



# Telefonische Beratertage

Zu speziellen Problemen beim Krankengeld, bei beruflichen Perspektiven, Krebs im Alltag oder psychologischer Begleitung bieten wir Ihnen unsere thematischen „Telefonischen Beratertage“ an – nicht nur für Sie als Krebspatient, sondern natürlich auch für Ihre Angehörigen.

Dazu müssen Sie keinen Termin vereinbaren, sondern können zwischen 9:00 und 15:00 Uhr unter der Telefonnummer **0345 4788110** anrufen. Dann werden Sie direkt an unser Beratungsteam vermittelt. Sie können Ihre Fragen auch gerne per E-Mail unter [beratung@sakg.de](mailto:beratung@sakg.de) stellen oder im Chat mit einem Berater besprechen.

Sollten an manchen dieser Tage besonders viele Anrufer unseren Rat suchen, kann es vorkommen, dass nicht alle Ihre Anliegen sofort und ausführlich besprochen werden können. Dann vereinbaren wir einen weiteren Gesprächstermin mit Ihnen, bei dem Sie sich in Ruhe mit allen Fragen an unser Team wenden können.

26.02.2024 **Krankengeld und finanzielle Auswirkungen bei Krebs**

---

22.04.2024 **Reha und berufliche Perspektiven nach Krebs**

---

03.06.2024 **Umgang mit Schmerzen bei Krebs**

---

12.08.2024 **Schwerbehinderung und Krebserkrankung**

---

21.10.2024 **Rezidivängste bei Krebs**

---

02.12.2024 **Krebs im Alltag**

SACHSEN-ANHALTISCHE  
KREBSGESELLSCHAFT E.V.





# Online-Sprechstunde

Mit unserer „Online-Sprechstunde“ bieten wir digitale Informations- und Gesprächsveranstaltungen für Patienten, Angehörige und Interessierte an. Zu verschiedenen Themen wie Prävention, Diagnostik und Behandlung von Krebserkrankungen, Nebenwirkungen, Nachsorge oder psychologischen Problemen laden wir Fachleute ein, die Ihnen nach einer kurzen, verständlichen Einführung in das jeweilige Thema Ihre Fragen dazu beantworten. In anonymisierter Form stellen Sie diese direkt an die Spezialisten. Deren Antworten sind dann für alle hörbar, so dass Sie auch von den Fragen der anderen Chat-Teilnehmer profitieren können.

## Und so geht es:

Die Veranstaltungen finden via ZOOM-Meeting statt. Nach Ihrer Anmeldung per Telefon unter **0345 4788110** oder per E-Mail unter **info@sakg.de** erhalten Sie einen Zugangs-Link. Die Teilnahme ist mit einem Computer, Tablet oder Smartphone möglich. Natürlich können Sie auch telefonisch teilnehmen.

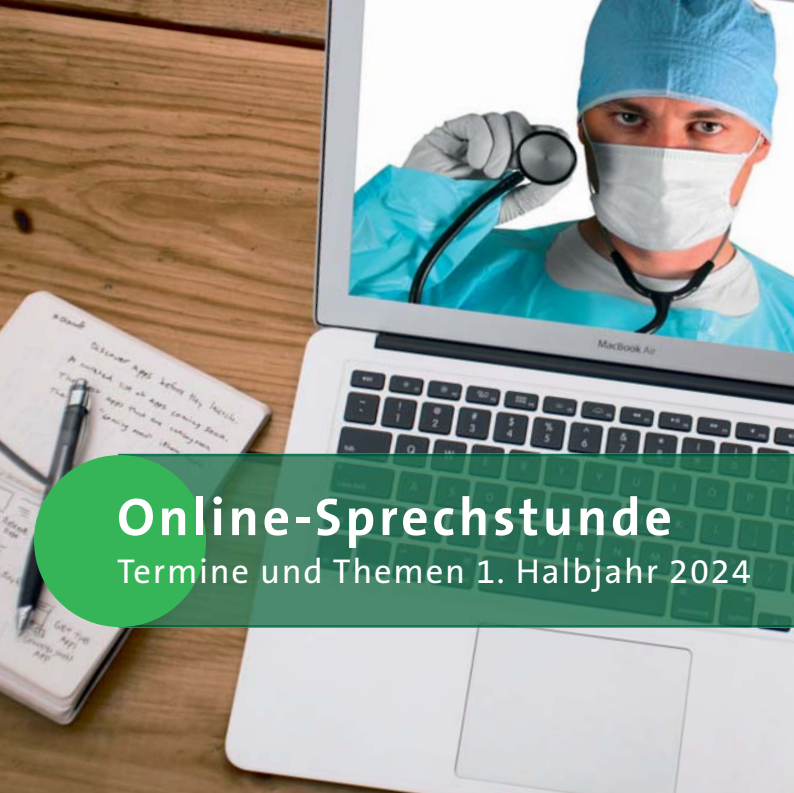
Wenn Sie Fragen haben oder technische Hilfe benötigen, rufen Sie uns bitte vorher an. Gerne helfen wir Ihnen weiter.

**Termine und Themen 1. Halbjahr 2024**



SACHSEN-ANHALTISCHE  
KREBSGESELLSCHAFT E.V.





# Online-Sprechstunde

Termine und Themen 1. Halbjahr 2024

24.01.2024  
15:00 Uhr

## **Fatigue bei Krebserkrankungen – unendlich erschöpft und müde**

Dr. med. Constantin Puy, Chefarzt Klinik für Psychosomatische Medizin und Psychotherapie, Krankenhaus St. Elisabeth und St. Barbara Halle (Saale)

21.02.2024  
15:00 Uhr

## **Krebs in der Familie – Zufall oder erblich?**

Ramona-Christinya Ababei, Ärztin für Humangenetik, Magdeburg

20.03.2024  
15:00 Uhr

## **Darmkrebs modern behandeln**

Dr. med. Jan Schröder, Facharzt für Viszeralchirurgie, Spezielle Viszeralchirurgie, Harz-klinikum Dorothea Christiane Erxleben

11.04.2024  
16:00 Uhr

## **Naturkräuter und ihre Wirkungen – Kräuter im Jahreskreis**

Dr. Conny Deimer, Phytologin, Halle (Saale)

15.05.2024  
15:00 Uhr

## **Dem Hautkrebs vorbeugen – wie mache ich das richtig?**

Dr. Eckhard Fiedler, Facharzt für Dermatologie, Halle (Saale)

19.06.2024  
15:00 Uhr

## **Soziale Hilfen und finanzielle Unter- stützungsmöglichkeiten bei einer Krebserkrankung**

Sabine Schleh, Psychoonkologische Beratung (Schwerpunkt Soziales) der SAKG

SACHSEN-ANHALTISCHE  
KREBSGESELLSCHAFT E.V.





# „Gesund mit Genuss“

Kochstudio für Krebsbetroffene und Angehörige

Essen soll Spaß machen. Es soll hübsch angerichtet sein, um unseren Appetit zu wecken, wir wollen es genießen – am besten in netter Gesellschaft – und schmecken soll es auch. Soweit die Theorie. Was aber, wenn jemand, der gerade eine Krebstherapie durchlaufen hat, sich regelrecht zum Essen zwingen muss? Wenn Magen und Darm rebellieren oder der Mund so trocken ist, dass einfach nichts rutscht? Und darf, wenn Gewürze die Schleimhäute reizen, wirklich alles nur nach Pappe und Abwaschwasser schmecken?

Erfahrene Ernährungsberaterinnen können helfen. In unseren Kochkursen bereiten sie gemeinsam mit Ihnen und Ihren Angehörigen Gerichte zu, die Sie nicht nur gut vertragen und schlucken, sondern auch gleich gemeinsam – mit Genuss! – verzehren können. Nehmen Sie Ernährungstipps und Anregungen für neue Rezepte mit nach Hause und probieren Sie sie aus. Wir hoffen, Ihnen auf diese Weise ein Stück Lebensqualität für den Alltag mitgeben zu können.

Anmelden können Sie sich ganz einfach telefonisch unter **0345 4788110** oder per E-Mail unter [info@sakg.de](mailto:info@sakg.de). Die Teilnahmegebühr von 7,00 Euro pro Person bezahlen Sie in bar direkt bei der Kursleiterin vor Ort.

Guten Appetit!

[Orte und Termine 1. Halbjahr 2024](#)



SACHSEN-ANHALTISCHE  
KREBSGESELLSCHAFT E.V.





# „Gesund mit Genuss“

Orte und Termine 1. Halbjahr 2024

**05.03.2024** Euro-Schulen Bitterfeld-Wolfen, Lehrküche  
11:30 bis Ortsteil Wolfen · Wasserturmstraße 1 ·  
14:30 Uhr 06803 Bitterfeld-**Wolfen**  
Kursleitung: Maria Mendel, Dipl.-Ernährungs-  
wissenschaftlerin

**06.03.2024** Küchen Design Dessau GmbH  
**05.06.2024** Johannisstraße 15 · 06844 **Dessau-Roßlau**  
16:30 bis Kursleitung: Maria Mendel, Dipl.-Ernährungs-  
19:30 Uhr wissenschaftlerin

**14.03.2024** Knappe LIVA Küchen  
11:00 bis Dornbergsweg 19 · 38855 **Wernigerode**  
14:00 Uhr Kursleitung: Gabriele Lausch, Ernährungsthera-  
peutin

**19.03.2024** Micheel-Das Küchenstudio, Kochschule  
**04.06.2024** Hansering 15 · 06108 **Halle (Saale)**  
16:30 bis Kursleitung: Iris Rochau, Diät- und Ernährungs-  
19:30 Uhr beraterin

**20.03.2024** Praxis für Ernährungsberatung Nicole Lins  
**29.05.2024** Ulrichplatz 2 · 39104 **Magdeburg**  
16:00 bis Kursleitung: Silke Zur, Ernährungstherapeutin  
19:00 Uhr

**10.04.2024** Berufsbildende Schule Mansfeld-Südharz, Haus 1  
16:00 bis Friedrich-Engels-Straße 22 · 06526 **Sangerhausen**  
19:00 Uhr Kursleitung: Haike Seeger, Ernährungs- und Diät-  
beraterin

**11.04.2024** BBS-Burgenlandkreis, Standort Naumburg  
16:00 bis Markgrafenweg 46 · 06618 **Naumburg**  
19:00 Uhr Kursleitung: Dr. Josephine Reiche, Master of  
Ernährungswissenschaften

SACHSEN-ANHALTISCHE  
KREBSGESELLSCHAFT E.V.





## Körper & Seele

Will der Körper nicht recht, taumelt die Seele. Und ist die Seele angeschlagen, versagt wiederum der Körper seinen Dienst. Müdigkeit, Kraftlosigkeit, Verstimmung und allerlei Beschwerden – jeder hat solche Phasen schon einmal erlebt. Um wie viel mehr setzt das alles einem Krebspatienten zu, der seine niederschmetternde Diagnose gerade erst bekommen hat, sich mitten in einer anstrengenden Therapie befindet oder mit deren Nachwirkungen kämpft?

Genau da setzen unsere Kursangebote für „Körper & Seele“ an. Mit verschiedenen Entspannungstechniken, Singen, Malen oder Töpfern wollen wir Ihnen zu körperlicher und seelischer Ausgeglichenheit und damit zu allgemeinem Wohlbefinden verhelfen.

Mit einer erfahrenen Kursleitung und in einer angenehmen, ruhigen Umgebung können Sie sich bei uns wohlfühlen.

### **Und so können Sie teilnehmen:**

Mit Ihrer Anmeldung, telefonisch unter der Nummer **0345 4788110** oder per E-Mail unter **info@sakg.de**, sichern Sie sich einen der leider begrenzten Plätze für den jeweiligen Kurs.

**Kurse und Termine 1. Halbjahr 2024**



SACHSEN-ANHALTISCHE  
KREBSGESELLSCHAFT E.V.



# Körper & Seele

Kurse und Termine 1. Halbjahr 2024

- 08.01.2024 **Töpferkurs für Krebsbetroffene und Angehörige**  
15.01.2024 Kursleitung: Larissa Morgenstern, SAKG  
22.01.2024 Psychosoziale Krebsberatungsstelle Dessau,  
29.01.2024 Schloßplatz 3 · 06844 **Dessau-Roßlau**  
12.02.2024 14:00 bis 15:30 Uhr | 30,00 Euro einmalige Kursge-  
19.02.2024 bühr | Bitte eine Schürze o. Ä. mitbringen!
- 

- ab **Singen – Balsam für die Seele**  
10.01.2024 Kursleitung: Kathrin Hilbert  
(jeden zweiten *Mittwoch im Monat*)  
Sachsen-Anhaltische Krebsgesellschaft e. V.,  
Paracelsusstraße 23 · 06114 **Halle (Saale)**  
10:00 bis 11:00 Uhr | Wer möchte, kann ein  
Instrument mitbringen!
- 

- 18.01.2024 **Entspannung für Krebsbetroffene und Angehörige**  
01.02.2024 Kursleitung: Larissa Morgenstern und Anna  
15.02.2024 Hofmann, SAKG  
29.02.2024 Psychosoziale Krebsberatungsstelle Dessau,  
14.03.2024 Schloßplatz 3 · 06844 **Dessau-Roßlau**  
28.03.2024 15:00 bis 16:15 Uhr | Bequeme Kleidung und eine  
kleine Decke, kleines Kissen o. Ä. bitte mitbringen!
- 

- 25.01.2024 **Regeneration und Entspannung durch Hypnose**  
29.02.2024 Kursleitung: Karin Klingner, Hypnose-Coach  
28.03.2024 Sachsen-Anhaltische Krebsgesellschaft e. V.,  
25.04.2024 Paracelsusstraße 23 · 06114 **Halle (Saale)**  
20.06.2024 11:00 bis 12:00 Uhr | 10,00 Euro einmalige Kursge-  
26.09.2024 bühr | Bequeme Kleidung und eine kleine  
24.10.2024 Decke, kleines Kissen o. Ä. bitte mitbringen!  
28.11.2024
- 

- 12.02.2024 **Entspannung für Betroffene und Angehörige**  
19.02.2024 Kursleitung: Sonja Ries, SAKG  
26.02.2024 Psychosoziale Krebsberatungsstelle Weißenfels,  
04.03.2024 Markt 27 · 06667 **Weißenfels**  
11.03.2024 11:00 bis 12:00 Uhr | Bequeme Kleidung und eine  
18.03.2024 kleine Decke, kleines Kissen o. Ä. bitte mitbringen!
- 

- 02.04.2024 **Fantasiereisen**  
09.04.2024 Kursleitung: Jessica Züfle, SAKG  
16.04.2024 Psychosoziale Krebsberatungsstelle Quedlinburg,  
23.04.2024 Harzlinikum Dorothea Christiane Erxleben,  
30.04.2024 Haus 4, Ditfurter Weg 24 · 06484 **Quedlinburg**  
14:00 bis 15:00 Uhr | Bequeme Kleidung und eine  
kleine Decke, kleines Kissen o. Ä. bitte mitbringen!

SACHSEN-ANHALTISCHE  
KREBSGESELLSCHAFT E.V.





## Yoga und Krebs

Yoga ist eine philosophische Lehre, die aus Indien stammt und eine Reihe geistiger und körperlicher Übungen, Atem- und Entspannungstechniken beinhaltet. Sie kann sich auf verschiedene Beschwerden von Krebsbetroffenen wie Müdigkeit (Fatigue), Schlaflosigkeit, Angst und Depression, heilsam auswirken, die Lebensqualität und das Stressempfinden positiv beeinflussen und so zur Steigerung des psychischen Wohlbefindens beitragen.

In unseren Yogakursen für Krebsbetroffene und Angehörige erlernen Sie verschiedene Körperübungen, Atem- und Entspannungstechniken, um Ihre Körperwahrnehmung zu verbessern und Kraft, Beweglichkeit, Koordination und Bewegungsfreude zu entfalten. Während der Übungen werden Ihre unterschiedlichen Stadien der Therapie ebenso berücksichtigt wie physische und emotionale Bedürfnisse.

Wäre das etwas für Sie? Dann melden Sie sich zu einem unserer sehr begehrten Kurse bitte telefonisch unter **0345 4788110** oder per E-Mail unter [info@sakg.de](mailto:info@sakg.de) an.

Namasté!

[Orte und Termine 1. Halbjahr 2024](#)



SACHSEN-ANHALTISCHE  
KREBSGESELLSCHAFT E.V.





# Yoga und Krebs

Orte und Termine 1. Halbjahr 2024

- 10.01.2024 **„Yoga und Krebs“**  
17.01.2024 Kursleitung: Esther Meyer, Yogalehrerin  
24.01.2024 Physio Balance, Praxis Physiotherapie und Yoga  
31.01.2024 A. Gläß & C. Benkewitz GbR, In der Grünen  
14.02.2024 Zitadelle (Hundertwasserhaus), 2. Etage mit Auf-  
21.02.2024 zug, Breiter Weg 10, 39104 **Magdeburg**  
28.02.2024 17:00 bis 18:15 Uhr | 25,00 Euro einmalige Kurs-  
06.03.2024 gebühr | Bequeme Kleidung und eine kleine  
13.03.2024 Decke, kleines Kissen o. Ä. bitte mitbringen!  
20.03.2024
- 

- 02.04.2024 **„Yoga und Krebs“**  
09.04.2024 Kursleitung: Antje Gedicke, Yogalehrerin  
16.04.2024 Sachsen-Anhaltische Krebsgesellschaft e. V.,  
23.04.2024 Paracelsusstraße 23, 3. Etage mit Aufzug,  
30.04.2024 06114 **Halle (Saale)**  
07.05.2024 16:45 bis 18:00 Uhr | 15,00 Euro einmalige Kurs-  
gebühr | Bequeme Kleidung und eine kleine  
Decke, kleines Kissen o. Ä. bitte mitbringen!
- 

- 03.04.2024 **„Yoga und Krebs“**  
10.04.2024 Kursleitung: Almut Knauß, Diplom-Sportwissen-  
17.04.2024 schaftlerin  
24.04.2024 Tanzschule „Tango Mio“, Geiststraße 22, Hinter-  
08.05.2024 haus, 3. Etage mit Aufzug, 06108 **Halle (Saale)**  
15.05.2024 10:15 bis 11:15 Uhr | 25,00 Euro einmalige Kurs-  
29.05.2024 gebühr | Bequeme Kleidung und eine kleine  
05.06.2024 Decke, kleines Kissen o. Ä. bitte mitbringen!  
12.06.2024  
19.06.2024
- 

- 04.04.2024 **„Yoga und Krebs“**  
11.04.2024 Kursleitung: Nicole Brinkmann, Yogalehrerin BYV  
18.04.2024 und Entspannungstrainerin BYVG  
25.04.2024 Sozial-kulturelles Frauenzentrum Dessau e. V.,  
02.05.2024 Törtener Straße 44, 06842 **Dessau-Roßlau**  
16.05.2024 16:45 bis 17:45 Uhr | 25,00 Euro einmalige Kurs-  
30.05.2024 gebühr | Bequeme Kleidung und eine kleine  
06.06.2024 Decke, kleines Kissen o. Ä. bitte mitbringen!  
13.06.2024  
20.06.2024

SACHSEN-ANHALTISCHE  
KREBSGESELLSCHAFT E.V.

