

Angebot	Termin	Start	Kursleitung	Kosten	Kursdauer
Hatha-Yoga Kurs 1	montags, 15 – 16 Uhr, wöchentlich	jederzeit möglich	Angela Strauch	60 Euro	10 Termine
Hatha-Yoga Kurs 2	montags, 16 – 17 Uhr, wöchentlich	jederzeit möglich	Angela Strauch	60 Euro	10 Termine
Gesprächsgruppe für Angehörige	dienstags, 17.30 – 19.30 Uhr, 14-tägig	5. Juli 2011	Ilona Bluemcke	keine	fortlaufend
Offene Singgruppe	mittwochs, 18 – 20 Uhr, monatlich	10. August 2011	Reina Berger	keine	8 Termine
Tanztherapie	donnerstags, 18.30 – 20.30 Uhr, 14-tägig	18. August 2011	Ute Schürgens	60 Euro	8 Termine
Kunsttherapie	montags, 18 – 20 Uhr, 14-tägig	22. August 2011	Claudia Loeffler	60 Euro	8 Termine
Musiktherapie	donnerstags, 18 – 20 Uhr, 14-tägig	25. August 2011	Dagmar Karambadzakis	60 Euro	8 Termine
Poesietherapie	mittwochs, 18 – 20 Uhr, 14-tägig	21. September 2011	Angelika Reimer	60 Euro	8 Termine
Progressive Muskelentspannung	mittwochs, 11.30 – 12.30 Uhr, wöchentlich	12. Oktober 2011	Jutta Schildbach	60 Euro	10 Termine

Wir bitten Sie, die Kostenbeteiligung zwei Wochen vor Beginn Ihres Kurses zu überweisen.

Information und Anmeldung

- Kurse und Gruppen**
 Viele der bisherigen Teilnehmerinnen und Teilnehmer haben in unseren Kursen und Gruppen Halt und Unterstützung gefunden. Alle Kurse sind so konzipiert, dass die Teilnehmer keine Vorkenntnisse oder besondere Talente in der jeweiligen Ausdrucksform brauchen. Neugier und Interesse reichen vollständig aus, um an den Kursen teilnehmen zu können.

- Ort**
 Alle Kurse und Gruppen finden im Raum 212, 2. OG, im Kaiserin-Friedrich-Haus, Robert-Koch-Platz 7, 10115 Berlin statt.

- Anmeldung**
 Wenn Sie unsere Angebote interessieren und Sie teilnehmen möchten, bitten wir Sie, sich anzumelden. Wir nehmen Ihre Anmeldung gern entgegen unter:

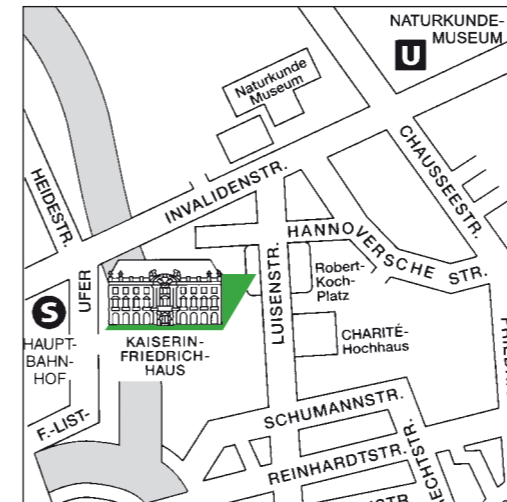
Telefon (0 30) 2 83 24 00
Telefax (0 30) 2 82 41 36
E-Mail info@berliner-krebsgesellschaft.de

- Kostenbeteiligung**
 Das Beratungsangebot wird durch Spendengelder ermöglicht und ist für Ratsuchende kostenfrei. Um die Kurse anbieten zu können, sind wir jedoch auf eine einmalige finanzielle Beteiligung der Teilnehmer angewiesen. Wir bitten Sie, den Beitrag zwei Wochen vor Beginn Ihres Kurses zu überweisen.

- Unser Konto:**
 Commerzbank, BLZ 100 400 00, Konto 55 77 55 600
Bitte geben Sie unter Verwendungszweck den Namen des Kurses an.

Kontakt und Anfahrt

Berliner Krebsgesellschaft e.V.
 im Kaiserin-Friedrich-Haus
 Robert-Koch-Platz 7, 10115 Berlin
 Telefon (0 30) 2 83 24 00
 Telefax (0 30) 2 82 41 36
info@berliner-krebsgesellschaft.de
www.berliner-krebsgesellschaft.de



Verkehrsverbindungen zur Berliner Krebsgesellschaft e.V.

- U-Bahn** Linie 6 – Haltestelle Naturkundemuseum
- S-Bahn** Haltestelle Hauptbahnhof
- Bus** Linie 147 – Haltestelle Luisenstraße/Charité
 Linie 245 – Haltestelle Invalidenpark
 Linie 240 – Haltestelle Robert-Koch-Platz

Fotos: © TAlEx – Fotolia.com (Titel)
 Privat und Mike Minehan (Porträts)

Kurse und Gruppen für Krebspatient/-innen und Angehörige Programm 2011, 2. Halbjahr

Vorwort

Sehr geehrte Damen und Herren,

an Krebs erkrankte Menschen brauchen in der Regel mehr als nur medizinische Hilfe, denn die Krankheit hat fast immer auch Einfluss auf das seelische Befinden. Manchmal gibt es im Verlauf einer Krebserkrankung Phasen, in denen die Belastung so groß wird, dass zur Krankheitsbewältigung die eigenen Kräfte und auch die Unterstützung durch Angehörige und Freunde nicht ausreichen. Eine solche Situation sollte Anlass sein, professionelle Hilfe in Anspruch zu nehmen.

Die Berliner Krebsgesellschaft e.V. bietet Ihnen deshalb neben den psychosozialen Beratungen Kurse und Gesprächsgruppen an. Die Kurse richten sich an Menschen jeden Alters, die mit einer Krebserkrankung leben und Austausch mit anderen Betroffenen suchen und die Interesse daran haben, in kreativer Weise etwas für sich zu tun. Zur Teilnahme sind keine Vorkenntnisse erforderlich. Wir möchten Sie mit den Kursen und Gruppen unterstützen, begleiten und neue Wege der Krankheitsbewältigung anbieten.



Prof. Dr. med. Dr. h.c. Peter M. Schlag
Vorsitzender der Berliner Krebsgesellschaft e.V.

Helfen Sie uns zu helfen!

Über eine Spende würden wir uns sehr freuen, denn nur mit Ihrer Unterstützung können wir Ihnen auch in Zukunft Informationen und Hilfe anbieten. Die Berliner Krebsgesellschaft finanziert sich ausschließlich aus Spenden und freiwilligen Zuwendungen. Öffentliche Mittel stehen uns nicht zur Verfügung.

Unsere Spendenkonten

Commerzbank, BLZ 100 400 00, Konto 55 77 55 600
Postbank Berlin, BLZ 100 100 10, Konto 20 13 79 102

Kurse und Gruppen

Hatha-Yoga

Hatha-Yoga wirkt durch die ausgeführten Bewegungen auf Körper, Geist und Seele entspannend. Im Kurs werden einfache Körperhaltungen, Entspannungs- und Konzentrationsübungen erlernt.



Angela Strauch, Yogalehrerin (BDY/EYU)

Start: jederzeit möglich

Kurs 1: montags, 15 – 16 Uhr, wöchentlich

Kurs 2: montags, 16 – 17 Uhr, wöchentlich

10 Termine, 60 Euro Kostenbeteiligung

Gesprächsgruppe für Angehörige

Wenn ein Familienmitglied an Krebs erkrankt, wird die gesamte Familie in Mitleidenschaft gezogen. Die Erkrankung zwingt auch die Angehörigen zu Veränderungen im Alltag und in der Lebensplanung. In der Gesprächsgruppe haben Angehörige die Möglichkeit, ihre Sorgen, Gefühle und Fragen mit anderen Betroffenen zu teilen.



Ilona Bluemcke, Integrativer Coach

Start: 5. Juli 2011,

weitere Gesprächsgruppen starten nach Bedarf

dienstags, 17.30 – 19.30 Uhr,

14-tägig, kostenfrei

Offene Singgruppe

Ziel unserer Gruppe ist es, mehr Lebensfreude durch das Singen einfacher weltlicher und spiritueller Lieder zu gewinnen.



Reina Berger

Sängerin und Gesangslehrerin

Start: 10. August 2011

mittwochs, 18 – 20 Uhr, 1 Mal im Monat

Teilnahme kostenfrei

Tanztherapie

Tanz- und Ausdruckstherapie fördert die Wahrnehmung von Körper, Geist und Seele. Ziel der Tanztherapie ist es, in Verbindung mit sich zu kommen, das Erlebte integrieren zu lernen und eigene Ressourcen in der Bewegung zu entdecken.



Ute Schürgens,

Tanz- und Ausdruckstherapeutin (BTD)

Start: 18. August 2011

donnerstags, 18.30 – 20.30 Uhr, 14-tägig,

8 Termine, 60 Euro Kostenbeteiligung

Kunsttherapie

Kunsttherapie aktiviert Ressourcen und Kräfte über Farben, Formen und Bewegungen. Im schöpferischen Prozess kann die eigene Lebenssituation neu verstanden und weiterentwickelt werden.



Claudia Loeffler,

Kunsttherapeutin

Start: 22. August 2011

montags, 18 – 20 Uhr, 14-tägig,

8 Termine, 60 Euro Kostenbeteiligung

Musiktherapie

Musiktherapie unterstützt die Krankheitsbewältigung durch bewusstes Erleben und Wahrnehmen von Musik. Der Wechsel von Improvisieren auf Instrumenten, die jeder ohne Vorkenntnisse spielen kann, von Singen und Musikhören führt zu neuer innerer Achtsamkeit.



Dagmar Karambadzakis,

Diplom-Musiktherapeutin

Start: 25. August 2011

donnerstags, 18 – 20 Uhr, 14-tägig,

8 Termine, 60 Euro Kostenbeteiligung

Poesietherapie

Worte wirken Wunder: Sie können heilen, trösten, ermutigen, anregen und beglücken. Das Schreiben eröffnet die Möglichkeit, diffuse Gefühle in Worte zu fassen, Erstarrung zu lösen und schließlich Entlastung zu erfahren – Schreiben befreit.



Angelika Reimer,

Leiterin für biografisches Schreiben (ASFH)

und Poesie- und Bibliothherapie (FPI)

Start: 21. September 2011

mittwochs, 18 – 20 Uhr, 14-tägig,

8 Termine, 60 Euro Kostenbeteiligung

Progressive Muskelentspannung

Die Progressive Muskelentspannung ist eine bewährte Methode, um eine tiefe Entspannung des ganzen Körpers herbeizuführen. Sie führt zu einer Verbesserung von körperlichem und psychischem Wohlbefinden. Die Übungen befähigen Sie, sich im Alltag selbst zu entspannen.



Jutta Schildbach

Dipl. Sozialpädagogin, Psychoonkologin

Start: 12. Oktober 2011

mittwochs, 11.30 – 12.30 Uhr, wöchentlich,

10 Termine, 60 Euro Kostenbeteiligung

Anmeldung

Wenn Sie unsere Angebote interessieren und Sie teilnehmen möchten, bitten wir Sie, sich anzumelden. Wir nehmen Ihre Anmeldung gern entgegen unter:

Telefon (0 30) 2 83 24 00

Telefax (0 30) 2 82 41 36

E-Mail info@berliner-krebsgesellschaft.de