

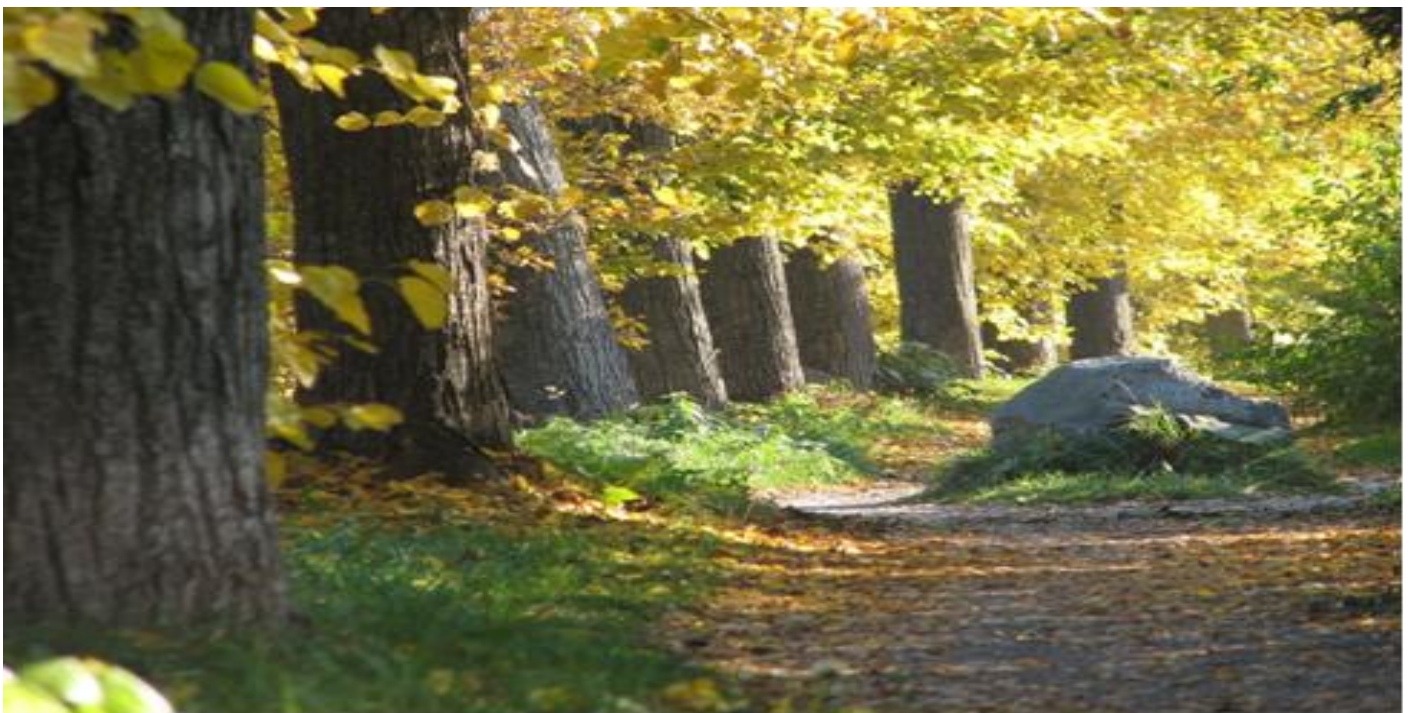
Newsletter der Psychosozialen Beratungsstelle für Krebskranke und Angehörige

Neue Wege gehen ...



gefördert durch die
Deutsche Krebshilfe

Ausgabe 2/14



Sehr geehrte Kooperationspartner,

der **Sommer** ist da und wir haben ihn mit einem Fest gefeiert. Am 07. Juli haben sich viele Patienten und Interessierte zusammengefunden, um gemeinsam einen schönen, entspannten Nachmittag zu verbringen. Allen Beteiligten an dieser Stelle noch einmal Dank für die gelungene Veranstaltung.

In die **Sommerpause** geht die Psychoedukative Gruppe für Brustkrebspatientinnen. Die erfolgreich durchgeführten Gruppenveranstaltungen sind eine Kooperation vom Brustzentrum Ostthüringen und der Beratungsstelle. Als Anhang finden Sie die Evaluation zu den in diesem Jahr bisher realisierten 12 Veranstaltungen.

Ein **Sommerloch** wird es bei uns nicht geben. Krankheit macht keine verordnete Pause und der Kontakt zu unseren Patienten ist uns immer wichtig.

Allen Patienten und Mitarbeitern wünschen wir eine sonnige und für Sie positiv verlaufende Zeit.

Wichtige Termine:

02.09.2014	Ernährungsworkshop „Bunter Kochtopf“ – leckere und ausgefallene Rezepte aus Gemüse und Obst ; 15:30 – 18:00 Uhr
23.09.2014	Ernährungsworkshop „Alles Gute für den Darm“ – bekömmliche und gut verträgliche Rezepte für Darmkrebspatienten 15:30 – 18:00 Uhr
25.09.2014	Kosmetikseminar für Chemotherapie-Patientinnen 9:00 – 13:00 Uhr
28.10.2014	Ernährungsworkshop „Vollwertig Backen“ – nährstoffreiche und energiebewusste Backrezepte für alle Patienten 15:30 – 18:00 Uhr

Unsere Bitte an Sie:

Tragen Sie weiterhin dazu bei, dass Krebsbetroffene über das ambulante Beratungsangebot durch Sozialarbeiter, Psychologen, Ernährungswissenschaftlerin und Sporttherapeutin sowie über die Gruppenangebote (Sporttherapie, Entspannungstherapie, Kunsttherapie) informiert sind.

Anbei finden Sie die Termine für die Außensprechstunden und die Zeiten der Gruppenangebote.

Wenn Sie Fragen zur Arbeit der Beratungsstelle haben – Sie können uns unter 828-2175 oder direkt in der Beratungsstelle, am Standort II, hinter der Pforte, erreichen.

Unsere Angebote im Überblick

➤ **Psychoonkologische Beratung:**

Termine nach telefonischer Vereinbarung unter der Rufnummer 0365 / 828 2175

➤ **Sprechzeiten der Sozialarbeiter:**

Mo. / Di. / Do. 12:00 – 15:00 Uhr

Fr. 8:00 - 12:00 Uhr

Mi. Termine nur nach Vereinbarung

➤ **Die nächsten Sprechzeiten der Sozialarbeiter in den Außenstellen**

Ehrenamtszentrale Gera am Kornmarkt 9:00 bis 11:00 Uhr

(ACHTUNG! Die Sprechzeiten in der Ehrenamtszentrale finden jetzt jeweils dienstags statt!)

12.08.2014 ; 26.08.2014 ; 09.09.2014 ; 23.09.2014 ; 07.10.2014 ; 21.10.2014

Internistisch-onkologische Gemeinschaftspraxis Wiesestraße 9:00 bis 12:00 Uhr

06.08.2014 ; 20.08.2014 ; 03.09.2014 ; 17.09.2014 ; 01.10.2014 ; 15.10.2014

➤ **Ernährungstherapie:**

Ernährungstherapeutin Frau Sindy Zimmermann

Termine nach telefonischer Vereinbarung unter der Rufnummer 0365 / 828 2175

donnerstags 9:00 – 15:00 Uhr

➤ **Gruppenangebot Kunsttherapie:**

Kunsttherapeutin Frau Mandy Voigt

Dienstags 10:30 – 12:00 Uhr (für Patienten)

Mittwochs 16:00 . 17:30 Uhr Offenes Atelier (für Patienten und Angehörige)

➤ **Gruppenangebot Entspannungstherapie:**

Psychoonkologin Frau Dipl.- Psych. Franziska Jahr

Mittwochs 11:45 -12:45 Uhr

➤ **Gruppenzeiten Sporttherapie:**

Physiotherapeutin Frau Corinna Krzykowski

Einzelberatungen nach telefonischer Vereinbarung: 0365 / 828 2175

Tag	Uhrzeit	Kurs	Raum
Di	08.15- 08.45	Dehngymnastik	Ebene 0/ Physio
Di	09.00- 09.30	Rehasport/ Kraft	Ebene 4/ 423.1
Di	09.30- 10.30	Nordic Walking	Ebene 0/ Physio
Di	11.00- 11.30	Beckenboden Männer	Ebene 4/ 423.1
Di	14.15- 14.45	Drums Alive	Ebene 4/ 423.1
Di	15.00- 15.30	Sport nach Brustkrebs	Ebene 4/ 423.1
Di	15.45- 16.15	Dehngymnastik	Ebene 4/ 423.1
Fr	08.30- 09.00	Rehasport/ Kraft	Ebene 0/ Physio
Fr	09.15- 09.45	Drums Alive	Ebene 4/ 423.1
Fr	09.45- 10.15	Bewegung und Gymnastik	Ebene 4/ 423.1

Fr	13.00- 13.30 Dehngymnastik	Ebene 0/ Physio
Fr	13.45- 14.15 Sport nach Brustkrebs	Ebene 4/ 423.1
Fr	14.15 -14.45 Drums Alive	Ebene 4/ 423.1

Ebene 0: Haus 23, Physiotherapie

Ebene 4: Haus 23, Mittelgang ganz hinten, Raum 423.1/ Zentrum für plastisch-ästhetische Medizin

➤ **Unser Spendenkonto:**

Psychosoziale Beratungsstelle für Krebskranke und Angehörige am SRH Wald-Klinikum

Deutsche Kreditbank AG Gera

Stichwort: Krebsberatungsstelle

DE 141203 0000 000 1033901

BY LADEM 1001

➤ **Herausgeber:**

Psychosoziale Beratungsstelle für Krebskranke und Angehörige

am SRH Wald-Klinikum Gera Straße des Friedens 122, 07548 Gera

Tel.: 0365 828-2175, Fax.: 0365 828-2178 : Mail: psychosozialeberatung@wkg.srh.de