



Niemand da zum Reden?

Komm zu uns!

Herzlich willkommen zu unseren Treffen

Jeden 2. Mittwoch im Monat
um 18.00 Uhr

im Gemeindezentrum Nikolai
Hundsmühler Straße 111
26131 Oldenburg-Eversten

Wir treffen uns

- um Erfahrungen auszutauschen
- um Neuigkeiten aus dem Gesundheitssystem zu erfahren
- zu Vorträgen von Experten aus allen onkologischen und sozialen Bereichen
- um der Lebensfreude trotz Krebs Raum zu geben

Die Teilnahme an unseren Gruppentreffen ist unverbindlich und ohne Mitgliedsbeitrag. Kommen Sie einfach mal bei uns vorbei oder rufen Sie uns an.

Wir freuen uns auf Sie!

Stand: Januar 2019

Kontakt

Regine Goldenstein
Gruppenleiterin
Tel.: 04 41 - 39 02 18 36
regine.goldenstein@gmx.de

Sabine Paulo
stellvertr. Gruppenleiterin
Tel.: 04 41 - 50 13 17
sabine.paulo@gmx.de

Petra Willer
Kassiererin
Tel.: 04 41 - 50 85 91
petra.willer@web.de

www.frauenselbsthilfe.de/oldenburg.html
www.bekos-oldenburg.de

Möchten Sie unsere ehrenamtliche Arbeit mit einer
Spende unterstützen? Hier ist unsere Bankverbindung:

Raiffeisenbank Oldenburg eG
IBAN: DE90 2806 0228 0036 1798 00



Unter Schirmherrschaft und mit finanzieller
Förderung der Deutschen Krebshilfe
Deutsche Krebshilfe
HELFEN. FORSCHEN. INFORMIEREN.

Frauenselbsthilfe nach Krebs
Landesverband Niedersachsen/Bremen/Hamburg e.V.



**Auffangen
Informieren
Begleiten**

**Gruppe
Oldenburg**



www.frauenselbsthilfe.de

Krebskrank? Wir helfen!

Wenn die Diagnose „Krebs“ lautet, ist das für die meisten Menschen ein Schock. Das Leben scheint aus den Fugen zu geraten. Die Erschütterung erstreckt sich auf alle Lebensbereiche. Angesichts der Bedrohung des eigenen Lebens stellt sich ein Gefühl der Ohnmacht und Hilflosigkeit ein.

Der Weg, der jetzt vor einem liegt, erscheint steinig und unüberwindbar. Wir, die Mitglieder der Frauenselbsthilfe nach Krebs (FSH), sind ihn bereits gegangen. Vor dem Hintergrund unserer gesammelten Erfahrungen helfen wir Betroffenen, ihren persönlichen Weg im Umgang mit der Krankheit zu finden.

Jede, die an Krebs erkrankt ist, kann sich einer Selbsthilfegruppe der FSH anschließen – unabhängig von Alter und Art der Krebserkrankung. Dafür müssen die Hilfesuchenden weder Mitglied in der FSH sein noch werden. Die Teilnahme an den Gruppen ist kostenlos.

Wir sind ...

- ... eine bundesweit tätige Vereinigung von Frauen, die das Leben mit Krebs aus eigener Erfahrung kennen.
- ... ein gemeinnütziger Verein mit einem dichten Netz an Selbsthilfegruppen in ganz Deutschland, der seit 1976 Krebskranken und Angehörigen mit Rat und Tat zur Seite steht.

Wir wollen ...

- ... **Krebskranke psychosozial begleiten.**
Durch menschliche Zuwendung in Einzelgesprächen und Aussprache in Selbsthilfegruppen gemeinsam lernen, mit Krebs zu leben
- ... **helfen, die Angst vor weiteren Untersuchungen und Behandlungen zu überwinden.**
Vermitteln von Hoffnung durch persönliche Erfahrung und eigenes Erleben
- ... **Hinweise zur Stärkung der Widerstandskraft geben.**
Aktuelle Vorträge von Fachleuten aus den verschiedenen Bereichen des Gesundheitswesens, u. a. Ernährung, Bewegung
- ... **helfen, die Lebensqualität zu verbessern.**
Hilfe zur Selbsthilfe, Überwindung von Isolation, Förderung der Kreativität
- ... **über soziale Hilfen, Versicherungs- und Schwerbehindertenrecht informieren.**
Anschlussheilbehandlung, Rehabilitation, Wiedereingliederung, Pflegeversicherung, Renten u. v. a. m.
- ... **die Interessen Krebskranker sozialpolitisch und gesundheitspolitisch vertreten.**

Dieses 6-Punkte-Programm ist Grundlage unserer Beratungsarbeit.

Wir bieten ...

- ... Gruppen- und Einzelgespräche sowie Telefon- und Online-Beratung unter Wahrung äußerster Diskretion.
- ... Unterstützung bei der Gründung und Unterhaltung von Selbsthilfegruppen.
- ... kostenlose Schulungs- und Fortbildungsveranstaltungen für Mitglieder auf Bundes- und Landesebene.
- ... kostenlose allgemein verständliche Ratgeber in Form von Faltblättern, Broschüren und DVDs.
- ... Informationen für Krebskranke in der *perspektive*, dem vierteljährlich erscheinenden Magazin der FSH.

Wir helfen ...

- ... ehrenamtlich.
- ... ohne Mitgliedsbeiträge zu erheben.
- ... als Partner von professionellen Helfern in der Krebstherapie und -nachsorge.
- ... mit unseren Erfahrungen und Kenntnissen.
- ... in einem regen, vielfältigen Gruppenleben und zahlreichen gemeinsamen Aktivitäten.



www.frauenselbsthilfe.de

www.facebook.com/frauenselbsthilfe
<https://forum.frauenselbsthilfe.de>