

# PATIENTENSCHULUNG DER LUNGENKREBSHILFE HAVELHÖHE

JEDEN FREITAG, 15 – 17 UHR

Haus 10, Station 3, 2. OG im Raum der Begegnungen

Die Lungenkrebshilfe Havelhöhe ist ein regelmäßiger Begegnungsraum für Patienten und Angehörige. Sie erhalten Hilfen in der Zeit Ihrer Krankheit und Therapie. Die Teilnahme bietet Ihnen Verbesserungen in den Belastungen des Lebens zu Hause.

## KERNGRUPPE 15 – 17 UHR

- Onkologische Fachpflege
- Patienten- und Angehörigen-Beratung
- Pflegetherapie Kennenlernen: „Wieder Wohlerfühlen“

## WAS TUN

- bei Belastung in Chemotherapie, Strahlentherapie und nach Operation?
- bei Schmerzen, Müdigkeit und Übelkeit?
- bei Haut- oder Darmproblemen?
- bei Angst, Schlafproblemen oder Luftnot?

**Die Veranstaltungen sind kostenfrei!**



Onkologisches Zentrum/Lungenkrebszentrum Havelhöhe

# ONKOLOGISCHE GESUNDHEITSSCHULUNG

## TERMINE & THEMENFELDER

Jeden Freitag, 15–17 Uhr, Therapie – Schulungsraum 2. OG (Station 3), Haus 10

DATUM	BASISTHEMA – Die eigene Kraft stärken	ZUSATZTHEMA
05. JANUAR	Onkologische Gesundheitsschulung Themenfeld 1	Ernährung 1 Fette, Kohlehydrate, Eiweiß – was tun?
12. 01.	Onkologische Gesundheitsschulung Themenfeld 2	Medikamente 1 Woher kommt die Heilkraft und was ist Gesundheit?
19. 01.	Onkologische Gesundheitsschulung Themenfeld 3	Ernährung 2 Mineralstoffe + Vitamine – was tun?
26. 01.	Onkologische Gesundheitsschulung Themenfeld 4	Bewegungs- und Atemtherapie 1 Bewusstheit für Körper und Atem. Hilfe bei Atemnot.
02. FEBRUAR	Onkologische Gesundheitsschulung Themenfeld 5	Sozialdienst und Soziale Hilfen. Wir informieren Sie über Möglichkeiten und Hilfen.
09. 02.	Onkologische Gesundheitsschulung Themenfeld 6	Medikamente 2 Was ist Standard-Onkologie und wann sind Ergänzungen (z. B. Misteltherapie) sinnvoll?
16. 02.	Onkologische Gesundheitsschulung Themenfeld 7	Was ist Dys-Stress und gibt's was dagegen? (PSO 1)
23. 02.	Onkologische Gesundheitsschulung Themenfeld 8	Bewegungs- und Atemtherapie 2 Ausdauerbewegung in der Krebstherapie. Mein eigenes Maß.
01. MÄRZ	Onkologische Gesundheitsschulung Themenfeld 9	Wann wirken sich Belastungen negativ auf die Therapie aus? (PSO 2)
08. 03.	Onkologische Gesundheitsschulung Themenfeld 10	Medikamente 3 Wann helfen Naturheilmittel – und wofür?
15. 03.	Onkologische Gesundheitsschulung Themenfeld 11	Ernährung 3 Gewichtsstabilisierung und Appetit
22. 03.	Onkologische Gesundheitsschulung Themenfeld 12	Bewegungs- und Atemtherapie 3 Zuwendung zu mir selbst stärkt und stabilisiert.
05. APRIL	Onkologische Gesundheitsschulung Themenfeld 1	Medikamente 1 Woher kommt die Heilkraft, und was ist Gesundheit?
12. 04.	Onkologische Gesundheitsschulung Themenfeld 2	Medikamente 2 Was ist Standard-Onkologie und wann sind Ergänzungen (z. B. Misteltherapie) sinnvoll?
19. 04.	Onkologische Gesundheitsschulung Themenfeld 3	Bewegungs- und Atemtherapie 1 Bewusstheit für Körper und Atem. Hilfe bei Atemnot.
26. 04.	Onkologische Gesundheitsschulung Themenfeld 4	Ernährung 1 Fette, Kohlehydrate, Eiweiß – was tun?
03. MAI	Onkologische Gesundheitsschulung Themenfeld 5	Sozialdienst und Soziale Hilfen. Wir informieren Sie über Möglichkeiten und Hilfen.
17. 05.	Onkologische Gesundheitsschulung Themenfeld 6	Was ist Dys-Stress und gibt's was dagegen? (PSO 1)
24. 05.	Onkologische Gesundheitsschulung Themenfeld 7	Ernährung 2 Mineralstoffe + Vitamine – was tun?
31. 05.	Onkologische Gesundheitsschulung Themenfeld 8	Bewegungs- und Atemtherapie 2 Ausdauerbewegung in der Krebstherapie. Mein eigenes Maß.
07. JUNI	Onkologische Gesundheitsschulung Themenfeld 9	Medikamente 3 Wann helfen Naturheilmittel – und wofür?
14. 06.	Onkologische Gesundheitsschulung Themenfeld 10	Bewegungs- und Atemtherapie 3: Zuwendung zu mir selbst stärkt und stabilisiert.
21. 06.	Onkologische Gesundheitsschulung Themenfeld 11	Neu Ernährung 3 Gewichtsstabilisierung und Appetit
28. 06.	Onkologische Gesundheitsschulung Themenfeld 12	Wann wirken sich Belastungen negativ auf die Therapie aus? (PSO 2)