

## INFORMATION BERATUNG VERANSTALTUNGEN

**PROGRAMM HERBST/WINTER 2022** 





## HERZLICH WILLKOMMEN!

Als Onkologe weiß ich, dass die Überbringung der Diagnose Krebs in vielen Patienten Angst, Betroffenheit und Entsetzen auslöst. Viele sagen mir, dass ihnen der Boden unter den Füßen weggenommen wurde. In dieser Krisensituation braucht es, neben medizinischer Betreuung, breiteste Hilfe und Unterstützung, um wieder Halt zu finden.

Diesen Zustand des "nicht mehr Wissen wohin" gilt es durch Information und persönliche Betreuung zu überwinden, sodass jeder seinen Weg finden kann.

Die Vorarlberger Krebshilfe steht mit psychoonkologischer und sozialer Beratung sowie mit einer Soforthilfe in finanzieller Notsituation zur Seite. Wenden Sie sich an uns, wir helfen gerne.

OA Dr. Bernd Hartmann

Präsident der Österreichischen Krebshilfe Vorarlberg

## INFORMATION UND BERATUNG

## WIR SIND FÜR SIE ERREICHBAR

T 05572 202388

Mo-Fr 9-12 Uhr

Mo-Do 13-16 Uhr telefonische Bereitschaft

• für Informationen

• für Terminvereinbarungen

• für Ihre Anliegen

www.krebshilfe-vbg.at

**SEKRETARIAT:** office@krebshilfe-vbg.at

BERATUNG: beratung@krebshilfe-vbg.at

**ORGANISATION:** service@krebshilfe-vbg.at

in Dornbirn, Rathausplatz 4



in Bludenz: Klarenbrunnstraße 12



## **BERATERTEAM**



**Mag. Katharina Seidl-Nigsch** Klinische und Gesundheitspsychologin



Renate Schwendinger Psychotherapeutin, Sozialarbeiterin



Mag. Gerold Münst Klinischer und Gesundheitspsychologe



**Mag. Maria Stadler** Pädagogin, Psychotherapeutin



**Mag. Bettina Forster** Psychotherapeutin i. A. u. S.

## **ORGANISATIONSTEAM**



Mag. Lucia Wieländner Geschäftsführerin lucia.wielaendner@krebshilfe-vbg.at



Marion Binder Sekretariat marion.binder@krebshilfe-vbg.at



Herta Mangeng Sekretariat office@krebshilfe-vbg.at

## WIR FREUEN UNS ÜBER SPENDEN AN

Österreichische Krebshilfe Vorarlberg

Raiffeisenbank Im Rheintal

IBAN: AT09 3742 0000 0271 6660

BIC: RVVGAT2B420

Spenden an die Krebshilfe Vorarlberg (SO 1422) sind steuerlich absetzbar (siehe Seite 31).



## PSYCHOONKOLOGISCHE BERATUNG UND PSYCHOTHERAPIE FÜR ERKRANKTE UND ANGEHÖRIGE

Wir nehmen uns Zeit für Sie und versuchen – gemeinsam mit Ihnen – neue Wege zu finden, um Krisensituationen zu bewältigen. In folgenden Punkten bemühen wir uns um Beistand und Entlastung:

- Beratung und Begleitung im Umgang mit der Erkrankung, ihren Auswirkungen, ihren Behandlungsmöglichkeiten
- Unterstützung bei der Verarbeitung der Diagnose, bei Wiedererkrankung, während der Behandlung und in der Nachsorge
- Psychotherapie und psychologische Interventionen
- Angebote zur Bewegungstherapie und Entspannung
- Ernährungsberatung, sozial- und arbeitsrechtliche Beratung
- Vernetzung zu anderen Institutionen (Caritas, Hospiz, Mohi, Krankenpflegeverein ...) und Selbsthilfegruppen
- Informationen zu Rehabilitation und Kur
- Arztgespräche zur Unterstützung bei Entscheidungsfindungen oder bei Fragen im medizinischen Kontext
- Informationen zur Patientenverfügung
- Begleitung von mitbetroffenen Kindern und Jugendlichen ("Mama – Papa hat Krebs"), Familiengespräche
- Informationen zu Unterstützungsmöglichkeiten bei finanzieller Not durch die Erkrankung

#### KONTAKT

Wir vereinbaren mit Ihnen persönliche Termine in Dornbirn oder Bludenz: Mo-Fr 9-12 Uhr T 05572 202388, office@krebshilfe-vbg.at

## PAARGESPRÄCHE FAMILIENGESPRÄCHE GESPRÄCHE MIT KINDERN



Die Krebserkrankung eines Familienmitgliedes ist meist für alle eine neue und belastende Situation. Oft ist es hilfreich, wenn alle "am selben Tisch sitzen" und ihre Erfahrungen und Gedanken miteinander teilen können. Wir wollen dazu beitragen, dass Gedanken, Vorstellungen, Sorgen und Ängste ausgetauscht werden können, dadurch alle denselben Informationsstand haben und gemeinsam herausgefunden wird, was in der aktuellen Situation für Erkrankte und Angehörige zur Entlastung beiträgt und hilfreich ist. Im Gespräch finden wir Lösungen oder nächste Schritte für anstehende Fragen und Bedürfnisse, um so dem Rückzug oder dem Verstummen entgegenzuwirken.

## KONTAKT

Wir vereinbaren mit Ihnen persönliche Termine in Dornbirn oder Bludenz: Mo-Fr 9-12 Uhr T 05572 202388, office@krebshilfe-vbg.at

## **HINWEIS**

Sollte es Ihnen aus Krankheitsgründen nicht möglich sein, einen Termin an der Beratungsstelle wahrzunehmen, vereinbaren wir gerne einen Haus- oder Krankenhausbesuch.

# WISSEN KONKRET! IM DIREKTEN GESPRÄCH MIT ONKOLOGEN



Der Themenkreis rund um Krebs ist breit. Viele Fragen, Mythen, gut gemeinte Tipps und Ratschläge, Ängste und Hoffnungen sind Bestandteil der Debatte.

An der Beratungsstelle gibt es im Rahmen der Reihe "Wissen konkret!" die Möglichkeit, Mediziner zu verschiedenen Themen zu hören und persönlich Fragen zu stellen.

## INFORMATION UND ANMELDUNG

Termine und Themen der Impulsvorträge erhalten Sie auf Anfrage. Um Anmeldung per E-Mail an office@krebshilfe-vbg.at oder telefonisch unter T 05572 202388 wird gebeten.

## INFORMATION UND BERATUNG IN SOZIALEN UND ARBEITS-**RECHTLICHEN FRAGEN**

Durch die Kooperation mit ÖZIV erhalten Sie kostenlose Beratung in sozialen und arbeitsrechtlichen Fragen.

Wir informieren Sie gerne zu den Themen:

- Berufliche Integration, Coaching und Beratung als begleitende Maßnahme
- Behindertenpass (Voraussetzungen, Auswirkungen, Vor- und Nachteile, steuerliche Vergünstigungen, diverse Zusatzeintragungen)
- Antrag auf Feststellung der Zugehörigkeit zum Personenkreis der begünstigt Behinderten
- Gebührenbefreiungen
- · Pflegegeld
- Finanzielle Unterstützungen
- Invaliditätspension
- Beihilfe am Arbeitsplatz
- Tipps rund ums Auto
- Fragen zu technischen Hilfsmitteln
- Wohnungs- und Arbeitsplatzadaptierung
- Informationen für pflegende Angehörige

## **KONTAKT**

Daniela Sichau, T 05572 394696 oder 0699 15660601 daniela.sichau@oeziv-vorarlberg.at 6850 Dornbirn, Am Rathausplatz 4/2. Stock, Zimmer 14

Harald Reiter, T 05552 63877 oder 0699 15660600 harald.reiter@oeziv-vorarlberg.at 6700 Bludenz, Werdenbergerstraße 40a

Dieses Angebot wird vom Sozialministeriumservice Landesstelle Vorarlberg gefördert.





## ERNÄHRUNG BEI KREBSERKRANKUNGEN



In Zusammenarbeit mit der aks gesundheit GmbH erhalten Sie individuelle Beratung in Ernährungsfragen. Gut und bedarfsgerecht zu essen und zu trinken, ist sowohl in der Krebsvorsorge als auch bei bestehenden Krebserkrankungen von großer Bedeutung. Durch eine den persönlichen Bedürfnissen angepasste Ernährungsweise kann das Wohlbefinden verbessert und der Heilungsprozess unterstützt werden. Speziell Menschen mit ungewollter Gewichtsabnahme profitieren von der Ernährungstherapie, da durch die optimale Zusammenstellung von Speisen und Getränken eine ausreichende Nährstoffversorgung sichergestellt wird. Auch bei Schluckbeschwerden, Verdauungsproblemen, Übelkeit, Appetitlosigkeit u.ä. erleichtern praktische Empfehlungen den Alltag und unterstützen die Immunabwehr.

Gerne vermitteln wir Ihnen auf Anfrage die Adressen von Diätologen, die krebserkrankte Menschen und ihre Angehörigen informieren und beraten. Den Selbstbehalt dafür übernimmt die Österreichische Krebshilfe Vorarlberg.

## INFORMATION UND ANMELDUNG

Sekretariat der Krebshilfe Vorarlberg, Dornbirn Mo–Fr 9–12 Uhr, T 05572 202388 office@krebshilfe-vbg.at



## TIPPS ZUM WOHLFÜHLEN

Chemo- und/oder Strahlentherapie können – wenn auch vorübergehend – doch zu dramatisch erlebten Veränderungen des Aussehens führen. Haarausfall, Verlust von Wimpern und Augenbrauen oder Hautirritationen verunsichern vielfach und mindern das Selbstwertgefühl. An diesem Nachmittag erhalten Sie in geschützter Atmosphäre wertvolle Tipps, wie Sie mit den äußeren Folgen der Behandlung umgehen können.

Wir haben in der Beratungsstelle eine Auswahl an unterschiedlichen Kopfbedeckungen lagernd, die sie kostengünstig erwerben können.

### **LEITUNG**

Marion Binder, Beraterin für Kopfbedeckungen Uli Marte, Visagistin von Estée Lauder

## **ORT UND TERMINE**

LKH Rankweil: 14. Sept. und 16. Nov. 2022 KH Dornbirn: 28. Sept. und 30. Nov. 2022

LKH Bregenz: 2. Nov. 2022

Beratungsstelle Dornbirn: 12. Okt. und 7. Dez. 2022

jeweils Mi 15.30-17.30 Uhr

## **ANMELDUNG**

Sekretariat der Krebshilfe Vorarlberg, Dornbirn Mo-Fr 9–12 Uhr, T 05572 202388 office@krebshilfe-vbg.at telefonische Anmeldung erwünscht

## GRUPPE: **BEWEGUNGSTHERAPIE FÜR KREBSPATIENTINNEN**



Regelmäßige Bewegung erhöht die Heilungschancen nach einer Krebsbehandlung. Eingeladen sind PatientInnen ab 30 Jahren nach einer Chemotherapie und während oder nach einer Strahlentherapie. Es handelt sich um ein spezielles Bewegungsprogramm, wöchentlich eine Stunde,  $10 \times$ , unter sportmedizinischer Führung.

#### **LEITUNG**

Barbara Rick MSc, Sportlehrerin

## **ORT UND TERMINE**

LKH Rankweil

Information und Einführung: Do 29. Sept. 2022, 16.30 Uhr

Start: Immer donnerstags ab dem 6. Okt. 2022,

jeweils um 16.30 Uhr

Treffpunkt: Portier des LKH Rankweil

## ANMELDUNG UND KOSTEN

bis spätestens 15. Sept. 2022

Sekretariat der Krebshilfe Vorarlberg, Dornbirn

Mo-Fr 9-12 Uhr, T 05572 202388, office@krebshilfe-vbg.at pro Einheit € 5,- Selbstbehalt

pro Emmen e 3, delostochan

Mindestteilnehmerzahl 5, höchstens 8

## GRUPPE: **BEWEGUNG UND SPORT**



Sport und Bewegung verbessern die Lebensqualität, stärken das Immunsystem und tragen zur Erhöhung des seelischen und körperlichen Wohlbefindens bei. Sie werden gestärkt im Gefühl und geistigen Zutrauen für den eigenen Körper, schaffen durch die gemeinsamen Aktivitäten Kontakte und verbindende Erlebnisse. Während der Therapie und vor allem in der Zeit der Nachsorge, erfüllen Bewegung und Sport wichtige Funktionen zur Stärkung der allgemeinen Gesundheit.

## **LEITUNG**

Annette Reinbacher, Sporttherapeutin, Rückenschule, Qi Gong, Pilates und BBP

### ORT UND TERMINE

Magic Fit, Bildgasse 18, 6850 Dornbirn 8× ab Mi 5. Okt. 2022 immer mittwochs von 15–16 Uhr Mindestteilnehmerzahl 5, höchstens 18

## ANMELDUNG UND KOSTEN

bis spätestens 21. Sept. 2022 Sekretariat der Krebshilfe Vorarlberg, Dornbirn Mo–Fr 9–12 Uhr, T 05572 202388, office@krebshilfe-vbg.at  $\in$  80,– ( $\in$  70,– für Mitglieder der Österreichischen Krebshilfe Vorarlberg)

## GRUPPE: ACHTSAMKEIT UND SELBSTFÜRSORGE



Diese Gruppe will Impulse geben, um einen positiven Kontakt zu sich selbst aufzubauen und durch eine Förderung der Achtsamkeit bewusster wahrzunehmen, wie ich mit mir selbst und mit anderen Menschen umgehe. Wir arbeiten dazu mit verschiedenen Achtsamkeits- und Körperübungen, Gesprächen, Bewegung und kreativen Zugängen. Übungsangebote für daheim regen dazu an, das Erfahrene auch im eigenen Alltag umzusetzen. Die Gruppe bietet die besondere Möglichkeit, sich in einem geschützten Rahmen mit anderen austauschen und neue Verhaltensweisen ausprobieren zu können.

## **LEITUNG**

Renate Schwendinger, Psychotherapeutin, Existenzanalyse und Logotherapie

### ORT UND TERMINE

Beratungsstelle Bludenz 28. Sept. bis 2. Nov. 2022 immer mittwochs 15.30 –17 Uhr Mindestteilnehmerzahl 4, höchstens 6

## **ANMELDUNG**

bis spätestens 21. Sept. 2022 Sekretariat der Krebshilfe Vorarlberg, Dornbirn Mo-Fr 9–12 Uhr, T 05572 202388, office@krebshilfe-vbg.at Die Teilnahme ist kostenfrei.

## GRUPPE: **DIE KRAFT DER MUSIK ERFAHREN**



Spielerisch dürfen wir miteinander Tönen, Klingen, Singen, Improvisieren und Lauschen – das Potenzial der Musik erfahren und Ressourcenbilder in uns wecken. Ein Raum kann entstehen, in dem Resonanz mit sich selbst und anderen erfahrbar wird. Es sind keine musikalischen Vorkenntnisse nötig.

#### **LEITUNG**

MMag. Magdalena Fingerlos, Musiktherapeutin, Musikpädagogin (Universität für Musik und darstellende Kunst Wien) Mag. Bettina Forster, Psychotherapeutin i. A. u. S.

## **ORT UND TERMINE**

Beratungsstelle Dornbirn Di 4., 18. Okt. und 8. Nov. 2022 jeweils von 17–18 Uhr Mindestteilnehmerzahl 5

### **ANMELDUNG**

bis spätestens 27. Sept. 2022 Sekretariat der Krebshilfe Vorarlberg, Dornbirn Mo-Fr 9-12 Uhr, T 05572 202388 office@krebshilfe-vbg.at Die Teilnahme ist kostenfrei.

## **DIE KUNST, ABZUSCHALTEN**



Wer kennt nicht das Bedürfnis, mal abzuschalten, sich eine kurze Auszeit zu gönnen, Kräfte zu mobilisieren, bei sich selbst anzukommen oder ungestört einschlafen zu können. Doch sind diese Anliegen gar nicht einfach umzusetzen. Denn allzu leicht lenken die eigenen Gedanken, Beschwerden, belastende Stimmungen oder Gefühle vom gehegten Vorhaben ab. Deshalb vermitteln wir Ihnen an 3 Terminen ein Entspannungstraining, die Unterstufe des Autogenen Trainings. Es handelt sich um Übungen, die auf die Wahrnehmung und Veränderung bestimmter Körperprozesse abzielen. Sie erleichtern, mit seiner Aufmerksamkeit stärker bei sich zu bleiben und sich wohler zu fühlen.

#### **LEITUNG**

Mag. Gerold Münst, Klinischer Psychologe und Gesundheitspsychologe

## **ORT UND TERMINE**

Beratungsstelle Dornbirn Mo 17., 24. und 31. Okt. 2022 jeweils um 18 Uhr maximal 5 Teilnehmer

### **ANMELDUNG**

bis spätestens 1 Woche vor jeweiligem Termin Sekretariat der Krebshilfe Vorarlberg, Dornbirn Mo-Fr 9–12 Uhr, T 05572 202388, office@krebshilfe-vbg.at Die Teilnahme ist kostenfrei.

# GEMEINSAM IN BEWEGUNG KOMM, WIR GEHEN GEMEINSAM EIN STÜCK

Wer Lust hat, in einer kleinen Runde vielleicht noch unbekannte Spazierwege zu erkunden, ist eingeladen, mitzukommen. Es sind gut einstündige Spazierrunden.

Feste Schuhe & wetterfeste Kleidung.

## Geplante Rundwege:

Rundweg Hard grüner Damm Fohramoos am Bödele Engenloch-Runde in Hittisau

### **LEITUNG**

**Mag. Katharina Seidl-Nigsch**, Klinische und Gesundheitspsychologin

### **ORT UND TERMINE**

Termin: Do, 01. Sept. 2022
 Termin: Do, 22. Sept. 2022
 Termin: Do, 06. Okt. 2022

13.30 - ca. 15 Uhr

Treffpunkt Krebshilfe Dornbirn bzw. nach Absprache begrenzte Teilnehmeranzahl, bei jeder Witterung

### **ANMELDUNG**

bis spätestens 1 Woche vor jeweiligem Termin Sekretariat der Krebshilfe Vorarlberg, Dornbirn Mo-Fr 9–12 Uhr, T 05572 202388, office@krebshilfe-vbg.at Die Teilnahme ist kostenfrei. Mindestteilnehmerzahl 3, höchstens 6

## **PINK RIBBON**



Am Di 4. Oktober 2022 findet unsere Pink Ribbon-Veranstaltung im Zeichen der Solidarität mit an Brustkrebs erkrankten Frauen in Zusammenarbeit mit dem Brustzentrum im Panoramasaal des LKH Feldkirchs statt.

Verschiedenen Stationen bieten Informationen zu Brustkrebsfrüherkennung und HPV an. Hier können Sie die Angebote der Krebshilfe Vorarlberg wie psychoonkologische Beratung, Kopfbedeckungen für Betroffene kennenlernen.

Wir würden uns freuen, Sie dort begrüßen zu können.

## **BENEFIZKONZERTE**



Nach einer langen Durststrecke der Musiker ohne Konzerte, gibt es nun Hoffnung, dass unsere Benefizkonzerte am 16. und 17. Dezember 2022 im Alten Kino in Rankweil sowie am 5. Jänner 2023 im Spielboden in Dornbirn wieder stattfinden können.

Wir hoffen, dass dann die aktuelle Pandemie-Situation Konzerte mit vielen Besuchern wieder zulässt. Wir freuen uns auf Ihren Besuch.

## **KARTENVORVERKAUF**

- bei allen Voralberger Raiffeisenbanken
- v-ticket.at
- laendleticket.at
- im Musikladen

DVDs der Vorjahre sind direkt beim Konzert und bei der Krebshilfe Vorarlberg erhältlich.

## WEITERBILDUNG FÜR FACH-PERSONAL

IN ZUSAMMENARBEIT MIT DEM BILDUNGSHAUS BATSCHUNS



## INTERPROFESSIONELLER PALLIATIVLEHRGANG

Palliative Care steht für das Bemühen, die individuelle Lebensqualität der PatientInnen mit fortgeschrittener Erkrankung wieder herzustellen bzw. zu fördern, wo kurative Maßnahmen scheitern und Heilung nicht mehr möglich ist. Mit umfassenden interdisziplinären Maßnahmen wird versucht, ein Leben in Selbstbestimmung und Würde bis zuletzt zu ermöglichen. Dazu gehören eine exzellente Schmerztherapie, die Linderung von beeinträchtigenden Symptomen sowie die kompetente Wahrnehmung von psychologischen, sozialen und spirituellen Fragen. Palliativbetreuung vollzieht sich als Zusammenarbeit verschiedener Berufsgruppen. Dementsprechend baut der Lehrgang auf interprofessionellem und interdisziplinärem Lehren und Lernen auf.

### **LEITUNG**

Katharina Rizza, MSc Palliative Care, Batschuns Dr. Otto Gehmacher, Palliativstation LKH Hohenems

## **TERMINE BASISLEHRGANG**

1. Block: Do 09.–So 12. Februar 2023

2. Block: Do 04.-So 07. Mai 2023

3. Block: Do 14.-So 17. September 2023

4. Block: Do 16.-Sa 18. November 2023

Zusätzliche Termine für die Anerkennung als universitärer Lehrgang: Di 21. März, Mi 21. Juni, Sa 04. November 2023

Bitte Detailprospekt anfordern!

## INFORMATION, ANMELDUNG UND ORT

Bildungshaus Batschuns, Kapf 1, 6835 Zwischenwasser/A T 05522 44290-0, Fax-DW 5, bildungshaus@bhba.at www.bildungshaus-batschuns.at

In Zusammenarbeit mit der Österreichische Krebshilfe Vorarlberg, Palliativgesellschaft Vorarlberg, Caritas Hospiz Vorarlberg

## LEHRGANG MIT GROSSER BASISQUALIFIKATION: TRAUER ERWÄRMEN

Der Lehrgang "Trauer erwärmen" will dazu beitragen, dass Menschen, die in diesem Bereich tätig sind, das komplexe Phänomen des schmerzlichen Verlustes besser verstehen lernen, damit sie Trauernde unterstützen können dieser Erfahrung zu begegnen. Auseinandersetzung mit eigenen Verlusterlebnissen und Trauerprozessen, Vermittlung von Wissen und Einüben praktischer Begleitungsstandards halten sich die Waage. Eingeladen sind Pflegekräfte, ÄrztInnen, (Psycho)TherapeutInnen, SozialarbeiterInnen, SeelsorgerInnen, HospizmitarbeiterInnen.

#### **LEITUNG**

Monika Müller, M.A., Studium der Philosophie, Pädagogik und Literaturwissenschaft, Ausbildung in integrativer gestaltorientierter Therapie, Fachbuchautorin, eine der maßgeblichen Personen in der Entwicklung von Hospiz und Palliative Care in Deutschland, Bonn/D

Dipl.-Psych. Thorsten Adelt, Psychotherapeut und Supervisor, Ausbildung in Psychodrama, Gruppendynamik, Psychoanalyse und Gestalttherapie, Bonn/D

#### **TERMINE**

1. Modul: Mo 20.-Do 23. März 2023

2. Modul: Mo 19.-Do 22. Juni 2023

3. Modul: Mo 16.-Do 19. Okt. 2023

4. Modul: Mo 11.-Do 14. März 2024

5. Modul: Mo 03.-Do 06. Juni 2024

jeweils Mo 14-Do 17 Uhr

Arbeitszeiten: 9-12.30 Uhr und 14-17 Uhr

## **KOSTEN**

€ 350,– pro Kurswoche; einmalig € 250,– Anmeldegebühr und Materialkosten

## INFORMATION, ORT UND ANMELDUNG

Bildungshaus Batschuns, Kapf 1, 6835 Zwischenwasser/A T 05522 44290-0, Fax-DW 5, bildungshaus@bhba.at www.bildungshaus-batschuns.at

## SEMINAR: "KOFFER FÜR LETZTE REISE" – EINE SELBSTERFAHRUNG

Wir alle sind Reisende und irgendwann beginnt unsere letzte Reise nach diesem irdischen Leben. Auf die Frage, was danach kommt und uns erwartet, gibt es viele Vorstellungen und doch keine Antworten. In diesem Workshop wollen wir uns mit unserer letzten Reise auseinandersetzen und unseren "Koffer des Lebens" packen. Was nehmen Sie auf diese letzte Reise mit, vor allem, wenn Ihnen nur ein Koffer zur Verfügung steht? Wie wird Ihr Koffer aussehen? Durch die Auseinandersetzung mit der eigenen Endlichkeit wollen wir uns Lebensfragen nähern und mit unseren persönlichen Werten in Berührung kommen. Was hält uns am Leben? Welche Erinnerungen an das Leben sind uns wichtig? Was und wer hat uns geprägt und zu dem Menschen gemacht, der wir heute sind?

Mittels Impulsvorträgen, Reflexionsübungen und Rollenspielen werden wir uns diesem Thema sensibel nähern. Ein Austausch in der Gruppe ist erwünscht, jedoch nicht verpflichtend. Dieses Seminar ist offen für alle Interessierte.

#### **LEITUNG**

**DGKP Jörg Fuhrmann,** MSc, Palliativ- und Demenzfachkraft, Trauer- und Krisenintervention, Haus- und Pflegedienstleitung, Thalheim bei Wels

### **TERMIN**

Mo 24.-Di 25. Okt. 2022, jeweils von 9-17 Uhr

#### **KOSTEN**

Kurs: € 185,–

Mittagessen: €14,50

## INFORMATION, ORT UND ANMELDUNG

Bildungshaus Batschuns, Kapf 1, 6835 Zwischenwasser/A T 05522 44290-0, Fax-DW 5, bildungshaus@bhba.at www.bildungshaus-batschuns.at

In Zusammenarbeit mit der Österreichische Krebshilfe Vorarlberg

## SEMINAR: KOMMUNIKATION ÜBER TODESWÜNSCHE

Todeswünsche werden von Menschen zu verschiedenen Zeiten der Erkrankung geäußert. Die zugrunde liegenden Motive, Wünsche und Ziele können dabei sehr unterschiedlich sein. Aus der Suizidprävention wissen wir, wie wichtig proaktive und offene Gespräche darüber sind und wie erleichternd sie von Betroffenen empfunden werden. Das Seminar gibt Anregungen zur persönlichen Reflexion, Impulse für ein wertschätzendes Gespräch über Todeswünsche sowie Informationen zur gültigen Gesetzeslage und Handlungsablauf.

Eingeladen sind alle professionell Tätigen im Gesundheitswesen.

### **LEITUNG**

Dr.in med. Susanne Hirsmüller, MSc Palliative Care, Autorin, Leiterin des Hospizes am Evangelischen Krankenhaus Düsseldorf, Vorsitzende des Ethikkomitees der Stiftung EVK Düsseldorf/D

Dipl.-Psych. Margit Schröer, Psychologische Psychotherapeutin, Psychoonkologin, Autorin, Ethikerin im Gesundheitswesen mit langjähriger Erfahrung in verschiedenen Ethikkomitees, Düsseldorf/D

**Dr. Bernd Hartmann**, Onkologe, Präsident der Österreichischen Krebshilfe Vorarlberg, Rankweil

## **TERMIN UND KOSTEN**

Di 11. Okt. 2022 von 9–17 Uhr Kurs: € 115,–

Die Veranstaltung wird von der ÖÄK mit 4 Medizinischen und 4 Sonstigen DFP-Punkten anerkannt.

## INFORMATION, ORT UND ANMELDUNG

Bildungshaus Batschuns, Kapf 1, 6835 Zwischenwasser/A T 05522 44290-0, Fax-DW 5, bildungshaus@bhba.at www.bildungshaus-batschuns.at

## 19. HOSPIZ- UND PALLIATIVTAG PALLIATIVE CARE IM UMBRUCH

Umbrüche prägen unser Leben. Persönliche und gesamtgesellschaftliche Ereignisse führen zu grundlegenden und folgenreichen Veränderungen unserer Existenz und fordern neue, tiefschürfende Reflexionen unserer Wertehaltung. Umbrüche sind kostbare Momente im Leben, in denen die Kraft der Zuversicht erfahren werden kann.

Facetten palliativer Praxis werden in dieser Tagung aus unterschiedlichen Perspektiven beleuchtet. Eingeladen sind Professionelle aus Medizin, Pflege, Seelsorge, Therapie, Sozialarbeit, alle ehrenamtlich Tätigen in der Hospizbegleitung und Interessierte.

#### REFERIERENDE

Klaudia Egele, DSA, Mobiles Palliativteam, Hohenems Dr. Otto Gehmacher, Palliativstation, Hohenems Dr. Bernd Hartmann, Onkologe, Rankweil Gerhard Häfele, lic.theol., MSc, Leiter Krankenhausseelsorge, Feldkirch

Andrea Moosbrugger, DGKP<sup>in</sup> BSc, Palliativstation Hohenems Mag. (FH) Barbara Mock, Sozialarbeit Palliativstation Bertram Strolz, Psychotherapeut, Satteins

### **TERMIN**

Sa 05. Nov. 2022 8.30-13 Uhr

#### ORT UND KOSTEN

Kulturhaus Dornbirn

Tagungsbeitrag: € 60,– bei Einzahlung bis 30. Sept., € 65,– ab 1. Okt., € 5,– Ermäßigung für SchülerInnen/StudentInnen

## INFORMATION UND ANMELDUNG

Bildungshaus Batschuns, Kapf 1, 6835 Zwischenwasser/A T 05522 44290-0, Fax-DW 5, bildungshaus@bhba.at www.bildungshaus-batschuns.at

In Zusammenarbeit mit der Österreichische Krebshilfe Vorarlberg, Caritas Hospiz Vorarlberg, Landesverband der Heim- und Pflegeleitung, Palliativstation Krankenhaus Hohenems und der Ärztekammer für Vorarlberg

## SEMINAR: PFLEGE DER ACHTSAMKEIT

Achtsamkeit unterstützt einen liebevollen und fürsorglichen Umgang mit sich selbst und hilft uns präsent zu sein und wahrzunehmen, was ist. Das wirkt sich positiv auf unser Wohlbefinden aus und beeinflusst ebenso unsere Begegnungen mit anderen. Martin Buber sagt: "Man muss bei sich selbst gewesen sein, um zum anderen ausgehen zu können."

Dieser Tag der Achtsamkeit lädt zur Einübung und Vertiefung achtsamer Präsenz ein und ist für Anfänger und Fortgeschrittene gleichermaßen. In einem geschützten Raum werden kurze theoretische Impulse sowie Anleitungen zur achtsamen Präsenz vermittelt.

Eingeladen sind alle, die sich etwas Gutes tun wollen.

### **LEITUNG**

Christine Riedmann-Bösch, DGKPin, zertifizierte Achtsamkeitslehrerin (MBSR nach Jon-Kabat-Zinn), langjährige Meditationspraxis (christlich-kontemplativ), Lustenau

## **TERMIN**

So 9. Okt. 2022 von 9-17 Uhr

### **KOSTEN**

Kurs: € 85,-

Mittagessen: € 14,50

## INFORMATION, ORT UND ANMELDUNG

Bildungshaus Batschuns, Kapf 1, 6835 Zwischenwasser/A T 05522 44290-0, Fax-DW 5, bildungshaus@bhba.at www.bildungshaus-batschuns.at

In Zusammenarbeit mit der Österreichischen Krebshilfe Vorarlberg

## **WIR VERNETZEN MIT ...**

## FRAUENSELBSTHILFE NACH KREBS VORARLBERG

Frauen, die mit der Diagnose Brustkrebs zum Teil schon vor Jahren konfrontiert wurden und alle nötigen Schritte wie Operation, Chemo- und Strahlentherapie erfahren haben, informieren und schaffen Raum für ein Gespräch.

Kontakt: 6900 Bregenz, Klausmühle 18, www.frauenselbsthilfe.at T 0664 3034803, brustkrebs@frauenselbsthilfe.at

### VORARLBERGER SELBSTHILFE PROSTATAKREBS

Die Vorarlberger Selbsthilfe Prostatakrebs (VSP) ist ein Verein und eine Gruppe von Männern, die als selbst Betroffene anderen Männern Hilfestellung zur Thematik Prostatakrebs geben.

Kontakt: Dr. Wolfgang Zumtobel, Bürgle 1 G, 6850 Dornbirn T 0699 1381 8001, wolfgang.zumtobel@outlook.at www.vsprostatakrebs.at

## STOMA SELBSTHILFEGRUPPE VORARLBERG

Die Kontaktpersonen sind selbst STOMA Patienten und stehen für Auskünfte zur Verfügung. Die Gruppe organisiert Ausflüge, Besichtigungen, Vorträge und tauscht Erfahrungen aus. Zu den Veranstaltungen wird schriftlich eingeladen.

**Kontakt:** Hans Hämmerle, Raimundweg 9/1, 6850 Dornbirn T 05572 24757, hans.hae@telering.at







## MIT UNTERSTÜTZUNG VON:















## **KOOPERATIONSPARTNER:**





## **DER VEREIN**

Die Österreichische Krebshilfe Vorarlberg ist ein Verein, der sich zum Ziel gesetzt hat:

- Menschen, die an Krebs erkrankt sind und deren Angehörige, umfassend zu betreuen. Dies erfolgt individuell in persönlichen Beratungsgesprächen, in Vorträgen und Seminaren und in Zusammenarbeit mit Institutionen und Hilfseinrichtungen.
- Mit den Vorsorge- und Früherkennungsprogrammen und dem reichhaltigen Programm zum Thema Krebs mehr Akzeptanz für die Krankheit in der Bevölkerung zu schaffen und die vermehrte Vermeidung von Krebs durch gezielte Vorsorge zu erreichen.
- Mit der Weiterbildung von Ärzten und Pflegepersonal im psychoonkologischen Bereich die Qualität im Umgang mit den PatientInnen nachhaltig zu verbessern und den ÄrzInnen und dem Pflegepersonal Wege aufzuzeigen, die Belastungen, die sich aufgrund der Tätigkeit ergeben, besser aufzuarbeiten.
- Forschungsprojekte im Land zu unterstützen, welche der Erforschung neuer Erkenntnisse und der Qualitätsverbesserung dienen.

## AUTOMATISCHE ABSETZBARKEIT IHRER SPENDE SEIT 2017

Ihre Spenden sind im Rahmen der Arbeitnehmerveranlagung automatisch über das Finanz-Online als Sonderausgabe absetzbar. Wir benötigen dazu einmalig Ihren Vor- und Zunamen und auch Ihr Geburtsdatum. Die Spenden werden jeweils bis zum 28.02. für das vergangene Jahr gemeldet. Wir hoffen, dass Sie uns auch weiterhin unterstützen.

### **SPENDENKONTO**

Österreichische Krebshilfe Vorarlberg Raiffeisenbank im Rheintal IBAN: AT09 3742 0000 0271 6660 BIC: RVVGAT2B420 (SO 1422)



IMPRESSUM: ÖSTERREICHISCHE KREBSHILFE
VORARLBERG, RATHAUSPLATZ 4, 6850 DORNBIRN/A;
FÜR DEN INHALT VERANTWORTLICH: MAG. LUCIA
WIELÄNDNER; GESTALTUNG: WEBER, MATHIS +
FREUNDE; BILDER: ISTOCKPHOTO.COM, UNSPLASH.
COM, KREBSHILFE VORARLBERG, BILDUNGSHAUS
BATSCHUNS, ÖSTERREICHISCHE KREBSHILFE;
DRUCK: AUF FSC-ZERTIFIZIERTES RECYCLINGPAPIER







Rathausplatz 4, 6850 Dornbirn T 05572 202388 service@krebshilfe-vbg.at www.krebshilfe-vbg.at