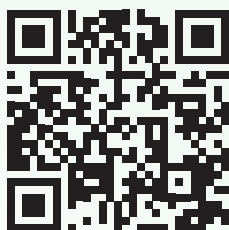


Jahresbericht

2024

Wir sind da, wenn plötzlich
alles anders ist



Impressum

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

Auflage: 500 Stück

Fotonachweis: Saarländische Krebsgesellschaft e.V., Jana Rupp, Honkphoto,
Andreas Neumann, Adobestock, istockphoto, vecteezy.com, pixabay.com, freepik.com, Canva

Das Titelbild unseres Jahresberichts ist im Rahmen eines Ausflugs mit unserem Projekt
Regenbogen für Kinder krebskranker Eltern entstanden.

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	8
	b) Beratungsleistungen 2024	12
	c) Finanzen	19
	d) Neuigkeiten aus den Beratungsstellen	20
5	Projekte für Betroffene und ihre Familien	
	a) Leben mit Krebs – Kurse für PatientInnen und Angehörige	30
	b) Projekt Regenbogen für Kinder krebskranker Eltern	32
	c) Projekt „Zurück ins Leben“	40
6	Veranstaltungen	
	a) Saar-Pfalz-Symposium 2024	44
	b) Neujahrskonzert im Saarländischen Staatstheater	46
	c) Neujahrsempfang der Ministerpräsidentin	47
	d) Deutscher Krebsskongress 2024 im Citycube Berlin	48
	e) Best of Frank Nimsgern im Saarländischen Staatstheater	49
	f) Konzertrückblick: unsere Botschafterin Ela. auf Deutschlandtour	49
	g) Fachlicher Austausch zur Krankenhauslandschaft im Saarland	50
	h) Neujahrsempfang der saarländischen Ärzteschaft 2025	50
	i) German Cancer Survivors Week 2024	50
	j) Mitgliederversammlung 2024 und Verabschiedung unserer langjährigen Schatzmeisterin	51
	k) 10 Jahre Cross against Cancer	52
7	Prävention und Früherkennung	
	a) Vorträge für Unternehmen im Saarland	54
	b) Nationale Krebspräventionswoche 2024	55
	c) Prävention im Fokus	56
	d) Projekt SunPass – Gesunder Sonnenspaß für Kinder	60
	e) Früherkennung – Vorsorge kann Leben retten	62
8	Selbsthilfegruppen	64
9	Spenden und Helfen – Wir sagen DANKE	68



Liebe Mitglieder, Förderinnen und Förderer, Freundinnen und Freunde der Saarländischen Krebsgesellschaft,

mit großer Freude blicken wir auf das Jahr 2024 zurück und laden Sie ein, mit diesem Jahresbericht einen Blick auf unsere vielfältigen Aktivitäten, Projekte und Entwicklungen zu werfen.

Auch 2024 war ein Jahr voller Bewegung, Begegnungen und neuer Meilensteine. Besonders stolz sind wir auf die **Eröffnung unserer neuen Beratungsstelle in Merzig**. Mit diesem Schritt haben wir unser Angebot erweitert und können nun noch mehr Betroffenen und ihren Angehörigen wohnortnahe Unterstützung bieten – ein wichtiger Beitrag zu unserer Mission, dass niemand mit der Diagnose Krebs allein gelassen wird.

Ein weiteres Highlight war die erste **Mehrtagesfahrt im Rahmen unseres Projekts Regenbogen**. Diese besondere Initiative hat Betroffene und ihre Familien zusammengeführt und ihnen in einer schwierigen Lebensphase wertvolle Momente der Gemeinschaft und des Aufatmens geschenkt.

Ein fachlicher Höhepunkt des Jahres war unser sehr gut besuchtes **Saar-Pfalz-Symposium**: Neben den neuesten onkologischen Therapiestandards vom amerikanischen Krebskongress stand besonders die enge Vernetzung von Onkologen und Hausärzten im Fokus – als Schlüssel für eine wohnortnahe, koordinierte und ganzheitliche Versorgung der Betroffenen.

Auch unsere **Botschafterkampagne setzte 2024 erneut starke Akzente**. Zahlreiche neue Persönlichkeiten aus dem Saarland haben sich uns angeschlossen und dazu beigetragen, das Thema Krebs weiter zu enttabuisieren und Solidarität zu zeigen. Ihr Engagement macht sichtbar, wie viel wir gemeinsam erreichen können.

Im Hintergrund haben wir uns ebenfalls weiterentwickelt: Mit neuen Strukturen im **Bereich Fundraising und HR** sind wir noch

besser aufgestellt, um unsere Angebote auszubauen und noch mehr Menschen in herausfordernden Zeiten zur Seite zu stehen.

Unser Motto bleibt dabei immer das gleiche: „Wir sind da, wenn plötzlich alles anders ist...“ Dieser Leitgedanke begleitet uns jeden Tag – und wir danken von Herzen allen, die uns dabei unterstützen. Sei es durch Ihre Spenden, Ihr ehrenamtliches Engagement, Ihre berufliche Expertise oder Ihre Stimme als Botschafter: **Dank Menschen wie Ihnen bleibt unsere Unterstützung nicht nur ein Versprechen, sondern gelebte Realität.**

Lassen Sie uns auch 2025 zusammen dafür sorgen, dass Menschen mit Krebs im Saarland auf ein starkes Netzwerk vertrauen können.

Mit herzlichen Grüßen und großem Dank,

Ihr Team der
Saarländischen Krebsgesellschaft e.V.

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

Sabine Rubai
Geschäftsführerin
Saarländische
Krebsgesellschaft e. V.



VORSTAND



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



Dr. med. Martina Treiber
Stellvertretende Vorsitzende,
Chefärztin der Klinik für Radio-
onkologie / Strahlentherapie;
CaritasKlinikum Saarbrücken
St. Theresia

SCHATZMEISTERIN



Rita Ceska
ab 2025



Christa Stegmaier
2019 bis 2025

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
Gemeinschaftspraxis
Dr. med. Barbara Zimmer
Helga Schimke



**Prof. Dr. med.
Erich-Franz Solomayer**
Direktor der Klinik für
Frauenheilkunde, 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

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

BERATUNGSTEAM



Julia Stief
Fundraising
und Projekte



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 Glaubien
Beratungsstelle
SAARBRÜCKEN/
MERZIG
Dipl.-Psychologin,
Psychoonkologin



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



Erika Rohrbacher
Beratungsstelle
SAARLOUIS
Psychoonkologin



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



Tom Rheinheimer
Beratungsstelle
LEBACH/SAARBRÜCKEN
Psychologe (M.Sc.),
Psychoonkologe



**Christoph Waterbör-
Weitert**
Beratungsstelle
SAARBRÜCKEN
Psychoonkologe



Hannah Dietel
Beratungsstelle
SAARBRÜCKEN
Aushilfe



Jessica Selzer
Beratungsstelle
LEBACH/SAARBRÜCKEN
Sozialarbeiterin,
Sozialpädagogin B.A.,
Systemische Beraterin M.A.,
Psychoonkologin



Lara Frey-Wiederhold
Studentische
Aushilfe



Stella
Therapiehundin i.A.
Beratungsstelle
SAARBRÜCKEN



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 8.000 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 zehn 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, Merzig 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.

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**. Expert*innen sind sich einig, dass Krebspatient*innen 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 170 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.

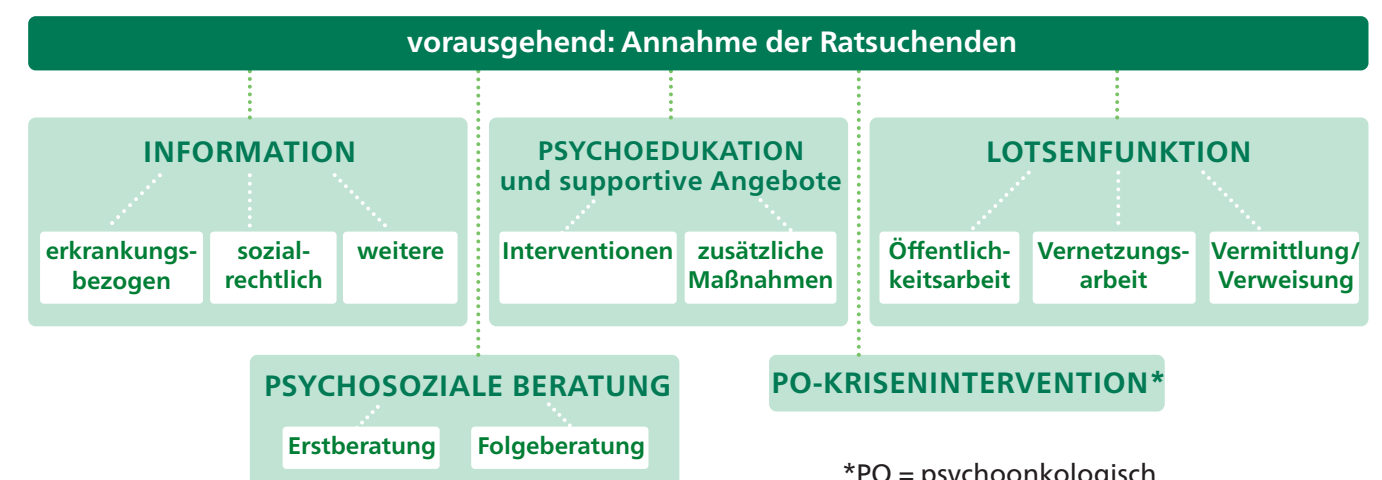
Die daraus resultierenden „Empfehlungen für einen Leistungskatalog und Qualitätskriterien für ambulante psychosoziale Krebsberatungsstellen“ wurden Anfang 2019 in einer Entwurfsfassung vom Bundesgesundheitsministerium veröffentlicht. Sie gelten als Grundlage für die Regelfinanzierung.

10 Leitsätze der Landeskrebsgesellschaften zur Krebsberatung

Die Landeskrebsgesellschaften der Deutschen Krebsgesellschaft sehen in der ambulanten psychoonkologischen Beratung die wesentliche Aufgabe ihrer insgesamt 170 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 Patient*innen 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:



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 qualitäts-
gesichert durch Fachkräfte
mit zusätzlicher psychoonkologischer
Qualifikation. Alle MitarbeiterInnen
unterliegen der Schweigepflicht.**



Beratungsstellen im Saarland



Inanspruchnahme

Im Jahr 2024 wurden in den Beratungsstellen der Saarländischen Krebsgesellschaft rund **14.401** 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 persönlichen Beratungsgesprächs erfolgen. Im Jahr 2024 verzeichnete die Saarländische Krebsgesellschaft 7.356 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 7.045 Beratungen mit 9.771,5 Beratungseinheiten dokumentiert.

Kontakte	2019	2020	2021	2022	2023	2024
persönliche Beratungen (inkl. Video)	1503	1219	1621	2248	2535	3606
Telefonberatungen / schriftliche Beratung	410	738	1267	1184	960	997
Beratungen gesamt	1913	1957	2888	3432	3495	4603
zus. Patientenkontakte Sekretariat (u.a. Serviceleistungen)	2027	2102	2703	3063	4865	7356
Kontakte gesamt	3940	4059	5591	6495	8360	11959

Die Saarländische Krebsgesellschaft e.V. ist ein gemeinnütziger Verein, der seit Oktober 2020 anteilig durch den GKV-Spitzenverband gefördert wird und finanziert sich darüber hinaus durch Spenden und projektbezogene Förderung.

Alle Mittel kommen den Menschen aus dem Saarland zugute.



Merkmale der Ratsuchenden

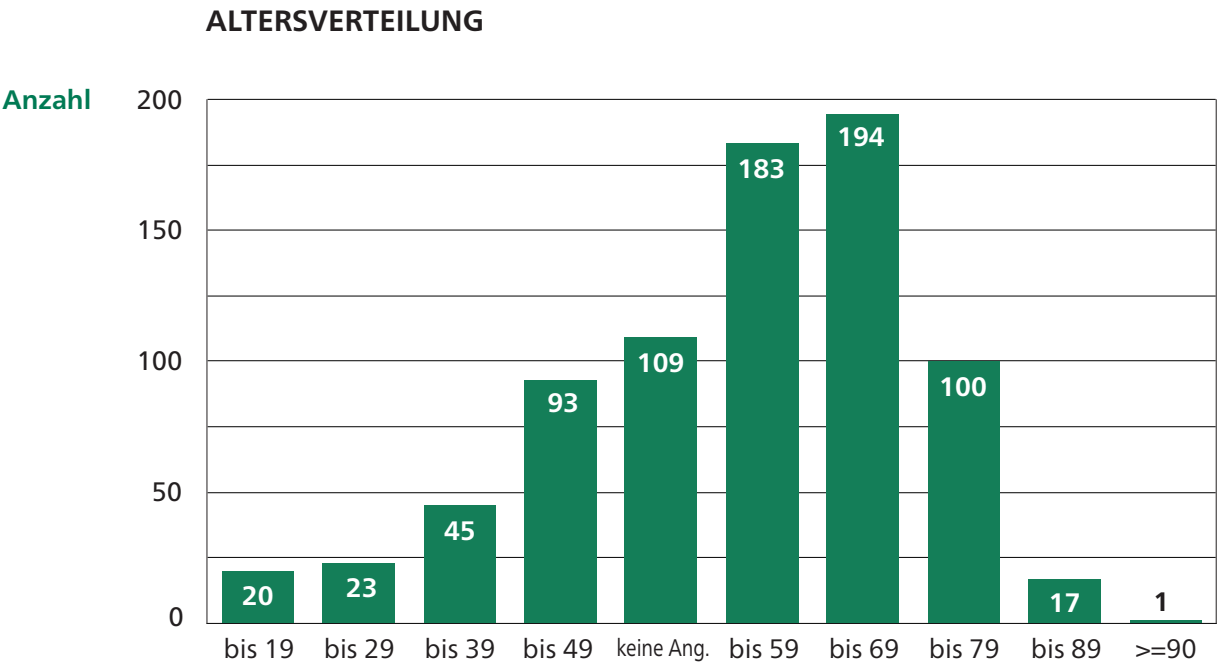


Abb. 1: Altersverteilung (n=785)

Merkmale der Ratsuchenden

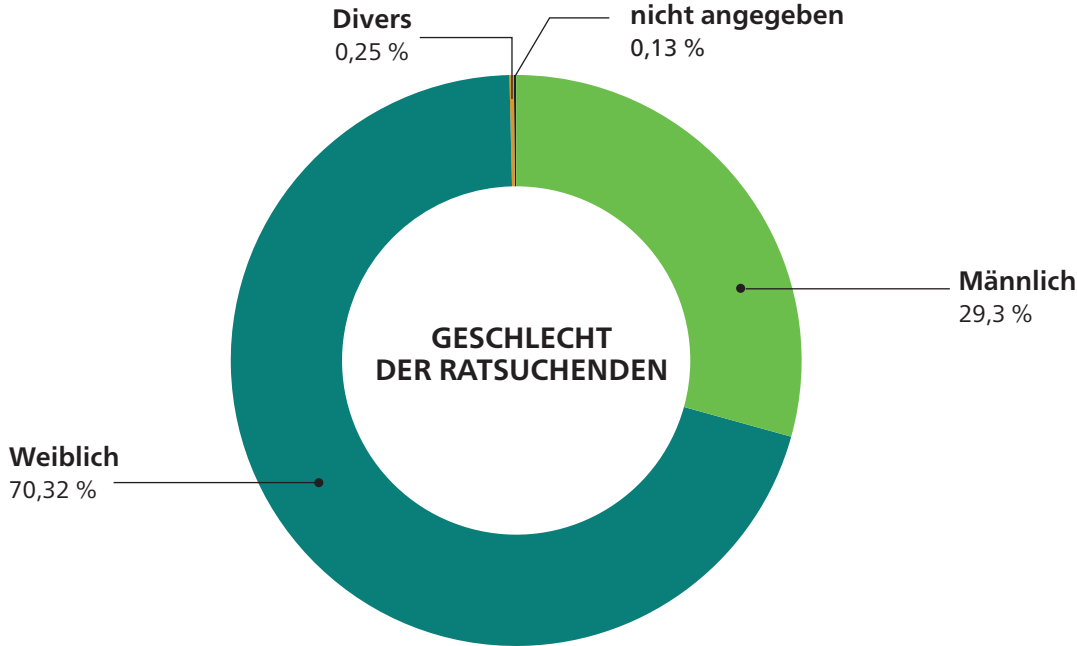


Abb. 2: Geschlecht der Ratsuchenden (n=785)

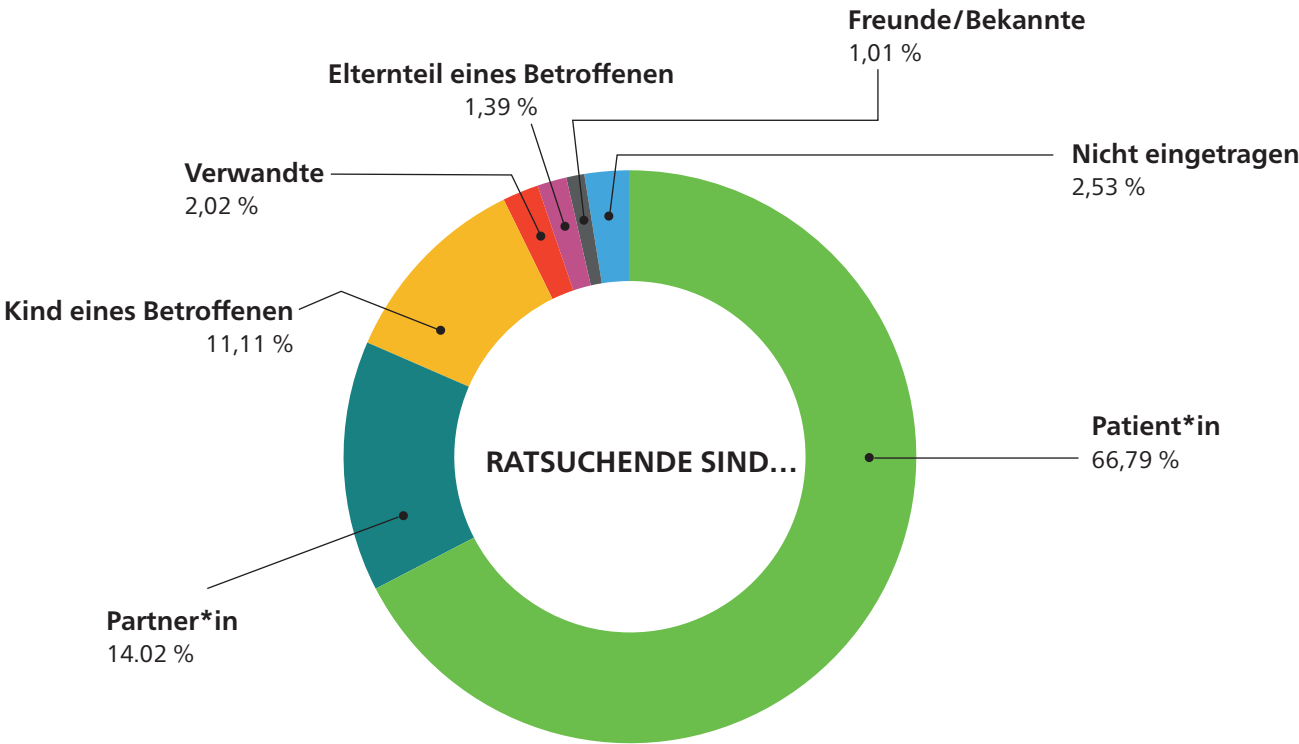
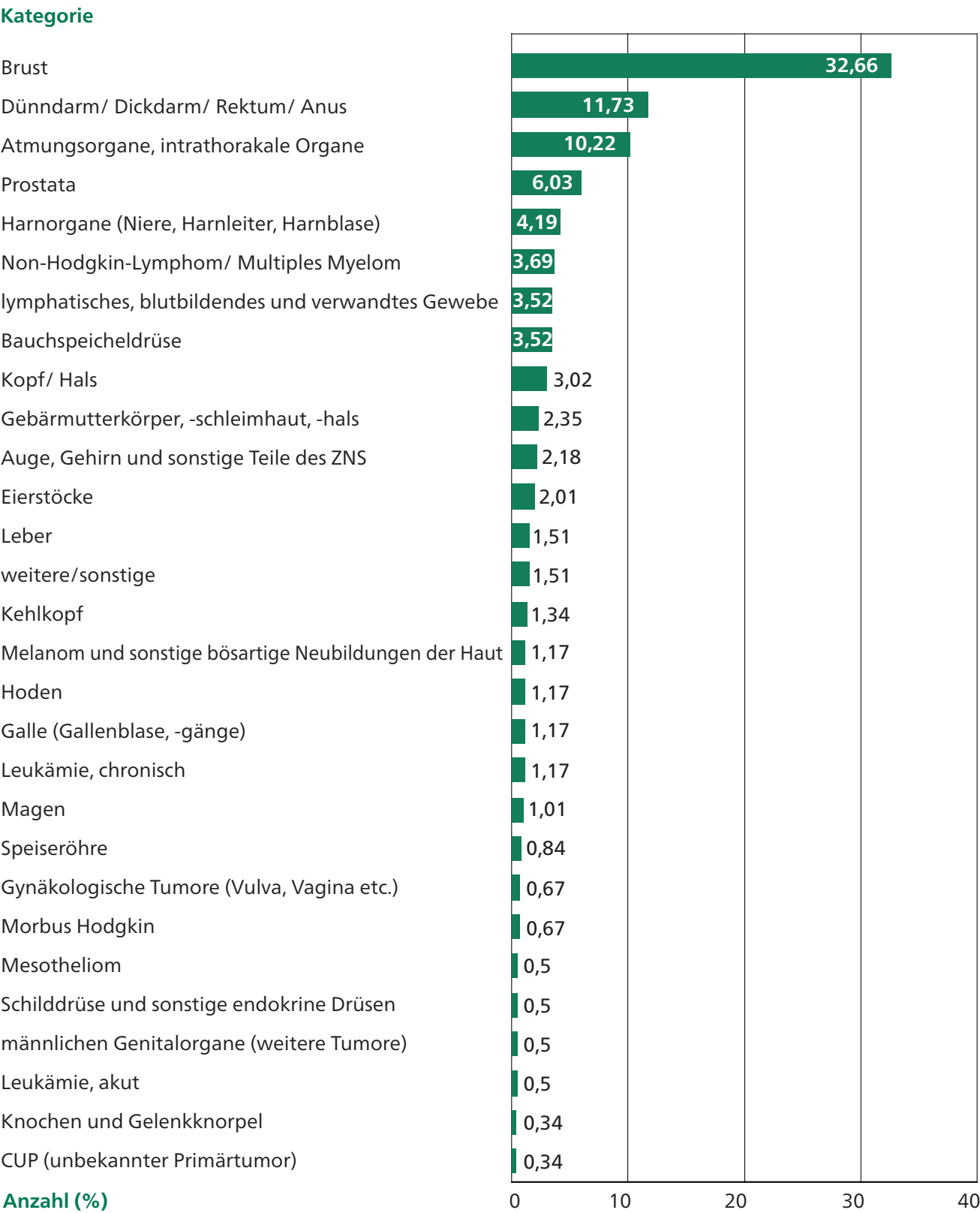


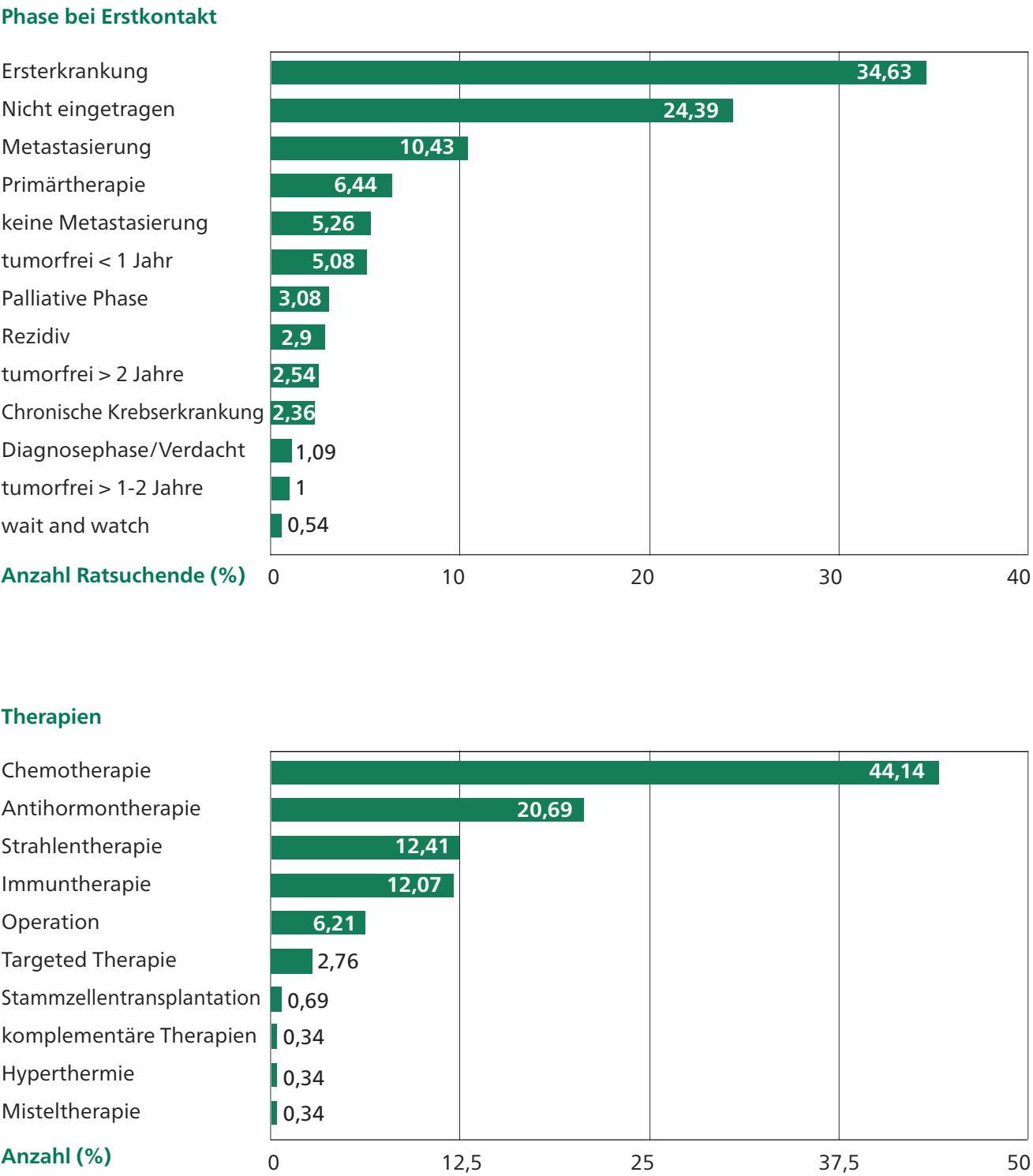
Abb. 3: Ratsuchende (n=785)

Erkrankungsmerkmale



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.



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 Projekt-

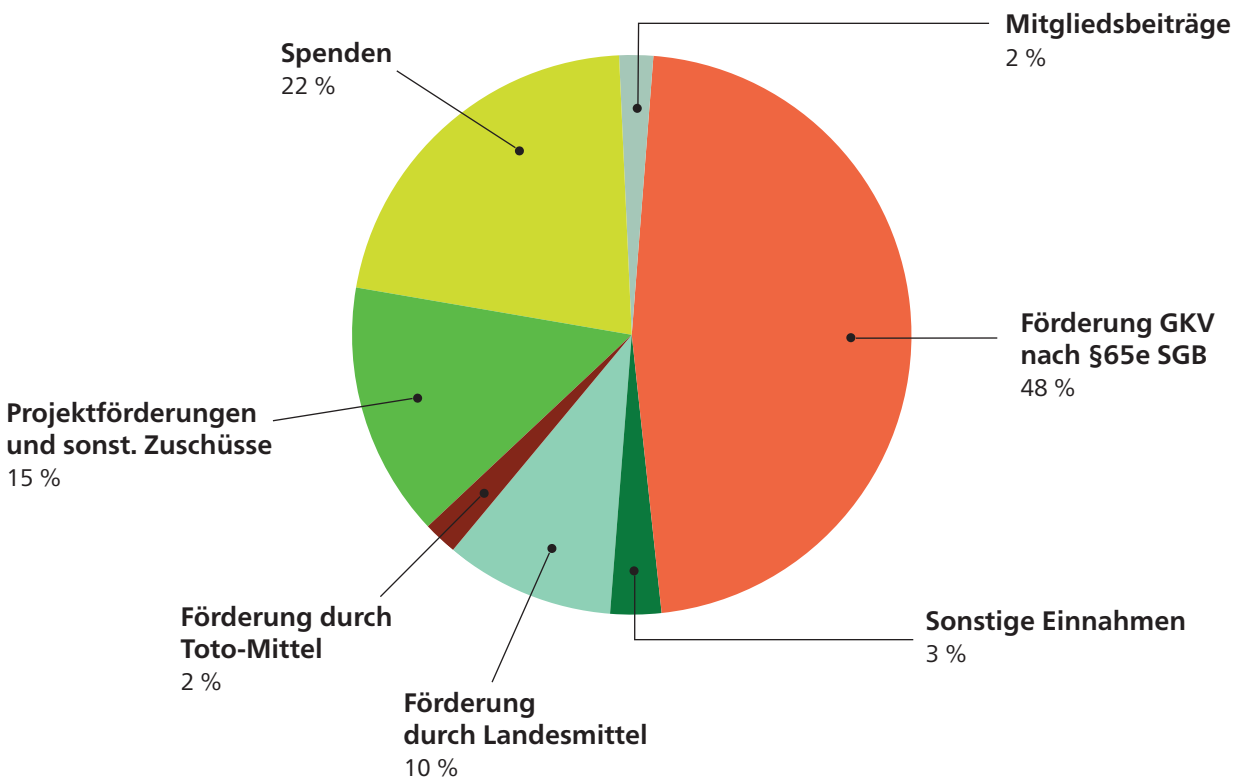
partnerInnen für ihr Vertrauen und die Wertschätzung unserer Arbeit. Seit Oktober 2022 beteiligt sich laut Gesetz zudem die GKV mit 80 % an den Kosten der ambulanten Krebsberatung. Festgelegt wurde dies im §65e SGB V.

Im Jahr 2024 erzielte die Saarländische Krebsgesellschaft Einnahmen in Höhe von 1.110.148,56 Euro.

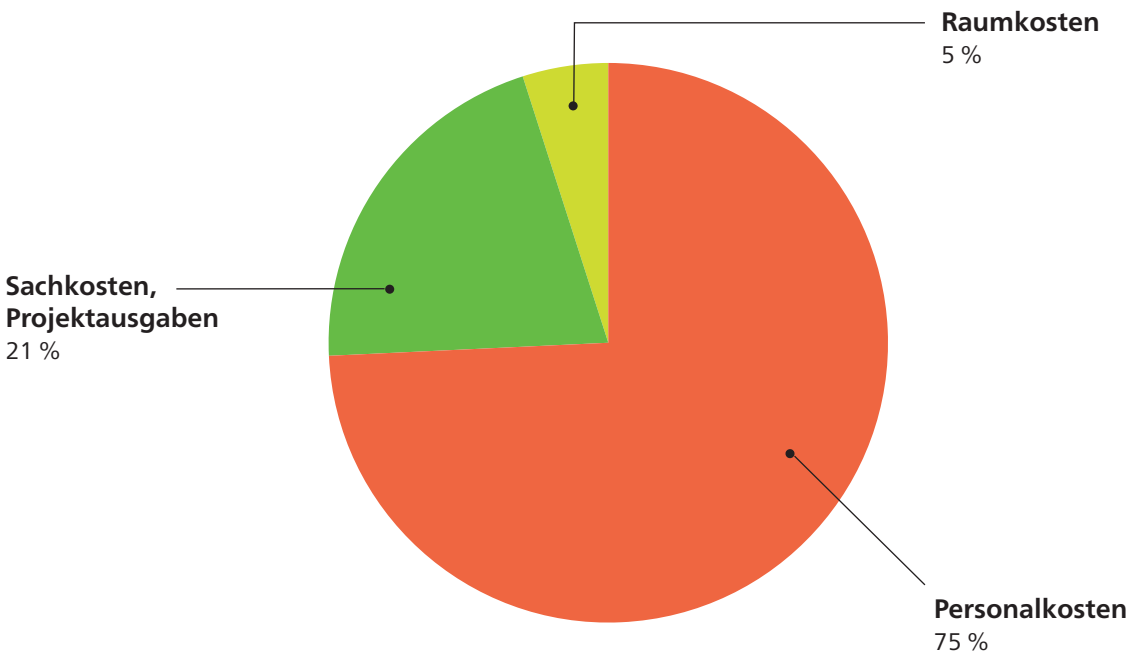
Die Ausgaben beliefen sich 2024 auf 1.099.947,11Euro.

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

Einnahmen 2024 (in %)



Ausgaben 2024 (in %)



FAQs für euren Besuch bei der Saarländischen Krebsgesellschaft

Habt ihr Fragen zu eurem Besuch bei uns?

Wir haben hier kurz und knapp einige häufig gestellte Fragen und Antworten für euch zusammengestellt:

Was ist eine psychoonkologische Beratung?

Unsere psychoonkologische Beratung bietet Unterstützung, um den Umgang mit der Diagnose, der Behandlung und den Veränderungen im Leben zu erleichtern. Themen können beispielsweise sein: Umgang mit Ängsten, Stärkung der emotionalen Bewältigungskraft, Förderung der Kommunikation innerhalb der Familie, Hilfe bei der Rückkehr in den Alltag nach der Behandlung.

Brauche ich eine Krankenkassenkarte?

Nein, ihr benötigt keine Krankenkassenkarte für die Beratung bei uns.

Wie lange sind die Wartezeiten?

Wir bemühen uns, die Wartezeiten so kurz wie möglich zu halten, damit ihr schnell Hilfe bekommt. Je nach Beratungsstelle können bereits Termine innerhalb einer Woche vergeben. In dringenden Fällen ist sogar eine kurzfristige telefonische Beratung möglich.

Können auch Angehörige kommen?

Ja, wir beraten auch Angehörige und unterstützen sie in dieser schwierigen Zeit.

Was kostet die Beratung?

Unsere Beratung ist komplett kostenfrei und steht allen Betroffenen im Saarland zur Verfügung.

Wird bei Anträgen geholfen?

Ja, wir unterstützen euch bei Antragstellungen und bürokratischen Fragen, um euch den Alltag zu erleichtern.



Was bietet das Projekt Regenbogen an?

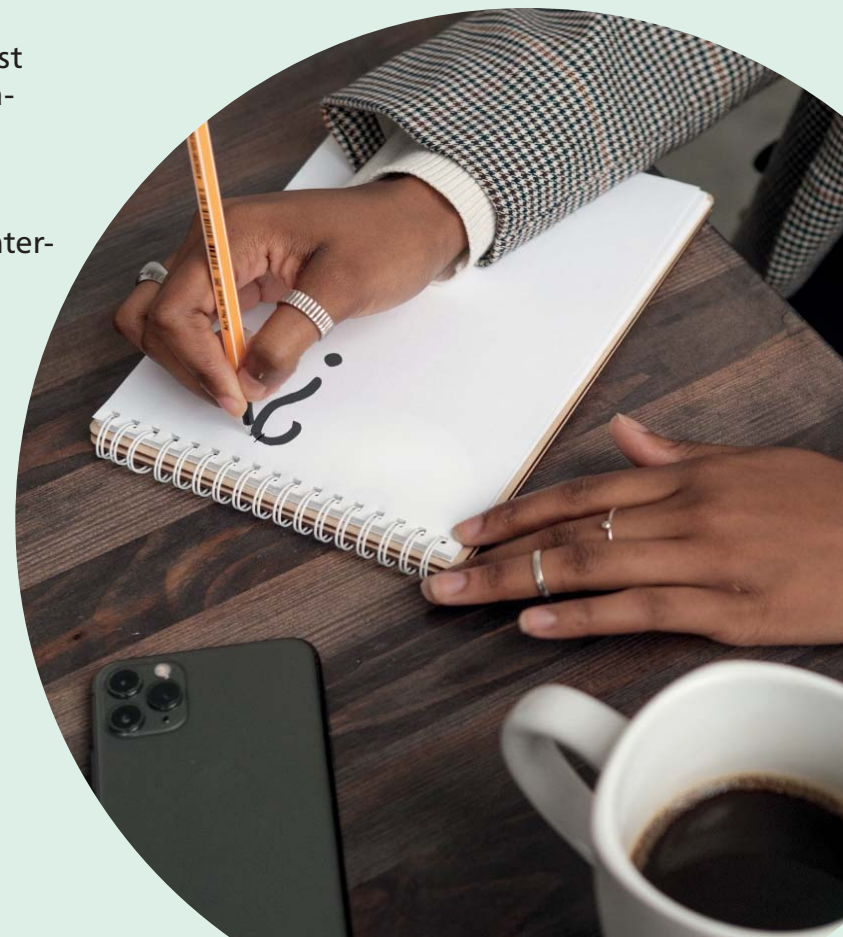
Unser Projekt Regenbogen unterstützt Kinder krebskranker Eltern mit speziellen Beratungsangeboten und Aktivitäten, um ihnen in dieser schwierigen Zeit beizustehen.

Was passiert, wenn niemand ans Telefon geht?

Selbst wenn wir mal nicht ans Telefon gehen, kannst du uns jederzeit auf den Anrufbeantworter sprechen. Wir rufen in der Regel innerhalb eines Werktages zurück.

Wir sind da, wenn plötzlich alles anders ist!

Mehr Infos findet ihr auf unserer Website: www.krebsgesellschaft-saar.de



Tools für Patienten

Die Gefühlsliste

In einer unserer Beratungen hatte eine kleine Heldin eine großartige Idee: die Gefühlsliste! Diese Liste hilft Kindern, ihre Gefühle zu erkennen und auszudrücken, was besonders wichtig ist, wenn ein Elternteil an Krebs erkrankt ist. So funktioniert die Liste: Jedes Familienmitglied trägt jeden Tag in die Liste ein, wie es sich gefühlt hat und warum. Sonntags kommen alle zusammen und erzählen sich gegenseitig davon.

„So gibt jede*r ein Stück von sich an die anderen weiter!“, freut sich unsere kleine Heldin. Ein riesiges Dankeschön für diesen wertvollen Vorschlag!



Unser „Kleiner Erste Hilfe Koffer“



Was, wenn plötzlich alles anders ist? Wenn die Diagnose Krebs das Leben auf den Kopf stellt, können viele Ängste und Unsicherheiten entstehen. In solchen Momenten ist es wichtig, kleine Helfer zur Hand zu haben. Deswegen haben wir den „Kleinen Erste Hilfe Koffer“ erstellt – ein Heftchen voller Entspannungsübungen, die unsere Patient*innen in herausfordernden Zeiten unterstützen sollen.

Der „Kleine Erste Hilfe Koffer“ enthält zum Beispiel: Das ABC des Wohlbefindens, Die 4-7-11 Atemübung, Kleine Hilfestellungen bei akuter Angst und Panik.

Wir sind da, wenn plötzlich alles anders ist!

Kochbuch „Ernährung während und nach der Krebstherapie“

Anlässlich des Tags der gesunden Ernährung am 7. März möchten wir euch unser bewährtes Kochbuch „Ernährung während und nach der Krebstherapie“ erneut vorstellen. Das Buch bietet speziell abgestimmte Rezepte für Krebspatient*innen während und nach ihrer Therapie. Eine ausgewogene Ernährung spielt bei der Unterstützung von Krebspatient*innen eine entscheidende Rolle. Unsere Rezepte basieren auf wissenschaftlichen Empfehlungen und sollen nicht nur für Abwechslung, sondern auch für Genuss im Alltag sorgen. Dank der tollen Unterstützung der Knappschaft und der Hessischen Krebsgesellschaft e.V. können wir die Rezeptsammlung kostenfrei an Betroffene und ihre Angehörigen weitergeben. Bestellt euch euer Exemplar direkt über unsere Webseite: www.krebsgesellschaft-saar.de/kontakt



Vorbereitung auf Arztgespräche – Wir sind an eurer Seite!

Du bist an Krebs erkrankt? Ein Angehöriger von Dir ist ans Krebs erkrankt? Dann kann das bevorstehende Arzt-/Ärztinnengespräch oft mit Unsicherheiten und Ängsten verbunden sein:

Welche Frage kann ich stellen?

Wie kann ich mich auf so ein schweres Gespräch vorbereiten?

Wir unterstützen und beraten bei der Vorbereitung auf das Arztgespräch! Eine klare Struktur und gezielte Fragen können helfen, die notwendigen Informationen zu erhalten. Gemeinsam können wir klären, welche Fragen wichtig sind und wie du dich optimal auf das Gespräch vorbereiten kannst - denn gut vorbereitet, fühlt sich jede*r sicherer!

Alle Infos zu unserem Beratungsangebot findet ihr unter: www.krebsgesellschaft-saar.de

Wir sind da, wenn plötzlich alles anders ist!



Jahresbericht 2024

NEUIGKEITEN AUS DEN BERATUNGSSTELLEN

Zum Weltkrebstag: Bekannte Persönlichkeiten aus dem Saarland engagieren sich erneut für Menschen mit Krebs

Die Kampagne unter Schirmherrschaft von Ministerpräsidentin Anke Rehlinger hat seit ihrem Start im Jahr 2023 unglaublich viele Menschen im Saarland erreicht und insbesondere auf die kostenlosen Hilfsangebote der Saarländischen Krebsgesellschaft aufmerksam gemacht. „Unser Ziel ist es, dass alle Menschen im Saarland wissen, dass es uns gibt, falls Sie uns einmal brauchen“. so Sabine Rubai, Geschäftsführerin der Saarländischen Krebsgesellschaft e.V.

Viele Unterstützer*innen haben dem Thema auch in diesem Jahr zum Weltkrebstag am 4. Februar erneut ihre Reichweite geschenkt und ihre persönliche Botschaft über ihre Social Media-Kanäle und andere Medien geteilt. So wird eine breite Sichtbarkeit geschaffen und das Tabu „Über Krebs spricht man nicht“ gebrochen.

Der große Erfolg der Kampagne spiegelte sich auch in der Auszeichnung mit dem Marketing Award 2023 wider.

Wir sind unglaublich stolz und dankbar für die großartige Auszeichnung unserer Kampagne „Was, wenn plötzlich alles anders ist“ in der Kategorie „Best of Charity“.

Der Award ist nicht nur eine Auszeichnung für uns, sondern ein Zeichen dafür, wie wichtig und wertvoll es ist, das Thema Krebs ins Zentrum der öffentlichen Wahrnehmung zu rücken.

ANKE REHLINGER
Ministerpräsidentin
des Saarlandes



„Wir sind von Herzen dankbar, dass uns auch in diesem Jahr so viele bekannte Saarländer*innen unterstützen. Wir haben bisher sehr viel positive Resonanz auf unsere Aktion erhalten. Besonders wertvoll und berührend waren für uns die Nachrichten von Patientinnen und Patienten, die einfach DANKE gesagt haben, dass wir das Thema so in die Öffentlichkeit bringen.“ so Dr. med. Steffen Wagner.

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



BERNHARD LEONARDY
Konzertorganist,
Kirchenmusiker und Dirigent



WOLFGANG MERTES
Konzertmeister des
Saarländischen Staatssymphonieorchesters



WALTER RIES
Gastronom und Eventmanager



WOLFGANG MAYER
Pianist, Komponist, Pädagoge,
ehemal. Rektor der HfM Saar



THOMAS SCHMEER
Geschäftsführer visat
Büroarmaturen GmbH



THORSTEN KLEIN
Experte für Kommunikation,
Gesellschafter
Bruch Brauerei GmbH



DR. MED. STEFFEN WAGNER
Vorstandsvorsitzender der
Saarländischen Krebsgesellschaft e.V.
und Gynäkologin



SABINE RUBAI
Geschäftsführerin
der Saarländischen
Krebsgesellschaft e.V.



SASCHA WINTER
Aufsichtsratsprovinz
Winter GmbH



OLIVER STRAUCH
Jazz-Schlagzeuger, Komponist
und Professor an der HfM Saar



REINER CALMUND
Fußball-Experte, Buchautor
und TV-Juror



MARTIN STOPP
Saarländischer Sternkoch



LAURA THEISS
Modedesignerin



KERSTIN GÖDERT
Geschäftsführerin
der Pura GmbH



KEVIN CONRAD
Fußballspieler und Kapitän
bei SV 07 Elversberg



DAVID ZIMMER
Saarländischer Unternehmer
und Gründer



FREAKY JÖRN
Moderator und
Reporter



JÜRGEN DOBERSTEIN
Saarländischer Profitanker



HORST BECKER
Geschäftsführer FBO GmbH,
Musiker und Komponist



JENNIFER WEGEMUND
Geschäftsführerin echtgut
Markenzenierung GmbH



FRANK THOMÉ
Hauptgeschäftsführer
der IHK des Saarlandes



FRANK FALKENAUER
Moderator SR 1 –
Die Morningshow



CLAUDIA KOHDE-KILSCH
Ehem. Profi-Tennisspielerin,
Bundestrainerin des
Deutschen Tennis Bundes



FRANK HIMSGERN
Musiker, Komponist
und Produzent



CLIFF HÄMMERLE
Saarländischer Sternkoch





Ambulante Krebsberatung der Saarländischen Krebsgesellschaft e.V. jetzt auch in Merzig

Die Saarländische Krebsgesellschaft e.V. ist seit Ende 2024 auch in Merzig mit ihrem Beratungsangebot vertreten. Damit erweitert sie ihre Standorte und steht krebskranken Menschen und ihren Angehörigen nun auch im nördlichen Saarland direkt vor Ort zur Seite.

Allein im Saarland erkranken jedes Jahr rund 8.000 Menschen erstmalig an einem bösartigen Tumor. Nach der Diagnose steht das Leben aller Betroffenen Kopf. Was es dann braucht, ist neben einer guten medizinischen Betreuung auch einfühlsamen Rat, Informationen und so viel Unterstützung wie möglich.

„Was, wenn plötzlich alles anders ist?“ Die Psychoonkologinnen und Psychoonkologen der Saarländischen Krebsgesellschaft e.V. beraten und unterstützen Krebskranke und deren Angehörige bei psychischen Belastungen, Ängsten und Sorgen, sowie bei allen sozialen Fragen rund um die Erkrankung. Das Angebot ist kostenfrei, unbürokratisch und es gibt keine langen Wartezeiten.

Dr. med. Steffen Wagner, Vorsitzender der Saarländischen Krebsgesellschaft erklärt: „Durch die guten medizinischen Möglichkeiten und neuen Therapien steigen die Überlebenschancen bei einer Krebserkrankung immer weiter. Doch das bedeutet für die Betroffenen auch, dass Sie langfristig mit den damit verbundenen psychischen und körperlichen Belastungen und Spätfolgen umgehen müssen. Unser Ziel ist es, im ganzen Saarland wohnortnah für Menschen mit Krebs und ihre Familien da zu sein – während der Erkrankung und auch danach.“



auch direkt vor Ort zu beraten. Die neue Außenstelle ermöglicht es uns, noch mehr Menschen in einer sehr belastenden Lebenssituation zu unterstützen und ihnen wohnortnahe Hilfe anzubieten. Unser besonderer Dank gilt an dieser Stelle der Vauban Praxis Saarlouis/Merzig, mit der bereits seit Jahren eine enge Kooperation besteht.“

„Als Vauban Praxis freuen wir uns sehr, dass wir neben unserer tumorspezifischen Behandlung der onkologischen Patienten in der hervorragenden Zusammenarbeit mit der Saarländischen Krebsgesellschaft die Möglichkeit haben, unseren Patienten in Saarlouis und jetzt auch in unseren Räumlichkeiten in Merzig eine Möglichkeit zur psychosozialen Beratung bieten zu können, um sie vollumfänglich zu betreuen“, so Dr. med. Dirk Henrich, Hämatologe-Onkologe der Vauban Praxis.

Gesundheitsminister Magnus Jung besuchte anlässlich des Weltkrebstags 2025 den neuen Beratungsraum und zeigte sich beeindruckt von der Arbeit der Saarländischen Krebsgesellschaft:

„Die Saarländische Krebsgesellschaft leistet einen unschätzbaren Beitrag für Menschen und ihre Familien, die durch die Diagnose ‚Krebs‘ vor einem schweren Schicksalsschlag stehen. Mit individueller Beratung, persönlichen Gesprächen und der Vermittlung von weiterführenden Hilfen bieten sie Betroffenen und ihren Familien wertvolle Unterstützung bei der Bewältigung dieser Herausforderung. Mit der Beratungsstelle in Merzig gibt es jetzt eine wichtige Anlaufstelle, die nun auch für Betroffene im Nordsaarland eine große Entlastung bedeutet.“

Auch Geschäftsführerin Sabine Rubai betont die Wichtigkeit des Angebots: „Da wir viele Patientinnen und Patienten aus dem Raum Merzig betreuen, ist es für uns ein wichtiger und logischer Schritt, Betroffene nun

In Merzig berät ab sofort Psychoonkologin Bärbel Glauben Betroffene bei der Krankheitsbewältigung. Im Mittelpunkt stehen dabei persönliche Fragen der Klienten. „Krebspatientinnen und -patienten, und auch deren Angehörige, können im vertraulichen Gespräch offen über ihre Sorgen und Ängste sprechen. Wir suchen dann gemeinsam nach individuellen Lösungsstrategien. Auch bei sozialrechtlichen Fragen rund um die Krebserkrankung unterstützen wir die Betroffenen.“, so Bärbel Glauben.



Die Beratungen finden immer donnerstags im Raum Vauban Praxis, Trierer Str. 148, 66663 Merzig, statt. Kostenfreie Termine können über die Zentrale in Saarbrücken unter 0681 / 309 88 100 oder www.krebsgesellschaft-saar.de vereinbart werden.

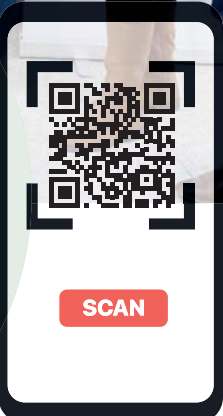


Kennst du schon unseren Newsletter?

Unser digitales Update kommt einmal im Monat und bietet dir spannende Einblicke in unsere Arbeit sowie aktuelle Informationen zu unseren Veranstaltungen und Kursen!

Bleib auf dem Laufenden und verpasse keine Neuigkeiten mehr!

Hier kannst du den Newsletter abonnieren:
www.krebsgesellschaft-saar.de/newsletter



Dr. Steffen Wagner im neuen „ÄrzteTag“-Podcast

Wie sagt man seinem Kind, dass man Krebs hat?“ – Das Projekt Regenbogen der Saarländischen Krebsgesellschaft hilft betroffenen Familien genau in dieser schwierigen Situation. Im ÄrzteTag-Podcast erklärt Dr. Steffen Wagner, warum gezielte Unterstützung für Kinder und Angehörige so wichtig ist – und betont, wie entscheidend es ist, dass auch ärztliche Kolleginnen und Kollegen für dieses Thema sensibilisiert werden, damit betroffene Familien direkt in der Praxis angesprochen und nicht allein gelassen werden.



ÄrzteTag Podcast für Ärzte



<https://aerztetag.aerztezeitung.de/637-wie-sagt-man-seinem-kind-dass-man-krebs-hat-dr-wagner>

Jahresbericht 2024

NEUIGKEITEN AUS DEN BERATUNGSSTELLEN

2. Informationstag Brustkrebs im Marienhaus Klinikum Neunkirchen

Am Samstag, den 13.04.2024, fand zum zweiten Mal der Informationstag Brustkrebs im Klinikum statt. Über 60 Betroffene und Interessierte waren gekommen, um sich zu informieren.

Unsere psychoonkologische Beraterin Melanie Kratz war vor Ort und hielt einen Vortrag über psychosoziale Aspekte bei Brustkrebs.

Vielen Dank für die Einladung, Marienhaus Klinikum Neunkirchen!



**SAARLÄNDISCHE
KREBSGESELLSCHAFT e.V.**

JETZT Mitglied werden

Werden Sie Teil unserer Gemeinschaft!



2. Saarbrücker ONKO-FORUM im Caritas Klinikum Saarbrücken

Beim 2. Saarbrücker ONKO-FORUM des Caritas-Klinikums Saarbrücken konnten sich Patient*innen, Angehörige und Interessierte in verschiedenen Fachvorträgen und an Infoständen einen großzügigen Überblick über Therapiemöglichkeiten - basierend auf den neuesten Erkenntnissen - verschaffen.

Unsere psychoonkologische Beraterin Erika Rohrbacher informierte mit ihrem Vortrag „Ich bin ja nicht krank – Ambulante Beratung und Betreuung von Angehörigen“ über unser Beratungsangebot für Angehörige.

Wir haben viele interessante Gespräche geführt und tolle Kontakte geknüpft! Vielen Dank für die Einladung, Caritas Klinikum Saarbrücken!



Im vergangenen Jahr haben wir gemeinsam Großes erreicht. Unsere Mitglieder haben nicht nur von den neuesten Informationen, sondern auch von spannenden Veranstaltungen profitiert.

Warum Mitglied werden?

Gemeinsam können wir noch mehr erreichen! Als Mitglied tragen Sie dazu bei, dass wir uns wirkungsvoll für die Belange von Krebskranken und ihren Angehörigen einsetzen können und senden ein kraftvolles Signal an die Öffentlichkeit, das Ziel der Krebsbekämpfung im Saarland aktiv zu unterstützen. Bereits Ihr regelmäßiger Mitgliedsbeitrag trägt dazu bei, unsere Angebote langfristig zu sichern. Als Mitglied der Saarländischen Krebsgesellschaft signalisieren Sie zudem nicht nur Ihre Verbundenheit mit krebserkrankten Menschen, sondern profitieren ebenso von unseren Angeboten:

- Newsletter: Erhalten Sie regelmäßig aktuelle Informationen und Neuigkeiten
- Broschüren/Informationsmaterial: Seien Sie immer informiert über alle neuerscheinenden Broschüren
- Jahresbericht: Lesen Sie unseren Jahresbericht für einen Rückblick auf unsere Tätigkeiten
- Exklusive Veranstaltungen: Einladung zu besonderen Events

Stärken Sie unsere Stimme mit Ihrer Mitgliedschaft!

Sind Sie im onkologischen Bereich tätig? Wenn Sie Ihre Erfahrungen, Ihr Wissen und Ihre Fähigkeiten einbringen möchten, freuen wir uns über Ihre Mitgliedschaft! Profitieren Sie von:

- Netzwerkbildung & Austausch: Knüpfen Sie wertvolle Kontakte zu Fachkollegen.
- Fachspezifische Informationen: Erhalten Sie aktuelle Informationen aus der Onkologie.
- Onkologische Fortbildungsveranstaltungen: Nehmen Sie an spezialisierten Fortbildungen teil.

Wir laden Sie herzlich ein, Teil unserer Gemeinschaft zu werden!

Besuchen Sie unsere Website www.krebsgesellschaft-saar.de/mitgliedschaft oder kontaktieren Sie uns unter **0 681 / 30 988-100** oder info@krebsgesellschaft-saar.de, um mehr über die Vorteile einer Mitgliedschaft zu erfahren.

Gemeinsam können wir noch mehr erreichen!



LEBEN mit KREBS

Im Projekt „Leben mit Krebs“ gibt es für Betroffene und ihre Angehörigen ein abwechslungsreiches Veranstaltungsprogramm aus Kursen, Vorträgen und Workshops: Kunst, Ernährung und Bewegung. Betroffene und Angehörige können aus dem Programmangebot frei wählen, alle Angebote sind kostenfrei.

Diese tolle Auswahl an Kursen konnten die Teilnehmer*innen nutzen:

Ernährungsworkshops mit Heike Dillinger (Ökotrophologin)



Nach einer Krebsdiagnose stellen sich viele Betroffene die Frage, ob sie ihre Ernährung umstellen müssen. Was tut dem Körper während und nach der Therapie wirklich gut? Muss ich meine Essgewohnheiten ändern? Auch Familie und Freunde möchten oft helfen, wissen aber nicht genau wie. Gemeinsames Kochen und Essen kann hier eine schöne Möglichkeit sein, den Betroffenen etwas Gutes zu tun und sie zu unterstützen.

Im ersten Teil des Workshops ging es um die theoretischen Grundlagen: Welche Nährstoffe sind besonders wichtig und wie lassen sich diese in den Alltag integrieren? Die Teilnehmenden erhielten hilfreiche Informationen und praktische Tipps, wie sie ihre Ernährung ausgewogen und nährstoffreich gestalten können. Im zweiten Teil ging es um die Praxis: Gemeinsam wurden Rezepte ausprobiert und gelernt, wie sich gesunde Gerichte einfach und lecker zubereiten lassen. Denn eine gute Ernährung ist nicht nur eine wertvolle Unterstützung - sie kann auch Genuss und Freude bedeuten!

Kunstworkshops mit Carina Hornung (Psychologin & Gestalttherapeutin)



Die Kunstworkshops mit Carina Hornung sind immer etwas ganz Besonderes. In einem der Workshops stand der Lebensbaum im Mittelpunkt: Die Teilnehmerinnen waren eingeladen, sich ihren eigenen Lebensbaum vorzustellen - ein Spiegel ihrer individuellen Persönlichkeit und Geschichte. Jede gestaltete ein ganz persönliches und einzigartiges Werk.

Diese Visionen wurden anschließend mit kreativen Techniken auf Malpappe und Leinwand übertragen. Durch die Kombination beider Materialien entstanden kunstvolle Strukturen, die den Bildern eine besondere Tiefe und Ausdruckstärke verliehen.

Am Ende des Workshops bot sich ein beeindruckendes

des Bild: Eine Sammlung von Kunstwerken, die nicht nur die Vielfalt der Teilnehmer*innen, sondern auch die Tiefe ihrer Lebenserfahrungen zum Ausdruck brachte.

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



In dieser kreativen Stärkungsgruppe fanden die Teilnehmenden einen sicheren Raum, in dem sie sich ganz so zeigen können, wie sie sich gerade fühlen. Umgeben von Menschen mit ähnlichen Erfahrungen entstand eine unterstützende Gemeinschaft, in der Kraft und Zuversicht wachsen können. Durch die belebende und zugleich entspannende Wirkung von Musik und kreativen Methoden gewinnen die Teilnehmer*innen neue Energie für den Alltag. Die Gruppe trifft sich im geschützten Rahmen von vier verbindlichen Terminen, die in einem dreiwöchigen Rhythmus stattfinden. Dabei besteht die Möglichkeit, sich mit anderen Menschen in ähnlichen Lebenssituationen auszutauschen und gemeinsam stärkende Impulse für den Alltag mitzunehmen.

Zumba mit Ekaterina Lysenko (Zertifizierte Zumbatrainerin)



Zumba ist eine Ganzkörpertrainingsmethode, die von dem kolumbianischen Fitnesstrainer Alberto Pérez entwickelt wurde. Es verbindet lateinamerikanische Tanzelemente mit Aerobic-Übungen. Die Teilnehmer*innen tanzen zu Choreographien, die auf Lieder aus verschiedenen Musikrichtungen wie Salsa, Merengue, Cha-Cha-Cha, Reggaeton und weiteren basieren.

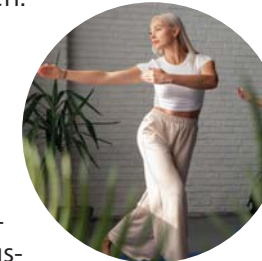
Nordic Walking (ohne Stöcke) mit Mette Greifenberg (Physiotherapeutin, ausgebildet in „Aktiv leben nach Krebs“)

Bewegung und Sport bei Krebs – geht das? Diese Kombination galt lange Zeit als riskant. Heute ist



jedoch wissenschaftlich belegt, dass Bewegung und Sport den Krankheitsverlauf positiv beeinflussen können. Besonders Nordic Walking bietet Krebspatient*innen vielfältige Vorteile: Neben den allgemeinen Vorteilen körperlicher Aktivität kann diese Sportart gezielt dazu beitragen, Knochenschwund vorzubeugen. Dies ist insbesondere für Frauen mit Brustkrebs unter Antihormontherapie sowie für Männer mit Prostatakrebs unter Hormontherapie von Bedeutung. Darüber hinaus betonen Fachärzt*innen, dass Frauen mit Brustkrebs durch die Aktivierung der Muskelpumpe beim Schwingen der Arme das Risiko eines Lymphödems in den Armen deutlich reduzieren können.

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



Die sanften, meditativen Übungen, die von Kursleiter Ralf Rousseau individuell auf den Gesundheitszustand der Teilnehmenden abgestimmt wurden, brachten Freude und wirkten sich gleichermaßen positiv auf Körper und Seele aus. Das jahrhundertealte Gesundheitssystem Qigong wird zunehmend in der Begleitung und Nachsorge von Krebspatient*innen eingesetzt, um die Regeneration und Stärkung des gesamten Organismus zu fördern. Qigong kann viele positive Wirkungen haben: Es verbessert den Schlaf und die Körperhaltung, stärkt das Immunsystem, fördert einen ruhigen und konzentrierten Geist und vermittelt das Gefühl, die eigene Gesundheit aktiv beeinflussen zu können.

Yoga-Kurs mit Eva Lajko (Tanzpädagogin)



Die Teilnehmer 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.

Yoga-Kurs mit Alexandra Glaesner (Heilpraktikerin und Yogalehrerin)

Yoga ist eine wertvolle Unterstützung während einer Krebserkrankung und der Krebstherapie. Die Kombination aus Körperübungen, Atempraxis und Meditation kann eine be-

ruhigende und stärkende Wirkung auf den Geist und Körper haben. Yoga unterstützt somit die körperliche und mentale Gesundheit. Alexandra Glaesner, Heilpraktikerin und Yogalehrerin, begleitete diesem Yoga-Kurs individuell und geht auf die Bedürfnisse der Teilnehmer*innen ein.

Kräuterspaziergang (leider Wetterbedingt ausgefallen) mit Guido Geisen (Umwelt- und Kräuterpädagoge)



In diesem Praxisseminar ging es um die Herstellung verschiedener pflanzlicher Brotaufstriche. Ob zum Frühstück, Abendessen oder zum Grillen - die Aufstriche begeisterten und schmeckten allen Teilnehmern. Die Kräuter wurden zuvor gemeinsam frisch gesammelt und beim anschließenden gemütlichen Beisammensein konnten die Aufstriche probiert werden.

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



Christine Kukula lud zu zwei Spaziergängen mit jahreszeitlichen Liedern ein. Mitsingen und/oder zuhören – alle Stimmen waren willkommen. Dabei kam es nicht auf die Leistung oder die zurückgelegten Kilometer an, sondern auf die Freude und die positiven Gefühle, die dabei entstehen. Denn Singen belebt Körper und Geist.

Stressbewältigung durch Achtsamkeit (MBSR) mit Erika Rohrbacher (Dipl. Pädagogin, Psychoonkologin)



Achtsamkeitsübungen helfen uns, besser mit den Herausforderungen des Lebens klarzukommen. Es geht darum, wieder zu spüren, was uns stark macht. Dazu werden einfache Übungen gemacht, bei denen man seinen Körper und Geist beobachtet. Dadurch lernt man, im Hier und Jetzt zu leben. Ziel ist, besser mit Stress, Krankheiten und seelischen Problemen umzugehen.

Möglich gemacht wurde das Projekt „Leben mit Krebs“ im Jahr 2024 durch die Projektförderungen von Aldi Süd GmbH und Saarland Sporttoto GmbH. Vielen Dank für die Unterstützung!



Für Kinder krebskranker Eltern



PROJEKT REGENBOGEN



für Kinder krebskranker Eltern



Möglich gemacht wird das Projekt Regenbogen durch Projektförderungen von Herzenssache e.V., der Aktion „Hilf-Mit!“ der Saarbrücker Zeitung und zahlreiche Spenden.

DANKE, dass ihr an unserer Seite seid.





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.

Das 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



Erlebnispädagogische Gruppenangebote 2024 Rückblick 2024 „EINE AUSZEIT VOM KREBS“

Februar 2024 Eine fantastische Tanzparty

Bei unserer Faschingssause haben wir in der Tanzschule Euschen-Gebhardt in Saarbrücken gemeinsam das Tanzbein geschwungen! Von Partyhits wie dem Cupid Shuffle bis zu den altbekannten Faschingsklassikern wie „Das rote Pferd“ – wir haben das Beste aus beiden Welten vereint! Kleine Vampire, Erdbeeren, Polizisten und sogar ein Pokémon haben die Tanzfläche gestürmt und ordentlich Stimmung gemacht. Aber auch für diejenigen, die lieber eine Pause einlegen und sich gemütlich unterhalten wollten, gab es reichlich Gelegenheit. Bei kalten Getränken und guten Gesprächen hatten wir eine tolle Zeit! Wir möchten uns herzlich beim Team der Tanzschule Euschen-Gebhardt für diesen fröhlich-bunten Nachmittag bedanken!



März 2024 Besuch im Ludwigsparkstadion

Was für ein fantastischer Tag beim 1. FC Saarbrücken am 9. März!

Ein unvergessliches Erlebnis erwartete uns beim Spiel gegen den FC Erzgebirge Aue im Ludwigsparkstadion: im VIP-Bereich wurden wir mit leckerem Essen und erfrischenden Getränken verwöhnt und konnten das Spiel des 1. FC Saarbrücken hautnah miterleben.

Besondere Highlights waren die Begegnungen mit dem Sportreporter Joachim Gauer, der sogar kleine Interviews mit den Kindern geführt hat und FCS Torwart Tim Schreiber, der sich nach dem Spiel noch extra Zeit für uns genommen hat. Und last but not least gab sich sogar Makottchen Lui sich die Ehre, um einige Fotos mit uns zu schießen. Ein großes Dankeschön an den FC Vizepräsidenten Salvo Pitino und Schatzmeister Prof. Dieter Weller für die Einladung und Alexander Jochum für den herzlichen Empfang vor Ort. Es war ein toller Tag für die Familien im Projekt Regenbogen, an den sich alle noch lange erinnern werden!



März 2024 Ein gemütlicher Kinonachmittag

Im März haben wir zusammen einen zauberhaften Kinoatag erlebt! Gemeinsam haben wir den Film „Quatsch und die Nasenbärbande“ angeschaut, eine lustige und spannende Geschichte über den kleinen Ort Bollersdorf und seine außergewöhnlichen Bewohner*innen. Unser Filmevent fand in der Kinowerkstatt St. Ingbert statt – ein ganz besonderes Kinoerlebnis in einem einzigartigen Ambiente! Und auch wenn das Gebäude nicht wie ein klassisches Kino aussieht (es befindet sich im St. Ingberter Jugendzentrum), war die Atmosphäre einfach fantastisch! Natürlich durften auch leckere Snacks und erfrischende Getränke nicht fehlen, um den Film in vollen Zügen zu genießen. Ein herzliches Dankeschön an die Kinowerkstatt St. Ingbert für diesen wunderbaren Nachmittag!



April 2024 Rückblick auf unsere Eselwanderung



Im April stand beim Projekt Regenbogen eine gemütliche Eselwanderung auf dem Programm: Gemeinsam haben wir die Natur erkundet und die liebevollen Esel des Eselzentrums Neumühle kennengelernt. Aber das war noch nicht alles! Mit der Künstlerin Annette Orlinski durften wir kreativ werden und zauberhafte Kunstwerke gestalten. Ein herzliches Dankeschön an das Eselzentrum Neumühle und Annette Orlinski, die diesen Tag zu etwas ganz Besonderem gemacht haben!



Rückblick 2024 „EINE AUSZEIT VOM KREBS“

Mai 2024 Unser Bogensportabenteuer

Im Mai eroberten wir gemeinsam den Bogenparcours in Tholey. Auf abwechslungsreichem Gelände haben wir Pfeil und Bogen geschwungen, unsere Treffsicherheit unter Beweis gestellt und natürlich jede Menge Spaß gehabt! Nach unserem actionreichen Bogensportabenteuer konnten wir uns in der gemütlichen Atmosphäre der Jugendherberge bei einem kleinen Imbiss stärken.



Ein herzliches Dankeschön an die DK-Bow Factory und die Jugendherberge in Tholey für den tollen Tag!



Juni 2024 „Die ganze Welt ist ein Zirkus“ – Workshop im Zirkus Kokolores

Unter professioneller Anleitung haben unsere kleinen Künstler*innen ihre eigene Zirkusvorstellung gestaltet und diese unter tosendem Applaus aufgeführt. Die Begeisterung und Freude war einfach ansteckend! Ein herzliches Dankeschön an die Zirkusschule Kokolores für die tolle Unterstützung und die Möglichkeit, diesen besonderen Tag zu erleben. Wir freuen uns schon auf den nächsten gemeinsamen Ausflug und weitere unvergessliche Momente mit dem Projekt Regenbogen!

Jahresbericht 2024

PROJEKTE FÜR BETROFFENE UND IHRE FAMILIEN

Juli 2024 Ein tierisches Vergnügen auf der Kinder- und Jugendfarm in Saarlouis

Was für ein wunderbarer Sommertag: Bei unserem Ausflug zur Kinder- und Jugendfarm Saarlouis hatten unsere kleinen Held*innen die Gelegenheit, Pferde, Esel, Ziegen, Gänse und Schweine hautnah zu erleben und mit ihnen zu kuscheln. Außerdem ist auf dem tollen Gelände der Farm Toben, Rennen, Matschen und Klettern ausdrücklich erwünscht!

Wer zwischendurch eine kleine Pause einlegen wollte, konnte sich am Basteltisch kreativ austoben. Sehr beliebt war der Stand des dm Drogeriemarktes, an dem die Kinder (und natürlich auch die Erwachsenen) Taschen bemalen und glitzernde Tattoos machen lassen konnten. Für das leibliche Wohl sorgte das tolle Team der Kinder- und Jugendfarm. Es gab viele Knabberereien, leckeres Stockbrot und sogar frische Crêpes!



September 2024 Ein Wohlfühltag für Kinder krebskranker Eltern

Anfang September fand im Esther-Bejarano-Haus in Saarlouis ein ganz besonderer Tag statt: Acht Familien mit 18 Kindern aus unserem Projekt Regenbogen genossen beim „Seelentag“ eine Auszeit voller Musik, Meditation und Kreativität.



Organisiert von der städtischen Kinderbeauftragten Corinna Bast wurde dieser Tag für die betroffenen Kinder zu einem echten Highlight. Gemeinsam mit den Psychoonkologinnen Bärbel Glauben, Christine Kukula und Tanja Welsch von der Saarländischen Krebsgesellschaft wurden Traumreisen unternommen, Sandmandalas gemalt und Kraftbilder gestaltet.

Der „Seelentag“ bot den Kindern krebskranker Eltern einen Raum, ihre Gefühle auszudrücken und neue Energie zu tanken – eine wichtige Unterstützung in diesen schwierigen Zeiten. Zum Abschluss verzauberte ein traumhaftes Konzert mit Harfe, Trommeln und exotischen Klängen die kleinen und großen Gäste. Wir sagen Danke an alle, die diesen Tag möglich gemacht haben – und freuen uns auf das nächste Mal!



Rückblick 2024 „EINE AUSZEIT VOM KREBS“



Oktober 2024 Kreativ & aktiv: Ein bunter Herbstnachmittag

Mit unserem Projekt Regenbogen schaffen wir einen geschützten Raum für Kinder krebskranker Eltern – einen Ort, an dem sie Halt finden, Kraft schöpfen und einfach Kind sein dürfen. Im Oktober durften wir gemeinsam mit engagierten Unterstützer*innen einen unvergesslichen Nachmittag für unsere kleinen Held*innen gestalten. Von lustigen Turnaktionen, die für strahlende Gesichter sorgten, bis hin zu kreativen Aktivitäten unter der liebevollen Anleitung von Annette Orlinski – der Tag war erfüllt von Lachen, Bewegung und Freude. Natürlich kam auch die das leibliche Wohl nicht zu kurz: Gemeinsam genossen wir leckeres Essen und vor allem eines – Zeit. Zeit für wertvolle Gespräche, für gemeinsames Lachen und für das Krafttanken in einer Atmosphäre, die Geborgenheit schenkt. Ein herzliches Dankeschön an die Agentur echgut, die diesen besonderen Tag gemeinsam mit uns möglich gemacht hat!

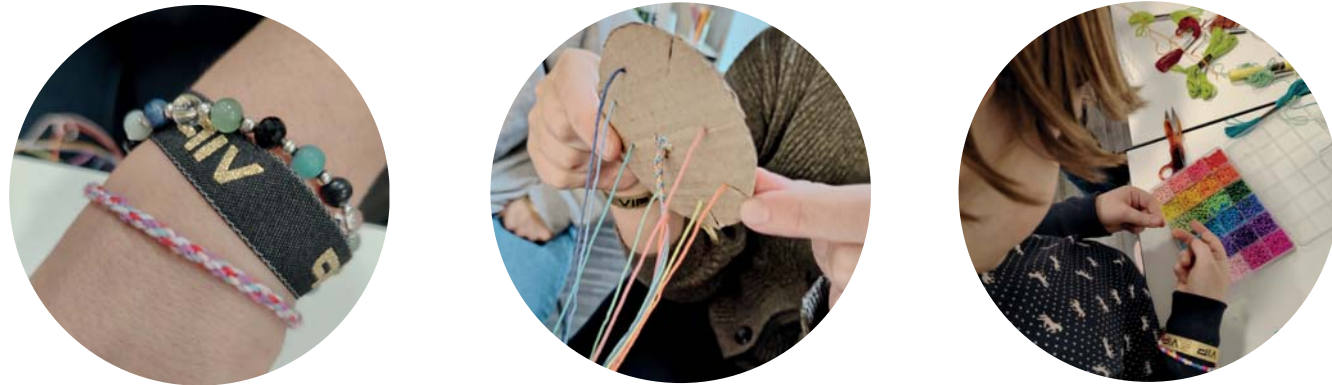


November 2024 Projekt Regenbogen on Tour: Ein gemeinsames Wochenende in der Jugendherberge

Anfang November war es endlich so weit: Sieben Familien haben sich mit uns auf den Weg in die Jugendherberge nach Wolfstein gemacht. Gemeinsam haben wir gelacht, gebastelt, gespielt – und vor allem ganz viel Zeit miteinander genossen! Den Auftakt bildete am Freitag ein fröhlicher Kennenlernabend mit Spielen wie Luftballonwerfen, „Reise nach Jerusalem“ und unserem legendären Stopptanz – perfekt abgerundet durch die Musik von DJ Jägerschnitzel. Unsere Geschäftsführerin Sabine Rubai hat es sich nicht nehmen lassen und ist extra zur Begrüßung abends angereist. Am Samstag starteten wir nach einem leckeren Frühstück auf zur Abenteuerwanderung mit einer Suche nach Herbstschätzen. Gemeinsam haben wir den Wald nach verschiedenfarbigen Blättern, Eicheln, Tierspuren und Blumen durchsucht. Die Farben des herbstlichen Waldes, der Geruch, die frische Luft – einfach herrlich! Nachmittags wurde es kreativ: Wir bastelten tolle Armbänder und zum Abschluss des Tages gab es nach dem Abendessen noch eine Runde Bingo.



Unser letzter Tag startete mit einem gemeinsamen Sonntagsfrühstück. Beim Abschied saßen alle bunt gemischt an den Tischen – wie eine große Familie. Die Rückfahrt im Reisebus war von lauten Liedern und jeder Menge Herz erfüllt. Und ein ganz besonderes Highlight: Unsere Regenbogen-Organisatorin Tanja, die leider krank zu Hause bleiben musste, war durch ein Pappschild mit ihrem Bild darauf immer dabei – und wurde sogar von den Kindern liebevoll dekoriert. Ein herzliches Dankeschön an alle, die dieses Wochenende unvergesslich gemacht haben! Die große Regenbogen-Tour 2025 steht schon jetzt fest im Plan.



Dezember 2024 Weihnachtszauber für unser Projekt Regenbogen

Ein besonderer Tag voller Lichter, Lachen und leuchtender Kinderaugen: Die Saarbrücker Zeitung hat die Familien aus unserem Projekt Regenbogen für Kinder krebskranker Eltern zu einem unvergesslichen Weihnachtsmarkt eingeladen. Der Star des Nachmittags? Natürlich der Nikolaus! Mit Geschenktüten voller Überraschungen brachte er Kinderaugen zum Strahlen. Trotz Nieselregen und Kälte genossen die Familien bei Kinderpunsch, Waffeln und Weihnachtsmusik eine Auszeit vom oft herausfordernden Alltag. Ministerpräsidentin Anke Rehlinger, selbst Botschafterin der Saarländischen Krebsgesellschaft sagte sofort zu, den SZ-Weihnachtsmarkt für das Projekt Regenbogen zu besuchen und betonte: „Das Projekt Regenbogen schenkt den Kindern ein Stück Unbeschwertheit in ernsten Zeiten.“ Dr. Steffen Wagner, 1. Vorsitzender der Saarländischen Krebsgesellschaft e.V. ergänzte: „Gerade in der Weihnachtszeit ist es wichtig, Momente der Freude und des Zusammenhalts zu schaffen. Der Weihnachtsmarkt von der Saarbrücker Zeitung ist eine wertvolle Gelegenheit, den betroffenen Familien eine Auszeit vom Alltag zu ermöglichen. Vielen Dank dafür!“

Wir danken der Saarbrücker Zeitung und allen Unterstützer*innen von Herzen für diesen wunderbaren Nachmittag: Die Sparkasse Saarbrücken stellte eine Fotobox zur Verfügung, mit der die Familien weihnachtliche Erinnerungsfotos machen konnten. Die Handwerkskammer des Saarlandes sorgte mit ihrem Stand für kreative Highlights. Dank der Unterstützung von Saartoto standen kostenlose Parkplätze in unmittelbarer Nähe zur Verfügung.



PROJEKT ZURÜCK INS LEBEN

Unser Projekt „Zurück ins Leben“ widmet sich der Langzeitnachsorge für Krebspatient*innen, denen oft auch nach erfolgreicher Therapie noch vielfältige Herausforderungen und Belastungen bevorstehen.

Deshalb bieten wir spezielle Workshops und Vorträge an. In diesen Veranstaltungen informieren wir nicht nur über relevante Themen, sondern geben auch Impulse und Hilfestellungen für den Weg zurück zur Normalität.

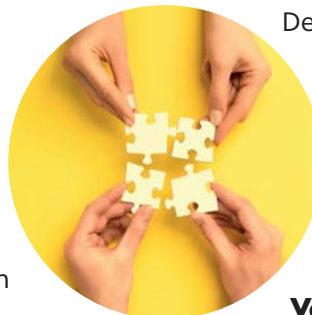
Im vergangenen Jahr 2024 konnten wir dank der großzügigen Unterstützung der Deutschen Rentenversicherung verschiedene Workshops und Vorträge im Rahmen unseres Projektes „Zurück ins Leben“ anbieten.

Wir setzen uns weiterhin dafür ein, dass Krebsüberlebende nicht nur geheilt, sondern auch gesund zurück ins Leben finden.

In folgenden Veranstaltungen informierten wir und gaben Impulse:

Vortrag „Schlafhygiene – Wege zum gesunden Schlaf“

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.



Der Vortrag „Veränderte Sexualität durch eine Krebserkrankung“ fand hybrid statt.

Referentinnen: Johanna Pantel, Sexologin (M.A.) & Psychoonkologin und Angelika Vilkama, Sexologin (M.A.) & Psychoonkologin

Vortrag „Fatigue – Das unsichtbare Leiden bei Tumorerkrankungen“

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

Referent: Gabriel Lacourt

Vortrag „Veränderte Sexualität durch eine Krebserkrankung“

Eine Krebserkrankung und deren Behandlung hat oftmals großen Einfluss auf die eigene Sexualität. In ihrem Vortrag haben die Referentinnen Angelika Vilkama und Johanna Pantel über körperliche und psychische Auswirkungen aufgeklärt, mit denen viele betroffene Menschen und auch ihre Partner*innen konfrontiert werden. Sie haben über Sexualität als Bestandteil von sexueller Gesundheit und Lebensqualität gesprochen und Möglichkeiten aufgezeigt, mit diesen Veränderungen umzugehen und sich der eigenen Sexualität wieder anzunähern.

als Bestandteil von sexueller Gesundheit und Lebensqualität gesprochen und Möglichkeiten aufgezeigt, mit diesen Veränderungen umzugehen und sich der eigenen Sexualität wieder anzunähern.



Möglich gemacht wird das Projekt „Zurück ins Leben“ durch die Projektförderungen von der Deutschen Rentenversicherung Saarland und der PSD Bank Stiftung I(i)ebenswert.



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 Gelegenheit, Übungen und Maßnahmen kennenzulernen und auszuprobieren, die sie sehr einfach selbst anwenden können, um Linderung zu erreichen.

Referentinnen: Melanie Kratz (Dipl. Sozialpädagogin, Psychoonkologin) und Marion Underwood (Ergotherapeutin)



Jahresbericht 2024
VERANSTALTUNGSRÜCKBLICK

SAAR-PFALZ-SYMPOSIUM 2024

Die Saarländische Krebsgesellschaft veranstaltete am 29. Juni 2024 im Anschluss an den Kongress der Amerikanischen Krebsgesellschaft (ASCO) in Chicago die jährliche onkologische Update-Veranstaltung, das SAAR-PFALZ-SYMPOSIUM. Die Teilnehmerinnen und Teilnehmer erwartete an einem Vormittag ein kompaktes und umfassendes Bild der gesamten Onkologie von damals und zukünftig.



Dr. med. Steffen Wagner, 1. Vorsitzender der Saarländischen Krebsgesellschaft und wissenschaftlicher Leiter der Veranstaltung, betonte das praxisorientierte Konzept der Fortbildung, die insbesondere für Haus- und Fachärzte interessant war: „Demografischer Wandel, veränderte Lebensgewohnheiten und verbesserte Diagnosemöglichkeiten führten weltweit zu einem Anstieg der Krebserkrankungen. Beim Mammakarzinom beispielsweise erwarteten wir bis 2040 einen Anstieg der Neuerkrankungen um fast 40 Prozent. Dem standen neue, hochwirksame Therapien wie Immuntherapien und ADCs mit oft sehr langen Therapiedauern gegenüber. Die Vielfalt neuer Biomarker-Tests und die damit verbundenen Therapieoptionen wurden immer differenzierter. Die meisten Therapieentscheidungen wurden damals in interdisziplinären Tumorkonferenzen getroffen, in denen auch der Zulassungsstatus und mögliche Einschlüsse in Therapiestudien geprüft wurden. Das Management von Toxizitäten und Nebenwirkungen wurde immer wichtiger, da die Therapieoptionen immer vielfältiger und differenzierter wurden.“

Das SAAR-PFALZ-SYMPOSIUM richtete sich insbesondere an Haus- und Fachärzte, um sie in den Behandlungspfad einzubinden. Die Veranstaltung gab einen Überblick über den damaligen Therapiestandard und praxisrelevante Ergebnisse aus Highlight-Studien. Lebensqualitätsdaten, tumor- und therapiebedingte Nebenwirkungen und deren Management sowie lokale Versorgungsfragen standen im Mittelpunkt der Vorträge. Die Veranstaltung wurde von der Ärztekammer des Saarlandes mit 6 Fortbildungspunkten der Kategorie A bewertet.



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.



NEUJAHRSKONZERT IM SAARLÄNDISCHEN STAATSTHEATER

Traditionell spendet das Staatstheater (Saarländisches Staatstheater) einen Teil des Erlöses aus dem Neujahrskonzert für wohltätige Zwecke. Von jeder Karte, die für das Neujahrs-Benefizkonzert verkauft wird, gingen in diesem Jahr 5 Euro an die Saarländische Krebsgesellschaft für das Projekt Regenbogen für Kinder krebskranker Eltern.

Am letzten Freitag durften unsere Geschäftsführerin Sabine Rubai und unser Vorsitzender Dr. Steffen Wagner so von Generalintendant Bodo Busse einen Scheck in Höhe von 4.250 Euro entgegennehmen!

Das Neujahrskonzert mit dem Titel „An American in Paris“ war ein unvergessliches Erlebnis, bei dem Werke von George Gershwin, Leonard Bernstein und anderen unter der Leitung von Dirigent Stefan Neubert aufgeführt wurden.

Ein herzliches Dankeschön an das Saarländische Staatstheater, das Saarländische Staatsorchester und alle Besucherinnen und Besucher! Gemeinsam schaffen wir Momente der Freude und Unterstützung für Familien, die von Krebs betroffen sind. Danke an alle, die uns auf diesem Weg begleiten!



NEUJAHRSEMPFANG DER MINISTERPRÄSIDENTIN – DAS SAARLAND SAGT DANKE

Wir hatten die Ehre am Neujahrsempfang der Ministerpräsidentin des Saarlandes, Anke Rehlinger, teilnehmen zu dürfen. Unter dem Motto „Das Saarland sagt Danke“ kamen zahlreiche Vertreterinnen und Vertreter aus unterschiedlichsten Bereichen zusammen: Politik, Wirtschaft, Wissenschaft, Kultur, Sport – und vor allem auch jene, die sich tagtäglich für unsere Gesellschaft engagieren.

Die Veranstaltung bot eine wundervolle Gelegenheit, mit Menschen aus verschiedensten Bereichen ins Gespräch zu kommen, wertvolle Einblicke zu gewinnen und die Anerkennung für die wichtige Arbeit sozialer Organisationen zu spüren. Besonders schön war es, dabei auch viele Bekannte zu treffen und an inspirierende Gespräche vergangener Begegnungen anzuknüpfen.

Wir danken unserer Ministerpräsidentin und dem Team der Saarland Staatskanzlei für die Einladung und den spannenden Abend. Das Saarland lebt vom Einsatz und der Leidenschaft seiner Menschen – und es ist schön, dass dies anerkannt und gefeiert wird.



Wir freuen uns darauf, auch 2025 wieder mit voller Energie für die Menschen im Saarland da zu sein!



Neujahrsempfang 2025
 Das Saarland sagt „Danke“



DEUTSCHER KREBSKONGRESS (#DKK2024) VOM 21. BIS 24. FEBRUAR 2024 IM CITYCUBE BERLIN

Unter dem Motto „Fortschritt gemeinsam gestalten“ kamen Expert*innen aus allen Bereichen der Onkologie zusammen, um neueste Erkenntnisse und Innovationen zu diskutieren.

Mit dem Krebsaktionstag für Betroffene und Angehörige ging der Deutsche Krebskongress 2024 am 24. Februar zu Ende. Es waren vier großartige, inspirierende Tage mit 12.500 Teilnehmer*innen.

Gemeinsam mit allen Landeskrebsgesellschaften waren wir mit einem Stand vertreten, um über unsere Angebote der ambulanten Krebsberatung, Prävention und Forschung zu informieren.

Das Fachpublikum konnte sich in rund 300 Vorträgen informieren und diskutieren und erhielt einen umfassenden Einblick in die vielfältigen Aspekte der Onkologie - von der Forschung über die Diagnostik und Therapie bis hin zur Versorgung Krebsbetroffener.

Vorträge und Präsentationen

Unser 1. Vorsitzender Dr. med. Steffen Wagner sprach im Rahmen einer gemeinsamen Vortragssession der Saarländischen Krebsgesellschaft e.V., der Krebsgesellschaft Rheinland-Pfalz e.V. und der Sachsen-Anhaltischen Krebsgesellschaft zum Thema „Wie kann ich als Onkolog*in den Zugang zur unverzichtbaren psychosozialen Beratung erleichtern?“.

Wie eine bessere Vernetzung gelingen kann, stellte unsere Geschäftsführerin Sabine Rubai in ihrem anschließenden Vortrag „Psychosoziale Beratung auf Rezept?“ vor.

Sabine Rubai durfte in einer weiteren Session zum Thema „Psychosoziale Unterstützung von Kindern krebskranker Eltern“ sprechen und präsentierte das Projekt Regenbogen der Saarländischen Krebsgesellschaft.

Dr.med habil Gregor Stavrou, FEBS (HPB,SurgOnc), Vorstandsmitglied der Saarländischen Krebsgesellschaft referierte im Rahmen der Sitzung „Kolonrektale Lebermetastasen (CRLM) – wie können in Deutschland die Resektionsrate und damit das Überleben verbessert werden?“.

Politischer Abend mit Bundesgesundheitsminister Karl Lauterbach

Last but not least folgten wir der Einladung zum politischen Abend und tauschten uns im Anschluss an eine „Gesprächsrunde zur Zukunft der Krebsversorgung und -forschung“ mit Bundesgesundheitsminister Karl Lauterbach in entspannter Atmosphäre mit Kolleg*innen aus Medizin, Gesundheitspolitik und Wirtschaft aus.

Wir danken der Deutsche Krebsgesellschaft e. V. und der Deutsche Krebshilfe, dass wir Teil dieses wichtigen Kongresses sein durften.



BEST OF FRANK NIMSGERN IM SAARLÄNDISCHEN STAATSTHEATER

Nach acht Jahren endlich wieder auf der Bühne des Saarländischen Staatstheaters: Komponist und Musiker Frank Nimsgern hat mit seiner „Best of-Show“ Saarbrücken gerockt. Frank Nimsgern zeigte sich nicht nur als virtuoser Musiker, sondern auch als Künstler mit ganz großem Herzen.

Zusammen mit dem Saarländischen Staatstheater lud er Krebspatient*innen ein, das Konzert zu besuchen und hatte eine besondere Überraschung für unsere Gäste parat: Während der Pause nahm er sich Zeit, uns exklusiv zu besuchen, Autogramme zu geben und kleine Geschenke zu verteilen.

Das Team des Staatstheaters hatte eigens für uns Tische reserviert und uns ganz lieb mit Essen und Getränken versorgt.

Ein großes Dankeschön an Frank Nimsgern, alle Künstler*innen des Abends und das Saarländische Staatstheater für dieses ganz besondere Erlebnis, das uns allen lange in Erinnerung bleiben wird.



KONZERTRÜCKBLICK: UNSERE BOTSCHAFTERIN ELA. AUF DEUTSCHLANDTOUR

Anfang September machte die Künstlerin Ela. auf ihrer Tournee „Es ist immer jemand wach“ auch im Saarland halt: Als gebürtige Neunkircherin fand das Konzert natürlich in ihrer Heimatstadt statt, im tollen industriellen Ambiente der Neunkircher Gebläsehalle.

Ela. ist nicht nur eine großartige Musikerin und Sängerin, sondern auch eine unserer prominenten Botschafter*innen und setzt so ein Zeichen für Menschen, die an Krebs erkrankt sind.

Deshalb wollte Sie auch unseren Patient*innen an diesem „Heimspiel“ teilnehmen lassen. Wir durften ein Kartenkontingent an Betroffene verlosen – und die Tickets wurden uns aus den Händen gerissen.

10 Patient*innen mit Begleitung durften das besondere Konzert in familiärer Atmosphäre genießen. Und „Familiär“ war das Konzert im wahrsten Sinne, auch die Eltern der Künstlerin waren zu Gast.

Im Anschluss kam das Highlight für unsere Gäste, Ela. nahm sich persönlich noch ganz viel Zeit für Fotos, Autogramme und Gespräche.

Herzlichen Dank, der Abend war wundervoll!

Hier sind alle unsere Botschafter für Menschen mit Krebs und ihre Familien: www.krebsgesellschaft-saar.de/botschafter/



Spannender fachlicher Austausch zur Krankenhauslandschaft im Saarland

Brigitte Schmidt Jähn besuchte uns in unserer Geschäftsstelle. Frau Schmidt-Jähn ist Mitglied des neu konstituierten Expertengremiums, welches das saarländische Ministerium für Arbeit, Soziales, Frauen und Gesundheit bei der Gestaltung der zukünftigen Krankenhauslandschaft im Saarland unterstützt.



Zusammen mit unserem 1. Vorsitzenden Dr. Steffen Wagner und unserer Schatzmeisterin Christa Stegmaier (ehemalige Leiterin des Krebsregisters Saarland) fand ein spannender fachlicher Austausch statt. Wir freuen uns, dass unsere Expertise und Einschätzung in die zukünftigen Prozesse mit einfließen darf.

Das Expertengremium mit hochkarätigen Mitgliedern wie Brigitte Schmidt-Jähn (ehemalige Leiterin der Krankenhausabteilung im Gesundheitsministerium und zuvor kommissarische Verwaltungsdirektorin der Universitätskliniken in Homburg) wird eine wichtige Rolle bei der Entscheidungsfindung im Bereich der stationären Gesundheitsversorgung spielen.

Wir bedanken uns herzlich für den interessanten Austausch und freuen uns auf eine produktive Zusammenarbeit im Sinne einer zukunftsorientierten Gesundheitsversorgung im Saarland!

Neujahrsempfang der saarländischen Ärzteschaft 2025

Im Januar 2025 waren unsere Geschäftsführerin Sabine Rubai, Dr. med. Steffen Wagner (1. Vorsitzender der Saarländischen Krebsgesellschaft e.V.), Dr. med. Martina Treiber (Stellvertretende Vorsitzende der Saarländischen Krebsgesellschaft e.V.) und Dr. med. Frank Uwe Alles aus unserem Beirat zum traditionellen Neujahrsempfang der Ärztekammer des Saarlandes und der Kassenärztlichen Vereinigung eingeladen. Der Empfang bot eine tolle Gelegenheit für einen spannenden Austausch mit Fachkolleg*innen und natürlich auch, um bestehende Kontakte zu pflegen und neue zu knüpfen. Denn nur gemeinsam können wir krebserkrankten Menschen und ihren Angehörigen die bestmögliche Unterstützung zukommen lassen.

Wir danken der Ärztekammer Saarland und der Kassenärztlichen Vereinigung Saarland für die Einladung!

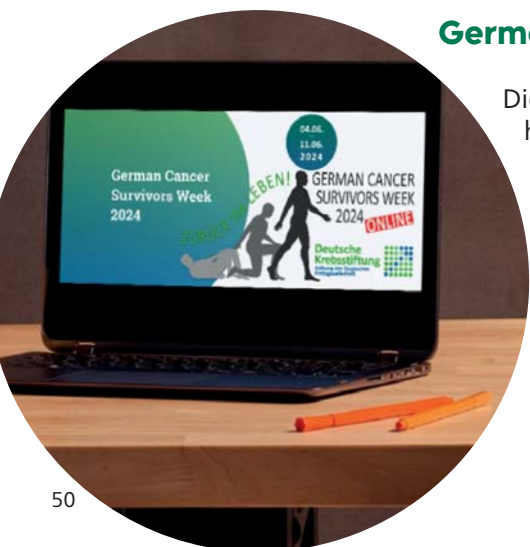


German Cancer Survivors Week 2024

Die German Cancer Survivors Week 2024 stand unter dem Motto „Mehr Teilhabe für Krebsbetroffene“. In täglich wechselnden Online-Veranstaltungen wurden in der Zeit vom 4. bis zum 10. Juni Themen aufgegriffen, die Krebsbetroffene bewegen.

Wir waren mit einem Themenabend zur Begleitung von Kindern krebserkrankter Eltern und unserem Projekt Regenbogen mit dabei!

Die Videoaufzeichnungen der einzelnen Veranstaltungen findet ihr hier: <https://www.deutsche-krebsstiftung.de/projects/german-cancer-survivors-week-2024>



Mitgliederversammlung 2024 und Verabschiedung unserer langjährigen Schatzmeisterin

Am 8. November fand die Mitgliederversammlung 2024 der Saarländischen Krebsgesellschaft in der SHG-Klinik in Völklingen statt. Unsere Vorsitzenden Dr. Steffen Wagner und Dr. Martina Treiber begrüßten die anwesenden Mitglieder und blickten äußerst positiv auf die Entwicklungen und Ereignisse im vergangenen Jahr zurück.

Geschäftsführerin Sabine Rubai gab den Gästen einen Einblick in die Arbeit ihres engagierten Teams und die zahlreichen erfolgreichen Projekte im Bereich Krebsberatung, Prävention und Forschungsförderung.



Nach dem Bericht der Schatzmeisterin und der Entlastung des Vorstands stand die jährliche Wahl der Rechnungsprüfer*innen auf der Tagesordnung. Wir freuen uns sehr, dass sich Dr. Christiane Weber und Dr. Josif Amam erneut zur Wahl stellten, beide wurden jeweils einstimmig in ihrem Amt bestätigt.

Am Ende wurde es besonders emotional - mit einem weinenden und einem lachenden Auge verabschiedeten wir unsere langjährige Schatzmeisterin.

Über sechs Jahre hinweg hat Christa Stegmaier die finanziellen Angelegenheiten der Saarländischen Krebsgesellschaft mit unglaublichem Engagement verwaltet.

Mit ihrer Expertise, ihrem Herzblut und ihrer Sorgfalt hat die ehemalige Leiterin des Saarländischen Krebsregisters maßgeblich dazu beigetragen, dass wir unsere wichtige Arbeit für krebserkrankte Menschen und ihre Angehörigen so erfolgreich umsetzen konnten.

Christa Stegmaier war nicht nur eine erfahrene Schatzmeisterin, sondern auch vertrauensvolle Ansprechpartnerin, geschätzte Kollegin und Freundin.

Herzlichen Dank, liebe Christa für alles, was Du für uns und die Saarländische Krebsgesellschaft geleistet hast!

Mit ganz lieben Wünschen,
das gesamte Team der Saarländischen Krebsgesellschaft



Jahresbericht 2024
VERANSTALTUNGSRÜCKBLICK

10 Jahre Cross against Cancer

Der 15. September 2024 war für uns alle ein ganz besonderes Datum: Seit einem Jahrzehnt bringt Miteinander gegen Krebs e.V. mit dem Cross against Cancer Menschen zusammen, um gemeinsam gegen Krebs anzulaufen – und wir sind dankbar, Teil davon zu sein!

Über 2.282 Läufer*innen sind am 15. September im Homburger Waldstadion an den Start gegangen - deswegen sind wir natürlich besonders stolz darauf, dass unser Team den Pokal für das zweitgrößte Laufteam mit nach Hause nehmen durfte!



Fotos: Andreas Neumann



Ein riesiges Dankeschön an alle Läufer*innen, Unterstützer*innen und natürlich an das Team von Miteinander gegen Krebs für diese tolle Veranstaltung! Völlig überwältigt durften unsere Geschäftsführerin Sabine Rubai und die Leiterin der Beratungsstellen Doris Schwarz-Fedrow einen Spendenscheck in Höhe von 10.000 € entgegennehmen. Auf mindestens weitere 10 Jahre!



**PRÄVENTIONS-
 VORTRÄGE**

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. In diesem Rahmen bietet die Krebsgesellschaft saarlandweit kostenfreie Präventionsvorträge für Unternehmen und Vereine an.

„Krebsprävention aktiv in saarländische Betriebe zu tragen, ist ein großes Anliegen der Saarländischen Krebsgesellschaft“, so Geschäftsführerin Sabine Rubai.

In einem allgemeinen Vortrag geht es darum, wie Krebs überhaupt entsteht und welche Risikofaktoren jeder vermeiden kann. Hier stehen eine bewusste und gesunde Lebensweise sowie Möglichkeiten zur Krebs-Früherkennung im Mittelpunkt.

Haben Sie Interesse an einem Präventionsvortrag in Ihrem Unternehmen?

Nehmen Sie gerne Kontakt mit uns auf unter **0681 - 309 88 100** oder per E-Mail an **veranstaltungen@krebsgesellschaft-saar.de**

Präventionsveranstaltungen 2024:

Präventionsvortrag bei der SHS Strukturholding Saar GmbH

Im Rahmen unseres Präventionsvortrages haben unsere psychoonkologischen Beraterinnen Melanie Kratz und Bärbel Glauben am 12. März 2024 den Mitarbeiter*innen der SHS Strukturholding Saar GmbH wichtige Informationen zum Thema Krebsfrüherkennung an die Hand gegeben.

Präventionsvortrag beim EVS Saar

Unsere Psychoonkologin Melanie Kratz informierte am 14. Mai 2024 die Mitarbeitenden des EVS - Entsorgungsverband Saar im Rahmen eines allgemeinen Präventionsvortrages über das Thema Krebsfrüherkennung.

Präventionsvortrag bei der Häuslichen Krankenpflege

Unsere Psychoonkologin Bärbel Glauben informierte am 16. Mai 2024 im Rahmen eines Vortrages die Mitarbeitenden der Häuslichen Krankenpflege Eppelborn darüber, wie wir krebserkrankte Menschen und ihre Angehörigen in einer schwierigen Lebensphase beraten und begleiten können. Die Informationen sollen den Mitarbeiter*innen eine hilfreiche Unterstützung in ihrem beruflichen Alltag sein.

Krebsprävention bei der SHG Bildung gGmbH

Im September 2024 durften wir bei der SHG Bildung gGmbH Saarbrücken einen Präventionsvortrag zum Thema „Krebsprävention und Früherkennung - Was kann ich tun?“ halten. Im Rahmen des Vortrags informierte unsere Psychoonkologin Melanie Kratz über die verschiedenen Faktoren der Krebsprävention. Mit diesem Wissen können Erkrankungen vermieden, eine frühzeitige Diagnose ermöglicht und die Chancen auf eine erfolgreiche Behandlung erhöht werden.

Präventionsvortrag bei der Katholischen Kita gGmbH

Am 8. Oktober 2024 informierte unsere Psychoonkologin Melanie Kratz die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter der Katholischen Kita gGmbH im Rahmen eines allgemeinen Präventionsvortrags im Onlineformat.

Präventionsvortrag bei der Gemeinde Wadgassen

Die Gemeinde Wadgassen hat für ihre Bürger*innen einen Präventionsvortrag zum Thema „Krebsprävention und -früherkennung - Was kann ich tun?“ angefragt. Am 30.10.2024 hat unsere Psychoonkologin Melanie Kratz den Vortrag für die Gemeinde gehalten und alle Fragen rund um das Thema beantwortet.

Nationale Krebspräventionswoche 2024

Vom 09. bis 15. September 2024 fand wieder die Nationale Krebspräventionswoche (NKPW) statt - und in diesem Jahr steht das Thema Bewegung im Mittelpunkt. Gemeinsam mit der Deutschen Krebsgesellschaft e. V., der Deutschen Krebshilfe und dem Deutschen Krebsforschungszentrum (DKFZ) wollten wir euch zeigen, wie viel Spaß Bewegung machen kann!

Studien zeigen, dass regelmäßige Bewegung das Risiko für bestimmte Krebserkrankungen senken kann. Und das das Beste: Es müssen nicht immer lange und anstrengende Sporteinheiten sein - auch kleine Bewegungen im Alltag, wie zum Beispiel ein kurzer Spaziergang, haben einen positiven Effekt!

Aktiv bleiben trotz und mit Krebs:

Experten sind sich einig, dass Krebspatient*innen in fast jeder Krankheitssituation davon profitieren, aktiv zu sein oder sich sportlich zu betätigen.

Im Projekt „Leben mit Krebs“ bietet die Saarländische Krebsgesellschaft daher ein vielfältiges Programm für Betroffene, das sie dabei unterstützt, trotz und mit Krebs aktiv zu bleiben. Von Yoga und bis hin zu Nordic Walking und Zumba – das Angebot ist bunt und abwechslungsreich.

Erfahrene Kursleiter*innen begleiten die Betroffenen mit Herz und viel Wissen.

Unsere Kursleitungen bestehen ausschließlich aus ausgebildeten Trainer*innen, die über umfangreiche Erfahrungen in der Zusammenarbeit mit krebserkrankten Menschen verfügen. So stellen wir sicher, dass die Teilnehmenden wertvolle Unterstützung erhalten.

Und das Beste: Alle Angebote der Saarländischen Krebsgesellschaft für Betroffene kostenfrei!

Das Kursprogramm entwickelt sich ständig weiter, alle Termine veröffentlicht die Saarländische Krebsgesellschaft auf ihrer Website.

Hier findet ihr alle
 aktuellen Kurse und Termine:



[www.krebsgesellschaft-saar.de/
 kursprogramm/uebersicht/](http://www.krebsgesellschaft-saar.de/kursprogramm/uebersicht/)



PRÄVENTION UND FRÜHERKENNUNG

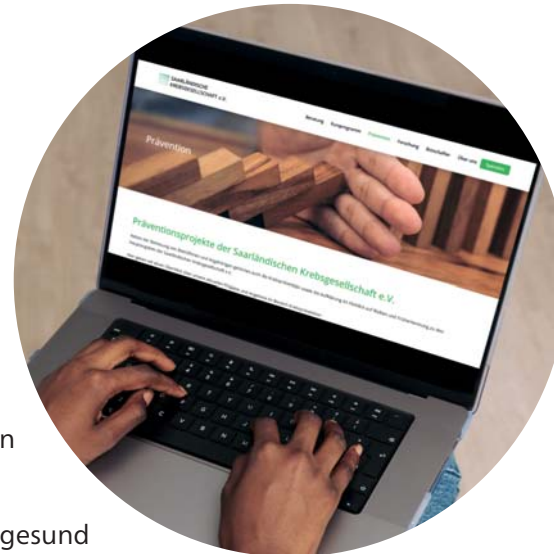
Prävention im Fokus – Weltgesundheitstag 2024

Gesundheit ist kostbar und nicht selbstverständlich. Anlässlich dieses besonderen Tages möchten wir daran erinnern, wie wichtig es ist, unsere Gesundheit zu schätzen und zu schützen.

Ob Sonnenschutz für die Kleinsten mit unserem Kinder-Projekt Sun-Pass, Infos zum gesetzlichen Früherkennungsprogramm, Anleitungsflyer zur Selbstuntersuchung oder Präventionsvorträge für Unternehmen – Prävention und Aufklärung über Risiken und Früherkennung von Krebs liegen uns besonders am Herzen.

Unsere Präventionsangebote und Informationen können dabei helfen, gesund zu bleiben und Risiken frühzeitig zu erkennen.

Alle Infos dazu findest du auf unserer Website unter: www.krebsgesellschaft-saar.de/praevention



Wichtige Änderungen beim Mammografie-Screening

Seit dem 1. Juli 2024 können nun auch Frauen im Alter von 70 bis 75 Jahren kostenfrei am Mammografie-Screening-Programm teilnehmen. Bisher war diese wichtige Vorsorgeuntersuchung nur für Frauen zwischen 50 und 69 Jahren zugänglich.

Warum das so wichtig ist? Mammografie-Screenings helfen, Brustkrebs frühzeitig zu erkennen – oft bevor er sich ausbreiten kann. Damit kann das Screening Leben retten.

Bis das automatische Einladungssystem für die erweiterte Altersgruppe umgesetzt ist, können Frauen ab 70 Jahren telefonisch oder per Mail einen Termin bei ihrer bisherigen Mammografiestelle vereinbaren. Ein Untersuchungstermin ist frühestens 22 Monate nach der letzten Früherkennungs-Mammographie möglich.

Die Kontaktdaten der regional zuständigen Zentralen Stellen sind auf der Website der Kooperationsgemeinschaft Mammographie-Screening (KoopG) zu finden: www.mammo-programm.de/de/termin

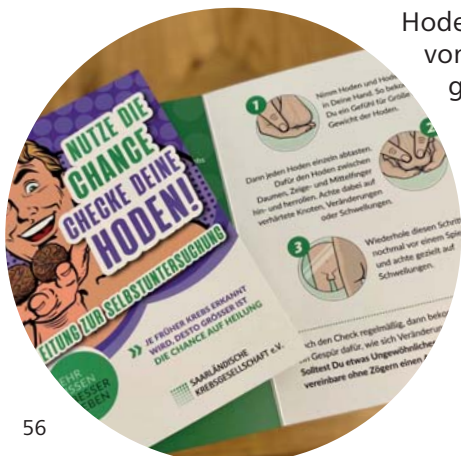
April ist Hodenkrebs-Awareness-Monat

Hodenkrebs ist der häufigste bösartige Tumor bei Männern im Alter zwischen 20 und 45 Jahren.

Hodenkrebs, frühzeitig entdeckt, bietet eine gute Überlebenschance. Bei drei von vier Männern ist der Tumor zum Zeitpunkt der Diagnose noch nicht fortgeschritten. Eine schmerzlose Schwellung im Hodensack ist ein typisches Anzeichen, das Männer selbst ertasten können.

Da es keine gesetzliche Früherkennung gibt, ist es wichtig, selbst aktiv zu werden und monatliche Selbstuntersuchungen durchzuführen.

In unserer „Anleitung zur Selbstuntersuchung“ findest du hilfreiche Tipps und weitere Informationen zum Thema Hodenkrebs. Hier kannst du die Broschüre bestellen: www.krebsgesellschaft-saar.de/kontakt



Vorsorge kann Leben retten – Infos zur Früherkennung von Gebärmutterhalskrebs

Wusstet ihr, dass der Pap-Test und der HPV-Test zu den wichtigsten Vorsorgeuntersuchungen gehören, um Gebärmutterhalskrebs und seine Vorstufen frühzeitig zu erkennen?

So läuft der Pap-Test in der gynäkologischen Praxis ab:

Mithilfe eines kleinen Untersuchungsinstruments werden vorsichtig Schleimhautzellen vom Muttermund oder Gebärmutterhals entnommen. Das dauert nur wenige Sekunden und ist in der Regel schmerzfrei.

Die entnommene Probe wird aufbereitet und im Labor unter dem Mikroskop untersucht, um Zellveränderungen festzustellen.

Der HPV-Test wird oft in Kombination mit dem Pap-Abstrich durchgeführt. Auch hier werden Zellen vom Gebärmutterhals entnommen.

Der Unterschied zwischen Pap-Test und HPV-Test:

Pap-Test: Untersucht entnommene Zellen auf sichtbare Veränderungen unter dem Mikroskop.

HPV-Test: Zeigt, ob eine Infektion mit Humanen Papillomviren (HPV) vorliegt – Viren, die das Risiko für Gebärmutterhalskrebs erhöhen können.

Beide Tests zusammen bieten die bestmögliche Vorsorge und erhöhen die Chance, Veränderungen frühzeitig zu erkennen und zu behandeln.

Vorsorge kann Leben retten!

Die Tests sind einfache und wirksame Mittel, um Gebärmutterhalskrebs vorzubeugen. Nutzt eure Möglichkeiten zur Vorsorge und spricht mit eurer Ärztin oder eurem Arzt über die Tests!



Auf unserer Website findest du Infos zu den Früherkennungsprogrammen:



www.krebsgesellschaft-saar.de/frueherkennung

Darmkrebs-Prävention im Fokus

Bereits zum 23. Mal steht der März als Aktionsmonat im Zeichen der Darmkrebsprävention. Die unter anderem von der Felix Burda Stiftung ins Leben gerufene Initiative will jedes Jahr auf wirksame Vorsorgemaßnahmen zur Vermeidung von Darmkrebs aufmerksam machen.

Vorsorge kann Leben retten! Deshalb hier noch einmal die wichtigsten Untersuchungsmöglichkeiten: Zwischen dem 50. und 54. Lebensjahr kann im Rahmen der Krebsfrüherkennung der gesetzlichen Krankenversicherung ein jährlicher Stuhltest durchgeführt werden. Dabei wird auf nicht sichtbares („okkultes“) Blut im Stuhl getestet.

Mit zunehmendem Alter steigt das Risiko, an Darmkrebs zu erkranken. Männern ab 50 und Frauen ab 55 Jahren wird eine Darmspiegelung empfohlen. Diese Methode ist noch genauer als der Stuhltest, und Krebsvorstufen können direkt entfernt werden.

Wenn keine Darmspiegelung gewünscht wird, gibt es die Möglichkeit eines jährlichen Stuhltests (zwischen 50 und 54) bzw. alle zwei Jahre (ab 55).

Weitere Infos zum Thema Prävention gibt es auf unserer Website unter: www.krebsgesellschaft-saar.de/praevention

Prävention: HPV-Impfung als wirksamer Schutz gegen Gebärmutterhalskrebs



Die Erkenntnis ist nicht neu: Humane Papillomviren (HPV) sind sexuell übertragbar und verursachen Krebs. Den Welt-HPV-Tag am 4. März haben wir daher zum Anlass genommen, erneut auf die Krebsgefahr durch HPV hinzuweisen.

Wirksamer Schutz vor HPV-Infektionen: Impfung

Eine aktuelle Studie aus Schottland vom Januar 2024 zeigt eindrucksvoll, dass bei keinem Mädchen, das vor dem 14. Lebensjahr geimpft wurde, bis heute ein invasiver Gebärmutterhalskrebs (Zervixkarzinom) aufgetreten ist. Die Impfung ist also zu 100 Prozent wirksam.

Wichtig: Auch Jungen sollten wegen der so genannten Herdenimmunität unbedingt geimpft werden. Die HPV-Impfung schützt auch Jungen vor verschiedenen Krebsarten.

Krebsvorsorge nicht vergessen!

Neben der Impfung ist die regelmäßige Krebsfrüherkennung wichtig. Sie ermöglicht die rechtzeitige Erkennung von Krebsvorstufen und bietet die besten Heilungschancen.

Hautkrebs bleibt eine ernstzunehmende Gefahr: UV Index beachten

Ein wichtiger Faktor für den Sonnenschutz ist der UV-Index: Je höher der Index, desto stärker ist die UV-Strahlung und desto schneller bekommt man einen Sonnenbrand. Das Bundesamt für Strahlenschutz empfiehlt, sich ab einem UV-Index von 3 vor der Sonne zu schützen und Sonnencreme zu verwenden. Den aktuellen UV-Index findet Ihr übrigens auch in der Wetter-App eures Smartphones. Oder ihr nutzt unsere UV-Index-Karte im Scheckkartenformat! Diese handliche Karte misst die aktuelle UV-Strahlung und hilft Euch, Eure Haut effektiv vor schädlichen UV-Strahlen zu schützen.

Die praktischen Karten können kostenlos bei uns unter info@krebsgesellschaft-saar.de bestellt werden.



Brustkrebsmonat Oktober – Informieren, erkennen, handeln!

Jedes Jahr erkranken in Deutschland rund 70.550 Frauen und 740 Männer neu an Brustkrebs – einer der häufigsten Krebsarten. Im Oktober liegt der Fokus weltweit auf der Prävention, Früherkennung und Behandlung von Brustkrebs.

Obwohl sich niemand vollständig vor Brustkrebs schützen kann, gibt es viele Möglichkeiten, das Risiko zu senken – durch einen gesunden Lebensstil mit regelmäßiger Bewegung, gesunder Ernährung, wenig Alkohol und Verzicht auf Tabak.

Unser Vorstandsvorsitzender Dr. med. Steffen Wagner betont: „Zur Früherkennung empfehlen wir allen Frauen die monatliche Selbstuntersuchung der Brust sowie die regelmäßige Teilnahme am gesetzlichen Krebsfrüherkennungsprogramm.“

Früherkennung kann Leben retten! In unserer Anleitung zur Selbstuntersuchung zeigen wir dir Schritt für Schritt den Selbstcheck zur Brustkrebsvorsorge.

Die Anleitung kann direkt bei uns bestellt werden unter: www.krebsgesellschaft-saar.de/kontakt



November – Männergesundheit im Rampenlicht

Der „Movember“ steht ganz im Zeichen der Männergesundheit! Dabei steht das M für „moustache“ (frz. für Schnurrbart). Ziel Aktion ist es, mit dem „neuen“ Bart im persönlichen Umfeld Aufmerksamkeit zu erregen – und zwar für ein Thema, das oft in den Hintergrund rückt: die Gesundheitsvorsorge. Und das, obwohl Früherkennung die beste Chance gegen Krebs bietet!



Regelmäßige Vorsorgeuntersuchungen können Leben retten!

Prostatakrebs: Ab 45 jährliche Tastuntersuchung durch den Facharzt, bei Bedarf auch PSA-Test (prostataspezifischer Antigen test).

Darmkrebs: Ab 50 Anspruch auf Stuhltest oder Darmspiegelung.

Hautkrebs: Ab 35 Hautkrebs-Screening (einige Kassen bieten dies auch für jüngere Versicherte an).

Hodenkrebs: Selbstuntersuchung einmal im Monat – eine Anleitung findet ihr bei uns auf der Website.

Zuden Anleitungen und Früherkennungsprogrammen: www.krebsgesellschaft-saar.de/frueherkennung

Tag der Krebsvorsorge – früh erkennen statt spät behandeln

Am 28. November ist Tag der Krebsvorsorge – ein wichtiger Anlass, um auf die Bedeutung der Früherkennung aufmerksam zu machen. Der jährliche Aktionstag wurde von der AOK und der Deutschen Krebsgesellschaft e. V. deutschlandweit initiiert, um die Bevölkerung stärker für die Krebsfrüherkennung zu sensibilisieren.

Die Teilnahmeraten an den Krebsfrüherkennungsuntersuchungen sind gegenüber dem Vergleichsjahr 2019 deutlich gestiegen. Bei der Früherkennung von Gebärmutterhalskrebs und beim Hautkrebs-Screening liegen die Teilnahmeraten jedoch unter dem Niveau vor der Corona-Pandemie.

Das Hautkrebs-Screening kann ab dem 35. Lebensjahr alle zwei Jahre kostenlos beim Haus- oder Hautarzt in Anspruch genommen werden. Neben konsequentem UV-Schutz ist die regelmäßige Vorsorge der beste Weg, Hautkrebs frühzeitig zu erkennen – denn früh erkannt ist er meist gut heilbar.

Auf unserer Website findest du eine Anleitung zur Selbstuntersuchung und Infos zu den Früherkennungsprogrammen: www.krebsgesellschaft-saar.de/frueherkennung



**PROJEKT
 SunPass**

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.

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.

Kindergärten, Kitas und auch Kindertagespflegestellen werden im Projekt SunPass dabei unterstützt, 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.

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

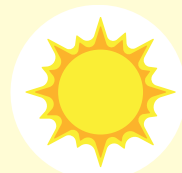
Die von der Europäischen Hautkrebsstiftung (ESCF) in Kooperation mit der Saarländischen Krebsgesellschaft e.V. und der IKK Südwest vergebene Auszeichnung steht für die aktiven Bemühungen rund um den Sonnenschutz bei Kindern. Im Rahmen des Projektes SunPass lernen Erzieherinnen und Erzieher, Eltern und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



SunPass – auch für Kindertagespflegestellen

Zusätzlich zu 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. ganztags betreut werden. Dementsprechend rückt der Sonnenschutz in diesen Kinderbetreuungseinrichtungen 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 in den Kindertagespflegestellen – weiterhin in enger Zusammenarbeit mit der IKK Südwest – noch mehr Kinder und Betreuungspersonen für einen gesunden Umgang mit der Sonne sensibilisieren können.



SunPass-Zertifikate für Kitas und Kindertagespflegestellen im Saarland

Gemeinsam mit der IKK Südwest konnten wir in 2024 insgesamt 19 Kindertagesstätten und zwei Kindertagespflegestellen für ihr vorbildliches Engagement im Bereich der Hautkrebsvorsorge mit dem SunPass-Zertifikat auszeichnen! Damit haben wir insgesamt 1591 Kinder und ihre Eltern erreicht.

Denn nicht nur im Sommer gilt: Sich ausreichend vor der UV-Strahlung der Sonne zu schützen und damit Sonnenbrände zu vermeiden, ist entscheidend für die Prävention von Hautkrebs. Kinder sind besonders gefährdet, da ihre Haut noch sehr empfindlich ist und kaum einen natürlichen Schutz gegen UV-Strahlen besitzt. Jeder Sonnenbrand im Kindesalter erhöht das Risiko, später an Hautkrebs zu erkranken. Gemeinsam mit der IKK Südwest unterstützen wir deshalb Kinderbetreuungseinrichtungen dabei, einen gesunden Umgang mit der Sonne in den Alltag zu integrieren.

Die zertifizierten Einrichtungen haben die erforderlichen Sonnenschutzmaßnahmen erfolgreich umgesetzt – mit viel Einsatz und Freude. Dieses Engagement ist alles andere als selbstverständlich, deshalb möchten wir uns an dieser Stelle noch einmal ganz herzlich bei den teilnehmenden Kinderbetreuungseinrichtungen bedanken!

Wir danken außerdem unserem Partner IKK Südwest für die tolle Unterstützung dieses wertvollen Projektes!

Interessierte Kitas, die nächstes Jahr teilnehmen möchten, finden hier alle Infos:
www.krebsgesellschaft-saar.de/projekt-sunpass



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.

In Deutschland erkranken jährlich mehr als eine halbe Million Menschen neu an Krebs. Und die Tendenz steigt.

Einige Krebsarten, wie z.B. Brust- oder Darmkrebs werden häufig im Rahmen von Vorsorgeuntersuchungen diagnostiziert und im Frühstadium erkannt. Sie lassen sich so früh meist erfolgreicher behandeln, als Krebserkrankungen, die erst in einem späteren Tumorstadium erkannt werden. Denn bei vielen Krebserkrankungen machen sich Symptome und Beschwerden erst vergleichsweise spät bemerkbar.

Je früher Krebs erkannt wird, desto besser sind die Heilungschancen. Deshalb gehören Krebsfrüherkennungsprogramme zu den Standardleistungen der gesetzlichen Krankenkassen.

DENN:
Früherkennung kann Leben retten!

Hier finden Sie eine Auflistung der gesetzlichen Krebsfrüherkennungsprogramme:➔

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: wahlweise Immunologischer Test (iFOBT) auf verborgenes Blut im Stuhl oder zwei Darmspiegelungen im Abstand von 10 Jahren

50 bis 75 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

Stand: 04/2025

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

Jeder Untersuchung müssen die Mitteilung der Befunde und eine Beratung nachfolgen.

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.



Stützpunkt: Selbsthilfegruppe für junge Menschen mit Krebs

Die Selbsthilfegruppe richtet sich an junge Menschen bis 35 Jahre, die mit der Diagnose Krebs leben. Was alle Teilnehmenden verbindet, ist die gemeinsame Erfahrung, dass das Leben plötzlich aus den Fugen gerät. Der Austausch findet vor allem über WhatsApp statt. Hier verabreden sie sich, teilen Erlebnisse und stehen sich bei, wenn Ängste oder Sorgen zu groß werden. Die Unterstützung ist schnell, direkt und auf Augenhöhe - immer dann, wenn sie gebraucht wird.

Wer sich angesprochen fühlt oder mehr erfahren möchte, kann sich gerne per E-Mail an info@krebbsgesellschaft-saar.de wenden



Die Selbsthilfegruppe
trifft sich regelmäßig
jeden letzten Mittwoch im Monat
von 19 bis 21 Uhr in den Räumen
der Saarländischen Krebsgesellschaft e.V.

Bruchwiesenstr. 15
66111 Saarbrücken



**„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 Psychologin der Saarländischen Krebsgesellschaft. Im Anschluss gibt es die Möglichkeit, sich über Probleme, Gedanken und Gefühle auszutauschen. Angehörige können hier Unterstützung finden, die veränderte Lebenssituation 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.“

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

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

In den Räumen der
Saarländischen Krebsgesellschaft e.V.

Bruchwiesenstr. 15
66111 Saarbrücken



IHRE HILFE BEWIRKT VIEL!



HELFEN SIE HELFEN!

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: spenden@krebsgesellschaft-saar.de

Um Betroffenen und Angehörigen weiterhin mit unserem umfassenden Leistungspaket helfen zu können, benötigen wir Ihre Unterstützung: aus dem Saarland für das Saarland!

Spenden an die Saarländische Krebsgesellschaft e.V. sind steuerlich absetzbar. Wenn Sie eine Spendenbescheinigung wünschen, geben Sie bitte Ihre vollständige Adresse mit Vor- und Zunamen bei Ihrer Überweisung an. Bei einer Spende bis 300 Euro genügt der Kontoauszug zur Vorlage beim Finanzamt.

Zahlungsempfänger: Saarländische Krebsgesellschaft e.V.
Kreissparkasse St. Wendel
IBAN: DE 8959 2510 2001 6801
BIC: SALADE51WND

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

 **SAARLÄNDISCHE
KREBSGESELLSCHAFT e.V.**

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

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:

- **Geldspende**

Kleine oder große Summe, einmalig oder regelmäßig: Jede Spende hilft.

- **Spendenaktionen**

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

- **Sachspenden**

Selbstgenähte Werke wie Herzkissen oder Kuscheltiere sorgen für Erleichterung und Freude bei den Betroffenen.

- **Spendendosen**

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

- **Anlass-Spenden**

Spenden statt Geschenke – mit diesem Wunsch tun Sie an Ihrer Geburtstagsfeier, Hochzeit, Taufe, Kommunion oder Ihrem Jubiläum Gutes und schenken dabei Krebsbetroffenen Hoffnung.

- **Gutes tun bei Firmenfeiern**

Spenden Sie den Erlös Ihres Jubiläums, Sommerfestes oder Weihnachtsmarkts zugunsten von Krebsbetroffenen. Auch Ihre Kund*innen, Mitarbeiter*innen und Ihr Netzwerk freuen sich darüber.

- **Spenden statt Kränze**

Schenken Sie Menschen mit Krebs und ihren Angehörigen Zuversicht und bitten Sie die Trauergemeinde um Spenden an die Saarländische Krebsgesellschaft.

- **Erbschaften und Vermächnisse**

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.

- **Unternehmensspenden**

Unterstützen Sie regionale Projekte für krebskranke Menschen und zeigen Sie, dass Sie als Unternehmer oder Unternehmerin gesellschaftliche Verantwortung übernehmen.

- **Mitgliedschaft**

Werden Sie Mitglied und unterstützen Sie unsere wichtige Arbeit im Saarland dauerhaft.



Jahresbericht 2024
SPENDEN UND HELFEN

GELD-
SPENDEN

Die Saarländische Krebsgesellschaft dankt allen Förderern für die wertvolle Unterstützung. Im Jahr 2024 haben viele Institutionen, Organisationen und Privatpersonen unsere Arbeit in besonderem Maße gefördert. Stellvertretend danken wir:





DANKE AN ALLE,
die uns unterstützen!





DANKE AN ALLE,
die uns unterstützen!



Soroptimist International Merzig-Saarlouis



Steil Kranarbeiten GmbH & Co. KG



Summacom GmbH und Co. KG



Dallmayr Automaten-Service GmbH



Zeck Fishing GmbH



Hilf-Mit Saarbrücker Zeitung e.V.



Zahnarztpraxis Dr. Birkner



Zucchetti Germany GmbH



Young Side Brigade



1.FCS Trikotversteigerung mit Patrick Schmidt



SACH-
SPENDEN

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

Weihnachtsbaum von Ikea



Pink Fighters Saar



Kreativwerkstatt Scheib des Zentrums
für Bildung und Beruf Saar



Kreativwerkstatt Scheib des Zentrums
für Bildung und Beruf Saar



Glückswürmchen von einer Patientin



Herzkissen von TGSBBZ Saarlouis



SPENDEN-
DOSEN

HELFEN KANN SO EINFACH SEIN –
mit einer Spendendosen-Patenschaft!

Mit einer kleinen Geste Großes bewirken: Unsere Spendendosen bieten eine unkomplizierte Möglichkeit, krebserkrankte Menschen und ihre Familien im Saarland zu unterstützen. Ob im Café, in der Bäckerei, im Friseursalon oder an der Tankstelle – überall dort, wo viele Menschen unterwegs sind, können unsere Spendendosen aufgestellt werden.

Als Spendendosenpatin oder -pate unterstützen Sie unsere Arbeit für krebserkrankte Menschen und ihre Familien im Saarland – ganz unkompliziert und direkt vor Ort.

Sie entscheiden, wo die Dose steht. Besonders geeignet sind Orte mit vielen Besucherinnen und Besuchern.

Eine Patenschaft kann jede Person übernehmen, die eine geeignete Stelle für die Spendendose hat – egal ob Privatperson, Unternehmerin oder Unternehmer, oder Organisation.

Wir stellen Ihnen alles zur Verfügung – vom Infomaterial bis zur Patenschaftsbestätigung.

Alle Informationen finden Sie unter:
www.krebsgesellschaft-saar.de/spendendosen



Helfen Sie uns, anderen zu helfen

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 helfen und begleiten zu können, benötigen wir Ihre Unterstützung:

Spendenkonto:

Saarländische Krebsgesellschaft e.V.

Kreissparkasse St. Wendel

IBAN: DE89 5925 1020 0120 1168 01

BIC: SALADE51WND

Verwendungszweck:

Spende + Vor- und Zunamen, E-Mail-Adresse, vollständige Adresse

Spenden sind steuerbegünstigt

 **SAARLÄNDISCHE
KREBSGESELLSCHAFT e.V.**

 www.krebsgesellschaft-saar.de
 [saarlaendischekrebsgesellschaft](https://www.facebook.com/saarlaendischekrebsgesellschaft)
 info@krebsgesellschaft-saar.de

