

Journal

Ausgabe 27 2022 | 23



Neubeginn



Onkologisches Forum Celle e.V.
Krebsberatungsstelle • Ambulanter Palliativdienst

Wir machen manches leichter.

Wenn Sie uns brauchen ... sind wir für Sie da:

Geschäftsführung



Liane von Hoff, Fachkraft für leitende Aufgaben in der Pflege

Ambulanter Palliativdienst (APD)



Kathleen Hanschmann
Krankenschwester



Katharina Winterhoff
APD-Leiterin

Krebsberatungsstelle (KBS)



Jana Czekay
Sozialpsychologin M.A., KBS-Ltg.

Öffentlichkeitsarbeit und Fundraising



Fritz Gleiß
Dipl. Politologe & Journalist



Jessica Isermann
Fachkrankenschwester



Daniela Horn
Fachkrankenschwester



Simone Hendricks
Dipl. Sozialpädagogin



Stephanie Segger
Fachkrankenschwester



Maike Knoop
Krankenschwester



Jan-Markus Fromm
Psychologe (M.Sc.)

Sekretariat



Elke Kasten
Krankenversicherungskauffrau



Dörte Fohlmeister
Krankenschwester, stv. APD-Ltg.



Izabela Katzer
Krankenschwester



Astrid Harke
Krankenschwester



Yvonne Mohs
Dipl. Kauffrau



Nina Borojevic
Krankenschwester



Karina Lückingsmeier
Rehabilitationspsychologin (M.Sc.)

Onkologisch erfahrene Palliativ-Care-Fachkräfte

PsychoonkologInnen mit psychotherapeutischen Zusatzqualifikationen

Für Sie erreichbar:

Mo - Fr 9⁰⁰ bis 12⁰⁰ Uhr
Mi auch 14⁰⁰ bis 16⁰⁰ Uhr

Telefon (0 51 41) 219 66 00
Telefax (0 51 41) 219 66 09
info@onko-forum-celle.de

Impressum

Jahresjournal des Onkoforums
Oktober 2022

Herausgeber:
Onkologisches Forum Celle e.V.
Fritzenwiese 117 | 29221 Celle
Telefon (0 51 41) 219 66 00
www.onko-forum-celle.de

Redaktion und v.i.S.d.P.:
Fritz Gleiß

Layout und Gestaltung:
Tim Meyer | www.tim-design.de

Druck und Produktion:
Heide-Druck GmbH & Co. KG,
Bergen | www.heide-druck.de

Fotos:

Wolfgang Ronge (S. 14), Paul Ripke (S. 15), David Berghoff (S. 20 o.L.), Günter Meinrenken (S. 20 o.r./2 + u.L.), Peter Müller (S. 21 o.r.), Peter Fehlhaber (S. 22 u.m.), Sina Berkhan, Markus v. Hoff; Freepik.com (S. 1, 9, 10, 16, 18); Archiv

So hilft Ihnen ...

... unser Ambulanter Palliativdienst mit 9 Palliativ-Care-Fachkräften:

- viel Zeit für Gespräche und Zuwendung - wir sind für Sie da, solange Sie uns brauchen
- 24-Stunden-Rufbereitschaft an jedem Tag im Jahr zur Krisenintervention und Symptomlinderung nach Weisung des behandelnden Arztes
- allgemeine ambulante Palliativversorgung (AAPV)
- Umsetzung des Rechtsanspruches auf Spezialisierte ambulante Palliativversorgung (SAPV) in Kooperation mit der Stiftung Celler Netz
- Umsetzung der Verordnungen von Haus- und Fachärzten im Bereich der häuslichen palliativen Krankenpflege
- Begleitung von Sterbenden im häuslichen Bereich
- Kontinuität in der Begleitung, auch bei stationären Aufenthalten
- Koordination und Vernetzung anderer Hilfsangebote
- fachkundliche Beratung zu palliativpflegerischen, psychosozialen Fragen
- Vermittlung psychoonkologischer Beratung
- Unterstützung bei sozialrechtlichen Anträgen und der Beschaffung von Hilfsmitteln
- Einsatz komplementärer Pflegemethoden
- Palliative Beratung und Begleitung für Menschen in stationären Pflegeeinrichtungen und deren Angehörige
- Unterstützung bei der Implementierung palliativer Versorgungsstrukturen in stationären Pflegeeinrichtungen



Wir sind für Sie da, solange Sie uns brauchen!

... unsere Krebsberatungsstelle mit 5 PsychoonkologInnen:

Wir bieten Ihnen in allen Fragen, die im Zusammenhang mit einer Krebserkrankung auftreten, vielfältige Beratung, Unterstützung und Begleitung. Wir stehen Ihnen zur Seite, wenn

- Sie Hilfe im Umgang mit der Diagnose Krebs brauchen
- Ihr seelisches Gleichgewicht ins Wanken gerät
- Sie sich mit anderen Betroffenen austauschen möchten
- Sie neue Lebensansätze finden wollen
- Ihre Kinder Unterstützung brauchen
- Sie Antworten auf soziale Fragen suchen, z.B. zu Ihren gesetzlichen Ansprüchen, Reha, Rente und Sozialhilfe

Unsere Hilfe ist für Patienten und Angehörige kostenlos und grundsätzlich vertraulich. Zögern Sie nicht, sich an uns zu wenden!

„ Sein großer Wunsch, dass er in seinen letzten Tagen und Stunden in unserer Mitte, im vertrauten Zuhause bleiben kann, wurde mit Ihrer Hilfe und Unterstützung erfüllt. Danke, dass es Sie als Team so gibt.

„ Vielen Dank für die allzeit richtigen Worte. Vielen Dank für die Zeit und Geduld. Vielen Dank für die Zuversicht und das Verständnis. Danke für die einfühlsame Begleitung. Danke fürs Zuhören. Danke für ein offenes Wort. Danke fürs jederzeit ansprechbar Sein.

Danke!

„ Wir sind sehr froh und dankbar, dass es das Onkologische Forum gibt. So wurden wir in unserer schlimmsten Zeit aufgefangen und durch Gespräche und sehr gute, professionelle Tipps und Ratschläge aufgebaut. Ob es der APD, die Psychoonkologen oder alle anderen Mitarbeiter sind, sie arbeiten mit viel Engagement und großem Einsatz. Ein sehr großes Danke für die Hilfe!

„ Man fühlt sich geborgen und aufgehoben, es ist so viel Wärme und Herzlichkeit dabei!

Liebe Leserin, lieber Leser,

Neuanfang? Lebensveränderung?

Unser Leben unterliegt ständigen Veränderungen. Oft fällt es uns schwer, einen Neuanfang zu definieren, besonders wenn dieser Anfang begleitet ist von einem Abschied, dem Abschied von Lebensgewohnheiten, die durch eine schwere Erkrankung nicht mehr gepflegt werden können, oder auch dem Abschied von einem lieb gewordenen Menschen. Unsere Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter im Onkologischen Forum erleben diese Herausforderungen täglich. Die Betroffenen und deren Familien reagieren unterschiedlich, viele leiden sehr. **In diesem Journal beleuchten wir das Thema eines Neuanfanges unter verschiedenen Blickwinkeln.**

Veränderungen und Neubeginn gab es auch innerhalb des Forums im vergangenen Jahr. Da sind Abschiede und Neubesetzungen im Personalstamm zu benennen. Eine unserer langjährigsten Mitarbeiterinnen, **Kristine Michaelis**, hat uns aus Altersgründen verlassen. Sie hat die Arbeit der Krebsberatungsstelle jahrzehntelang mit geprägt und sehr früh schon die Begleitung von Kindern erkrankter Eltern etabliert – herzlichen Dank! Auch der APD musste personelle Veränderungen hinnehmen. Mit dem Weggang von **Frau Franke und Herrn ten Bosch** haben wir erfahrene MitarbeiterInnen verloren. Zum Glück konnten wir die entstandenen Lücken rasch füllen – darüber berichten wir auf der nächsten Seite.

Auch im Vorstand haben wir einen Weggang zu ersetzen. In den zurückliegenden, wirtschaftlich mit großen Risiken belasteten Jahren konnten wir uns auf den Einsatz und die große berufliche Erfahrung von **Ingo Schreiber** verlassen, wofür wir ihm sehr dankbar sind. Er hat Celle leider im Herbst verlassen und steht uns bis zur Neuwahl nur noch virtuell zur Seite. Wir hoffen bald ein neues engagiertes Vorstandsmitglied mit großem Einblick in finanzielle Abläufe zu finden.

Im Vorstand haben wir uns im zurückliegenden Jahr viel mit der weiteren Ausrichtung des Forums beschäftigt. So sind wir u.a. **auf der Suche nach einer neuen „Wohnung“** für unseren Verein. Der derzeitige Mietvertrag endet in wenigen Jahren, die jetzigen Räumlichkeiten lassen viel zu wünschen übrig. In den nächsten Monaten werden wir uns mit diesem Thema weiter intensiv beschäftigen.

Sie sehen, Neuanfang und Veränderungen sind in allen Bereichen eine Herausforderung. Im Namen aller Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter und des gesamten Vorstandes danke ich Ihnen für Ihre Begleitung und Ihr Interesse an unserer Arbeit. Unterstützen Sie uns bitte auch weiterhin! Gerade in den wirtschaftlich schwierigen Zeiten, die auf uns zukommen, brauchen wir Sie!

Von ganzem Herzen alles Gute,
Ihr Dr. med. Gerd Molsen

1. Vorsitzender

Den Vorstand des Vereins bilden unverändert ...

Marianne Sturm (Psychotherapeutin), Dr. jur. Volker Witte (Dipl. Kaufmann, Anwalt u. Notar), Dr. med. Cathérine Holterbach (Allgemeinmedizinerin), Dr. med. Gerd Molsen (1. Vorsitzender, Arzt i.R.), Heike Otto (2. Vorsitzende, Pflegedienstleiterin), Sandra Wiedemeier (Sozialversicherungsfachangestellte), Ingo Schreiber (Hoteldirektor)

v.l.n.r.



Der Vorstand wurde auf der Mitgliederversammlung vom 6.10.2021 für zwei weitere Jahre gewählt. Vertretungsberechtigt sind der 1. und/oder die 2. Vorsitzende mit jeweils einem weiteren Vorstandsmitglied.

Neubeginn - so lautet in diesem Jahr das Motto unseres Journals. Wenn etwas Neues beginnt, gehen dem meist Ereignisse voraus, die etwas beenden. So verabschiedeten wir unsere langjährige Mitarbeiterin **Kristine Michaelis** in ihren wohlverdienten Ruhestand. Dr. Molsen hat im Editorial bereits einen Dank an sie ausgesprochen. Ich möchte hier ihre Verdienste in der Krebsberatungsstelle und insbesondere ihr unermüdliches Engagement in der Arbeit mit Kindern und Jugendlichen hervorheben, die unter der Krebserkrankung von Familienmitgliedern leiden. Wir wünschen ihr für ihren neuen Lebensabschnitt alles erdenklich Gute.

Ein weiterer großer Verlust für die Krebsberatungsstelle war und ist das Fehlen unserer Mitarbeiterin **Marina Flockemann**, die aus gesundheitlichen Gründen bereits seit über einem Jahr nicht für ihre KlientInnen da sein kann. Wir wünschen ihr auf diesen Weg weiter gute Genesung. Da der Fachkräftemangel auch vor uns nicht Halt macht, mussten wir einen längeren Ausschreibungsprozess hinnehmen. Um so mehr freuen wir uns, dass wir im Mai **Karina Lückingsmeier** im KBS-Team willkommen heißen konnten. Sie hatte gerade ihren Masterstudiengang in Rehabilitationspsychologie mit einem hervorragenden Ergebnis abgeschlossen und ist bereits gut in unsere Arbeitsabläufe eingearbeitet. Zusammen mit der Diplom-Sozialpädagogin **Simone Hendricks**, die seit Januar mit nunmehr 35 Wochenstunden in der Krebsberatung tätig ist, ist Frau Lückingsmeier Ansprechpartnerin für Hilfe suchenden Familien. Beide widmen sich vorwiegend der Beratung und Begleitung von Kindern und Jugendlichen, die mit den Auswirkungen der Krebserkrankung eines Familienmitglieds umgehen lernen müssen.

Um Gruppenangebote ausbauen zu können, haben wir nach zusätzlicher personeller Unterstützung gesucht und dabei die erfahrene Krankenschwester **Astrid Harke** kennen lernen dürfen. Seit Mitte Januar ist sie Teil des Teams und leitet die Gruppe für trauernde Angehörige und eine neue Onko-Walking-Gruppe. Zusätzlich unterstützt sie **Frau Czekay** in der Akut-Beratung von Patienten im Allgemeinen Krankenhaus. Das Team der Krebsberatungsstelle besteht nun aus fünf hochqualifizierten Fachkräften, die sich - unterstützt von **Elke Kasten** als Assistenzkraft - 3,5 Vollzeitstellen teilen.

Auch in unserem ambulanten Palliativdienst gab es einige Veränderung. Nach dem Ausscheiden von **Nils ten Bosch** und **Sandra Franke** mussten wir mehr als eine volle Stelle neu besetzen. Beiden danken wir für Ihre stets gute und professionelle Arbeit und wünschen ihnen an dieser Stelle nochmals alles Gute für neue Herausforderungen. Im Juli konnten wir dann **Izabela Katzer** gewinnen, die zuvor auf der Intensivstation im AKH tätig war. Sie ist Krankenschwester und befindet sich derzeit in der Weiterbildung zur Palliativ Care Fachkraft. Durch den Wunsch von **Frau Segger** und **Frau Knoop**, ihre Wochenstunden aufzustocken, glichen wir den fehlenden Stundenanteil wieder vollständig aus. Derzeit begleiten so neun Mitarbeiterinnen verteilt auf 6,3 Vollzeitstellen die Betroffenen in palliativen Situationen und deren Familien in Celle und dem Landkreis.

Auch im Büro gab es eine personelle Veränderung, die manchen Anrufer irritiert haben könnte. **Dagmar Habermann**, die uns dort als ehrenamtliche Helferin unterstützte, verabschiedete sich in den Ruhestand. Wir danken ihr für ihre jahrelange verlässliche Arbeit! Glücklicherweise fanden wir in **Ira Winter-Kirschstein** rasch eine tolle Nachfolgerin - willkommen!

Am Ende bin ich selbst etwas erstaunt, wie bewegt das Jahr war. Aber es hat sich gelohnt! Unser Team ist wieder komplett und für alles Neue sehr gut aufgestellt.

Liane von Hoff

Geschäftsführerin



Abschied K. Michaelis



Karina Lückingsmeier



Astrid Harke



Izabela Katzer



Abschied D. Habermann

Neubeginn auf vielen Ebenen

Neues Personal und das Abebben der Pandemie haben zu einigen Veränderungen bei uns geführt. Ganz neu ist das Angebot der

Krebsberatung Online

Hier bieten wir Betroffenen die Möglichkeit, sich unabhängig von Ort und Zeit beraten zu lassen, auf Wunsch auch anonym. Für die Online-Beratung nutzen wir die Software Aygonet, die besonders verschlüsselt ist. Nach der Anmeldung erhalten Betroffene einen gesonderten Zugangscode. **Online leisten wir dann Hilfe bei der seelischen Bewältigung, beraten zu sozialrechtlichen Fragen und zur präventiv-integrativen Onkologie.** Das Angebot wendet sich an Patienten, die in Celle oder dem Landkreis wohnen, sowie an deren unmittelbare Bezugspersonen. Dafür stehen E-Mail, Videokontakt oder Chat zur Verfügung. Für Jüngere bis ca. 25 Jahre gibt es den gesonderten Bereich Kiju. Eine Online-Beratung kann selbstverständlich auch in eine persönliche Beratung in unserer Beratungsstelle münden. - Die Online-Beratung ist ein bis 2024 von der Deutschen Fernsehlotterie unterstütztes Pilotprojekt. Nach der Freischaltung des Angebots auf unserer Homepage (www.onko-forum-celle.de) schrieb unsere frisch zertifizierte Online-Beraterin Jana Czekay: „Eigentlich wollte ich heute Morgen am Jahresbericht weiterbasteln. Jedoch überwiegt die Freude und Lust, die ersten Anfragen für die Onlineberatung zu bedienen.“

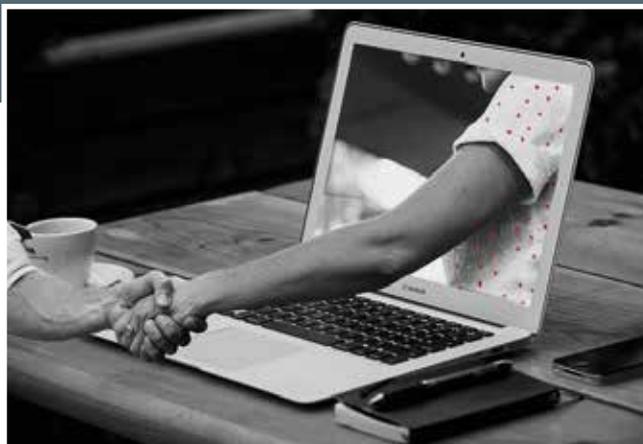


DEUTSCHE
Fernsehlotterie 1

Gefördert aus Mitteln der Deutschen Fernsehlotterie

Niedrigschwellige Terminsprechstunde

Weiterhin bieten wir statt der Offenen Sprechstunde, zu der sich niemand anmelden muss, weiterhin „nur“ eine **Terminsprechstunde unter 3G-Bedingungen** an. Betroffene erhalten zwar auch sehr kurzfristig ein Gesprächsangebot in der Krebsberatungsstelle, müssen sich dafür aber zuvor im Büro anmelden.



Sobald es die Pandemie zulässt, möchten wir die niedrigschwellige Offene Sprechstunde wieder anbieten, zu der Betroffene auch unangemeldet erscheinen können.

Vortragsreihe läuft, aber ...

auch hier setzen wir weiterhin auf 3G, Maske bis zum Sitzplatz und eine begrenzte Gästezahl. Anmeldungen sind deshalb bis zum Ende der Pandemie weiterhin zwingend notwendig.

Kurse unter besonderen Bedingungen

Bewegungskurse in Innenräumen (QiGong, Onko-Yoga) finden wieder statt, allerdings bis auf Weiteres unter **3G-Bedingungen** (getestet oder geboostert).

Selbsthilfegruppen (s. auch S. 8)

Alle Gruppen finden unter 3G-Bedingungen wieder statt. Die WIR-Gruppe trifft sich fortan als Selbsthilfegruppe. Endlich wieder eingerichtet wurde eine Gruppe für trauernde Angehörige unter Leitung von Astrid Harke.

„Lebensmut“ – Neue Gruppe für krebserkrankte Frauen

Monatlich lädt Karina Lückingsmeier zur Gruppe „**Lebensmut**“ ein. Das kostenlose Angebot richtet sich an Frauen, die eine **wiederkehrende oder metastasierte Krebserkrankung** diagnostiziert bekommen haben oder die von einer zweiten Krebserkrankung innerhalb kurzer Zeit betroffen sind. Neben dem gegenseitigen Austausch werden Aspekte wie der Umgang mit belastenden Gefühlen, Krankheitsverarbeitung, Stress, eigene Bedürfnisse und der Umgang mit nahestehenden Menschen thematisiert.

Neu: Achtsamkeit und Krebs

Kostenlos macht Jan Fromm unsere PatientInnen in einem sechsteiligen, jeweils anderthalbstündigen Kurs mit dem Begriff, der Haltung und der Übung von Achtsamkeit vertraut. Dabei hat die regelmäßige Übung einen großen Stellenwert.

Patientenfahrservice geplant

Zusammen mit den KollegInnen des ASB arbeiten wir

derzeit an einem Angebot, das es in Walsrode bereits seit längerem gibt. Wir möchten PatientInnen und Angehörigen, insbesondere auch Kindern, die es aus triftigen Gründen nicht schaffen, uns oder eine andere medizinisch-soziale Einrichtung zu erreichen, einen Fahrdienst anbieten. Gedacht ist dieses Angebot ausschließlich für Fahrten, für die es keine Kostenübernahme durch die Krankenkassen oder andere Leistungsträger gibt. Wir hoffen, den Service ab Frühjahr 2023 anbieten zu können.

Neubeginn im Kiju-Projekt

Im Frühjahr ging Kristine Michaelis in Rente, die die Begleitung von Kindern und Jugendlichen mit an Krebs erkrankten und verstorbenen Angehörigen im Onkoforum begründete und zwanzig Jahre lang prägte. Übernommen haben die „Kiju“-Arbeit unsere beiden Neuen, die Sozialpädagogin **Simone Hendricks** und die Rehabilitationspsychologin **Karina Lückingsmeier**. Die Gruppenstunden wurden daraufhin neu konzipiert. Thematisch ist das Gruppenangebot immer für ein halbes Jahr geplant. Eine Teilnahme ist aber auch für einen längeren Zeitraum möglich.



Karina Lückingsmeier und Simone Hendricks

Wenn ein Familienmitglied an Krebs erkrankt, verändert sich die Lebenssituation in der Familie dramatisch. Das Familiensystem gerät ins Wan-

ken. Eltern stehen vor vielschichtigen Herausforderungen, die sie überwinden müssen. Sie müssen sich selber mit ihren Gefühlen und Ängsten auseinandersetzen. Hinzu kommt die Unsicherheit im Umgang mit dem Kind.

Kinder spüren die Veränderung und tragen eine große Last mit sich. Sie haben mit heftigen Gefühlen zu kämpfen wie Verlustängsten, Hilflosigkeit, Wut, Scham, Schuldgefühlen, Enttäuschung, Ohnmacht und Einsamkeit. Oftmals wissen die Kinder und Jugendlichen nicht, mit wem sie darüber sprechen können und möchten ihre Eltern damit nicht belasten. Viele Kinder versuchen während der Krankheits- bzw. Therapiephase vor allem zu funktionieren. Ihre Überforderung zeigen sie dann durch Verhaltensauffälligkeiten und Schulprobleme. Viele entwickeln somatische Beschwerden.

Um dies aufzufangen gibt es das Kiju-Projekt.

Kinder wünschen sich den Austausch



Kiju

Gemeinsames Basteln stärkt die Lebensfreude

mit anderen, die ähnliches erleben, und eine altersentsprechende Aufklärung. Jede Altersstufe hat ihre eigenen Bedürfnisse.

Kinder im Grundschulalter realisieren vermehrt die Ernsthaftigkeit der Erkrankung und beschäftigen sich damit, ob das erkrankte Elternteil an der Krebserkrankung sterben kann oder wieder gesund wird. Schulkinder zeigen Interesse an medizinischen Abläufen. Bilder unterstützen dabei, Kinder über Untersuchungen und Behandlungsabläufe zu informieren.

Jugendliche reagieren häufig mit Rückzug auf die Erkrankung. Da ist es besonders wichtig, ihnen immer wieder das Gespräch anzubieten. Sie stellen nur wenige Fragen und ihre Bezugspersonen finden nur schwer Zugang. Jugendliche tauschen sich mehr unter Gleichaltrigen aus. Auch besteht vermehrt die Sorge, selber an Krebs zu erkranken.

Neubeginn auf vielen Ebenen

Nach wie vor bieten wir eine **individuelle Begleitung im Rahmen von Einzel- und Familiengesprächen sowie in altersgestaffelten Gruppen** an. Dabei informieren wir die Kinder über die Erkrankung, unterstützen sie emotional, geben ihnen einen geschützten Raum, um Gefühle und Sorgen loszuwerden und entwickeln gemeinsam Bewältigungsstrategien. Wir stärken sie im Umgang mit ihren Gefühlen, fördern ihre Selbstwahrnehmung und helfen ihnen, ihre ei-

genen Fähigkeiten und Stärken zu erkennen. Bevor die Kinder fest an einer Gruppe teilnehmen, führen wir ein **Erstgespräch** mit nahestehenden Bezugspersonen bzw. den Erziehungsberechtigten. Nach dem Familiengespräch laden wir dann das Kind zu einem **Probetermin** ein.

Fachpersonal aus verschiedenen Institutionen bieten wir sowohl Einzel- als auch Team-Gespräche an. Außerdem beteiligen wir uns an

Veranstaltungen, u.a. den Präventionstagen in Hermannsburg oder den Gesundheitstagen in Celle.

Das Beratungsangebot wendet sich an Kinder, Jugendliche und deren Bezugspersonen. Das können Eltern, Großeltern, Tante, Onkel, Freunde oder LehrerInnen sein.

Näheres zu den Gruppenangeboten finden Sie im Folgenden.

Selbsthilfegruppen in und um Celle

Kostenlose Treffen in Celle:

„Lebensmut“ – begleitete Gruppe für chronisch erkrankte Frauen, 1 x mtl. bei uns, Ltg. Karina Lückingsmeier, Kontakt übers Büro

Gruppe für trauernde Angehörige – trifft sich 1 x mtl. bei uns, Ltg. Astrid Harke, Kontakt übers Büro

Achtsamkeit und Krebs – begleitete Gruppe, 6 Termine, Freitagvormittag bei uns, Ltg. Jan-Markus Fromm, Kontakt übers Büro

Gesundheitstraining nach O. Carl Simonton – trifft sich 1 x mtl. bei uns, Kontakt übers Büro

Micky-Maus-Gruppe für Kinder von 6-9 Jahren mit erkrankten oder verstorbenen Angehörigen. Sie findet alle 14 Tage jeweils donnerstags von 16.00-17.30 Uhr statt. Anmeldungen übers Büro

Teens-Gruppe für Kinder von 10-13 Jahren mit erkrankten oder verstorbenen Angehörigen. Die Gruppe findet 14-tägig donnerstags von 16.30-18.00 Uhr statt. Anmeldungen übers Büro

Jugend-Café für Teenager von 14-18 Jahre – 1 x im Monat zum Austausch und aktiv sein. Anmeldungen übers Büro

Marathon-Girls („Langzeitüberlebende“) – treffen sich wöchentlich Dienstagvormittag bei uns, Kontakt übers Büro

Leben trotz Krebs – trifft sich 14-tägig in Celle, Kontakt über Elke Blazy, Tel. (0 51 44) 26 62

Prostatakrebs – trifft sich 1 x mtl., Kontakt über Jürgen Sadogierski, psc.juergen@web.de, Tel. 01 57 31 92 52 95

Trauer-Lebens-Welten – Gesprächskreis am ersten Mittwoch im Monat von 15.30-17.30 Uhr im ambulanten Hospiz, Guizettistraße 3, Anmeldung unter Tel. (0 51 41) 219 90 06

Außerhalb Celles:

Gruppe für Kehlkopfoperierte – trifft sich 1 x mtl. in Soltau, Kontakt über Peter Witzke, Tel. (0 51 91) 154 13

Brustkrebs – trifft sich 1 x mtl. in Walsrode, Kontakt über Anja Schmuck, Tel. 01 62 582 96 49

Stoma und Darmkrebs – trifft sich 1 x mtl. in Walsrode, Kontakt über Sabine Fuhrwerk, Tel. (0 51 61) 729 90

pflgewaechter.de: Das Sozialunternehmen unterstützt mit kostenlosen Dienstleistungen Betroffene, das zu bekommen, was ihnen zusteht.

Fragen Sie gern auch in unserem Büro nach weiteren Angeboten:

Kunsttherapeutisches Malen*, Onko-Yoga*, Onko-Walking*, QiGong*, Lachyoga*, Onko-Fitness, Onko-Rudern, Fatigue-Gruppe (geplant)

* = Teilnahme kostenpflichtig

Neubeginn nach einer Krebserkrankung

In Herausforderungen das Positive sehen

Nach einer erfolgreichen Krebstherapie stellen sich viele die Frage, wie es weiter gehen soll. Die Krankheit verändert die Menschen, die mit ihr kämpfen müssen, nicht nur körperlich, auch ihr tägliches Leben und Denken verändert sich oft stark. **So müssen Krebspatienten zunächst einmal wieder in den Alltag finden.** Einige fallen nach der Therapie in ein Loch und es fällt ihnen schwer, Ziele zu definieren oder die Motivation zum Weitermachen zu finden. Dieser Text möchte Ihnen zeigen, was Sie selbst tun können, um auch in schwierigen Zeiten optimistisch zu bleiben.

Dem Körper nach der Krebsbehandlung Ruhe gönnen

Krebspatienten suchen in vielen Lebensbereichen eine Veränderung. Sie brauchen vor allem Energie, um solche Prozesse zu meistern. **Wichtig ist es deshalb für sie, sich Ruhe zu gönnen.** Sicherlich merken Sie in alltäglichen Situationen, wie beispielsweise beim Treppenlaufen, dass Sie weniger Kraft als früher haben. Solche Momente können Sie vielleicht schlauchen und psychisch überfordern. Versuchen Sie aber nicht, sich mit ihrer körperlichen Verfassung vor der Erkrankung zu messen. Krankheit und Therapie sind eine große Belastung für ihren Körper. Akzeptieren Sie diese vorläufige Veränderung und gönnen Sie ihrem Körper **Ruhe, um zu alten Kräften zurückzufinden.** Nehmen Sie sich bewusst Zeit für sich und geben Sie sich die Möglichkeit zu entspannen und ihre Energiereserven wieder aufzuladen.

Mit Sport wieder zu Kräften kommen

Neben bewussten Auszeiten können Sie auch in kleinen Schritten anfangen, ihren Körper und seine alte Stärke wiederaufzubauen. Konzentrieren Sie sich dabei nicht auf das Problem und seine Herkunft, sondern suchen Sie die Herausforderung darin. Überlegen Sie sich, was Sie an ihrem Zustand ändern möchten und auch können. Sobald Sie sich im Klaren sind, können die nächsten Schritte weniger überwältigend erscheinen. **Überfordern Sie sich aber nicht und fangen Sie langsam an.** Stellen Sie keine Erwartungen an ihre körperlichen Fähigkeiten, sondern lassen Sie sich davon überraschen, wie Sie langsam Stärke zurückgewinnen.



Planen Sie zum Beispiel am Anfang jeder Woche regelmäßige Termine zum Spazierengehen ein.

Trotz der neuen Möglichkeiten nach der Therapie und dem wiedergewonnenen Lebensgefühl hadern viele Betroffene mit sich und fühlen sich oft fremd im eigenen Körper. **Helfen kann Bewegung oder Sport.** Probieren Sie unterschiedliche Aktivitäten aus und testen Sie, welche Sportart Sie sich zutrauen. **Das Onkoforum bietet Betroffenen z.B. regelmäßig Kurse zum Walking, QiGong, Yoga oder auch Rudern an,** die an die Bedürfnisse und Möglichkeiten von genesenden KrebspatientInnen angepasst sind. Bewegung hilft auch, einen mentalen Ausgleich zu finden. Außerdem wird bei sportlichen Betätigungen das Glücks-Hormon Serotonin ausgeschüttet, wodurch man sich optimistischer fühlt.

Neue Gewohnheiten schaffen, welche die Heilung unterstützen

Neues auszuprobieren und für sich selbst neue Ziele zu formulieren, sind ein erster Schritt in Richtung Optimismus. Damit Sie leichter an diesen Vorhaben festhalten können und vor allem langfristig davon profitieren, sollten Sie **neue Vorsätze in Gewohnheiten** umwandeln. Dabei kann es für Sie, wie für viele andere Betroffene nach der Krebserkrankung, schwierig werden, von alten Gewohnheiten abzulassen. Einige assoziieren damit Erinnerungen an ihr Leben vor der Erkrankung – obwohl diese Gewohnheiten vielleicht gar nicht förderlich für sie waren. Reflektieren Sie, was Ihnen in ihrer Situation guttut und welche Aspekte Sie in ihrer Zukunft ändern können. **Finden Sie deshalb neue Gewohnheiten,** wie beispielsweise eine ausgewogene Ernährung, eine Lieblingssportart oder regelmäßige Treffen mit Freunden, um wieder die schönen Seiten im Leben zu entdecken.

Insbesondere die Ernährung kann eine wichtige Rolle dabei spielen, ihren Körper von innen heraus zu stärken.

Durch die Krebserkrankung ist der Körper geschwächt und benötigt Nährstoffe. **Es ist wichtig, dass ihr Körper wieder zu Kräften kommt und das Immunsystem gestärkt wird.** Eine gesunde, ausgewogene Ernährung kann den Prozess positiv beeinflussen. Gesunde Ernährung bedeutet: eine vitamin- und eiweißreiche, pflanzliche Kost, viel Gemüse und Obst, mit Ballaststoffen, Hülsenfrüchten und unverarbeitetem Getreide. Vermieden werden sollte die Aufnahme von zu vielen gesättigten Fettsäuren und Kohlenhydraten. Einen ausführlichen Ratgeber zur Ernährung bei Krebs gibt es von der deutschen Krebshilfe gratis zum Download. Auch eine entsprechend geschulte Ernährungsberaterin kann Ihnen helfen.

”

Die wahre Lebenskunst besteht darin, im Alltäglichen das Wunderbare zu sehen.“

(Pearl S. Buck, Schriftstellerin)

Optimistischer werden

Körperliche Kraft ist das Eine – das Andere ist die Seele, die wieder gestärkt werden muss. Da es unterschiedliche Belastungen und somit keine allgemeingültige Lösung gibt, können verschiedene Strategien helfen:

Das Positive sehen! Sollten Sie einen Tag erleben, an dem vieles schief läuft und alles bergab zu gehen scheint: Suchen Sie die positiven Seiten. **Schaffen Sie sich jeden Tag ein positives Erlebnis**, so klein dieses auch sein mag und kosten Sie es aus. Achten Sie aber auch einfach mal auf sich selbst und loben Sie sich für das, was Sie gut meistern.

Regelmäßig lachen! Den Spruch „Lachen ist die beste Medizin“ haben Sie vermutlich schon gehört. Doch regelmäßig lachen kann wirklich befreiend wirken und die Sorgen für diesen Moment

verschwinden lassen. Im Onkoforum gibt es auch immer mal wieder sogenannte **Lach-Yoga-Kurse**. Fragen Sie uns danach!

Die Vergangenheit hinter sich lassen! Keineswegs ist eine Krebserkrankung ein Ereignis, das man schnell vergessen oder verarbeiten kann. Dennoch kann es helfen, bedrückende Gedanken und Was-wäre-Wenn-Gedankenspiele auszublenden. Denken Sie nicht darüber nach, wie es anders hätte laufen können, sondern **schauen Sie nach vorne**. Denn vor Ihnen könnten zahlreiche neue Möglichkeiten liegen.

Ziele setzen! Für einige kann es sehr hilfreich sein, sich ein fest definiertes Ziel sowie ein Start- und Enddatum zu setzen, um mit dem Vorsatz loszulegen. **Suchen Sie sich deshalb feste Ziele** und wenn notwendig, notieren Sie diese. So bleiben Sie an Ihrem Vorhaben dran, optimistischer zu werden.

Erfolge feiern! Wenn Sie eines ihrer Ziele oder Vorhaben erreicht haben, gilt vor allem eines: **Feiern Sie ihren Erfolg**. Auch wenn es sich zunächst ungewohnt anfühlt, belohnen Sie sich ruhig selbst und gönnen Sie sich ein wenig Stolz auf sich.

Solche Umstellungen gelingen oft nicht von jetzt auf gleich. Sollten Sie über einen längeren Zeitraum unter belastenden Gefühlen leiden, ist es ratsam, psychoonkologische Hilfe anzufragen. **Zögern Sie nicht, sich an unsere Krebsberatungsstelle zu wenden!**

Gemeinsam auf gute Gedanken kommen

Nehmen die negativen Gedanken überhand, hilft oft auch gemeinsame Zeit mit Freunden oder der Familie. Denn gegenüber ihren Liebsten können Sie belastende Gedanken meist leichter aussprechen und Sie können sie in ihre neuen Gewohnheiten mit einbeziehen. **Vielen Ängsten nehmen Sie damit den Schrecken und können so leichter das Positive sehen.** Sollte es ihnen schwerfallen oder unangenehm sein, ihre Gefühle mit der Verwandtschaft oder Freunden zu teilen, so können ihnen **Selbsthilfegruppen** mit anderen Betroffenen eine Stütze sein. Vielleicht haben diese einen ähnlichen Weg wie Sie bestritten und können ihnen mit Rat zur Seite stehen.



Wieder arbeiten nach der Krebserkrankung

Eine Beratung kann nicht nur im privaten Bereich helfen, sondern auch beim Wiedereinstieg in den Beruf. Auch hier unterstützt Sie jede Krebsberatungsstelle. **Da der Beruf sowohl körperlich als auch geistig zunächst herausfordernd sein kann, sollten Sie nichts überstürzen.**

Diverse Modelle zur Wiedereingliederung in den Beruf ermöglichen es, einen sanften Einstieg zu gestalten. Dazu zählt z.B. das **Hamburger Modell**, bei dem mit einer reduzierten Arbeitszeit begonnen wird, die stetig erhöht wird. Schrittweise können Sie sich dann wieder an ihren Arbeitsalltag gewöhnen. Wichtig ist, ihren Arbeitgeber zu informieren, sobald es Ihnen einmal doch zu viel wird. Es ist völlig normal, dass Sie nach der Behandlung unter

Müdigkeit leiden oder Konzentrationsschwächen haben. Der Austausch mit Kollegen, Routine sowie Spaß und Erfolg bei der Arbeit können ihren Alltag bereichern. Ein positives Arbeitsumfeld kann auch ihrer psychischen Situation guttun.

Sichtweise auf das Leben beibehalten

Für welche Option Sie sich entscheiden, liegt vollkommen an Ihnen und ihrer Lebenslage. Wichtig ist nur, ihre jetzige Situation zu akzeptieren und zu wissen: Sie können etwas tun! Sie können zu ihrer Lebensqualität beitragen, ihr Leben positiv verändern und langersehnte Ziele erreichen. Wir wünschen Ihnen viel Erfolg und wertvolle Momente.

Geringfügig redigierter und ergänzter Nachdruck aus www.die-wertvollen-momente.de/blog/leben-mit-krebs/neubeginn-nach-erkrankung.

Nachruf



Glücklich ist der Mensch, der seinen Nächsten trägt in seiner ganzen Gebrechlichkeit.
(Franz von Assisi)

Das Onkologische Forum Celle trauert um sein ehemaliges Vorstandsmitglied

Pastor Udo Titgemeyer

Pastor Titgemeyer hat die Arbeit des Onkologischen Forums Celle über viele Jahre begleitet.

Er wurde als Ansprechpartner von Patienten, Angehörigen und Mitarbeitern geschätzt, seine aus dem Herzen kommende liebevolle und positive Lebenseinstellung hat uns allen geholfen.

Wir erinnern uns an viele gemeinsame Gespräche, für seine enge Verbundenheit und Treue sind wir sehr dankbar. Un unseren Erinnerungen bleibt er lebendig!

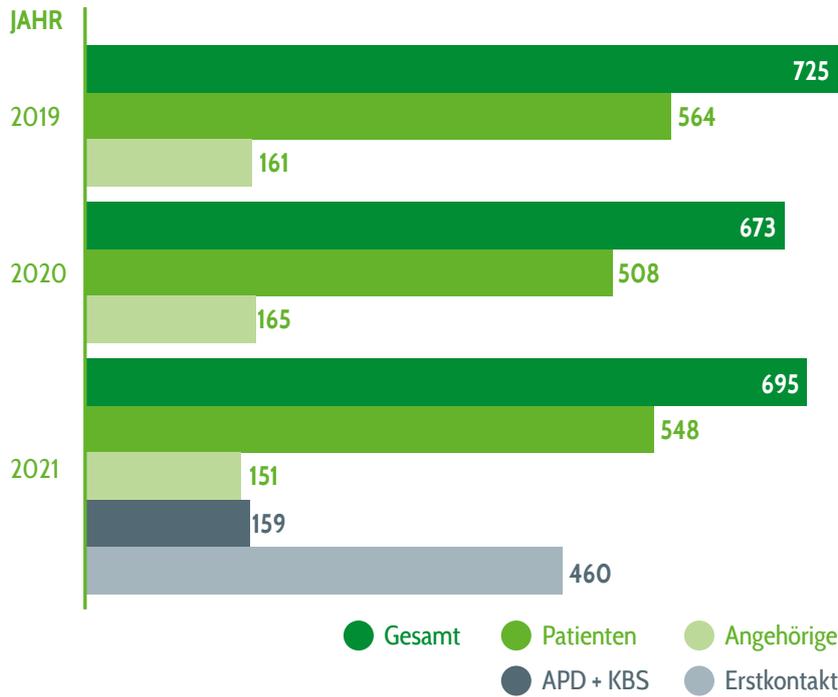
Die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter
Der Vorstand



Onkologisches Forum Celle e.V.



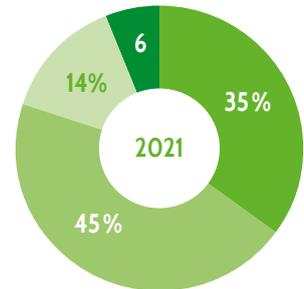
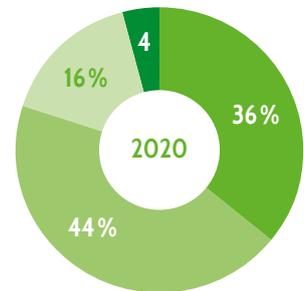
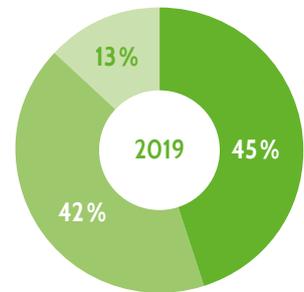
Anzahl Ratsuchender



Etwa 3/4 der Ratsuchenden sind weiblich.



Geographische Verteilung unserer Begleitungen in %

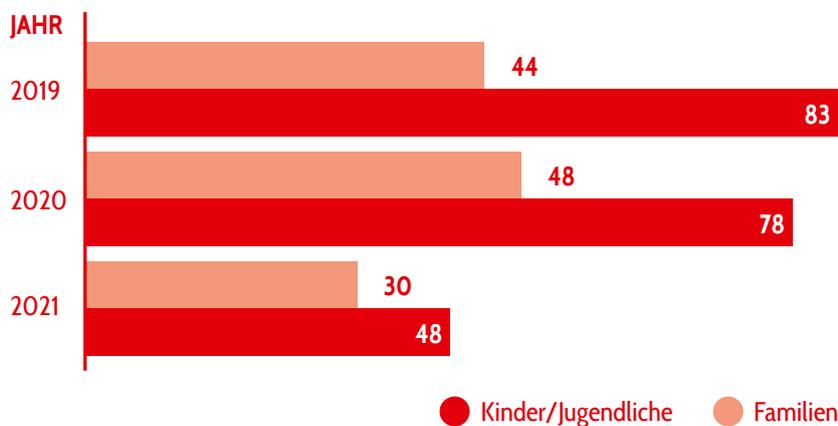


- Begleitung Stadt Celle
- Begleitung Landkreis Celle
- Begleitung überregional
- Begleitung ohne Angabe

Anzahl Beratungen



Anzahl begleiteter Familien und Kinder/Jugendliche

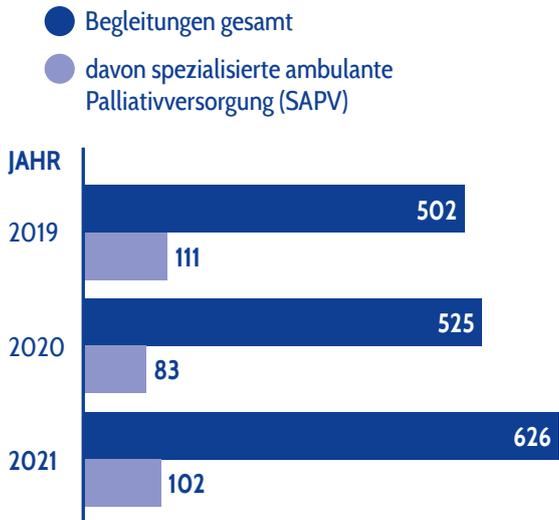


Anmerkung:

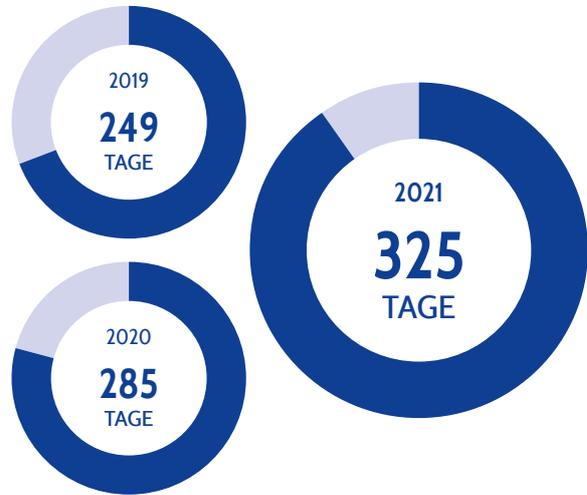
Gründe für die sinkenden Zahlen sind die Pandemie und der enorme Personalausfall 2021..



Anzahl begleitete Patienten

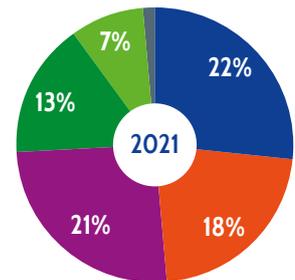
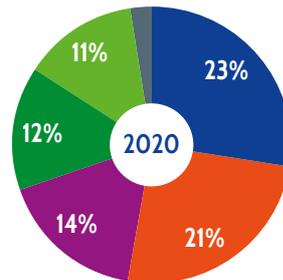
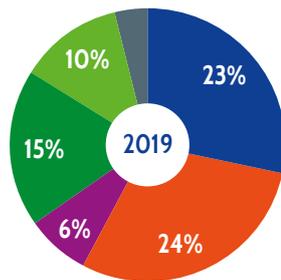


Durchschnittliche Dauer der Begleitungen



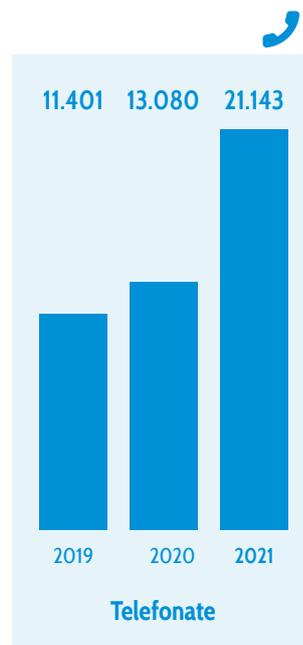
Erstkontakte durch ...

- Angehörige / Patienten
- Hausarzt / Facharzt
- Pflegedienst/-heim
- AKH
- KBS / offene Sprechstd.
- Sonstige



Art der Begleitungen

Entwicklungen 2019 - 2021



Anmerkung:

Die steigenden Zahlen von Erstkontakten in Pflegeheimen sind ein Ergebnis des Heimprojekts.



Neuanfang mit Visualisierung* und Bewegung

Gerald Sommer ist heute 63 Jahre alt, stellvertretender Landrat und Landesmeister im Triathlon-Sprint. Vor sieben Jahren, im Februar 2015, ereilte ihn der Schock seines Lebens. Blut im Stuhl erzwang eine Darmspiegelung, die ein Karzinom zeigte. Wenige Tage später wurde er bereits operiert, der Krebs hatte bereits gestreut. **„Ich befand mich im Stadium III b. Da liegt die Überlebenschance nicht mehr besonders hoch.“** Der Schock zwang den Leistungssportler buchstäblich in die Knie.

Doch schon im AKH besuchte ihn eine Psychoonkologin aus dem Onkoforum. Während der anschließenden Chemotherapie kam eine Kollegin aus dem APD sogar zum Hausbesuch. **„Das war ein tolles Gespräch mit praktischen Tipps. Dass man was machen kann, das hat mich befreit“**, erzählt Sommer. Es half auch Frau und Tochter. Während der folgenden sechs Monate „krasser Chemo“ war die Übelkeit kaum erträglich. **„Zum Glück trug mich meine Familie. Meine Tochter nahm sich extra ein Urlaubssemester, um zuhause zu sein.“** Sogar aus der Politik kam Unterstützung. Der Kreisausschuss, in dem Sommer seit Jahren mitbestimmte, sandte eine „Genesungskarte mit Blumenstrauß vom Landrat“.

Schon in der zweiten Chemo-Woche begann Sommer wieder mit dem Sport und Physiotherapie – was bis vor wenigen Jahren noch keineswegs überall empfohlen wurde. Bald kam er auch wieder zu Ausschusssitzungen – mit der Chemopumpe unterm Arm. **„Dreimal Joggen pro Woche – das war sehr mühsam. Aber ich wusste: Sport hilft! Mein Ziel war von Anfang an der kleine Triathlon in Müden. 400 m Schwimmen, 20 km Radfahren, 4 km Laufen – den Zieleinlauf habe ich ständig visualisiert.“** Das „tolle Feedback“ seiner Haus- und Fachärzte wie auch das empfohlene Gesundheitstraining nach O. Carl Simonton, Meditation und Achtsamkeitstraining stärkten Sommer auf seinem Weg.

„Auch Statistiken habe ich ohne Ende visualisiert. Die Überlebensrate vergrößerte sich mit jedem Schritt.“ In der Reha blieb Sommer solange, bis er es wieder schaffte, das gesamte Kneippbecken auf einem Bein zu durchwandern. **„Solange bleibst du hier!“** – das hätte er am liebsten allen



gesagt, die ihre Kur nicht verlängerten. **„Die Reha sollte solange wie möglich dauern. Niemand muss sich dafür entschuldigen!“** Trotzdem war Sommer lange unsicher, ob er sich seinen Traum vom Zieleinlauf in Müden erfüllen können. Die Zweifel an der Leistungsfähigkeit des eigenen Körpers nahmen ihm schließlich Sportärzte im Olympiastützpunkt Niedersachsen, die Trainingsempfehlungen und Sicherheit gaben. Kaum mehr als ein Jahr nach der niederschmetternden Diagnose freute sich Sommer dort über **„279 Watt – die normale Leistung in meinem Alter“**.

Gerald Sommer erreichte am 2.7.2017 den Zieleinlauf in Müden. Er war Lehrer. Mittlerweile ist er pensioniert. Nach der letzten Kommunalwahl wählte ihn der Kreistag zu einem der drei Stellvertreter des neuen Landrats – **auch das ein toller Neubeginn**. Längst betreibt er wieder regelmäßig Leistungssport. 2021 wurde er Landesmeister im Triathlon-Sprint seiner Altersklasse, 2022 mit einem Team des VfL Westercelle Mannschaftslandesmeister im 10 km Straßenlauf. **„Um dahin zu kommen, habe ich mir mein eigenes Fünfsäulen-Modell entworfen: Familie und Freunde, psychoonkologische Begleitung, Sport, Ernährung, Meditation und Visualisierung – das sind die fünf Ecken, um die es geht. „Es gab Phasen, wo ich nicht mehr an mich geglaubt hab. Es war ein langer, langer Triathlon.“**

Das Gespräch mit Gerald Sommer führte Fritz Gleiß Mitte September, zwei Tage nach der „Tour fürs Leben“, bei der Sommer begeistert „ohne großen sportlichen Stress“ rund 80 km auf dem Rennrad zurücklegte.

** Die Visualisierung bzw. gelenkte Imagination ist eine Technik, bei der über die Vorstellungskraft ein tiefer Entspannungszustand erreicht werden soll. Dies hilft dem Patienten bei der Selbstwahrnehmung und soll seine Krankheitswahrnehmung positiv beeinflussen. Bei der gelenkten Imagination handelt es sich um ein lebensorientiertes Verfahren, welches vor allem Themen wie Lebensfreude und persönliche Zielsetzung betont. (nach: curado.de)*



Optimismus beeinflusst den Krebsverlauf positiv

Dr. Silvia Nold von der österreichischen Selbsthilfe-Plattform *selpers.com* interviewte den Wiener Psychotherapeuten Marc Sattler, wie man **Krebs als Chance für eine Neuorientierung** begreifen kann.



Marc Sattler

selpers: *Herr Sattler, wie wirkt sich eine Krebserkrankung auf die Psyche aus?*

Sattler: Die Diagnose „Krebs“ löst häufig eine Krise aus. Sie gefährdet die weitere Lebensplanung und stellt vieles in Frage. Werde ich je wieder gesund? Welche Eingriffe und Behandlungen kommen auf mich zu? Werde ich sterben? All diese Gedanken tauchen auf, die innere Balance ist aus dem Gleichgewicht gebracht.

Von Gerald Sommer empfohlene Literatur:

O. Carl Simonton:
Auf dem Wege der
Besserung – Schattauer

Rank, Freiburger, Halle:
Sporttherapie bei
Krebserkrankungen – Schattauer

David Servan-Schreiber:
Das Anti Krebs Buch – Goldmann

selpers: *Wie reagiert die Psyche in weiterer Folge?*

Sattler: Verschiedene Schutzmechanismen unserer Psyche versuchen in einer Art Erste-Hilfe-Programm für momentane Stabilisierung zu sorgen. In der Psychologie sprechen wir von Abwehrmechanismen, die einsetzen. Sie dienen dazu, von den begleiteten Gefühlen nicht gänzlich überflutet zu werden und so in Etappen die Krise zu bewältigen.

selpers: *Welche weiteren Auswirkungen hat die Diagnose?*

Sattler: Die Krebsdiagnose trifft nicht nur den erkrankten Menschen, sondern auch sein familiäres Umfeld. Der Alltag der Familie verändert sich, bekannte Strukturen müssen durch neue ersetzt werden, Flexibilität und Neuorientierung sind gefragt. Aus Angst und Sorge, den anderen zu belasten, wird häufig geschwiegen und es entsteht ein distanziertes Miteinander, das meiner Erfahrung nach eher belastend als hilfreich ist.

selpers: *Was wäre hilfreich für Angehörige?*

Sattler: Das Aussprechen der Gefühle kann entlastend sein. Wichtig ist zu wissen, dass es normal ist, unterschiedliche Gefühle zu empfinden. Die Offenheit auf der emotionalen Ebene führt zu einer gestärkten Verbindung in der Beziehung. Dies ist nachweislich eine der wichtigsten Ressourcen für die Betroffenen.

selpers: *Kann man Optimismus, also positives Denken „lernen“?*

Sattler: Positives Denken und Optimismus beeinflussen den Krankheitsverlauf günstig. Dennoch ist Vorsicht geboten: Positives Denken um jeden Preis führt zu Stress, Schuldgefühlen und weg von sich selbst. Falsch verstandenes positives Denken kann verhindern, dass wir uns wichtigen Realitäten der Krankheit stellen. Alles hat seine Zeit, die Verzweiflung und die anschließende Trauer über den Verlust, genauso wie der optimistische Blick in die Zukunft. Und das können wir lernen: Innehalten, Annehmen, Verstehen, Handeln.

selpers: *Wie kann man die Krise in eine Chance bzw. einen Neuanfang verwandeln?*

Sattler: Die Herausforderung besteht darin, sich selbst als Person in der veränderten Wirklichkeit und dem veränderten Selbstverständnis, welches durch die Krankheit entstanden ist, wieder zu fassen zu bekommen. Dafür ist es notwendig, sich der neuen Situation zu stellen. Dazu gehört, sich zu informieren und Gespräche zu suchen. Diese Auseinandersetzung wird mich als Mensch herausfordern, eine eigene Haltung, die mir als Mensch entspricht, zu entwickeln. Gelingt diese personale Stellungnahme, ist meist ein Wendepunkt erreicht, von dem aus ein neuer Anfang möglich ist.

Leicht gekürzter Nachdruck mit freundlicher Genehmigung von *selpers.org*.

Nach dem Krebs ein beruflicher Neubeginn?

Nach überstandener Krebsbehandlung fragen sich viele Patienten, ob sie in ihrem früheren Beruf noch arbeiten können und wollen.

Die Diagnose Krebs ist für den betroffenen Menschen ein gravierender Einschnitt in sein Leben. Viele Gewohnheiten, Einstellungen und Lebensfragen sind zu überdenken und möglicherweise vor dem Hintergrund der Erkrankung neu zu bewerten.

Das gilt auch für die berufliche Situation. **Was will ich in meinem Leben erreichen? Was sind meine Ziele? Wie wichtig sind mir Beruf und Arbeitsleben?** Das sind häufige Fragen, die Krebspatienten vor allem in der Phase der Genesung bewegen. Nicht immer liegen die Antworten klar auf der Hand: Zurück in die gewohnten Strukturen ist einerseits verlockend. Oft aber reizt auch die Chance auf einen Neubeginn. Ballast abwerfen, sich auf sich selbst besinnen, endlich Lebensträume realisieren, sich selbst verwirklichen – nicht wenige Krebspatienten möchten diese Chance nutzen, sind aber unsicher, ob sich solche Wünsche und Sehnsüchte erfüllen lassen.

„Es ist in einer solchen Situation hilfreich, sich mit anderen Menschen zu beraten“, erklärt Diplom-Psychologin Professor Dr. Anja Mehnert aus Leipzig. Das sollten nach ihren Worten vor allem Menschen sein, die einen kennen und denen man vertraut, also Angehörige, Freunde und gute Bekannte. Hilfreich ist auch die Kontaktaufnahme zu entsprechenden Beratungsstellen wie etwa Krebsberatungsdiensten, Landeskrebsgesellschaften oder auch Selbsthilfegruppen sowie die Beratung im Rahmen der onkologischen Rehabilitation. Die Mitarbeiter in solchen Organisationen wissen sehr gut Bescheid über die sozialrechtlichen Möglichkeiten.



Ist eine **Neuorientierung** im ursprünglichen Betrieb möglich oder soll generell ein Neustart in einem anderen beruflichen Bereich angestrebt werden? Ist ein **Berufswechsel** sinnvoll und besteht die Chance auf eine **Umschulung**? Möglicherweise ergibt sich in den Gesprächen aber auch, dass eine Wiederaufnahme der Arbeitstätigkeit gar nicht unbedingt erforderlich ist, weil der Betreffende auch ohne das Arbeitseinkommen finanziell abgesichert ist. Dann besteht, so Prof. Mehnert, „eine reale Chance, seine Träume zu verwirklichen, endlich den Sprachkurs in der Volkshochschule zu belegen, seine Zeit der Malerei zu widmen, sich ehrenamtlich sozial zu engagieren, zu reisen oder anderen Hobbies nachzugehen, die einem Freude machen.“

Nachdruck eines Texts aus „Lebenswege - Forum für Krebspatienten und ihre Angehörigen“ mit freundlicher Genehmigung der WORTREICH Gesellschaft für individuelle Kommunikation mbH, Limburg.



Neue Kompetenzen

Weiterbildung und stets auf der Höhe der Zeit zu sein, gehört zu unserem Leitbild. Zwei grundsätzliche Qualifikationen setzen wir voraus: So soll jede Kraft in der Krebsberatungsstelle als Psychoonkolog:in ausgebildet sein, alle Fachkrankenpflegekräfte im APD sollen die Palliativ Care-Fortbildung durchlaufen haben. Wer neu bei uns anfängt, bringt die Qualifikation entweder mit oder verpflichtet sich, sie zu erwerben. Die Kosten übernehmen dann wir, suchen aber zugleich auch nach Geld von Dritten. Eine jährliche Förderung für Fort- und Weiterbildung seitens des Landkreises hilft zwar, reicht dafür aber nicht. So wird die Palliativ-Care-Ausbildung seit Jahren teilweise auch von der NBank bezuschusst.

In den letzten Jahren erwarben einzelne Kolleginnen weitere Zertifikate. **So ist Jana Czekay** seit zwei Jahren **zertifizierte Beraterin für präventive-integrative Onkologie (PRIO)**. Darunter fallen Themen wie Ernährung, Bewegung, Spiritualität, ergänzende oder symptomlindernde Maßnahmen wie z.B. Mistel-, Vitaminpräparate sowie andere komplementäre Mittel, die „nicht immer sinnvoll, zum Teil sogar schädlich sind“, so Czekay.

Seit 2021 ist Jana Czekay auch zertifizierte Online-Beraterin (DGOB), ein Zertifikat, das kurz darauf auch ihre Kollegin **Simone Hendricks** erwarb. **Jan-Markus Fromm** beendet dieser Tage seine Weiterbildung zum **Psychoonkologen**, während **Astrid Harke** und **Karina Lückinsgmeier** damit starten. Ein Jahr lang werden sie sich in über hundert Fortbildungseinheiten mit Themen zu psychoonkologischen Grundlagen, Diagnostik, Interventionen, Palliation, Sterben, Tod und Trauer beschäftigen. **Simone Hendricks** beginnt diesen Winter eine anderthalbjährige Weiterbildung zur **zertifizierten systemischen Kinder- und Jugendtrauerbegleitung** und wird danach die spezifischen Bedürfnisse von trauernden Kindern und Jugendlichen sicher noch qualifizierter verstehen.

Auch Fortbildungen zum **Update der beruflichen Inhalte** sind für die tägliche Arbeit unverzichtbar. So nehmen unsere Mitarbeiter:innen regelmäßig an Fachkongressen teil und besuchen Tagesfortbildungen zu Themen, die sie in ihrem Berufsalltag begleiten.

Daneben bieten wir auch selbst Weiterbildungen an. So stellen wir alle ein, zwei Jahre die DozentInnen für einen Bildungsurlaub für Gesundheitspflegende in Hermannsburg zu den Themen Trauer, Palliative Care und Sterben. Auch für Kurzfortbildungen zu palliativen Pflegethematiken stehen unsere Mitarbeiterinnen auf Anfrage zur Verfügung.

Neue Homepage!

Monatelange engagierte Arbeit unseres Designers Tim Meyer, größtenteils pro bono, hat sich ausgezahlt. Unsere **neue, deutlich übersichtlichere Homepage** ist seit Jahresbeginn online (www.onko-forum-celle.de). Wir freuen uns auf Ihre Rückmeldungen!

Stiftung St. Josef Celle unterstützt palliative Arbeit in Heimen

Seit mehr als drei Jahren bietet der **Ambulante Palliativdienst Pflegeheimen im Landkreis Hilfe und Expertise im Umgang mit Bewohner:innen** an, die eine palliative Diagnose haben. Diese Arbeit, die dem Ausbau der palliativen Kompetenz unter Betroffenen wie auch Pflegenden dient, wurde durch eine Projektförderung der Deutschen Fernsehlotterie möglich, die im Sommer 2022 auslief. **Daraufhin bemühten wir uns um eine Anschlussfinanzierung durch die Stiftung St. Josef Celle.** Nach der Zusage betonte deren Vorstandsvorsitzende Kathrin Flachsbarth, wie gut sich der Stiftungszweck mit dem Ziel des „Heimprojekts“ im Onkoforum decke. „Wir wollen, dass den Menschen bis zuletzt die **größtmögliche Lebensqualität** ermöglicht wird und Schmerzen möglichst früh vermieden werden. Dabei hilft eine erfahrene, palliative Begleitung, wie sie das Onkoforum beispielhaft bietet. **Dass dies verstärkt auch Heimbewohner:innen zugutekommt, freut mich sehr.**“



Bereits im letzten Jahr konnte ich über die endlich vollzogene **gesetzliche Regelfinanzierung** für Krebsberatungsstellen berichten. Rückwirkend seit 2020 profitieren wir von dieser Förderung durch den Dachverband der gesetzlichen Krankenkassen (GKV), der seitdem einen Großteil der Personalkosten und pauschalierte Miet- und Sachkosten im Bereich der Krebsberatung abdeckt. Von den fehlenden 20% werden inzwischen weitere 15% durch die Kommunen und das Land übernommen. Diesen Zuschuss erhielten wir 2022 zum ersten Mal. Bis heute nicht öffentlich übernommen werden die Kosten für diverse **Gruppenangebote, die weiterhin ausschließlich aus Spenden** finanziert werden müssen.

Auch wenn durch das Antragsprozedere einiges an Verwaltungsaufwand hinzugekommen ist, sind wir dankbar für diese **Stabilisierung unseres Haushaltes**. Rund eine halbe Stelle in der Krebsberatungsstelle wurde und wird zudem seit Jahren vom AKH finanziert, dessen Krebs-Patienten wir auf verschiedenen Stationen für eine Akut-Beratung zur Seite stehen – ein für onkologische Zentren unverzichtbares Angebot. **So ist unser Gesamtspendenbedarf mittlerweile auf die planbare Größe von rund 60% gesunken.**

Im Bereich des **Ambulanten Palliativdienstes sind weiterhin fast alle Kosten spendenfinanziert**. Hier sind lediglich Leistungen im Bereich der Spezialisierten Ambulanten Palliativversorgung (SAPV) durch eine Kooperationsvereinbarung mit der Stiftung Celler Netz pauschalisiert refinanziert. Ein kleiner zusätzlicher Betrag ergibt sich aus Erstattungen der Krankenkassen für die Leistungen, die wir im Bereich der Behandlungspflege erbringen (2021: 1.814,00 €). **Der Hauptteil der Arbeit im APD sind Beratungs- und Hilfsleistungen, die die öffentliche Hand nicht finanziert.** Um genau diese Lücken zu überbrücken, gibt es uns.



Die großzügigen **Mitgliedsbeiträge, die ca. 10% unseres Finanzbedarfs ausmachen**, eine inzwischen bei 30.000€ liegende jährliche **Förderung durch die Celler Krebsstiftung, Erlöse aus Großveranstaltungen** wie dem Entenrennen, dem Kräuter- und Staudenmarkt oder der Tour fürs Leben und die vielen, vielen **Einzelspenden**, die uns trotz der angespannten Wirtschaftslage erreichen, lassen uns erneut einen **Jahresabschluss ohne Defizit** erwarten.

Abschließend möchte ich auf das positive Jahresergebnis für 2021 eingehen, das mit 200.000 € sehr hoch ausfiel. Der Hauptgrund für diesen Überschuss war eine Nachzahlung der Fördergelder aus der neuen Regelfinanzierung der Krebsberatungsstellen. So erhielten wir die Förderung für zwei Kalenderjahre auf einmal.

Ich möchte mich an dieser Stelle bei Ihnen für Ihre steife und verlässliche Unterstützung bedanken. Ihre Zuwendungen, die ehrenamtliche Unterstützung und das großartige Feedback, das uns regelmäßig erreicht, zeigt Ihr Vertrauen in unsere Arbeit und ermöglicht uns die Realisierung der vielen unterschiedlichen Hilfsangebote für Betroffene in Stadt und Landkreis Celle.

Herzlichen Dank!

Liane von Hoff, Geschäftsführerin



Zwei Aktionen sichern jährlich gut 10% unserer Einnahmen:

So sammeln wir in rund 50 Praxen in Celle und dem Landkreis Zahn-goldspenden von PatientInnen. An über 100 Orten stehen zudem unsere Spendenboxen. Beide Sammlungen werden ehrenamtlich betreut – wie schön!



Kräuter- und Staudenmarkt: Viele großzügige Gäste



Losverkauf

Alles stimmte: Das Wetter, der wunderbare Veranstaltungsort, die Stimmung, die Gespräche und die Großzügigkeit unserer Gäste, die einen **Gesamterlös von wieder gut 5.000 €** für unsere Arbeit zusammenbrachten. Nach zwei Jahren Pandemie-Pause wurde der nunmehr **16. Kräuter- und Staudenmarkt zu Himmelfahrt auf Hof Wietfeldt in Bennebostel** fast wie gewohnt zum tollen Erlebnis.



Waffelverkauf



Hauptpreis-Gewinnerin

Kein Kind ging ohne einen Gewinn aus der Tombola nach Hause. Für gute Stimmung unter den Kleinsten sorgte auch die **Zauberei von Magic Henry.** Die Hauptgewinnerin unter den Erwachsenen, die eine federleichte, luxuriöse Eiderentendaunendecke von Betten Gebers gewann, strahlte wie eine Honigkuchensiegerin, während sich ihr Mann spätere Fragen nach dem Verlauf der ersten Nacht verbat. **Schon um halb eins waren alle Lose vergeben, und trotzdem blieben viele Gäste bis in den Nachmittag.**



Magic Henry



Kinder-Losverkauf

Gar keine Frage: **Es gefiel allen gut auf Wietfeldts Hof!** Auch dafür, für das liebevolle, zugleich preisgünstige Catering und den gespendeten Waffelteig, sagen wir hier nochmals Danke an die Gastgeber. Bedanken möchten wir uns auch bei allen Pflanzen- und Preisspendern und unseren vielen ehrenamtlichen Helferinnen (und Helfern!).



Farben



3. Celler Entenrennen unter guten Sternen

Das 3. Celler Entenrennen, bei dem sich am 9. Juli **mehr als 4.900 gelbe und gut 300 blaue Enten** auf der Aller tummelten, stand unter mindestens vier guten Sternen. **Strenggenommen hätte es gleich viermal scheitern können.** Erst brach ein Besucher auf dem Gelände zusammen (was dank der anwesenden Helfer glimpflich endete), dann stürzte sich der einzige Regenguss der letzten Monate auf das vom CRV großzügig zur Verfügung gestellte Gelände, dann ließ sich der mit gut 400 kg Rennenten gefüllte, von THW-Freiwilligen **extra neu gebaute Entenstartcontainer** auch nach 15 Minuten

Zug- und Dreharbeit nicht öffnen (am Ende half ein mutiger DLRGler mit dem Hammer) und schließlich verhinderten Gegenwind, Verkrautung und ausbleibende Strömung, dass die Rennenten ihre an-

empfohlene Rennstrecke hinunter zur Pfennigbrücke bewältigen konnten. (Die Malheure mit dem in zehn Me-

tern Höhe feststeckenden Hubsteiger und der vom Regen mehrmals stillgelegten Mikrofonanlage rechnen wir bei den vier Sternen noch nicht-einmal mit.)

Trotz allem hatten praktisch alle Besucher und Enten ihren Spaß. Und am Schluss gab es dank vieler gelungener B-Pläne und einer den störrischen Enten entgegengezogenen Entenzielfalle auch genügend Sieger:innen auf der Terrasse des Divino für die **80 attraktiven Erlebnispreise.**

Das Benefizevent erlöste rund 33.000 € für unsere Arbeit. Für die parallel durchgeführte **Solidaritätsaktion für die Ukraine** stiftete uns der Itzehoer Verein „Störauf“ die passenden blauen Enten. Elf Serviceclubs aus Celle und dem Landkreis brachten dafür **zusätzlich 4.707 €** auf.



Blaue Enten als Zeichen der Solidarität



Sponsorenenten suchen Schutz im Schilf vor Wolkenguss



1. Celler Kükenrennen

Herzlichen Dank nochmals allen Beteiligten, insbesondere unseren ehrenamtlichen HelferInnen und Magic Henry, den freiwilligen Helfern von DLRG und THW und aus dem Paddel Klub Celle. Auch den vielen Sponsoren sei gedankt, ganz besonders den dm-Frauen, die stundenlang begeisterte Kinder schminkten!

Start nach 15 Minuten Gezerre



2. Tour fürs Leben: 215 waren dabei und begeistert!

Rund 30 bewegungsbegeisterte Menschen entschieden sich noch spontan am Sonntagmorgen, dann ging es los: **Mehr als 150 Fahrradfahrer, zwei Dutzend Wandernde und zwei Handvoll LäuferInnen** begaben sich am Sonntag, dem 11.9., auf die „Tour fürs Leben“ von Celle über Lachendorf nach Eschede. Das Benefizevent fand nach 2019 zum zweiten Mal statt und soll im Zweijahresrhythmus zur festen Institution wie die Regatta „Rudern gegen Krebs“ werden. Besseres Wetter konnte es für die 2. Tour nicht geben - **so hatten alle ihren Spaß!** Und vielleicht am Ende auch schwere Beine, denn viele Fahrradfahrer fuhren von Eschede noch wieder zurück nach Celle.

An der liebevoll ausgeflaggten Strecke durch die schöne Südheide wurden die Teilnehmenden von Passanten beklatscht und gleich achtmal eingeladen von **freiwilligen HelferInnen in Altenhagen, Garßen, Alvern,**

Gockenholz, Lachendorf, Beedenbostel, Höfer, Scharnhorst sowie am Ende von den OrganisatorInnen des kooperierenden Radevents „Eschede erfahren“ am dortigen Freibad. Ihnen allen, die en passant auch zu ÖffentlichkeitsarbeiterInnen des Onkoforums wurden, danken wir herzlich. **Entlang der Route gab es viel zu entdecken und zu futtern,** am Ziel in Eschede auch Urkunden.

Im Teilnehmerfeld befanden sich unter anderem: die neunjährige Tochter des einzigen Tretrollerfahrers, ein fünfköpfiger Trupp junger Teenager aus Beedenbostel, die auf ihren Rädern am Ende des Tages weit über 50 km zurückgelegt hatten, ein 82-jähriger begeisterter Fahrradfahrer, der sich wohl zu Recht für den ältesten Teilnehmer hielt, ein 77-jähriger Wanderer, der bereits anderthalb Stunden vor dem offiziellen Start in Celle losmarschiert war, um Punkt 16 Uhr - zum offiziellen Ende der Veranstaltung - nach 37 km den Zielbogen in Eschede zu durchschreiten, ein Landtagskandidat sowie ein längst gewählter, 22 km laufender Landtagsabgeordneter, ein stellver-

tretender Landrat, der am Ende des Tages rund 80 km auf dem Rennrad saß, die MTB-Gruppe Celle, die die Zeit auf Rädern dafür nutzte, **eine Spende von 130 €** für uns zusammenzusammeln u.v.a.m.



MTB-Gruppe Celle sammelte 130 €



Urkundenvergabe am Ziel

Zu den Förderern zählten neben dem Goldsponsor Sparkasse CGW die CeBus und die CZ sowie die Firmen GEMAR (Silber), dm, Volksbank Südheide und Struck Recycling (jeweils Bronze). **Am Ende flossen netto rund 7.000 € in unsere Arbeit.**



Die MacherInnen
aus 8 Dörfern

Herzlichen Dank!

Wir können hier stets nur einige Beispiele nennen vom großen Engagement, mit dem uns die Bevölkerung und Unternehmen aus Celle und dem Landkreis unterstützen. Ohne Sie wäre unsere Arbeit nicht möglich!



Familie März



Firma Cedent



Firma Gemar



Firma Wallach

Fast 2.000 € vom SoVD Hambühren

Ein kleiner Weihnachtsmarkt hatte schon 250 € erbracht, zu Ostern dann gab es in Hambühren einen

Kochbuch des **Inner Wheel Clubs** erbringt 1.133,15 € – 1.777 € vom Pfingstturnier der Fanclubs in Garßen – Je 1.000 € vom Glühweinabend bei **Familie Appel** und Neujahrstreffen der **Familie März** – 1.000 € aus der **Mohren-Apotheke – Dehoga-Restauranttage** erlösen trotz Pandemie 5.000 € – Benefizkonzert der **Musikzüge in Garßen** spült 1.735 € in die Kasse – **CeBus**: statt Kundengeschenken 1.000 € an uns.

Auch 2022 wieder als **verlässliche Dauerspender** dabei: **Möbel Wallach**, **Cedent Zahntechnik**, **GEMAR**, **Struck Recycling**, **Mertins & Jung** – ihnen allen herzlichen Dank!



wohlbestellten Flohmarkt. Viele aktive Frauen des Ortsverbands vom Sozialverband Deutschland erlösten dabei 1.500 € für gemeinnützige Zwecke, 1.000 € davon für uns. Wenige Wochen später sammelten die Frauen nochmals mehr als 700 € für uns ein, als auf ihre Einladung hin das Bundespolizeiorchester zur 50-Jahr-Feier Hambührens aufspielte.

10.000 € bei

Kalli Strucks Geburtstag

Der runde Geburtstag war der Pandemie zum Opfer gefallen. So lud Kalli Struck einfach zum 76. ein und 200 Gäste kamen – „Große, Kleine, Arme, Reiche – Menschen aus meinem Leben“, so der Unternehmer. Statt Geschenken bat Kalli, dessen Firma uns schon zum Jahreswechsel wieder einmal 5.000 € gespendet hatte, seine Gäste um Spenden für unsere Arbeit. Als das sagenhafte Ergebnis von 9.690 € bekannt wurde, die Kalli spontan auf 10.000 € aufstockte, war unser Vorsitzender Dr. Gerd Molsen kurz davor, „vor Freude in den Pool“ zu springen.



„Kalli Struck ist eine wesentliche Stütze des Vereins, ohne ihn wären wir nicht so präsent und könnten unsere Arbeit nicht so gut machen“, erklärte er stattdessen trocken.



LandFrauen Hermannsburg sammelten Edelmetalle

Drei Monate lang sammelten die LandFrauen Hermannsburg Edelmetalle zu unseren Gunsten. Am Ende lagen 140 kg Silberbesteck und Zinn in ihren aufgestellten Kisten. Nach der Sortierung ließ sich deren Wert auf rund 3.000 € taxieren!

Markowsky Elektrotechnik verhilft Onkoforum zur Wallbox



Weil die versorgungstechnische Infrastruktur nicht vorhanden war, hat es fast ein Dreivierteljahr gedauert, bis wir endlich eine Ladestation für unseren neuen E-Up installiert hatten. Ohne Hilfe der Firma Markowsky wäre das kaum gelungen, die sich selbst mit einer Spende von 1.700 € an den Kosten beteiligte.

Betriebsjubiläum mit großer Spende gekrönt

30 Jahre Christian Schoof Finanzkanzlei der Swiss Life Select in Celle – dieses Jubiläum feierte der Firmenchef mit mehr als 250 Gästen in der Congress Union. Statt Geschenken bat er dabei um Spenden für unsere Arbeit, die sich auf mehr als 4.000 € summierten.



Wir arbeiten transparent!

Das Onkologische Forum nutzt als Unterzeichner der „Initiative Transparente Zivilgesellschaft“ von Transparency International Deutschland e.V. deren Logo als Beleg einer transparenten Haushaltsführung.

Die Satzung des Vereins, unser Leitbild und den Finanzbericht 2021 finden Sie im Internet unter www.onko-forum-celle.de. Unsere Kernaufgaben sind die Beratung und Information zu allen Fragen, die im Zusammenhang mit einer Krebserkrankung auftreten, die psychoonkologische Begleitung von Krebspatienten und deren Angehörigen, auch Kindern, sowie die ambulante palliative Versorgung von Menschen, die ihren letzten Weg zuhause gehen möchten.

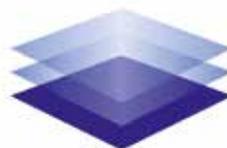
Beratung, Unterstützung, Begleitung und Betreuung durch uns erfolgen auf höchstem professionellen Niveau, sind kostenlos, zeitlich flexibel und bei Bedarf aufsuchend.

Im Verein beschäftigt waren im Oktober 2022 **fünf PsychoonkologInnen auf 3,5 Vollzeitstellen und neun Fachkrankenpflegekräfte auf 6,3 Stellen. Weitere 2,8 Stellen brauchte die Organisation im Hintergrund** (eine Geschäftsführerin, zwei Assistenz-/Bürokräfte, ein Polologe). Die Gehälter orientieren sich am TVöD.

Entscheidungen treffen die Mitgliederversammlung oder der ehrenamtliche Vorstand, vertreten durch den/die 1. und 2. Vorsitzende*n, die jede*r für sich zusammen mit einem weiteren Vorstandsmitglied vertretungsberechtigt sind.

Unser Haushalt umfasste 2021 **Einnahmen in Höhe von 1.028.000 €** (2020: 832.000 €, 2019: 1.185.000 € inkl. Großspende für die Celler Krebsstiftung). **Die Ausgaben lagen bei 825.000 €** (2020: 817.000 €, 2019: 842.000 €). Die Überschüsse halfen, die Defizite früherer Jahre auszugleichen, und erhöhten unsere planungsrelevante Rücklage. **Der Kassenbestand lag Ende 2021 bei 956.000 €.**

Haupteinnahmeposten waren rund 2.500 Spenden, meist zwischen zehn und 5.000 Euro, die 2021 insgesamt **416.000 €** ergaben (2020: 443.000 €, 2019: 701.000 €). Dieser anhaltend enorme Zuspruch macht uns stolz. Die Erlöse aus einer **Zahngoldsammlung**, die darin enthalten sind, lagen 2021 bei **84.000 €** (2020: 91.000 €, 2019: 53.000 €).



Initiative
Transparente
Zivilgesellschaft

Unsere **718 Mitglieder** (Stand 1.10.22) zahlten 2021 **91.000 € Beiträge** (2020: 87.000 €, 2019: 86.000 €). Insgesamt stammten 60 % (2020: 72 %, 2019: 91 %) unserer Einnahmen aus privaten Quellen.

Erstmals 40% öffentliche Mittel

2021 waren erstmals **mehr als ein Drittel** unserer Einnahmen **öffentliche Mittel**. Dieser hohe Wert, in den auch rückwirkend übernommene Kosten flossen, lag vor allem an der erstmals ausgezahlten **Förderung der GKV** für die Krebsberatungsstelle, die zusammen mit kommunalen Trägern inzwischen 95 % vieler dort entstehenden Ausgaben übernimmt. In dem Beitrag enthalten ist auch ein **Mietzuschuss der Stadt Celle** sowie letztmals ein **Zuschuss der Niedersächsischen Krebsgesellschaft** von 4.000 € aus Landesmitteln und ein kleiner Betrag der **Ländlichen Erwachsenenbildung in Niedersachsen e.V. Vom Landkreis Celle** erhielten wir **12.000 € Zuwendung** für Weiterbildung und Anschaffungen, die teilweise in der 95 %-Förderung für die KBS enthalten ist.

Das **AKH Celle** überwies uns für die psychoonkologische Beratungsarbeit im Krankenhaus 2021 30.000 €. Für die Übernahme von SAPV-Leistungen erstattete uns die **Stiftung Celler Netz** 2021 107.000 € (2020: 89.000 €, 2019: 93.000 €). Der 2017 neu gegründete Fachpflegedienst erlöste weniger als 2.000 €.

Hauptausgabeposten 2021 waren wie immer die Personalkosten von 693.000 € (2020: 722.000 €, 2019: 714.000 €) für knapp dreizehn Vollzeitstellen. Der leicht verringerte Aufwand ergab sich aus **Kurzarbeit während der Pandemie**. Raumkosten inklusive der Nebenkosten summierten sich auf 65.000 €, die Büro- und Transportkosten zusammen auf 50.000 €.

Zwischen uns und dem AKH Celle gibt es einen Kooperationsvertrag. Wir sind Unterzeichner der Charta zur Betreuung schwerstkranker und sterbender Menschen und Mitglied der Stiftung Celler Netz, im Paritätischen Wohlfahrtsverband, der Niedersächsischen Krebsgesellschaft und im niedersächsischen Hospiz- und Palliativverband. **Es gibt niemanden, der uns mit einflussgebenden Mitteln unterstützt.**

Terminvorschau 2023:

- 18.05. | 11-14 Uhr** 17. Kräuter- und Staudenmarkt
(Himmelfahrt) auf Hof Wietfeldt, Bennebostel
- 02.07. | 16 Uhr** 3. Benefiz-Kunstauktion
Sonntag
- 16.09. | 9-18 Uhr** 5. Benefizregatta „Rudern gegen Krebs“
Samstag mit 5. Sponsorennenrennen
- November** Wochenende des Restaurants
des DEHOGA

Aktuelle Informationen und Termine finden Sie jederzeit auf unserer Website unter www.onko-forum-celle.de.



Onkologisches Forum Celle e.V.
Krebsberatungsstelle • Ambulanter Palliativdienst

Wir machen manches leichter.

Sie erreichen uns persönlich:

Montag bis Freitag von 9⁰⁰ Uhr bis 12⁰⁰ Uhr
Mittwochs auch von 14⁰⁰ Uhr bis 16⁰⁰ Uhr
Termine nach Vereinbarung

Fritzenwiese 117, 29221 Celle

Telefon (0 51 41) 219 66 00

Telefax (0 51 41) 219 66 09

E-Mail info@onko-forum-celle.de

Homepage www.onko-forum-celle.de



Mitglied im
Paritätischen Wohlfahrtsverband
Niedersachsen e.V.

Ihre Hilfe macht unsere möglich !

Unsere Angebote sind umfassend und mit Ausnahme weniger Kurse umsonst, kosten aber Geld. Nur etwa ein Drittel unserer Ausgaben werden durch öffentliche Zuwendungen gedeckt. Wir sind daher auf Spenden angewiesen. Wir sind Unterzeichner der „Initiative Transparente Zivilgesellschaft“ und legen unsere Haushaltszahlen jederzeit offen (vgl. S. 23). Jeder Betrag, ob groß, ob klein, hilft. Und ist steuerabzugsfähig. Besonders hilfreich sind regelmäßige Zuwendungen, von denen wir wissen, dass wir uns auf sie verlassen können. Darunter fällt auch eine Mitgliedschaft (Jahresbeitrag ab 50 €). Für besonders große Beträge und Nachlässe wurde die Celler Krebsstiftung geschaffen.

SEPA-Überweisung/Zahlschein

Name und Sitz des überweisenden Kreditinstituts _____ **BIC** _____

Für Überweisungen in Deutschland und in andere EU-/EWR-Staaten in Euro.

Angaben zum Zahlungsempfänger: Name, Vorname/Firma (max. 27 Stellen, bei maschineller Beschriftung max. 35 Stellen)

Onkologisches Forum Celle e.V.

IBAN
D E 6 3 2 5 1 9 0 0 0 1 0 8 3 0 0 0 0 3 0 0

BIC des Kreditinstituts/Zahlungsdienstleisters (8 oder 11 Stellen)
V O H A D E 2 H X X X

Betrag: Euro, Cent _____

Kunden-Referenznummer - Verwendungszweck, ggf. Name und Anschrift des Zahlers _____

noch Verwendungszweck (insgesamt max. 2 Zeilen à 27 Stellen, bei maschineller Beschriftung max. 2 Zeilen à 35 Stellen) _____

Angaben zum Kontoinhaber/Zahler: Name, Vorname/Firma, Ort (max. 27 Stellen, keine Straßen- oder Postfachangaben) _____

IBAN
D E _____ **08**

Datum _____ **Unterschrift(en)** _____

Spendenkonten:

Volksbank Celle
DE63 2519 0001 0830 0003 00

Sparkasse Celle
DE77 2695 1311 0000 2480 88

Bei Inlandsüberweisungen ist keine BIC erforderlich.

Eine Spendenbescheinigung für das Finanzamt erhalten Sie automatisch spätestens zum Jahresende, wenn uns Ihre Adresse vorliegt.

St.-Nr. 17/204/06615
beim Finanzamt Celle

Celler Krebsstiftung:

Volksbank Celle
DE41 2519 0001 0913 2007 00