

Wir
machen
Mut!

Programm

Februar bis Juli 2025

Februar 2025

- 06.02. 09:00 Uhr Wandern mit Herrn Franz Füß
12.02. 18:00 Uhr Kunsttherapie mit Frau Beate Dahlhoff, Dipl. Kunsttherapeutin (FH)
26.02. 14:30 Uhr MOPS-Kindergruppe

März 2025

- 06.03. 09:00 Uhr Wandern mit Herrn Franz Füß
19.03. 18:00 Uhr Kunsttherapie mit Frau Beate Dahlhoff, Dipl. Kunsttherapeutin (FH)
20.03. 18:00 Uhr Krebserkrankungen der Frau: im Fokus Brustkrebs
Vortrag von Frau Emilia Wozniak, Chefärztin der Gynäkologie und Geburtshilfe am SRH-Klinikum
anschl. Früherkennung von Brustkrebs mit Frau Jessica Roth, Breast Care Nurse am SRH-Klinikum
26.03. 14:30 Uhr MOPS-Kindergruppe

April 2025

- 03.04. 09:00 Uhr Wandern mit Herrn Franz Füß
08.04. 18:00 Uhr Orale Krebstherapie: selbstbestimmt handeln, sicher einnehmen
Vortrag von Frau Tatjana Buck, Apothekerin Vital-Apotheke, Bad Saulgau
16.04. 18:00 Uhr Kunsttherapie mit Frau Beate Dahlhoff, Dipl. Kunsttherapeutin (FH)
30.04. 14:30 Uhr MOPS-Kindergruppe

Mai 2025

- 08.05. 09:00 Uhr Wandern mit Herrn Franz Füß
14.05. 18:00 Uhr Kunsttherapie mit Frau Beate Dahlhoff, Dipl. Kunsttherapeutin (FH)
22.05. 12:30 Uhr Aktive Mittagspause Kneipp-Anlage, Sigmaringen
28.05. 14:30 Uhr MOPS-Kindergruppe

Juni 2025

- 05.06. 09:00 Uhr Wandern mit Herrn Franz Füß
11.06. 18:00 Uhr Kunsttherapie mit Frau Beate Dahlhoff, Dipl. Kunsttherapeutin (FH)
25.06. 14:30 Uhr MOPS-Kindergruppe

Juli 2025

- 01.07. 17:00 Uhr Ätherische Öle: bewährte Helfer während und nach einer Krebstherapie
Vortrag von Frau Kirsten Klein
03.07. 09:00 Uhr Wandern mit Herrn Franz Füß
16.07. 18:00 Uhr Kunsttherapie mit Frau Beate Dahlhoff, Dipl. Kunsttherapeutin (FH)
24.07. 14:00 Uhr Kosmetikseminar mit Frau Ellen Geißler und Produkten von La Roche Posay

Um Anmeldung zu den Vorträgen und Gruppenangeboten wird gebeten. Für weitere Informationen sind wir gerne für Sie da!

Psychosoziale Krebsberatungstelle

Laizer Str. 1
72488 Sigmaringen

07571 7296450
krebsberatung@caritas-sigmaringen.de

Wir sind für Sie da:

- für betroffene Menschen, die an Krebs erkrankt sind
- für PartnerInnen, Angehörige und Freunde
- für Kinder und Jugendliche von betroffenen Menschen

Wir sind für Sie da:

- kostenlos
- vertraulich
- zu jedem Zeitpunkt der Krankheit
- neutral und unabhängig



Ich bin mehr als der Krebs...

mein Wissen, mein Körper, meine Selbstbestimmung!

Krebserkrankung der Frau: im Fokus Brustkrebs

Frau Emilia Wozniak, Chefärztin der Gynäkologie und Geburtshilfe am SRH Klinikum Sigmaringen, spricht über Diagnostik sowie aktuelle und neue Behandlungsmöglichkeiten bei Brustkrebserkrankungen.

Im Anschluss wird Frau Jessica Roth, Breast Care Nurse am SRH Klinikum Sigmaringen, einen kurzen Einblick zur Früherkennung von Brustkrebs geben. Dazu gehört das Mammographie-Screening und eine Anleitung zur Selbstuntersuchung der Brust. Beim Abtasten an Silikonmodellen haben Sie die Möglichkeit, Ihre Wahrnehmung zu schulen.

Referentinnen: Frau Emilia Wozniak

Chefärztin der Gynäkologie und Geburtshilfe
am SRH Klinikum Sigmaringen

Frau Jessica Roth

Breast Care Nurse am SRH Klinikum Sigmaringen

Termin: 20.03.2025 um 18:00 Uhr

Ort: Psychosoziale Krebsberatungsstelle
Laizer Str. 1, 72488 Sigmaringen

Wir bitten um Anmeldung bis zum 18.03.2025.



Ich bin mehr als der Krebs...

mein Wissen, mein Körper, meine Selbstbestimmung!

Orale Krebstherapie:

selbstbestimmt handeln, sicher einnehmen!

Wie können Sie Ihre Krebstherapie sicher und selbstbestimmt in Ihren Alltag integrieren? Eine orale Krebstherapie bedeutet für viele PatientInnen mehr Eigenverantwortung – doch Sie sind nicht allein! In diesem Vortrag erfahren Sie, wie Sie Ihre Therapie sicher und selbstbestimmt gestalten können. Apothekerin Tatjana Buck erläutert, welche Rolle die Apotheke als Ihr verlässlicher Partner spielt, wie Sie Nebenwirkungen frühzeitig erkennen und was Sie tun können, um die Therapie bestmöglich in Ihren Alltag zu integrieren.

Freuen Sie sich auf wertvolle Tipps, verständliche Erklärungen und Raum für Ihre Fragen.

Referentin: Frau Tatjana Buck, Apothekerin

Termin: 08.04.2025 um 18:00 Uhr

Ort: Psychosoziale Krebsberatungsstelle
Laizer Str. 1, 72488 Sigmaringen

Wir bitten um Anmeldung bis zum 07.04.2025.



Ich bin mehr als der Krebs...

mein Wissen, mein Körper, meine Selbstbestimmung!

Ätherische Öle: die bewährten Helfer

Ätherische Öle sind wahre Alleskönner. Sie beeinflussen das körperliche und emotionale Wohlbefinden auf positive Art und Weise. Aromaöle werden begleitend und unterstützend während und nach einer Krebstherapie eingesetzt. Dadurch können Beschwerden, wie Übelkeit, Polyneuropathie, Schmerzen, Schlafstörungen und Ängste abgemildert werden. Frau Kirsten Klein, Aromaexpertin für Onkologie und Psychiatrie, spricht über die Vielfalt der Aromaöle und deren individuellen Anwendungsmöglichkeiten.

Lassen Sie sich überraschen!

Referentin: Frau Kirsten Klein

Aromaexpertin für Onkologie u. Psychiatrie

Termin: 01.07.2025 um 17:00 Uhr

Ort: Psychosoziale Krebsberatungsstelle
Laizer Str. 1, 72488 Sigmaringen

Wir bitten um Anmeldung bis zum 30.06.2025.

Psychosoziale Krebsberatungsstelle

Laizer Str. 1
72488 Sigmaringen

07571 7296450

krebsberatung@caritas-sigmaringen.de



Caritasverband
für das Dekanat
Sigmaringen-Meßkirch e.V.

Psychosoziale Krebsberatungsstelle



Wir sind für Sie da:

- für betroffene Menschen, die an Krebs erkrankt sind
- für PartnerInnen, Angehörige und Freunde
- für Kinder und Jugendliche von betroffenen Menschen

Wir sind für Sie da:

- kostenlos
- vertraulich
- zu jedem Zeitpunkt der Krankheit
- neutral und unabhängig