



Rudolf Bindig  
Welfenstraße 14  
88250 Weingarten  
bindig.rudolf@t-online.de



Betrifft: Haushalt 2020

Antrag auf Förderung der ambulanten psycho-sozialen Krebsberatungsstelle Oberschwaben – Einrichtung einer Außenstelle Wangen im Allgäu

Beschluss:

Der Kreistag beschließt für den Haushalt 2020 und die Folgejahre eine jährliche Förderung in Höhe von bis zu 20 T.€ zur Unterstützung bzw. Einrichtung einer Psychosozialen Krebsberatungsstelle in Wangen.

Wie aus den Antragsunterlagen hervorgeht gibt es einen großen Bedarf für eine solche Einrichtung und eine erhebliche Synergie mit den übrigen in Wangen ansässigen Psycho-onkologischen Einrichtungen. Die Gesamtkosten sind beziffert mit ca. 50 T.€. Eine Förderung durch gemeinnützige Stiftungen oder Träger ist beabsichtigt, aber noch nicht absehbar oder genehmigt. Daher ist für den Start eine Förderung bis zu 20 T.€ notwendig. Durch weitere Fördertöpfe kann eine zukünftige Reduzierung erwartet werden.

Alle weiteren Hintergrundinformationen sind der Anlage zu entnehmen und werden mündlich vorgetragen.

Gisela Müller, Peter Clement, Rudolf Bindig und Fraktion





OBERSCHWABENKLINIK  
ONKOLOGISCHES ZENTRUM



ONKOLOGIE

**Antrag auf Förderung**  
**der ambulanten psycho-sozialen**  
**Krebsberatungsstelle Oberschwaben**

**- Einrichtung einer Außenstelle Wangen im Allgäu -**

**Antragsteller:**

**Förderverein Krebsberatungsstelle Oberschwaben e.V.**

**Dr. Gerhard Fischer**

Leiter Onkologisches Zentrum

1. Vorsitzender Förderverein Krebsberatungsstelle e.V.

## **Zusammenfassung**

Jährlich erkranken ca. 2.000 Menschen im Landkreis Ravensburg an Krebs. Durch steigende Neuerkrankungsraten v.a. infolge der demographischen Entwicklung sind zunehmend mehr Personen und deren Angehörige betroffen.

Viel mehr als bei anderen Krankheitsbildern ist bei Tumorerkrankungen neben der medizinischen Behandlung ein ganzheitlicher Ansatz unter Einschluss pflegerischer, psychologischer und sozialrechtlicher Massnahmen erforderlich.

Deshalb hat das Onkologische Zentrum der Oberschwabenklinik 2016 in einer Kooperation mit der Onkologischen Praxis Dr. Nonnenbroich / Prof. Decker / Prof. Dechow, der SINOVA-Klinik und den Selbsthilfegruppen eine zentrale ambulante psycho-sozialen Krebsberatungsstelle in Ravensburg gegründet.

In dieser Krebsberatungsstelle konnten 2018 über 800 Menschen erfolgreich unterstützt werden.

Finanziert werden diese Leistungen über ein Projekt des Landes Baden-Württemberg gemeinsam mit den Krankenkassen und der Rentenversicherung sowie einem gemeinnützigen Förderverein.

Bedingt durch die Größe des Landkreises und die in Ravensburg limitierten Personalressourcen ist die Einrichtung einer zusätzlichen Außenstelle am Standort Wangen erforderlich.

Geplant ist die Einrichtung an dem den meisten Patienten vertrauten Standort der Onkologischen Praxis / Klinikum Wangen.

Zunächst ist das Angebot an einem Tag / Woche vorgesehen. Bei erfolgreicher Etablierung und gesicherter Finanzierung ist selbstverständlich die Erweiterung des Angebotes auf 5 Tage / Woche wünschenswert.

Ausgehend von den Kosten des Standorts Ravensburg werden Kosten in Höhe von ca. 49.819 € / Jahr kalkuliert. Für eine Förderung dieses Projektes in beliebiger Höhe wären wir sehr dankbar.

Zur Deckung der Gesamtsomme und evtl. Ausbau des Projektes wären ergänzende Anträge an Kommunen oder weitere Institutionen möglich, wurden aktuell aber noch nicht gestellt.

## Hintergrund

Jährlich erkranken ca. 2.000 Menschen im Landkreis Ravensburg an Krebs. Durch steigende Neuerkrankungsraten v.a. infolge der demographischen Entwicklung sind zunehmend mehr Personen und deren Angehörige betroffen.

Heute bereits ist durch neuartige systemtherapeutische und multimodale Therapiekonzepte eine sehr erfolgreiche Behandlung von Tumorerkrankungen möglich, wodurch die Lebensqualität und oft auch die Prognose der Patienten deutlich verbessert werden kann. Zudem ist in kaum einem anderen Gebiet der Medizin in den nächsten Jahren mit so vielen weiteren Fortschritten und neuen diagnostischen und therapeutischen Methoden zu rechnen wie in der Onkologie.

Hierdurch ist die Krebserkrankung auch im fortgeschrittenen Stadium als chronische Erkrankung aufzufassen, deren Management durch Onkologen innerhalb eines kompetenten Netzwerks zwischen stationären und ambulanten Versorgungseinrichtungen geleistet werden muss.

Viel mehr als bei anderen Krankheitsbildern ist bei Tumorerkrankungen neben der medizinischen Behandlung ein ganzheitlicher Ansatz unter Einschluss pflegerischer, psychologischer und sozialrechtlicher Massnahmen erforderlich.

Am zertifizierten Onkologischen Zentrum der Oberschwabenklinik Ravensburg wurden im Rahmen der stationären Versorgung erfolgreich Strukturen wie psychoonkologische Unterstützung und sozialrechtliche Beratung etabliert, die diesem Anspruch gerecht werden.

Für ambulante Patienten standen diese Angebote in der Region Bodensee-Oberschwaben-Westallgäu jedoch bisher nicht in angemessener Weise zur Verfügung.

## **Bestand**

Deshalb hat das Onkologische Zentrum der Oberschwabenklinik 2016 in einer Kooperation mit der Onkologischen Praxis Dr. Nonnenbroich / Prof. Décker / Prof. Dechow, der SINOVA-Klinik und den Selbsthilfegruppen eine zentrale ambulante psycho-soziale Krebsberatungsstelle in Ravensburg gegründet.

Diese Krebsberatungsstelle stellt die einzige Einrichtung ihrer Art im Gebiet bis Ulm, Sigmaringen und Kempten dar.

In dieser Krebsberatungsstelle finden alle Menschen mit Krebs und deren Angehörige unbürokratisch, zeitnah und kostenfrei an 5 Tagen / Woche professionelle Beratung und Unterstützung.

Die Krebsberatungsstelle hat ihren Sitz an der Oberschwabenklinik Klinikum St. Elisabeth in Ravensburg, steht aber selbstverständlich allen Patienten unabhängig von ihrer medizinischen Behandlung und Versicherungsstatus offen.

Im Jahr 2016 konnten 530 Ratsuchenden erfolgreich unterstützt werden. Im Jahr 2017 konnte die Zahl der Beratungen auf 749 und im Jahr 2018 auf 884 gesteigert werden.

Unterstützt wird die Krebsberatungsstelle im Rahmen eines landesweiten Projektes „Auf- und Ausbau eines flächendeckenden Netzes von qualitätsgesicherten ambulanten psychosozialen Krebsberatungsstellen in Baden-Württemberg“ mit Mitteln des Landeshaushaltes, der gesetzlichen Krankenkassen und der Rentenversicherung. Mit diesen Mitteln konnten jeweils eine halbe Stelle in den Bereichen Administration, Psychoonkologie und Sozialdienst, die ausschliesslich der ambulanten Beratung im Rahmen der Krebsberatungsstelle zur Verfügung stehen, geschaffen werden.

Für das Jahr 2019 ist die Finanzierung der genannten Personalkosten für Ravensburg gesichert. Ab 2021 wird eine Finanzierung über die gesetzlichen Krankenkassen als Regelleistung in Aussicht gestellt, ohne dass hier konkrete Verträge vorliegen.

Zur notwendigen Akquise von Fördermitteln wurde 2015 ein als gemeinnützig anerkannter Förderverein gegründet, der aktuell u.a. ein umfangreiches Programm an ergänzenden Angeboten, wie Kosmetikkurse für krebserkrankte Frauen, Yoga und Schulungen finanziert. (s. Anhang)

## **Bedarfsanalyse und Zielsetzung**

Diese Krebsberatungsstelle stellt die einzige Einrichtung ihrer Art im Gebiet bis Ulm, Sigmaringen und Kempten dar.

Durch die Tatsache, daß am Standort Wangen durch die Onkologische Praxis Dr. Nonnenbroich / Prof. Decker / Prof. Dechow, das Klinikum Westallgäu und die Waldburg-Zeil Fachkliniken viele Menschen onkologisch behandelt werden, besteht hier ebenfalls ein sehr großer Bedarf an der genannten psychoonkologischen und sozialrechtlichen Unterstützung.

Sowohl die bereits an die Kapazitätsgrenzen gelangten Personalressourcen als auch die für viele Patienten zu weite Entfernung nach Ravensburg lassen hier die Notwendigkeit der Einrichtung einer Außenstelle am Standort Wangen erkennen.

## **Struktur**

Geplant ist die Einrichtung der Außenstelle an dem den meisten Patienten vertrauten Standort der Onkologischen Praxis / Klinikum Wangen.

Zunächst ist das Angebot an einem Tag / Woche vorgesehen. Bei erfolgreicher Etablierung und gesicherter Finanzierung ist selbstverständlich die Erweiterung des Angebotes auf 5 Tage / Woche wünschenswert.

## Finanzierung

Ausgehend von den Kosten des Standorts Ravensburg werden folgende Kosten kalkuliert:

<b>Personalkosten</b>	41.119
Je 0,1 VK Administration, Psychoonkologie und Sozialdienst	
<b>Miete</b>	4200
<b>Sachkosten</b>	4500
<b>Summe / Jahr</b>	49.819

Eine Unterstützung dieses Projekts durch die Oberschwabenklinik in den Bereichen Miete, Sachmittel sowie IT-Support ist selbstverständlich.

Für eine Förderung dieses Projektes in beliebiger Höhe wären wir sehr dankbar.

Zur Deckung der Gesamtsumme und evtl. Ausbau des Projektes werden ergänzende Anträge an weitere Stiftungen und Institutionen gestellt.

## Literatur

Herschbach, P. et al. Nationaler Krebsplan, Handlungsfeld 2, Ziele-Papier 9

Nettekoven, G., Bruns, J., Positionspapier der Deutschen Krebshilfe und der Deutschen Krebsgesellschaft zur Weiterentwicklung und Sicherung der ambulanten psychosozialen Krebsberatungsstellen in Deutschland

Weis J, et al., S3-Leitlinie Psychoonkologische Diagnostik, Beratung und Behandlung von Krebspatienten

**Ravensburg, 06.05.2019**



**Dr. Gerhard Fischer**



## SPENDEN UND MITGLIEDSCHAFT

Der Förderverein Krebsberatungsstelle Oberschwaben e.V. ist ein gemeinnütziger Verein, der sich für die Interessen krebserkrankter Menschen einsetzt.

Um unsere breitgefächerten Aufgaben im Sinne der Betroffenen dauerhaft erfüllen zu können, sind wir auf die Unterstützung durch Spenden und Mitgliedsbeiträge angewiesen:

## WIR FREUEN UNS ÜBER JEDE SPENDE:

Kreissparkasse Ravensburg  
IBAN: DE49 6505 0110 0101 1284 89  
BIC: SOLADES1RVB

Spenden an uns sind steuerlich abzugsfähig!

## WERDEN SIE MITGLIED DES FÖRDERVEREINS!

Mit einem Jahresbeitrag ab 20 Euro können Sie unsere Arbeit ideell und finanziell unterstützen.

Mitgliedsanträge und weitere Informationen, und Broschüren erhalten Sie in der Krebsberatungsstelle oder online unter: [www.oberschwabenklinik.de](http://www.oberschwabenklinik.de)

## WIR DANKEN IHNEN!

## WIR SIND FÜR SIE DA:

Krebsberatungsstelle Oberschwaben  
Elisabethenstraße 15  
88212 Ravensburg  
[www.oberschwabenklinik.de](http://www.oberschwabenklinik.de)

Dr. med. Gerhard Fischer  
Leiter des Onkologischen Zentrums

Prof. Dr. med. Thomas Decker,  
Dr. med. Christoph Nonnenbroich,  
Prof. Dr. Tobias Dechow  
Onkologische Gemeinschaftspraxis

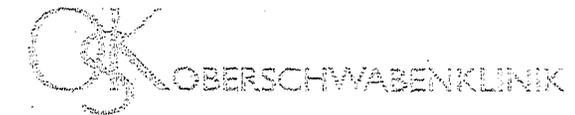
Dr. med. Susanne Bachthaler  
Dr. med. Annette Wilmers  
Psychoonkologie SINOVA Klinik Ravensburg

Karin Mendler, Christian Weitbrecht  
Sozialberatung

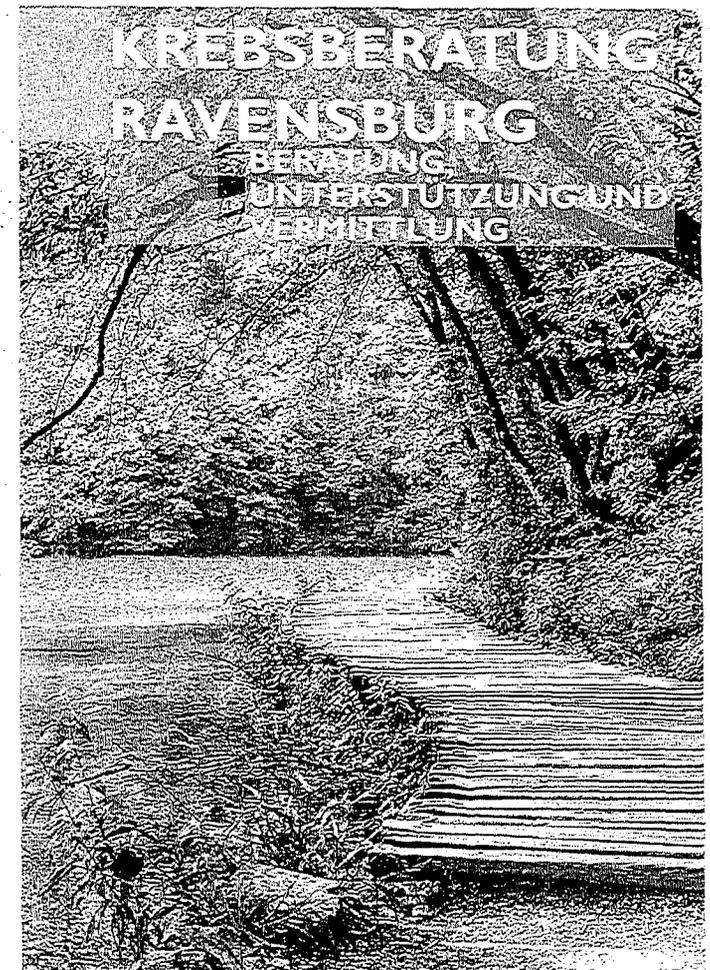
## Onkologische Fachpflege

## KONTAKT UND TERMINE:

Regina Hartinger  
Carmen Zwerger  
Telefon: 0751 87-2593  
Montag - Freitag  
08.00 - 12.00 Uhr  
[krebsberatung@oberschwabenklinik.de](mailto:krebsberatung@oberschwabenklinik.de)



PERSÖNLICH.  
INNOVATIV.  
KOMMUNAL.



In der Krebsberatungsstelle Oberschwaben finden Menschen mit Krebs, deren Angehörige und Freunde sowie Interessierte aus dem Raum Bodensee/Oberschwaben professionelle Beratung und Unterstützung. Wir arbeiten eng und konstruktiv mit Kliniken, Arztpraxen, Reha-Einrichtungen, Krankenkassen und anderen Einrichtungen zusammen.

#### UNSERE ANGEBOTE FÜR SIE

- Wir bieten professionelle psychoonkologische Begleitung bei Belastungen und beim Aufzeigen von Zukunftsperspektiven.
- Wir helfen bei sozialrechtlichen Fragen, wie Reha, Rente, Erwerbsminderung und Schwerbehinderung.
- Wir vermitteln und erleichtern Ihnen Kontakte zu sozialen und medizinischen Einrichtungen.
- Wir bieten Ihnen Informationen zu Ihrer Erkrankung und vermitteln ggf. Kontakte für eine 2. Meinung.
- Wir unterstützen und beraten Sie zum pflegerischen Umgang mit der Erkrankung, den therapiebedingten Symptomen und Nebenwirkungen z. B. Haut und Wundpflege.
- Zusätzlich bieten wir ein interessantes Veranstaltungsprogramm zur Information und Unterstützung für Betroffene und Angehörige an.

Wir sind für Sie da und nehmen uns Zeit für Sie. Unsere Beratungen sind vertraulich, individuell und kostenlos. Sie benötigen keinen Überweisungsschein.

#### SELBSTHILFEGRUPPEN

Wir unterstützen Sie gerne bei der Suche nach einer geeigneten Selbsthilfegruppe in Ihrer Nähe.

In den Selbsthilfegruppen, die mit dem Onkologischen Zentrum kooperieren, treffen sich Menschen, die selbst oder als Angehörige oder Freunde von einer Krebserkrankung betroffen sind. Ziel der Selbsthilfegruppe ist es, Menschen nach der Diagnose Krebs wieder Mut zu machen und ihnen zu helfen, mehr Lebensqualität und Lebensfreude zu entwickeln.

#### IN EINER SELBSTHILFEGRUPPE KÖNNEN BETROFFENE

- offen und in Ruhe über ihre Sorgen und Probleme sprechen
- Erfahrungen und Informationen austauschen
- Unterstützung und Begleitung bei der Krankheitsbewältigung finden
- Rückhalt und neue Freunde finden und Freizeit gemeinsam gestalten.

#### ZUDEM KÖNNEN WIR IHNEN EINIGE GRUPPEN-ANGEBOTE EMPFEHLEN:

- Yoga für Tumorpatienten
- Bewegung und Sport
- Kunsttherapie
- Gesprächskreise zu ausgewählten Themen
- Gesprächsgruppe
- Entspannungsgruppe
- Kreativgruppe

#### GEFÖRDERT DURCH:

Förderverein  
Krebsberatungsstelle  
Oberschwaben e.V.

KREBSVERBAND  
BADEN-WÜRTTEMBERG E.V.



Baden-Württemberg  
MINISTERIUM FÜR ARBEIT UND SOZIALORDNUNG,  
FAMILIE, FRAUEN UND SENIOREN

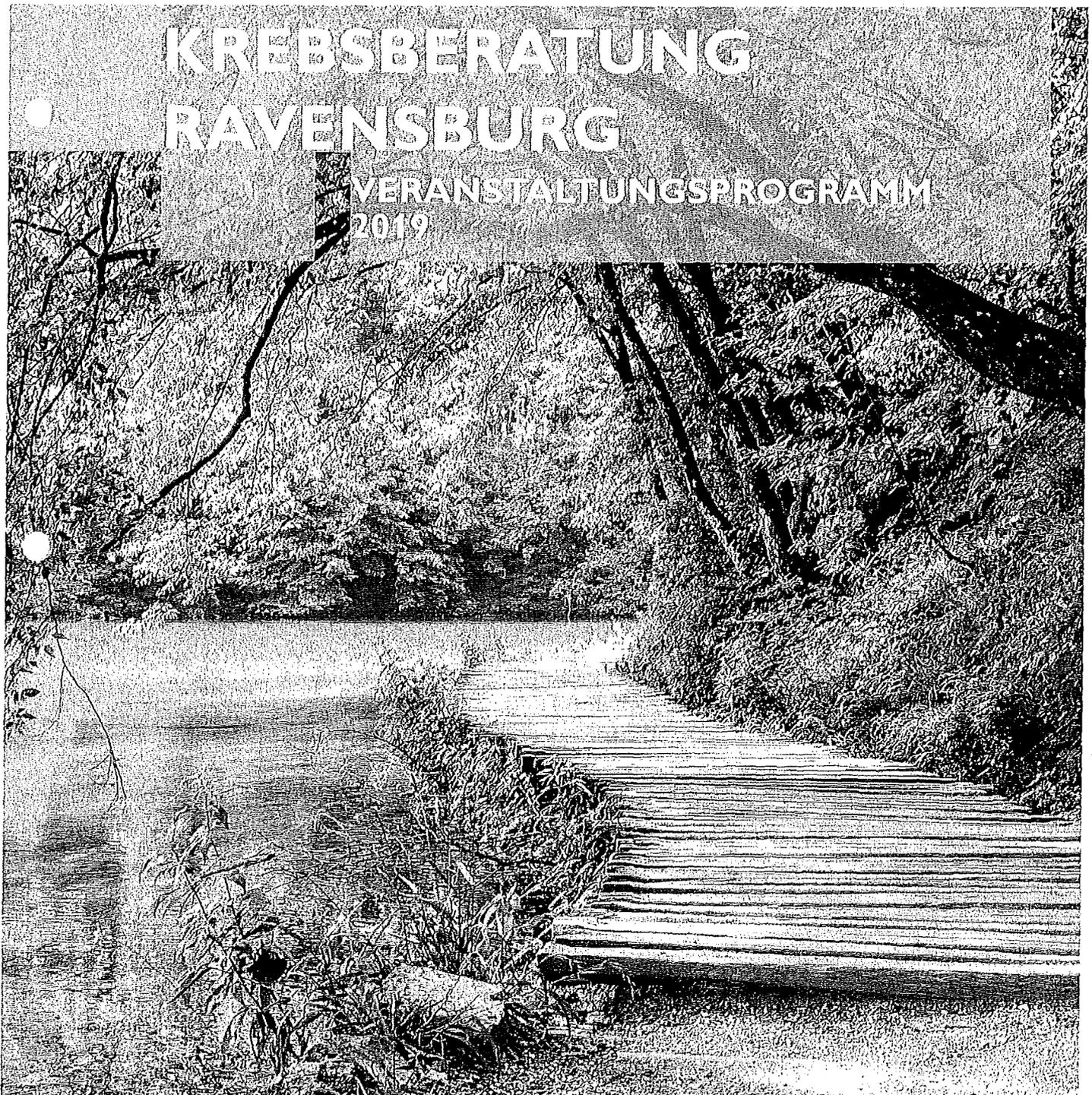
PERSÖNLICH.  
INNOVATIV.  
KOMMUNAL.



ONKOLOGIE SINOVA

# KREBSBERATUNG RAVENSBURG

VERANSTALTUNGSPROGRAMM  
2019



# KREBSBERATUNGSSTELLE OBERSCHWABEN

LIEBE PATIENTEN  
LIEBE ANGEHÖRIGE

ÜBERSICHT

in der Krebsberatungsstelle Oberschwaben finden Menschen mit Krebs, deren Angehörige und Freunde sowie Interessierte aus dem Raum Bodensee/Oberschwaben professionelle Beratung und Unterstützung. Wir arbeiten eng und konstruktiv mit Kliniken, Arztpraxen, Reha-Einrichtungen, Krankenkassen und anderen Einrichtungen zusammen.

Die Kosten des Veranstaltungsprogramms werden überwiegend durch den Förderverein bzw. die Stiftung Deborah Gröner übernommen. In finanziellen Härtefällen ist eine individuelle Unterstützung möglich.

## GEFÖRDERT DURCH:

Förderverein  
Krebsberatungsstelle  
Oberschwaben e.V.

STIFTUNG  
DEBORAH GRÖNER

KREBSVERBAND  
BADEN-WÜRTTEMBERG E.V.

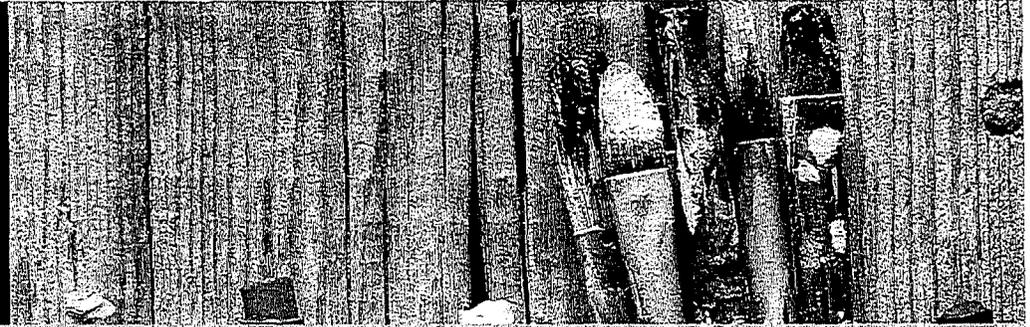
Baden-Württemberg  
MINISTERIUM FÜR ARBEIT UND SOZIALORDNUNG,  
FAMILIE, FRAUEN UND SENIOREN

## Angebot

Angebot	Seite
Antistressgruppe	4
Kreativangebote	5
Psychoedukationsgruppe	6
Therapeutisches Bogenschießen	7
Yoga für Tumorpatienten	8
Qi Gong	9
Ausruhen im Klang	10
Ernährung bei Krebserkrankung	11
Informationen zur vorsorgenden Verfügung	12
Tumorschmerz-Therapien und Strategien	13
Progressive Muskelrelaxation	14
Akupressur bei Übelkeit	15
Naturheilkundliche Unterstützung	16
Die Leber stärken	17
Kneipp'sche Unterstützungsmöglichkeiten	18
Aromapflege in der Haut- und Schleimhautpflege	19
Warum kommt es zu Nebenwirkungen bei der Chemotherapie?	20
Hautpflege	21
Achtsamkeit	22
Brustuntersuchung	23
„Look good, feel better“ - Kosmetikseminar für Krebspatientinnen	24
Sportvereine mit Sportbewegungsgruppen für onkologische Patienten	25
Spenden und Mitgliedschaft	26



ANTI-STRESS GRUPPE



KREATIVANGEBOT

**FÜR SIE DA:**



**Dr. med.  
Susanne Bachthaler**  
FÄ für Psychosomatische  
Medizin, Psychoonkologie  
Chefärztin SINOVA Klinik  
Ravensburg

Roland Brückl  
Konzentrierte Bewegungs-  
therapie

**Sekretariat:**  
Stefica Delimar  
Jacqueline Broquère-  
Stritzel  
Telefon: 0751/3553-5700

Krebserkrankungen verursachen Stress, was den Heilungsprozess behindern kann. Wir möchten Ihnen in einer entspannten Atmosphäre Möglichkeiten aufzeigen, wie Sie Stress reduzieren und mit schwierigen Situationen besser umgehen können. Es wird mit Elementen aus verschiedenen Entspannungsverfahren (Achtsamkeitsarbeit, Imaginations-, Atem- und Stabilisierungsübungen), Aromatherapie, Yoga und moderater Ausdauertherapie gearbeitet.

Ort: SINOVA Klinik Ravensburg  
Zeit: Termine nach Vereinbarung  
Montag 17.15 Uhr einmal im Monat  
Dauer: 90 Minuten  
Kosten: Keine

**FÜR SIE DA:**

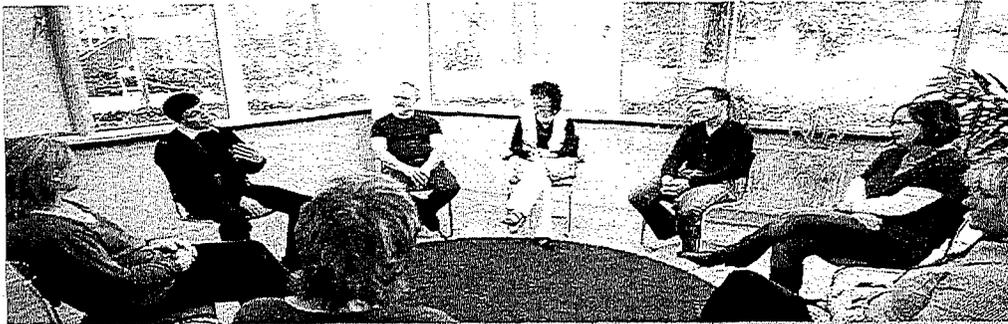


**Dr. med.  
Carola Flurschütz**  
FÄ für Psychiatrie und  
Psychotherapie

**Sekretariat:**  
Stefica Delimar  
Jacqueline Broquère-  
Stritzel  
Telefon: 0751/3553-5700

Viele Menschen können ihre Gefühle besser im Tun als in Worten zum Ausdruck bringen. Oft spricht die Seele durch Farben. Allen, die sich durch ein Kreativangebot angesprochen fühlen, möchten wir unter fachkundiger Anleitung die Möglichkeit bieten, sich im Malen und Gestalten mit der Krankheit auseinander zu setzen und neuen Zugang zu ihrer Kraft zu bekommen.

Ort: SINOVA Klinik Ravensburg,  
Maltherapieraum  
Zeit: Termine nach Vereinbarung  
Freitag 18.00 Uhr einmal im Monat  
Dauer: 90 Minuten  
Kosten: Keine



## PSYCHOEDUKATIONSGRUPPE



## THERAPEUTISCHES BOGENSCHIESSEN

### FÜR SIE DA:



**Dr. med.  
Susanne Bachthaler**  
FÄ für Psychosomatische  
Medizin, Psychoonkologie  
Chefärztin SINOVA Klinik  
Ravensburg

**Dr. med. Annette Wilmers**  
Psychotherapeutin,  
FÄ für Gynäkologie und  
Geburtshilfe,  
Psychoonkologie

**Sekretariat:**  
Stefica Delimar  
Jacqueline Broquère-  
Stritzel  
Telefon: 0751/3553-5700

Im Mittelpunkt steht die Vermittlung von Wissen mit Schwerpunkt auf der Bewältigung der Erkrankung, dem Verhalten bei Stress und belastenden Gefühlen, der Förderung der Gesundheit sowie dem Umgang mit Angehörigen und Ärzten.

Der Einstieg in die Gruppe ist jederzeit möglich.

Ort: SINOVA Klinik Ravensburg  
Bewegungsraum

Zeit: Termine nach Vereinbarung  
Montag 17.15 Uhr einmal im Monat

Dauer: 90 Minuten

Kosten: Keine

### FÜR SIE DA:



**Jacqueline Broquère-  
Stritzel**  
Zertifikat Therapeutisches  
Bogenschießen (Infer)

**Sekretariat:**  
Jacqueline Broquère-  
Stritzel  
Telefon: 0751/3553-5700

Ziel dieses Angebotes, in dem die Grundtechnik des Bogenschießens vermittelt wird, ist es, die eigene Kraft wieder wahrzunehmen, innere Ruhe zu spüren, das Selbstbewusstsein stärken und das Vertrauen in die eigene Intuition zu wecken.

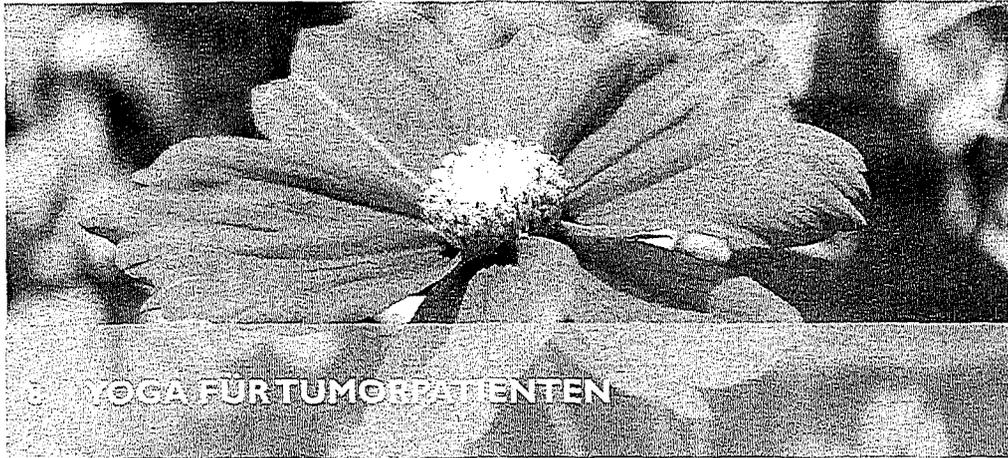
Wenn möglich, werden wir das Bogenschießen draußen in der Natur durchführen.

Ort: Je nach Wetterlage (Halle oder in der Natur)

Zeit: Termine nach Vereinbarung, 3 Termine

Dauer: 90 Minuten

Kosten: 30 Euro (Selbstkosten), in finanziellen Härtefällen ist eine individuelle Unterstützung möglich.



## YOGA FÜR TUMORPATIENTEN

## QIGONG

### FÜR SIE DA:



**Eva Nonnenbroich**  
 Yoga Kursleiterin,  
 Yoga Lehrerin BDY / EYU

Seit 2004 unterrichte ich Yoga und seit 2007 biete ich Kurse während und nach der Krebsbehandlung in der onkologischen Praxis, im Einzelunterricht und in der Rehabilitation von Kliniken an.

Aus wissenschaftlicher Sicht unterstützt Yoga z.B. während der Strahlentherapie, das Stress-Hormon Cortisol besser zu regulieren und die Fatigue (den Level an Müdigkeit) zu reduzieren.

Yoga lebe und lehre ich nach der Tradition von Krishnamacharya. Ganz wesentlich und wichtig ist für mich, dass die Yogahaltungen und Atem-übungen an Ihre persönliche Beweglichkeit und Ihre Möglichkeiten angepasst werden. Darum ist es möglich, jederzeit in den Kurs einzusteigen. Mit Yoga habe ich ein wertvolles Werkzeug kennengelernt, das für mich und viele meiner Yoga-Teilnehmer/innen im Alltag und in Lebenskrisen unterstützend wirkt.

Ort: Gesundheitsakademie Bodensee-Oberschwaben GmbH, Weingarten, Hähnlehofstraße 5

Zeit:	11.03.2019	8 Termine	17.00 Uhr
	16.09.2019	6 Termine	17.00 Uhr

Dauer: 90 Minuten

Kosten: keine

Anmeldung über die  
 Krebsberatungsstelle:  
 Regina Hartinger  
 Carmen Zwerger  
 Telefon: 0751 87-2593  
 Montag – Freitag  
 08.00 – 12.00 Uhr

### FÜR SIE DA:



**Elisabeth Krügel**  
 Qi Gong Lehrende nach  
 Deutsche Gesellschaft  
 Qi Gong und Taichi

Qi Gong ist ein sehr altes Übungssystem aus der chinesischen Medizin und heißt übersetzt:

„Pflege der Lebensenergie“

Als Einstieg für den fortlaufenden Qi Gong Kurs ab April 2019 findet am 19.3.2019 von 16-18 Uhr ein Impulstermin für Interessenten statt.

Durch ruhige oder bewegte Übungen wird die Lebensenergie Qi wieder in Fluss gebracht - die Regulierung und Harmonisierung von Körper (-haltung), Bewegung, Atem und Geist spielen dabei eine zentrale Rolle. Dabei beinhaltet Qi Gong verschiedene Übungsaspekte, wie z.B. Muskel-, Sehnen- und Gelenklockerungsübungen oder auch sanfte Atem- und Meditationsübungen, Selbstheilungskräfte werden unterstützt.

Der Einstieg in die Gruppe ist jederzeit möglich.

Ort: Gesundheitsakademie Bodensee-Oberschwaben GmbH, Weingarten, Hähnlehofstraße 5

Zeit:	19.03.2019	Kurseinstieg	16.00 Uhr
	30.04.2019	10 Termine (wöchentlich)	17.00 Uhr
	05.11.2019	7 Termine (wöchentlich)	17.00 Uhr

Dauer: 90 Minuten

Kosten: Keine

Anmeldung über die  
 Krebsberatungsstelle:  
 Regina Hartinger  
 Carmen Zwerger  
 Telefon: 0751 87-2593  
 Montag – Freitag  
 08.00 – 12.00 Uhr



LAUSCHEN IM KLANG

ERNAHRUNG BEI KREBSERKRANKUNG

**FÜR SIE DA:**



**Sybille Schweizer-Walter**  
Musiktherapeutin DGMT/  
Psychodrama Leiterin/  
Atem und Meditationsleh-  
rerin (Za-Zen) / Qi-Gong  
Lehrerin

„Das Hören geht weiter als das Sehen“ sagt ein altes indisches Sprichwort. Gemeint ist das Lauschen. Lauschen ist entspannt, lauschen geschieht in gesammelter Aufmerksamkeit, es ist ein Hören von Innen – nach Innen.

Klangschalen, die aufeinander abgestimmt sind, Monochorde, Becken, Gong, kommen dafür zum Einsatz. Wir lernen die Klangreise kennen, sowie das gegenseitige bespielen. Mit Klang experimentieren, führt zu Spielfreude, zu Lebensfreude.

Ort: SINOVA Klinik Ravensburg

Zeit: 10.04.2019 19.00 Uhr  
02.05.2019 19.00 Uhr  
08.05.2019 19.00 Uhr

**Anmeldung über die Krebsberatungsstelle:**

Regina Hartinger  
Carmen Zwerger  
Telefon: 0751 87-2593  
Montag – Freitag  
08.00 – 12.00 Uhr

Weiterer Kurs im 2. Halbjahr nach Anfrage über die Krebsberatungsstelle

Dauer: 90 min

Kosten: Keine

**FÜR SIE DA:**



**Martina Jung**  
Diätassistentin  
Ernährungsberaterin DGE

Kaum ein Tag vergeht, an dem man nicht in den Medien über das Thema Ernährung lesen oder hören kann. Nicht selten beziehen sich die Inhalte auf den Zusammenhang zwischen Ernährung und Krebserkrankungen. Dies führt bei den Betroffenen oft zu Verunsicherungen.

Inhalte des Vortrags werden neben speziellen Fragen zu dem Thema Ernährung bei Krebserkrankungen unter anderem sein:

- Umgang mit typischen Symptomen wie Appetitlosigkeit, Schluckbeschwerden, Gewichtsverlust, Veränderungen der Geschmacksempfindung etc.
- Ernährungstherapie während und nach der onkologischen Therapie
- Sinn und Unsinn von Krebsdiäten

Ort: Gesundheitsakademie Bodensee-Oberschwaben GmbH, Weingarten, Hähnlehofstraße 5

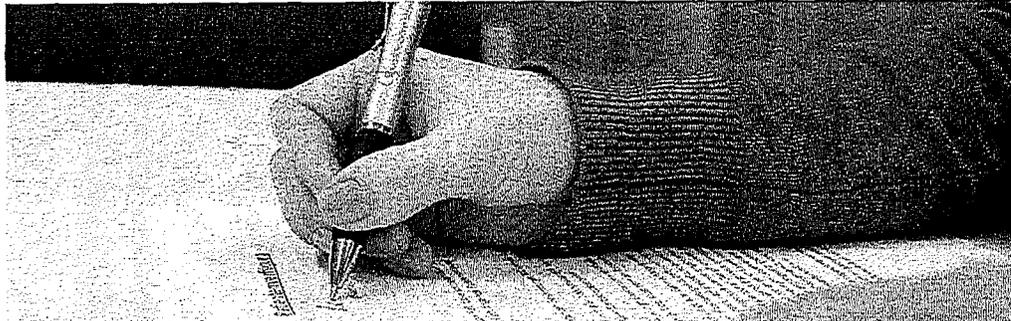
Zeit: 13.03.2019 17.00 Uhr  
10.09.2019 17.00 Uhr

**Anmeldung über die Krebsberatungsstelle:**

Regina Hartinger  
Carmen Zwerger  
Telefon: 0751 87-2593  
Montag – Freitag  
08.00 – 12.00 Uhr

Dauer: 90 Min

Kosten: Keine

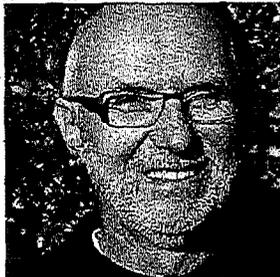


## INFORMATION ZUM VORSORGENBEN VERFÜGUNGEN (VOLLJÄHRIGE-PATIENTEN-VERFÜGUNGS-BETREUUNGS-VERFÜGUNGS)



## TUMORSCHMERZ-THERAPIE UND STRATEGIEN ZUR AKTIVIERUNG DER SELBSTWIRKSAMKEIT

### FÜR SIE DA:



Jürgen Pippir

Diese Verfügungen werden dann wichtig und notwendig, wenn jemand, aufgrund einer Erkrankung oder eines Unfalles nicht mehr selbst entscheiden kann.

Das betrifft alle volljährigen Personen, aber auch Ehepartner, denn diese dürfen nach deutschem Recht nicht automatisch für sich oder über ihren Partner entscheiden.

In der Veranstaltung informiert Sie Jürgen Pippir zum Inhalt und den Konsequenzen der rechtlichen Vertretung mit einer gesetzlichen Betreuung oder einer Vorsorgevollmacht und den Wirkungen und Inhalten einer Patientenverfügung.

Anmeldung über die  
Krebsberatungsstelle:  
Regina Hartinger  
Carmen Zwerger  
Telefon: 0751 87-2593  
Montag – Freitag  
08.00 – 12.00 Uhr

Ort: St. Elisabethen-Klinikum, Ravensburg - Halle

Zeit: 21.02.2019 19.00 Uhr

Dauer: 90 Minuten

Kosten: keine

### REFERENTINNEN:

**Dr. med. Ulrike Köth**  
Ärztin für Anästhesiologie  
und spezielle Schmerztherapie;  
Weiterbildung in Akupunktur (DÄGfA).

**Simone Burkert**  
Fachkrankenschwester für  
Intensivpflege; Algologische  
Fachassistentin; Heilpraktikerin für  
Psychotherapie

Nicht nur die Krebserkrankung kann Schmerzen verursachen, auch nach der Behandlung können Schmerzen anhalten und die Patienten belasten. Angst, Sorge und Schmerz können sich da gleichermaßen bedrohlich anfühlen.

Ziel dieses Kurses ist es, Ihnen zu zeigen, wie Sie Ihren Schmerz und damit auch die Angst selbst unterbrechen können. Wir möchten Sie dabei unterstützen Ihre Selbstwirksamkeit zu aktivieren, damit Sie sich dem Schmerz nicht mehr ausgeliefert fühlen.

Anmeldung über die  
Krebsberatungsstelle:  
Regina Hartinger  
Carmen Zwerger  
Telefon: 0751 87-2593  
Montag – Freitag  
08.00 – 12.00 Uhr

Ort: St. Elisabethen-Klinikum, Ravensburg  
Station C41, Raum C.04.130

Zeit: 10.01. 019. 6 Termine (wöchentlich) 16.00 Uhr

Dauer: 90 Minuten

Kosten: keine



## PROGRESSIVE MUSKELRELAXATION NACH JACOBSEN

### FÜR SIE DA:



**Simone Burkert**  
Fachkrankenschwester  
für Intensivpflege; Alge-  
siologische Fachassisten-  
tin; Heilpraktikerin für  
Psychotherapie

Die Diagnose Krebs und die damit verbundenen körperlichen und seelischen Belastungen können zu Stress und innerer wie äußerer Anspannung führen. Mit der Progressiven Muskelrelaxation erlernen Sie eine Technik, mit der man wieder ein Körpergefühl und Sensibilität für den momentanen Spannungszustand entwickelt und den Unterschied zwischen An- und Entspannung spüren kann. Damit können Sie den Kreislauf von Stress und Spannungsschmerz selbst durchbrechen.

In 6 Abenden werden Sie Informationen zur Stress- und Schmerzbewältigung bekommen und die Technik der Progressiven Muskelrelaxation erlernen, die Sie selbstständig oder durch Unterstützung mit Tonträgern zuhause durchführen können.

Ort: St. Elisabethen-Klinikum, Ravensburg  
Station C41, Raum C.04.130

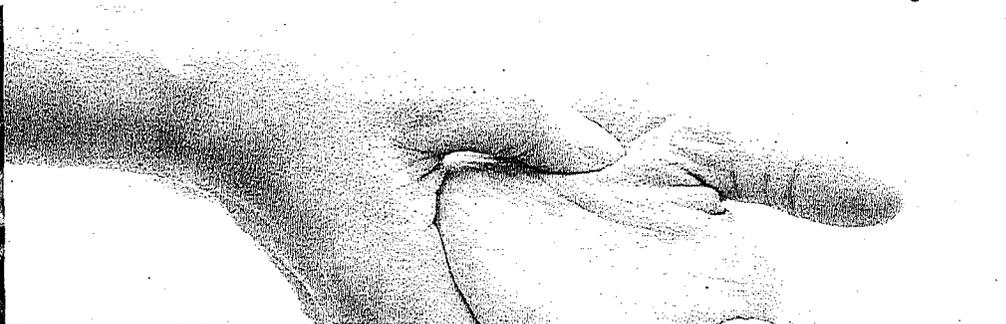
Zeit: 09.05.2019 6 Termine (wöchentlich) 16.00 Uhr

Dauer: 90 min.

Kosten: Keine.

### Anmeldung über die Krebsberatungsstelle:

Regina Hartinger  
Carmen Zwirger  
Telefon: 0751 87-2593  
Montag – Freitag  
08.00 – 12.00 Uhr



## AKUPUNKTUR BEI ÜBELKEIT, SCHWÄCHE UND SCHMERZEN

### FÜR SIE DA:



**Dr. med. Ulrike Korth**  
Ärztin für Anästhesio-  
logie, Notfallmedizin,  
spezielle Intensivmedizin,  
spezielle Schmerzthe-  
rapie; Weiterbildung in  
Akupunktur (DÄGfA)

Die Akupunktur und Akupressur ist eine der ältesten, und weit verbreitetsten Heilmethoden der Welt. Auch bei uns, wie die Tätowierungen bei „Ötzi“, dem Steinzeitmenschen aus dem Eis zeigen, waren die Akupunkturpunkte zur Behandlung von Schmerzen bekannt.

An drei Abenden zeigen und üben wir mit Ihnen, wie Sie durch Massage bestimmter Punkte der Körperoberfläche Einfluss auf die innere Regulation des Körpers zu Behandlung von Schmerzen, Übelkeit und Schwäche (Fatigue) bei Krebserkrankungen nehmen können.

Ort: St. Elisabethen-Klinikum, Ravensburg  
Station C41, Raum C.04.130

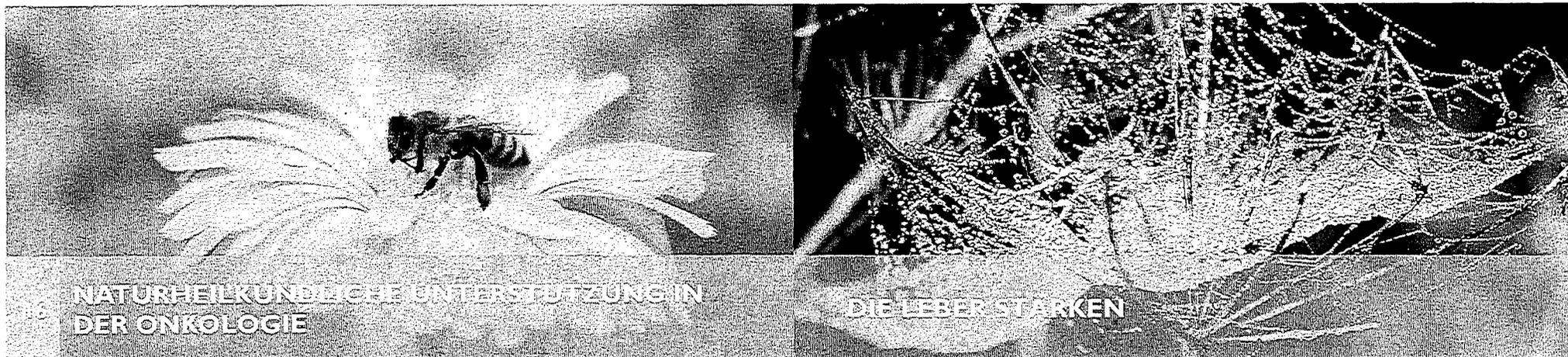
Zeit: 07.03.2019 3 Termine (wöchentlich) 16.00 Uhr

Weiterer Kurs im 2. Halbjahr nach Anfrage über die Krebs-  
beratungsstelle

Dauer 90 Minuten

### Anmeldung über die Krebsberatungsstelle:

Regina Hartinger  
Carmen Zwirger  
Telefon: 0751 87-2593  
Montag – Freitag  
08.00 – 12.00 Uhr



## FÜR SIE DA:



Anne Gruninger  
Fachkrankenschwester  
für Palliativpflege,  
Fachfrau und Kursleiterin  
für naturheilkundliche  
Pflege, Aromaexpertin

Der Wunsch nach einer ganzheitlichen Behandlung, auch unter Einbeziehung von naturheilkundlichen Verfahren, hat für Patienten mit Krebserkrankungen einen hohen Stellenwert.

Wickel und Auflagen können eine wichtige, therapieunterstützende Maßnahme sein, um bei der Entspannung, Schmerzlinderung, Aktivierung, Anregung der Selbstheilungskräfte und vielem mehr zu helfen.

Reine, ätherische Öle verfügen über heilende und stabilisierende Eigenschaften für Körper und Seele. Ihre komplexen Wirkstoffe eröffnen uns ein weites Feld der Anwendungsmöglichkeiten.

Ort: Gesundheitsakademie Bodensee-Oberschwaben GmbH, Weingarten, Hähnlehofstraße 5

Zeit: 13.02.2019 15.00 Uhr

Dauer: 120 Minuten

Kosten: keine

Anmeldung über die  
Krebsberatungsstelle:  
Regina Hartinger  
Carmen Zwerger  
Telefon: 0751 87-2593  
Montag – Freitag  
08.00 – 12.00 Uhr

## FÜR SIE DA:



Anne Gruninger  
Fachkrankenschwester  
für Palliativpflege,  
Fachfrau und Kursleiterin  
für naturheilkundliche  
Pflege, Aromaexpertin

Die Leber – das „Organ der Lebensfreude“ – ist ein zentrales Stoffwechselorgan für Verdauung, Abbau von Medikamenten und Energiehaushalt. Im Verlauf schwerer Erkrankungen ist sie besonders gefordert. Der „Schmerz der Leber“ ist die chronische Müdigkeit – häufig zusammen mit erhöhten Leberwerten, Kopfschmerzen, Bluthochdruck und weiteren Symptomen. Das Gute ist: Leberzellen können sich regenerieren!

Mit innerlichen und äußerlichen Anwendungen aus der Pflanzenheilkunde können wir viel für die Unterstützung der Leberfunktion tun. Verschiedene Wickel in Theorie und Praxis werden ebenso vorgestellt wie Heilpflanzen, die mit ihren Bitterstoffen der Leber wohl tun. Sie bekommen eine klare Anleitung für die sichere Durchführung der Maßnahmen und viele positive Wickelerlebnisse.

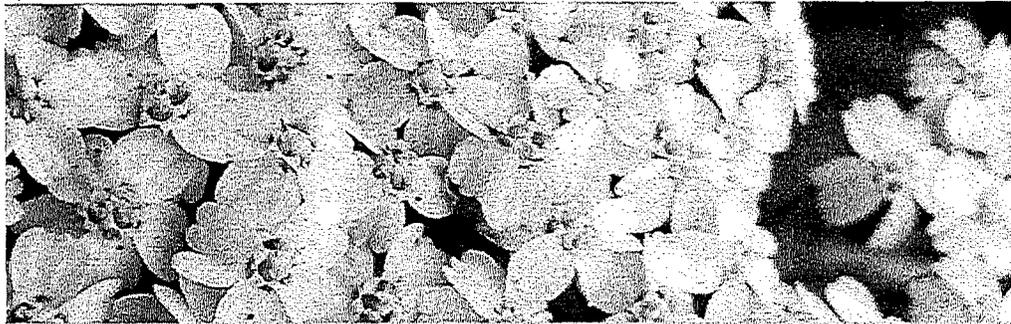
Ort: Gesundheitsakademie Bodensee-Oberschwaben GmbH, Weingarten, Hähnlehofstraße 5

Zeit: 10.04.2019 15.00 Uhr

Dauer: 120 Minuten

Kosten: keine

Anmeldung über die  
Krebsberatungsstelle:  
Regina Hartinger  
Carmen Zwerger  
Telefon: 0751 87-2593  
Montag – Freitag  
08.00 – 12.00 Uhr



## KNEIPP'SCHE UNTERSTÜTZUNGS- MÖGLICHKEITEN FÜR MEHR WOHLBEFINDEN



## AROMAPFLEGE IN DER HAUT UND SCHLEIMHAUTPFLEGE

### FÜR SIE DA:



Anne Gruninger  
 Fachkrankenschwester  
 für Palliativpflege,  
 Fachfrau und Kursleiterin  
 für naturheilkundliche  
 Pflege, Aromaexpertin

Die 5 Elemente des Kneipp'schen Gesundheitskonzepts sind aktuell wie nie: Ernährung, Bewegung, Heilpflanzen, Wasseranwendungen, Lebensordnung.

Individuelle Wasseranwendungen und angepasste Bewegungsangebote verbessern die Stimmung, harmonisieren die Körperfunktionen und unterstützen körperliche und seelische Beweglichkeit. Kräuter und Lebensmittel sprechen die Sinne an und die Lebensordnung hilft durch strukturierte Tagesabläufe zu einer Balance von Ruhe und Entspannung und Aktivitäten und Kommunikation.

#### Inhalt:

- Vorstellung der Kneipp'schen Grundsätze
- Anwendungsbeispiele für den Alltag
- Kurzübungen zur Aktivierung und Stressreduzierung u.a.

Ort: Gesundheitsakademie Bodensee-Oberschwaben GmbH, Weingarten, Hähnlehofstraße 5

Zeit: 10.07.2019 15.00 Uhr

Dauer: 120 Minuten

Kosten: keine

Anmeldung über die  
 Krebsberatungsstelle:  
 Regina Hartinger  
 Carmen Zwirger  
 Telefon: 0751 87-2593  
 Montag – Freitag  
 08.00 – 12.00 Uhr

### FÜR SIE DA:



Anne Gruninger  
 Fachkrankenschwester  
 für Palliativpflege,  
 Fachfrau und Kursleiterin  
 für naturheilkundliche  
 Pflege, Aromaexpertin

Die Haut ist ein ausgezeichnetes Aufnahmeorgan für ätherische Öle. Schon in geringsten Dosierungen beeinflussen sie das limbische System und wirken mild regulierend auf die Stoffwechselprozesse unseres Körpers.

Mit der Aromapflege haben wir die wunderbare Möglichkeit, die Haut, das Immunsystem und die Seele zu pflegen, zu stärken und damit mehr Lebensqualität zu erleben.

Pflanzliche Öle, Fette und Wachse sind die ältesten Hautpflegemittel und haben sich lange bewährt – sie sind für den menschlichen Organismus keine Fremdkörper, sondern können von der Haut ein- und abgebaut werden – ihre Fettbegleitstoffe schenken uns eine widerstandsfähige und gesunde Haut und Schleimhaut.

Lernen Sie die verschiedensten ätherischen und fetten Öle „hautnah“ kennen und finden Sie die Favoriten für Ihre ganz individuellen Bedürfnisse.

Ort: Gesundheitsakademie Bodensee-Oberschwaben GmbH, Weingarten, Hähnlehofstraße 5

Zeit: 02.10.2019 15.00 Uhr

Dauer: 120 Minuten

Kosten: keine

Anmeldung über die  
 Krebsberatungsstelle:  
 Regina Hartinger  
 Carmen Zwirger  
 Telefon: 0751 87-2593  
 Montag – Freitag  
 08.00 – 12.00 Uhr



## WARUM KOMMT ES ZU NEBENWIRKUNGEN UNTER CHEMOTHERAPIE? KANN ICH ETWAS DAGEGENTUN?

### FÜR SIE DA:



**Johanna Baur**  
 Fachkrankenschwester  
 für Onkologie, Intensiv  
 und Anästhesie und  
 Wundexpertin  
 ICW

Patienten mit einer Krebserkrankung benötigen neben der medizinischen Versorgung auch eine spezielle pflegerische Betreuung.

- Gibt es Möglichkeiten, die eigenen Fähigkeiten zu stärken und vorbeugend zu handeln?
- Wie und mit was können Symptome an Schleimhäuten, Haaren, Nägel und der Haut vorgebeugt werden?
- Was tun bei Durchfall oder Verstopfung?
- Umgang mit Fieber während der Therapie.
- Lernen mit veränderten Körperfunktionen und verändertem Aussehen umzugehen.
- Was tun, wenn sich der Schlafrythmus verändert hat, die Müdigkeit zunimmt und die Leistungsfähigkeit sinkt?
- Wie können die Angehörigen unterstützen und wo gibt's Beratungsmöglichkeiten und Hilfen?

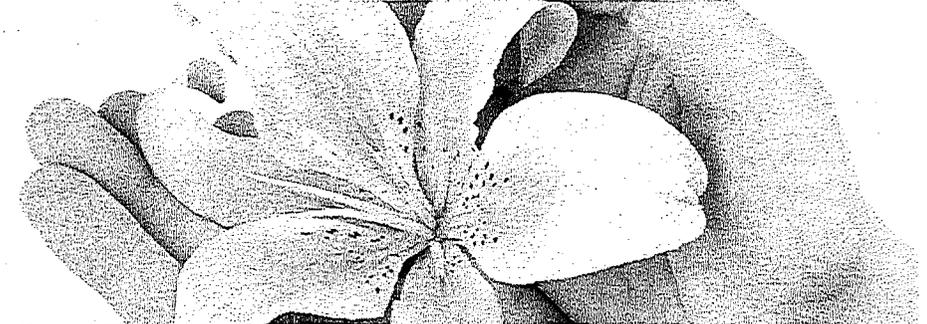
**Anmeldung über die  
 Krebsberatungsstelle:**  
 Regina Hartinger  
 Carmen Zwerger  
 Telefon: 0751 87-2593  
 Montag – Freitag  
 08.00 – 12.00 Uhr

Ort: Gesundheitsakademie Bodensee-Oberschwaben  
 GmbH, Weingarten, Hähnlehofstraße 5

Zeit: 02.04.2019 14.30 Uhr  
 2. Halbjahr, Termin nach Vereinbarung

Dauer: 90 Minuten

Kosten: Keine



## HANDPFLEGE WÄHREND UND NACH STRALTHERAPIE

### FÜR SIE DA:



**Hildegard Kerler**  
 Fachkrankenschwester  
 für Onkologie, Palliativ-  
 pflege und  
 Pflegetherapeutin für  
 Wunden ICW

Auch wenn die Haut nicht das Zielorgan der Bestrahlung ist, so muss sie trotzdem durchstrahlt werden, um tieferliegenden Strukturen und Organe zu erreichen. Um die Haut dafür zu stärken, bedarf es der Pflege und Unterstützung.

- Körper- und Hautpflege während der Strahlentherapie
- Was sollte ich vermeiden
- Geeignete Kleidung
- Begleitende Behandlungen
- Was können sie unterstützend selbst tun
- an wen wende ich mich wenn es während der Strahlentherapie Fragen gibt

Bei besonderen Fragestellungen besteht im Anschluss die Möglichkeit zu einem Vieraugengespräch.

**Anmeldung über die  
 Krebsberatungsstelle:**  
 Regina Hartinger  
 Carmen Zwerger  
 Telefon: 0751 87-2593  
 Montag – Freitag  
 08.00 – 12.00 Uhr

Ort: Gesundheitsakademie Bodensee-Oberschwaben  
 GmbH, Weingarten, Hähnlehofstraße 5

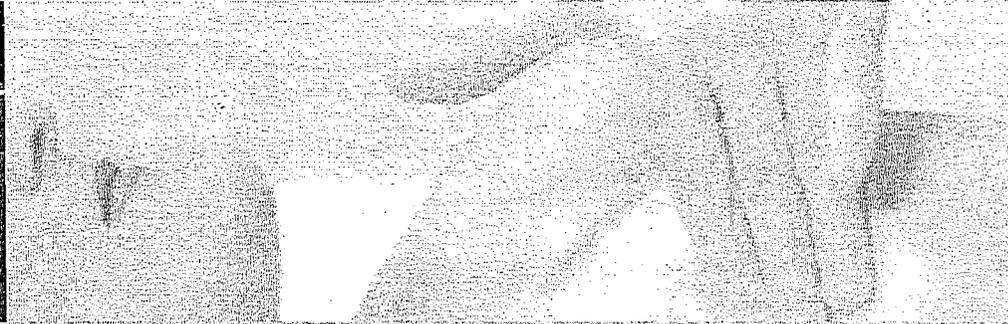
Zeit: 04.04.2019 25.09.2019 jeweils 16:00 Uhr

Dauer: 90 Minuten

Kosten: Keine



ACHTSAMKEIT



BRUSTSELBSTUNTERSUCHUNG ANFANG DER  
MAMMAGARE-METHODE

**FÜR SIE DA:**



Sylvia Schäfer  
Entspannungspädagogin

Das Achtsamkeitsprinzip vermittelt das wertfrei Erleben des Hier und Jetzt. „Arbeitsmaterial“ sind dabei unser Körper, unsere Sinne, sowie alles, was wir alltäglich tun. Das Wach werden für den Augenblick fördert das zur Ruhe kommen, verfeinert unsere Wahrnehmung von Körper und Gefühlswelt und erleichtert damit das Erkennen unserer Grenzen und Bedürfnisse. Gleichzeitig kann eine neue Lebendigkeit entstehen.

Entdecken Sie Ihrer eigenen vielfältigen Möglichkeiten bei unserem Angebot.

Ort: Gesundheitsakademie Bodensee-Oberschwaben GmbH, Weingarten, Hähnlehofstraße 5

- |         |            |            |                   |
|---------|------------|------------|-------------------|
| 1. Kurs | 21.02.2019 | 14.03.2019 |                   |
|         | 21.03.2019 | 28.03.2019 | Jeweils 17.00 Uhr |
| 2. Kurs | 19.09.2019 | 26.09.2019 |                   |
|         | 10.10.2019 | 17.10.2019 | Jeweils 17.00 Uhr |

Weiterer Kurs im 2. Halbjahr nach Anfrage über die Krebsberatungsstelle.

Dauer: 90 min

Kosten: Keine

**Anmeldung über die Krebsberatungsstelle:**

Regina Hartinger  
Carmen Zwerger  
Telefon: 0751 87-2593  
Montag – Freitag  
08.00 – 12.00 Uhr

**FÜR SIE DA:**



Alexandra Jeggle  
Pflegefachkraft, zertifizierte MammaCare-Trainerin

Die MammaCare-Methode ist die einzig wissenschaftlich fundierte und überprüfte Methode für das Erlernen der Brustselbstuntersuchung. Im Rahmen des Kurses sollen Frauen die Anatomie und Physiologie der Brust kennenlernen und anhand eines Silikonmodells die Möglichkeit erhalten, diese Methode kennenzulernen und auf die eigene Brust zu übertragen. Die MammaCare-Methode ist eine ergänzende Methode im Rahmen der Vorsorgeuntersuchung durch den Arzt und kann zu Hause im geschützten Rahmen durchgeführt werden.

Geben Sie sich in erfahrene Hände - Ihre eigenen.

Ort: Oberschwabenklinik,  
St. Elisabethen-Klinikum

1. Kurs Samstag, 06.04.2019 13.00 Uhr

weitere Kurse auf Anfrage bei der KBS

Dauer: 120 min.

Kosten: Keine

Mitzubringen: Großes Handtuch

**Anmeldung über die Krebsberatungsstelle:**

Regina Hartinger  
Carmen Zwerger  
Telefon: 0751 87-2593  
Montag – Freitag  
08.00 – 12.00 Uhr



## LOOK GOOD FEEL BETTER™ KOSMETIKSEMINAR FÜR KREBSPATIENTINNEN

### ANGEBOT DER DKMS:



look good  
feel better

**DKMS LIFE**

In Zusammenarbeit mit unserer Klinik bietet die gemeinnützige Organisation DKMS LIFE kostenfreie Kosmetikseminare für Krebspatientinnen in Therapie an. Die DKMS LIFE hat es sich mit dem Patientenprogramm „look good, feel better“ zur Aufgabe gemacht, Krebspatientinnen Hilfe zur Selbsthilfe im Umgang mit den äußeren Veränderungen während der Therapie anzubieten:

In einem rund zweistündigen Mitmachprogramm erhalten betroffene Mädchen und Frauen professionelle Tipps von ehrenamtlichen Kosmetikexpertinnen zur Gesichtspflege und zum Schminken sowie zum Thema Kopfbedeckung. Ziel ist es, den Krebspatientinnen Lebensqualität, Selbstwertgefühl und damit verbunden Hoffnung zu schenken, um sie während ihrer Therapie zu unterstützen und ihren Heilungsprozess positiv zu beeinflussen.

Ort: St. Elisabethen-Klinikum, Ravensburg  
Station C41, Raum C.04.130

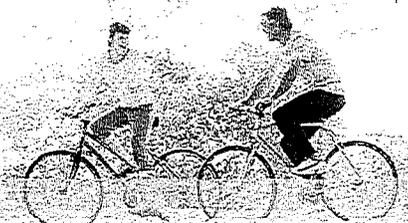
Zeit: 30.01.2019 07.05.2019  
18.09.2019 03.12.2019 Jeweils 14.00 Uhr

Dauer: 120 Minuten

Kosten: Keine

Anmeldung über die  
Krebsberatungsstelle:  
Regina Hartinger  
Carmen Zwirger  
Telefon: 0751 87-2593  
Montag – Freitag  
08.00 – 12.00 Uhr

## SPORTVEREINE UND POWER YOGA KREISSCHULEN FÜR ONKOLOGISCHE PATIENTEN



**MECKENBEUREN TSV**  
Annette Kramer  
Telefon: 07542/912293  
info@tsv-meckenbeuren.de  
www.tsv-meckenbeuren.de

**TSB RAVENSBURG**  
Ulrike Hänssler  
Telefon: 0751/14224  
tsb.ravensburg@t-online.de  
www.tsb-ravensburg.de

**MTG WANGEN E. V.**  
Sigrid Müller  
Telefon: 07522/21350  
info@mtg-wangen.de  
www.mtgwangen.de

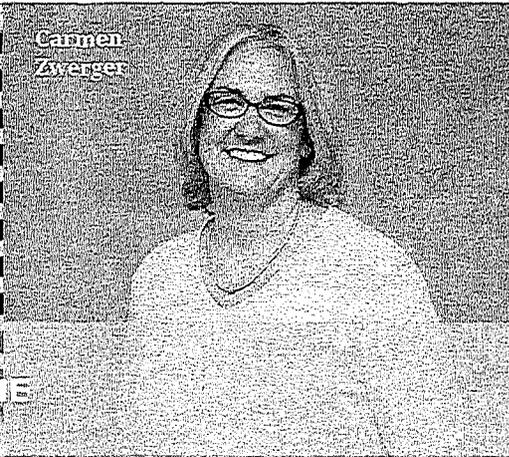
**AULENDORF SG**  
Rita Nüssle  
Telefon: 07525/2615  
info@sg-aulendorf.de  
www.sg-aulendorf.de

**TSV 1848 BAD SAULGAU E. V.**  
Monika Weiß, Brigitte Lupberger  
Telefon: 07581/537970  
mail@tsv-badsaulgau.de  
www.tsv-badsaulgau.de

**TV KRESSBRONN 1898 E.V.**  
Regine Bitsch  
Telefon: 07543 54497  
info@tv-kressbronn.de  
www.tv-kressbronn.de

**TSG AILINGEN E.V.**  
Susanne Bleicher  
Telefon: 07541 56554  
info@tsg-ailingen.de  
www.tsg-ailingen.de

Viele Fitnessstudios bieten Gerätetraining als Rehasport an.  
Bitte fragen Sie dort nach.


 Regine  
 Hartinger

 Carmen  
 Zverger


## SPENDEN UND MITGLIEDSCHAFT

Bei Fragen oder Anregungen zum Veranstaltungsprogramm, können Sie sich gerne an unsere Mitarbeiter der Krebsberatungsstelle Oberschwaben wenden.

#### Krebsberatungsstelle Oberschwaben

#### Telefon:

0751/87-2593

#### Terminvereinbarung:

Montag - Freitag 08.00 - 12.00 Uhr

#### E-Mail:

krebsberatung@oberschwabenklinik.de

Der Förderverein Krebsberatungsstelle Oberschwaben e.V. ist ein gemeinnütziger Verein, der sich für die Interessen krebskranker Menschen einsetzt.

Um unsere breitgefächerten Aufgaben im Sinne der Betroffenen dauerhaft erfüllen zu können, sind wir auf die Unterstützung durch Spenden und Mitgliedsbeiträge angewiesen:

Kreissparkasse Ravensburg  
 IBAN: DE49 6505 0110 0101 1284 89  
 BIC: SOLADES1RVB

Spenden an uns sind steuerlich abzugsfähig!

Mit einem Jahresbeitrag ab 20 Euro können Sie unsere Arbeit ideell und finanziell unterstützen.

Mitgliedsanträge, weitere Informationen und Broschüren erhalten Sie in der Krebsberatungsstelle oder online unter:

[www.oberschwabenklinik.de](http://www.oberschwabenklinik.de)

WIR DANKEN IHNEN!

[WWW.OBERSCHWABENKLINIK.DE](http://WWW.OBERSCHWABENKLINIK.DE)

**Krebsberatungsstelle Oberschwaben**  
Träger: Oberschwabenklinik gGmbH  
Elisabethenstraße 15  
88212 Ravensburg



**Förderverein Krebsberatungsstelle  
Oberschwaben e. V.**

Vorsitzender: Dr. Gerhard Fischer  
Elisabethenstraße 15  
88212 Ravensburg



VIER LÄNDER REGION  
**BODENSEE**

Kreissparkasse Ravensburg  
IBAN: DE49 6505 0110 0101 1284 89  
BIC: SOLADES1RVB

Spenden an uns sind steuerlich abzugsfähig!

