

Referenten

PD Dr. med. Katharina C. Kähler (Seminarleitung)
1. Vorsitzende der Schleswig-Holsteinischen
Krebsgesellschaft

Kym Erdmann
Dipl.-Kommunikationsdesigner
Erdmann Design, Kiel

Dr. Simon Rasmussen
Sportwissenschaftler, M.Ed.
Geschäftsführer Fit, Kiel

Kristine Strelow
Counselor grad. BVPPT
Kunst- und Gestaltungstherapie, Kiel

Jana Röckendorf
Ärztin im Hautkrebszentrum UKSH, Campus Kiel
Vinyasa-Yoga-Lehrerin

Die Anreise ist eigenständig zu tragen.
Anmeldung unter Telefon 0431-800 10 80
oder info@krebsgesellschaft-sh.de

Anfahrt:

Kloster Nütschau,
Schlossstr. 26 · 23843 Travenbrück



Geschäftsstelle

Alter Markt 1 – 2 · 24103 Kiel

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

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

Spendenkonto

Förde Sparkasse
BIC NOLADE21KIE
IBAN DE07 2105 0170 0094 1849 00



Supportivprogramm - INTENSIV - für Krebspatienten



Bildungshaus St. Ansgar
Montag - Mittwoch
18. - 20. Dezember 2023

Wir danken unseren Sponsoren:

AstraZeneca



**SUN
PHARMA**

**Pierre Fabre
Oncology**

Lilly

MSD

Einladung

Sehr geehrte Patientin, sehr geehrter Patient,

es ist uns eine große Freude, Sie zu einer Veranstaltung einzuladen, die sich insbesondere an jüngere Menschen mit Krebs richtet, die ihre Diagnose gerade erst erhielten oder sich noch mitten in der Therapiephase befinden.

Nach der Diagnose einer Krebserkrankung haben viele Betroffene mit unterschiedlichen Problemen zu kämpfen. Nebenwirkungen einer Krebstherapie, aber auch die psychologischen, sozialen und auch wirtschaftlichen Belastungen stellen betroffene Patienten vor manche Herausforderungen. Umso wichtiger ist in der Zeit der Behandlung, aber auch in der nachfolgenden Phase der Nachsorge, die Unterstützung durch verschiedene Bereiche.

Viele Patienten erleben eine psychologische Unterstützung als hilfreich, auch Sportangebote oder eine Bewegungstherapie können Beschwerden lindern. Ebenso können Entspannungstechniken verschiedenster Art die Situation betroffener Patienten verbessern.

Dieses Seminarwochenende soll auf all diesen Ebenen ansetzen und betroffenen Patienten eine Auszeit erlauben, verbunden mit der Möglichkeit, etwas ganz Neues für sich auszuprobieren. In diesem geschützten Rahmen wird neben den Seminarinhalten immer noch viel Raum für Austausch sein.

Mit freundlichen Grüßen
Ihre PD Dr. med. K. C. Kähler

Programm

Montag, 18. Dezember

- bis 14:00 Anreise
14:00 - 14:30 Einführung; Kennenlernen
14:30 - 15:00 Kaffeepause

15:00 - 16:00 **Praktische Übungen:
Meinen Körper spüren, meine Kraft
zurückerobern** (Rasmussen)

16:15 - 17:00 **Wie kann ich meine Ernährung
verbessern?** (Rasmussen)

18:30 Abendessen
19:30 Gruppenaustausch
21:15 Nachtwanderung um das Kloster

Dienstag, 19. Dezember

- 08:15 Frühstück

09:00 - 11:30 **Kunsttherapie bei Krebs: „Misch Dir die
Farben Deines Lebens neu“** (Strelow)

12:00 Mittagessen
13:30 - 14:30 **Diskursiver Spaziergang**
14:30 - 15:00 Kaffeepause

15:00 - 17:00 **Praktische Einheit: Unter die Haut - Was
kann ich bei Hautnebenwirkungen einer
Krebstherapie tun?** (Kähler)

18:30 Abendessen

- 19:30 Gespräch mit Br. Johannes/
Br. Willibrord, OSB (angefragt)
21:15 Nachtwanderung um das Kloster

Mittwoch, 20. Dezember

- 08:15 Frühstück

09:00 - 11:30 **Mich und die Welt mit anderen Augen
sehen - Fotografie als Mittel zum
Perspektivwechsel** (Erdmann)

12:00 Mittagessen

13:00 - 14:00 **"Meine Seele anschauen, meine Würde
sehen – Wie mir Yoga dabei helfen
kann"** (Röckendorf)

14:00 - 14:30 Zusammenfassung und Feedback
14:30 - 15:00 Kaffeepause zum Abschluss

