



2/20

19. Jahrgang
ISSN 2364-4206

Journal LebensWert

Psychoonkologie – Leben mit Krebs

LebensWert
ev
Psychoonkologie – Leben mit Krebs

**Wir helfen heilen.
Helfen Sie mit!
Jetzt Mitglied werden.**

Spenden Sie jetzt!
Weitere Infos unter
www.vonmirlebenswert.de/
IBAN DE16 3705 0158 0421 71

Jedes Jahr erkranken ca. 5.700 Menschen allein in Köln an Krebs.
Krebspatienten brauchen professionellen Zuspruch durch Psychoonkologie.

STRÖER

Plakat-Kampagne zur
Mitglieder-Werbung
Seite 8

Selbsthilfegruppen für
junge Erwachsene

Seite 7

Online-Umfrage zu
Alexithymie

Seite 10

Kraft durch schöpferisches
Gestalten

Seite 11

Liebe Leserinnen und Leser, liebe Freunde des Vereins LebensWert,

das Jahr 2020 wird uns und nachfolgenden Generationen als das Pandemie-Jahr in Erinnerung bleiben. Die weltweite Corona-Krise hat eine wahrhaft historische Dimension. Das Jahr 2020 hat aber auch die Chance, die Tür zu öffnen zu einer gelebten, praktizierten und erfahrenen Solidarität bisher nicht gekanntem Ausmaßes. Vieles und viele sind mit ihren berechtigten Ansprüchen und Wünschen gerade im Gesundheitssektor zurückgetreten, um Raum und Zeit zu schaffen für Corona-Infizierte, die dringend ärztlicher Pflege bedürfen. Gleichzeitig haben die im Gesundheitswesen tätigen Frauen und Männer weit Überobligatorisches geleistet, um eine medizinische Begleitung zu ermöglichen, die in diesem Umfang vorher kaum für möglich gehalten wurde. Alle Beteiligten, Patienten wie medizinisches Personal, sind zu einer großen Solidargemeinschaft zusammengewachsen. Ganz besonders dafür werden wir hier in Deutschland weltweit bewundert und gelobt.

Auch unser Verein „LebensWert“ lebt vom Solidaritätsgedanken. Unser Slogan „Wir helfen heilen – helfen Sie mit“ bringt dieses besonders prägnant zum Ausdruck. Unser Anspruch ist es, Menschen in schwierigen Lebenssituationen Zuspruch in Form von Psychoonkologie zu geben. Diesem Anspruch können wir indessen nur gerecht werden, wenn das Spendenaufkommen, die finanzielle Unterstützung und die Bereitschaft, bei uns Vereinsmitglied



zu werden, stetig wachsen. Solidarität wird bedeutender, ja wirkungsvoller, je mehr Menschen sich dieser gemeinsamen Idee verpflichtet fühlen. Wenn Mitglieder neue Mitglieder überzeugen und gewinnen können, unserem Herzen Anliegen „LebensWert“ beizutreten, dann wird unsere Solidargemeinschaft größer, stabiler und insbesondere noch leistungsfähiger.

In diesem Sinne geht heute mein eindringlicher Appell an alle bisher eher passiven Mitglieder, in die Rolle der aktiv Werbenden für den Verein LebensWert zu wechseln. Potenzieren Sie Ihren individuellen Beitrag für unsere gemeinsame Idee.

Ich wünsche Ihnen und Ihren Familien alles erdenklich Gute!

Herzlichst

Ihr
Werner Görg

Was ist LebensWert e.V., was ist Psychoonkologie?

„Ich habe Krebs!“ – „Wie geht es jetzt bloß weiter?“ – „Ich brauche Hilfe!“ Viele Menschen erleiden bereits bei der Diagnose einen Schock, andere fallen während oder erst nach der Behandlung in ein seelisches Tief. Neben einer bestmöglichen medizinischen Versorgung hilft oft eine professionelle Unterstützung zur seelischen Stärkung und nachhaltigen Stabilisierung – durch psychologische Gespräche sowie Kunst-, Musik- und Bewegungstherapie.

Dieses als Psychoonkologie bezeichnete und vom Förderverein LebensWert e.V. finanzierte Angebot steht allen stationären und ambulanten Krebspatienten der Uniklinik Köln, aber auch allen ambulanten Patienten der Region¹ offen – unbürokratisch und kostenfrei.

Der Förderverein LebensWert e.V. ist ein spendenfinanzierter, gemeinnützig anerkannter Verein, der es sich zur Aufgabe gemacht hat, das bundesweit modellhafte Kölner Psychoonkologie-Projekt finanziell zu fördern, denn noch wird diese wichtige (und geforderte) Unterstützungsleistung der Psychoonkologie durch Krankenkassen nicht refinanziert und ist auf Spendengelder und Mitgliedsbeiträge angewiesen!

Weitere Informationen erhalten Sie unter **0221 – 478-9719-0** oder auf unserer Homepage www.vereinlebenswert.de.

Folgen Sie uns auch auf Facebook, Xing und Twitter:

www.facebook.com/LebensWert.e.V.Koeln

<https://www.xing.com/companies/lebenswerte.v.-psychoonkologielebenmitkrebs>

https://twitter.com/LebensWert_eV



¹ Außer Patienten, die in anderen Organkrebszentren behandelt werden, da zertifizierte Krebszentren eine eigene psychoonkologische Versorgung anbieten.

Impressum

Herausgeber:

LebensWert e.V.

Schriftleitend und verantwortlich:

Uwe Schwarzkamp,
LebensWert e.V.
an der Uniklinik Köln
im CIO-Gebäude (70)
Kerpener Str. 62, 50937 Köln



Redaktion und Produktion:

Andrea Böttcher (Redaktionsleitung)

www.frauboettcher.de

Ulla Nerger

www.nerger-foto.de

Miranda Tomczyk

Druckerei www.wir-machen-druck.de

Ihr Ansprechpartner



Uwe Schwarzkamp

Geschäftsführer
LebensWert e.V.

Tel. 0221 – 478-9718-9
uwe.schwarzkamp@uk-koeln.de

QR-Code für LebensWert

Immer öfter findet man ihn – auf Plakaten, Flyern und Prospekten, den sogenannten QR-Code, ein Quadrat mit merkwürdigen Hieroglyphen und einem Labyrinth aus Pixeln. Doch bei genauer Betrachtung stellt man fest: Keiner ist wie ein anderer – wie ein Fingerabdruck. Der QR-Code (aus dem englischen Quick Response, „schnelle Reaktion“) ist ein zweidimensionaler Code, der bereits 1994 entwickelt wurde und seitdem in der Welt des Internets und der Smartphone-Kommunikation als Tür- oder besser als Webseiten-Öffner dient. Auch

LebensWert hat seit Kurzem einen solchen QR-Code für die medienübergreifende Kommunikation. Diesen Code können Sie mit Hilfe einer Smartphone-App einscannen und er leitet Sie dann automatisch auf die LebensWert-Homepage weiter. Um vor allem online-affine sowie jüngere Patientinnen und Patienten und deren Angehörige anzusprechen, soll der Code künftig verstärkt in Printmedien eingesetzt werden.

Probieren Sie es doch einfach mal aus, das Einscannen geht auch direkt aus diesem Heft heraus!



Mitglieder werben Mitglieder



20 Exemplare ihres Buches spendete Marijana Brdar.

Foto © privat

Wer ein neues Mitglied wirbt, erhält eine kleine Aufmerksamkeit und wir veröffentlichen ein kurzes Interview in unserem Journal. Für jede Mitgliederwerbung mit einem Jahresbeitrag von mindestens 100 Euro gibt es zusätzlich als besonderen Dank ein Exemplar des Buchs „Reiseführer für eine ungeplante Reise“ von Marijana Brdar

dazu. Das Büchlein folgt dem Grundgedanken, dass eine Krebsdiagnose nicht das Ende, sondern der Anfang einer (ungeplanten) Reise in völlig neue Lebenssituationen sein kann.

Wenn Sie bei der Aktion mitmachen möchten, melden Sie sich einfach unter uwe.schwarzkamp@uk-koeln.de

CIO-Patiententag

Immer montags und online



Foto © CIO Köln

Seit August bietet das Centrum für Integrierte Onkologie an der Uniklinik Köln immer montags um 17 Uhr für Krebspatienten und Angehörige eine Online-Informationsveranstaltung zu verschiedenen Themen aus der Onkologie an.

Das Programm, Informationen zur Teilnahme sowie Aufzeichnungen vergangener Veranstaltungen finden Sie unter <https://cio.uk-koeln.de/informationkontakt/patiententag/>

LebensWert-Newsletter – für schnellere Information

Liebe Mitglieder,
E-Mails sind die schnellste und kostengünstigste Form der Kommunikation.

Damit wir Sie auch kurzfristig über Neuigkeiten informieren und auf Veranstaltungen hinweisen können, freuen wir uns, wenn Sie uns Ihre E-Mail-Adresse zukommen lassen, so dass wir nach und nach einen Verteiler aufbauen können.

Bitte schicken Sie uns eine E-Mail mit dem **Betreff** „Newsletter“ an Uwe Schwarzkamp unter uwe.schwarzkamp@uk-koeln.de.

Schon jetzt herzlichen Dank!



Dezentrale Krebsberatungsstelle Köln

Beratung und Unterstützung für Menschen mit Krebs in der Kölner Region

Eine Krebserkrankung ist heute in der Regel kein Todesurteil mehr. Durch rechtzeitige Diagnose und dank immer effizienterer Therapien haben sich die Überlebenschancen deutlich verbessert. Das bedeutet zugleich, dass die Krebserkrankung vielfach einen eher chronischen Verlauf nehmen kann, der nicht selten auch Veränderungen in fast allen Lebensbereichen der Patienten mit sich bringen kann. Partner, Kinder und sonstige nahestehende Menschen der Erkrankten sind von solchen Veränderungen ebenfalls betroffen. Für all diese Menschen bietet die Krebsberatungsstelle Köln eine unabhängige, ambulante Anlaufstelle, bei der sie zu jedem Zeitpunkt der Erkrankung qualifizierte Unterstützung erhalten können.

Die Anliegen der Betroffenen sind dabei sehr unterschiedlich. Sie reichen von kurzen Auskünften, Unterstützung bei unterschiedlichen Antragsstellungen bis hin zu ausführlichen psychoonkologischen Beratungen, die sich über mehrere Gesprächstermine erstrecken. Viele Ratsuchende brauchen erst einmal Orientierung oder haben Fragen zu ganz lebenspraktischen und organisatorischen Dingen. Andere suchen Entlastung bei psychischen und sozialen Schwierigkeiten in der Familie, am Arbeitsplatz oder in der Kommunikation mit Ärzten.

Ende 2018 bewilligte der Rat der Stadt Köln eine Bezuschussung für den Auf- und Ausbau einer dezentralen Krebsberatungsstelle (KBS) für Köln unter der Trägerschaft des Vereins LebensWert. Seit Ende 2019 können wir Ratsuchenden jetzt ein umfassendes Angebot zur Beratung und Begleitung anbieten. Das niedrigschwellige Angebot der Beratungsstelle wendet sich an alle betroffenen Bürger Kölns in ambulanter Versorgung und an deren Angehörige.

Verschiedene Beratungsorte in Köln

Um dem Anspruch der Niederschwelligkeit im Sinne der Erreichbarkeit zu entsprechen, wurde die neue Krebsberatung in Köln von Beginn an auf Basis einer dezentralen Struktur konzipiert, mit unterschiedlichen Beratungsorten im Kölner Stadtgebiet. Neben dem Beratungsort im **Haus LebensWert an der Uniklinik Köln-Lindenthal** als zentralem Standort der KBS gibt es aktuell als Beratungsorte das **Franziskus-Krankenhaus in Köln-Ehrenfeld**, das **MVZ West GmbH** des onkologischen Therapiezentrum (OTC) der Gemeinschaftspraxis der niedergelassenen Onkologen Mainka/ Dietze/ Rothe/ Lehnert am **Ev. Krankenhaus Köln-Kalk** sowie die **Kliniken der Stadt Köln in Köln-Merheim**. Seit Oktober 2020 gibt es einen weiteren Standort

in **Köln-Chorweiler**. Die Außenstellen werden an festen Tagen nach vorheriger Terminvergabe genutzt. Die Beratung ist kostenlos und unterliegt der Vertraulichkeit.

Der Kontakt zur KBS kann zu den Öffnungszeiten telefonisch oder persönlich erfolgen, außerhalb der Öffnungszeiten ist durchgehend ein Anrufbeantworter geschaltet. Außerdem können Interessierte per E-Mail, Post oder Fax schriftlich Kontakt mit der Beratungsstelle aufnehmen.

Wichtige Lotsenfunktion

Die Beratungstermine werden als Einzel-, Familien oder Paargespräche angeboten. Die Beratung kann neben dem persönlichen Beratungsgespräch auf Wunsch auch telefonisch oder schriftlich erfolgen. Der Schwerpunkt der Beratung liegt bei der persönlichen Beratung. Ebenso bietet die KBS Informationsmaterial und eine Weitervermittlung zu weiteren Ansprechpartnern der Versorgung und übernimmt damit eine wichtige Lotsenfunktion.

Ein allgemeiner Informationszugang über das Angebot der KBS ist durch den Flyer und die Website von LebensWert e.V. möglich. Eine Terminvergabe erfolgt innerhalb von zwei Tagen. Termine werden innerhalb von zehn Tagen, in dringenden

Beratungsstandorte in Köln

MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG
Uniklinik (Lindenthal)				
9.00 – 17.00 Uhr	9.00 – 17.00 Uhr	9.00 – 17.00 Uhr	9.00 – 17.00 Uhr	9.00 – 13.00 Uhr
St. Franziskus (Ehrenfeld) 9.00 – 13.30 Uhr			dieKümmerei (Chorweiler) 10:00 – 16:00 Uhr	
	MVZ West GmbH (Kalk) 14.30 – 17.00 Uhr	St. Franziskus (Ehrenfeld) 14.00 – 17.00 Uhr	MVZ West GmbH (Kalk) 14.30 – 17.00 Uhr	
			Städt. Kliniken Merheim 14.30 – 17.00 Uhr	

Fällen auch schneller vergeben. Die Möglichkeit zu aufsuchender Beratung immobiler Patienten durch die Beratungsfachkräfte ist gegeben.

Psychosoziale Beratung

Die KBS Köln bietet ambulanten krebskranken Menschen und deren Angehörigen sowie Menschen des sozialen Umfelds in allen Phasen der Erkrankung psychosoziale Beratung mit psychoonkologischer und sozialer Schwerpunktsetzung. Das Angebot kann einmalig, bei Bedarf aber auch längerfristig in Anspruch genommen werden.

Die Beratung umfasst nahezu alle Lebensbereiche und bezieht sich im Wesentlichen auf die durch eine Krebserkrankung veränderte Lebenssituation der Ratsuchenden. Sie kann lebenspraktische, psychische, körperliche, soziale und wirtschaftliche Themen beinhalten.

Die **Beratung mit psychologischer Schwerpunktsetzung** orientiert sich ergebnisoffen am jeweiligen Anliegen des Ratsuchenden. Die psychischen Bewältigungs- und Handlungskompetenzen der Ratsuchenden werden gefördert.

Im Rahmen von **Psychoedukation** werden Wissen und Fertigkeiten im Umgang mit typischen Problemen, die im Zusammenhang mit der Krebserkrankung stehen, vermittelt. Dies beinhaltet Informationsvermittlung, Förderung von individuellen Bewältigungsfähigkeiten (verschiedene Entspannungs- und Imaginationsverfahren wie Atemübungen, autogenes Training, Phantasie Reisen) und somit ein Erleben von Selbstwirksamkeit sowie die Förderung der Patientenkompetenz und Wahrnehmung von Patientenrechten.

Paar- und Familienberatung werden von der KBS angeboten, wenn Paare oder Familien bei der Bewältigung der Krankheitssituation überfordert sind oder die Kommunikation miteinander gestört ist. Es können mehrere Gespräche erfolgen. Ziel dieser Beratungen ist, das Paar- und Familiensystem zu entlasten, zu stabilisieren und eine



Renate Küster ist die Fachliche Leiterin der Krebsberatungsstelle Köln. Foto © LebensWert e.V.

offene Kommunikation zu fördern. Mit Augenmerk auf dem Versorgungsbedarf der Kinder werden Eltern häufig an das Beratungsangebot der Kooperationspartner der Kinder- und Jugendtherapeuten im MVZ der Uniklinik Köln, ein Angebot für Kinder krebskranker Eltern, weitergeleitet.

Ein weiteres Angebot der KBS ist die **Beratung und Begleitung im Trauerprozess**. Diese erfolgt häufig nach einer Begleitung und Beratung von Angehörigen in der Palliativphase.

Organisation während der Corona-Pandemie

Seit Beginn des Lockdowns im März fanden keine persönlichen Beratungen mehr in den Beratungsräumen von Haus LebensWert und den Außenstellen statt. Die Mitarbeiter konnten jedoch zeitnah im Homeoffice arbeiten. Im Team wurde eine Informationssammlung von unterschiedlichen

Unterstützungs- und Informationsangeboten für die Ratsuchenden zur Bewältigung des Lockdowns zusammengestellt und regelmäßig an die Ratsuchenden über E-Mail verschickt. Die telefonische Beratung wurde unmittelbar angeboten und von den Ratsuchenden gerne und dankbar angenommen.

Ab Anfang Juni wurden die Beschränkungen sukzessive zurückgefahren. Seitdem gilt folgendes Prozedere: „Unter Einhaltung der Sicherheits- und Hygienestandards finden die persönlichen Beratungen in der Krebsberatungsstelle wieder wie gewohnt statt. Gleichzeitig bleibt die telefonische Beratung als ergänzendes Angebot bestehen.“

*Renate Küster,
Fachliche Leiterin der
Krebsberatungsstelle Köln*

Krebsberatung Köln

Tägliches Beratungsangebot von 9 bis 17 Uhr

c/o LebensWert e.V.
an der Uniklinik Köln
CIO-Gebäude (70), 6. Etage
Kerpener Str. 62, 50937
Köln-Lindenthal

Renate Küster (Fachliche Leitung)

☎ 0221 – 478 97184

Fax: 0221 – 478-97191

@ info@lebenswert-
krebbsberatung.de

Große Auszeichnung

Uniklinik Köln wird Teil der neuen NCT-Tumorcentren

Die Uniklinik Köln wird einer von bundesweit nur sechs Schwerpunkt-Standorten für Tumorerkrankungen. Als Teil des „Nationalen Centrums für Tumorerkrankungen“ (NCT) wird sie die Krebsforschung sowie die Behandlung auf ein nochmals signifikant gesteigertes Niveau heben. „Im neuen NCT-Verbund wollen wir unsere großen Erfahrungen in der vernetzten, klinischen Krebsforschung für

eine schnellere Übersetzung von Forschungserkenntnissen in die Behandlung einsetzen. Wir werden dabei vor allem maßgeschneiderte, wirksamere und weniger Nebenwirkungen verursachende Behandlungsansätze entwickeln. Außerdem werden wir unsere Kompetenz in den begleitenden Disziplinen der Krebstherapie, wie etwa der Psychoonkologie, in den Verbund einbringen“, so Prof. Dr. Michael Hallek.



Prof. Dr. Michael Hallek
Foto © Michael Wodak

Neugestaltetes Kunstobjekt

„Die Hand“ erhält neuen Platz auf der LebensWert-Dachterrasse

„Die Hand“, die bisher vor dem alten Haus LebensWert stand, ist mit dem Verein ins neue Gebäude gezogen und hat nun ihren Platz auf der Dachterrasse. Das neugestaltete Werk mit dem Titel „Be-Handlung“ entstand während der Corona-Pause durch Kunsttherapeut Richard Berners in Zusammenarbeit mit einer Studentin der Kunsttherapie.

Seit Anfang Juli steht das neue Kunstwerk nun auf der Dachterrasse des CIO-Gebäudes der Uniklinik Köln. Die neue Hand-Skulptur wurde von Richard Berners mit Unterstützung der Kunststudentin Anika Malinowski angefertigt und besteht aus Werkstoffen wie Pappmaché, Kunststoff, Kabel, Draht und Acryl. Innerhalb der Materialität, aber auch durch die inhaltliche Gestaltung entstehen Balancen aus einer Vielzahl von Gegensätzen.

Hintergrund der durch medfacilities GmbH angeregten Neugestaltung ist, dass in einem Handbuch ein Kunstpfad aufgezeigt wird, der alle Werke im Bereich „Kunst am Bau“ beschreibt.

Das neue Kunstwerk soll im Sinne der Philosophie der Psychoonkologie zum Nachdenken anregen und Hoffnung machen für das schwierige Thema „Leben mit Krebs“. Betroffenen und Angehörigen kann die Skulptur Mut machen und dazu einladen, das kunsttherapeutische Angebot in der Uniklinik wahrzunehmen.

*Richard Berners,
Kunsttherapeut*

Künstler: Richard Berners
Entstehungszeit: April 2020 – Juli 2020
Titel: Be-Handlung
Material: Kunststoff, Elektrokabel, Draht,
Pappmaché, Kunstharz, Acryl
Maße: 240 x 160 x 50 cm



„Die Hand“ auf der Dachterrasse des Centrums für integrierte Onkologie (CIO), 6. Etage, Uniklinik Köln
Foto © Uwe Schwarzkamp



Das Kunstwerk wurde von Richard Berners mit Unterstützung der Kunststudentin Anika Malinowski angefertigt.
Foto © Uwe Schwarzkamp



Das Kunstwerk musste zuerst aufwändig abgeschliffen werden.
Foto © Michael Wodak

Selbsthilfegruppen für junge Erwachsene mit Krebs

LebensdurstICH und Treffpunkt Köln der Deutschen Stiftung für junge Erwachsene mit Krebs

Wenn junge Erwachsene an Krebs erkranken, stecken sie in einer völlig anderen Lebenssituation als ältere Krebspatienten: Sie sind mitten im Studium, am Anfang ihrer Karriere, gerade von zu Hause ausgezogen, gründen eine Familie oder haben kleine Kinder. Viele Beratungsangebote aber sind auf diese Situation und die Bedürfnisse junger Menschen mit Krebs nicht zugeschnitten. Diese Lücke füllen in Köln zwei Selbsthilfegruppen.

 **LebensdurstICH e.V.**



Das Team von LebensdurstICH e.V., in der Bildmitte: 1. Vereinsvorsitzende: Johanna Ris; ganz rechts: 2. Vereinsvorsitzende: Teresa Odipo; zweite von links: Schatzmeisterin: Berit Winkens

Der Verein LebensdurstICH

Der Moment, wenn ein junger Mensch an Krebs erkrankt, in einer Lebensphase, in der es darum geht, einen neuen Lebensabschnitt zu beginnen, gespickt mit neuen Erfahrungen, auf der neugierigen Reise nach sich selbst, gerät die ganze Welt ins Wanken. Der Lebensweg wird schwierig und alles verläuft anders als gedacht – genauso wie damals bei unserer Kommilitonin Tanja. Aus diesem Grund hat sich 2012 aus einer Studierendeninitiative heraus LebensdurstICH e.V. gegründet, um genau diesen Menschen eine Stütze zu sein, Lebensdurst und ein Stück weit Normalität zu schenken. LebensdurstICH e.V. ist ein junges, buntes Team aus dem Raum Köln, das seine Stärken besonders darin beweist, jungen erkrankten Menschen mit Zuversicht, Empathie, Zusammenhalt und Zuverlässigkeit Lebensfreude zu schenken, wenn der Weg plötzlich schwer wird. Der Verein bietet eine Komfortzone, in der

Betroffene ihre Erfahrungen miteinander austauschen können und in dem sie gemeinsam an einem Strang ziehen. Dabei sollen individuelle Herzenswünsche erfüllt und gemeinsam verbrachte Zeit mit unvergesslichen Momenten und Begegnungen gefüllt werden. Regelmäßig organisiert der Verein Online-Spieleabende unter dem Motto „Meet and Play“, einmal im Jahr gibt es für etwa 20 akut und ehemals Betroffene einen einwöchigen Segeltörn auf der Ostsee.

Weitere Informationen erhalten Interessierte unter www.lebensdurst-ich.de oder per E-Mail unter info@lebensdurst-ich.de.



Treffpunkt Köln der Deutschen Stiftung für junge Erwachsene mit Krebs

Der „Treffpunkt Köln der Deutschen Stiftung für junge Erwachsene mit Krebs“ besteht aus einer Gruppe junger Erwachsener, die von Krebs betroffen sind oder waren. Die Mitglieder möchten sich einerseits austauschen und gegenseitig unterstützen und andererseits auf die Bedürfnisse junger Erwachsener mit und nach Krebs aufmerksam machen. Neben der Teilnahme an Patiententagen oder Wohltätigkeitsveranstaltungen gibt es – je nach Bedürfnissen und Wünschen der Gruppenmitglieder – auch kleinere Events, die mal actionreicher, mal ruhiger ausfallen, etwa ein Treffen am See oder ein Besuch eines „Escape-Rooms“.

Weitere Informationen erhalten Interessierte unter <https://junge-erwachsene-mit-krebs.de/locations/treffpunkt-koeln/> oder per E-Mail unter treffpunkt-koeln@junge-erwachsene-mit-krebs.de.

Wir helfen heilen – helfen Sie mit!?

Plakataktion zur Mitgliederwerbung

Eine Idee voraus: Wir helfen heilen. – Helfen Sie mit! Und werden Sie Mitglied bei LebensWert e.V. oder spenden Sie! Das Kölner Unternehmen Ströer Deutsche Städte Medien GmbH, die Sparkasse KölnBonn, die Kreissparkasse Köln und die Volksbank Köln Bonn eG, waren sofort dabei, ein Projekt zu unterstützen, das mal auf ganz eigene Weise auf sich aufmerksam macht. Nicht dass digitale Medien grundsätzlich nicht bedient würden, im Gegenteil. Aber hier besann man sich auf die Wirkung des guten, alten Großplakats.

Das Großplakat, auch 18/1tel genannt (es wird aus 18 A1-großen Bildern zu einem Großbild zusammengefügt), ist immer noch nicht aus der Mode. In Köln gibt es immer noch über 2.500 dieser Großflächenplakate, die mit einer Größe von 356 x 252 cm durchaus auffallen und Informationen in die Öffentlichkeit transportieren – zumal, wenn die Botschaft gut gestaltet wurde.

Zusätzlich unterstützt von der Sparkasse KölnBonn, der Kreissparkasse Köln, der Volksbank Köln Bonn und unter der Schirmherrschaft von OB Henriette Reker hat die Fa. Ströer für LebensWert e.V. ab Oktober 151 solcher Flächen für die Plakataktion zur Verfügung gestellt.

Hintergrund: In diesen Corona-dominierten Zeiten ist es wichtig, andere Themen, die bedeutsam sind,



Über 150 aufmerksamkeitsstarke Großplakate hat Ströer für LebensWert in Köln platziert. Das Layout ist von der Agentur ep communication GmbH (www.ep-communication.de) zu Sonderkonditionen von Adil Al-Modayan erstellt worden. Vielen Dank!

Foto © Ströer Deutsche Städte Medien GmbH

nicht aus den Augen zu verlieren. Die Psychoonkologie und die psychosoziale Krebsberatung sind wichtige Pfeiler der Unterstützung von Krebspatienten und ihren Angehörigen. 5.700 neue Krebspatienten pro Jahr allein in Köln sind unsere Motivation, neue Mitglieder zu generieren und Spenden zu sammeln, damit Betroffene die Hilfe erfahren können, die sie dringend benötigen.

Ein gutes Werk braucht Unterstützer und Mitstreiter! Noch ist die Psychoonkologie leider nicht refinanziert. Bitte helfen Sie uns mit Ihrer Spende oder werben Sie neue Mitglieder!

Vielen Dank für Ihre Unterstützung!

Herzlichst
Ihr Uwe Schwarzkamp
Geschäftsführer LebensWert e.V.



Eine Spende ist per Überweisung möglich

IBAN: DE16 3705 0198 0027 0421 75

oder einfach per Mausklick auf der Online-Plattform betterplace.org „Gut für Köln“ unter

<https://www.gut-fuer-koeln-und-bonn.de/projects/51677>.

Bei Wunsch erhalten Sie eine Spendenbescheinigung.

Patientenverfügung 2.0? – Aber sicher!

Damit Sie so behandelt werden, wie Sie es wünschen

In unserer schnelllebigen Gesellschaft wird unsere Lebensart durch den Zeitgeist einer aktiven, gesunden und nachhaltigen Lebensgestaltung bestimmt. Es gilt, zielbewusst und produktiv zu sein, und es bleibt wenig bis keine Zeit, um innezuhalten. Die Weitsicht, frühzeitig Vorsorge für Situationen zu treffen, in denen wir nicht mehr eigenständig handeln können, bleibt da häufig auf der Strecke. Krank sind immer nur die anderen. Mir passiert nichts! Und dann kommt es doch anders, plötzlich und unerwartet: Ein Herzinfarkt, ein Schlaganfall oder ein Autounfall.

Damit in dieser Situation eine Person für Sie als Vertreter, auch im Gespräch mit den Ärzten im Krankenhaus, handeln darf, müssen Sie zuvor eine Vertrauensperson schriftlich bevollmächtigt haben. Ihr Bevollmächtigter kann dann in einer Krisensituation ihren Willen vertreten. Die Frage, vor der Ihr Bevollmächtigter dann steht, lautet: Welche medizinische Behandlung hätte der Betroffene gewollt, welche abgelehnt? Damit Sie so behandelt werden, wie Sie es wünschen, ist es ratsam, Ihre Behandlungswünsche schriftlich in einer Patientenverfügung zu fixieren.

Patientenverfügungen gibt es seit Anfang der 1970er Jahre. Bislang war die Initiative, eine Patientenverfügung zu erstellen, ausschließlich im privaten Bereich verankert. Häufig sind diese Patientenverfügungen aber nicht aussagekräftig, so dass sie in Entscheidungssituationen wenig hilfreich sind und deshalb keine Verwendung finden.

Heute werden die Gespräche dank des Hospiz- und Palliativgesetzes für gesetzlich versicherte Menschen in der vollstationären Pflege und in der Eingliederungshilfe refinanziert.

Seit den 1990er Jahren wurde das Konzept „Advance Care Planning (ACP)“ („Behandlungen im Voraus planen“, BVP) entwickelt. Zunächst in

den USA, dann in zahlreichen anderen Ländern. BVP ist ein kommunikativer Prozess zur Ermittlung und Dokumentation von Behandlungswünschen für den Fall, dass die betroffene Person – vorübergehend oder dauerhaft – nicht mehr selbst äußern kann, welche medizinischen Behandlungen sie wünscht und welche sie ablehnt.

Der zeitliche Umfang der Gespräche richtet sich nach den Bedürfnissen und Fähigkeiten des Betroffenen. Aufgabe des Gesprächsbegleiters ist es, durch Information und achtsame Gesprächstechnik den Betroffenen dabei zu unterstützen, seine Vorstellungen und Wünsche zu entwickeln. Dabei ist es wichtig, dass dem Betroffenen alle entscheidungsrelevanten Informationen vorliegen und diese verstanden wurden. Denn nur dann kann er für sich die richtige Entscheidung treffen. In der Regel sind zwei bis drei Gespräche notwendig. Dazwischen liegen Phasen der Reflexion und Ergänzung.

Patientenverfügung 2.0?

Die Einbeziehung des Vertreters (Bevollmächtigter / Betreuer) ist hierbei von besonderer Bedeutung, ist es doch seine Aufgabe, bei Einwilligungsunfähigkeit des Betroffenen, dessen Willen zu vertreten. Wenn erwünscht, werden darüber hinaus auch (weitere) Angehörige in den Gesprächsprozess einbezogen. Auch bei bereits einwilligungsunfähigen Personen (z. B. aufgrund einer fortgeschrittenen Demenz) ist es Aufgabe des Vertreters, die Behandlungswünsche oder den mutmaßlichen Willen des Betroffenen zu ermitteln und diesem zur Umsetzung zu verhelfen. Der Prozess des BVP unterstützt ihn hierbei.

Durch Unterschrift von Arzt und Vertreter unter die erstellten Dokumentationen ist bei nicht einwilligungsfähigen Personen der gesetzlich geforderte Konsens (§1904 BGB) dokumentiert und die Einschaltung des Betreuungsgerichtes bei



Sabine Westerfeld berät zum Thema Patientenverfügung.

Foto © Friesenhagen / Seniorenhaus GmbH der Cellitinnen zur hl. Maria

Behandlungsentscheidungen nicht erforderlich.

BVP verfolgt also das Ziel, mögliche künftige medizinische Entscheidungen so vor auszuplanen, dass Betroffene auch dann nach ihren individuellen Wertvorstellungen und Wünschen behandelt werden, wenn sie diese krankheitsbedingt nicht mehr selbst äußern können. Um dies zu gewährleisten, wird das Konzept in der regionalen Implementierung bei Hausärzten, Notärzten und in Krankenhäusern bekannt gemacht und geschult. Seit April 2018 treffen sich zudem interessierte Berufsgruppen in Köln. Träger der Altenhilfe, Krankenhaus-, Haus- und Notärzte, Palliativmediziner, Vertreter aus Hospiz- und Palliativnetzwerken bis hin zu Berufsbetreuern sind so miteinander vernetzt und wirken als Multiplikatoren.

Sabine Westerfeld,
BVP Gesprächsbegleiterin
Seniorenhaus GmbH der Cellitinnen
zur hl. Maria

Alexithymie: Gefangen in der Sprachlosigkeit

Online-Umfrage zur Wahrnehmung und Bewertung von Emotionen gestartet

Alexithymie – auf Deutsch auch als „Gefühlsblindheit“ beschrieben – ist ein Kunstwort, welches Schwierigkeiten bei der Wahrnehmung, Bewertung und dem Ausdruck von Gefühlen beschreibt. Sind in der Allgemeinbevölkerung etwa 10 % der Menschen betroffen, liegt die Wahrscheinlichkeit bei Krebspatienten, alexithyme Symptome aufzuweisen, deutlich höher. Im Rahmen des von LebensWert in Kooperation mit der Uniklinik Köln durchgeführten Forschungsprojekts „Gefangen in der Sprachlosigkeit“ ist nun ein Fragebogen entwickelt worden, der das Konzept „Alexithymie“ wissenschaftlich erfasst und später zur Identifikation von alexithymen Krebspatienten eingesetzt werden soll.

Auf Basis bestehender Fachliteratur sowie den Erfahrungen der bei LebensWert tätigen Therapeuten ist unter der Projektleitung von Vera Schiewer ein Fragebogen entstanden, der die verschiedenen Facetten des Konzepts Alexithymie abbildet. Dabei stellt sich auch die grundsätzliche Frage, inwieweit Alexithymie als eigenständiges Konzept überhaupt noch zeitgemäß ist. Neuere Forschungserkenntnisse liefern Hinweise darauf, dass eine Betrachtung des Konzepts nicht länger isoliert erfolgen sollte. Vielmehr scheint es, als stellten die Symptome der Alexithymie eine Reihe von Schwierigkeiten bei der generellen Regulation von Emotionen dar.

Um diese Zusammenhänge genauer untersuchen zu können, ist im



Patienten mit Alexithymie profitieren besonders von kreativtherapeutischen Angeboten wie bspw. der Musik- oder Kunsttherapie. © Pixabay/scholacantorum

Rahmen des Forschungsprojekts ein Fragebogen entwickelt worden, der verschiedene Facetten der Alexithymie und Emotionsregulation erfasst.

Große Gruppe freiwilliger Teilnehmer notwendig

Um den Fragebogen später im Rahmen der psychoonkologischen Diagnostik einsetzen zu können, muss dieser zunächst validiert und nach wissenschaftlichen Kriterien geprüft werden. Dazu ist eine große Gruppe freiwilliger Teilnehmer notwendig, die vorläufige Testversionen des Fragebogens bearbeiten und so dazu beitragen, den Fragebogen stetig zu verbessern und zu gewährleisten, dass dieser möglichst passgenau das Konzept Alexithymie erfasst. Die Umfrage ist dabei als Online-Erhebung konzipiert, um möglichst viele Personen erreichen

zu können und die Auswertung der gewonnenen Daten zu erleichtern.

Mithilfe des Fragebogens können alexithyme Patienten in Zukunft im Behandlungsalltag besser identifiziert werden. Ihnen werden dann im Rahmen des zweiten Teils des Forschungsprojekts spezielle kreativtherapeutische Behandlungsprogramme angeboten, die auf die besonderen Schwierigkeiten und Bedürfnisse von Alexithymie-Betroffenen zugeschnitten sind. Langfristig kann so die psychologische Versorgung onkologischer Patienten in Bezug auf die bei alexithymen Personen vorliegenden Besonderheiten in der Wahrnehmung und Bewertung von Emotionen erweitert und angepasst werden.

Sally Tavenrath,
Forschungsprojekt Alexithymie

So können Sie mitmachen

Um den neu entwickelten Fragebogen validieren zu können, sind wir auf Ihre Unterstützung angewiesen. Wir freuen uns über Ihre Teilnahme an der Online-Umfrage zur „Wahrnehmung und Bewertung von Emotionen“.

Link zur Umfrage:

<https://www.survey.uni-koeln.de/index.php/737957?lang=de>

Bei Fragen zur Umfrage oder dem Projekt besuchen Sie gerne die Seite von LebensWert e.V. (<https://www.vereinlebenswert.de/forschung/>).

Bei Fragen zur Teilnahme kontaktieren Sie bitte die Projektleiterin Vera Schiewer unter

📧 vera.schiewer@uk-koeln.de



Vera Schiewer

Foto © Manuela Zander

Kraft durch schöpferisches Gestalten

Danica Seul über ihre künstlerische Auseinandersetzung mit der Erkrankung

Danica Seul ist sehr dankbar für die Kunsttherapie, die – gefördert von LebensWert e.V. – an der Uniklinik Köln angeboten wird. Zu Beginn hätte sie nicht für möglich gehalten, welchen großen Einfluss diese auf dem Weg ihrer Genesung haben würde.

Am 29. April 2016 erfuhr ich nach einem Termin beim Kieferchirurgen, dass ich ein seltenes und aggressives Plattenepithelkarzinom im Unterkiefer hatte. Kurz danach folgten mehrere Operationen, Krankenhausaufenthalte und Eingriffe. Die Kunst war mir nicht fremd, jedoch hatte ich diese vor gut 20 Jahren aufgegeben, da es mir immer vornehmlich darum ging, besonders gute Ergebnisse zu erzielen. Dieser Charakterzug des Perfektionismus und des Kontrollzwangs verstärkte sich nahezu krankhaft nach meiner Diagnose und führte unter anderem dazu, dass ich mir in vielen Lebenssituationen stark im Weg stand und ein Ausweg aus dem Dunkel der Erkrankung und der Schmerzen für mich kaum vorstellbar gewesen ist.

Das Tun an sich zulassen

In der Kunsttherapie habe ich erstmalig das Malen an sich und das Aufbringen von Farbe mit den Fingern und verschiedenen Gegenständen erfahren und auch, dass allein die Haptik eine wunderbare Erfahrung

ist und sich absolut heilend auf den gesamten Organismus auswirkt. Je nach Stimmung wählte ich intuitiv Farben, die ich gerade brauchte. Ich lernte, dass es nicht wichtig ist, was am Ende dabei herauskommt oder ob es perfekt ist, sondern das Tun an sich zuzulassen.

Ich habe mich künstlerisch nicht nur mit meiner Erkrankung, sondern auch vornehmlich mit meiner Familiengeschichte auseinandergesetzt. Diese hatte ich bei den Vorgesprächen mit meinem Kunsttherapeuten Richard Berners besprochen. Viele Themen habe ich vermalt und so auch ein Stück weit verarbeitet. Familiäre und tiefgebende Traumata waren neben der Verarbeitung der Krankheit ein wichtiger Schritt auf meinem Weg. Durch das schöpferische Gestalten wurden meine Kräfte, die im Verlauf der Krebstherapie verschüttet wurden, Stück für Stück wieder freigesetzt.

Ganzheitlicher Blick auf die Lebenssituation

Insbesondere der ganzheitliche Blick auf meine Lebenssituation hat bei der Vorbereitung auf den Wiedereinstieg in das Berufsleben und das Alltagsleben beigetragen. Die Mischung aus Verbalem (Gespräche, Reflexion) und Nonverbalem (in meinem Fall die Acrylmalerei) der Kunsttherapiegruppe war für mich ein entscheidender



Vater (two faced) © Danica Seul

Schritt auf meinem Weg zurück ins Leben. In dem geschützten Rahmen der Therapiegruppe konnte ich all meinen Emotionen Ausdruck verleihen, meine Sorgen und Ängste teilen und meine Freude am künstlerischen Schaffensprozess wiederentdecken.

Neben der therapeutischen Begleitung war das Zusammenkommen mit Menschen, die Ähnliches erfahren haben, sehr wichtig und gut für mich. Heute kann ich endlich sagen, dass es mir wieder gut geht. Die letzten vier Jahre waren geprägt durch Logopädie, Physiotherapie, Schmerztherapie, Psychotherapie, Bewegungstherapie, Reha, beruflichen Wiedereinstieg und zahlreiche Operationen. Ich bin davon überzeugt, dass dies alles zusammen nur in Kombination mit der Kunsttherapie dazu geführt hat, dass ich seit einigen Monaten endlich wieder das Gefühl habe, ein gesunder Mensch zu sein, und dass ich die Behinderungen, die bleiben werden, gut aushalten kann. Inzwischen habe ich Farben und Leinwände zu Hause und ich male wieder regelmäßig.

Vielen Dank, lieber Verein LebensWert, für diese Möglichkeit.

Danica Seul



Yell © Danica Seul

Wenn eine Begegnung alles verändert

Buch von LebensWert-Mitbegründern jetzt erhältlich

Das Buch der beiden LebensWert-Mitbegründer Michael Lohmann und Jens Ulrich Rüffer über das besondere Verhältnis zwischen Arzt und Patient (wir berichteten in Ausgabe 1/2020) ist jetzt erhältlich: Es heißt „Wenn eine Begegnung alles verändert“ und enthält 25 Geschichten von Ärztinnen und Ärzten, die von besonderen Begegnungen mit Patientinnen und Patienten erzählen. Auch von Prof. Dr. Michael Hallek ist ein Beitrag dabei.

Michael Lohmann und Ulrich Rüffer sind sich 1991 an der Kölner Uniklinik als Patient und Arzt begegnet. Damals wussten sie nicht, dass sich aus dieser Begegnung eine jahrelange Freundschaft entwickeln würde. Michael Lohmann galt als von seinem Hodgkin-Lymphom geheilt, doch vier Jahre später wurde bei ihm ein Befall der Leber festgestellt. Obwohl Lohmann nach vielen Jahren verständlicherweise terapiemüde ist, bemerkt Rüffer trotz allem auch Kämpfergeist und Lebenswillen. Deshalb schlägt er Lohmann eine Hochdosis-Chemotherapie mit anschließender Transplantation vor. Bei der Therapie würde er den Freund begleiten.

„Nie wieder Chemo!“ Das hatte Lohmann sich geschworen. Und jetzt das? Er überlegt. Mit Unterstützung von Rüffer als Arzt und Lohmanns Freundin wäre solch eine Therapie vielleicht doch möglich ...

Gemeinsam machen sie sich auf einen Weg, der beide nicht nur als Arzt und Patient verändern sollte, sondern auch als Menschen.

25 Geschichten von besonderen Begegnungen

Viele Ärztinnen und Ärzte haben ähnlich intensive Begegnungen mit Patienten erlebt, die sie und ihre Sicht auf die Medizin verändert haben. Das Autorenteam hat sich auf die Suche gemacht und 25 Ärztinnen und Ärzte aus ganz unterschiedlichen Fachrichtungen gefunden, die von ihrer besonderen Begegnung erzählen wollten. Der Leser wird Zeuge dessen, was hinter der weißen Wand der Medizin los ist. Wie die Menschen im weißen Kittel ticken, was sie bewegt und was sie von ihren Patienten lernen. Als Arzt und als Patient und nach jahrzehntelangen Erfahrungen sind beide davon überzeugt, dass eine stärker patienten-



zentrierte Versorgung das Gesundheitssystem in Deutschland verbessern könnte. Denn sie haben es ja selbst erlebt: Eine Begegnung kann alles verändern!

Michael Lohmann / Jens Ulrich Rüffer
Wenn eine Begegnung alles verändert
 Ärztinnen und Ärzte erzählen
 atp Verlag 2020
 ISBN 978-3-943064-20-9
 19,80 Euro

Arztgespräche richtig führen

So machen Sie sich verständlich

Mangelnde Zeit, Überforderung mit medizinischen Fachbegriffen oder auch das Gefühl, nicht ernst genommen zu werden: Die Gründe, warum ein Arztbesuch Frust auslösen kann, sind vielfältig. Die Autorin Kirsten Khaschei legt mit „Arztgespräche richtig führen“ einen Ratgeber aus Sicht von Patienten und Angehörigen vor, der praxisnah und leicht verständlich hilfreiche Strategien für eine gelungene Kommunikation zwischen Patienten und Medizinern vermittelt. Der Ratgeber vermittelt darüber

hinaus wertvolles Hintergrundwissen zur Rolle als Patient und zeigt, was gelungene Gesprächskultur ausmacht. Sofort anwendbar sind die zahlreichen Checklisten, Formulierungshilfen und authentischen Satzbeispiele.

Kirsten Khaschei
Arztgespräche richtig führen
 Dudenverlag 2019
 ISBN: 9783411756438
 10 Euro
 Erhältlich im Buchhandel oder im DUDEN-Shop zzgl. Versandkosten



Letzte Wünsche wagen mit dem Wünschewagen

Ein Angebot des ASB für Menschen in der letzten Lebensphase

Noch einmal die Heimat oder einen geliebten Ort sehen, eine Schifffahrt auf dem Rhein machen, die Lieblingsband erleben, eine Runde über den Nürburgring fahren, den Kölner Zoo und den Dom besuchen, ein letztes Mal die Familie treffen – die Wünschewagen des Arbeiter-Samariter-Bunds (ASB) machen das für Menschen in der letzten Lebensphase möglich. Das Projekt wird rein ehrenamtlich getragen und ist ausschließlich durch Spenden und Mitgliedsbeiträge finanziert. Die Fahrten sind für die Fahrgäste und deren Begleitperson kostenlos.

Der Wünschewagen Rheinland ist einer von 23 der bundesweiten Flotte, stationiert beim ASB Rhein-Erft/Düren e.V. in Erftstadt. Seit Februar 2019 erfüllt er letzte Wünsche. Der Wagen ist gezielt auf die Bedürfnisse der Fahrgäste abgestimmt und dementsprechend angefertigt worden. Eine Rundumverglasung (von außen nicht einzusehen) bietet den Fahrgästen einen Panorama-Blick auf die Umgebung, so dass sie von Beginn an Abstand zu ihrem Alltag finden können. Spezielle Stoßdämpfer, eine Musikanlage und ein harmonisches Konzept aus Licht und Farben verschönern die Fahrt. Zugleich verfügt der Wünschewagen über eine moderne notfallmedizinische Ausstattung, damit das Team im Fall der Fälle Hilfe leisten kann.

Die ehrenamtlichen Wunscherfüller stammen aus den unterschiedlichsten Berufszweigen wie dem Rettungsdienst, dem Krankenhaus sowie der Pflege und erfüllen in ihrer Freizeit letzte Wünsche. Auch nicht medizinische Wunscherfüller zählen zum Team, schließlich geht es bei dem

Projekt nicht nur um die Fahrten, sondern auch darum, sich mit dem Wünschewagen in der Bevölkerung zu präsentieren und diesen bekannter zu machen, damit noch viele weitere Wünsche erfüllt werden können.

Wie kommt es zu einer Wunschfahrt?

Die Wünsche erreichen uns über die verschiedensten Kanäle und Personen. Manchmal fragt der Fahrgast selber an, manchmal seine Angehörigen oder Freunde. Aber auch Palliativstationen, Hospize und ambulante Palliativdienste wenden sich an uns, wenn sie einen Patienten betreuen, der noch einen letzten Wunsch hat, der aus alleiniger Kraft nicht mehr zu erfüllen ist. Die meisten Wunschanfragen erfolgen über das Anfrageformular, das sowohl auf der Homepage des ASB Rhein-Erft/Düren e.V. als auch auf der bundesweiten Wünschewagen-Website hinterlegt ist. Mit diesen ersten Informationen nimmt die Koordinatorin des Wünschewagen Rheinland Kontakt zu dem Anfragenden auf. Oft wird erst einmal zusammen überlegt, ob der angefragte Wunsch wirklich durchzuführen ist oder ob es andere Möglichkeiten gibt. Je nach Wunsch geht dann meist alles sehr schnell.

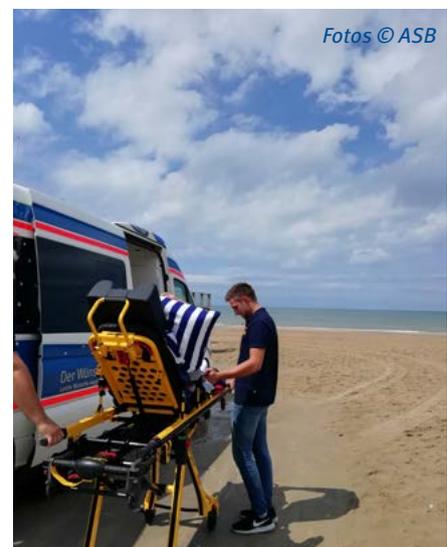
Ein schöner Tag gibt Kraft

Das Projekt hat keineswegs nur einen traurigen oder belastenden Hintergrund, denn schließlich geht es um die Realisierung eines Wunsches. Und aus einem schönen Tag können alle Beteiligten viel Kraft ziehen. Beispielsweise sollte es vor kurzem für einen Fahrgast in den Schwarzwald gehen, doch die Fahrt



Mit dem Wünschewagen schenken Ehrenamtliche bundesweit Menschen in ihrer letzten Lebensphase Glück und Freude ...

... zum Beispiel mit einem Tag am Meer.



wäre zu beschwerlich gewesen und der Fahrgast hätte seinen Tag nicht genießen können. Kurzerhand wurde ein weiterer großer Wunsch gewählt und es ging für den „kölschen Jung“ mit seiner Frau in den Kölner Zoo, wo er das letzte Mal als Kind war. Und wenn über den Tag verteilt viel erzählt und gelacht wird und am Ende des Tages zu hören ist: „Das war der schönste Tag in den letzten zehn Jahren“ – dann wissen alle Beteiligten: Letzte Wünsche zu wagen und wahr werden zu lassen, ist eine Herzensangelegenheit.

Verena Hemmerling,
Koordinatorin Wünschewagen
Arbeiter-Samariter-Bund
RV Rhein-Erft/Düren e.V.

Der Wünschewagen
Letzte Wünsche wagen

Weitere Informationen finden Interessierte unter
<https://wueschewagen.de/rheinland>

Nach dem Krebs zurück in den Beruf

Job-Coaching zur beruflichen Neu- oder Reorientierung

Die Diagnose „Krebs“ bringt es oft mit sich, dass man seine Lebenspläne und auch die bisherige Lebensführung auf den Prüfstand stellt. Für viele Krebspatienten stellt sich dann auch die Frage, wie es beruflich weitergehen soll. Kann und will man zurück an den bisherigen Arbeitsplatz? Oder ist nicht vielleicht eine berufliche Neuorientierung sinnvoll? Eine für viele Betroffene verlockende Perspektive. Doch was ist möglich und wie ist der Neustart zu realisieren?

Mit solchen und ähnlichen Fragen werden Nils Gau und seine Kollegen von der Kölner Institut für Managementberatung GmbH & Co.KG regelmäßig konfrontiert. Die Coaches vom K.IM beraten Krebspatienten des Haus LebensWert hinsichtlich einer beruflichen Neu- oder auch Reorientierung. „Für viele Patienten stellt die Krebserkrankung einen Wendepunkt in ihrem beruflichen Leben dar“, erläutert Gau. Sei es, dass die bisherige Tätigkeit nicht mehr ausgeübt werden kann oder dass sich die Prioritäten im Leben verschieben oder vielleicht auch nicht mehr ganz klar sind und die bisherige berufliche Tätigkeit in ei-

nem neuen Licht gesehen wird – viele Krebspatienten sind nach Abschluss der Krebstherapie unsicher, wie es beruflich weitergehen kann und soll.

Wie die eigenen Ziele realisieren?

Bei der Erörterung der anstehenden Fragen stehen Gau und seine Kollegen den Patienten zur Seite: „Wir bieten keine Beratung zu Berufsfeldern oder den aktuellen Chancen auf dem Bewerbermarkt, vielmehr unterstützen wir Betroffene bei der Klärung von Veränderungswünschen und bei entsprechenden Notwendigkeiten“, konkretisiert Gau. Manche Patienten wissen sehr konkret, ob und wie sie sich verändern wollen, wissen aber

zum Teil nicht, wie ihre Ziele zu realisieren sind. Andere dagegen spüren lediglich, dass sie etwas anderes machen wollen, haben aber noch keine konkreten Pläne und es fehlt ihnen an den entsprechenden Perspektiven.

Beim Job-Coaching bekommen Patienten Hilfe bei der Klärung ihrer Fragen und darüber hinaus: „Wir helfen bei Bedarf beim Erstellen der Bewerbungsunterlagen und simulieren zusammen Bewerbungsgespräche“, erläutert Gau. Außerdem erfolgt im Bedarfsfall eine Schnittstellenberatung, die Ratsuchenden erhalten damit Hinweise, bei welchen anderen Instituten sie weitere Unterstützung bekommen können.

KÖLNER INSTITUT FÜR  MANAGEMENTBERATUNG

Coaching bei K.IM

Das berufliche Coaching ist für Patienten, die im Verein LebensWert betreut werden, kostenfrei. Bei Interesse wenden Sie sich an Nils Gau.

☎ 0221 / 340909-28 oder
✉ n.gau@ki-management.com
Kölner Institut für Managementberatung GmbH & Co.KG (K.IM)
Domstr. 55-73, 50668 Köln
🌐 www.ki-management.com



Liebe Freunde und Förderer von LebensWert e.V.,

wir bedauern sehr, Ihnen mitteilen zu müssen, dass unsere Gala in diesem Jahr coronabedingt leider nicht stattfinden kann. Vorstand, Beirat und das Team von LebensWert

Weihnachtsgala fällt aus

haben sich diese Entscheidung nicht leicht gemacht, ist doch die Gala mit ihrem bunten, vorweihnachtlichem Programm und mit dem Auftritt des LebensWert-Chores seit nunmehr 24 Jahren ein Eckpfeiler, eine Botschafterin als Dankeschön an unsere Gäste, Mitarbeiter und Ehrenamtliche für ihre Mitwirkung und Unterstützung im jeweils ausklingendem Jahr!

Leider fehlen uns mit dem Ausfall in diesem Jahr auch die Spenden, die wir im Zusammenhang der Gala stets erhielten. Über ein kleines „Weihnachtsgeschenk“ in diesem

Sinne würden wir uns sehr freuen! Als „Ersatz“ für die ausgefallene Gala in diesem Jahr schauen wir auf die weitere Entwicklung der Pandemie und die Möglichkeiten, die sich ergeben können. Vielleicht wird ja aus der Weihnachtsgala eine Matinee im Frühjahr des kommenden Jahres. – Wir halten Sie auf dem Laufenden.

Alles Gute und herzliche Grüße!

Uwe Schwarzkamp,
Geschäftsführer LebensWert e.V.

Der Vorstand

Vorsitzender



Prof. Dr. Michael Hallek
Direktor der Klinik I für Innere Medizin

Stv. Vorsitzender



Prof. Jörg Fischer
Rechtsanwalt

Schatzmeisterin



Christiane Weigand
Generalbevollmächtigte Sparkasse KölnBonn

Vorstandsmitglied



Prof. Dr. Werner Görg

Vorstandsmitglied



Dipl.-Kfm. Günter Zwilling
Ehem. Vorstand Uniklinik Köln

Ehrenmitglied



Prof. Dr. Dr. h. c. Volker Diehl
Emeritus der Uniklinik Köln
Vereinsgründer LebensWert e.V.

Der Beirat



Franz Josef Geimer
Vorstand a.D. der Gothaer Versicherung, Beiratsvorsitzender des Vereins



Hermann-Josef Arentz
Berater in der Gesundheitswirtschaft



Hans Werner Bartsch
Bürgermeister / MdR, Köln



Wilfried Jacobs
Geschäftsführer Institut für patientenorientierte Versorgungsablaufforschung



Klaus Laepple
Präsident Deutsche Zentrale für Tourismus e.V.



Bernhard Mattes
Vorstandsvorsitzender Ford Deutschland



Gerd Nettekoven
Vorstandsvorsitzender der Deutschen Krebshilfe



Dr. h.c. Fritz Pleitgen
Präsident der Deutschen Krebshilfe



Christa Reinartz
Managementberatung



Elfi Scho-Antwerpes
Bürgermeisterin / MdR, Köln



Prof. Dr. Edgar Schömig
Vorstandsvorsitzender und Ärztlicher Direktor der Uni Köln



Dr. Dr. h.c. Michael Vesper
Generaldirektor des Deutschen Olympischen Sportbundes

Mit freundlicher Unterstützung von



Eine Idee weiter



Angebote auf einen Blick

Für onkologische Patienten, stationär wie ambulant

Montag

Psychologische Gespräche:
Einzelgespräche ganztägig
Kinder krebskranker Eltern (KKE), ganztägig

Krebsberatung
für Patienten und Angehörige
9.00 – 17.00 Uhr

Offene Sprechstunde
10.00 – 13.00

Dienstag

Psychologische Gespräche:
Einzelgespräche ganztägig
Kinder krebskranker Eltern (KKE), ganztägig

Krebsberatung
für Patienten und Angehörige
9.00 – 17.00 Uhr

Bewegungstherapie:
17.00 – 18.00 Uhr
Bewegungsaktiv (fortgeschrittene)

18.15 – 19.30 Uhr
Körperaktiv

Kunst-/Gestaltungstherapie:
09.00 – 14.00 Uhr (Einzelangebot,
nach Vereinbarung)

Kunst-/Gestaltungstherapie:
09.00 – 14.00 Uhr (Einzelangebot,
nach Vereinbarung)

15.30 – 17.30 Uhr (Einzelangebot)

Musiktherapie:
10.00 – 11.15 Uhr
Therapeutische Singgruppe

13.30 – 16.00 Uhr
Musiktherapie-Klangschalen (KMT-Station)

Mittwoch

Therapeutische Angebote:

Psychologische Gespräche:
Einzelgespräche ganztägig
Kinder krebskranker Eltern (KKE), ganztägig

Krebsberatung
für Patienten und Angehörige
9.00 – 17.00 Uhr

Bewegungstherapie:
16.30 – 17.00 Uhr
Einzelangebot

17.00 – 18.00 Uhr
Bewegungsaktiv (Einsteiger)

Kunst-/Gestaltungstherapie:
14.30 – 17.00 (Gruppen- und
Einzeltherapie nach Vereinbarung)

Musiktherapie:
14.00 – 16.00 Uhr (Einzelangebot)

Donnerstag

Psychologische Gespräche:
Einzelgespräche ganztägig
Kinder krebskranker Eltern (KKE), ganztägig

Krebsberatung
für Patienten und Angehörige
9.00 – 17.00 Uhr

Bewegungstherapie:
10.00 – 11.00 Uhr
Körperaktiv

15.15 – 16.15 Uhr
Spannungstraining I

16.30 – 17.30 Uhr
Spannungstraining II

Kunst-/Gestaltungstherapie:
10.15 – 12.30 Uhr (Einzelangebot,
nach Vereinbarung)

14.30 – 17.00 Uhr (Gruppe)

Musiktherapie:
14.00 – 16.00 Uhr (Einzelangebot)

Freitag

Psychologische Gespräche:
Einzelgespräche ganztägig
Kinder krebskranker Eltern (KKE), ganztägig

Krebsberatung
für Patienten und Angehörige
9.00 – 13.00 Uhr

Bewegungstherapie:
09.30 – 10.30 Uhr
Nordic Walking (Technik) im Stadtwald

10.30 – 12.00 Uhr
Nordic Walking (Ausdauer) im Stadtwald

Kunst-/Gestaltungstherapie:
10.00 – 13.00 Uhr (Gruppe)

Musiktherapie:
14.00 – 17.00 Uhr
Musiktherapie-Stimme (stationär)

Ergänzende Angebote:

11.00 – 12.30 Uhr
Therapeutische Körperwahrnehmung
(Gruppenangebot)

12.30 – 13.00 Uhr
Therapeutische Körperwahrnehmung
(Einzelangebot)

13.30 – 14.45 Uhr
Tai Chi/Qi Gong für Anfänger

18.00 Uhr
jeden 3. Mittwoch im Monat
SHG Prostatakrebs Köln-Städ*

18.00 Uhr
jeden 1. Mittwoch im Monat
Patienten- und Angehörigenseminar
Themen 5. Internet

14.30 Uhr
Patientencafé **

18.00 Uhr
jeden 3. Donnerstag im Monat
Non Hodgkin Lymphom Hilfe NRW
und SHG Leukämie & Lymphome*
Fragen an Manfred Wienand
unter o2zoz / 595 22

So erreichen Sie unsere Mitarbeiter: 0221 – 478-...	
Anmeldung	-9719-0
Geschäftsführung	-9718-9
Klinische Psycho- onkologie	-9717-9
Kinder- & Jugendlichen- psychotherapie (KKE)	-97732
Seelsorge	-97174
Krebsberatung	-97184
	info@lebenswert-krebsberatung.de

Nach Terminvereinbarung unter 0221 – 478-9719-0:
Therapeutische Angebote

Beratung zur beruflichen Neuorientierung in Koopera-
tion mit Kölner Institut für Managementberatung
Beratung zu Patientenverfügung und Vorsorgevollmacht

- **Fällt Corona-bedingt kurzzeitig aus**
- Blaue Termine: Angebot im Haus LebensWert
- Orangefarbene Termine: Stationäres Angebot Med. I
- Schwarze Termine: Angebot im Haus LebensWert und auf den Stationen

Bitte melden Sie sich zu allen Angeboten an (ausgenommen sind Angebote mit *).
Besondere Angebote und aktuelle Veranstaltungen entnehmen Sie bitte den
Aushängen oder dem Internet unter www.vereinlebenswert.de