

Oktober

„Onkolog. Rehabilitation mit Kind an der Ostsee“

KBS-Sigmaringen, 17. Oktober 14.00 - 16.00 Uhr

Vortrag von Annette Rexrodt von Fircks, die Gründerin und Vorstandsvorsitzende der Rexrodt-von-Fircks-Stiftung. Schwerpunkte der Stiftung sind u.a. Förderung spezieller ganzheitlicher Rehabilitations- und Kurmaßnahmen für krebskranke Mütter und deren Kinder.

Dezember

Adventsfeier der KBS

KBS-Sigmaringen, 12. Dezember 10.00 - 12.00 Uhr

Einladung für Patienten und Angehörige zu einer gemütlichen Adventsfeier im weihnachtlichen Ambiente.

Ausblick 2020

Patientenverfügung, Vorsorgevollmacht und Betreuung

KBS-Sigmaringen, 21. Januar 10.00 - 11.00 Uhr

Vortrag von Herrn Teubl vom Betreuungsverein SKM.

Des Weiteren sind viele interessante Vorträge u.a. zum Thema richtige Ernährung, Krebsprävention und Chemotherapie Nebenwirkungen geplant.

Hinweis: Änderungen im Programm entnehmen Sie bitte unserer Internetseite:

www.krebsberatung-sigmaringen.de/events/
oder der Tagespresse

Psychosoziale Krebsberatungsstelle Sigmaringen

Laizer Str. 1, 72488 Sigmaringen

Tel. Zentrale: 07571 – 7296 450

Fax: +49 (0) 7571 – 7296 451

info@krebsberatung-sigmaringen.de

www.krebsberatung-sigmaringen.de

Außensprechstd. Bad Saulgau: Mittwochs nach Vereinbarung. Anmeldung über KBS Sekretariat.

Spendenkonto des Trägervereins:

HLB Kreissparkasse Sigmaringen

IBAN: DE20 6535 1050 0000 0347 15

BIC: SOLADES1SIG



Förderung durch das Sozialministerium
des Landes Baden-Württemberg

Qualitätssicherung durch die Koordinierungsstelle des

KREBSVERBAND
BADEN-WÜRTTEMBERG E.V.

Programm

Juni - Dezember 2019

Wir
machen
Mut!

Psychosoziale Krebsberatungsstelle Sigmaringen

Für Menschen mit Krebs,
Angehörige und Interessierte
www.krebsberatung-sigmaringen.de

Juni

DKMS-Life Kosmetikseminare für Betroffene

KBS-Sigmaringen, 03. Juni 14.00 - 16.00 Uhr

In den Kosmetikseminaren von DKMS-Life schulen Kosmetikexpertinnen persönlich die Patientinnen und geben Tipps zur Hautpflege und zum Schminken. Sie zeigen den maximal 10 Teilnehmerinnen, wie einfach die äußerlichen Folgen der Therapie, beispielsweise Hautflecken und Wimpernverlust, kaschiert werden können. Die Frauen schminken sich selbst unter Anleitung, damit sie das auch im Anschluss an das Seminar ohne Schwierigkeiten selbst können.

Die Kosmetikprodukte werden kostenlos gestellt und dürfen mitgenommen werden.

Weitere Termine: 26.09., 28.11.

Die 5 Säulen des Sebastian Kneipp (Wasser,-Kräuter, Ernährung, Bewegung und Balance)

KBS-Sigmaringen 06. Juni 16.00 - 17.00 Uhr

Wasser, Bewegung, Ernährung, Heilpflanzen und Lebensordnung waren für Sebastian Kneipp die Säulen für ein Leben im Einklang mit sich selbst, den Anderen und der Natur. Am Donnerstag, 6. Juni um 16 Uhr referiert Karl Traub vom Sigmaringer Kneipp-Verein über die zeitlosen Lehren des Bad Wörishofener „Wasser-Pfarrers“, dessen präventives Gesundheitskonzept seit 2015 zum immateriellen Weltkulturerbe der UNESCO gehört.

Meditation: „Werde der du bist - übernimm die Verantwortung“

KBS-Sigmaringen, 06. Juni 10.00 - 11.00 Uhr

Themenbezogene, geführte Meditation, Dauer ca. eine Stunde. Unkostenbeitrag von 8 Euro, warme

Socken und bequeme Kleidung werden empfohlen.

Termine Donnerstag (10.00-11.00 Uhr): 27.06., 11.07., 25.07.

Termine Dienstag (18.00-19.00 Uhr): 11.06., 02.07.

Kunsttherapie

KBS-Sigmaringen 13. Juni 18.30 - 20.00 Uhr

Die Kunsttherapeutinnen Beate Dahlhoff und Pia Christ bieten in der Krebsberatungsstelle kunsttherapeutische Stunden an. Eingeladen sind hierzu Menschen mit schweren Erkrankungen, deren Angehörige, aber auch Personen, die einen lieben Menschen durch Tod verloren haben.

Weitere Termine: 27.06., 11.07., 25.07., 08.08, 22.08., 05.11., 19.11., 03.10., 17.10., 31.10., 14.11., 26.11., 12.12.

„Mops“ - Gruppe

KBS-Sigmaringen, 25. Juni 14.30 - 16.00 Uhr

„Mops“ steht für „mutig, optimistisch, positiv und stark“. Das in Zusammenarbeit mit der Caritas-Erziehungsberatungsstelle Sigmaringen und der KBS entwickelte Programm will Kindern von 6-11 Jahren aus Familien, in denen ein Elternteil oder ein Geschwister an einer schweren Erkrankung leidet, Unterstützung anbieten.

Weitere Termine: 30.07., 24.09., 22.10., 26.11.

Selbsthilfegruppe Lichtblick

KBS-Sigmaringen 28. Juni 20.00 - 21.30 Uhr

Sie haben ein Kind verloren? Wir möchten Sie in Ihrer Trauer nicht alleine lassen.

Juli

Benefizkonzert: Musik der Flüsse - Klavierstücke inspiriert von der Themse bis zur Donau

Schloss Sigmaringen, 07. Juli 18 Uhr

(Einlass 17 Uhr)

Der Pianist, Komponist und Musikwissenschaftler Thomas Taliesin Weber (Köln) stellt sein aktuelles Klavier-Solo-Programm, die „Musik der Flüsse“, in der Portugiesischen Galerie auf Schloss Sigmaringen vor, aber nicht nur interpretierend am schloss-eigenen Schiedmayer-Flügel, sondern ebenfalls charmant moderierend, mit informativ-heiteren Geschichten zu den jeweiligen Kompositionen und den sie inspirierenden Flüssen. Der Erlös kommt der KBS sowie der Angelo-Stiftung zugute.

September

Yoga-Schnuppertermin

KBS-Sigmaringen, 03. September 10.00 - 11.00 Uhr

Yoga Schnuppertermin mit Frau Uhl-Kösel. Jede Sitzung ist individuell auf die jeweiligen Teilnehmer abgestimmt und ist in sich abgeschlossen. Die Schnupperstunde ist kostenlos.

Yoga-Kurs

KBS-Sigmaringen, 10. September 10.00 - 11.00 Uhr

Yoga Kurs mit Frau Uhl-Kösel. Jede Sitzung ist individuell auf die jeweiligen Teilnehmer abgestimmt und ist in sich abgeschlossen. Die Preise für den Kurs liegen bei 8€ pro Stunde und Person.

Weitere Termine: 17.09., 24.09., 01.10., 08.10., 15.10., 22.10., 29.10.,