

Frauenselbsthilfe nach Krebs

Bundesverband e.V.


Jahresprogramm 2010

„Gemeinsam zu neuen Horizonten aufbrechen“



Unter Schirmherrschaft und mit finanzieller
Förderung der Deutschen Krebshilfe e.V.





***Wir wollen nicht ewig leben,
aber wir wollen auch nicht
alles Tun und alle Dinge
plötzlich jeden Sinn verlieren sehen.
Dann zeigt sich die Leere, die uns umgibt.***

Antoine de Saint-Exupéry

Vorwort

Gemeinsam zu neuen Horizonten aufbrechen

Liebe Mitglieder,
liebe Leserin, lieber Leser,

das neue Jahresprogramm 2010 informiert Sie in altbewährter Form über die vielfältigen Arbeitsbereiche und Aufgaben, Veranstaltungen und Aktivitäten der Frauenselbsthilfe nach Krebs.

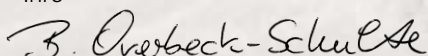
Im Jahr 2004 haben wir mit einer umfangreichen Qualitätsentwicklung und -sicherung begonnen. Ein maßgeschneidertes Schulungsprogramm für Mitglieder und ein Qualifizierungskonzept für Landesvorstände wurden erarbeitet und umgesetzt sowie eine Struktur für ein effektives Qualitätsmanagement geschaffen. Die Broschüre enthält diesbezüglich alle wichtigen Termine.

Mit unseren traditionellen Fortbildungsveranstaltungen wie Bundestagung und den Landestagungen schaffen wir einen Rahmen der Sicherheit und Beständigkeit, die Grundlage, um den Anforderungen und Bedürfnissen der Betroffenen und Mitglieder gerecht zu werden.

Unser Motto: „Gemeinsam zu neuen Horizonten aufbrechen“ lädt Sie dazu ein, zusammen mit dem neuen Bundesvorstand auf Erkundungsreise zu gehen, persönliche Fähigkeiten und Ressourcen zu entdecken, sich aktiv und engagiert in unseren Verband einzubringen. Inspirieren Sie uns mit guten Ideen und helfen Sie bei der Umsetzung. Gestaltungsfreiräume in den Gruppen wie auch auf Landes- und Bundesebene können kreativ genutzt und ausgefüllt werden.

Die Frauenselbsthilfe ist durch massive Veränderungen in Medizin, Politik und Gesellschaft stetig im Wandel begriffen und hätte nicht Bestand seit 1976, wenn sie sich nicht immer wieder den Herausforderungen der Zeit über die Jahrzehnte hinweg gestellt und diese bewältigt hätte. Immer bereit, neue Horizonte zu entdecken und zu erkunden. Durchhaltevermögen, Zielstrebigkeit und hohes Engagement sind die Motoren und das Herz unseres Verbandes. In diesem Sinne können wir in unserer Gemeinschaft hoffnungsvoll und mit großem Vertrauen in die Zukunft blicken.

Ihre



Brigitte Overbeck-Schulte
Bundesvorsitzende

Kurzportrait

Gemeinsam zu neuen Horizonten aufbrechen

Frauenselbsthilfe nach Krebs, Bundesverband e. V.

Gründung	September 1976
Organisation/ Struktur	<p>Eine Vereinigung von krebskranken Menschen - in einem Bundesverband, zwölf Landesverbänden, 420 Gruppen mit ca. 50.000 Betroffenen</p> <p>Unter Schirmherrschaft und finanzieller Förderung der Deutschen Krebshilfe e.V.</p> <p>Mitglied in der</p> <ul style="list-style-type: none">● BAG Selbsthilfe● Deutschen Arbeitsgemeinschaft Selbsthilfegruppen e.V. (DAG SHG)● Parität <p>Alle Mitglieder sind aktiv tätig und arbeiten ehrenamtlich, es werden keine Mitgliedsbeiträge erhoben.</p>
Motto 2010	„Gemeinsam zu neuen Horizonten aufbrechen“
Motto allgemein	<p>„Das Leben ruft mich immer wieder neu“</p> <p>„Krebskranke helfen Krebskranken – Hilfe zur Selbsthilfe“</p>
Kontaktadresse	<p>Frauenselbsthilfe nach Krebs, Bundesverband e. V. Haus der Krebs-Selbsthilfe Thomas-Mann-Str. 40 53111 Bonn</p>
Telefon	0228-33889-400
Telefax	0228-33889-401
Email	kontakt@frauenselbsthilfe.de
Internet	www.frauenselbsthilfe.de mit Onlineberatung

Das 6-Punkte-Programm

Gemeinsam zu neuen Horizonten aufbrechen

Ziele und Aufgaben:

Die Mitglieder der Frauenselbsthilfe nach Krebs arbeiten seit Gründung des Verbandes nach einem 5-Punkte Programm. Der 6. Punkt wurde im Jahre 2001 aufgenommen.

6-Punkte-Programm

1. Psychosoziale Begleitung Krebskranker – menschliche Zuwendung in Einzelgesprächen und Aussprache in Selbsthilfegruppen
2. Hilfe bei der Überwindung von Angst vor weiteren Untersuchungen und Behandlungen - vermitteln von Hoffnung durch persönliche Erfahrung und eigenes Erleben
3. Vorschläge zur Festigung der Widerstandskraft – Vorträge aus verschiedenen Bereichen des Gesundheitswesens
4. Hilfe zur Verbesserung der Lebensqualität – Überwindung von Isolation, Förderung der Kreativität
5. Information über soziale Hilfen, Versicherungsfragen und Schwerbehindertenrecht
6. Interessenvertretung Krebskranker in gesundheits- und sozialpolitischen Gremien

seit 2001 →

***Die Menschen, denen wir eine Stütze sind,
die geben uns den Halt im Leben.***

Marie von Ebner-Eschenbach

Unser Schulungskonzept für Mitglieder

Gemeinsam zu neuen Horizonten aufbrechen

Schulungs- konzept

„Qualifizierung der Selbsthilfeberatung“

Mit Unterstützung des Institutes für gesundheits- und sozialwissenschaftliche Forschung und Beratung (IFB) Freiburg haben vier erfahrene Mitglieder der Frauenselbsthilfe nach Krebs, das so genannte „Kernteam“, ein Schulungskonzept erarbeitet. Das Programm soll allen Mitgliedern das notwendige Rüstzeug an die Hand geben, um krebskranke Menschen zeitgemäß, qualifiziert und entsprechend der Erfordernisse unseres Gesundheitssystems beraten zu können. Gleichzeitig macht es deutlich, was Betroffene und Beteiligte im Gesundheitssystem von der Frauenselbsthilfe nach Krebs erwarten können – was sie leistet und was sie nicht leistet. Die Abgrenzung in persönlicher, rechtlicher und medizinischer Sicht wird klar benannt und zeichnet in dem bunten Bild der Selbsthilfeszene und der schwer überschaubaren Krebsmedizin deutliche Konturen und ein unverkennbares Profil der Frauenselbsthilfe nach Krebs. Das 2006 erarbeitete Schulungskonzept, das in den Jahren 2007 bis 2009 erfolgreich umgesetzt wurde, wird auch in 2010 fortgesetzt und ständig aktualisiert.

Unser Schulungskonzept für Mitglieder

Gemeinsam zu neuen Horizonten aufbrechen

Die Schulungen für Mitglieder umfassen 7 Blöcke, die hier in Kurzform vorgestellt werden.

Block 1 **Wir – die Frauenselbsthilfe nach Krebs**

- Wer sind wir?
- Wofür stehen wir (Programm, Ziele, Instrumente)?
- Wie sind wir organisiert, wie sind die Aufgaben verteilt?
- Was zeichnet uns aus, wo können wir uns verbessern?

Block 2 **Ich als Beraterin der Frauenselbsthilfe nach Krebs**

- Welches Beratungsverständnis vertrete ich als Mitglied der FSH?
- Was sind Voraussetzungen und Grundlagen meiner Beratung?
- Wodurch kann meine Beratung beeinflusst sein?
- Wo liegen die Grenzen meiner Beratung?

Block 3 **Krebs und Medizin heute**

Es geht um den Weg einer Betroffenen durch das Medizinsystem:

- Welche Stationen durchläuft sie, welche Fragen tauchen auf?
- Welche Entscheidungen muss sie treffen?
- Welche Möglichkeiten, welche Tücken bietet das Medizinsystem?
- Wie findet sie ihren eigenen Weg?
- Wie wird sie zur mündigen Patientin?
- Welche (medizinische) Position vertreten wir als FSH? Was fordern wir?

Unser Schulungskonzept für Mitglieder

Gemeinsam zu neuen Horizonten aufbrechen

Block 4 **Ordnung (Organisation) muss sein**

Es geht um ...

- Mittelverwendung, Gemeinnützigkeit
- Formalien bei der Kassenführung und um die Finanzordnung
- Verwaltungsarbeiten
- Gruppengründung und -auflösung
- Regeln für die Gruppenarbeit
- Einhalten von Terminen

Was heißt es für uns ... ,

- gut organisiert zu sein,
- gute Arbeit zu leisten,
- gut zu beraten?

Block 5 **Alles, was Recht ist**

Es geht um Vereinsrecht, um Inhalte der Satzung

- Was bedeutet Rechtsfähigkeit? Wie wird gewählt?
- Welche Rechte und Pflichten haben Mitglieder?
- Welche Rechte und Pflichten haben Delegierte?
- Was bedeutet Loyalitäts- und Treuepflicht?

Es geht um die Inhalte des „Leitfadens für Mitglieder der FSH“

- Wann und wie sind wir versichert?
- Welche haftungsrechtlichen Bestimmungen gelten?
- Wo haben wir es mit dem Datenschutz zu tun?
- Wo sind die Grenzen unserer Beratung aus rechtlicher Sicht?

Unser Schulungskonzept für Mitglieder

Gemeinsam zu neuen Horizonten aufbrechen

Block 6 **Miteinander im Gruppenalltag**

Es geht um das Zwischenmenschliche (nicht um Formalien)!

Was machen wir in der Gruppe?

- Grundbedingungen für eine Gruppe
- Gestaltung der Gruppentreffen
- Krankheitsbewältigung
- Rituale

Wie

- integrieren wir Neue?
- arbeiten wir im Team zusammen?
- regeln wir den Wechsel in der Gruppenleitung?
- gehen wir mit unerwarteten Situationen um?
- gehen wir mit Konflikten um?

Block 7 **Gesundheitspolitik und Öffentlichkeitsarbeit**

- Welche Strukturen der gesundheitspolitischen Entscheidungsträger sollten wir kennen?
- Welche Strukturen des Medizinsystems sollten wir kennen?
- Welche Position nehmen wir ein in Politik und Medizin?
- Unabhängigkeit, welche Bedeutung hat sie für unsere Position?
- Warum brauchen wir Öffentlichkeitsarbeit?
- Wie nutzen wir sie?

Unser Schulungskonzept für Mitglieder

Gemeinsam zu neuen Horizonten aufbrechen

Durchführung der Schulungen

Die Schulungen werden von besonders geeigneten Mitgliedern der Frauenselbsthilfe nach Krebs durchgeführt. Die Referentinnen / Referenten erhalten vor und während ihres Einsatzes ein spezielles Training, werden begleitet und tauschen sich regelmäßig bei Weiterbildungen aus. Block 5 hat bei der Erarbeitung fachliche Unterstützung durch den Justitiar der BAG Selbsthilfe, Herrn Peter Brünsing, erhalten, der als einziger Außenstehender das Referententeam für diesen Block ergänzt. Bei der Erarbeitung von Block 3 haben wir die fachliche Expertise von PD Dr. Ute-Susann Albert in Anspruch genommen.

Verpflichtung und Zeitrahmen

Jeder Landesverband ist verpflichtet, für alle Mitglieder Fortbildungen mit diesen Blöcken durchzuführen. Die einzelnen Blöcke können sowohl anlässlich von Landestagungen stattfinden als auch in extra einberufenen Fortbildungsveranstaltungen angeboten werden. Jedes Mitglied sollte innerhalb von drei Jahren diese Fortbildung durchlaufen haben.

Wer nichts weiß, muß alles glauben.

Marie von Ebner-Eschenbach

Unser Schulungskonzept für Mitglieder

Gemeinsam zu neuen Horizonten aufbrechen

Auswertung der Schulungen in den Jahren 2005 bis 2009

Die folgende Tabelle gibt einen Überblick über die bisher durchgeführten Schulungen:

Block	2005	2006	2007	2008	2009
1	8 x	11 x	1 x	1 x	5 x
2	0 x	12 x	9 x	8 x	4 x
3	0 x	4 x	10 x	5 x	8 x
4	6 x	15 x	5 x	2 x	2 x
5	6 x	3 x	2 x	3 x	2 x
6	15 x	3 x	2 x	7 x	3 x
7	0 x	0 x	18 x	5 x	2 x
Gesamt:	35 x	48 x	47 x	31 x	26 x

= 187 Schulungen!

Im Jahre 2005 – 1.019 TeilnehmerInnen

im Jahre 2006 – 1.073 TeilnehmerInnen

im Jahre 2007 – 1.150 TeilnehmerInnen

im Jahre 2008 – 1.020 TeilnehmerInnen

im Jahre 2009 – 795 TeilnehmerInnen

Insgesamt sind 5.057 Teilnehmer geschult.

Die Zufriedenheit der SchulungsteilnehmerInnen ist groß und wird von über 98 % mit „zufrieden“ und „überwiegend zufrieden“ bewertet. Grundsätzlich werden die Inhalte der Schulung als sehr hilfreich bezeichnet und vielfach wird der Bedarf nach weiteren Schulungen bekundet.

Unser Schulungskonzept für Mitglieder

Gemeinsam zu neuen Horizonten aufbrechen

Im Rahmen der Evaluation werden auch die Erfahrungen der Referentinnen und Referenten festgehalten und ausgewertet. Sie fließen in die Verbesserung und Aktualisierung des Schulungskonzeptes ein.

Im Gruppenalltag schlägt es sich bereits positiv nieder, dass die Mitglieder so umfangreich und vielfältig geschult werden. Die Vermittlung von Kompetenzen aus den Bereichen Organisation, Verwaltung und Recht haben in den Gruppen vielfach die Arbeitsabläufe vereinfacht und optimiert. Außerdem konnte die Beratungsqualität verbessert und das Hintergrundwissen der SchulungsteilnehmerInnen zu medizinischen und gesundheitspolitischen Themen aufgefrischt und ergänzt werden, so dass alle über das gleiche Rüstzeug verfügen.

Lernen ist wie Rudern gegen den Strom.

Hört man damit auf, treibt man zurück.

Laotse

Qualifizierungskonzept für Mitglieder der Landesvorstände

Gemeinsam zu neuen Horizonten aufbrechen

Quali I und II

Die Landesvorstände nehmen eine Führungs- und Schlüssel-funktion im Verband ein. Sie sind bei der Umsetzung jeglicher Qualitätsinstrumente ein entscheidender Hebel zwischen Bundes- und Gruppenebene. Sie vertreten auf Landesebene die Interessen des Verbandes in der Öffentlichkeit, sie unterstützen und begleiten die Mitglieder der Gruppenebene, die unmittelbar und direkt aktive Hilfe zur Selbsthilfe leisten.

Deshalb hat die Frauenselbsthilfe nach Krebs im Jahre 2008 den ersten Teil (Quali I) und im Jahre 2009 den zweiten Teil (Quali II) eines Qualifizierungskonzeptes für Mitglieder der Landesvorstände erarbeitet und umgesetzt. Die Themen bzw. Module des gesamten Schulungskonzeptes für Landesvorstände sind:

1. Organisations- und Führungsverständnis
2. Teamentwicklung
3. Konfliktmanagement
4. Regeln und Formalien
5. Zusammenarbeit mit den Gruppen
6. Selbstkompetenz
7. Qualitätsmanagement
8. Öffentlichkeitsarbeit und Vernetzung

Qualifizierungskonzept für Mitglieder der Landesvorstände

Gemeinsam zu neuen Horizonten aufbrechen

Das Schulungskonzept dient sowohl der Stärkung jedes einzelnen Landesvorstandsmitgliedes als auch der Formierung eines gut funktionierenden Teams. Die Führungskultur, die erreicht werden soll, setzt stärker auf Beteiligung und Transparenz, auf interne und externe Vernetzung, auf Offenheit im Umgang mit persönlichen Grenzen, fördert die Risikobereitschaft und will Fehler als Chance nutzen.

Auch wenn eine solche Führungskultur nicht von heute auf morgen erreichbar ist, so wurde mit der Durchführung der Quali I und II in den Jahren 2008 und 2009 ein wichtiger Prozess angestoßen, der in 2010 mit zwei Nachschulungen für neue Mitglieder der Landesvorstände fortgesetzt wird.

Termine für die Quali I und II (Nachschulungen)

Nachschulung Quali I in Fulda	22. - 24.03.2010
Nachschulung der Quali II in Fulda	12. - 14.07.2010

Qualifizierungskonzept für Mitglieder der Landesvorstände

Gemeinsam zu neuen Horizonten aufbrechen

Nachdem bereits im Jahr 2008 der sogenannte Führungsleitfaden Teil I als Dokumentation der ersten vier Module und als Nachschlagewerk herausgegeben wurde, wird nun mit dem bewährten 5-köpfigen Projektteam und unter fachlicher Leitung von Christine Kirchner, Personal- und Organisationsentwicklung Freiburg, die Erarbeitung des Führungsleitfadens Teil II vorgenommen.

Der folgende Workshop-Termin dient außerdem der Auswertung eines Fragebogens zur Evaluation des Beratungsprozesses „Qualifizierung der Landesvorstände (Teil II)“ sowie der Anpassung der Module 5 bis 8. Ferner geht es um die Planung der Verstetigung des Konzeptes im gesamten Verband.

Workshop-Termin Führungsleitfaden Teil II und Evaluation:

Workshop in Kassel

03. - 05.03.2010

***Das Wort ist uns gegeben,
um einander zu begegnen,
um Gemeinschaft zu schaffen.***

Herrmann Bode

Tagungen/Schulungen der 12 Landesverbände

Gemeinsam zu neuen Horizonten aufbrechen

- 1. Baden-Württemberg**
 - 2. Bayern**
 - 3. Berlin / Brandenburg**
 - 4. Hamburg / Schleswig - Holstein**
 - 5. Hessen**
 - 6. Mecklenburg-Vorpommern**
 - 7. Niedersachsen**
 - 8. Nordrhein-Westfalen**
 - 9. Rheinland-Pfalz / Saarland**
 - 10. Sachsen**
 - 11. Sachsen-Anhalt**
 - 12. Thüringen**
- Jede der 420 Gruppen ist in einen der zwölf Landesverbände eingebettet und bezieht vom zuständigen Landesvorstand und vom Bundesvorstand Informationen und Anleitungen.
- In Landestagungen werden zunächst vereinsrechtliche Formalien wie Mitgliederversammlungen mit Geschäfts- und Kassenbericht sowie Wahlen abgewickelt. Sie dienen aber auch der Fortbildung der Mitglieder, der Stärkung der Gemeinschaft und der Motivation zur ehrenamtlichen Arbeit.
- Fortbildungen und Seminare verfolgen ausschließlich den Zweck, die Mitglieder bei ihrer Arbeit in den Gruppen gemäß unserem 6-Punkte-Programm zu unterstützen. Angesichts der veränderten Rolle der Patientin / des Patienten in unserem Gesundheitssystem und der Professionalisierung der Selbsthilfe unterliegen auch die Anforderungen an unseren Verband und jedes einzelne Mitglied einem deutlichen Wandel.
- Unsere Mitglieder als wichtige Multiplikatoren müssen selbst informiert, mündig und kompetent sein, um als qualifizierte BeraterInnen Neuerkrankte auffangen, informieren und begleiten zu können. Als ernst zu nehmende Akteure im Gesundheitswesen bauen wir auf diese Weise unsere Position gegenüber Ärzteschaft und Politik aus und leisten weiterhin einen erheblichen Beitrag zur Krankheitsbewältigung und zur gesundheitlichen Versorgung unserer Gesellschaft.

Termine der Tagungen und Schulungen in den Landesverbänden für Mitglieder

Gemeinsam zu neuen Horizonten aufbrechen

Baden-Württemberg

- 07. - 08.05.2010 Schulungen in Reichenau
- 03. - 05.06.2010 Landestagung in Pforzheim
- 17.07.2010 Schulung in Ulm
- 30.09.2010 Schulung in Heilbronn

Bayern

- 16. - 18.04.2010 Landestagung und Schulung in Lichtenfels
- 29. - 31.10.2010 Landestagung und Schulung in Weisendorf

Berlin/Brandenburg

- 16. - 18.04.2010 Landestagung in Berlin
- 02. - 03.10.2010 Schulungen in Erkner

Hamburg/Schleswig-Holstein

- 10.04.2010 Schulung in Hamburg
- 01. - 03.10.2010 Landestagung und Schulung in Bad Segeberg

Hessen

- 23. - 25.04.2010 Landestagung in Homberg/Ohm

Mecklenburg-Vorpommern

- 09. - 11.03.2010 Landestagung in Dierhagen
- 28. - 29.09.2010 Schulung in Waren/Müritz

Termine der Tagungen und Schulungen in den Landesverbänden für Mitglieder

Gemeinsam zu neuen Horizonten aufbrechen

Niedersachsen

13. - 14.03.2010 Schulungen in Gosslar
28. - 30.05.2010 Landestagung in Sarstedt

Nordrhein-Westfalen

- 20.03.2010 Schulung in Dortmund
29.05.2010 Schulung in Dortmund
01. - 03.10.2010 Landestagung in Münster
13.11.2010 Schulung in Dortmund

Rheinland-Pfalz / Saarland

- 24.04.2010 Schulung in Alzey
24. - 26.09.2010 Landestagung in Speyer

Sachsen

07. - 09.05.2010 Landestagung in Schöneck

Sachsen-Anhalt

- 24.04.2010 Schulung in Kloster Helfta
22. - 23.10.2010 Landestagung in Halle

Thüringen

24. - 25.09.2010 Landestagung und Schulung in Jena

Weitere Termine konnten bei Redaktionsschluss noch nicht verbindlich benannt werden.

***Nichts kann den Menschen mehr stärken als das Vertrauen,
das man ihm entgegenbringt.***

Adolf von Harnack

Vorstandstreffen und Sitzungen des Bundesvorstandes

Gemeinsam zu neuen Horizonten aufbrechen

Vorstandstreffen des geschäftsführenden Bundesvorstandes

Der **geschäftsführende Bundesvorstand** wird alle vier Jahre in einer Delegiertenversammlung gewählt. Zurzeit besteht er aus sechs Personen. Laut Satzung können bis zu sieben Mitglieder den geschäftsführenden Bundesvorstand bilden.

In mindestens zehn **Vorstandstreffen** und zusätzlichen Telefonkonferenzen trifft der geschäftsführende Bundesvorstand notwendige Absprachen und organisiert verbandsinterne Abläufe. Für die Außendarstellung und den gesundheitspolitischen Bereich werden Strukturen, Ziele und Aufgaben erarbeitet, strategisch geplant und deren Umsetzung auf allen Ebenen des Verbandes bedacht.

Sitzungen des Gesamtvorstandes

Den **Gesamtvorstand** bilden der geschäftsführende Bundesvorstand und die Landesvorsitzenden der 12 Landesverbände. Dieser Kreis trifft sich in der Regel zweimal jährlich zur Vorstandssitzung. Hier werden insbesondere die wesentlichen Aufgaben des Verbandes und deren Weiterentwicklung sowie geeignete Mittel zur Durchsetzung besprochen.

Der Austausch aus der Arbeit der einzelnen Länder zeigt, welche unterschiedlichen Problemfelder sich in der ehrenamtlichen Arbeit von Betroffenen auftun. Er spiegelt aber auch die Defizite der gesundheitlichen Versorgung von Tumorkranken wieder und ermöglicht auf diese Weise die Interessenvertretung Krebskranker in politischen und medizinischen Gremien. Aus diesen Erfahrungen heraus entwickeln sich gemeinsame Handlungsfelder für alle Ebenen des Verbandes.

Termine und Orte:

Sitzungen des Gesamtvorstandes

21. - 24.01.2010 in Karlsruhe

18. - 21.10.2010 in Erkner

Vorstandstreffen und Sitzungen des Bundesvorstandes

Gemeinsam zu neuen Horizonten aufbrechen

Sitzung des erweiterten Vorstandes

Den **erweiterten Bundesvorstand** bilden

- der geschäftsführende Bundesvorstand (z. Zt. 6 Mitglieder),
- die zwölf Landesvorsitzenden und
- je zwei weitere Mitglieder der zwölf Landesvorstände (24 Mitglieder),
- die Rechnungsprüfer des Bundesverbandes (3 Mitglieder) und
- ggf. weitere Projektgruppen.

Die **Landesvorstände** bilden: 1 Landesvorsitzende/r, 2 stellvertretende Landesvorsitzende, 2 KassiererInnen, die in einer Mitgliederversammlung für vier Jahre gewählt werden.

Dieser Personenkreis trifft sich einmal jährlich zu einer Sitzung. Hier werden die Richtlinien für die Abwicklung der Aufgaben diskutiert, der Leitfaden für die Mitglieder aktualisiert, Fragen aus dem Gruppenalltag und aus dem Bereich der notwendigen Verwaltungsarbeit diskutiert. Die Bedeutung des gesundheitspolitischen Einflusses, gesundheitspolitische Veränderungen, Anforderungen an Selbsthilfeorganisationen, Gefahren der Abhängigkeit sowie sinnvolle und effektive Öffentlichkeitsarbeit nehmen einen breiten Raum der Gespräche ein.

Die Sitzungen fördern darüber hinaus den Zusammenhalt der Mitglieder, die Führungsaufgaben wahrnehmen und zur Imagebildung des Verbandes beitragen.

Termin **Sitzung des erweiterten Vorstandes**
und Ort: 14. - 17.06.2010 in Bremen

Bundestagung 2010

Gemeinsam zu neuen Horizonten aufbrechen

Termin und Ort: 27. - 29.08.2010 im Maritim-Hotel in Magdeburg

Voraussichtliche Programmgestaltung

Donnerstag, 26.08.2010 Anreise

Freitag, 27.08.2010 Mitgliederversammlung
Delegiertenversammlung (Satzung)
Pressekonferenz
Eröffnung der Bundestagung 2010
Workshops

**Samstag, 28.08.2010 und
Sonntag, 29.08.2010**

Themenschwerpunkte:

- Strahlen in Früherkennung und Nachsorge
- Weiterentwicklungen in der Strahlentherapie
- Chancen und Grenzen der Sentinelnode-OP
- Supportiv-Care
- Hautkrebs-Screening
- Spiritualität im Angesicht der Diagnose Krebs

Am Samstag, den 28.08.2010, wird neben den oben genannten Themen ein Parallelprogramm für Männer mit Brustkrebs angeboten. Ziel dieses neuen Projektes der Frauenselbsthilfe nach Krebs ist es, die Erkrankung von Männern aus der Tabuzone zu holen. Sowohl bei der Informationssuche zu ihrer Erkrankung wie auch bei der Suche nach anderen Betroffenen stoßen männliche Brustkrebspatienten schnell an Grenzen. Um dieses zu verändern, möchte die Frauenselbsthilfe nach Krebs ein bundesweites Netzwerk initiieren, damit Männer mit Brustkrebs die Möglichkeit haben, ihre Probleme untereinander mit Gleichbetroffenen zu erörtern und einen individuellen Umgang mit dieser belastenden Situation finden können.

Warum Bundestagung?

Gemeinsam zu neuen Horizonten aufbrechen

Ferner soll mit Hilfe einer eigenen Website und eines Flyers ein angemessenes Informationsangebot geschaffen werden. Die Bundestagung 2010 wird den Rahmen für ein erstes Treffen von betroffenen Männern und für die Netzwerkgründung bieten.

Die Bundestagung ist die einzige Veranstaltung, bei der eine große Zahl von Mitgliedern des Bundesverbandes aus ganz Deutschland zusammenkommt. Aus allen zwölf Landesverbänden reisen sie an, um dabei zu sein. Im vergangenen Jahr waren über 800 TeilnehmerInnen zu verzeichnen.

Das sorgfältig zusammengestellte Programm mit ausgezeichneten Referenten ist die eine Seite, die den Reiz der Veranstaltung ausmacht. Die andere Seite ist das unglaubliche Gefühl, Teil einer solch großen Gemeinschaft zu sein. Dieses Gefühl auszukosten, dazu zu gehören, wichtig zu sein, etwas zu bewirken, andererseits getragen und aufgefangen zu sein, die Kraft und Stärke dieses Wir-Gefühls erleben zu können, all das motiviert zu überzeugender und freudiger Arbeit im Rahmen der Aufgaben und Ziele der Frauenselbsthilfe nach Krebs. Viele wichtige und unterschiedliche Impulse werden in den Gruppenalltag mitgenommen, wirken nachhaltig und effektiv und stärken auch hier Solidarität und Zusammengehörigkeitsgefühl.

Die Einheitlichkeit und Geschlossenheit unseres Verbandes, das Einstehen füreinander und Vertrauen können nur durch persönliche gemeinsame Begegnungen wachsen und aufrechterhalten werden. Die Gründerinnen unseres Verbandes wollten eine Gemeinschaft aufbauen, die von Mitmenschlichkeit, Toleranz und Nächstenliebe geprägt ist. Diese Werte brauchen wir heute in unserer hoch technologisierten Medizin, die arm an menschlichen Begegnungen und Kommunikation ist, mehr denn je.

Fachausschüsse

Gemeinsam zu neuen Horizonten aufbrechen

Für die Erledigung besonderer Aufgaben und zur fachkundigen Unterstützung hat die Frauenselbsthilfe nach Krebs Fachausschüsse für die Bereiche Gesundheitspolitik und Qualität berufen. Sie wurden eingerichtet, um eine höhere Effizienz aller Tätigkeiten der Frauenselbsthilfe nach Krebs zu erzielen und den wachsenden Strukturen und Anforderungen gerecht zu werden.

Auch die externen Mitglieder der Fachausschüsse arbeiten ehrenamtlich. Sie kommen aus dem professionellen System oder der Wissenschaft und sind in Fachgesellschaften, Verbänden, Kliniken und Krankenkassen tätig.

Aufgabe der Fachausschüsse ist es, den Bundesvorstand zu beraten und fachkundig zu unterstützen sowie Positionen, Strategien und Empfehlungen zu entwickeln. Sie ermöglichen mit dem Blick von außen, dass die Frauenselbsthilfe nach Krebs innen besser werden kann. Die Themen werden vom Bundesvorstand eingebracht oder von den Mitgliedern der Fachausschüsse vorgeschlagen.

Bezüglich der Arbeitsweise und -atmosphäre ist folgende Äußerung eines Fachausschussmitgliedes sehr zutreffend: „In einer offenen Diskussionsatmosphäre tauschen ausgewiesene Experten ihre Meinungen, Erfahrungen und Erkenntnisse mit Vertretern der Frauenselbsthilfe nach Krebs aus. Unterschiedliche Standpunkte werden klar geäußert, nicht immer kommt es zu einer Einigung. Stets aber wird aufmerksam zugehört, was andere einzubringen haben, und man setzt sich ernsthaft damit auseinander. Das offensichtliche gemeinsame Interesse an „guter Qualität in der Selbsthilfe“ verbindet.“

Die Fachausschüsse tagen in der Regel dreimal im Jahr. Bei Redaktionsschluss standen folgende Sitzungstermine fest:

Termine und Ort:

Fachausschuss Gesundheitspolitik

16.03.2010 in Bonn

11.06.2010 in Bonn

Fachausschusssitzung Qualität

25.03.2010 in Bonn

19.07.2010 in Bonn

Projekt „Wissenserhalt beim Generationenwechsel“

Gemeinsam zu neuen Horizonten aufbrechen

Wissenserhalt beim Generationenwechsel in der gesundheitsbezogenen Selbsthilfe am Beispiel der Frauenselbsthilfe nach Krebs

Für die ehrenamtlichen Mitglieder der FSH ist sowohl die Übergabe als auch die Übernahme eines Amtes auf allen Ebenen des Verbandes eine Herausforderung. In dem Projekt geht es zum einen um die nachhaltige Nutzung des Erfahrungswissens langjähriger Mitglieder (Führungskräfte), die aus dem Verband ausscheiden, und um die Unterstützung, die sie beim Loslassen brauchen. Zum anderen geht es darum, auf welche Weise neuen Mitgliedern der Weg geebnet werden kann und wie sie von den Ausscheidenden profitieren können.

Den Auftakt des Projektes bilden zwei Workshops zu Beginn des Jahres 2010. Neben einer professionellen Prozessbegleitung werden von der Gruppen- und Landesebenen jeweils zwei „alte“ (ausscheidende / ausgeschiedene) und zwei neue Mitglieder, von der Bundesebene je ein „altes“ und ein neues Mitglied in die Projektarbeit eingebunden.

Im weiteren Verlauf der Projektphase A im Jahr 2010 sowie in der Projektphase B sind weitere Workshops vorgesehen, deren Termine bei Redaktionsschluss noch nicht verbindlich festgelegt werden konnten. Verbandsübergreifend ist dann auch eine Einbeziehung von ehemaligen oder demnächst ausscheidenden Mitgliedern anderer Selbsthilfeorganisationen geplant.

Termine und Ort: Workshops (Projektphase A)

03. - 05. Februar 2010 in Fulda

22. - 23. Februar 2010 in Fulda

***Sage es mir, und ich werde es vergessen.
Zeige es mir, und ich werde es behalten.
Lass es mich tun, und ich werde es können.***

Konfuzius

Aus dem Programm der von der Deutschen Krebshilfe und dem Dr. Mildred Scheel Kreis geförderten Akademie stellen wir auszugsweise vier Seminare vor. Sie richten sich an alle, die haupt- und ehrenamtlich in der Betreuung von Krebskranken tätig sind, besonders auch an LeiterInnen und Mitglieder von Selbsthilfegruppen, sowie an Krebskranke, Angehörige und interessierte BürgerInnen.

10. bis 12.

März 2010

Die Kraft der Stille – Meditationskurs

Meditation steht für Ausgleich, Entspannung, Vertrauen und Abstand-Nehmen. Durch die Meditation können Menschen ihrem Selbst begegnen und so die Voraussetzung für ein waches und erfülltes Leben schaffen. Es gibt viele, sehr unterschiedliche Meditationstechniken, traditionelle und moderne. Sie alle sind einfach, hilfreich, bringen Energien in Fluss, lösen Blockaden und wecken auf. Die verschiedenen Meditations-techniken sind dabei, Brücken zu der inneren Haltung, die man Meditation nennt: einfach nur sein, wachsam sein und sich dessen, was im Moment ist, bewusst sein. Die Meditationspraxis fördert die Gesundheit und das persönliche Wachstum. Sie beschränkt sich nicht auf Übungen und Rituale, sondern kann zu einer generellen Lebenshaltung werden, die dem Leben neuen Sinn und neue Ausrichtung gibt.

Seminarinhalte:

- Informatives zu Sinn, Ziel und Wirkung von Meditation,
- Kennenlernen und Praktizieren sehr unterschiedlicher Methoden der Meditation,
- Austausch von Erlebnissen und Fragen,
- Praxistransfer, Tipps zur Umsetzung im Alltag.

Leitung: Christa Metzen, Reifferscheid
Sozialarbeiterin, NLP, Masseurin, Reiki-Meisterin

Gemeinsam zu neuen Horizonten aufbrechen

**19. - 21.
April 2010**

Bilder aus der Seele - Kunsttherapeutisches Selbsterfahrungsseminar für Betroffene

In unsicheren Lebensphasen und Krisenzeiten reicht die Sprache oft nicht aus, um das auszudrücken, was uns zutiefst bewegt. In diesem Seminar wollen wir versuchen, mit den Mitteln der Malerei eigene schöpferische Potentiale zu entfalten und uns einen neuen Zugang zur Bildwelt unserer Seele zu eröffnen. Es werden die Grundzüge einer eigenen Symbolsprache sichtbar werden, die wir in der Auseinandersetzung mit der Krankheitssituation positiv nutzen können.

Künstlerische oder handwerkliche Vorkenntnisse sind nicht erforderlich. Das Malmaterial wird gestellt.

Für Teilnehmer, die sich mit der Maltherapie intensiver beschäftigen möchten, werden weitere Seminare mit unterschiedlichen Themenschwerpunkten angeboten:

Weitere Termine:

30.08. - 01.09.2010

18. - 20.10.2010

Leitung: Klaus Evertz, Köln

Bildender Künstler, Kunsttherapeut, Kunstanalytiker

***Wünsche sind die beachtlichsten Brückenbauer
und die mutigsten Begeher.***

Elfriede Hablé

**21. bis 23.
Juni 2010**

Gedichte bewegen mich

Dieser Kurs befasst sich mit den Wechselwirkungen zwischen poetischer Sprache, der inneren Bewegung des Wahrnehmens sowie der äußeren Bewegung des Tanzens und des Schreibens. In der Gruppe inspirieren sich die Teilnehmer gegenseitig und die Kreativität wird angeregt.

Im Mittelpunkt stehen freies und angeleitetes Tanzen und Methoden der Poesiearbeit: Kurze Texte und Musik sollen in Schreiben, Malen und Bewegen umgesetzt werden. Die Teilnehmer können selbst entscheiden, was vom Geschriebenen und Erlebten in der Gruppe mitgeteilt und was für sich behalten wird.

Fragen oder Themen werden deutlicher, Antworten werden gefunden. Daraus erwachsen Selbstermutigung, Selbstbejahung und Orientierung. Das Leben muss nicht als Problem gesehen werden, das es zu lösen gilt, es kann auch als Geschenk betrachtet werden, das ausgepackt werden darf.

Es sind keinerlei Vorkenntnisse und keine besonderen Talente in Bezug auf Schreiben, Tanzen und Malen erforderlich.

Leitung: Renate Kiefer, Speyer

Dipl.-Psychologin, Psychotherapeutische Praxis

27. bis 29. September 2010 Gesprächsführung mit Tumorpatienten und ihren Angehörigen

Das Gespräch ist das wichtigste Instrument im Umgang mit den Patienten und ihren Angehörigen. Speziell bei Tumorpatienten ist es elementar für den Aufbau einer vertrauensvollen Arzt-Patienten-Beziehung in der Zeit der Behandlung und in schwierigen Situationen, zum Beispiel bei der Prognose-Eröffnung oder bei einer Zustandsverschlechterung. In dem Kurs werden anhand konkreter Beispiele Gesprächshaltung und Gesprächstechnik erarbeitet und in Kleingruppen eingeübt.

Diese Veranstaltung gehört zu einer Reihe von Seminaren, die mit einem Zertifikat zur Kommunikation mit Tumorpatienten und ihren Angehörigen abgeschlossen werden kann. Es müssen vier dieser Seminare aufeinander folgend im Zeitraum von längstens vier Jahren für das Zertifikat belegt worden sein. Die Seminarreihe hat 2003 begonnen und wird bis einschließlich 2014 angeboten werden.

Leitung: Dr. med. Horst Poimann, Würzburg
Arzt für Neurochirurgie, Dipl.-Psychologe, Supervisor

Das **Gesamtprogramm** ist erhältlich bei der

**Dr. Mildred Scheel Akademie
für Forschung und Bildung
Kerpener Str. 62
50924 Köln**

Telefon: 02 21/94 40 49-0

<http://www.krebshilfe.de/akademie.html>

Patientenkongresse

Gemeinsam zu neuen Horizonten aufbrechen

Patientenkongresse des Patientenbeirates der Deutschen Krebshilfe

Der Patientenbeirat der Deutschen Krebshilfe veranstaltet mit den acht Bundesverbänden im Haus der Krebs-Selbsthilfe in Bonn jährlich vier Patientenkongresse. Sie sind eine sinnvolle und notwendige Ergänzung zu den bisher genannten Veranstaltungen, die ausschließlich für die Mitglieder der Frauenselbsthilfe nach Krebs durchgeführt werden.

Diese Patientenveranstaltungen bieten Betroffenen, Angehörigen und Interessierten die Möglichkeit, von kompetenten Referenten und erfahrenen Selbsthilfeorganisationen neutrale und sachdienliche Informationen zu erhalten. Sie unterstützen Betroffene, ihren individuellen Weg der Krankheitsbewältigung zu finden.

Es ist uns ein Anliegen, auch Veranstaltungen anzubieten, die nicht nur unsere Mitglieder, sondern grundsätzlich krebskranke Menschen erreichen und solche, für die die Krankheit Krebs eine Bedeutung hat: Betroffene, Angehörige, Freunde, interessierte Menschen oder professionelle Helfer. Das können aber auch Betroffene sein, die Kontakt zu einer Selbsthilfegruppe suchen oder die gerne ehrenamtlich arbeiten und ihre Fähigkeiten in einer Selbsthilfegruppe einbringen wollen.

Die Frauenselbsthilfe nach Krebs will mit qualifizierten Veranstaltungen, neutralen Informationen und einem reichen Erfahrungsschatz Kenntnisse vermitteln sowie die Möglichkeit zum Austausch und zu persönlichen Gesprächen bieten. Wir wollen erreichen, dass die Krankheit Krebs nicht mehr als Bedrohung und Schädigung, sondern als Herausforderung und Aufgabe angesehen wird.

***Ein Mensch hat dreierlei Wege, klug zu handeln:
Erstens: Durch Nachdenken – das ist der edelste
Zweitens: Durch Nachahmen – das ist der leichteste
Drittens: Durch Erfahrung – das ist der bitterste***

Konfuzius

Patientenkongresse

Gemeinsam zu neuen Horizonten aufbrechen

Die geplanten Patientenkongresse in 2010:

17.04.2010 in Marburg

08.05.2010 in Chemnitz

25.09.2010 in Göttingen

27.11.2010 in Regensburg

Die Frauenselbsthilfe nach Krebs ist Mitveranstalter und wirkt bei der Programmgestaltung mit. Sie ist bei den Kongressen mit einem Infostand vertreten, der gemeinsam mit dem jeweiligen Landesvorstand organisiert wird.

***Denn ein Schiff erschaffen,
heißt nicht die Segel hissen,
die Nägel schmieden, die Sterne lesen,
sondern die Liebe zum Meer erwecken.***

Antoine de Saint-Exupéry

Öffentliche Veranstaltungen – Termine

Gemeinsam zu neuen Horizonten aufbrechen

Bei folgenden bisher bekannten Veranstaltungen anderer Organisatoren wirkt die Frauenselbsthilfe nach Krebs mit:

29. Deutscher Krebskongress in Berlin **24. - 27.02.2010**

4. Krebsaktionstag in Berlin **28.02.2010**

30. Jahrestagung der Deutschen Gesellschaft für Senologie in Hamburg **01. - 03.07.2010**

*Viele Menschen werden in deinem Leben kommen und gehen,
aber deine Freunde werden Spuren in deinem Herzen hinterlassen.*

Eleanor Roosevelt

Informationsmaterial der Frauenselbsthilfe nach Krebs

Gemeinsam zu neuen Horizonten aufbrechen

Die Frauenselbsthilfe nach Krebs gibt folgendes Informationsmaterial heraus, das in der Bundesgeschäftsstelle angefordert werden kann:

- Imagebroschüre „Auffangen, Informieren, Begleiten“
- Faltblatt/Flyer mit Kontaktadressen
- Faltblatt/Flyer „Das Haus der Krebs-Selbsthilfe in Bonn“
- Leitfaden für Beraterinnen „Beratung in der Selbsthilfe am Beispiel der Frauenselbsthilfe nach Krebs“
- Soziale Informationen 2010 (jährliche Neuauflage)
- Brustamputation – wie geht es weiter?
- Flyer „Brustkrebs – was nun? Eine erste Orientierungshilfe“
- DVD „Brustkrebs – was nun?“
- DVD „Brustkrebs – leben mit Metastasen“
- DVD „Krebskranke Frauen und ihre Kinder“
- Faltblatt/Flyer „Orientierungshilfe – Krebskranke Frauen und ihre Kinder“
- Krebs und Lymphödem
- Krebs und Sexualität
- Magazin *perspektive* (4 mal jährlich)
- Nachlese Bundestagung 2009 (jährlich)
- Jahresprogramm 2010 (jährlich)
- Positionspapier – „Position der Frauenselbsthilfe nach Krebs zur Versorgung krebskranker Menschen“
- Infoblatt „Gesetzliche Krebsfrüherkennung“
- Flyer „BRCA-Netzwerk – Hilfe bei familiärem Brustkrebs und Eierstockkrebs“
- Leitfaden „Führung durch Beteiligung – Führungskompetenz in der Frauenselbsthilfe nach Krebs“, Teil I und II; Kosten: € 20,00

HINWEISE: Alle Broschüren werden kostenlos zugesandt. Wir bitten um Überweisung der Portokosten. Bei Bestellung des Leitfadens für Landesvorstände „Führung durch Beteiligung“ Teil I und II werden jeweils pro Exemplar € 20,00 in Rechnung gestellt.

Berufungen und Mitwirkungen der Frauenselbsthilfe nach Krebs

Gemeinsam zu neuen Horizonten aufbrechen

Berufungen:

- Patientenbeirat der Deutschen Krebshilfe e.V., Bonn
- Wissenschaftlicher Beirat der Deutschen Gesellschaft für Senologie, Berlin
- Editorial Board „Senologie – Zeitschrift für Mammadiagnostik“
- Nationaler Krebsplan: Arbeitsgruppen 1 „Weiterentwicklung der Früherkennung“ und 4 „Patientenorientierung“

Mitwirkung:

- AGs von Unterausschüssen des Gemeinsamen Bundesausschusses (G-BA), Siegburg
- Zertifizierungskommission Brustzentren und Onkologische Zentren der Deutschen Krebsgesellschaft (DKG), Berlin
- Leitlinienarbeit der Arbeitsgemeinschaft der Wissenschaftlichen Medizinischen Fachgesellschaften (AWMF)
- Kooperationsverbund Qualitätssicherung durch klinische Krebsregister (KoQK)
- Ärztliches Zentrum für Qualität in der Medizin (ÄZQ)


***Wer den anderen liebt, lässt ihn gelten,
so wie er ist, wie er gewesen ist und wie er sein wird.***

Michel Quoist

Inhaltsverzeichnis

Gemeinsam zu neuen Horizonten aufbrechen

Vorwort	Seite 1
Kurzportrait der Frauenselbsthilfe nach Krebs	Seite 2
Das 6-Punkte-Programm	Seite 3
Unser Schulungskonzept für Mitglieder	Seite 4 - 10
Qualifizierungskonzept für Landesverbände	Seite 11 - 13
Tagungen / Schulungen der 12 Landesverbände	Seite 14
Termine der Tagungen und Schulungen in den Landesverbänden für Mitglieder	Seite 15 - 16
Vorstandstreffen und Sitzungen des Bundesvorstandes	Seite 17
Sitzung des erweiterten Vorstandes	Seite 18
Bundestagung 2010	Seite 19
Warum Bundestagung?	Seite 20
Fachausschüsse	Seite 21
Projekt „Wissenserhalt beim Generationenwechsel“	Seite 22
Seminare der Dr. Mildred Scheel Akademie	Seite 23 - 26
Patientenkongresse	Seite 27 - 28
Öffentliche Veranstaltungen - Termine	Seite 29
Informationsmaterial	Seite 30
Berufungen und Mitwirkungen	Seite 31
Inhaltsverzeichnis	Seite 32



***Nimm dir Zeit zum Lachen,
es ist Musik für die Seele.
Nimm dir Zeit freundlich zu sein,
es ist der Weg zum Glück.
Nimm dir Zeit zum Lesen,
es ist der Brunnen der Weisheit.
Nimm dir Zeit zum Denken,
es ist die Quelle der Kraft.***

Verfasser unbekannt



**Frauenselbsthilfe nach Krebs
Bundesverband e.V.**

Bundesgeschäftsstelle · Haus der Krebs-Selbsthilfe

Thomas-Mann-Str. 40 · 53111 Bonn

Telefon: 0228 - 33 88 9 - 400

Telefax: 0228 - 33 88 9 - 401

E-Mail: kontakt@frauenselbsthilfe.de

Internet: www.frauenselbsthilfe.de