedeutet! Es ist wichtig, dass es eine Institution wie die Saarländische Krebsgesellschaft gibt, die sich um alle Betroffenen kümmert.“

Neben Frank Nimsgern haben unter anderem auch Wahlsaarländer Rainer Calmund, Anke Rehlinger, Cliff Hämmerle, Laura Theiss, Claudia Kohde-Kilsch, Miriam Hannah und Jörn Dressler an der Aktion teilgenommen, um nur einige Namen zu nennen.

„Es ist unsere Herzensangelegenheit, dass alle, die uns im Saarland brauchen, auch wissen, dass es uns gibt! Wir sind sehr dankbar, dass uns so viele prominente Saarländerinnen und Saarländer dabei unterstützten, alle Betroffenen zu erreichen. Gerade in Zeiten wie diesen ist diese Form der Unterstützung alles andere als selbstverständlich. Und darum besonders wertvoll. Dafür möchte ich mich von Herzen bedanken.“ sagt Sabine Rubai.



Neues auf Facebook

MAGNUS JUNG
Minister für Arbeit, Soziales,
Frauen und Gesundheit
des Saarlandes



Social Media

Weltkrebstag 2023 | In diesem Jahr ist Minister Dr. Magnus Jung Kampagnenbotschafter der @krebsgesellschaft_saar. Er betont zum Weltkrebstag die Bedeutung der Krebsfrüherkennungs-Untersuchungen: „Tumorerkrankungen, die frühzeitig entdeckt werden, können häufig schonender behandelt werden und ...“

Facebook vor 1 Tag und 22 Stunden

IKK
Arbeitgeber-
magazin



Ein gemeinsames Zeichen gegen Krebs

TOP
Magazin



Saar-Promis werben für Krebs-Kampagne

Von Ministerpräsidentin Anke Rehlinger bis Fußball-Spieler Reiner Calmund, von Stararchitekt Cliff Hämmerle bis Mode-Designerin Laura Thiele: Insgesamt 26 Saarländern sind Botschafter der Saarländischen Krebsgesellschaft e.V. Der Aufbau bildet nicht nur eine große Social-Media-Kampagne zum Weltkrebstag. Mit der Aktion will der Verein auf die Sorgen und Nöte von Menschen mit Krebs, und vor allem auch die kontinuierliche Unterstützungsangebote durch die neuen Beratungsstellen im

Saarland aufmerksam machen. „Jährlich erkranken 8.500 Menschen im Saarland neu an Krebs, insgesamt müssen ca. 90.000 Saarländerinnen und Saarländer mit der herangegangenen Diagnose leben“, berichtet Sabine Rubai, Geschäftsführerin der Saarländischen Krebsgesellschaft. „Es ist unsere Herzensangelegenheit, dass alle, die uns im Saarland brauchen, auch wissen, dass wir uns gibt. Wir sind von Herzen dankbar, dass uns so viele prominente Saarländerinnen und Saarländer dabei unterstützen, alle Betroffenen zu erreichen.“

Saarländisches
Ärzteblatt



Prominente Botschafter setzen ein Zeichen für an Krebs erkrankte Menschen ...und plötzlich ist alles anders!

Die Diagnose eines Krebses verändert das Leben eines Menschen grundlegend. Die Diagnose eines Krebses ist ein Schock, der das Leben eines Menschen grundlegend verändert. Die Diagnose eines Krebses ist ein Schock, der das Leben eines Menschen grundlegend verändert. Die Diagnose eines Krebses ist ein Schock, der das Leben eines Menschen grundlegend verändert.

BILD
Saarland

MIRIAM HANNAH
Moderatorin, Radiojournalistin
und Lottofee



WAS, WENN
PLÖTZLICH ALLES ANDERS IST?

Saarbrücken - Es kann jeden treffen, die Lebensplanung von heute auf morgen komplett auf den Kopf stellen. Der Satz: „Sie haben Krebs“ verändert alles. Die Saarländische Krebsgesellschaft will Patienten zur Seite stehen, startet zum heutigen Weltkrebstag eine Info-Kampagne. 26 prominente Saarländer aus Politik, Wirtschaft, Sport, Kultur und Gastro-

nomie sind dabei. Sie lieben sich mit einem Schild fotografieren, auf denen Fragen stehen, mit denen sich Betroffene nach der Diagnose auseinandersetzen müssen. Sabine Rubai (41), Geschäftsführerin der Krebsgesellschaft: „Wir wollen auf die Sorgen und Ängste der Menschen mit Krebs und auf unsere Beratungsangebote aufmerksam machen.“ Die richten sich auch an

Angehörige und Freunde der Krebspatienten. In ihren Beratungsstellen betreut die Krebsgesellschaft im Jahr rund 4000 Betroffene, bietet seelische und soziale Unterstützung an. „Oft sind auch Kinder mitbetroffen, wenn Mama oder Papa eine Krebsdiagnose erhalten“, sagt Rubai. Auch hier soll geholfen werden. Ralph Stanger



WAS, WENN
DIE DIAGNOSE DEIN LEBEN AUF DEN KOPF STELLT?

WAS, WENN
DIE DIAGNOSE DEIN LEBEN AUF DEN KOPF STELLT?

NEUIGKEITEN AUS DEN BERATUNGSTELLEN

Besuch unserer Ministerpräsidentin Anke Rehlinger



Wir durften unsere Ministerpräsidentin Anke Rehlinger in unserer Beratungsstelle in der Bruchwiesenstraße im Saarbrücker Nauwieser Viertel willkommen heißen.

Unsere Geschäftsführerin Sabine Rubai und unser Vorstandsvorsitzender Dr. med. Steffen Wagner informierten Anke Rehlinger über die Arbeit der Saarländischen Krebsgesellschaft und tauschten sich angeregt mit ihr über das Thema aus.

„Der Krebs stellt das Leben auf den Kopf – umso wichtiger ist es, jemanden an seiner Seite zu wissen, der in dieser Situation helfen kann. Deshalb liegt mir das Angebot der Saarländischen Krebsgesellschaft sehr am Herzen – mit einem Team aus Psychologinnen und Psychologen sowie Sozialarbeiterinnen und Sozialarbeitern bieten sie Halt und Unterstützung in einer schweren Zeit. Das ist extrem wertvoll“, so Rehlinger.

Wir danken unserer Ministerpräsidentin von Herzen für den angenehmen Besuch und das Interesse an unserer Arbeit.

Info-Abend „Brustkrebs erkennen und behandeln“ der Com.It.Es.-Saar

Im Frühjahr 2023 fand in der besonderen Atmosphäre des Refektoriums bei Villeroy & Boch die erste Informationsveranstaltung des Ausschusses für Gesundheit und Prävention des Com.It.Es. - Saar (Ausschuss der im Ausland lebenden Italiener) mit dem Thema "Brustkrebs erkennen und behandeln" statt.

Unsere Psychoonkologin Melanie Kratz durfte an diesem Infoabend vor "vollem Haus" einen Vortrag darüber halten, wie wir Menschen, die an Krebs erkrankt sind und ihre Angehörigen in einer schweren Lebenszeit beraten und begleiten und durfte so die Arbeit der Saarländischen Krebsgesellschaft vorstellen.

Wir möchten uns von Herzen bei Dr. med. Angela Cacciatore, Organisatorin und Vorsitzende des Ausschusses, für die Möglichkeit bedanken, unsere Arbeit einem großen Publikum vorzustellen. Ein weiterer Schritt auf dem Weg zu unserem Ziel: Damit jeder weiß, dass es uns gibt, wenn man uns braucht!



Infoabend Krebs im Kongresszentrum der SHG Kliniken



Unser Team war im April mit einem Infostand beim Infoabend Krebs im Kongresszentrum der SHG Kliniken in Völklingen vor Ort. Unsere Geschäftsführerin Sabine Rubai durfte außerdem in einem Vortrag unsere Beratungsangebote und unsere Projekte für Betroffene und ihre Familien vorstellen.

Vielen Dank für die interessante und gelungene Patientenveranstaltung.

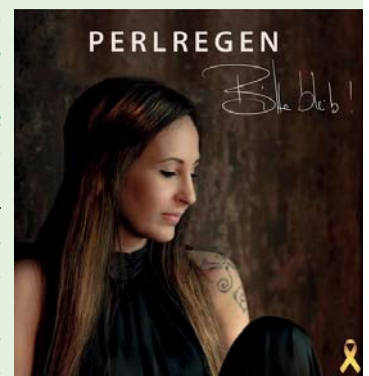


Am 15. Februar ist Internationaler Kinderkrebstag

In Deutschland erkranken jedes Jahr etwa 2.200 Kinder und Jugendliche an Krebs. Die gute Nachricht ist: Mehr als 80% der Kinder und Jugendlichen, die eine Krebsdiagnose erhalten haben, können vollständig geheilt werden.

Dennoch ist Krebs für die ganze Familie eine große Belastung und verbunden mit vielen Fragen, Ängsten und Sorgen. In unseren Beratungsstellen im Saarland steht unser Team betroffenen Familien zur Seite.

Die saarländische Band Perlregen hat zum heutigen **#Kinderkrebstag** ihren neuen emotionalen Song „**Bitte bleib**“ veröffentlicht und sammelt damit Spenden für den guten Zweck. Vor ca. 1/2 Jahr wurde die Band von Familie Hübner aus Magdeburg kontaktiert mit dem Wunsch einen Song zu schreiben. Die Familie verlor 2018 ihre Tochter Alina Michelle (2 Jahre) an Krebs und setzt sich seither für betroffene Familien ein.



Arrangiert wurde der Song in zwei Versionen - Radio Edit und -Acoustic. Auf YouTube könnt ihr die beiden Versionen des Songs hören: [.....➔](#)



Wir danken Martina und Thomas, dass sie sich diesem sensiblen Thema mit so viel Herz angenommen haben und damit betroffene Familien helfen möchten

Wir freuen uns über den Austausch und die Zusammenarbeit mit Perlregen und sagen DANKE für die Unterstützung unseres Vereins.

NEUIGKEITEN AUS DEN BERATUNGSTELLEN

Krebskrank und auf der Flucht – WIR HELFEN

Хворіють
на рак і в
бігах

Ми
допомагаємо

Hilfe für an Krebs erkrankte Flüchtlinge aus der Ukraine: Die Saarländische Krebsgesellschaft e.V. setzt sich für die schnellstmögliche Fortsetzung von Krebsbehandlungen und -therapien sowie die Durchführung von Nachsorgeuntersuchungen bei geflüchteten Menschen aus der Ukraine ein und bietet in ihren saarlandweit acht Krebsberatungsstellen kostenfreie, vertrauliche Beratungen an.

Angesichts der sich immer weiter zuspitzenden humanitären Krise in der Ukraine suchen immer mehr Menschen in Deutschland und somit auch im Saarland Schutz und Sicherheit. „Wir möchten damit einen Beitrag leisten, dass geflüchtete Menschen aus der Ukraine mit einer Krebserkrankung ihre Behandlungen und Therapien im Saarland schnellstmöglich wieder aufnehmen können“, so Sabine Rubai, Geschäftsführerin der Saarländischen Krebsgesellschaft e.V.. Mit ihrem etablierten Netzwerk in den jeweiligen Regionen können die Beratungsstellen der Saarländischen Krebsgesellschaft betroffene Flüchtlinge zeitnah und bedarfsgerecht an Fachärzte und Spezialisten weitervermitteln und sie bei der Kontaktaufnahme unterstützen. Sowohl in den Beratungsstellen in Saarbrücken als auch in den Zweigstellen in St. Ingbert, Saarlouis, Lebach, Neunkirchen und Homburg können Beratungsgespräche telefonisch, per Videogespräch oder persönlich vor Ort in verschiedenen Sprachen durchgeführt werden.

„Wir hoffen, mit unserem saarlandweiten Angebot an Krebs erkrankte Flüchtlinge aus der Ukraine zu unterstützen und so auch einen wertvollen Beitrag in diesen unsicheren Zeiten leisten zu können“, sagt Sabine Rubai. „Wir sind der Krebsgesellschaft Rheinland-Pfalz sehr dankbar dafür, dass diese Initiative ins Leben gerufen wurde und wir im Saarland ein Teil davon sein dürfen.“

Yes!Con 3.0 – Wir waren mit dabei!

Am 15. und 16. Juni fand die dritte Ausgabe der YES!CON live in München und online im kostenlosen Stream statt. Unter der Schirmherrschaft von Bundesgesundheitsminister Prof. Dr. Karl Lauterbach und mit der Unterstützung von zahlreichen Prominenten wie Conchita Wurst, Guido Maria Kretschmar und Joko Winterscheidt hatte Deutschlands größte Krebs-Convention für Betroffene, Experten und Influencer vielfältige Angebote, das Leben mit und nach Krebs leichter machen.

An zwei aufeinanderfolgenden Tagen ging es in Panels mit über 100 Experten, Ärzten und Betroffenen, in Vorträgen, Workshops und Publikumsaktionen um Innovation, Information, Interaktion, Inspiration, Austausch und Motivation. Und die Saarländische Krebsgesellschaft war mit dabei!



Süßes Dankeschön für unser Team

Eine Patientin hat zu ihrem Beratungstermin einen leckeren Butterkuchen vom Café Lolo als Dankeschön fürs Team mitgebracht.

Ganz lieben DANK,
wir haben uns riesig gefreut und
es uns schmecken lassen...



„Fragen an die Experten“: Informationsreihe zum Thema Krebs



Am Donnerstag, 28.04.2022 luden unsere Freundinnen und Freunde von Miteinander gegen Krebs e.V. zur ersten Veranstaltung der Info-Reihe zum Thema Krebs ein.

Unsere Psychoonkologin und Leiterin der Beratungsstellen Doris Schwarz-Fedrow durfte an diesem Abend einen Vortrag zum Thema "Was heißt psychoonkologische Begleitung bei einer Krebsdiagnose" halten und über unsere Arbeit informieren. Dabei standen die Fragestellungen „Wie sage ich es meinem Kind?“, „Wie kann mein Partner/meine Partnerin die Mehrbelastung bewältigen?“, „Wie bekomme ich meine Achterbahn der Gefühle wieder beruhigt?“ und „Wie kann ich mit meinen Ängsten umgehen?“ im Vordergrund. Anhand von Fallbeispielen konnte Doris Schwarz-Fedrow den interessierten Zuhörer*innen beschreiben, wie eine psychoonkologische Begleitung ablaufen kann.



In einem weiteren Vortrag sprach der Gynäkologe Jürgen Ulrich über das Thema „Was bedeutet komplementäre Medizin bei einer Krebsdiagnose“.

Zahlreiche Interessierte kamen zu der Infoveranstaltung ins Forum nach Homburg. Herzlichen Dank an Miteinander gegen Krebs e.V. und insbesondere Maria Cacacciola-Ketter für das große Engagement für Menschen, die von einer Krebsdiagnose betroffen sind.

Ein Stoppschild für das Gedankenkarussell

Erkrankt ein Mensch an Krebs, steht das Leben Kopf. Krebs geht häufig mit einer großen psychischen Belastung einher. Eine gute psychoonkologische Betreuung kann die Lebensqualität der Patientinnen und Patienten deutlich verbessern und ihnen helfen, mit der Krankheit besser umzugehen und ihren veränderten Alltag leichter zu bewältigen.

Aber was passiert in so einer psychoonkologischen Beratung überhaupt?

Wir geben den Menschen ‚Werkzeuge‘ an die Hand. Werkzeuge, die ganz individuell dabei helfen, das Leben mit der eigenen Krankheit oder mit der Erkrankung eines geliebten Menschen, besser zu bewältigen.



Das kann zum Beispiel so aussehen:

Eine Patientin und Mutter von zwei Kindern kam in die Beratung, weil alle ihre Gedanken nur noch um die Krankheit kreisten, sobald sie morgens die Augen öffnete. Unsere Psychoonkologin konnte ihr helfen: Sie übte mit der Patientin eine sog. Stopp-Technik, einer Methode aus der kognitiven Verhaltenstherapie ein.

Dann riet sie ihr, ein Stoppschild auszudrucken und so im Schlafzimmer aufzuhängen, dass der erste Blick direkt darauf fallen musste. Und die Patientin daran erinnerte, dass sie – wie eingeübt – bewusst aus dem Gedankenkarussell aussteigen kann.

Ihre beiden Kinder waren neugierig: „Was soll denn das Stoppschild im Schlafzimmer?“. Und so konnten sie auf einmal auch selbst aktiv werden und ihrer Mama helfen. Denn kurz darauf war die ganze Wohnung mit farbenfrohen selbstgemalten Stoppschildern dekoriert.

Wir sind da, wenn plötzlich alles anders ist!



NEUIGKEITEN AUS DEN BERATUNGSTELLEN

Hinter den Kulissen: Teamausflug der Saarländischen Krebsgesellschaft



Und die Nachfrage nach unserer psychoonkologischen und sozialrechtlichen Krebsberatung für krebserkrankte Menschen und ihre Angehörigen wird immer größer: Mittlerweile bieten wir saarlandweit in 9 Beratungsstellen unsere Unterstützung an. Und so ist auch unser Beratungs- und unser Verwaltungsteam in den vergangenen Jahren ganz schön ordentlich gewachsen. Im Büro- und Beratungsalltag bleibt nur selten die Zeit für einen Plausch oder ein gemütliches, gemeinsames Mittagessen und schon gar nicht mit allen Teammitgliedern...

Um uns gegenseitig besser kennenzulernen und als Team noch enger zusammen zu wachsen, haben wir im Juni einen sportlichen Teamausflug zum Schaumberger Bogensportparcours gemacht.

Bei tollem Wetter gab es zuerst eine Einführung in den Bogensport, bevor wir gemeinsam auf den Waldparcours losgelassen wurden. Dabei hat sich so manches Naturtalent gezeigt und wir hatten alle wirklich viel Spaß.



Nächster Halt war dann die Schaumberg Alm! Bei kühlen Getränken und einem leckeren Mittagessen konnten den Wahnsinnsausblick über das Saar-Nahe-Bergland genießen und einfach eine entspannte Zeit mit tollen Gesprächen verbringen.

Vielen Dank an Simone von DK Bow-Factory, die bei uns mit viel Geduld und noch mehr Humor den Spaß am Bogenschießen geweckt hat!

Die Saarländische Krebsgesellschaft beim „Das Saarland lebt gesund“ – Präventionsforum von PuGis e.V.

Anfang Juni konnten wir beim Präventionsforum von PuGis e.V. unsere Projekte „SunPass – Gesunder Sonnenspaß für Kinder“ und Projekt Regenbogen für Kinder krebserkrankter Eltern einem interessierten Fachpublikum an unserem Messestand vorstellen. Vielen Dank für die Möglichkeit, uns an dieser Veranstaltung mit Netzwerkpartnern auszutauschen.



Treffen mit Gesundheitsminister Dr. Magnus Jung

Im September 2022 waren unsere Geschäftsführerin Sabine Rubai und unser Vorstandsvorsitzender Dr. med. Steffen Wagner im Ministerium für Arbeit, Soziales, Frauen und Gesundheit zu Gast.

Dr. Magnus Jung dankte Sabine Rubai und Dr. Steffen Wagner stellvertretend für das Team der Saarländischen Krebsgesellschaft für ihr herausragendes Engagement für die Saarländerinnen und Saarländer:

„Es ist einfach unglaublich, was diese Projekte für Menschen in der wohl schwersten Phase ihres Lebens leisten. Dass die Saarländische Krebsgesellschaft sich dabei nicht nur die an Krebs erkrankten Menschen selbst, sondern auch ihre Angehörigen und vor allem Kinder richtet, ihnen ihre Last zu nehmen und ein Lächeln schenkt, macht ihre Arbeit so besonders.“



November = Movember: Männergesundheit im Fokus

Nach dem Pinktober steht im November die Männergesundheit und Krebsvorsorge im Mittelpunkt mit vielen Aktionen und Kampagnen. Der Movember ist weltweit wohl die bekannteste Wohltätigkeitskampagne und auch in Deutschland lassen sich immer mehr Männer Schnurrbärte wachsen um das Bewusstsein für die Themen Männergesundheit und Krebsvorsorge zu stärken.

Das Wort Movember setzt sich zusammen aus "Mo" (Kurzform von Moustache für Schnurrbart) und dem Monat November und wurde von einer Stiftung erdacht, die bei uns als Movember Germany bekannt ist. Krebsvorsorge rettet Leben, darüber sprechen auch!



*Wir sind da,
wenn plötzlich alles anders ist!*

MOVEMBER



Mit dem Schnurrbart auf Männergesundheit und Krebsvorsorge aufmerksam machen!

SAARLÄNDISCHE
KREBSGESELLSCHAFT e.V.

Fakt 2

Nur jeder 10. Mann geht regelmäßig zur lebensrettenden Krebsvorsorge.

SAARLÄNDISCHE
KREBSGESELLSCHAFT e.V.

Fakt 1

Männer haben ein bis zu 10% höheres Krebsrisiko als Frauen und sterben auch häufiger daran.

SAARLÄNDISCHE
KREBSGESELLSCHAFT e.V.

Fakt 3

Jeder 4. Mann erkrankt im Lauf seines Lebens an Prostatakrebs, der häufigsten Krebsart bei Männern.

SAARLÄNDISCHE
KREBSGESELLSCHAFT e.V.

Fakt 4

Bei Männern zwischen 20 und 45 Jahren ist Hodenkrebs der am häufigsten diagnostizierte bösartige Tumor.

SAARLÄNDISCHE
KREBSGESELLSCHAFT e.V.

Fakt 5

Krebsvorsorge rettet Leben. Macht jetzt einen Termin zur Krebsfrüherkennung!

SAARLÄNDISCHE
KREBSGESELLSCHAFT e.V.

MdEP Manuela Ripa zu Gast bei der Saarländischen Krebsgesellschaft e.V.

Mitte Oktober 2022 durften wir Manuela Ripa in unserer Geschäftsstelle in Saarbrücken begrüßen. Im Europäischen Parlament ist sie die einzige Saarländerin und setzt sich als Mitglied im Sonderausschuss für Krebsbekämpfung des Europäischen Parlamentes für das Thema Prävention von Krebserkrankungen ein.

Geschäftsführerin Sabine Rubai stellte ihr die Aufgaben und Angebote der Saarländischen Krebsgesellschaft e.V. für Menschen, die an Krebs erkrankt sind und ihre Angehörigen vor.

Gemeinsam wurden Ideen gesammelt und Pläne geschmiedet für eine mögliche Zusammenarbeit und gegenseitige Unterstützung! Wir freuen uns sehr darauf!



NEUIGKEITEN AUS DEN BERATUNGSTELLEN

Krebs kennt keine Ländergrenzen: Auftakt zum Brustkrebsmonat beim „Octobre Rose“ in Forbach



Oktober ist der internationale Brustkrebsmonat: Mit unterschiedlichen Aktionen und Veranstaltungen wird die Öffentlichkeit auf das Thema Brustkrebs aufmerksam gemacht. Unsere französischen Nachbarn in Forbach veranstalteten im Oktober 2022 in diesem Rahmen die "Semaine Octobre Rose". Im Sinne von grenzüberschreitender Zusammenarbeit haben unser Vorstandsvorsitzender Dr. med. Steffen Wagner und unsere Geschäftsführerin Sabine Rubai bei der Auftaktveranstaltung die Arbeit der Saarländischen Krebsgesellschaft e.V. vorgestellt.

Dr. med. Wagner hielt die Eröffnungsrede in französischer Sprache - und betonte unser Ziel, zukünftig enger und grenzüberschreitend zusammenzuarbeiten.

Wir waren sehr gerne dabei, um auf die Themen Brustkrebs, Prävention und Früherkennung über die Grenze hinaus aufmerksam zu machen und unser Beratungsangebot für Menschen, die an Krebs erkrankt sind, und deren Angehörige vorzustellen.

28. November Tag der Krebsvorsorge: teils alarmierende Rückgänge im Saarland

Immer weniger Menschen gehen zur Krebsvorsorge - dabei können Früherkennungsuntersuchungen Leben retten. Denn je früher ein Tumor erkannt wird, desto besser sind die Behandlungs- und Heilungschancen.



Deshalb hat die Deutsche Krebsgesellschaft e.V. gemeinsam mit der AOK - Die Gesundheitskasse den 28. November zum jährlichen Tag der Krebsvorsorge erklärt und wir rufen alle Saarländerinnen und Saarländer dazu auf, die Krebsvorsorge wahrzunehmen.

Am Tag der Krebsvorsorge 2022 durfte unser Vorstandsvorsitzender Dr. med. Steffen Wagner dazu im Saarländischen Rundfunk, in der Sendung aktueller Bericht dazu ein Interview geben.



Zu Gast beim 36. Saarländischen Hausärztetag

Hausarzt*innen spielen eine sehr wichtige Rolle bei der Behandlung von Krebsbetroffenen. Neben aktiven Therapie- und Überwachungsaufgaben übernehmen sie häufig wichtige Lotsen- und Beratungsfunktionen in der Behandlungskette und sind dabei enge Vertraute für an Krebs erkrankte Menschen.

Wir freuen uns daher sehr über den guten Austausch beim 36. Hausärztetag am 26. November 2022 in Saarbrücken und darauf, die Zusammenarbeit im Saarland zukünftig noch enger zu gestalten. Herzlichen Dank für die Einladung, viele interessante Begegnungen und gute Gespräche.



HEUTE MÖCHTEN WIR EINFACH NUR DANKE SAGEN!

Wir hatten 2022 so viele tolle Menschen an unserer Seite - unsere Alltagsheldinnen und -helden: Freunde, Förderer und Unterstützer!

Ihr schmeißt Partys und wünscht euch "Spenden statt Geschenke", unterstützt uns mit kleinen oder großen Geldbeträgen und stellt unsere Arbeit so auf sichere Beine.

Ihr richtet mit uns zusammen eine neue Beratungsstelle ein und helft uns beim Aufbau.

Ihr kocht und backt süße Köstlichkeiten, strickt Socken, näht Kissen, Taschen, Sorgenmonster und spendet uns den Erlös.

Ihr organisiert Benefiztombolas, stellt Spendendosen in Geschäften auf, ladet die Familien aus unserem Projekt Regenbogen für Kinder krebskranker Eltern zu besonderen Erlebnissen ein.

Ihr lasst euch alberne Schnurrbärte im Movember stehen, um auf das Thema Männergesundheit aufmerksam zu machen, lasst euch die Haare abschneiden, lauft und radelt tausende Kilometer oder verwöhnt uns einfach mal mit einer kleinen Köstlichkeit im Büro zwischendurch...und das war nur ein kleiner Einblick in all eure großartigen Charity-Aktionen! Nur durch solch unermüdliches Engagement können wir krebskranke Menschen, Kinder krebskranker Eltern und alle Angehörigen im Saarland unterstützen, Hoffnung schenken und ihre Welt etwas besser machen!

Danke für alles!



PROJEKTE FÜR BETROFFENE UND IHRE FAMILIEN

LEBEN MIT KREBS

Mit unserem vielfältigen Programm erhalten an Krebs erkrankte Menschen ganzheitliche Angebote. Inhalte sind die Themen Bewegung und Sport, gesunde Ernährung, Entspannung, Kreativität sowie Kultur, Natur und Naturerlebnis. Betroffene und Angehörige können frei aus den Angeboten des Programms auswählen.

ERNÄHRUNGSWORKSHOPS

mit **Heike Dillinger** (Ökotrophologin)



In vier verschiedenen Workshops im Jahr 2022 vermittelte die Ökotrophologin den TeilnehmerInnen fachliche Informationen zu Nährstoffoptimierung der Hauptnährstoffe mit entsprechenden Lebensmitteln.

Dabei wurde viel mit Anschauungsmaterial gearbeitet: beispielsweise Dinkel-Vollkornbrot, Hülsenfrüchte, Milchprodukte, Salat, Obst, Ölsaaten, Nüsse, wertvolle Öle. Danach ging es um die Verarbeitung der empfohlenen Lebensmittel zu schnellen alltagstauglichen Snacks, wie frisches Sandwich mit hochwertigen eiweißreichen Gemüseaufstrichen.

Zusätzlich zu den Workshops in Saarbrücken, St. Wendel und Homburg gab es den Workshop auch in Form zweier Online-Seminare sowie individuelle Beratungen per Telefon.

KUNSTWORKSHOPS

mit **Carina Hornung** (Psychologin & Gestalttherapeutin)

Der Seele etwas Gutes tun – das konnten die TeilnehmerInnen unter der fachkundigen Anleitung der Psychologin & Gestalttherapeutin Carina Hornung in einem geschützten und kreativen Rahmen.



Dabei ging es nicht um das Beherrschen von Maltechniken, sodass auch unerfahrene TeilnehmerInnen Großartiges mit Acryl und Ton entstehen ließen.

Abgerundet wurde das Angebot für kreative Künstler durch zwei Termine, die online durchgeführt wurden.

MUSIKTHERAPIE IN DER PSYCHOONKOLOGISCHEN BEGLEITUNG

mit **Christine Kukula**

(Dipl.-Sozialpädagogin, Musiktherapeutin und Psychoonkologin)

Im Mittelpunkt des Kurses stand das Spiel mit Rhythmus und einfach zu handhabenden Instrumenten, wodurch mehrere Hirnareale gleichzeitig aktiviert werden, sodass neuronale Verbindungen und somit die Hirnleistung und Konzentration gefördert werden.



Ziel des musiktherapeutischen Kurses war die Verbesserung der Lebensqualität durch Entspannung zur besseren Bewältigung der Krankheit. Denn Singen aktiviert die Produktion von Glückshormonen und hemmt die Produktion von Stresshormonen. Musik wirkt – während und nach der Krebstherapie.

NORDIC WALKING (OHNE STÖCKE)

mit **Mette Jacobsen** (Physiotherapeutin)

Im Berichtsjahr durchliefen die TeilnehmerInnen unter der fachkundigen Anleitung der Physiotherapeutin Mette Jacobsen den Saarbrücker Stadtwald – jeder im eigenen Tempo.



In vielfacher Hinsicht konnten die Krebspatienten davon profitieren. So steht geschrieben, dass neben den allgemeinen Vorteilen der körperlichen Aktivität mit dieser Sportart insbesondere dem Knochenschwund vorgebeugt werden kann. Dies ist für Frauen mit Brustkrebs, wenn sie eine Antihormontherapie erhalten und ebenso für Männer mit Prostatakrebs unter einer Hormonbehandlung sinnvoll. Frauen mit Brustkrebs können nach Aussagen einiger Fachärzte außerdem durch die Aktivierung der Muskelpumpe beim Schwingen der Arme direkt dem Auftreten eines Lymphödems in den Armen vorbeugen.

QIGONG

mit **Cäcilia Koch-Franosch** (Qigong-Lehrerin)

Bei dem im Jahr 2021 durchgeführten Kurs mit der Qigong-Lehrerin Cäcilia Koch-Franosch ging es nicht um sportliche Erziehung, sondern um achtsame, aktive und sanfte Bewegungen, die auf körperlicher, geistiger und seelischer Ebene wirken.



Die Übungen aus dem Lehrsystem Qigong Yangsheng Prof. J. Guorui waren zudem so gewählt, dass sie unabhängig vom Alter und weitgehend unabhängig vom Gesundheitszustand erlernt und geübt werden konnten, um die Selbstheilungskräfte, Lebendigkeit und Freude im Leben wieder zu aktivieren.

QIGONG

mit **Ralf Rousseau** (Psychologe, Thai-Chi / Qigong-Lehrer)

Die einfachen meditativen Übungen – individuell abgestimmt durch den Kursleiter Ralf Rousseau auf den jeweiligen Gesundheitszustand der Teilnehmer – machten Freude und wirkten auf seelischer und körperlicher Ebene. Das jahrhundertealte Gesundheitssystem Qigong wird immer mehr für die Begleitung und Nachsorge von Krebspatienten zur Regeneration und Stärkung des gesamten Organismus angewandt und kann einiges bewirken: besseren Schlaf, verbesserte Haltung, Stärkung des Immunsystems, einen ruhigen und konzentrierten Geist und ein Gefühl der Kontrolle über das eigene Wohlbefinden.

YOGA-KURS

mit **Eva Lajko** (Tanzpädagogin)

Im Berichtsjahr fand dieser Kurs online statt. Die TeilnehmerInnen konnten erfahren, wie Yoga unter Umständen zu einer Linderung bei verschiedensten Krankheitsbildern führen kann, etwa bei Durchblutungsstörungen, Schlafstörungen, nervösen Beschwerden (Angst und Depression), chronischen Kopfschmerzen oder Rückenschmerzen.

Yoga fördert das Selbstbewusstsein und die eigene Wahrnehmung.



PROJEKTE FÜR BETROFFENE UND IHRE FAMILIEN

YOGA-KURS

Annette Blug (Sozialpädagogin, Yoga-Lehrerin)

Ab Herbst 2021 konnte dieser Kurs wieder in Präsenz stattfinden. Dabei wurden die Asanas (die Körperhaltungen) und Pranayama (die Atemtechniken) auf die ganz individuellen Möglichkeiten und Bedürfnisse der Teilnehmer abgestimmt, um von den nachweislich positiv bewerteten Effekten sowohl auf die physische als auch auf die psychische Gesundheit auf ihrem Weg profitieren zu können: einen guten und vertrauensvollen Zugang zum Körper (wieder) zu finden, auf der geistigen Ebene zu Ruhe und Entspannung zu kommen und seelisch den Belastungen begegnen zu können.

DIDGERIDOO WORKSHOP

mit **Johannes Altmeyer**

Inhalt dieses Workshops im Juli und Oktober war eine Einführung in die Welt des aus Australien stammenden Musikinstrumentes Didgeridoo. Hier konnten Sie spielend Musik erleben, gemeinsam Spaß haben, Ihrem Lebensrhythmus angenehme Impulse setzen und der Seele freien Lauf lassen. Jeder kann Didgeridoo spielen!



Es hat Spaß gemacht, die Rhythmen und Klänge zu entdecken, welche unmittelbar aus dem eigenen Körper kommen. Sie haben sich auf eine spannende Entdeckungsreise mit diesem genialen Instrument begeben! Wer bereits ein Didgeridoo besitzt, konnte dieses gerne mitbringen, für alle anderen standen Leihgeräte zur Verfügung.

KRÄUTERSPAZIERGANG – BROTAUFSTRICHE SELBST HERSTELLEN

mit **Guido Geisen** (Umwelt- und Kräuterpädagoge)

In diesem Praxisseminar ging es um die Herstellung von unterschiedlichen pflanzlichen Brotaufstrichen. Ob zum Frühstück, Abendbrot oder bei einer Grillparty gereicht – diese Brotaufstriche faszinierten und mundeten allen Teilnehmer. Die Kräuter wurden vorher gemeinsam frisch gesammelt und beim an-

schließenden Beisammensein konnten die Brotaufstriche dann probiert werden.



MUSIKALISCHER FRÜHLINGS-SPAZIERGANG

mit **Christine Kukula** (Dipl.-Sozialpädagogin, Musiktherapeutin und Psychoonkologin)

Christine Kukula hat zu zwei Spaziergängen eingeladen, die durch Lieder der jeweiligen Jahreszeit begleitet wurden. Mitsingen und/oder Zuhören – alle Stimmen waren willkommen!



Dabei standen nicht die Leistung und die gelaufenen Kilometer im Vordergrund, sondern der Spaßfaktor und die Glückshormone sprudelten nur so. Denn Singen belebt Leib und Seele.

STRESSBEWÄLTIGUNG DURCH ACHTSAMKEIT (MBSR)

mit **Erika Rohrbacher** (Dipl. Pädagogin, Psychoonkologin)

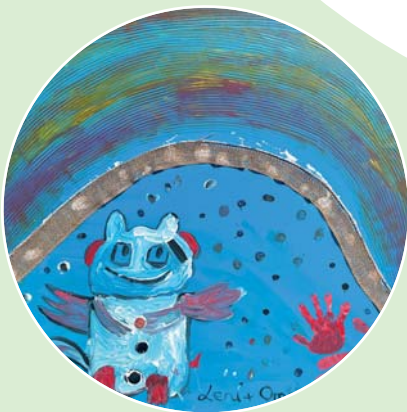
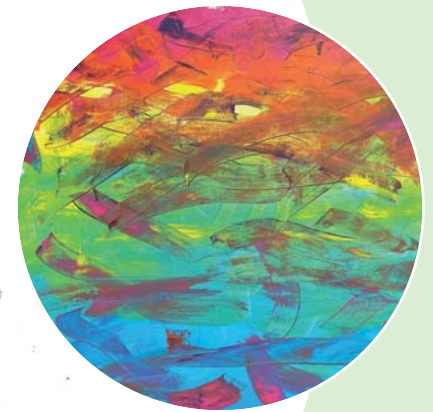
Die Übungen der Achtsamkeit machen uns bewusst, dass wir den Anbränden des Lebens nicht hilflos ausgesetzt sind. Es gilt, den eigenen inneren Fels in der Brandung wieder wahrzunehmen und zu stärken. Dazu werden einfache Techniken der Körperwahrnehmung und Meditation genutzt. Sie helfen die Aufmerksamkeit im Hier und Jetzt zu halten. Erlernt wird die Möglichkeit eines veränderten Umgangs mit Stress, Krankheiten und seelischen Belastungen.



FÜR KINDER KREBSKRANKER ELTERN



PROJEKT REGENBOGEN



PROJEKTE FÜR BETROFFENE UND IHRE FAMILIEN

PROJEKT REGENBOGEN FÜR KINDER KREBS- KRANKER ELTERN

Allein im Saarland werden schätzungsweise 2500 Kindern pro Jahr mit dieser schweren Situation konfrontiert, dass bei Mama oder Papa die Diagnose Krebs festgestellt wurde. Die Kinder und Jugendlichen leiden mit dem Elternteil mit, ihr Kummer äußert sich jedoch anders als bei Erwachsenen.

Dr. Steffen Wagner ist gynäkologischer Onkologe und 1. Vorsitzender der Saarländischen Krebsgesellschaft. Er erklärt:

„Kleinere Kinder können ihre Sorgen und Ängste meist noch nicht in Worte fassen. Und auch Jugendlichen fällt es schwer, ihre Gefühle auszudrücken. Es ist deshalb wichtig, Kinder krebskranker Eltern gezielt zu unterstützen. Deshalb haben wir 2019 das Projekt Regenbogen gegründet. Hier bieten wir neben Elternsprechstunden, Sprechstunden für Kinder und Jugendliche und erlebnispädagogische Ausflüge – die Auszeit vom Krebs.“

Kinder wie Eltern gehen mit der Krebsdiagnose durch eine schwierige Zeit: *„Laut Untersuchungen zeigen bis zu 30 % der mitbetroffenen Kinder Auffälligkeiten wie ängstlich-depressive Verstimmungen oder Entwicklungsverzögerungen“*, berichtet Sabine Rubai, Geschäftsführerin der Saarländischen Krebsgesellschaft e.V. *„Werden die betroffenen Familien aber psychologisch begleitet, zeigen die Kinder deutlich weniger klinische Symptome und auch ein besseres Bewältigungsverhalten“*, so Rubai. Projekt Regenbogen schließt im Saarland eine Versorgungslücke, denn bisher gab es kein spezielles Angebot für Kinder krebskranker Eltern. Ein Team aus hoch qualifizierten PsychologInnen und SozialpädagogInnen, alle mit der Zusatzqualifikation „PsychoonkologIn“, unterstützt im Projekt die betroffenen Familien.

Mit dem Projekt „Regenbogen“ bietet die Saarländische Krebsgesellschaft e.V. ein spezielles Programm für Kinder krebskranker Eltern.

Wir bieten an:

Elternsprechstunden:

Betroffene Eltern können bei uns Einzelberatungen in Anspruch nehmen. Wir helfen und geben Tipps, wie sie mit den Kindern altersgerecht über die Erkrankung sprechen können. Auch ganz praktische Themen, wie Fragen zur Kinderbetreuung, Haushaltshilfe, Reha-Maßnahmen etc. finden hier Platz.

Sprechstunden für Kinder und Jugendliche:

Kinder und Jugendliche haben hier die Möglichkeit, ganz offen mit unseren Psychoonkolog*innen über aufkommende Fragen, Sorgen und Probleme zu sprechen.

Erlebnispädagogische Gruppenangebote:

Hier können Kinder und Jugendliche gemeinsam mit anderen, die in einer ähnlichen Situation sind, etwas Tolles erleben. Sie sehen, dass sie als betroffene Kinder nicht alleine sind, haben positive Erlebnisse und kehren gestärkt in den Alltag zurück. Zudem kommen in ungezwungener Atmosphäre auch die Eltern in den Austausch. Alle Angebote und Aktivitäten im Rahmen des Projekts Regenbogen sind kostenfrei und werden von unseren Psychoonkolog*innen begleitet.

Infos unter:

www.projekt-regenbogen.de



"EINE AUSZEIT VOM KREBS"



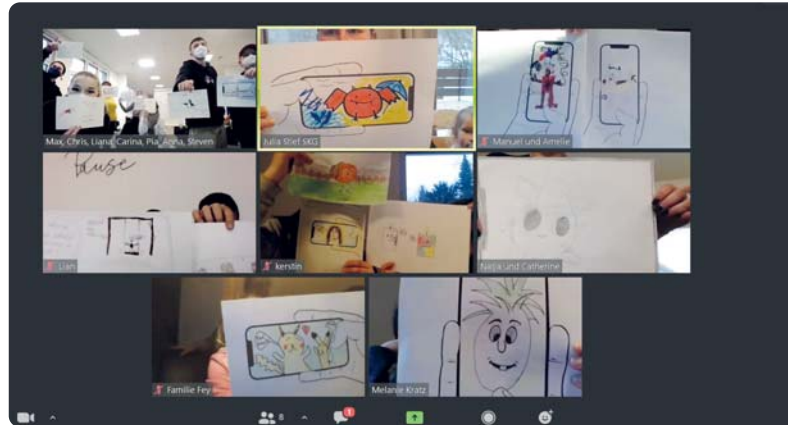
Januar 2022

Punkt, Punkt, Komma, Strich – fertig ist der Comicstrip

Im Januar haben wir alle Kinder und Jugendlichen mit ihren Familien aus unserem Herzensprojekt Regenbogen zu einem Online-Comiczeichenkurs eingeladen.

10 Kinder und Jugendliche zwischen 4 und 14 Jahren haben sich in den Online-Workshop eingewählt, zum Teil haben auch die Mamas und Papas mitgezeichnet und die Ergebnisse können sich wirklich sehen lassen.

Das lag vor allem an der tollen Anleitung und Betreuung durch die Gestalttherapeutin Carina Hornung und ihren Schülerinnen und Schülern! Und dafür möchten wir uns von Herzen bedanken!



März 2022

Auszeit vom Krebs beim Schlittschuhlaufen in der Icelounge St.Ingbert

Im März haben sich 10 Familien aus unserem Herzensprojekt Regenbogen für Kinder krebserkrankter Eltern aufs Eis gewagt und für ein paar Stunden den Alltag hinter sich gelassen. Die Icelounge-St. Ingbert öffnete exklusiv für uns schon am späten Vormittag. 90er Jahre Musik sorgte für Stimmung und die riesige Eisfläche glänzte perfekt! Trotz Abstand und Masken konnte man in jedem Gesicht ein Lächeln sehen – das war Gänsehautfeeling pur!

Vielen Dank an das Team der Icelounge und alle Förderer*innen, Spender*innen und Unterstützer*innen, die diese wichtigen Auszeiten überhaupt erst möglich machen!



PROJEKTE FÜR BETROFFENE UND IHRE FAMILIEN

April 2022

Eine zauberhafte Auszeit vom Krebs im Hofhaus – social space in Saarbrücken

Im April 2022 waren wir mit 9 Familien aus unserem Projekt Regenbogen zu Gast im Hofhaus – social space in Saarbrücken und durften uns vom Zauberkünstler Kalibo verzaubern lassen!

Nicht nur das kleine Publikum, das Kalibo fleißig bei verschiedenen Zaubertricks assistierte, war begeistert! Auch die Erwachsenen hatten viel Spaß und konnten einfach mal abschalten!

Nach einer fesselnden Show konnten wir Groß und Klein mit köstlichem Kuchen von Alexanders Pâtisserie & Tee-Boutique verwöhnen! Wir möchten uns von Herzen bei Andy Fuhrmeister von Friends* Gesellschaft für Events, Marketing und Kommunikation bedanken, der uns als Weihnachtsspende ins Hofhaus eingeladen hat, genauso wie bei Zauberkünstler Kalibo und Alexanders Pâtisserie & Tee-Boutique!

Wir konnten an diesem unvergesslich schönen Nachmittag vielen Kindern, deren Mama oder Papa an Krebs erkrankt sind, Staunen und ganz viel Lächeln ins Gesicht zaubern! Und ich glaube, wir fragen uns alle immer noch, wo diese Melone hergekommen ist...



Mai 2022

Projekt Regenbogen im Freizeitzentrum Finkenrech

Mitte Mai war es wieder soweit: Wir haben alle Familien, in denen Mama oder Papa an Krebs erkrankt ist, zu einem erlebnispädagogischen Ausflug eingeladen. Diese Auszeiten sind so wichtig, wenn sich im Alltag fast alles um die Krebserkrankung dreht und es einfach alles zu viel ist, auch noch einen Wochenendausflug zu planen!



Unser Ziel war diesmal das Freizeitzentrum Finkenrech.

Bei strahlendem Sonnenschein durften alle, die Lust hatten, erstmal in den kühlen Wald zum Programm spazieren. Mit der wundervollen

Gästeführerin Heike Lißmann-Gräß wurde der Wald erkundet, Flora und Fauna entdeckt und in der Natur gespielt!

Zurück an der Grillhütte ging es auch schon weiter: Stöcke wurden zurecht geschnitzt und dann haben uns Johannes und

Christian gezeigt, wie man ein Feuer entzündet – ganz ohne Feuerzeug!



Schnell den Teig um die Stöcke gewickelt und die Stöcke übers Feuer. Mit ein bisschen Geduld konnte kurz darauf ein köstliches Stockbrot genossen werden.



Die köstlichen und erfrischenden Bowlen, die Rotaract Club Saarlouis für uns gezaubert hat, haben, waren das Sahnehäubchen für diesen tollen Nachmittag!

Wir möchten uns von Herzen bei dem besten Stockbrotbäcker Johannes, beim Rotaract Club Saarlouis und beim Freizeitzentrum Finkenrech für die tolle Unterstützung bedanken!

"EINE AUSZEIT VOM KREBS"



Juni 2022

Auf der Kinder- und Jugendfarm in Saarlouis



C6 Leben & Kultur

KREIS SAARLOUIS

Saarbrücker Zeitung

„Es ist wie eine andere Welt hier“

Zum ersten Mal besuchte die Saarländische Krebsgesellschaft die Kinder- und Jugendfarm in Saarlouis. Dabei freuten sich die Besucher über eine kleine Auszeit.

VON LAURA OCKENFELS

SAARLOUIS Zum ersten Mal fand das Projekt Regenbogen von der Saarländischen Krebsgesellschaft auf der Kinder- und Jugendfarm in Saarlouis statt. „Ich selbst bekam die Diagnose Brustkrebs und habe vieler Chemotherapie Flyer las, entdeckte ich einen der Saarländischen Krebsgesellschaft. Schnell wurde mir klar, dass wir da doch super zusammenfinden und mitmachen können“, erzählt Petra Pfeiffer-Brun, Vorsitzende der Kinder- und Jugendfarm.

Beim Vorstand kam ihre Idee gut an, schnell wurde diese dann umgesetzt. „Einmal im Monat findet die Aktion allgemein statt. Es geht darum, dass es für die Kinder oft hart ist, wenn ein Elternteil an Krebs erkrankt ist. Deswegen werden diese Aktionen möglich gemacht. Heute kommen die Familien zu uns auf die

Farm und können hier Zeit gemeinsam verbringen. Die Tiere können gestreichelt werden, es gibt einen Wasserspielplatz, Matschbereich und lacht. Für Kuchen und Getränke ist Sabine Rubal, Geschäftsführerin der Saarländischen Krebsgesellschaft findet das Engagement der Ehrenamtlichen der Kinder- und Jugendfarm unglaublich. „Normale Organisationen zu und fragen, ob wir so etwas gemeinsam planen können. Hier wurden wir kontaktiert und finden es alle super. Jeden Monat findet ein Tag woanders statt. Im nächsten Jahr kommen wir gerne wieder hierher nach Saarlouis.“ Und Rubal ergänzt: „Unser Verein ist nicht nur für solche Aktionen bekannt. Wir sind Ansprechpartner bei Fragen rund um das Thema Krebs, denn Krebs trifft meistens nicht nur eine Person, sondern gleich die ganze Familie.

„Ein Kurztrip aus dem Alltag zwischen Arztbesuchen und Therapien.“

Monika Ludigs
Krankenschwester

Uns ist es wichtig, dass die Kinder ihre Gefühle ausdrücken können und haben immer ein offenes Ohr.“ Acht Familien und 40 Personen nahmen am Samstag teil. „Ich bin glücklich, mit meiner Tochter und meinem Schwiegerohn und vor allem mit meiner Enkelin hier zu sein“, sagt Monika Ludigs. Die 58-Jährige bekam vergangene August die



Ermöglicht durch das Projekt Regenbogen der Saarländischen Krebsgesellschaft, besuchte Monika Ludigs mit ihrer Enkelin Leni die Kinder- und Jugendfarm in Saarlouis.

Diagnose Eierstockkrebs. „Wir losen quasi zusammen, unsere Häuser sind miteinander verbunden. Deswegen hat meine vierjährige Enkelin Leni sehr viel von meiner Erkrankung mitbekommen. Solche Tage wie hier tun uns sehr gut, deswegen sind wir gemeinsam ge-

kommen. Es ist wie eine andere Welt hier, ein Kurztrip aus dem Alltag zwischen Arztbesuchen und Therapien“, führt die Krankenschwesterin die Pferde bestaunt. „Wenn ich meine Familie hier lachend sehe, dann weiß ich jedes Mal, dass sich in je-

der Sekunde das kämpfen lohnt. Es ist wahnsinnig schön heute hier zu sein“, berichtet Ludigs. Gesponsert wurde der Tag vom Förderverein der Kinder- und Jugendfarm. Infos zur Farm findet man unter www.kjf-saarlouis.de



PROJEKTE FÜR BETROFFENE UND IHRE FAMILIEN

Juni 2022

Festivalfeeling beim SR1 Alm Open Air 2022

Am Pfingstsonntag fand das Alm Open Air 2022 von SR 1 auf der Alm in Landsweiler-Reden statt!

Herzessache e.V. und Bank 1 Saar ermöglichten insgesamt 11 Familien aus unserem Herzensprojekt Regenbogen für Kinder krebserkrankter Eltern einen traumhaften Festivalsamstag. #Sonnenschein, #Livemusik und gute Laune – das tut so gut und hilft, den stressigen Alltag einfach mal hinter sich zu lassen.

Als ganz besonderes Highlight bekamen wir von Herzessache e.V. sogar noch Meet & Greets mit Madeline Juno, Lotte und Adel Tawil organisiert! Hier haben Herzen höhergeschlagen und nicht nur die Teenies waren ganz schön aufgeregt, die Stars zu treffen...

Dank der Bank 1 Saar konnten wir am Pfingstsonntag nicht nur eine weitere Familie zum Alm Event mitnehmen, wir durften auch Tickets für das Konzert von Sarah Connor, für La Fiesta Saarland und Tropical Mountain an Krebsbetroffene verschenken, die vom Team der Saarländischen Krebsgesellschaft schon seit längerem begleitet werden.



Rückblick 2022

"EINE AUSZEIT VOM KREBS"



Danke!



Herzessache
HILFT KINDERN



PROJEKTE FÜR BETROFFENE UND IHRE FAMILIEN

Juli 2022

Ferienstart auf dem Bauernhof

Den letzten Schultag im Schuljahr 2021-22 haben wir mit Kindern und Jugendlichen - und natürlich auch ihren Familien - aus unserem Herzens-Projekt Regenbogen auf dem Erlebnisbauernhof Wack ausklingen lassen.

Die Grüne Pause, wie sich das Projekt des Bauernhofes für Kinder nennt, war ein toller Start in die Ferien und die perfekte Gelegenheit, Hühner, Schweine und Kühe hautnah zu erleben und einiges über die ökologische Landwirtschaft zu lernen! Entspannung pur im wunderschönen Mandelbachtal.



Natürlich haben wir dann auch noch die Schweine besucht und die Kühe gestreichelt... Und bei den Temperaturen war ein leckeres Eis von Henrys Eismanufaktur der perfekte Abschluss für die gelungene Auszeit vom Krebs und einem entspannten Start in die Ferienzeit!



Nachdem die zutraulichen Hühner gefüttert und alle Eier eingesammelt waren, hatten wir uns eine Stärkung verdient: Im schattigen Zirkuszelt konnten wir ein köstliches Picknick aus dem Hofladen genießen. Da blieb natürlich auch genug Zeit, sich zu unterhalten und miteinander auszutauschen.



Rückblick 2022

"EINE AUSZEIT VOM KREBS"



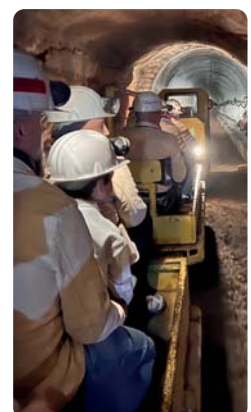
September 2022

Glück auf, der Steiger kommt

Unser September-Ausflug im Projekt Regenbogen für Kinder krebserkrankter Eltern war eine Zeitreise in die saarländische Bergbauergangenheit! Im Besucherbergwerk Rischbachstolle wurden wir alle zu großen und kleinen Bergleuten und sind in den Stollen eingefahren. Es war für uns ein ganz besonderes Erlebnis, wo die meisten die Arbeit "uff de Grub" ja von Erzählungen von den Opas kennen.

Beim traditionellen Bergmannsfrühstück mit Brötchen und Lyoner - nagut, wir haben auch noch ein bisschen Obst eingeschmuggelt - gab es viele gute Gespräche untereinander. Wir freuen uns sehr, wenn die Eltern - genau wie die Kinder und Jugendlichen - sich miteinander austauschen. Alle merken, dass sie nicht alleine sind, dass es anderen genauso geht. So unterstützen sich die Teilnehmer*innen gegenseitig. Unsere Psychoonkolog*innen sind auch immer mit dabei und stehen mit Rat und Tat zur Seite.

Wir möchten uns von Herzen bei allen bedanken, die diesen tollen Ausflug möglich gemacht haben: DANKE an die tollen Bergmänner vom Besucherbergwerk Rischbachstollen e.V. in St. Ingbert. Unser Dank geht auch an Captain Maggi, der an diesem Tag in seine Bergmannsuniform geschlüpft ist und über seine Social-Media-Kanäle über unsere Arbeit informiert hat - schön, dass du mit dabei warst.



PROJEKTE FÜR BETROFFENE UND IHRE FAMILIEN

Oktober 2022

Schaurig-schönes Kürbisfest im Ulanen Hof

Am Samstag vor Halloween im Oktober 2022 durften wir den goldenen Herbsttag mit Kindern und Jugendlichen aus unserem Herzensprojekt Regenbogen für Kinder krebskranker Eltern im Saarbrücker Ulanen Hof verbringen:

Der Round Table Saarbrücken hat uns zu einem schaurig-schönen Kürbisfest eingeladen.

Hands-on-Mentalität vom Feinsten: Es war den Mitgliedern des Round Table Saarbrücken wichtig, uns nicht nur finanziell zu unterstützen, sondern auch selbst aktiv zu werden! Toll, einfach toll!

Und so wurden wir den ganzen Nachmittag verwöhnt! Gemeinsam haben wir Kuchen gegessen und Kürbisgeister geschnitzt, haben bei einem Spaziergang noch die Alpakas besucht, die in der Nachbarschaft wohnen und danach Köstlichkeiten vom Grill serviert bekommen (DANKE, lieber Jonas)!

Von Herzen ein riesengroßes Dankeschön für diesen tollen Nachmittag! Am Abend sind alle mit einem Lächeln im Gesicht und einem Kürbiskopf unterm Arm nach Hause gegangen!



Rückblick 2022

"EINE AUSZEIT VOM KREBS"



November 2022

Plätzchen Backen und ein schöner Fernsehbericht über unser Projekt Regenbogen für Kinder krebskranker Eltern

Jeden Monat machen wir im Projekt Regenbogen mit Kindern, deren Mama oder Papa an Krebs erkrankt ist, und ihren Familien einen Ausflug: Die Auszeit vom Krebs! Diese Ausflüge führen uns kreuz und quer durchs Saarland und gemeinsam verbringen wir eine schöne Zeit, z.B. auf dem Bauernhof, im Besucherbergwerk oder beim Schlittschuhfahren und schalten ab vom Alltag, von den Sorgen und Ängsten.

An einem Samstagnachmittag im November stand dann das alljährliche und sehr beliebte Plätzchen backen an – für unser Team wie für die Familien ein absolutes Highlight in der Vorweihnachtszeit! Es sind wahre Plätzchenkunstwerke entstanden unter der tollen Anleitung von unserem ehrenamtlichen Unterstützer Johannes Schmitt, dem wir von Herzen danken für den wunderbaren Nachmittag danken möchten!

Ein weiteres Highlight war, dass uns der Saarländische Rundfunk SR unseren Backnachmittag begleitet hat. Es wurden Interviews geführt und ein Beitrag für die TV-Sendung aktueller bericht gedreht und einen Radiobeitrag für SR 3 Saarlandwelle erstellt. Reporter Max Friedrich hatte auch direkt tatkräftige Hilfe, wie man auf den Fotos sehen kann. DANKE für die tolle Berichterstattung!



PROJEKTE FÜR BETROFFENE UND IHRE FAMILIEN

PROJEKT ZURÜCK INS LEBEN

„Geheilt, aber nicht gesund“ –
Langzeitnachsorge für Krebs-
patient*innen.

Viele Patient*innen stehen
auch nach überstandener
Therapie vor vielfältigen He-
rausforderungen und Belas-
tungen.

In dieser Zeit bieten wir Workshops
und Vorträge für Patient*innen an, in denen unsere ausgebil-
deten psychoonkologischen Berater*innen informieren und Im-
pulse geben.

Im Jahr 2022 konnten wir mit Unterstützung der Deutschen
Rentenversicherung verschiedene Workshops und Vorträge im
Rahmen des Projektes „Zurück ins Leben“ anbieten.

Damit möchten die Teilnehmenden bei der Bewältigung dieser
Herausforderungen unterstützen und ihnen Werkzeuge an die
Hand geben, damit sie ihr Leben nach der Therapie wieder aktiv
und erfüllt gestalten können. Unsere Kurse sind gut besucht,
weil sie den Bedürfnissen und Interessen der Patienten ent-
sprechen und ihnen wertvolle Unterstützung bieten.



Vortrag zum Thema „Rückkehr ins Arbeitsleben“



Auch wenn die Zahl der Krebsneuerkrankungen weiter
anstigt: Dank den Fortschritten in der onkologischen
Forschung steigt bei vielen Krebsarten die Chance, ge-
heilt zu werden. Und so kehren 65 – 70% der Betroffe-
nen wieder an den Arbeitsplatz zurück.

Viele Menschen, die von Krebs betroffen sind, haben
existenzielle Ängste. Sie sorgen sich um ihren Arbeits-
platz und wissen nicht genau, wie sie mit Kolleg*innen
und Vorgesetzten darüber sprechen sollen – umgekehrt
ist es genauso.

Damit der Weg „zurück ins Arbeitsleben“ gut gelingt,
werden im Vortrag verschiedene Unterstützungsangebote
vorgestellt. Best practice – Beispiele zur Kommunikation
am Arbeitsplatz, sozialrechtliche Themen und psychologi-
sche Aspekte zeigen, welche Möglichkeiten es gibt.

Im Anschluss bleibt genügend Zeit zum Austausch mit
den Referent*innen.

Vortrag zum Thema „Schlafhygiene“

In stressigen Situationen fällt es uns schwer, gut ein- und auch durchzuschlafen. Dabei
ist gesunder Schlaf so wichtig. Im Schlaf erholen wir uns, verarbeiten das Erlebte
und sammeln unsere Kräfte für den nächsten Tag.

In seinem Vortrag gibt Referent Gabriel Lacourt Impulse zur Analyse der eigenen Ver-
haltensweisen in Bezug auf Schlaf, informiert allgemein über den Schlaf-Wach-Rhyth-
mus und über Schlafstörungen.

Referent: *Gabriel Lacourt*, Facharzt für Psychiatrie und Psychotherapie, Oberarzt der
psychiatrischen Institutsambulanz in Kaiserslautern, Pfalzkrankenhaus für Psychiatrie und
Neurologie AdÖR Kaiserslautern



LANGZEITNACHSORGE FÜR KREBSPATIENT*INNEN

Workshop zum Thema „Umgang mit Stress“



Eine Krebserkrankung bedeutet ab dem Moment der Diagnose Stress. Und auch wenn die Krankheit überstanden wurde - auf dem Weg „zurück ins Leben“ werden Betroffene mit vielen belastenden Situationen konfrontiert. Das kann beim Wiedereinstieg ins Arbeitsleben sein, aber auch in ganz alltäglichen Situationen.



Im Workshop wird der Frage nachgegangen, welche Auswirkungen belastende Situationen und Stress auf Geist und Körper haben. Die Teilnehmenden bekommen einen Überblick über mögliche Entspannungstechniken, dazu gehören auch praktische Übungen.

Ziel ist es, die Entstehung von Stress zu verstehen und anhand der vorgestellten Techniken Anregungen zu bekommen, das individuell passende Werkzeug zum Umgang mit Stress und belastenden Situationen zu finden.

Referentinnen: Erika Rohrbacher und Christine Kukula

Workshop zum Thema „Polyneuropathie“

Der Begriff Polyneuropathien setzt sich aus dem Wort poly (viele) und Neuropathie (Nervenerkrankung) zusammen. Verschiedene Chemotherapeutika können eine Polyneuropathie auslösen.



Das Beschwerdebild reicht von einem leichten Kribbeln und Taubheitsgefühl in Händen und Füßen bis hin zu ausgeprägten Schmerzen, die die Lebensqualität der Betroffenen sehr beeinträchtigen. Vielfach ist die Feinmotorik und auch der sichere Gang beeinträchtigt.

Bei manchen bilden sich die genannten Symptome nach einer gewissen Zeit zurück, bei anderen kommt es zu langanhaltenden Beeinträchtigungen.

Im Workshop werden zunächst grundsätzliche Informationen zu dieser häufigen Nebenwirkung einer Krebstherapie vermittelt. Dann haben Betroffene die Möglichkeit, unter Anleitung einer erfahrenen Ergotherapeutin Übungen und Maßnahmen kennenzulernen, um Linderung zu erreichen.



Referentin: Annette Blug, Sozialpädagogin und Psychoonkologin

Wir danken der Deutschen Rentenversicherung!



Deutsche
Rentenversicherung
Saarland

VOLLES HAUS UND VIELE EMOTIONEN BEIM 4. BENEFIZKONZERT *„Musik gegen Krebs“*

IM GROSSEN SENDESAAL IM FUNKHAUS HALBERG



Nach zweijähriger pandemiebedingter Pause konnte 2022 die beliebte Benefizkonzertreihe „Musik gegen Krebs“ zu Gunsten der Saarländischen Krebsgesellschaft e.V. endlich fortgesetzt werden. Am Freitag, 24. Juni begeisterte das Benefizkonzert „Musik gegen Krebs“ vor vollem Haus nicht nur mit herausragenden Musikerinnen und Musikern, sondern auch mit einer überwältigenden Atmosphäre und vielen Emotionen im Großen Sendesaal im Funkhaus Halberg!

Für den guten Zweck haben sich herausragende Studierende und Professoren der Hochschule für Musik Saar mit Größen aus der überregionalen Musikszene zusammengetan und ein außergewöhnliches Programm aus Klassik und Jazz gestaltet. Die Freude, endlich wieder Konzerte spielen zu können, spiegelte sich in der mitreißenden Atmosphäre, die das Publikum verzauberte und mitnahm auf eine Reise durch Klassik und Jazz.

Stefanie Brill, ehrenamtliche Organisatorin der Konzertreihe „Musik gegen Krebs“ und langjähriges Mitglied der Saarländischen Krebsgesellschaft ist begeistert: „Es ist so großartig, dass wir nach dieser langen Pause endlich wieder ein Konzert veranstalten können und die besondere Akustik im Großen Sendesaal genießen dürfen. Und das alles für den guten Zweck, um die Arbeit der Saarländischen Krebsgesellschaft zu unterstützen. Herzlichen Dank an das gesamte Orga-Team und an alle, die im Vorfeld und am heutigen Abend dabei geholfen haben, das Konzert möglich zu machen.“

Dr. Steffen Wagner, Vorstandsvorsitzender der Saarländischen Krebsgesellschaft freute sich, neben Freunden und Förderern der Krebsgesellschaft auch bekannte saarländische Gesichter im Publikum begrüßen zu dürfen: der saarländische Gesundheitsminister Magnus Jung, der Intendant des Saarländischen Rundfunks Martin Grasmück, und Barbara Meyer, Bürgermeisterin von Saarbrücken folgten der Einladung auf den Halberg. „Ein mitreißendes Konzert vor vollem Haus, großartige Musikerinnen und Musiker und gute Gespräche – einfach ein gelungener Abend. Und gleichzeitig können wir auf unsere Beratungsangebote für Menschen, die von einer Krebserkrankung betroffen sind, aufmerksam machen.“ freut sich Dr. Steffen Wagner über den gelungenen Konzertabend.



Auch für die Künstlerinnen und Künstler war „Musik gegen Krebs“ etwas ganz Besonderes. Die Studierenden Yaya Zhao (Klavier), Yunji Go (Violine), Kijun Lee (Klavier) und Saara Särkimäki (Cello) machten die ausgewählten Stücke von Liszt, Mozart und Dvořák zu einem emotionalen Erlebnis. Und ein Moment sorgte dann zum Abschluss im Publikum für Gänsehaut: Als Geste der Anerkennung und Bewunderung überreichte die Pianistin Yaya Zhao ihren eigenen Blumenstrauß unter großem Applaus an ihren früheren Professor Wolfgang Mayer, nachdem er alle Anwesenden gemeinsam mit Stefan Engelmann (Bass), Wolfgang Mertes (Violine) und Oliver Strauch (Schlagzeug) mit den Farben des Jazz verzaubert hatte.





MUSIK
GEGEN
KREBS



MEDIZINISCH-ONKOLOGISCHE FACHKREISE INFORMIEREN SICH ÜBER DIE NEUESTEN ERKENNTNISSE VOM AMERIKANISCHEN KREBSKONGRESS



SAAR-PFALZ-SYMPOSIUM 2022

Am Samstag, 16. Juli 2022, veranstaltete die Saarländische Krebsgesellschaft e.V. im Victor's Residenz Hotel Saarbrücken am Deutsch-Französischen Garten das SAAR-PFALZ-SYMPOSIUM 2022, eine Fortbildung für medizinische Fachkreise.

Das Symposium bietet Hausärzt*innen, Onkolog*innen und Fachpersonal eine kompakte und praxisrelevante Zusammenfassung der neuesten Studien und wesentlichen Erkenntnissen aus allen onkologischen Fachbereichen, die auf dem alljährlichen Kongress der amerikanischen Krebsgesellschaft (ASCO Annual Meeting, 3. – 7. Juni 2022 in Chicago (IL)) vorgestellt wurden.

Auch in diesem Jahr fand das Symposium großen Anklang: Fast 90 Teilnehmerinnen und Teilnehmer nutzen die onkologische Update-Veranstaltung, um sich über die wichtigsten wissenschaftlichen Ergebnisse und konkrete therapeutische Konsequenzen auf den neuesten Stand zu bringen und sich untereinander zu vernetzen.



Fortbildung für Fachkreise wichtige Aufgabe der Krebsgesellschaft Saar

Die Beratung und Begleitung krebserkrankter Menschen und deren Angehöriger ist die Hauptaufgabe der hochqualifizierten Psychoonkolog*innen der Saarländischen Krebsgesellschaft. Wir informieren und unterstützen bei psychischen Belastungen, Ängsten und Sorgen, sowie bei allen sozialen Fragen rund um die Erkrankung.

Darüber hinaus sind auch die Förderung der Krebsforschung sowie regionale onkologische Fortbildungen für Fachkreise wichtige Aufgabe der Saarländischen Krebsgesellschaft. Das hohe wissenschaftliche Niveau des SAAR-PFALZ-SYMPOSIUMS wird dadurch unterstrichen, dass die Saarländische Ärztekammer die onkologische Update-Veranstaltung als offizielle Fortbildung für medizinisches Fachpersonal anerkennt.

„Wir freuen uns sehr, dass fast 90 Teilnehmerinnen und Teilnehmer unser Angebot einer onkologischen Update-Fortbildung wahrgenommen haben.“ stellt Dr. Steffen Wagner, Vorstandsvorsitzender der Saarländischen Krebsgesellschaft e.V. und niedergelassener Gynäko-Onkologe fest. „Die onkologische Forschung macht schnelle Fortschritte, es werden zahlreiche Studien veröffentlicht und es gibt immer wieder Neuerungen, die auch in der onkologischen und hausärztlichen Praxis relevant sind. Nachdem wir das Symposium aus bekannten Gründen in den letzten Jahren als Online-Fortbildung angeboten haben, war der persönliche Austausch und das Vernetzen der Ärztinnen und Ärzte aus der Großregion untereinander in diesem Jahr wieder möglich. Und gerade von diesem Netzwerk profitieren unsere Krebspatientinnen und -patienten im Praxisalltag.“



**SPENDEN-
 LAUF**



Fotos: Andreas Neumann



Gelungener Spendenlauf bei bestem Wetter

1300 Läuferinnen und Läufer waren beim „Cross against Cancer“ dabei. Die Stimmung in und am Homburger Waldstadion war bestens - vom Start bis zur Siegerehrung.

VON ULRIKE STUMM

HOMBURG Natürlich ist da an diesem Sonntagmorgen die sportliche Seite. 1300 Läuferinnen und Läufer, eingeteilt nach ihren jeweiligen Strecken, stehen am Waldstadion, hupsen ein bisschen, reden und warten bei passenden Beats auf ihren Start.

Noch ist der Himmel wolkenverhangen, aber es ist trocken und nicht mehr so heiß – ideales Laufwetter. Kurz nach 10 Uhr gehen dann die ersten auf ihre Strecke – es ist nicht nur der Start für die 17-Kilometer-Runde, an die manche noch vier weitere in das Stadion anhängen werden, um so zum Halbmarathon aufzustoßen.

Es ist nach zwei Corona-Auflagen endlich wieder der originale „Cross against Cancer“, live – mit seiner ganz eigenen Atmosphäre und der Botschaft, die er transportiert. Noch hat sich die Nervosität bei den Organisatorinnen und Organisatoren vom Verein „Miteinander gegen Krebs“ nicht ganz gelöst – schließlich steckt jede Menge Arbeit dahinter, damit hier alle nun gut gelaunt stehen und laufen können. Doch es ist eine „freudige Anspannung“, sagt Laura Ketter aus dem Team. Sie freuen sich einfach, ihre Läuferinnen und Läufer wieder hier bei sich vor Ort zu haben. Endlich. Und da

auch das Wetter hält, gibt es keinen Grund, sich große Sorgen zu machen.

Moderator Michael Koch zählt die nächste Gruppe von zehn abwärts in den Start, „drei, zwei, eins“, und nun sind auch die Zehn-Kilometer-Läuferinnen und -Läufer unterwegs, gefolgt von denjenigen, die fünf Kilometer ausgewählt haben – zuletzt machen sich die Nordic Walker über diese Distanz auf den Weg.

Dann ist es gefühlt ziemlich leer vor dem Stadion, wo man sich zum einen stärken kann mit Kaffee, Kuchen, Getränken, Herzhaftem – und auch informieren, die saarländische Krebsgesellschaft hat hier ihren Stand aufgebaut. Der Lauf hat schließlich ein Anliegen – sie wollen Hemmschwellen abbauen zu Krebspatienten, wollen diejenigen, die noch mit der Krankheit kämpfen ermutigen, wollen zeigen, dass Sport Therapie sein kann. Und so sind auf der Strecke nicht nur die gewohnten Lauf-Shirts zu sehen, sondern auch solche mit einer Botschaft, ein Hemd mit einem Daumen nach oben und den beiden Worten „Für Max“, zum Beispiel.

Während die anderen im Wald Kilometer knacken, sind im Stadion die Menschen unterwegs, die hier ihre Spendenrunden laufen, damit noch mehr Geld zusammenkommt für die gute Sache – schließlich soll das Geld, das eingenommen wird, Krebspatienten zugutekommen.

Auch hier sind viele auf den Bahnen und den Beinen, die einen schnell, andere gemächlich, es sind Kinder, Erwachsene, Senioren dabei. Der jüngste Spenden-Lauf-Nachwuchs wird noch in der Babytrage von seiner Mutter über die Bahn geschaukelt. Ein Teilnehmer



Bei bestem Herbstwetter starteten die Läuferinnen und Läufer des Spendenlaufs. Auf den unterschiedlich langen Strecken wurde für den guten Zweck gerannt, hier machen sich gerade die Fünf-Kilometer-Läuferinnen und -Läufer auf den Weg. FOTO: ULRIKE STUMM

läuft mit eingegipstem Arm, eine Frau zeigt auf ihrem T-Shirt den Satz „Letzte Chemo Dezember 2021“. Manche laufen 20 Runden und noch mehr, andere schaffen eine – aber sie tun es.

Eine 80-Jährige ruht sich auf der Bank aus, zwei Runden habe sie geschafft, dabei hat sie diverse Operationen hinter sich, berichtet sie. „Es hat Spaß gemacht. Dabei sein ist alles“, kommentiert sie, während Sohn und Schwiegertochter weiter ihre Runden drehen. Inzwischen ist auch die Sonne herausgekommen, sorgt für einen klassischen milden Herbsttag. Katja Rump-Schmitt von

erfolgreiche Läufer folgen an diesem Sonntagvormittag mit seiner ganz besonderen Atmosphäre – viele mit einem Lächeln auf dem Gesicht.

Der Spendenlauf ist der bekannteste Part dessen, was der Verein „Miteinander gegen Krebs“ anbietet. Es gibt aber noch mehr, zum Beispiel die Reihe „Fragen an die Experten“, eine Inforeihe

zum Thema Krebs. Hier geht es bereits am Samstag, 24. September, 18 Uhr, im Dr.-Theiss-Werk 2, in den Rohrwiesen, Homburg, weiter: Dr. Susanne Bihlmaier, Naturärztin und Autorin des Bestsellers-Kochbuchs „Tomatenrot+Drachengrün“, gibt dabei handfeste Ernährungstipps unter dem Motto „So fix und lecker geht antikrebsaktives Schlemmen“. Der Eintritt liegt bei 25 Euro.

DIE ERGEBNISSE DER LÄUFE		
Das waren die schnellsten Frauen und Männer bei den Läufen:	5 Kilometer Frauen: Jana Burgard 27:48, Emma Mohr 27:53, Sabrina	17. Kilometer Frauen: Isabell Mayer 1:25:48, Katharina Rausch 1:29:40; Kim Köth 1:34:20, Männer: Jonas Lehmann 1:04:42, Yusef Bekler



VERANSTALTUNGEN

MITGLIEDER- VERSAMMLUNG

Mitgliederversammlung der Saarländischen Krebsge- sellschaft e.V.: Veränderungen im Beirat

Am Donnerstag, 3. November 2022 hat die jährliche Mitgliederversammlung der Saarländischen Krebsgesellschaft e.V. stattgefunden.

Neben dem Bericht des Vorsitzenden, der Geschäftsführung und der Schatzmeisterin, waren die Wahl neuer Beiratsmitglieder und der Rechnungsprüfer die wichtigsten Tagesordnungspunkte der diesjährigen Versammlung.

Wahl der Mitglieder des Beirats

Für die Veränderungen im Beirat war eine Satzungsänderung notwendig, in der die Anzahl von „3-5 Beiratsmitgliedern“ auf „mindestens 3 Beiratsmitglieder“ geändert wurde.

Dadurch konnte die Wahl von fünf zusätzlichen neuen Mitgliedern im Beirat, neben den langjährigen Beiratsmitgliedern *Prof. Dr. Schäfer* und *Prof. Dr. Solomayer* bestätigt werden:

Herr Dr. Frank - Uwe Alles (SHG-Kliniken Völklingen), *Frau Helga Schimke* (niedergelassene Allgemeinmedizinerin aus Saarbrücken), *Herr Dr. Dr. habil. Stavrou* (Winterbergklinikum Saarbrücken), *Herr Dr. Bittenbring* (UKS Homburg/Saar), *Herr Gregg Frost* (Winterbergklinikum Saarbrücken).

Alljährliche Wahl der Rechnungsprüfer

Nach vielen Jahren der tatkräftigen Unterstützung hat *Prof. Dr. Dr. Brill* den Beirat auf eigenen Wunsch verlassen und somit wurde auch das Amt eines Rechnungsprüfers vakant, für das er seit einigen Jahren jährlich erfolgreich kandidierte.

Dr. Amam (Praxis für Komplementäre und Integrative Medizin in Homburg) wurde ohne Gegenstimme zum neuen Rechnungsprüfer gewählt; *Frau Dr. Weber*, die dem bereits seit mehreren Jahren als Rechnungsprüferin zur Seite steht, wurde mit einstimmiger Wahl bestätigt.

Herr Dr. med. Wagner beglückwünschte alle neuen und alten Mitglieder im Beirat und im Vorstand und freut sich auf eine gute und produktive Zusammenarbeit.



PRÄVENTION

KREBS- PRÄVENTION

Vorträge für Unternehmen im Saarland

Pro Jahr erhalten alleine im Saarland fast 11.000 Menschen eine Diagnose, die plötzlich alles verändert: Krebs.

Ein gesunder Lebensstil ist die beste Möglichkeit, Krebs aktiv vorzubeugen. Ebenso wichtig ist die Früherkennung, denn Krebs ist zumeist gut heilbar, wenn er frühzeitig erkannt wird. Die Saarländische Krebsgesellschaft e.V. leistet Aufklärungsarbeit sowohl im Bereich der Prävention als auch der Früherkennung von Krebs.

 SAARLÄNDISCHE
KREBSGESELLSCHAFT e.V.



Hierzu werden drei verschiedene Formate angeboten: In einem allgemeinen Vortrag geht es darum, wie Krebs überhaupt entsteht und welche Risikofaktoren jeder vermeiden kann. In zwei weiteren, geschlechterspezifischen Vorträgen klären Experten über die speziellen Risikofaktoren, Präventions- und Früherkennungsmöglichkeiten, jeweils für Frauen und Männer, auf.

Wir danken Scheer Karriere für die Unterstützung unserer Arbeit und die Möglichkeit, auf diesem Wege Präventionsarbeit zu leisten und gleichzeitig auf unser Beratungsangebot für Betroffene und deren Angehörige im Saarland aufmerksam zu machen.



In diesem Rahmen bietet die Krebsgesellschaft saarlandweit kostenfreie Präventionsvorträge für Unternehmen und Vereine an. Auftakt in diesem Jahr waren drei Hybrid-Vorträge bei der Scheer GmbH im Saarbrücker Scheer Tower.

Im Februar 2022 waren alle Mitarbeitenden der DACH-Region eingeladen, sich digital oder vor Ort über Möglichkeiten der Krebsprävention zu informieren – ein Angebot, das sehr interessiert angenommen wurde. „Krebsprävention aktiv in saarländische Betriebe zu tragen, ist ein großes Anliegen der Saarländischen Krebsgesellschaft“, so Geschäftsführerin Sabine Rubai.



PRÄVENTION



GESUNDER SONNENSPAß FÜR KINDER

Hautkrebsprävention im Kindesalter entscheidend

Jährlich steigt die Anzahl derer, die an Hautkrebs erkranken um ca. 7 - 10 Prozent. Der größte Risikofaktor ist hierbei die UV-Strahlung der Sonne. Gerade kleine Kinder sind sehr gefährdet, da ihnen natürliche Schutzmechanismen fehlen und ihre Haut schneller zu Verbrennungen neigt. Und jeder Sonnenbrand im Kindesalter erhöht das Risiko, später an Hautkrebs zu erkranken.

stützt, einen gesunden Umgang mit der Sonne in den Alltag zu integrieren. Mittlerweile haben schon über 170 saarländische Einrichtungen mitgemacht.

Aktuelle Auswertungen der IKK Südwest zeigen, dass Hautkrebsneuerkrankungen in den vergangenen Jahren wegen Corona oft unentdeckt geblieben sind. Umso wichtiger ist gerade daher die Vorsorge in Bezug auf den richtigen Sonnenschutz schon im Kindesalter.

Deshalb hat die Europäische Hautkrebsstiftung das Projekt „SunPass – gesunder Sonnenspaß für Kinder“ ins Leben gerufen, das im Saarland seit 2013 von der Saarländischen Krebsgesellschaft e.V. durchgeführt wird, seit 2018 in Zusammenarbeit mit der IKK Südwest.

Gesunder Sonnenspaß ist kinderleicht – man muss nur ein paar Dinge beachten!

Kindergärten, Kitas und – ganz neu in diesem Jahr – auch Kindertagespflegestellen werden im Projekt SunPass dabei unter-

Die von der Europäischen Hautkrebsstiftung (ESCF) in Kooperation mit der Saarländischen Krebsgesellschaft e.V. und der IKK Südwest vergebene Auszeichnung steht für die aktiven Bemühungen rund um den Sonnenschutz bei Kindern. Im Rahmen des Projektes SunPass lernen Erzieherinnen und Erzieher, Eltern und Kinder alles über das richtige Eincremen, Sonnenhüte und Schattenspenders. Eine wichtige Mission, denn die Haut vergisst nichts, und Sonnenbrände im frühen Kindesalter gehören zu den Hauptrisikofaktoren für eine spätere Hautkrebserkrankung.

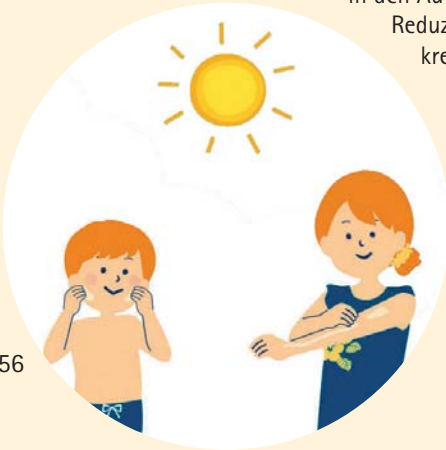


SunPass digital und nachhaltig – jetzt auch für Kindertagespflegestellen

Neben der kontaktlosen Durchführung 2021 war die Öffnung des Sonnenschutzprojektes für Kindertagespflegestellen 2022 die größte Veränderung, die das Projekt in den letzten Jahren erfahren durfte.

Außer den Kindertagesstätten und Kindergärten, spielen die Kindertagespflegestellen eine wichtige Rolle in der Kinderbetreuung. Im Saarland gibt es 400 dieser Tagespflegestellen, in denen über 2000 Kinder halb- bzw. ganztägig betreut werden. Dementsprechend rückt auch in diesen Kinderbetreuungseinrichtungen der Sonnenschutz in den Aufgabenbereich der Kindertagespflegepersonen und auch hier muss die Reduzierung der UV-Belastung zur langfristigen Senkung der Zahl der Hautkrebs-Neuerkrankungen unterstützt werden.

Wir freuen uns sehr, dass wir – immer in enger Zusammenarbeit mit der IKK Südwest – das Projekt innerhalb weniger Wochen für die Kindertagespflegestellen öffnen konnten und so noch mehr Kindern und Betreuungspersonen einen gesunden Umgang mit der Sonne ans Herz legen konnten.





SONNENSCHUTZ FÜR DIE KLEINSTEN

13 Kitas und 31 Kindertagespflegestellen mit dem SunPass 2022 ausgezeichnet

2022 haben 13 saarländische Kindergärten und Kindertagesstätten und 31 Kindertagespflegestellen erfolgreich am Projekt „SunPass – Gesunder Sonnenspaß für Kinder“ teilgenommen. Sie gehören zu mittlerweile über 170 saarländischen Einrichtungen, die von der Saarländischen Krebsgesellschaft e.V. in Zusammenarbeit mit der IKK Südwest offiziell als „Sonnenschutz-Kindergarten“ ausgezeichnet wurden!

Im Oktober war es dann soweit: Wir durften 13 Kitas und 31 Tagespflegestellen für ihr besonderes Engagement im Sonnenschutz auszeichnen, damit konnten wir über 1400 Kinder im Saarland erreichen.

Günter Eller, Geschäftsführer der IKK Südwest überreichte zusammen mit Julia Stief (Projektleiterin SunPass bei der Saarländischen Krebsgesellschaft) und Sabine Rubai (Geschäftsführerin der Saarländischen Krebsgesellschaft) die Zertifikate.



PRÄVENTION UND FRÜHERKENNUNG

FRÜH erkennen statt spät behandeln

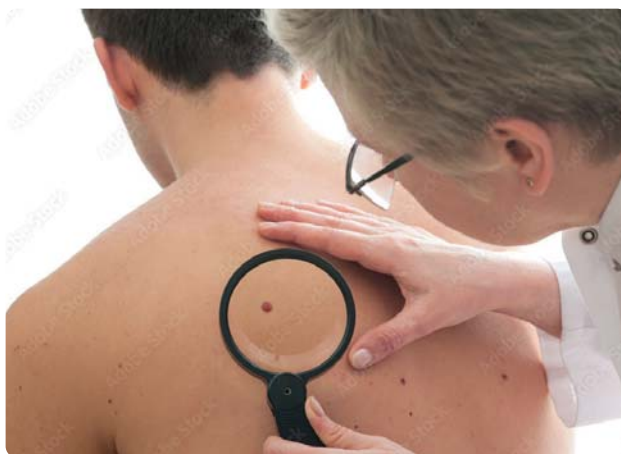
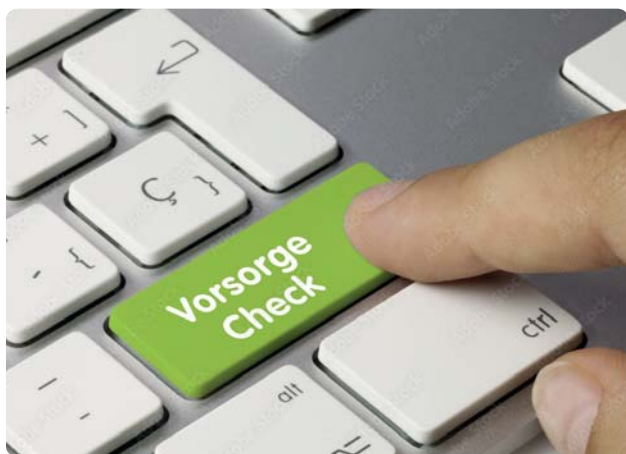
Anlässlich des Darmkrebsmonats März hat die Saarländische Krebsgesellschaft erneut öffentlich wir auf die Wichtigkeit von Früherkennungsuntersuchungen hingewiesen.

Eine Darmspiegelung zum Beispiel dauert gerade mal 30 Minuten und erkennt früh und zuverlässig Vorstufen von Darmkrebs. So kann ein Ausbrechen der Krankheit verhindert werden.

Doch nicht nur für Darmkrebs, sondern für ALLE Krebsarten gilt: Je früher Krebs erkannt wird, desto besser sind die Heilungschancen. Deshalb gehören Krebsfrüherkennungsprogramme zu den Standardleistungen der gesetzlichen Krankenkassen.

Hier finden Sie eine Auflistung der gesetzlichen Krebsfrüherkennungsprogramme:

*DENN:
Früherkennung
kann Leben retten!*



Gesetzliches Krebsfrüherkennungsprogramm für **FRAUEN** ab dem Alter von

20 **jährliche Früherkennung von Gebärmutterhalskrebs:**
– gezielte Anamnese
– Inspektion des Muttermundes
– Krebsabstrich und zytologische Untersuchung (Pap-Test)
– gynäkologische Tastuntersuchung

30 **jährliche Früherkennung von Brustkrebs:**
– gezielte Anamnese
– Inspektion und Abtasten der Brust und der regionären Lymphknoten
– ärztliche Anleitung zur Selbstuntersuchung

35 **alle zwei Jahre Früherkennung von Hautkrebs:**
– gezielte Anamnese
– visuelle, standardisierte Ganzkörperinspektion der gesamten Haut einschließlich des behaarten Kopfes und aller Körperhautfalten

alle drei Jahre Screening auf Gebärmutterhalskrebs „plus“
– Kombitest: Pap-Test plus HPV-Test (Virennachweis)

50 **50 bis 54 Jahren jährliche Früherkennung von Darmkrebs:**
– gezielte Beratung
– Immunologischer Test (iFOBT) auf verborgenes Blut im Stuhl

50 bis 69 Jahren alle 2 Jahre Früherkennung von Brustkrebs:
– schriftliche Anamnese
– Röntgen beider Brüste (Mammographie-Screening)
– Doppelbefundung der Röntgenaufnahmen durch zwei unabhängige Ärzte

55 **Früherkennung von Darmkrebs nach gezielter Beratung, entweder**
– zwei Darmspiegelungen im Abstand von 10 Jahren (jede ab dem Alter von 65 Jahren durchgeführte Darmspiegelung zählt als zweite Darmspiegelung) oder
– Immunologischer Test (iFOBT) auf verborgenes Blut im Stuhl alle zwei Jahre

Gesetzliches Krebsfrüherkennungsprogramm für **MÄNNER** ab dem Alter von

35 **alle zwei Jahre Früherkennung von Hautkrebs:**
– gezielte Anamnese
– visuelle, standardisierte Ganzkörperinspektion der gesamten Haut einschließlich des behaarten Kopfes und aller Körperhautfalten

45 **jährliche Früherkennung von Prostatakrebs:**
– gezielte Anamnese
– Inspektion und Abtasten des äußeren Genitales
– Tastuntersuchung der Prostata
– Tastuntersuchung der regionären Lymphknoten

50 **jährliche Früherkennung von Darmkrebs:**
– gezielte Beratung
– wahlweise Immunologischer Test (iFOBT) auf verborgenes Blut im Stuhl **oder** zwei Darmspiegelungen im Abstand von 10 Jahren

55 **Früherkennung von Darmkrebs nach gezielter Beratung, entweder**
– zwei Darmspiegelungen im Abstand von 10 Jahren (jede ab dem Alter von 65 Jahren durchgeführte Darmspiegelung zählt als zweite Darmspiegelung) **oder**
– Immunologischer Test (iFOBT) auf verborgenes Blut im Stuhl alle zwei Jahre

Je früher Krebs erkannt wird, desto eher ist er heilbar. Krebsfrüherkennungsprogramme gehören deshalb zu den Regelleistungen der gesetzlichen Krankenkassen.

Für die Teilnahme am gesetzlichen Früherkennungsprogramm fallen für Versicherte keine Kosten an.

SELBSTHILFEGRUPPEN

Neben der engen Zusammenarbeit mit regionalen und überregionalen Angeboten im Bereich der Selbsthilfe gibt es unter dem Dach der Saarländischen Krebsgesellschaft zwei eigene Selbsthilfegruppen.

Die Gruppe „Stützpunkt“ richtet sich speziell an junge Erwachsene mit Krebs. Außerdem bieten wir eine Gruppe speziell für Angehörige von an Krebs erkrankten Menschen an. Die Treffen finden regelmäßig in den Räumen der Saarländischen Krebsgesellschaft statt.

Stützpunkt – unsere Gruppe für junge Erwachsene mit Krebs

Unsere Selbsthilfegruppe „Stützpunkt“ für junge Erwachsene mit Krebs trifft sich regelmäßig bei uns in Saarbrücken. Erst als Experiment gestartet, überzeugten die virtuellen Gruppentreffen alle MitgliederInnen. Die Gruppe trifft sich seit über einem Jahr weiterhin regelmäßig am letzten Mittwoch eines jeden Monats ab 19 Uhr virtuell. Selbst externe Referenten wie der Dipl.-Psychologe Ralf Rousseau kamen zur Gruppe remote hinzu, um mit den TeilnehmerInnen über den Umgang mit Krisen zu sprechen.

In der Zeit der niedrigen Inzidenzen, konnten die Gruppentreffen kurzerhand in den Deutsch Französischen Garten in Saarbrücken verlegt werden, auf Picknickdecken und mit selbstmitgebrachtem Proviant tauschte sich die Gruppe häufig bis spät abends aus.

... und auch der Spaß kam natürlich nicht zu kurz. So wurde auch ein virtueller Spieleabend organisiert. Nach über einem Jahr Pandemie lässt sich unsere anfängliche Frage: „funktioniert eine Selbsthilfegruppe auch virtuell,“ eindeutig mit „ja, sogar sehr gut“ beantworten. Die Gruppe blieb nicht nur bestehen, sondern ist während dieser Zeit sogar gewachsen.

So wurde aus dem anfänglichen Experiment ein voller Erfolg, welchen wir auch gerne Hybrid fortsetzen möchten.



Habt Ihr Interesse oder kennt jemanden, der betroffen ist?

Alle Infos zum "Stützpunkt" gibt's unter www.krebsgesellschaft-saar.de

*„Wir können den Wind nicht ändern,
aber die Segel anders setzen.“* (Aristoteles)

Forum für Familie und Freunde von Krebskranken

Wenn ein Mensch die Diagnose Krebs erhält, betrifft das auch die Angehörigen, Familie und den Freundeskreis. Hilflosigkeit, Unsicherheit und Angst sind Emotionen, mit denen alle Betroffenen konfrontiert werden. Wie soll man sich jetzt verhalten und wie kann man helfen? Plötzlich steht man als Angehöriger vor völlig neuen Aufgaben, die einen auch schnell überfordern können. Begriffe, die vorher weit weg waren, wie „palliativ“, „Pflegebedürftigkeit“ oder „Hospiz“, stehen plötzlich im Raum und stellen Familie und Freunde vor Fragen. Der Fokus liegt auf der erkrankten Person: es sind Arzttermine zu organisieren, Therapien durchzuführen. Die Familienmitglieder und Freunde stellen ihre eigenen Bedürfnisse zurück um den geliebten Menschen bestmöglich zu unterstützen. Aber das gesamte nähere Umfeld ist enormen physischen und psychischen Belastungen ausgesetzt, die häufig nur wenig Beachtung finden.



Im Forum für Familie und Freunde von Krebskranken ermöglicht es die Saarländische Krebsgesellschaft e.V. Betroffenen, sich zu informieren, Kontakte zu knüpfen, zu Menschen, die mit einer vergleichbaren Situation umgehen müssen und, wenn gewünscht, über ihre Erfahrungen zu sprechen. Geschäftsführerin Sabine Rubai erläutert:

„Die Treffen starten mit einem kurzen Impulsvortrag zu wechselnden Themen durch eine/n Psychoonkologin der Saarländischen Krebsgesellschaft.“

Im Anschluss gibt es die Möglichkeit, sich über Probleme, Gedanken und Gefühle auszutauschen. Angehörige können hier Unterstützung finden, die veränderte Lebens-

situation zu bewältigen, die eigenen Grenzen neben der Fürsorge für den Anderen nicht aus dem Auge zu verlieren und - ganz wichtig - auch aktiv etwas für sich selbst zu tun.“

Themen der Impulsvorträge 2022:

- „Was tun, wenn alles zu viel wird?“ – Wege aus der Überforderung
- „Was steht mir zu?“ – Kompass durch den Urwald aus Formularen
- „Wie sag ich es meinem Kind?“ – Unterstützungsangebote für Kinder krebskranker Eltern
- „Stress ade“ – Entspannungsmöglichkeit bei Dauerbelastung

Termine: jeden 1. Mittwoch im Monat von 18:00 – 19:30 Uhr

In den Geschäftsräumen der Saarländischen Krebsgesellschaft e.V., Bruchwiesenstr. 15 in 66111 Saarbrücken.

Anmeldung: info@krebsgesellschaft-saar.de oder telefonisch unter 0681-30 988 100.

IHRE HILFE BEWIRKT VIEL!

HELFFEN SIE
HELFFEN!



GEMEINSAM
STARK!

Wir helfen Ihnen bei der Planung und Umsetzung Ihres Spendenvorhabens. Wir stellen Ihnen gerne Infomaterial, Überweisungsträger und Spendendosen zur Verfügung und sorgen zügig für die Zuwendungsbestätigungen. Gern sind wir persönlich für Sie und Ihre Fragen zum Thema Spenden und Unterstützung da:

Saarländische Krebsgesellschaft e.V.

Telefon: 0681 – 309 88-100

E-Mail: info@saarlaendische-krebsgesellschaft.de

Um Betroffene und Angehörige weiterhin mit unserem umfassenden Leistungspaket unterstützen zu können, benötigen wir Unterstützung: aus dem Saarland für das Saarland

Zahlungsempfänger: Saarländische Krebsgesellschaft e.V.

Kreissparkasse St. Wendel

IBAN: DE 8959 2510 2001 2011 6801

BIC: SALADE51WND

Verwendungszweck: SPENDE + „Vor- und Zunamen, vollständige Adresse“

Die Saarländische Krebsgesellschaft ist als gemeinnützige Institution anerkannt. Ihre Spende stellt für uns eine große Hilfe und Unterstützung dar und ist zudem steuerlich absetzbar.

 **SAARLÄNDISCHE
KREBSGESELLSCHAFT e.V.**

Die Saarländische Krebsgesellschaft e. V. verfolgt ausschließlich und unmittelbar gemeinnützige Zwecke. Die erforderlichen Mittel werden durch Beiträge, Zuwendungen, Zuschüsse, Spenden und Sammlungen aufgebracht.

Auf vielfältige Weise können Sie unsere Arbeit für Krebsbetroffene unterstützen:



⊙ **EINMAL-SPENDE ODER REGELMÄSSIGE SPENDEN**

Kleine oder große Summe: Jede Spende hilft

⊙ **SPENDENAKTIONEN**

z.B. Kuchenverkauf oder Flohmarkt, oder auch sportliche Aktionen wie ein Spendenlauf helfen uns sehr

⊙ **SACHSPENDEN:**

Selbstgenähte Werke wie Herzkissen oder Sorgenfressern sorgen für Erleichterung und Freude

⊙ **SPENDENDOSEN**

Mit einem kleinen Beitrag Großes zu bewirken. Gelegenheit dazu gibt es in vielen Geschäften. Werden auch Sie Spendendosen-Pate mit Ihrer Einrichtung

⊙ **ANLASS-SPENDEN**

Spenden statt Geschenke – mit diesem Wunsch tun Sie bei Ihrer Geburtstagsfeier, Hochzeit, Taufe, Kommunion oder Ihrem Jubiläum Gutes für Krebsbetroffene

⊙ **FEIERN UND GUTES TUN BEI FIRMENFEIERN**

Unternehmensspenden für die Saarländische Krebsgesellschaft e.V. kommen dies nicht nur Krebsbetroffenen zugute – es freuen sich auch Ihre Kund:innen, Mitarbeiter:innen und Ihr Netzwerk

⊙ **SPENDEN STATT KRÄNZE**

Schenken Sie Krebsbetroffenen Zuversicht und bitten Sie die Trauergemeinde um Spenden an die Saarländische Krebsgesellschaft

⊙ **ERBSCHAFTEN UND VERMÄCHTNISSE**

Was bleibt, wenn ich gehe? Machen Sie sich Gedanken, wie Sie Ihren Nachlass regeln? Sie können ein Erbe oder Vermächtnis für einen guten Zweck zur Verfügung stellen. So bleibt ein Teil von Ihnen im Leben und wirkt über Ihren Tod hinaus.

⊙ **FACEBOOK GEBURTSTAGSSPENDE**

Nicht selten fällt es schwer, das richtige Geburtstagsgeschenk zu finden. Eine Geburtstagsspende über facebook ist ganz einfach.

⊙ **UNTERNEHMENSSPENDEN**

Zum Ausdruck sozialen Engagements, wenn Sie als Organisation gesellschaftliche Verantwortung übernehmen wollen

⊙ **MITGLIEDSCHAFT**

Werden Sie Mitglied und unterstützen Sie unsere wichtige Arbeit im Saarland dauerhaft – mit 36,- € im Jahr



SPENDEN UND HELFEN

GELD-SPENDEN

Die Saarländische Krebsgesellschaft dankt allen Förderern für die wertvolle Unterstützung. Im Jahr 2022 haben viele Institutionen und Organisationen unsere Arbeit in besonderem Maße gefördert:

Stellvertretend danken wir:

ETTER PERSONALKOMPETENZ GMBH

2.000 €



PETER UND LUISE HAGER STIFTUNG

2.000 €



PAULUS APOTHEKE SAARBRÜCKEN

3.000 €



HERWECK AG

500 €



GEMEINSAM STARK

SAARLÄNDISCHE KREBSGESELLSCHAFT e.V.

KARLSBERG BRAUEREI GMBH

815 €



MITEINANDER GEGEN KREBS e.V.

23.000 €



ROTARY CLUB EPELBOERN-ILLTAL

1.000 €



SCHEER GMBH

2.000 €



PRAXIS FÜR THAI MASSAGE S. KNAPP

300 €



ROTARACT CLUB SAARLOUIS

244,50 €



SPENDEN UND HELFEN

GELD-SPENDEN

*DANKE an alle,
die uns unterstützen!*

PROWIN WINTER GMBH

5.000 €



VERSTEIGERUNGEN FÜR PROJEKT REGENBOGEN VIA FACEBOOK

7.777,7 €



SUMMACOM GmbH & Co. KG

2.000 €



ERLÖS DES 3. KINDER-SECONDHAND-BASARS BAUMHOLDER

500 €



SPENDEN UND HELFEN

ANLASS-SPENDEN

Die Saarländische Krebsgesellschaft bedankt sich bei allen Spendern für ihre Unterstützung, insbesondere auch für Kondolenzspenden anlässlich eines Trauerfalls, Geburtstags- und Jubiläumsspenden, Spendenaktionen zu verschiedenen Anlässen sowie Spenden in Form von Erbschaften und Vermächtnissen. Strafrichter, Staatsanwälte und Strafverteidiger im Saarland unterstützen seit vielen Jahren die Arbeit der Saarländischen Krebsgesellschaft durch Geldauflagen.

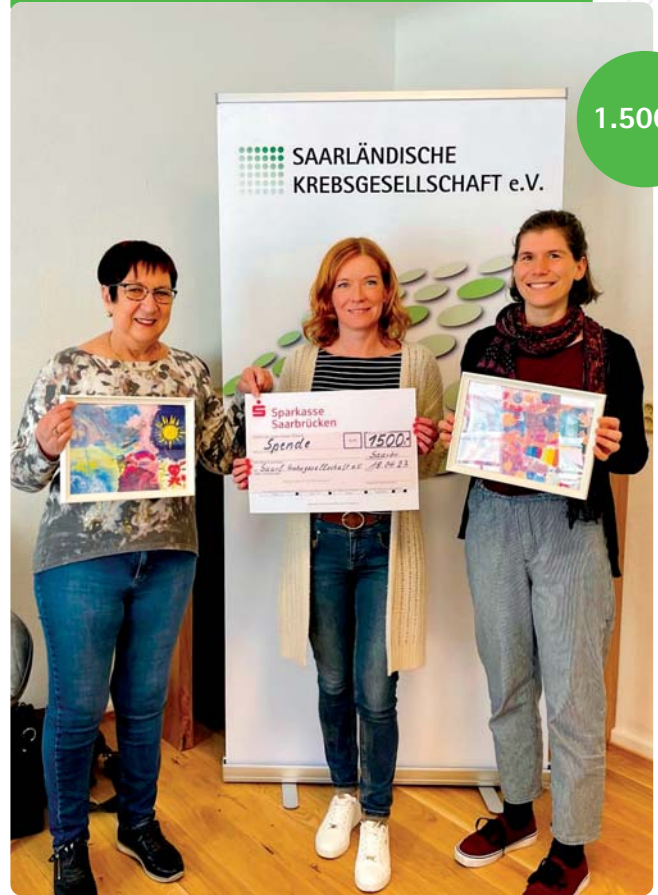
KONZERTSPENDE „DIE HEULER“

1.500 €



GEBURTSTAGSSPENDE FRAU SCHRÖDER

1.500 €



GEBURTSTAGSSPENDE FRAU PROF. DR. PULHAM

1.000 €



KOMMUNIONSSPENDE

400 €



GEMEINSAM STARK

SAARLÄNDISCHE
KREBSGESELLSCHAFT e.V.



MUSIK GEGEN KREBS

10.954 €



MUSIK GEGEN KREBS

Das **4. Benefizkonzert 2022** zugunsten der
Saarländischen Krebsgesellschaft e.V.
im Großen Sendesaal, Funkhaus Halberg

Ein *gelungener* Abend,
voller Emotionen.

SPENDEN UND HELFEN

SACH-SPENDEN

Wir danken allen Spendern und Spenderinnen, die unsere wertvolle Arbeit durch ihr Engagement erst ermöglichen!

AGENTUR FRIENDS EVENT

Tombola-Preise



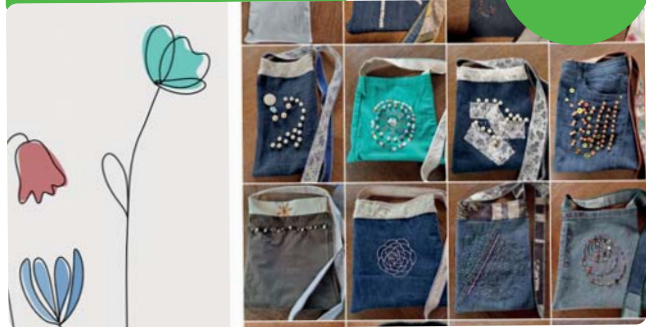
PETRA LATZ

Sorgen-fresserchen



KUNST & HANDWERK ANNETTE WAGNER

Hand-taschen



HOBBYKÜNSTLER UM DEN HÖCHERBERG E.V.



Sorgen-fresserchen

GEMEINSAM STARK

SAARLÄNDISCHE KREBSGESELLSCHAFT e.V.

VOGELWEH ELEMENTARY SCHOOL

Hilfsmittel
Neuropathie



SUMMACOM GmbH

General-
probe Staats-
theater



NADINE ALLES-BERBERICH &
THALIA SAARBASAR

Sorgen-
fresserchen
Bücher



Die Saarländische Krebsgesellschaft e.V. kann ihre Aufgaben und Ziele nur dann zuverlässig verfolgen, wenn sie Spenden, Zuwendungen und Fördergelder erhält. Finanzielle Sicherheit gewährleistet den Fortbestand der Saarländischen Krebsgesellschaft. Allen Spender*innen und Unterstützer*innen gilt großer Dank und Anerkennung.

Ein besonderer Dank gilt dem Café Lolo, wo seit vielen Jahren eine unserer Spendendosen steht.

SPENDEN-
DOSEN

Weiterer treuer und fleißiger Spenden-Pate ist die Sparkasse Dudweiler.



HELFFEN SIE UNS, ANDEREN ZU HELFFEN

Alle Angebote der Saarländischen Krebsgesellschaft sind für die Ratsuchenden **kostenfrei**.

Die Saarländische Krebsgesellschaft e.V. wird seit Oktober 2020 anteilig durch den GKV-Spitzenverband gefördert und finanziert sich darüber hinaus **über Spenden und freiwillige Zuschüsse**.

Um Betroffene und Angehörige weiterhin mit unserem umfassenden Leistungspaket unterstützen zu können, benötigen wir Unterstützung:
aus dem Saarland für das Saarland.

Spendenkonto:

Saarländische Krebsgesellschaft e.V.

Kreissparkasse St. Wendel

IBAN: DE89 5925 1020 0120 1168 01

BIC: SALADE51WND

Spenden sind steuerbegünstigt

 **SAARLÄNDISCHE
KREBSGESELLSCHAFT e.V.**

Weitere Informationen unter:

 www.krebsgesellschaft-saar.de

 facebook.com/saarlaendischekrebsgesellschaft

 info@krebsgesellschaft-saar.de

