

Sport- und Bewegungsangebote

Moderater Sport fördert die Gesundheit!

Unter fachkompetenter Leitung bieten wir wöchentlich Gymnastik, Nordic Walking, AquaFitness, Yoga und Tanzen an.



Carine Wester ☎ 0157 / 880 262 53

Kraftquelle Natur - Wandern als Therapie

Wir laden ein zu moderaten Wanderungen und Spaziergängen - auch betroffene Männer sind herzlich willkommen! Studien belegen die Heilungskräfte und unterstützende Wirkung von Bewegung.

Nutzen Sie die Kraftquelle Natur!



Klaus Holtschneider ☎ 02241 / 555 45

Kunsttherapie und Malen

Von „Bilder als Brücke zur Sprache“ bis „Das höchste Ziel ist die Reise nach innen in unser Herz“ bieten wir Workshops unter fachtherapeutischer Anleitung von Daniela Knipp an.



Infos und Anmeldung:
Silvia Klein ☎ 02241 / 251 663 6

Kurse, Workshops, Vorträge u.v.m.

Aktuelle und weitere Angebote wie Tagesseminare und Mehrtagesseminare im Kloster kündigen wir laufend in der Tagespresse an sowie auf unserer Internetseite:

www.lebenmitkrebs-rsk.de

Sie sind mit der Krankheit nicht allein!

Die Diagnose Krebs stellt Patienten und ihre Angehörigen vor vielfältige Herausforderungen und Belastungen.

Der gemeinnützige Verein **Leben mit Krebs - Hilfe für Betroffene im Rhein-Sieg-Kreis e.V.** will Betroffenen und deren Angehörigen Anregungen geben sowie unterstützende Angebote machen mit dem Ziel, die Selbstheilungskräfte der Betroffenen zu stärken.

Ehrenamtlicher Vorstand

Beate Schoenen (1. Vorsitzende)

Blücherstraße 23
53842 Troisdorf
☎ 02241 / 995 952 2
☎ 0172 / 920 227 5
✉ b.schoenen@lebenmitkrebs-rsk.de

Lothar Kaiser (Schatzmeister)

☎ 02241 / 505 25
☎ 0151 / 708 576 26
✉ l.kaiser@lebenmitkrebs-rsk.de

Resi Bauer-Kocar (Beisitzerin)

✉ r.bauer-kocar@lebenmitkrebs-rsk.de

Carine Wester (Beisitzerin)

✉ c.wester@lebenmitkrebs-rsk.de

von links: Beate Schoenen (1. Vorsitzende), Lothar Kaiser (Schatzmeister), Resi Bauer-Kocar (Beisitzerin), Carine Wester (Beisitzerin)



Besuchen Sie uns auf unserer Internetseite

www.lebenmitkrebs-rsk.de



Gerne informieren wir Sie auch am Telefon!

oder



auf www.facebook.de/lebenmitkrebs.rsk

Spendenkonto

Kreissparkasse Köln

IBAN: DE91 3705 0299 0001 2101 11

BIC: COKSDE33XXX



Gemeinnütziger Verein eingetragen
im Vereinsregister Siegburg VR-2470

Wir engagieren uns
ehrenamtlich für

SIE

und Ihre Angehörigen.



Betroffene helfen Betroffenen - Hilfe zur Selbsthilfe

Geschulte und selbst betroffene Mitglieder des Vereins hören Ihren Sorgen und Nöten aktiv zu. Die Veränderungen anzunehmen, ist eine schwierige Phase, aber ein erfülltes Leben kann es auch mit der Krebskrankung geben.

Wir möchten unsere Unterstützung und Erfahrungen gerade auch jüngeren Krebsbetroffenen anbieten und Neu- sowie Wiedererkrankten (in metastasierter Situation) schenken wir besondere Aufmerksamkeit in den offenen Gesprächskreisen.

Gerne können Sie mit uns auch **Einzelgespräche** unter den angegebenen Telefonnummern vereinbaren.

Siegburg

in den Räumen der Diakonie, Ringstraße 2 in Siegburg
jeden 1. Dienstag im Monat von 18:00 bis 19:30 Uhr



← **Renate Weber**
☎ 0160 / 832 212 5
☎ 02246 / 165 84



Luitgard Karger-Becker →
☎ 0157 / 846 711 26
☎ 02241 / 614 25

Sankt Augustin

jeweils im Club Markt 1, Rathaus Sankt Augustin
jeden 2. Samstag im Monat von 10:30 bis 12:00 Uhr



← **Silvia Klein**
☎ 02241 / 251 663 6



Beate Altmann →
☎ 02241 / 311 439

jeden letzten Donnerstag im Monat von 18:00 bis 19:30 Uhr



← **Resi Bauer-Kocar**
☎ 0152 / 292 306 97
☎ 02241 / 336 180



Ute Berger →
☎ 0170 / 123 037 5

Troisdorf

im St. Johannes Krankenhaus, Wilhelm-Busch-Straße 9,
Troisdorf-Sieglar, Raum E34

jeden 1. Dienstag im Monat von 18:00 bis 19:30 Uhr



← **Silvia Klein**
☎ 02241 / 251 663 6



Beate Schoenen →
☎ 0172 / 920 227 5
☎ 02241 / 995 952 2

Konfetti - Hilfe für Kinder krebskranker Eltern

So wie Konfetti bunt ist, sollte auch das Leben unserer Kinder nach einer Krebsdiagnose eines Familienmitgliedes bunt bleiben. In unserem Angebot an **Kinder** (ab 8 Jahren) **krebsbetroffener Eltern** geht es in erster Linie darum, dass die Kinder Spass haben.



Wir „entführen“ sie dafür für einige Stunden aus ihrem Alltag und lassen ein schönes Gemeinschaftsgefühl bei einem monatlich wechselnden Motto entstehen.

Leiterin Helga Töws
Annika Kinast & Jessica Linden

☎ 0179 / 530 033 0

Gesprächsangebot nur für Angehörige

„Niemand ist alleine krank!“

Für Angehörige ist es besonders wichtig, die eigenen Kräfte zu stärken und sich bei Bedarf Unterstützung zu suchen.

Offene Gesprächsrunde im Club Sankt Augustin nach vorheriger Ankündigung sowie individuelle Terminvereinbarung.



Inga Fenner

☎ 02241 / 846 049 7

Besuchen Sie uns auf unserer Internetseite



www.lebenmitkrebs-rsk.de

Soziale Informationen und Beratung

Die Diplom Sozialberaterin Anita Rauscher berät fachkompetent nach **individueller** Termin- und Ortsvereinbarung Betroffene und Angehörige bei **sozialen und finanziellen Fragen**.



Dipl. Sozialberaterin Anita Rauscher

☎ 0157 / 549 597 79

Psychoonkologische Beratungsangebote

Die Erkrankung wird von seelischen Belastungen und sozialen Beeinträchtigungen begleitet. Um Sie in dieser Situation zu unterstützen, bieten wir Ihnen psychoonkologische Hilfe und Beratung an. Betroffene und deren Angehörige können sich kostenfrei an unser Team wenden und einen persönlichen, ganz individuellen Gesprächstermin in der **Helios Klinik** vereinbaren:



Dipl. Psych. Susanne Sonnabend

☎ 02241 / 187 314

Kochen für Krebsbetroffene

In entspannter Atmosphäre bereitet Uschi Hill mit Interessierten kulinarische Köstlichkeiten zu.

Betroffene können lernen, dass die Erkrankung dem Genuss nicht im Weg stehen muss.



Infos zu Terminen und Anmeldung:

Resi Bauer-Kocar

☎ 02241 / 336 180

Ernährungsberatung

Bei einer Krebserkrankung muss der Körper viel verkraften.

Experten raten zu einer frühzeitigen und gezielten Ernährungstherapie, damit der Krebskranke aktiv zu einem guten Gesundheitszustand beitragen kann.

Betroffene und deren Angehörige können sich kostenfrei über eine bedarfsgerechte Ernährung in den verschiedenen Krankheitsstadien beraten lassen.



Ernährungsberaterin/DGE Elke Schaar

☎ 0171 / 999 244 0