

MAGAZIN DER DEUTSCHEN KREBSHILFE

„EIN ANKERPLATZ FÜR KREBSPATIENTEN“

Krebsberatungsstellen bieten Rat in allen Lebenslagen

VIelfÄLTIGE UNTERSTÜTZUNG

Die Krebs-Selbsthilfe – unabhängig und gemeinnützig

8,7 MILLIONEN EURO FÜR SPITZENFORSCHUNG

Deutsche Krebshilfe fördert neues Exzellenzprogramm



Deutsche Krebshilfe
HELLEN. FORSCHEN. INFORMIEREN.

04



„Manche fühlen sich hier schon fast wie zuhause, weil wir sie eine längere Zeit begleiten.“

08



13



KREBSBERATUNGSSTELLEN

- 04 AUSWEG AUS DEM FREIEN FALL
- 06 Anlaufstelle in jeder Krankheitsphase

AKTUELLES

- 07 AUF EINEN BLICK
- 08 WELTKREBSTAG 2022 – VERSORGUNGSLÜCKEN SCHLIESSEN
- 09 AKTIV LEBEN MIT KREBS

FOKUS

- 10 DIE SELBSTHILFE – EIN WICHTIGER PFEILER DES GESUNDHEITSSYSTEMS
- 11 „Wir bewahren Verschwiegenheit“

WISSENSCHAFT

- 12 8,7 MILLIONEN EURO FÜR EIN NEUES EXZELLENZPROGRAMM
- 13 THERAPIE BEI HODENKREBS: WENIGER IST MEHR

HELFFEN

- 14 SPENDEN STATT KRÄNZE

UNSERE SPENDER

- 16 MITMACHEN HEISST MITHELFFEN

STIFTEN UND VERERBEN

- 19 IHR GUTES RECHT

- 15 Trauer und Hoffnung
- 15 Seminare und Kurse
- 18 Leserbriefe
- 18 Impressum
- 19 Wir danken

Liebe Leserin, lieber Leser,

seit ihrem Bestehen setzt sich die Deutsche Krebshilfe dafür ein, dass jeder an Krebs erkrankte Mensch in Deutschland gleichermaßen von Fortschritten in der Medizin profitiert. Jede Patientin und jeder Patient soll eine für sie oder ihn passende Versorgung mit der höchstmöglichen Qualität erhalten – egal ob auf dem Land oder in einer bevölkerungsreichen Metropole.

Doch ist das überhaupt möglich, eine lückenlose und flächendeckende optimale Versorgung für alle zu schaffen? Wir sind der festen Überzeugung, dass dies machbar ist - und auch unser Ziel sein muss-, wenn gleich wir davon derzeit noch ein Stück entfernt sind. Im Rahmen des diesjährigen Weltkrebstags, der wie immer am 4. Februar stattfand, haben wir uns eingehender mit diesem Thema beschäftigt. Wo gibt es noch Lücken in der onkologischen Versorgung? Was können wir tun, um diese Lücken zu schließen? Auf Seite 8 geben wir hierzu Antworten.

Mit Ihrer Hilfe, liebe Spenderinnen und Spender, haben wir in der Vergangenheit bereits erhebliche Beiträge geleistet, um die Versorgung von Krebspatienten stetig zu verbessern. Beispielsweise mit den von uns initiierten und geförderten Onkologischen Spitzenzentren, den Comprehensive Cancer Centers, die jährlich schon mehr als 150.000 Krebspatienten versorgen. Diese Zentren arbeiten eng mit weiteren Krankenhäusern und niedergelassenen Ärzten in der jeweiligen Region zusammen. Solche Netzwerke stellen für viele weitere Patientinnen und Patienten eine gute onkologische Versorgung sicher.

Neben der medizinischen Versorgung der Betroffenen ist es uns aber auch ein wichtiges Anliegen, an Krebs erkrankten Menschen seelische und soziale Hilfe zukommen zu lassen. Über ein Jahrzehnt haben wir daher bundesweit ambulante psychosoziale Krebsberatungsstellen unterstützt und uns dabei erfolgreich in der Gesundheits- und Sozialpolitik dafür eingesetzt, dass diese unverzichtbaren Strukturen inzwischen zu einem beträchtlichen Teil von den Krankenkassen



GERD NETTEKOVEN,
Vorstandsvorsitzender
der Deutschen Krebshilfe

finanziert werden. Auch mit dieser Initiative konnten wir bewirken, dass Versorgungslücken geschlossen werden. In der Titelgeschichte dieser Ausgabe haben wir die Mitarbeiterinnen einer Krebsberatungsstelle in Koblenz bei ihrer Arbeit begleitet. Das kleine Team ist für viele Krebspatienten und ihre Angehörigen eine Insel der Ruhe inmitten des kräftezehrenden Alltags mit der Krankheit. Sie finden unsere Reportage auf der nächsten Seite.

Liebe Leserinnen und Leser, ich wünsche Ihnen nun eine spannende und aufschlussreiche Lektüre. Bleiben Sie uns auch weiterhin wohl gesonnen und machen Sie sich dafür stark, gemeinsam mit uns weitere Lücken in der Versorgung krebskranker Menschen zu schließen!

Ihr
Gerd Nettekoven
Vorstandsvorsitzender

Hier können Sie unser Magazin online lesen



> www.t1p.de/krebshilfemagazin

AUSWEG AUS DEM FREIEN FALL

Koblenz (swy) – Mit seinem Team unterstützt das Beratungszentrum der Krebsgesellschaft Rheinland-Pfalz unermüdlich viele Betroffene und ihre Angehörigen nach der Diagnose Krebs.



1



2

1
Auch während der Pandemie ist Gerti Kunz für die Betroffenen da.

2
Für ihre Kollegin Christina Ehricht ist die Arbeit in der Beratungsstelle auch eine Herzensangelegenheit.

Hektisches Treiben herrscht in der Löhrrstraße im Herzen von Koblenz. Menschen hasten aneinander vorbei – begleitet vom Dauer-Lärm der nahegelegenen Bundesstraße, den nur das Getöse vorbeifahrender Züge noch übertönt. Haus Nr. 119 ist unscheinbar und wenig einladend. Doch die Türen im dritten Stock führen in eine andere Welt: Farbenfrohe Bilder mit Herzmotiven an den Wänden empfangen den Besucher, angenehme Stille erfüllt die Räume, an der Rezeption telefoniert eine Frau mit leiser, warmer Stimme.

„Ich sehe uns als Ankerplatz für Krebspatienten und Angehörige, deren Welt durch die Diagnose aus den Fugen geraten ist“, sagt Gerti Kunz, Leiterin des Krebsberatungszentrums. Seit 33 Jahren arbeitet die Diplom-Pädagogin und Psychoonkologin dort, hat das breite Angebot mit aufgebaut. Jeden Tag suchen hier im Schnitt 20 bis 25 Menschen nach Rat und Hilfe – in Zeiten von Corona vorwiegend telefonisch oder auch online.

Fünf Beraterinnen in Teilzeit und zwei Assistentinnen am Empfang stemmen die große Nachfrage. Jede Beraterin hat dafür ihren eigenen Raum. So überrascht einer durch afrikanisches Flair, ein anderer erinnert an den Wohnzimmercharme der 1970er Jahre und der dritte an den Einrichtungsstil eines schwedischen Möbelhauses. So unterschiedlich wie ihre „Klienten“ sind auch die Beraterinnen – das ist wichtig, denn die Chemie muss stimmen.

„Alles, was das Leben so hergibt“

„Die Themen umfassen alles, was das Leben so hergibt“, sagt Kunz. Denn jeder Ratsuchende bringt seinen ganz persönlichen Hintergrund mit. Genau das mache ihre Arbeit so interessant. Die Fragen reichen dabei von „Welches

Krankenhaus ist für die Behandlung geeignet?“, „Welche finanzielle Unterstützung gibt es?“, „Wie verhalte ich mich meinem Partner gegenüber?“ bis hin zu der Angst vor Leiden und dem Tod. Junge Familien brauchen oft Hilfe, wie sie mit ihren Kindern über die Erkrankung und die bevorstehenden Veränderungen sprechen können. Bei speziellen medizinischen Fragen verweisen die Beraterinnen an die Ärzte ihres medizinischen Beirates.

„Nach der Diagnose sind viele im freien Fall, da sind wir das Netz, das sie auf fängt“, sagt Kollegin Christina Ehricht, die seit elf Jahren für die Öffentlichkeitsarbeit zuständig ist. „Einen Königsweg gibt es dabei nicht.“ Denn nicht nur der Krebs habe viele Gesichter, auch die Menschen mit ihren eigenen Lebenswegen. „Viele sehen wir hier nur einmal, weil sie lediglich weiterführende Informationen brauchen oder weil ihnen bereits wenige Anstöße ausreichen, um sich selbst weiterhelfen zu können“, erklärt Kunz.

Krebsberatung schließt Lücke

„Manche fühlen sich hier schon fast wie zuhause, weil wir sie eine längere Zeit begleiten“, schmunzelt die 62-Jährige. „So gibt es etwa Patienten, die auf eine psychologische Behandlung warten und die Zeit mithilfe unserer Unterstützung überbrücken können.“ Oder solche, die schlicht mehr Hilfe brauchen, weil sie ihnen im privaten Umfeld fehlt. „Ich habe in all den Jahren mehrere tausend Menschen beraten und es ist immer wieder anders“, so Kunz.

Die ambulante Krebsberatung schließt eine entscheidende Lücke. „Wenn die Patienten in stationärer Therapie sind, sind sie medizinisch und psychoonkologisch engmaschig betreut. Danach aber fallen viele in ein Loch und >>>

sind nicht selten sich selbst überlassen“, sagt die 50-jährige Christina Ehrlich. „Immer häufiger kommen zudem sogenannte Long-term Survivors – Menschen, die ihre Krebserkrankung schon lange hinter sich gelassen haben, aber nach wie vor an gesundheitlichen Folgeproblemen leiden. Für die fühlt sich oft keiner zuständig.“ Daher hat das Team sein Beratungsangebot ausgeweitet, um noch mehr Menschen

zu erreichen. So fahren die Beraterinnen regelmäßig in umliegende Ortschaften und bieten ihre Unterstützung in Gemeindezentren oder Arztpraxen an. Ein personeller Kraftakt, bestätigt Kunz. „Aber wir lernen jeden Tag so viele faszinierende Menschen kennen, die schwer krank sind und dennoch so viel Kraft haben und uns mit so viel Herzlichkeit begegnen. Das hilft uns, weiterzumachen.“ ■



Jede Beratung ist immer wieder anders.

Anlaufstelle in jeder Krankheitsphase



Interview mit **Gerd Nettekoven**,
Vorstandsvorsitzender
der Deutschen Krebshilfe

Warum sind Krebsberatungsstellen so wichtig?

Krebs ist nicht nur eine Erkrankung des Körpers, sondern auch der Seele. Ambulante psychosoziale Krebsberatungsstellen sind Anlaufstellen für Krebspatienten und deren Angehörige in allen Krankheitsphasen, während und nach der onkologischen Behandlung, bis zum Lebensende. Sie leisten hilfreiche Arbeit für viele Betroffene und stellen unverzichtbare Strukturen in unserem Gesundheits- und Sozialsystem dar.

Welche Aufgaben haben Krebsberatungsstellen?

Krebsberatungsstellen geben Patienten und Angehörigen psychosoziale Hilfestellung bei Problemen, die im Zusammenhang mit der Erkrankung auftreten. Das sind einerseits sozialrechtliche Anliegen, andererseits psychische Belastungen bis hin zur Depression oder Angststörungen. Das Leistungsprofil der Krebsberatungsstellen umfasst also ein breites Spektrum ausgerichtet auf den jeweiligen Bedarf an Hilfe. Das Angebot ist niederschwellig mit kurzen Wartezeiten, möglichst mit Wohnortnähe und Erreichbarkeit sowie klientenorientierten Öffnungszeiten. Die Leistungen sind für Tumorpatienten in der Regel unentgeltlich.

Warum steigt der Bedarf an solchen Beratungsangeboten?

Während sich die psychoonkologische und die psychosoziale Versorgung im stationären Bereich in den ver-

gangenen Jahren konstant verbessert hat, bestehen für die ambulante Versorgung von Krebspatienten weiterhin erhebliche Defizite. Dies ist umso gravierender, weil sich der Bedarf an psychosozialer Betreuung in den ambulanten Bereich verlagert. Die Gründe hierfür sind etwa kürzere Verweildauern in Kliniken oder komplexe Therapiestrategien mit einer zunehmenden Verlagerung auf den teilstationären beziehungsweise ambulanten Sektor. Hinzu kommen vermehrt kurz- und langfristige Neben- und Folgewirkungen der Therapie sowie längere Überlebensraten für viele Tumorpatienten. All das führt zu einem deutlich erhöhten Bedarf an ambulanten psychosozialen Beratungs- und Behandlungsangeboten.

Wie finanzieren sich die Krebsberatungsstellen?

Mit einem umfangreichen und strategisch ausgerichteten Förderprogramm hat die Deutsche Krebshilfe über viele Jahre zahlreiche Beratungsstellen gefördert und somit die ambulante psychoonkologische Versorgung Betroffener erheblich verbessert. Die Angebote der Beratungsstellen gehörten jedoch nicht zum Leistungsumfang der Kranken- und Sozialversicherungsträger. Während unserer Förderung haben wir daher unser Bestreben, für Krebsberatungsstellen eine Regelfinanzierung zu erreichen, in die gesundheitspolitischen Diskussionen im Rahmen des „Nationalen Krebsplans“ des Bundesministeriums für Gesundheit eingebracht. Mit Erfolg: Seit dem vergangenen Jahr übernehmen die Krankenversicherungen 80 Prozent der Kosten für die ambulante psychosoziale Krebsberatung. Ein wichtiger Meilenstein und auch ein Beispiel dafür, wie unser Einsatz mit Hilfe unserer Spender nachhaltig wirkt.

AUF EINEN BLICK

+++NEUES VON DER DEUTSCHEN KREBSHILFE+++



**CLEVER IN
SONNE
UND SCHATTEN**
FÜR DIE AUSBILDUNG VON ERZIEHER*INNEN

UV-Schutz in Kitas – Lernmodul für Auszubildende

Was sollten angehende Erzieherinnen und Erzieher über ultraviolette Strahlung wissen? Nicht nur zum Wohle der Kitakinder, sondern auch für die eigene Gesundheit – Stichwort: Berufskrankheit Hautkrebs. Mit „Clever in Sonne und Schatten für Erzieher*innen“ werden Lehrkräfte in Berufsschulen mit kostenfreien Unterrichtsmaterialien zu diesem Thema versorgt. Das Paket enthält einen Lehrfilm und zahlreiche Anregungen für den Unterricht sowie für die Kleingruppen- und Einzelarbeit. Das Ziel: Die Schülerinnen und Schüler reflektieren das eigene Sonnenschutzverhalten, ihre Einstellungen zu gebräunter Haut und ihre Erfahrungen mit Sonnenbrand und Sonnenschutz bei Kindern. Zum Abschluss soll die Klasse eigene Ideen zum UV-Schutz an Kitas erarbeiten.

Mehr Infos unter > www.krebshilfe.de/uv-schutz
oder > www.cleverinsonne.de



Neue Leiterin der Mildred Scheel Akademie |

Seit Anfang des Jahres leitet Monika Pohl die Dr. Mildred Scheel Akademie für Forschung und Bildung in Köln.

Die gebürtige Breslauerin ist Fachwirtin für Prävention und Gesundheitsförderung sowie Heilpraktikerin für Psycho- und Physiotherapie. Als Autorin hat sie zahlreiche Ratgeber geschrieben, etwa „30 Minuten Gesunder Lebensstil“ oder „Krebs und Yoga: Übungen für Körper, Geist und Seele“. In den vergangenen zwölf Jahren war sie als Dozentin in der Erwachsenenbildung tätig. „Was mir in meiner Arbeit mit Menschen besonders wichtig ist: ein empathisches Miteinander sowie ganzheitliches Denken und Handeln“, so Monika Pohl zu ihrer neuen Tätigkeit. An dieser Stelle sei der bisherigen Leiterin der Mildred Scheel Akademie, Cornelia Burgardt, für ihr langjähriges Wirken herzlich gedankt – mit allen guten Wünschen für einen wohlverdienten Ruhestand.

> <https://www.krebshilfe.de/mildred-scheel-akademie/>



Was bewegt Krebspatienten und Angehörige?

Welche Projekte unterstützt die Deutsche Krebshilfe? |

In unserem Blog lassen wir krebserkrankte Menschen zu Wort kommen, erzählen Geschichten, die Mut machen und stellen Ihnen spannende Projekte vor. Viel Spaß beim Lesen! > www.krebshilfe.de/blog

WELTKREBSTAG 2022

VERSORGUNGSLÜCKEN SCHLIESSEN

Bonn (chw) – Die Deutsche Krebshilfe setzt sich dafür ein, dass jeder Krebspatient bestmöglich versorgt wird. Anlässlich des Weltkrebstags zeigte sie auf, wo es noch Verbesserungsbedarf gibt.



Versorgungslücken schließen

Onkologische Spitzenzentren – verstärkte Vernetzung notwendig

Daten aus Krebsregistern zeigen, dass es regionale Unterschiede im Krebsüberleben gibt: Neben einem Nord-Süd und Ost-West Gradienten für solide Tumore lassen sich bessere Überlebensraten im Einzugsgebiet der großen deutschen Metropolen beobachten. Mit den von ihr initiierten und seit vielen Jahren geförderten 'Onkologischen Spitzenzentren' (Comprehensive Cancer Center) hat die Deutsche Krebshilfe die Grundlagen für eine flächendeckende, strukturierte, leistungsfähige und zukunftsorientierte Patientenversorgung in Deutschland geschaffen.

»»

„Unser Ziel ist es, die Patientenversorgung in Deutschland insgesamt auf das höchstmögliche Niveau zu bringen. Insbesondere in vielen ländlichen Gebieten haben wir jedoch noch einen weiten Weg vor uns. Diese Defizite werden wir angehen und uns hier mit gezielten Förderinitiativen engagieren.“

GERD NETTEKOVEN,
Vorstandsvorsitzender der Deutschen Krebshilfe

„Die Deutsche Krebshilfe denkt gegenwärtig intensiv in ihren Gremien darüber nach, welchen nachhaltigen Beitrag sie mit einer entsprechenden Fördermaßnahme leisten kann, um die Situation für Pflegekräfte zu verbessern. Pflegepersonal trägt in hohem Maße dazu bei, die Versorgung von Krebspatienten sicherzustellen.“

PROFESSOR DR. THOMAS SEUFFERLEIN,
Vorsitzender des Beirats der Deutschen Krebshilfe und Ärztlicher Direktor der Klinik für Innere Medizin I am Universitätsklinikum Ulm.

Ambulante psychoonkologische/psychosoziale Betreuung – auch hier noch Versorgungslücken

Rund ein Drittel aller Krebspatienten benötigt psychoonkologische Unterstützung, um die Erkrankung zu verarbeiten und zu bewältigen. Seit dem Jahr 2021 werden 80 Prozent der in der ambulanten psychosozialen Krebsberatung entstehenden Kosten von den Krankenversicherungen übernommen – dank der langjährigen intensiven Bemühungen der Deutschen Krebshilfe.

»»

„Ungeklärt ist zurzeit aber, ob die jetzt gefundene Finanzierungskonstruktion dazu beitragen wird, ein flächendeckendes Angebot an Krebsberatungsstellen in Deutschland zu schaffen, damit jeder Ratsuchende auch eine passende Anlaufstelle in seiner Umgebung finden kann.“

PROFESSORIN DR. ANJA MEHNERT-THEUERKAUF, Mitglied des Fachausschuss ‚Versorgung‘ der Deutschen Krebshilfe und Leiterin der Abteilung für Medizinische Psychologie und Medizinische Soziologie des Universitätsklinikums Leipzig.

«« Sorgenkind onkologische Pflege

Egal ob in der Stadt oder auf dem Land: Entscheidend für eine gute Versorgung von Krebspatienten ist ausreichendes und entsprechend qualifiziertes Pflegepersonal. Doch die Arbeitsbedingungen müssten dringend verbessert werden und der Pflegeberuf die ihm gebührende Anerkennung erfahren.

Palliativversorgung kommt noch nicht allen Betroffenen zugute

Ebenfalls noch nicht flächendeckend verfügbar sind Versorgungsangebote für Menschen, deren Krebserkrankung nicht mehr heilbar ist. Insbesondere in ländlichen Regionen, aber auch in Pflegeeinrichtungen sind die Versorgungsangebote nach wie vor nicht ausreichend. Es bedarf weiterhin großer Anstrengungen, diese Versorgungslücken zukünftig zu schließen. Hier ist auch die Politik in der Pflicht. Aber auch die Aufklärung der Gesellschaft über die Möglichkeiten und Grenzen der Palliativversorgung muss verstärkt werden.

»»

„Die zahlreichen Möglichkeiten der Linderung von belastenden Symptomen wie Schmerzen, Luftnot, Angst oder Unruhe, sowie die umfassende multi-professionelle Begleitung und Behandlung, die im Rahmen der Palliativmedizin angeboten werden können, sind vielen Betroffenen und ihren An- und Zugehörigen leider immer noch nicht bekannt oder aufgrund fehlender Ressourcen und Strukturen nach wie vor verschlossen.“

PROFESSOR DR. FRIEDEMANN NAUCK,
Direktor der Klinik für Palliativmedizin der Georg-August-Universität Göttingen

Mehr Informationen unter



» www.krebshilfe.de/informieren/ueber-krebs/weltkrebstag-2022/

AKTIV LEBEN MIT KREBS

Bonn (ws) – Alles zu einem gesunden Lebensstil: Ein neues Programm unterstützt Krebspatienten mit zahlreichen Tipps während der Therapie und darüber hinaus.

Die Diagnose Krebs ist ein großer Schock. Sie hat nicht nur Auswirkungen auf den Körper, sondern auch auf die Psyche und die Lebensqualität. Studien zeigen, dass ein gesunder Lebensstil während der Behandlung und in der Nachsorge sehr hilfreich sein kann. Auch lohnt es sich, selbst aktiv zu werden. So haben Bewegung und Sport während und nach der Therapie positive Auswirkungen auf den Körper, die Seele und das Wohlbefinden. Positiv auf den Therapieerfolg und mögliche Nebenwirkungen kann sich zudem der Verzicht auf das Rauchen auswirken. Auch eine ausgewogene Ernährung steigert das Allgemeinbefinden. So kann gesunde und frische Kost dabei helfen, Begleitsymptome wie Appetitlosigkeit, Geschmacksveränderungen, Übelkeit und Durchfall zu lindern. Darüber hinaus kann die Krebsbehandlung zu einer besonderen Empfindlichkeit gegenüber UV-Strahlen führen. Deshalb ist es wichtig, dass Betroffene auf einen konsequenten und umfassenden Sonnenschutz achten.

Um Betroffene dabei zu unterstützen, in diesem Dickicht der Möglichkeiten nicht den Überblick zu verlieren, hat das Präventionszentrum des Nationalen Centrum für Tumorerkrankungen Dresden ein neues Programm initiiert: „Aktiv leben mit Krebs“. Dieses soll Krebspatienten auf dem Weg zu einem gesunden Lebensstil unterstützen – während der Krebstherapie und darüber hinaus. Die Deutsche Krebshilfe fördert das Projekt mit 110.000 Euro.

Auf der Homepage des Programms und in der begleitenden Broschüre können Betroffene mit einem kurzen Selbsttest herausfinden, in welchen Bereichen sie sinnvollerweise unterstützt werden sollten. Zu jedem Thema gibt es aktuelle, wissenschaftlich fundierte Empfehlungen. Zahlreiche Tipps zeigen, wie Krebspatienten diese im Alltag umsetzen und Hürden meistern können. Informativ und motivierende Experten-Videos zu den einzelnen Themenbereichen ergänzen das Angebot. > www.aktivmitkrebs.de



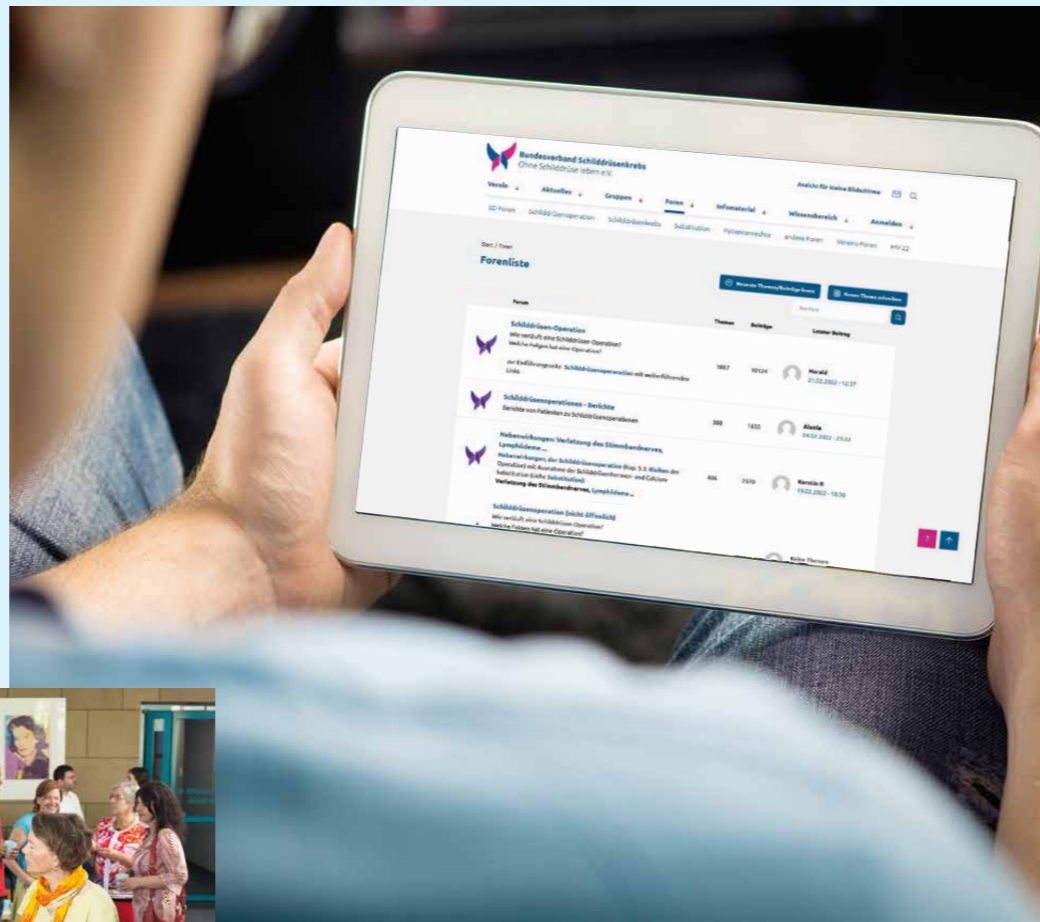
DIE SELBSTHILFE – EIN WICHTIGER PFEILER DES GESUNDHEITSSYSTEMS

Bonn (sho) – Die Krebs-Selbsthilfe bietet Erkrankten, Angehörigen und Ratsuchenden vielfältige Unterstützung. Dazu gehören der persönliche Austausch sowie die Interessensvertretung der Betroffenen.

„Ach, das geht mir genauso!“, „Habt ihr das auch erlebt?“, „Wie gehst du damit um?“ – das sind Sätze, die in der Krebs-Selbsthilfe oft zu hören sind. Dabei wird vielfältig agiert: in lockeren Gruppentreffen und individuellen Gesprächen. Das kann in Präsenz, am Telefon, digital im Internet-Forum oder in einer Videokonferenz, auf Informationsveranstaltungen oder bei themenspezifischen Vortragsreihen sein. Auch der berühmte Stuhlkreis kann vorkommen und Nähe schaffen.

Direkte Hilfe durch individuellen Austausch

Worum auch immer es geht – einfach einmal über ein Thema zu sprechen, welches Familie und Freunde nicht ganz nachempfinden können, einfach einmal über absurde Vorkommnisse zu lachen, die Nicht-Betroffene nicht erlebt haben können, oder einfach einmal zu weinen und wütend zu sein – in der Krebs-Selbsthilfe können Betroffene offen miteinander sprechen. Ein vertrauensvoller Austausch mit Menschen in ähnlichen Situationen verdeutlicht, dass auch in schwierigen Lagen niemand allein ist. Auch wenn jede Person und jede Erkrankung individuell ist: Es gibt immer Gemeinsamkeiten und damit ähnliche Herausforderungen und auch Lösungen. Es kann viel Zuversicht und Trost spenden, gemeinsam über Schwierigkeiten und Trauer zu sprechen. Denn eine Krebserkrankung kann viele Verluste mit sich bringen. So kann das Vertrauen in den eigenen Körper erschüttert sein, Zukunftspläne müssen verschoben werden oder der Körper funktioniert nicht mehr wie gewohnt. Gleichzeitig kann die Krebs-Selbsthilfe viel Kraft geben, Therapien durchzustehen. Auch hilft sie, langfristige Änderungen, wie ein neues Körperbild oder neue Alltagsabläufe, anzunehmen. Dabei unterstützen die Gespräche nicht nur erkrankte



1
Nicht nur in Corona-Zeiten wichtig: die Möglichkeit zum Online-Austausch.

2
Über die Krankheit zu sprechen kann eine große Last von den Schultern nehmen.

Menschen – auch Angehörige, Familienmitglieder und Freunde finden bei der Selbsthilfe ein offenes Ohr. Dabei bestimmt jede und jeder selbst, was sie oder er von sich preisgibt. Es ist völlig in Ordnung, einfach nur zuzuhören. Die Krebs-Selbsthilfe steht für Vielfalt: Jede und jeder findet seinen Platz.

Interessensvertretung – Hilfe für alle Betroffenen

Der Austausch von Erfahrungen und Erlebnissen ist nicht nur eine persönliche Bereicherung. Er legt auch offen, was gemeinsame Herausforderungen und Anliegen sind und was konkret gebraucht wird. Das betrifft das Gesundheitssystem, aber auch die Arbeitswelt oder Finanzen und Versicherungen. Daher vertritt die Krebs-Selbsthilfe auch die Interessen von Patientinnen und Patienten auf politischer und gesellschaftlicher Ebene. Dafür ist sie beispielsweise in den Gremien der Gesundheitspolitik und als Partner in der Krebsforschung beteiligt. Die Erkenntnisse und Erfahrungen der Patientinnen und Patienten ergänzen das Wissen aus Politik und Forschung. Dadurch werden die Versorgung und die Forschung noch besser auf die Bedürfnisse der Betroffenen angepasst.

Unabhängig und gemeinnützig

Die Krebs-Selbsthilfe ist ein wesentlicher und wertvoller Bestandteil des Gesundheitssystems. Damit sie ihre vielfältigen Aufgaben unabhängig wahrnehmen kann, unterstützt die Deutsche Krebshilfe die Bundesverbände der Krebs-Selbsthilfe bereits seit 1978 finanziell und ideell. Eine intensive Zusammenarbeit findet zudem in den Gremien der Deutschen Krebshilfe und bei der gemeinsamen Ausrichtung von Veranstaltungen, wie Krebskonferenzen und dem jährlichen „Tag der Krebs-Selbsthilfe“, statt. ■



Ein Gastbeitrag von
Dr. Stefanie Houwaart,
Patientenbeauftragte
der Deutschen Krebshilfe

Kontakt

Sie suchen Kontakte zur Krebs-Selbsthilfe? Sie möchten sich vielleicht sogar ehrenamtlich engagieren? Über die Webseite der Deutschen Krebshilfe gelangen sie zu den geförderten Organisationen der Krebs-Selbsthilfe:
> www.krebshilfe.de/selbsthilfe/

„Wir bewahren Verschwiegenheit“



Interview mit
Hedy Kerek-Bodden,
Vorsitzende des Haus
der Krebs-Selbsthilfe –
Bundesverband e. V.

Wie finde ich eine Selbsthilfegruppe?

Es gibt viele Wege in die Selbsthilfe: über Aushänge oder Flyer in Kliniken, über lokale Selbsthilfekontaktstellen, Krebsberatungsstellen und natürlich über eine Suche im Internet. Auf der Webseite des „Haus der Krebs-Selbsthilfe – Bundesverband e. V.“ sind zehn bundesweit aktive Selbsthilfeorganisationen verlinkt:
> www.hausderkrebsselfhilfe.de/wir-ueber-uns/mitgliedsverbaende/

In der Selbsthilfe wird sehr Persönliches besprochen. Bleibt das alles vertraulich?

Selbstverständlich wird in allen Gesprächen die Verschwiegenheit gewahrt. Auch unsere digitalen Formate sind geschützt. Nur angemeldete Teilnehmer erhalten Zugang zu den moderierten Videokonferenzen. Auch die Foren der Krebs-Selbsthilfe sind moderiert. Wir raten zusätzlich immer dazu, in den Foren keine Klarnamen zu verwenden und mit Angaben, die Rückschlüsse auf die eigene Person geben, eher zurückhaltend zu sein.

Wer kann bei der Interessensvertretung mitmachen?

Generell können Menschen mitmachen, die Lust auf diese Tätigkeiten haben und mit anderen Patientinnen und Patienten sehr gut vernetzt sind. Denn um die gemeinsamen Interessen vertreten zu können ist es wichtig, mit gleich oder ähnlich Betroffenen in engem Austausch zu sein. Möglichst eigene Erfahrungen sowie genutzte Weiterbildungsangebote sind Grundlagen für die erforderliche Sachkenntnis. Und natürlich sind auch ein sicheres Auftreten und etwas Mut gefragt.

8,7 MILLIONEN EURO FÜR EIN NEUES EXZELLENZPROGRAMM

Bonn (chw) – In ihrem neuen „Exzellenzförderprogramm für etablierte Wissenschaftlerinnen und Wissenschaftler“ fördert die Deutsche Krebshilfe sechs besonders innovative, aber auch „gewagte“ Projekte.

Durch das neue Förderprogramm erhalten ausgewiesene Forscher den nötigen finanziellen und zeitlichen Freiraum, um richtungsweisende Ideen zur Prävention, Diagnose und Behandlung von Krebserkrankungen umzusetzen und konzeptionell neue Wege zu gehen. „Mit diesem Exzellenzprogramm gehen wir wissenschaftliche Projekte an, die die Chance auf einen wesentlichen Erkenntnisgewinn bringen und damit das Potenzial haben, die Krebsmedizin entscheidend voranzubringen“, sagt Gerd Nettekoven, Vorstandsvorsitzender der Deutschen Krebshilfe. Die geförderten Wissenschaftler arbeiten bereits erfolgreich in der klinischen onkologischen Forschung oder kliniknahen Grundlagenforschung und zeichnen sich durch einen herausragenden wissenschaftlichen Lebenslauf aus. „Im Rahmen unserer üblichen Projektförderung könnten diese Projekte nicht bewilligt werden, weil sie zu risikobehaftet und auch längerfristig angelegt sind. Insofern schließt das Exzellenzprogramm hier eine wichtige Lücke im Rahmen unserer Forschungsförderung.“

Mehr Informationen unter



> www.krebshilfe.de/informieren/presse/neues-aus-der-forschung/exzellenzfoerderprogramm

Die sechs Projekte im Detail

Insgesamt 99 Forscherteams haben sich mit ihren Projekten für eine Exzellenz-Förderung beworben. Expertengremien der Deutschen Krebs-

hilfe sowie zahlreiche hinzugezogene externe Gutachter haben die Anträge bewertet und die vielversprechendsten Projekte als förderwürdig empfohlen. Für diese stellt die Stiftung nun jeweils bis zu 1,5 Millionen Euro für fünf Jahre bereit. ■



Professor Dr. Hellmut Augustin, European Center for Angioscience (ECAS) der Medizinischen Fakultät Mannheim der Universität Heidelberg und Deutsches Krebsforschungszentrum (DKFZ) Heidelberg, untersucht, wie die Alterung von Blutgefäßen das Fortschreiten und die Ausbreitung von Tumoren beeinflusst.



Professor Dr. Michael Hölzel, Institut für Experimentelle Onkologie am Universitätsklinikum Bonn, entwickelt eine Immuntherapie gegen schwarzen Hautkrebs weiter: Wenn sich Tumorzellen unter der Therapie unsichtbar machen, will er sie mit „schlau“ Immunzellen in die Zange nehmen, um die Wirkung der Behandlung nachhaltig zu verbessern.



Professor Dr. Martin Eilers, Lehrstuhl für Biochemie und Molekularbiologie an der Universität Würzburg, will die Wirksamkeit von Immuntherapien für solide Tumore verbessern. Sein Ansatz: Das Erbgut der Tumorzellen gezielt schädigen und sie dann mit modifizierten Immunzellen angreifen.



Professorin Dr. Julia Hauer, Klinik für Kinder- und Jugendmedizin am Klinikum rechts der Isar der Technischen Universität München sowie Kinderklinik München-Schwabing, forscht daran, Kinder mit hohem Risiko für eine Akute Lymphatische Leukämie (ALL) rechtzeitig zu identifizieren und ihr Immunsystem zu beeinflussen, um damit der Entstehung der ALL vorzubeugen.



Winzig kleine Marker-Moleküle aus dem Tumor und dem Blut der Patienten könnten Ärzten bei der Auswahl der Therapie helfen.

THERAPIE BEI HODENKREBS: WENIGER IST MEHR

Homburg/Saar (chw) – Forscher in Homburg wollen die Behandlung von Hodenkrebs besser auf die Patienten abstimmen und damit ein „Zuviel“ an Therapie vermeiden.

Hodenkrebs betrifft vor allem junge Männer zwischen 25 und 45 Jahren. Die meisten Patienten können geheilt werden, indem der Tumor operativ entfernt wird. Bei etwa 20 Prozent der Betroffenen besteht jedoch das Risiko, dass der Krebs bereits gestreut hat. Dann sind weitere Behandlungsmaßnahmen wie Chemotherapie oder Bestrahlung notwendig – mit teilweise starken und langfristigen Nebenwirkungen. Ein „Zuviel“ an Therapie sollte jedoch unbedingt vermieden werden, gerade vor dem Hintergrund des jungen Alters der Männer.

Aufbauend auf bisherigen Erkenntnissen entwickeln Forscher am Universitätsklinikum in Homburg/Saar deshalb eine neue Methode, um das Risiko für eine Metastasierung besser abzuschätzen. Basis dafür sind winzig kleine Moleküle – sogenannte microRNA – aus dem Tumor und Blut der Patienten. MicroRNA spielt eine wichtige Rolle bei der Entwicklung und Funktion von Zellen, aber auch bei der Entstehung von Tumoren. Spezifische microRNA-Muster im Blut können bereits Lungenkrebs oder Multiple Sklerose mit einer

Zuverlässigkeit von mehr als 95 Prozent nachweisen. Die Wissenschaftler prüfen nun, ob bestimmte microRNAs oder Kombinationen davon die Wahrscheinlichkeit einer Metastasierung von Hodenkrebs anzeigen können. So könnten den Betroffenen zusätzliche Therapien erspart werden, wenn kein erhöhtes Risiko besteht. ■

Fördersumme

198.000 €



Projektleitung: Professorin Dr. Kerstin Junker, Klinik für Urologie und Kinderurologie, Universitätsklinikum des Saarlandes, Homburg

SPENDEN STATT KRÄNZE: WIE AUS EINEM TRAUERFALL ETWAS GUTES ENTSTEHEN KANN

München (aku) – Als sein Vater Karl „Tscharlle“ Stadtmann an Krebs stirbt, startet sein Sohn Daniel einen Online-Spendenaufwurf für die Deutsche Krebshilfe.

„Es ist das Gefühl, etwas richtig Gutes zu tun“, erklärt Daniel Stadtmann die Motivation hinter dem Spendenaufwurf seiner Familie. Im Oktober stirbt sein Vater Karl „Tscharlle“ Stadtmann an Krebs. Daniel will nach dem Tod etwas zurückgeben, denn durch die Fortschritte in der Krebsforschung und -behandlung sind aus wenigen Monaten Lebenserwartung für seinen Vater noch über vier Jahre geworden. „Wäre ihm diese Zeit nicht geschenkt worden, hätte er seinen Enkel nicht mehr kennengelernt“, erzählt Daniel. Darum bittet er die Trauergäste, auf Blumen und Kränze zur Beisetzung zu verzichten und stattdessen an die Deutsche Krebshilfe zu spenden.



1

Tscharlle bei der Trauung mit seiner Frau Gerti Stückl.

2

Tscharlle mit seiner Familie beim traditionellen Kärntner Osterjausen.

Über die Website der Stiftung richtet er eine eigene Spendenaktion mit einem liebevollen Text zu Tscharlle ein: „... wie ihr wisst, war Tscharlle immer ein pragmatischer Mensch, der wenig Wert auf Schnörkel, aber großen Wert auf Zusammenhalt, Fortschritt und Verbesserungen in der Zukunft gelegt hat. Lasst uns gemeinsam anderen helfen, so wie er es auch immer gerne gemacht hat.“ Den Link zur Aktion verschickt Daniel per Mail an Familie, Freunde und ehemalige Kollegen seines Vaters.

Pragmatisch anderen helfen: Ganz in Tscharlle's Sinne nehmen viele Trauergäste den Aufruf von Daniel dankbar an und spenden an die Deutsche Krebshilfe. Einige von ihnen nutzen die Möglichkeit und schreiben ein paar persönliche Worte zu Tscharlle. Somit ist die Spendenaktion auch eine schöne Gelegenheit für

die Hinterbliebenen, mit einem kurzen Text ihre Wertschätzung für ihn auszudrücken und dabei etwas Gutes zu tun.

Und noch etwas weiß Daniel zu schätzen: Wer droht, in der unübersichtlichen Bürokratie unterzugehen, die ein Trauerfall mit sich bringt, ist froh über die Möglichkeiten, die das Online-Spendenformular der Deutschen Krebshilfe bietet. Es ist leicht verständlich und schnell ausgefüllt – eben einfach praktisch. ■

In fünf Minuten zum persönlichen Online-Spendenaufwurf

So geht's:

1. www.krebshilfe.de/spenden-statt-kraenze
2. Gehen Sie auf: „ONLINE SPENDENAUFRUF ERSTELLEN“
3. Klicken Sie auf: „EIGENE SPENDENSEITE ANLEGEN“
4. Füllen Sie das Online-Formular aus
5. Informieren Sie Ihre Trauergäste

TRAUER UND HOFFNUNG

Bonn (mas) – Wie erleben Kinder die Krankheit Krebs? Was ist wichtig, wenn sie trauern? Und wie können Erwachsene ihnen bei ihren Fragen und Ängsten helfen? Unsere Buchtipps geben Antworten.

Toms Papa ist tot. Aber was bedeutet das: tot? Und wo ist sein Papa jetzt? In ihrem Bilderbuch „**Ich geh mit dir durchs Trauerland**“ (Verlag Agentur Altpost, 14,95 Euro) erzählen Evy Billermann und Dr. Juliana Heidenreich, welche Gefühle Tom durchlebt. Sie berichten über seine Trauer, seine Sprachlosigkeit und wie hilflos er sich fühlt. Aber sie erzählen auch über die Bedeutung einer wahren Freundschaft, die oft nichts anderes tun muss als da sein. Gemeinsam mit seiner Freundin Klara schafft es Tom, die Trauer und den Schmerz auszuhalten. Das Buch ist eine gute Anleitung für Kinder, die eine geliebte Person verlieren, für diejenigen, deren Freunden das widerfährt und für Menschen, die trauernden Kindern zur Seite stehen. ■

>>>



Als Alia erfährt, dass ihr Vater an Krebs erkrankt ist, steht ihre Welt plötzlich auf dem Kopf. Was ist das, Krebs? Und warum ist ein Krankenhaus nicht ein Gesundheitshaus? Hartnäckig bleibt sie der Krankheit Krebs auf den Fersen und entdeckt, dass auch die Erwachsenen mit der Situation überfordert sind. Mit bunten Bildern und lustigen Aktionen bringt Alia Zuversicht in den grauen Krankenhausalltag. Gleichzeitig plagt sie die Frage: Bin ich schuld an Papas Krankheit? In „**Alia am Ort der Wunder**“ (Windy Verlag, 13 Euro) erzählt Annette Mierswa einfühlsam, wie Kinder die Krankheit Krebs erleben. Ein berührendes, aber auch heiteres Buch für Kinder ab 8 Jahren. ■



Seminare und Kurse

Die Dr. Mildred Scheel Akademie in Köln ist eine Weiterbildungsstätte der Deutschen Krebshilfe für Ärzte, Krankenschwestern und -pfleger, Sozialarbeiter, Psychologen und Mitglieder von Selbsthilfegruppen. Auch für Krebspatienten und Angehörige gibt es eine große Auswahl an Seminaren.

4. bis 7. April: Kunst und Intuition – Lebensbogen

In diesem Seminar erhalten Krebsbetroffene und Angehörige eine Anleitung, um ihre inneren Ressourcen zu entdecken und zu stärken. Durch kunsttherapeutische Übungen erfahren die Teilnehmer mehr über sich selbst und wie sie ihr Leben in Verbindung von Wünschen, Hoffnungen oder Lebenskrisen mit realen Anforderungen ausbalancieren können.

16. bis 18. Mai: Symbole und Bilder der Märchen in der palliativmedizinischen Begleitung

In Märchen tauchen immer wieder unerwartete Helfer und Quellen der Hoffnung auf. So ergeben sich neue Perspektiven auf Krisensituationen. Anhand von Erfahrungsberichten lernen die Teilnehmer, Märchen entsprechend des ärztlichen Befunds und der Stimmungslage der Betroffenen gezielt einzusetzen. Das Seminar richtet sich an alle, die Palliativpatienten und Trauernde betreuen.

8. bis 10. Juni: Gruppentreffen kreativ gestalten

In diesem Workshop lernen Leitungspersonen und Mitglieder von Krebs-Selbsthilfegruppen, wie sie ihre Gruppentreffen vielfältig gestalten können. Dabei steht das künstlerische Schaffen im Mittelpunkt. Ziel ist, die neuen Methoden nach dem Seminar in die eigene Gruppe weiterzugeben und dort gemeinsam auszuprobieren.

Auskünfte und das Programm 2022:

Dr. Mildred Scheel Akademie
Kerpener Straße 62, 50937 Köln
Telefon: 02 21 / 94 40 49-0
msa@krebshilfe.de
> www.mildred-scheel-akademie.de

www.infonetz-krebs.de

INFONETZ KREBS

WISSEN SCHAFFT MUT

Ihre persönliche Beratung
Mo bis Fr 8 – 17 Uhr

**0800
80708877**
kostenfrei

Deutsche Krebshilfe
HELFEN. FORSCHEN. INFORMIEREN.

DKG
KREBSGESELLSCHAFT

MITMACHEN HEISST MITHELFFEN

Viele Menschen wollen aktiv ein Zeichen gegen den Krebs setzen. Hier stellen wir regelmäßig ausgewählte Aktionen vor.



Erst sportlich, dann gemütlich

Gleich zwei Spendenaktionen organisierte die langjährige Aktionistin Daniela Bäsig 2021. Im Oktober startete sie gemeinsam mit drei Freundinnen eine Sponsoren-Sportaktion: Jeder Teilnehmer konnte sich eine beliebige Sportart sowie einen eigenen Sponsor aussuchen. Die sportliche Leistung wurde eigenständig dokumentiert und am Ende mit den Sponsoren abgerechnet. Dabei kamen 9.028 Euro zusammen. Zur Adventzeit ließen es die vier Frauen gemütlicher angehen und betrieben eine kleine Weihnachtshütte, in der Selbstgemachtes gegen eine Spende verkauft wurde. So konnten nochmals 5.111 Euro an die Deutsche Krebshilfe gespendet werden.

Ergebnis: rund 14.200 €



Mit leckerem Essen Gutes tun | Obwohl die Gastronomen Christian Meierding-Schmidt und Mario Schmidt durch die Pandemie eine schwierige Zeit hinter sich haben, wollten sie an ihrer Tradition festhalten, eine Spendenaktion für den guten Zweck durchzuführen. In ihrem Restaurant „Nagelschmiede“ in Ilsenburg boten sie den gesamten Oktober über ein Benefiz-Drei-Gänge-Menü für 40 Euro an. 5 Euro pro verkauftem Menü gingen an die Deutsche Krebshilfe. Das Gastronomen-Paar hat selbst vor kurzer Zeit zwei Familienmitglieder durch die Krankheit verloren und ist froh, krebserkrankte Menschen unterstützen zu können.

Ergebnis: rund 2.000 €

Mit einer Komödie gegen den Ernst | Die Theater-AG des Gymnasiums Haren (Ems) führte unter der Leitung von Lehrerin Katrin Kleesiek-Herding vergangenen November eine Komödie für den guten Zweck auf. Die fünf Oberstufenschülerinnen und -schüler haben an vier Abenden statt des Eintritts um Spenden für die Deutsche Kinderkrebshilfe gebeten. So kamen am Ende 1.000 Euro zusammen, die die jungen Schauspieler stolz übergeben konnten.

Ergebnis: rund 1.000 €

Solidarität in Corona-Zeiten | Während der Corona-Lockdowns mussten auch Fitnessstudios für einige Monate schließen. Viele Mitglieder des Studios Fitness&more in Nideggen haben auf die Rückzahlung ihrer Mitgliedsbeiträge in dieser Zeit verzichtet, um das Studio finanziell zu unterstützen. Aus Dankbarkeit hat das Studio 20 Prozent der Summe an die Deutsche Kinderkrebshilfe gespendet und auch aus eigener Tasche Geld hinzugegeben.

Ergebnis: rund 5.500 €



Auf Sylter Radwegen

Die vierfache Mutter Kathrin Hillebrand ist naturgemäß viel zu Fuß oder per Fahrrad unterwegs. Im Sommer 2020 erhielt sie die Diagnose Krebs und merkte schnell, dass ein gesundes Maß an Bewegung und die richtige Ernährung ihre Krebstherapie positiv beeinflussten. Während der anschließenden Kur auf Sylt hat sie die freie Zeit dafür genutzt, die Radwege der Insel zu erkunden und auf den 200 Kilometern Spenden für die Deutsche Krebshilfe zu sammeln.

Ergebnis: rund 2.200 €



Profisportler unterstützt Krebsforschung

Profi-Triathlet Justus Nieschlag verlor seinen Cousin mit gerade einmal 26 Jahren an Krebs. Das motivierte ihn dazu, einen persönlichen Beitrag für die Krebsforschung zu leisten. Im Oktober 2021 organisierte er ein virtuelles Radevent, bei dem geradelt und fleißig für die Deutsche Krebshilfe gespendet wurde. Ergänzt wurde die Spendenaktion durch eine Versteigerung von verschiedenen Sportartikeln.

Ergebnis: rund 9.700 €



Mit Sportsgeist gegen Krebs

Den Brustkrebsmonat Oktober haben die Volleyballerinnen des Zweitligisten TV Altdorf für eine Spendenaktion genutzt. Bei ihren drei Heimspielen haben sie mit verschiedenen Aktionen auf das Thema Brustkrebs aufmerksam gemacht. Außerdem ermutigten sie die Zuschauer, für die Deutsche Krebshilfe spenden. Der Verein gab zusätzlich zu den Spenden die Hälfte aller Einnahmen der Oktober-Spieltage dazu.

Ergebnis: rund 1.000 €

Kurzgeschichten gegen Krebs | Der Autor Thomas Gengler (Pseudonym: Jonas Philipps) hat in den vergangenen Jahren viele Krebserkrankungen von engen Verwandten, Kollegen oder Bekannten miterlebt. Er nahm dies zum Anlass, ein Projekt ins Leben zu rufen, das erkrankten Menschen Mut macht. Gemeinsam mit 21 weiteren Autoren schrieb er honorarfrei Geschichten, die nicht nur von Krebs erzählen, sondern vor allem zum Schmunzeln, Staunen, Hoffen und Nachdenken einladen. Die Erlöse aus dem Verkauf des so entstandenen Buchs „Kurzgeschichten gegen Krebs“ gehen zu 100 Prozent an die Deutsche Krebshilfe.

Ergebnis: bislang rund 2.800 €



Ideen und Aktionen sind es, mit denen Spenden für krebserkrankte Menschen gesammelt werden. Wenn auch Sie sich engagieren möchten, beraten wir Sie gerne. Wir freuen uns auf Ihren Anruf oder Ihre E-Mail.

Kontakt „Benefizaktionen“
Susan Brandscheit, Silvia Schuth
Telefon: 02 28 / 7 29 90-533, -537
benefizaktionen@krebshilfe.de

Kontakt „Spenden statt Geschenke“
Cornelia Nitz, Anne Dieme
Telefon: 02 28 / 7 29 90-552, -522
spenden-statt-geschenke@krebshilfe.de

Spenden statt Geschenke | Am 10. Dezember 2021 feierte Daniela Bauer ihren 37. Geburtstag. Anstelle von Geschenk Wünschen startete sie über die Webseite der Deutschen Krebshilfe einen Online-Spendenauf Ruf. „Da ich als Mama von zwei kleinen Kindern selbst vor zwei Jahren an Brustkrebs erkrankt bin, ist es mir eine ganz besondere Herzensangelegenheit, die Deutsche Krebshilfe zu unterstützen.“ Familie und Freunde schickten persönliche Grüße und spendeten fleißig: 605 Euro kamen zusammen.

LESERBRIEFE

Wir freuen uns über Ihre Beiträge, mit denen Sie anderen Krebspatienten Mut und Hoffnung machen.



Schicken Sie uns gerne Ihre Gedanken, Fragen und Anregungen:

Redaktion

„Magazin der Deutschen Krebshilfe“

Christiana Tschöpe

Buschstraße 32, 53113 Bonn

magazin@krebshilfe.de

Eine große Unterstützung

Die Deutsche Krebshilfe ist ein Segen für viele Betroffene. Sie hilft bei Reha-Anträgen, unterstützt finanziell, mit Kursen, der Zusammenarbeit mit der Selbsthilfe ... Leider wird sie den Patienten viel zu selten von den Sozialarbeitern im Krankenhaus vermittelt. Ich kenne eine Frau, die nicht zur Reha wollte, weil sie finanziell nicht in der Lage war, sich Kleidung dafür zu kaufen. Ihr wurde finanziell unbürokratisch geholfen. Und das alles dank Mildred Scheel, die die Deutsche Krebshilfe gegründet hat. Sie war eine tolle Frau.
Brigitte B., Rinteln

Dank an den Härtefonds

Wir möchten uns hiermit herzlich bei den Mitarbeitern des Härtefonds bedanken. Als mein Mann im Jahr 2000 an Leukämie erkrankte und wir in finanzielle Schwierigkeiten gerieten, war Ihre Institution die Einzige, die uns finanziell unterstützte. Deshalb spenden wir seitdem jeden Monat einen kleinen Betrag an die Deutsche Krebshilfe – solange wir leben. Herzlichen Dank auch für den emotionalen Beistand in dieser Zeit.
Ehepaar H., Münster

Hinweis der Redaktion: Den Härtefonds der Deutschen Krebshilfe erreichen Sie unter 02 28 / 72 99 0-94 oder per Mail über > haertefonds@krebshilfe.de

Fatigue anerkennen

Eine Psychoonkologin hat mir Ihren Ratgeber „Fatigue“ in die Hand gedrückt. Dank diesem Heftchen weiß ich überhaupt, was Fatigue ist und dass ich darunter leide. Davor konnte mir keiner sagen, was mit mir los ist. Ständig fühlte ich mich müde und ausgelaugt. In der Reha wurde mir dann so viel Sport aufgebrummt, dass ich regelrecht zusammengebrochen bin vor Erschöpfung. Inzwischen habe ich gelernt, meine Kräfte einzuteilen. Trotzdem ist der Alltag anstrengend. Oft wird man als faul bezeichnet und teilweise ausgelacht. Es muss sich noch viel tun, beim Thema Fatigue.
Melanie K., Wuppertal

Hinweis der Redaktion: Den blauen Ratgeber „Fatigue. Chronische Müdigkeit bei Krebs“ erhalten Sie kostenlos in unserer Infothek unter > www.krebshilfe.de/infomaterial

Impressum

Das „Magazin der Deutschen Krebshilfe“ erhalten die Freunde und Förderer der Stiftung Deutsche Krebshilfe, der Stiftung Deutsche Kinderkrebshilfe und des Mildred-Scheel-Förderkreises e. V. kostenlos. Der Verkaufspreis beträgt 1 Euro. Das Magazin erscheint vierteljährlich. Nachdruck – auch auszugsweise – nur unter Angabe der Quelle und nach vorheriger Genehmigung. Diese erteilen wir jedoch sehr gerne.

Verantwortlich für den Inhalt: Christiana Tschöpe **Redaktionsleitung:** Gwydion Brennan (gwb) **Redaktion:** Eva Bernarding (evb), Marion Stark (mas), Sabine Wygas (swy) **Redaktionelle Mitarbeit:** Alexandra Kugler (aku), Dr. Stefanie Houwaart (sho), Stefanie Scheider (sts), Winfried Schüller (ws), Charlotte Weiß (chw) **Herausgeber und Verleger:** Stiftung Deutsche Krebshilfe, Buschstraße 32, 53113 Bonn, Postfach 14 67, 53004 Bonn **Vorstand:** Gerd Nettekoven (Vorsitzender), Dr. Franz Kohlhuber **Gestaltung:** art tempi communications gmbh, Köln **Produktion:** WKS Printpartner GmbH **ISSN:** 09 49 – 81 84, Artikel-Nr. 604 0012 **Bildnachweis:** Cover, S.2 oben, S.3, S.4–6 Deutsche Krebshilfe/Regina Brodehser; S.2, S.8 Union for International Cancer Control (UICC); S.2, S.13 iStock/sanjeri; S.7 NCT/UCC, Fotostudio Lichtblick, Bonn; S.9 iStock.com/FatCamera; S.10 Shutterstock/Tero Vesalainen, Deutsche Krebshilfe, privat, Frauenselbsthilfe Krebs; S.12 René Pfister/Medizinische Fakultät Mannheim, UKB, Robert Emmerich/Universität Würzburg, privat; S.13 UKR/Vincent Schmucker, Christian Morawe; S.14 privat; S.16–17 privat; S.17 Volleyball Studio b15; S.23 iStock/kuppa-rock **Zuschriften an:** Deutsche Krebshilfe, Buschstraße 32, 53113 Bonn, Telefon: 02 28 / 7 29 90-0, Fax: 02 28 / 7 29 90-11, deutsche@krebshilfe.de, Internet > www.krebshilfe.de



Dieses Druckerzeugnis wurde mit dem Blauen Engel ausgezeichnet



IHR GUTES RECHT

Unser Expertenteam beantwortet Ihre Fragen zu den Themen Erbschaften, Vermächtnisse und Stiftungen.

Eine Leserin aus Lörrach fragt

Ich möchte die Deutsche Krebshilfe in meinem Testament berücksichtigen und dazu auf einen Notar zurückgreifen. Mit welchen Kosten muss ich rechnen?

Unser Experte antwortet

Die Notargebühren richten sich nach dem Geschäftswert. Der Geschäftswert ist grob gesagt der Wert des Nachlasses, über den im notariellen Testament verfügt wird. In einer Geschäftswerttabelle, in der die verschiedenen Geschäftswerte in kleinen Schritten gestaffelt sind, sind die anfallenden Notargebühren durch ein Bundesgesetz festgelegt. Bei einem Geschäftswert von beispielsweise 100.000 Euro fällt bei einem Einzeltestament eine Notargebühr von 273,00 Euro an, bei 500.000 Euro beträgt die Gebühr 935,00 Euro und bei einer Million Euro Geschäftswert 1.735,00 Euro. Wenn zwei Personen das Testament errichten, also bei einem gemeinschaftlichen Ehegattentestament oder einem Erbvertrag, fällt die doppelte Gebühr an. Hinzu kommen einige Auslagen und die Umsatzsteuer. Wichtig ist, dass bei gleichem Geschäftswert die Gebühr bei jedem Notar in Deutschland gleich hoch ist. Für die Ihnen tatsächlich entstehenden Notarkosten ist daher der Geschäftswert entscheidend. Der Notar fragt Sie dazu im Laufe der Beratung nach einem glatten ungefähren Wert Ihres Nachlasses, über den Sie in dem Testament verfügen. Eine Aufstellung über Ihren Nachlass oder gar Belege dazu verlangt der Notar zur Bestimmung des Geschäftswertes in aller Regel nicht.



So erreichen Sie uns:

Stiftung Deutsche Krebshilfe
Rechtsanwalt Martin Friedrich
Buschstraße 32, 53113 Bonn
E-Mail: friedrich@krebshilfe.de
Telefon: 02 28 / 7 29 90-440

Wir danken

Die folgenden Personen haben die Deutsche Krebshilfe in ihrem Testament bedacht:

Andelefski, Fritz Viersen | Blümke, Dietrich Stadthagen | Bontscho, Edeltraud Hochheim | Borchardt, Arno Berlin | Braun, Ingrid Wuppertal | Braunbart, Martin Ulm | Brüning, Margareta Lingen | Brünnert, Roswitha Neukirchen | Buhrandt, Siegfried Siegburg | Dammann, Hans-Heinrich Nottensdorf | Diehl, Manfred Weilburg | Droß, Klaus Berlin | Dusch, Hannelore Hameln | Ekkert, Doris Stuttgart | Ellmauer, Inge Frankfurt am Main | Erdmann, Irmentraut Stadlern | Ervenich, Erika Hilden | Feucht, Annette Stuttgart | Gätje, Lore Hamburg | Geidel, Elisabeth Göppingen | Gilbert, Ingeborg Vordorf | Gottschlich, Eleonora Herne | Halirz, Elsa Fürstenfeldbruck | Hercher, Franz Ihringen | Herfort, Gerhard Rostock | Hesse, Gotthard Sebnitz | Hessel, Karin Xanten | Hezel, Elfriede Waiblingen | Hiebel Anna Nürnberg | Hirschberg, Edelgard Kiel | Höler, Sigrid und Peter Bremen | Huneke, Friedhelm Detmold | Hunkler, Lieselotte Freiburg | Itscherenska, Ilse Berlin-Marzahn | Jonek, Günter Hamburg | Jung, Maria Köln | Kahl Sija Oberwesel | Kalmbacher, Edith Pforzheim | Kaul, Egon Eberswalde | Kemper, Etta Münster | Kessler, Waltraud Wald Fischbach-Burgalben | Kieckebusch, Wolfgang Berlin | Kierdorf, Therese Bergisch Gladbach | Kirsch, Johann Nürnberg | Kitzmann, Susanna Freiberg | Klensang, Werner Buxtehude | Kraner, Augustina Oberndorf | Kröner, Helmut Fürstenfeldbruck | Ladwig, Elfriede Rostock | Langendorf, Karin Köln | Langensiepen, Doris Wuppertal | Leicht, Erika Bremen | Leitelt, Irmgard Reutlingen | Leuchs, Maria Röttingen | Ley, Irene Ottweiler | Linhardt, Gertrud Traben-Trarbach | Lührs, Elsbeth Hamburg | Mainzer, Reinhard Apolda | Mokrzki, Paul Wesel | Mücke, Cäcilia Nürnberg | Müller, Gisela Nienburg/Weser | Münch, Petra Bad Neuenahr-Ahrweiler | Neisius, Josefa Mettlach | Neumeier, Erika Berlin | Plevoets, Rosa-Maria Essen | Quitsch, Marlies Ostrhauderfehn | Reuter, Lisa Dortmund | Riedel, Helga Seeheim-Jugenheim | Rohr, Sigrid Bad Sassendorf | Rohsiepe, Reiner Marl | Rother, Edith Zwickau | Rude, Hartmut Konstanz | Rump, Heidemarie Berlin | Saathoff, Ingrid Hamburg | Saegeling-Happe, Elke Münster | Sandner, Renate Speinshart | Scheid, Elli Niedernhausen | Scheid, Manfred Lustadt | Schilling, Erika Glücksburg | Schmid, Kurt München | Schmid, Andreas Ruderatshofen | Schultz, Richard Heilbronn | Schulz, Frank Hann. Münden | Schwering, Eike Coesfeld | Szagan, Heike Losheim | Szuppi, Gertrud Maintal | Töller, Ruth Essen | Überheide, Günter Hohenhameln | Unbehaun, Günter Nürnberg | Voosen, Edith Berlin | Wagner, Katrin Neustadt | Wehling, Ewald Husum | Weil, Hildegard Bad Soden | Weinberg, Eva Rinteln | Welz, Fred Stuttgart | Wiehr, Gertrud Zeitz | Wilhelm, Edeltraut München | Wolz, Ute Untergruppenbach | Zimmermann, Martina Frankfurt am Main | Zschipke, Christa Penzlin

www.mildred-scheel-foerderkreis.de

DER KAMPF GEGEN KREBS IST EIN DAUER AUFTRAG

ISSN 09 49 – 81 84



„Gemeinsam bewegen
wir mehr. Unterstützen
Sie die Deutsche
Krebshilfe mit Ihrer
dauerhaften Spende.“

Cornelia Scheel

Vorsitzende des Mildred-Scheel-Förderkreises

Mehr zum Mildred-Scheel-
Förderkreis finden Sie online



Deutsche Krebshilfe
MILDRED-SCHEEL-FÖRDERKREIS