

# INFOS

## Wir freuen uns über Ihre Anmeldung unter:

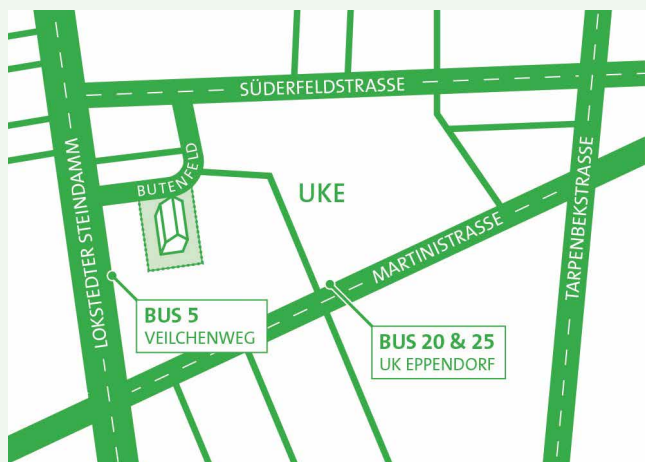
info@krebshamburg.de oder 040/41 34 75 68-0

## Wann:

Donnerstags, 14-tägig von 17:00 bis 19:00 Uhr  
Die aktuellen Termine finden Sie auf dem Einlegeblatt oder auf unserer Homepage.

## Wo:

Online oder als Präsenzveranstaltung im Haus der Hamburger Krebsgesellschaft



Haus der Hamburger Krebsgesellschaft e.V.  
Butenfeld 18, 22529 Hamburg

Weitere Informationen finden Sie auf unserer Homepage unter [www.krebshamburg.de](http://www.krebshamburg.de)

# ANGEHÖRIGEN- SEMINARREIHE

„Wer oder was hilft mir?“ – Unterstützung  
für Angehörige von Krebserkrankten



HAMBURGER  
KREBSGESELLSCHAFT E.V.



# WER ODER WAS HILFT MIR?

---

Wenn ein Mensch an Krebs erkrankt, betrifft das immer auch das soziale Umfeld, also Familienmitglieder, Verwandte und enge Freunde und Freundinnen. In der Begleitung erleben die Zu- und Angehörigen häufig eine Doppelbelastung: sie unterstützen die Erkrankten, sind aber ebenso auch selbst betroffen, mit eigenen Sorgen und Herausforderungen konfrontiert.

Im Frühjahr und im Herbst eines Jahres bieten wir eine Seminarreihe mit jeweils 7 Themenblöcken an.

**Die Angehörigenseminare finden donnerstags von 17:00 bis 19:00 Uhr online oder im Haus der Hamburger Krebsgesellschaft, Butenfeld 18, statt.**

Die aktuellen Termine finden Sie auf dem Einlegeblatt oder auf unserer Homepage.

Die Seminarreihe, in der Fachdozentinnen Informationen vermitteln, Fragen beantworten und Raum für den Austausch bieten, ist als „Baukasten“ zu verstehen. Es können einzelne Veranstaltungen oder die ganze Reihe als Kompaktkurs besucht werden.

Zweimal im Jahr bieten wir jeweils alle 7 Inhalte an, die sich als wichtige Themen für Angehörige in der Begleitung von Menschen mit Krebs erwiesen haben.

Dem Hauptteil von 90 Minuten folgt jeweils ein Ausklang von etwa 30 Minuten, in dem der Austausch untereinander fortgesetzt werden kann.

# DIE 7 THEMENBLÖCKE

---

## MEDIZINISCHE FRAGESTELLUNGEN

- Begriffsklärung, Einschätzung von Symptomen
- Umgang mit Behandler:innen

## KOMMUNIKATION

- mit Betroffenen, dem Umfeld
- Missverständnisse, Konflikte, Rollen

## SELBSTFÜRSORGE

- Entspannung, Achtsamkeit
- Atem-Therapie

## SOZIALRECHTLICHE HILFEN

- Reha, Schwerbehindertenausweis, Rente, Pflege uvm.
- Informationen, Klärung von Ansprüchen, Hilfe bei Beantragungen

## EMOTIONALE BELASTUNGEN

- Umgang mit Ängsten und Sorgen, Abschied, Trauer
- in Bezug auf die Erkrankten und die Angehörigen selbst

## WAS TUN, WENN DIE ERKRANKUNG FORTSCHREITET?

- Hilfen im palliativen Kontext
- SAPV, Palliativstationen, Hospiz

## WER HILFT MIR ALS ANGEHÖRIGER/M

- Selbsthilfegruppen und andere Hilfsangebote