

Das Angebot wurde ausgearbeitet durch:  
Gertrud Grahn, PhD, Universität Lund, Schweden

Detaillierte Informationen und schriftliche Unterlagen  
zum Kursangebot finden Sie bei der Schweizerischen  
Vereinigung AVAC unter  
[www.lernen-mit-krebs-zu-leben.ch](http://www.lernen-mit-krebs-zu-leben.ch).



Lernen mit Krebs zu leben  
Apprendre à vivre avec le cancer  
Apprendere a vivere con il cancro

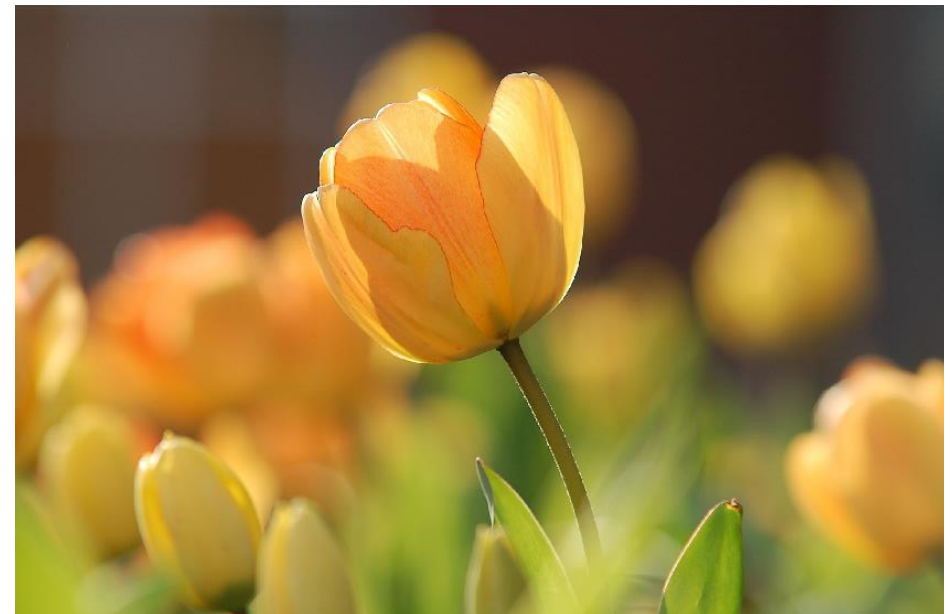
«Sag mir etwas und ich werde es vergessen.  
Zeig mir etwas und ich werde mich erinnern.  
Lass mich teilhaben und ich werde es verstehen.»

(Chinesisches Sprichwort)

## «Lernen mit Krebs zu leben©» 13. April bis 1. Juni 2021

Ein Kursangebot für Betroffene  
und Angehörige

Mit Schutzkonzept vor Ort



ein Angebot der  
**krebsliga ostschweiz**

Der Kurs umfasst acht Abende und bietet die Möglichkeit, Wichtiges über Krebserkrankungen zu erfahren sowie anregende Impulse zur Bewältigung der veränderten Lebenssituation zu erhalten. Im Laufe des Kurses werden Sie vertraut mit Menschen in einer ähnlichen Lebenssituation, zudem können Sie sich mit Fachpersonen persönlich austauschen. [Wir freuen uns auf Sie.](#)

#### Kursdaten

13. April bis 1. Juni 2021, immer dienstags, 18.00 bis 20.30 Uhr

#### Ort

Seminarraum der Krebsliga Ostschweiz, Flurhofstrasse 7, St.Gallen

#### Kursleitung

Marta Junginger, Onkologiepflegefachfrau, ZeTuP, Kantonsspital St.Gallen  
 Katrin Rey-Hess, Onkologiepflegefachfrau/Pflegeexpertin, ZeTuP, SG

#### Kosten

Fr. 100.00 pro Person

(eine allfällige Ermässigung bitte mit der Krebsliga absprechen)

Der Besuch von einzelnen Abenden ist nicht möglich.

#### Anmeldung / Auskunft

Mit beiliegendem Anmeldetalon an die  
 Krebsliga Ostschweiz, Evelyne Stäger, Flurhofstrasse 7, 9000 St.Gallen  
 T 071 242 70 25 oder per E-Mail an [evelyne.staeger@krebisliga-ostschweiz.ch](mailto:evelyne.staeger@krebisliga-ostschweiz.ch)

**Anmeldeschluss ist der 2. April 2021** – die Teilnehmerzahl ist beschränkt. Die Anmeldungen werden in der Reihenfolge des Eintreffens berücksichtigt und bestätigt.

Ein Angebot der Krebsliga Ostschweiz in Zusammenarbeit mit der Onkologie am Kantonsspital St.Gallen und dem ZeTuP St.Gallen.



*Dieser Kurs wird vom Bundesamt für Sozialversicherungen (BSV) mitfinanziert. Mit der Anmeldung willigen Sie ein, dass die Krebsliga Ihre Angaben (Vorname, Nachname, Geburtsdatum und allenfalls Ihre IV-Vergütung oder jene Ihrer Bezugsperson) in einer Statistik erfasst und dem BSV im Fall einer Überprüfung bekannt gibt.*

## «Lernen mit Krebs zu leben» ist ein Informations- und Unterstützungsangebot für Betroffene und Angehörige

### Themen und Referenten der acht Kursabende

1	Einführung	Kursleitung
	Der menschliche Körper und Krebsentstehung	Dr. U. Hasler-Strub, Onkologin Brustzentrum KSSG
2	Umgang mit Informationen	Kursleitung
	Diagnose, Radiotherapie	Dr. D. Weder, Radioonkologin Radioonkologie KSSG
3	Rechte und Pflichten des Patienten	Kursleitung
	Medikamentöse Tumorthherapie	PD Dr. F. Honecker, Onkologe Tumor- und Brustzentrum ZeTuP, SG
4	Gesundheitliche Probleme und Nebenwirkungen	Kursleitung
	Aktuelle Forschung	PD Dr. A. Omlin, Onkologe KSSG
5	Ernährung	S. Wiedmer, Studiengangsverantwortl. Onkologiepflege, KSSG
	Über Krebs sprechen, mit Krisen umgehen	Kursleitung
6	Bewältigungsstrategien	Kursleitung
	Geistige Entspannung - Gedankenreise	Kursleitung
7	Integrative Medizin	Dr. M. Schlaeppli, Onkologe Zentrum für integrative Medizin, KSSG
	Körperliche Entspannung Atemtherapie	M. Rapold, Atemtherapeutin / Pflegefachfrau, St. Gallen
8	Psychologische Unterstützung / Musiktherapie	Dr. phil. / theol. M. Renz Psychoonkologie KSSG
	Soziale Unterstützung	S. Bleiker, Sozialarbeiterin Krebsliga Ostschweiz
	Kursabschluss	Kursleitung