

Vorträge & Workshops

Verbindliche Anmeldung unbedingt erforderlich!
Die Vorträge sind kostenfrei.

- **Über die Kunst alleine zu sein**
Samstag, 16.11., 10:00 - 16:00 Uhr

Alleine sein ist nicht immer leicht. Auch, wenn Unabhängigkeit und Freiheit oft mit Alleinsein einhergehen, finden sich viele Menschen in Gefühlen von Einsamkeit und Traurigkeit. In diesem Workshop wollen wir reflektieren: Was bedeutet Alleinsein? Welchen Schwierigkeiten, aber auch welchen Möglichkeiten begegne ich? Wie gehe ich damit (in Zukunft) um?

Leitung: Andreas Schüll / Donata Kamm

Anmeldung: bis 12.11.2024

- **Über die Kunst alleine zu sein – Follow-Up**
Optional: Mittwoch, 04.12., 16:00 - 18:00 Uhr

Optionaler Folgetermin, um ausgelösten Gefühlen und Bewältigungsmechanismen einen Raum zu bieten.

Leitung: Andreas Schüll / Donata Kamm

Anmeldung: bis 02.12.2024

- **„Wir reden über Krebs!“**
Kostenlose Webinar-Reihe

Live via Zoom und Youtube
Alle 2-3 Monate

Programm, Referenten, Infos:
<https://www.bayerische-krebsgesellschaft.de/informationen/webinarreihe/>

Veranstalter

Psychosoziale Krebsberatungsstelle Rosenheim der Bayerischen Krebsgesellschaft e.V.

Am Salzstadel 16/1.OG, 83022 Rosenheim
Tel. 08031 - 23 29 07 -0
Fax 08031 - 23 29 07 -29

Sie werden beraten von:

- **Andreas Schüll**
Diplom-Sozialpädagoge (FH)
Psychoonkologe (DKG)
Leiter der Krebsberatungsstelle
- **Donata Kamm**
Psychologin (M. Sc.), Biologin (B. Sc.)
Psychoonkologin (DKG) i.A.
- **Johanna Wachinger**
Assistenz

Wir sind für Sie erreichbar:

Montag bis Donnerstag von 09:00 - 15:00 Uhr
sowie nach Vereinbarung.

NEU – ONLINE-Krebsberatung



Unsere Psychoonkologinnen sind auch per Telefon, E-Mail, Video oder Chat für Sie da:

<https://bayerische-krebsgesellschaft.assisto.online/>

Die Psychosoziale Krebsberatungsstelle Rosenheim wird gemäß § 65e SGB V gefördert durch den GKV-Spitzenverband und den PKV-Verband sowie den Bezirk Oberbayern.



Veranstaltungen, Vorträge und Gruppenangebote

ZUHÖREN. BEGLEITEN. HELFEN.

Psychosoziale Krebsberatungsstelle Rosenheim

Programm Juli bis Dezember 2024

Für Menschen mit Krebs,
Angehörige und Interessierte

Spenden und Mitgliedschaft

Die Bayerische Krebsgesellschaft ist ein gemeinnütziger Verein, der sich seit 1925 für die Interessen krebskranker Menschen einsetzt.

Unsere Beratungen stehen dabei allen Interessierten offen und sind kostenfrei.

Um dies zu ermöglichen, wird unsere Arbeit anteilig durch die GKV und PKV und den Freistaat Bayern gefördert. Einen Teil der Finanzierung unserer Angebote erbringen wir aus Spenden- und Vereinsmitteln. Damit wir dieses breitgefächerte Angebot im Sinne der Betroffenen auch zukünftig leisten können, sind wir auf die Unterstützung durch zusätzliche Spenden und Mitgliedsbeiträge angewiesen.

Wir freuen uns über Ihre Spende:

Spendenkonto
VR Bank Rosenheim Chiemsee
IBAN: DE03 7116 0000 0005 3383 95
BIC: GENODEF1VRR

Spenden können steuerlich geltend gemacht werden.

Oder

Werden Sie Mitglied!
Mit einem Jahresbeitrag ab 25 Euro
können Sie unsere Arbeit ideell
und finanziell unterstützen.
Herzlichen Dank.

Gruppenangebote

Anmeldungen zu den Gruppenangeboten, Vorträgen und Sprechstunden in der Psychosozialen Krebsberatungsstelle Rosenheim, Tel. 08031 – 23 29 07 -0 oder E-Mail an: kbs-rosenheim@bayerische-krebsgesellschaft.de

Die Veranstaltungen finden, sofern nicht anders angegeben, in den Räumen der Psychosozialen Krebsberatungsstelle Rosenheim statt (barrierefreier Zugang möglich).

Sollten Sie aus finanziellen Gründen eine Ermäßigung benötigen, sprechen Sie uns bitte an.

• Onko-Café

Jeden zweiten und vierten Dienstag im Monat (außer in den Ferien und feiertags)
10:30 - 12:00 Uhr

Gute Gespräche und eine entspannte Atmosphäre – zwei Dinge, die dem Körper und der Seele guttun. Das „Onko-Café“ bietet die Möglichkeit zum zwanglosen Austausch mit Betroffenen und psychosozialen Beratern. Bei Kaffee und Tee können Beziehungen aufgebaut, Informationen gesammelt und Lebensfreude getankt werden. Kommen Sie einfach vorbei – gerne in Begleitung. Wir freuen uns auf Sie!

Leitung: Psychosoziale Krebsberatungsstelle Rosenheim

Kostenfrei, ohne Anmeldung!

• Sommer-Café am Salzstadel

Dienstag, 06.08. und Montag, 26.08.
jeweils 10:30 - 12:00 Uhr

Kommen Sie vorbei und genießen Sie gemeinsam mit uns den Sommer in der Stadt. Bei einem gemütlichen Beisammensein können Sie sich

austauschen, Kontakte knüpfen und die Seele baumeln lassen. Wir freuen uns auf Sie!

Leitung: Psychosoziale Krebsberatung Rosenheim
Kostenfrei, ohne Anmeldung!

• Entspannungstraining für Menschen mit Krebs und ihren Angehörigen

5x montags von 11:00 - 12:00 Uhr
23.09., 30.09., 07.10., 14.10., 21.10.

Durch aktives Entspannen werden Stresshormone reguliert und ein positives Körpergefühl erlangt. Wir bieten Ihnen ein kostenloses Entspannungstraining, um abzuschalten und Kraft zu tanken – auch bei Schmerzen.

Mix aus Atemtraining, Achtsamkeit und Entspannungsmethoden (PMR, Yoga etc.)

Teilnehmerzahl: Maximal 5

Bitte mitbringen: Bequeme Kleidung, eigenes Handtuch, warme Socken

Leitung: Donata Kamm

Entspannungstrainerin, Psychologin (M.Sc.)

Kostenfrei

Anmeldung: bis 19.09.2024

• Waldbaden am Dandlberg

Dienstag, 15.10., 10:00 - 12:30 Uhr

Gemeinsam wollen wir die Natur mit allen Sinnen wahrnehmen. Mit Achtsamkeit und Kreativität begegnen wir den Pflanzen und Bäumen – ohne Eile. Die persönlichen Eindrücke bringen uns ein „Stück Wald“ in den Alltag. Austausch und Gespräche runden die Veranstaltung ab.

Teilnehmerzahl: Maximal 10

Bitte mitbringen: Sitzunterlage, wetterfeste Kleidung, Getränk

Treffpunkt: Parkplatz Dandlbergalm
Dandlberg 1, 83122 Samerberg
Leitung: Andreas Schüll / Donata Kamm
Kostenfrei
Anmeldung: bis 10.10.2024

• Svastha Yoga und Entspannung

8 x mittwochs
27.11. - 18.12.2024 und vom 15.01. -
05.02.2025 jeweils von 11:00 - 12:15 Uhr

Der Kurs richtet sich an Menschen, die mit Krebs leben und ihre eigenen Kraftquellen stärken wollen. Sanft ausgeführte Bewegungen, bewusster Kontakt zur Atmung und kurze Meditationen helfen uns dabei.

Leitung: Christiane von Canal
Yogalehrerin, Psychoonkologin WPO/DKG

Kosten: Kursgebühr 144,- €

Der Kurs ist über die Krankenkassen teilweise erstattungsfähig.

Anmeldung: Info, Anmeldung und Bezahlung direkt bei Christiane von Canal
E-Mail: christiane.voncanal@web.de
oder 0179 - 514 30 52

Veranstaltungen

• Vernissage: Körperseele – Seelenkörper

Montag, 08.07., 17:30 - 19:00 Uhr

„Malen als lebens-not-wendige Medizin“. Die Künstlerin Abigail A.S. Neubeck nutzt Kunst, um den Krebs zu verarbeiten. Wir laden sie herzlich ein zur Vernissage, zu Gesprächen und Kunst.

Künstlerin: Abigail A.S. Neubeck
Kostenfrei, ohne Anmeldung!

• Adventsfeier

Mittwoch, 11.12., 17:30 - 19:00 Uhr

Zeit der Stille, Zeit um innezuhalten, Zeit zu reflektieren. Der Advent ist vieles. Wir wollen den Advent nutzen, um gemeinsam auf das Jahr zurück zu sehen. Wir laden ein zu schönen Gesprächen und einem Abend in netter Atmosphäre bei Punsch, Lebkuchen und Plätzchen.

Kostenfrei

Anmeldung: bis einschließlich 11.12.2024 möglich!

Vorträge & Workshops

Verbindliche Anmeldung unbedingt erforderlich!
Die Vorträge sind kostenfrei.

• Vorsorgemanagement

Regelungen für den Notfall

Dienstag, 22.10., 17:15 - 18:30 Uhr

Welche Möglichkeiten gibt es, wenn man seine rechtlichen oder medizinischen Angelegenheiten nicht mehr oder nur noch teilweise selbst erledigen kann? In diesem Vortrag lernen Sie einige der Regelungen für diesen Notfall kennen. Dabei erhalten Sie Basisinformationen zu Vollmachten, Betreuungsverfügung, Ehegattennotverfügung und weiteren Dokumentationen bis zur Nachfolgeregelung – inkl. Testament. Im Anschluss an den Vortrag haben Sie die Möglichkeit, Fragen zu stellen.

Referent: Dominik Mertl, Rechtsanwalt,
Fachanwalt für Erbrecht und für Steuerrecht

Anmeldung: bis 17.10.2024