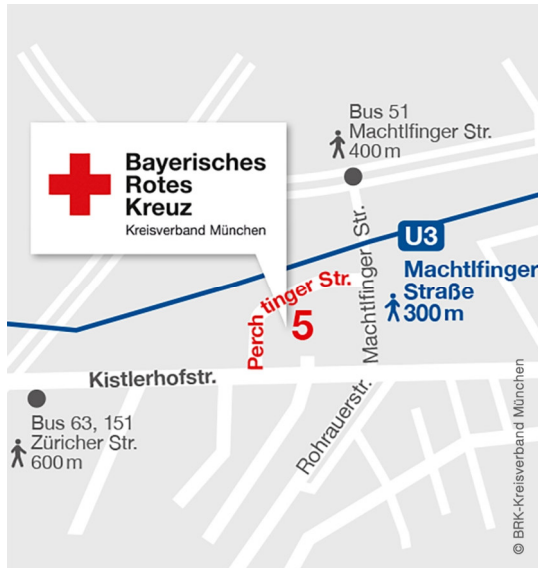


So sind wir zu finden



Sie finden uns in der
Perchtinger Straße 5,
81379 München

Beratungsräume:
O2-R13 und
O2-R14 im 2. Stock

Gruppenraum:
O2-R15 im 2. Stock

MVV:
U3 Machtlfinger Straße
Bus 63, 151 Züricher Straße
Bus 51 Machtlfinger Straße

Herausgeber: BRK-Kreisverband München 09/2020

Wir sind für Sie da

Sie erreichen uns:

Di-Do von 9:00-14:00 Uhr
Fr von 09:00-12:00 Uhr
(und nach Vereinbarung)

Tel: 089 / 2373-276/-278
Fax: 089 / 2373-44-276

krebsberatung@brk-muenchen.de
www.brk-muenchen.de/krebsberatung

Wenn Sie eine Einzelberatung wünschen,
vereinbaren Sie bitte einen Gesprächstermin
mit uns, um unnötige Wartezeiten zu
vermeiden.

Die Beratung ist kostenlos.

Mit Ihrer freiwilligen Spende helfen Sie,
unser Beratungsangebot aufrecht zu
erhalten und auszuweiten. Dafür stellen wir
Ihnen eine steuerlich abzugsfähige
Zuwendungsbestätigung aus.

Spendenkonto:
BRK Kreisverband München
Kreissparkasse München-Starnberg
IBAN DE 82702501500000088880
BIC BYLADEM1KMS
Verwendungszweck:
„Krebsberatung“

Bayerisches Rotes Kreuz 
Kreisverband München



mit freundlicher
Unterstützung der
Landeshauptstadt
München
Referat für Gesundheit
und Umwelt

Kreisverband München
Krebsberatungsstelle
als Ergänzung zur
medizinischen Nachsorge



Krebsberatungsstelle

für Menschen, die an Krebs erkrankt sind,
ihre Angehörigen und Freunde

Angeleitete Selbsthilfegruppen für Menschen mit:

- Lungenkrebs
- Unterleibskrebs
- Magen- bzw. Darmkrebs
- Hautkrebs



Die angeleiteten Selbsthilfegruppen

Betroffene treffen sich in den Gruppen unter Anleitung, um ihr Wissen miteinander zu teilen.

Ein Erfahrungsaustausch von denjenigen, die den Klinikaufenthalt, die Behandlungsmethode oder die Rehabilitation selbst am eigenen Leib erfahren haben, ist mit keiner noch so guten Information auf dem Papier zu vergleichen.

Ganz praktisch kann besprochen werden, was bei den Nebenwirkungen der Therapie geholfen hat, oder wie mit den Ängsten, die im Laufe der Behandlung auftreten, umgegangen werden kann.

Die Gemeinschaft gibt Kraft und Mut für die Bewältigung der Krankheit. In der Gruppe mit Gleichbetroffenen lässt sich vieles leichter ertragen. Es entstehen oft Freundschaften und ein gutes Miteinander in der Gruppe stärkt den Einzelnen und lässt ihn nicht alleine auf seinem Weg.

Jeder kann von den Erfahrungen des anderen profitieren.

Die Selbsthilfegruppen sind offen für neue Mitglieder und laden jeden herzlich ein teilzunehmen.

Mögliche Themen

Folgende Fragen können zum Beispiel in der Gruppe besprochen werden:

- Muss ich meine Ernährung umstellen?
- Welche Therapien gibt es für mich noch?
- Wo bin ich in guten Händen?
- Was kann ich bei Nebenwirkungen tun?
- Wie geht meine Familie damit um?
- Welche Rechte habe ich?
- Wie gehe ich mit Ängsten um?

Die Gruppen treffen sich in der Regel **einmal im Monat** jeweils **donnerstags von 15:30-17:00Uhr**

- ❖ jeden **ersten Donnerstag** im Monat: Selbsthilfegruppe für Menschen mit **Lungenkrebs**
- ❖ jeden **zweiten Donnerstag** im Monat: Selbsthilfegruppe für Frauen mit **Unterleibskrebs**
- ❖ jeden **dritten Donnerstag** im Monat: Selbsthilfegruppe für Menschen mit **Magen- bzw. Darmkrebs**
- ❖ jeden **letzten Donnerstag** im Monat: Selbsthilfegruppe für Menschen mit **Hautkrebs**

Gruppenleitung

Die Leitung hat eine Mitarbeiterin der Krebsberatungsstelle. Sie versteht sich als Moderatorin sowie Koordinatorin und versucht den Gesprächsprozess zu einem hilfreichen Gedankenaustausch anzuregen. Beratende, professionelle Hilfe wird von ihr ergänzend eingebracht.

Die Teilnahme an der Selbsthilfegruppe ist kostenfrei.

Wenn Sie sich für die Selbsthilfegruppe interessieren, nehmen Sie bitte telefonisch Kontakt mit uns auf.

Sie erreichen uns:

Di-Do von 9:00 – 14:00 Uhr
Fr 9:00 – 12:00 Uhr
(und nach Vereinbarung)

Tel.: 089/ 2373–276 / -278
Fax: 089/ 2373-44-276

krebsberatung@brk-muenchen.de
www.brk-muenchen.de/krebsberatung

Ansprechpartnerinnen:
Angelika Specht und Monika Neher

**Die Gemeinschaft stärkt uns.
Sie sind herzlich eingeladen!**