



Einladung 2016

Die Teilnahme ist kostenlos,
Spenden für den Spitalverein
sind willkommen.



LebenKrebsLeben
Onkologisches Zentrum Ortenau



ORTENAU KLINIKUM



Sehr geehrte Damen und Herren,

ich freue mich, dass das Onkologische Zentrum Ortenau (OZO) bereits zum fünften Mal die Veranstaltungsreihe Leben Krebs Leben anbietet, die mittlerweile weit über 1.000 Teilnehmerinnen und Teilnehmer jährlich zählt. Ziel ist es, mit einer Vielzahl an breitgefächerten Vorträgen und Workshops rund um das Thema Krebs zu informieren.

Das Zentrum unter ärztlicher Leitung von Dr. med. Andreas Jakob verfolgt einen ganzheitlichen Ansatz. Begleitende Maßnahmen wie Sport, Entspannungstechniken oder Naturheilverfahren sind eine sinnvolle Ergänzung zur Schulmedizin. Viele Betroffene suchen nach Möglichkeiten, aktiv etwas für ihre Gesundheit zu tun und finden mit der Veranstaltungsreihe eine Orientierungshilfe. Anstelle von mehreren Informationsabenden monatlich wie bisher wird es künftig einen Themenabend pro Monat mit jeweils zwei bis drei Vorträgen geben. Ergänzt wird das Programm durch Workshops sowie weitere Veranstaltungen in Achern, Lahr, Ettenheim und Kehl.

Um die Versorgung und Behandlung von Krebspatienten in der Ortenau permanent zu optimieren, arbeitet das Onkologische Zentrum Ortenau (OZO) des Ortenau Klinikums mit dem Tumorzentrum des Universitätsklinikums Freiburg zusammen. Aus einer Initiative des Eurodistrikts Straßburg-Ortenau besteht seit 2014 auch eine erfolgreiche Kooperation zum Centre Paul Strauss in Straßburg.

Als Schirmherrin wünsche ich allen Interessierten bereichernde Erfahrungen sowie vertiefende Begegnungen und Gespräche.

Edith Schreiner
Oberbürgermeisterin der Stadt Offenburg



Liebe Patientinnen und Patienten, liebe Angehörige und Interessenten,

mit der Reihe „Leben Krebs Leben“ möchte das Onkologische Zentrum Ortenau für mehr Offenheit und Austausch im Umgang mit dem Krebs sorgen. Daher sprechen wir mit unserem vielfältigen Vortragsangebot sowohl Betroffene als auch deren Angehörige sowie Interessierte an. Neben informativen Vorträgen sind uns insbesondere Mitmachangebote wichtig, wie beispielsweise unser Schnupperkurs Onko-Walking im Rahmen unserer Kampagne „Sport und Bewegung trotz(t) Erkrankung und Krebs“.

In diesem Jahr haben wir erstmals Themenabende vorgesehen, die jeden vierte Donnerstag im Monat (bis auf Ausnahmen) stattfinden. In den Vorträgen werden die neuen Erkenntnisse der Krebsmedizin aufgezeigt und die sich daraus entwickelnden Therapiemöglichkeiten dargestellt. Ein Schwerpunkt liegt in diesem Jahr auf der Vorsorge und Früherkennung. Das Onkologische Zentrum hat seine Teilnahme an Therapiestudien intensiviert, damit unsere Patienten noch rascher als bisher neue Therapieoptionen erhalten können.

Für den optimalen Verlauf einer Krebsbehandlung ist die individualisierte Nachsorge sehr wichtig, die abgestimmt werden muss auf das Stadium der Erkrankung und die persönliche Situation des Patienten. Für die Patienten, die leider noch keine Heilungsaussicht haben, ist die moderne Palliativmedizin heute eine wichtige Basis für ein lebenswertes Leben bis zuletzt. Ich freue mich sehr, dass wir abermals Frau Oberbürgermeisterin Edith Schreiner gewinnen konnten, die Schirmherrschaft für „Leben Krebs Leben“ zu übernehmen.

Dr. med. Andreas Jakob
Leiter des Onkologischen Zentrums Ortenau,
Chefarzt der Hämatologie, Onkologie und Palliativmedizin,
Ärztlicher Leiter der Veranstaltungsreihe „Leben Krebs Leben“

Januar

Do, 28. Januar 2016, 18 Uhr
Ortenau Klinikum in Offenburg
St. Josefsklinik, Josefssaal

Vortrag
Krebs und Psyche
OFFENBURG

Vortrag **Umgang mit belastenden Gefühlen bei Krebserkrankungen**

An Krebs zu erkranken bedeutet, sich mit vielem Neuen auseinandersetzen zu müssen – häufig auch mit Gefühlen, die die meisten Betroffenen bis dahin nie dermaßen intensiv erlebt hatten. Ängste, Hilflosigkeit, Verzweiflung, Wut oder Sehnsucht nach Rückzug können in ständigem Wechsel auftreten oder unvermittelt aufflackern, wenn man dachte, sie seien bereits überwunden.

Was kann helfen, mit diesen Gefühlen konstruktiv umzugehen? Die Ratgeberliteratur zu diesem Thema ist mittlerweile unüberschaubar geworden und empfiehlt manchmal Wege, die den Stress erhöhen anstatt ihn zu senken. So zum Beispiel, wenn undifferenziert natürliche Angstreaktionen verteufelt werden, weil sie angeblich den positiven Kräften entgegenwirken würden.

Der Referent arbeitet seit rund 30 Jahren als Psychoonkologin und möchte mit den Teilnehmern darüber reden, was Krankheitsverarbeitung bei einer Krebserkrankung bedeuten kann und welche praktischen Schritte sich beim Umgang mit belastenden Gefühlen bewährt haben.

Neben dem Vortragsteil besteht ausreichend Zeit zum gemeinsamen Austausch.

Bernd Hug, Diplompsychologin, Psychotherapeutin und Psychoonkologin (OKG) und Supervisorin (M.A.) am Ortenau Klinikum Offenburg-Gengenbach

Februar

Mi, 3. Februar 2016, 18 Uhr
Ortenau Klinikum in Offenburg
St. Josefsklinik, Auditorium

Themenabend
Weltkrebstag
OFFENBURG

Themenabend **Neue Entwicklungen und Behandlungsmöglichkeiten in der Onkologie/Hämatologie**

Grußwort
Edith Schreiner, Oberbürgermeisterin der Stadt Offenburg

Warum nehmen die Krebserkrankungen zu und kann das Immunsystem Krebszellen kontrollieren?

Dr. med. Andreas Jakob, Leiter des Onkologischen Zentrums Ortenau, Chefarzt der Hämatologie, Onkologie und Palliativmedizin, Ortenau Klinikum Offenburg-Gengenbach

Wie sind die Behandlungsmöglichkeiten bei Blutkrebs?

Dr. med. Henning Pelz, Ambulantes Therapiezentrum Offenburg

Gibt es eine sinnvolle Prävention?

Prof. Dr. med. Karsten Münstedt, Chefarzt der Frauenklinik, Ärztlicher Leiter des Brustzentrums und des Gynäkologischen Krebszentrums, Ortenau Klinikum Offenburg-Gengenbach

Ist ein fortgeschrittener Darmkrebs heilbar?

Dr. med. Matthias Egger, Stv. Leiter des Onkologischen Zentrums, Leiter der Sektion Hämatologie/Onkologie, Ortenau Klinikum Lahr-Ettenheim

Im Anschluss besteht für Besucher die Gelegenheit, an verschiedenen Themeninseln das Gespräch mit Experten und Selbsthilfegruppen zu suchen und Fragen zu klären.

Kooperationspartner des OZOs Selbsthilfegruppen

Selbsthilfe
Bauchspeicheldrüse



Selbsthilfegruppe
Männer mit Krebs im Ortenaukreis
Schwerpunkt Prostatakrebs

**Spitalverein
Offenburg e.V.**
Förderkreis Ortenau Klinikum
Offenburg-Gengenbach



März

Do, 10. März 2016, 19 Uhr
Ettenheimer Rathaus,
Bürgersaal

Vortrag
Recht

ETTENHEIM

Patientenverfügung – Vorsorgevollmacht – Betreuungsverfügung

Drei Instrumente stehen zur Verfügung, um in gesunden Tagen im Sinne der Selbstbestimmung schriftliche Willenserklärungen für den Fall einer späteren Einwilligungsunfähigkeit abgeben zu können: die Patientenverfügung, die Vorsorgevollmacht und die Betreuungsverfügung.

Doch für wen ist das sinnvoll? Was gehört dazu? Wie kann man die Dokumente erstellen? Dr. med. Boris Weber gibt Antworten auf diese Fragen. Zur besseren Veranschaulichung der Problematik berichtet im Anschluss der Nephrologe Dr. med. Jörg Baumert von seinen Erfahrungen aus der Dialysepraxis.

Dr. med. Jörg Baumert, Facharzt für Innere Medizin –
Nephrologe, Diabetologe DDG (Deutsche Diabetes Gesellschaft),
Hypertensiologe DHL

Dr. med. Boris Weber, Facharzt für Innere Medizin,
Notfallmedizin, Palliativmedizin, Akupunktur, diabetologisch
qualifizierter Arzt Ettenheim, Mitglied des Palliativ-Team Ortenau



PALLIATIV-TEAM
ORTENAU

Do, 17. März 2016, 18 Uhr
Ortenau Klinikum in Offenburg
St. Josefsklinik, Auditorium

Themenabend
Darmkrebs

OFFENBURG

Themenabend Darmkrebs

Darmkrebs: Vorsorge kann Leben retten

Dr. med. Mathias Hofstetter, Oberarzt der Gastroenterologie,
Ortenau Klinikum Offenburg-Gengenbach

Chirurgische Therapie des kolorektalen Karzinoms

Priv.-Doz. Dr. med. Uwe Pohlen, Leiter des Darmzentrums
Standort Offenburg, Chefarzt der Allgemein-, Viszeral- und
Gefäßchirurgie, Ortenau Klinikum Offenburg-Gengenbach

Onkologische Therapiemöglichkeiten bei Darmkrebs

Dr. med. Bernhard Linz, Ambulantes Therapiezentrum
für Hämatologie und Onkologie, Offenburg

April

Mi, 6. April 2016, 18 Uhr
Ortenau Klinikum in Offenburg
St. Josefsklinik, Auditorium

Themenabend
Hautveränderungen

OFFENBURG

Achtung Hautkrebs!

Hautkrebs ist in hellhäutigen Bevölkerungen weltweit weiter auf dem Vormarsch. Nimmt man alle Hautkrebsarten zusammen, handelt es sich in Deutschland bereits um die häufigste Krebsart. Dies ist vor allem auf die steigende Lebenserwartung, aber auch auf veränderte Freizeitgewohnheiten und Umweltbedingungen zurückzuführen. Insbesondere die gefährlichste Hautkrebsart, das maligne Melanom (schwarzer Hautkrebs) ist jährlich für zahlreiche Todesfälle verantwortlich. Früh erkannt, ist Hautkrebs jedoch in den allermeisten Fällen heilbar.

Dr. med. Eckhard Bergen, Facharzt für Dermatologie,
Offenburg

Neue Entwicklungen in der medikamentösen Therapie von Hauttumoren

Dr. med. Andreas Jakob, Leiter des Onkologischen Zentrums
Ortenau, Chefarzt der Hämatologie, Onkologie und Palliativ-
medizin, Ortenau Klinikum Offenburg-Gengenbach

So, 17. April 2016, 10 Uhr
Feldscheune in Kehl

Informationstag
Krebs

KEHL

Patienteninformationstag: Krebs – und was dann?

Experten des Ortenau Klinikums informieren in sechs Fachvorträgen über Ursachen und Behandlungsmöglichkeiten von Krebserkrankungen. Im Mittelpunkt stehen dabei die am häufigsten auftretenden Krebserkrankungen wie Brustkrebs, Prostatakrebs und Darmkrebs. Betroffene und Interessierte können sich zudem an Ständen zahlreicher Aussteller wie Selbsthilfegruppen, therapeutischen Einrichtungen sowie weiteren Akteuren im Gesundheitsbereich über die Erkrankung und Hilfsangebote informieren.

Musikalisch wird das Programm durch das Gesangsduo „CB IN LOVE“ und Heinz Zimmer umrahmt. Für die Bewirtung sorgt der Förderverein Feldscheune Kehl.

Regina Stein, Vorsitzende „Feldscheune“ e.V. in Kehl,

Dr. med. Andreas Jakob, Leiter des Onkologischen Zentrums
Ortenau, Chefarzt der Hämatologie, Onkologie und Palliativ-
medizin, Ortenau Klinikum Offenburg-Gengenbach

Mai

Do, 12. Mai 2016, 15 Uhr
Ortenau Klinikum in Offenburg
Ebertplatz, Radiothek

Workshop
Brustkrebs
OFFENBURG

Workshop
DKMS LIFE-Kosmetikseminar
für krebskranke Frauen

Das DKMS LIFE-Seminar möchte betroffenen Frauen die Möglichkeit geben, Anregungen zur Verbesserung ihres Äußeren zu erhalten, um sich selbstsicherer und wohler in ihrer Haut zu fühlen, denn von Krebs betroffene Frauen leiden meist besonders unter den unmittelbaren Folgen der Chemo- oder Strahlentherapie wie Haarausfall, Augenbrauen- und Wimpernverlust oder Hautveränderungen.

Anmeldung unter Tel. 0781 472-3501

Susann Gündel, Gesundheits- und Krankenpflegerin
für Onkologie, Pflegeexpertin für Brustkrebspatientinnen
(Breast Care Nurse), Brustzentrum, Ortenau Klinikum
Offenburg-Gengenbach

Do, 19. Mai 2016, 19 Uhr
Ortenau Klinikum in Offenburg
St. Josefsklinik, Josefssaal

Vortrag
Recht/Krebs
OFFENBURG

Vortrag
Sozialleistungen bei Krebserkrankungen

Wie lange bekomme ich Krankengeld? Was ist Übergangsgeld? Habe ich Anspruch auf Reha? Darf mir gekündigt werden, wenn ich so lange krank bin? Steht mir eine Schwerbehinderung zu?

Bei langen Erkrankungen kommen zu den medizinischen Ängsten und Sorgen oft auch finanzielle Engpässe oder Sorge um den Arbeitsplatz. Das Wissen über sozialrechtliche Ansprüche ist Voraussetzung, die Ansprüche auch geltend zu machen. Bei der Veranstaltung werden mögliche Ansprechpartner und Beratungsmöglichkeiten vorgestellt.

Angelika Wald, Diplom-Sozialpädagogin (FH), Sozialberatung,
MediClin Staufenburg Klinik

Mai

So, 22. Mai 2016, 10 Uhr
(bei jedem Wetter)
Tabakmuseum Mahlberg,
Untenburgstraße

Radtour
Selbsthilfe
ORTENAU

Radtour
Straße der Erinnerungen

Die Radtour auf der „Straße der Erinnerungen“ soll Menschen mit und ohne Krebserkrankung jenseits der Alltagshektik und -sorgen an interessante Plätze und Orte in der südlichen Ortenau führen und ihnen zeigen, wie die Menschen in früheren Jahrzehnten gelebt und gearbeitet haben. Stationen der Tour sind unter anderem die Synagoge in Kippenheim, das Schmieheimer Schloss, sowie Ettenheim mit seiner barocken Altstadt. Die Rundtour ist rund 25 Kilometer lang und führt auf Nebenstraßen und Radwegen von Mahlberg über verschiedene Stationen zurück zum Ausgangspunkt. Als Fahrzeit sind mit Besichtigungen der Sehenswürdigkeiten etwa vier bis fünf Stunden eingeplant. Eine Einkehr erfolgt auf Wunsch und nach Absprache. Wer mit der Bahn anreist wird am Bahnhof in Orschweier abgeholt.

Weitere Termine für eine geführte Radtour sind nach telefonischer Vereinbarung unter 07822 9202 jederzeit, auch unter der Woche, möglich

Ludwig Zehnle, Selbsthilfegruppe Männer mit Krebs
im Ortenaukreis

Juni

Do, 23. Juni 2016, 18 Uhr
Ortenau Klinikum in Offenburg
St. Josefsklinik, Auditorium

Themenabend
Sterbehilfe/
Patientenverfügung
OFFENBURG

Themenabend

**„Sterbehilfe und Patientenverfügung –
sinnvolle Instrumente?“**

Kann eine Patientenverfügung einem tatsächlich sinnloses Leid am Lebensende ersparen? Wie rechtssicher sind Patientenverfügungen? Sind sie ein Instrument um die Sterbehilfedebatte in Deutschland zu objektivieren und die Emotionen zu kanalisieren? Diese und viele weitere Fragen versuchen die beiden Referenten zu beantworten.

Dr. med. Oliver Herrmann, Facharzt für Innere Medizin,
internistische Onkologie, Palliativmedizin

Dr. med. Jochen Rentschler, Leitender Oberarzt der
Hämatologie, Onkologie, Palliativmedizin

Juli

Do, 28. Juli 2016, 18 Uhr
Ortenau Klinikum in Offenburg
St. Josefsklinik, Josefssaal

Themenabend
Blasenkrebs
OFFENBURG

Themenabend Blasenkrebs

**Blasenkrebs – Was warnt uns vor
und wie ist zu reagieren?**

Jedes Jahr erkranken in Deutschland mehr als 29.000 Menschen neu an Blasenkrebs, schätzt das Robert Koch-Institut. Mehr als 21.000 davon sind Männer. Das Risiko für einen Blasen tumor steigt mit dem Alter: Nur jeder fünfte Patient ist jünger als 65 Jahre, wenn er von dem Blasenkrebs erfährt. Das Hauptsymptom sind Blutbeimengungen im Urin. Die notwendigen ärztlichen Abklärungen werden allzu oft hinausgezögert.

Dr. med. Reinhard Groh, Chefarzt der Urologie und
Kinderurologie, Ortenau Klinikum Offenburg-Gengenbach

**Kontinenzförderung: Lebensführung und Hilfsmittel
nach der Blasenentfernung**

Die radikale Blasenentfernung bei Blasenkrebs ist ein weit reichender Eingriff bei Männern und Frauen. Die Kontinenz und die Lebensführung können sich drastisch verändern. In diesem Vortrag soll erörtert werden, mit welchen gesundheitsfördernden Maßnahmen die Genesung nach der Operation unterstützt wird. Ebenso erläutert die Referentin wichtige Verhaltensmaßnahmen und Notfallparameter, um Komplikationen zu vermeiden und die Lebensqualität zu erhalten.

Miriam Lefevre DKP, Urotherapeutin, Diplomierte Becken-
bodentrainerin, Ortenau Klinikum Offenburg-Gengenbach

**Moderne Rehabilitation nach Harnblasenkrebstherapie
– mehr als „Fango und Tango“**

Die Radikal-Operation bei Harnblasenkrebskrankung hat vielfältige Therapiefolgen. Neben den körperlichen Veränderungen sind die Krankheitsverarbeitung, Veränderungen auf sozialem Gebiet, die Zukunftsplanung, aber auch die Sexualität wichtige Aspekte. Auch diese werden, neben den körperlichen Folgen, in der Rehabilitation individuell und spezifisch behandelt. Der Vortrag stellt das umfassende und interdisziplinäre Therapiekonzept in der modernen Rehabilitation vor.

Jens Leiendecker, Oberarzt der Urologie,
Mediclin Staufenburg Klinik, Durbach

September

Di, 20. September 2016, 17 Uhr
MediClin Staufenburg Klinik
Burgunderstr. 24, Durbach,
Außengelände/Skulpturenpark

Workshop
Nordic Walking
DURBACH

Workshop
„Sport und Bewegung trotz(t) Erkrankung und Krebs“
Nordic-Walking

Nordic-Walking ist in funktioneller Anwendung als Einstiegs-
möglichkeit in ein sportliches Training, als Ergänzung zu bereits
vorhandenen Bewegungskonzepten, aber auch als Therapieform
bei verschiedenen Beschwerdebildern einsetzbar.

Mindestteilnehmerzahl: 6

Anmeldung unter: Tel. 0781 472-3030

oder E-Mail: sportmedizin@og.ortenau-klinikum.de

Nicole Jehle, Sporttherapeutin,
MediClin Staufenburg Klinik, Durbach

Do, 22. September, 18 Uhr
Ortenau Klinikum in Offenburg
St. Josefsklinik, Auditorium

Themenabend
Prostatakrebs
OFFENBURG

Themenabend Prostatakrebs
**Neue Entwicklungen in Diagnose
und Therapie des Prostatakrebses**

Der Prostatakrebs ist der häufigste bösartige Tumor des Mannes.
Jedes Jahr werden ca. 60.000 Männer erstmalig mit dieser
Diagnose konfrontiert. Anders als bei anderen Karzinomen
existieren beim Prostata-Tumor eine Vielzahl von verschiedenen
Therapieoptionen, durch die – falls sie richtig angewandt werden
– in vielen Fällen eine Heilung oder aber ein langes Überleben
erreicht werden kann. In dem Vortrag soll einerseits ein Überblick
über die gegenwärtigen Behandlungsmöglichkeiten gegeben
werden und andererseits ein Ausblick erfolgen auf neue und
interessante Ansätze in der zukünftigen Therapie, die für viele
Betroffene neue Hoffnung geben könnten.

Priv.-Doz. Dr. med. Jörg Simon, Chefarzt der Urologie
und Kinderurologie, Leiter des Prostatakarzinomzentrums,
Ortenau Klinikum Offenburg-Gengenbach

**Rehabilitation nach Prostatakrebstherapie –
was erwartet mich?**

Die Therapien des Prostatakrebses können bei den Betroffenen
auch längerfristig Nachwehen hinterlassen. Insbesondere
Harninkontinenz und Erektionsstörungen, aber auch seelische

und allgemeine körperliche Beschwerden sind mögliche Folgen.
Der Vortrag zeigt die Wichtigkeit einer frühzeitigen Rehabilitati-
onsmaßnahme und erklärt die verschiedenen Ansätze einer
modernen, multimodalen und integrierten Anschlussheilbehand-
lung nach Krebstherapie.

Jens Leindecker, Oberarzt der Urologie,
MediClin Staufenburg Klinik, Durbach

Di, 27. September 2016,
18–18.45 Uhr
MediClin Staufenburg Klinik
Burgunderstr. 24, Durbach,
Sporthalle

Workshop
Physiotherapie
DURBACH

Workshop
**Alltagstraining mit Schwerpunkt Entspannungstherapie
vor/nach Prostata- und/oder Blasen-OP beim Mann**
Bitte in bequemer, nicht einengender Kleidung kommen.

Mindestteilnehmerzahl: 6

Anmeldung unter: Tel. 0781 472-3030

oder E-Mail: sportmedizin@og.ortenau-klinikum.de

Angela Hildenbrand, Physiotherapeutin,
MediClin Staufenburg Klinik, Durbach

Oktober

Sa, 1. Oktober 2016, 9 bis 13 Uhr
Festsaal der Illenau/
Illenauer Allee 75

Patiententag
Krebs
ACHERN

1. Acherner Patiententag – Diagnose Krebs: aktuelles zu Vorsorge und Behandlung

Programm

09.00 Begrüßung

Dr. med. Rüdiger Feik, Facharzt für Innere Medizin, Gastroenterologie und Angiologie; Chefarzt der Medizinischen Klinik im Ortenau Klinikum Achern-Oberkirch

09.10 Krebsvorsorge – was ist sinnvoll?

Die Krebsvorsorge steht seit längerem in der Diskussion: können wir durch Vorsorgeuntersuchungen dazu beitragen, dass weniger Menschen an Krebs sterben müssen? Welche Untersuchungen sind möglich und sinnvoll? Oder kann ein Zuviel an Vorsorge sogar schädlich sein?

Dr. med. Bodo Blinkert, Facharzt für Innere Medizin, Hämatologie/Onkologie und Palliativmedizin; Oberarzt der Medizinischen Klinik im Ortenau Klinikum Achern-Oberkirch und Arzt im Ambulanten Therapiezentrum für Hämatologie und Onkologie Offenburg

09.45 Darmkrebs – moderne endoskopische und chirurgische Behandlung

Die Diagnose „Darmkrebs“ wird in der Regel bei einer endoskopischen Untersuchung gestellt. Kleine Tumoren und Krebsvorstufen können oft bereits bei der Endoskopie entfernt werden. Ist eine Operation unumgänglich, kann häufig minimal-invasiv mithilfe der schonenden „Schlüsselloch-Technik“ operiert werden.

Dr. med. Rüdiger Feik, Facharzt für Innere Medizin, Gastroenterologie und Angiologie; Chefarzt der Medizinischen Klinik im Ortenau Klinikum Achern-Oberkirch

Dr. med. Andreas Riemer, Facharzt für Chirurgie, Viszeral- und Gefäßchirurgie; Chefarzt der Abteilung Allgemein-, Viszeral- und Gefäßchirurgie am Ortenau Klinikum Achern-Oberkirch

10.15 Pause

Möglichkeit zum Besuch der Infostände der Ortenauer Selbsthilfegruppen und zum Gespräch mit den Referenten

11.00 Krebs der Prostata – Wie vorsorgen? Wann operieren? Wann zuwarten?

Prostatakrebs ist der häufigste Krebs des Mannes. Welche Möglichkeiten der Diagnostik bestehen heutzutage? Muss auf die Diagnose immer die Operation folgen? Wie entscheidet der Spezialist, ob und – wenn ja – wie der Prostatakrebs behandelt werden muss?

Priv.-Doz. Dr. med. Jörg Simon, Facharzt für Urologie, Spezielle Urologische Chirurgie, medikamentöse Tumorthherapie, Andrologie, Chefarzt der Abteilung Urologie und Kinderurologie am Ortenau Klinikum Offenburg-Gengenbach

11.40 Die Selbstheilungskräfte fördern – Möglichkeiten der Psychoonkologie

Heutzutage gibt es viele Möglichkeiten, Krebserkrankungen zu behandeln. Welchen Beitrag kann der Betroffene selbst dazu leisten? Können neue Erkenntnisse aus der Psycho-Immunologie wirksam eingesetzt werden, um das eigene Abwehrsystem für den Kampf gegen den Krebs zu stärken?

Dr. med. Winfried Hoggenmüller, Facharzt für Innere Medizin und Psychotherapie, Achern

12.20 Möglichkeit zum Gespräch mit den Referenten

Veranstalter:

Onkologisches Zentrum Ortenau; Ortenau Klinikum Achern; Förderverein Ortenau Klinikum Achern; Ambulantes Therapiezentrum Hämatologie/Onkologie Offenburg/Achern

Oktober

Do, 6. Oktober 2016, 19 Uhr
Ortenau Klinikum in Offenburg
St. Josefsklinik, Kapelle

Gedenk-Gottesdienst
Innehalten
OFFENBURG

Gedenk-Gottesdienst Brustkrebs

Aktion Lucia – Behutsam will ich dir begegnen

Zum Auftakt des Brustkrebsmonats Oktober veranstaltet die Ökumenische Klinikseelsorge am Ortenau Klinikum in Offenburg einen Gedenkgottesdienst. Der Gottesdienst unter dem Motto „Aktion Lucia – Behutsam will ich dir begegnen“ soll Raum geben zum Innehalten und Nachsinnen. Auch Männer sind zu dem Gottesdienst herzlich eingeladen.

Ökumenische Klinikseelsorge,

Ortenau Klinikum Offenburg-Gengenbach

Do, 6. Oktober 2016, 19 Uhr
Ettenheimer Rathaus,
Bürgersaal

Vortrag
Palliativmedizin
ETTENHEIM

Gute Palliativmedizin statt Sterbehilfe

Im Gegensatz zur kurativen (heilenden) Medizin, ist die palliative (lindernde) Betreuung nicht auf die Heilung der Grunderkrankung, sondern auf die Behandlung der belastenden Beschwerden und Verbesserung der Lebensqualität ausgerichtet, wo keine Heilung mehr möglich ist. Palliativversorgung bejaht das Leben und sieht das Sterben als einen natürlichen Prozess an. Die Würde des Patienten steht im Vordergrund. Dr. med. Boris Weber und ein Mitglied des Palliativ Care Teams Ortenau zeigen auf, welche Möglichkeiten die Palliativmedizin bietet und welche Strukturen in der Ortenau bestehen, um eine optimale Versorgung der Patienten zu gewährleisten. Sie nehmen auch Stellung zur aktuellen Diskussion zum Thema Sterbehilfe.

Dr. med. Boris Weber, Facharzt für Innere Medizin,
Notfallmedizin, Palliativmedizin, Akupunktur, diabetologisch
qualifizierter Arzt Ettenheim, Mitglied des Palliativ-Team Ortenau



PALLIATIV-TEAM
ORTENAU

Oktober

Di, 11. Oktober 2016, 18–18.45 Uhr
MediClin Staufenburg Klinik
Burgunderstr. 24, Durbach,
Schwimmhalle

Workshop
Aquaerobic
DURBACH

Workshop Aquaerobic

„Sport und Bewegung trotz(t) Erkrankung und Krebs“

Der Kurs bietet ein gelenkschonendes Ganzkörpertraining mit Optimierung der Herz- und Kreislauffunktionen in Verbindung mit Spaß und Freude an der Bewegung im Wasser.

Mindestteilnehmerzahl: 6

Anmeldung unter: Tel. 0781 472-3030

oder E-Mail: sportmedizin@og.ortenau-klinikum.de

Angela Hildenbrand, Physiotherapeutin

Do, 13. Oktober 2016, 18 Uhr
Ortenau Klinikum in Offenburg
St. Josefsklinik, Josefssaal

Vortrag
Brustkrebs
OFFENBURG

Brustkrebsfrüherkennung durch Mammografie-Screening

Bei der Veranstaltung werden der Aufbau, die Organisation und die Ziele des Mammografie-Screening-Programms vorgestellt. Außerdem informiert die Referentin darüber, wer an dem Programm teilnehmen kann.

Ingeborg Krügel, Radiologin, Programmverantwortliche

Moderation:

Prof. Dr. med. Karsten Münstedt, Ärztlicher Leiter des
Brustzentrums und des Gynäkologischen Krebszentrums,
Chefarzt der Frauenklinik

Oktober

Do, 13. Oktober 2016, 15 Uhr
Ortenau Klinikum in Offenburg
Ebertplatz, Radiothek

Workshop
Brustkrebs
OFFENBURG

Workshop

**DKMS LIFE-Kosmetikseminar
für krebskranke Frauen**

Das DKMS LIFE-Seminar möchte betroffenen Frauen die Möglichkeit geben, Anregungen zur Verbesserung ihres Äußeren zu erhalten, um sich selbstsicherer und wohler in ihrer Haut zu fühlen, denn von Krebs betroffene Frauen leiden meist besonders unter den unmittelbaren Folgen der Chemo- oder Strahlentherapie wie Haarausfall, Augenbrauen- und Wimpernverlust oder Hautveränderungen.

Anmeldung unter Tel. 0781 472-3501

Susann Gündel, Gesundheits- und Krankenpflegerin
für Onkologie, Pflegeexpertin für Brustkrebspatientinnen,
Brustzentrum, Ortenau Klinikum Offenburg-Gengenbach

So, 16. Oktober 2016, 11-17 Uhr
Heinrich-Hansjakob-
Bildungszentrum, Haslach

Infotag
Selbsthilfe
HASLACH

8. Ortenauer Selbsthilfetag in Haslach
Vorträge und ein großer Markt der
Möglichkeiten rund um die Selbsthilfe

„Selbsthilfe – du bist nicht alleine“, unter diesem Motto steht der 8. Ortenauer Selbsthilfetag am Sonntag, den 16. Oktober im Heinrich-Hansjakob-Bildungszentrum. Von 11 bis 17 Uhr präsentieren sich an Infoständen Selbsthilfegruppen aus dem ganzen Ortenaukreis. Organisiert wird der Tag durch den Sprecherrat des Netzwerks Selbsthilfe Ortenau und der Kontaktstelle für Selbsthilfegruppen im Ortenaukreis gemeinsam mit der Stadt Haslach. Die Schirmherrschaft für die Veranstaltung haben Landrat Frank Scherer und Bürgermeister Heinz Winkler übernommen.

Buchstäblich von A bis Z reicht die Palette der Themen, die an den Ständen der Selbsthilfegruppen präsentiert werden. Mitglieder der Gruppen stehen zum Gespräch zur Verfügung, informieren und zeigen, wie die Selbsthilfegruppen in krisenhafter Zeit Halt und Selbstvertrauen geben können. Unter anderem sollen interessante Fachvorträge und Gesprächskreise auch diejenigen ansprechen, die nicht unmittelbar auf der Suche nach einer Selbsthilfegruppe sind.

Oktober

Di, 18. Oktober 2016, 18 Uhr
Ortenau Klinikum in Offenburg
St. Josefsklinik, Josefssaal

Modenschau
Brustkrebs
OFFENBURG

Modenschau

Das Sanitätshaus Caroli lädt in Zusammenarbeit mit der Firma Thuasne zu einer Herbstmodenschau ein. Selbst von Brustkrebs betroffene Models zeigen wunderschöne Wäsche und Bademode für brustoperierte Frauen. Außerdem werden die neuesten Brustprothesen und Brustausgleichs-Segmente nach brusterhaltender Operation präsentiert.

Sanitätshaus Caroli, Lahr

Di, 25. Oktober 2016, 16–18 Uhr
Ortenau Klinikum in Offenburg
Ebertplatz, Radiothek

Workshop
Brustkrebs
OFFENBURG

Workshop Brustkrebs

Brustkrebs früh erkennen durch Selbstuntersuchung

In geschütztem Raum lernen die Teilnehmerinnen Schritt für Schritt, ihre Brust selbst zu untersuchen. Regelmäßig praktiziert, sensibilisiert diese manuelle Methode für Veränderungen im Brustgewebe. Die Selbstuntersuchung ist wichtiger Bestandteil der Brustkrebs-Früherkennung.

Max. 6 Teilnehmerinnen.

Anmeldung: Gynäkologische Ambulanz, Susann Gündel,
Offenburg Ebertplatz, Tel. 0781 472-3501

Susann Gündel, Gesundheits- und Krankenpflegerin für Onkologie,
Pflegeexpertin für Brustkrebspatientinnen (Breast Care Nurse),
Brustzentrum, Ortenau Klinikum in Offenburg Ebertplatz

Oktober

Do, 27. Oktober 2016, 19 Uhr
Ortenau Klinikum in Offenburg
St. Josefsklinik, Josefssaal

Vortrag
Brustkrebs
OFFENBURG

Vortrag
**Plastische Wiederherstellung der Brust
nach Mammakarzinom**

Der Brustwiederaufbau nach Brustamputation oder großer subkutaner Mastektomie ist ein wichtiges Thema bei Patientinnen, die durch Brustkrebs und deren Therapien behandelt werden mussten. Geht es doch um eine Wiederherstellung und Symmetrisierung der weiblichen Brust und Thoraxwand auch unter ästhetischen Gesichtspunkten.

Nachdem die onkologischen Therapien abgeschlossen sind, ist die plastische Wiederherstellung der nächste und meist auch abschließende Schritt. Grundsätzlich stehen verschiedene mögliche OP-Methoden zur Verfügung, von prothetischem Aufbau durch Implantate, über azelluläre Matrices bis hin zu körpereigenem Gewebesaufbau loco regionär oder auch als freie Lappenplastik. Dabei hängt die Auswahl der OP-Methode entscheidend von den vorhergehenden Therapiemaßnahmen, wie beispielsweise einer Bestrahlung, ab. Es gibt für jede Patientin eine mögliche Variante des Wiederaufbaus, die das Ortenau Klinikum in Offenburg anbieten kann. Der Referent will mit seinem Vortrag die möglichen Methoden vorstellen, um Betroffenen die zumeist auf Unwissenheit beruhende Angst zu nehmen.

Dr. med. Tilman Schottler, Chefarzt der Plastischen, Rekonstruktiven und Ästhetischen Chirurgie,
Ortenau Klinikum Offenburg-Gengenbach

November

November 2016, 10–14.30 Uhr
Lahr, Haus zum Pflug

Informationstag
Krebs
LAHR

Informationstag
**4. Lahrer Patiententag
für Krebspatienten und Angehörige**

Den Veranstaltungstermin und das Programm entnehmen Sie bitte der Internetseite www.lebenkrebsleben.de oder zeitnah Ihrer Tageszeitung.

Onkologisches Zentrum Ortenau, Ortenau Klinikum in Lahr

Do, 22. November 2016, 19 Uhr
Ettenheimer Rathaus,
Bürgersaal

Vortrag
Krebsvorsorge
ETTENHEIM

Krebsvorsorge

Krebs ist nach wie vor die zweithäufigste Todesursache in Deutschland. Neben der Behandlung kommt daher der Krebsvorsorge eine entscheidende Bedeutung zu. In Deutschland gibt es das Angebot regelmäßiger Früherkennungsuntersuchungen für alle Versicherten. Getestet wird auf Brustkrebs, Gebärmutterhalskrebs oder Prostatakrebs, auf Darmkrebs und Hautkrebs. Für wen gilt dieses Angebot im Einzelnen? Ist die Teilnahme Pflicht?

Dr. med. Boris Weber erklärt, wie Krebsvorsorge funktioniert und in welchen Fällen diese sinnvoll ist. Im Anschluss geht Dr. med. Theo Vetter detailliert auf die Darmkrebsvorsorge ein.

Dr. med. Theo Vetter, Chefarzt der Medizinischen Klinik Ettenheim,
Ortenau Klinikum Lahr-Ettenheim

Dr. med. Boris Weber, Facharzt für Innere Medizin,
Notfallmedizin, Palliativmedizin, Akupunktur, diabetologisch
qualifizierter Arzt Ettenheim, Mitglied des Palliativ-Team Ortenau



**PALLIATIV-TEAM
ORTENAU**

November

Do, 24. November 2016, 18 Uhr
Ortenau Klinikum in Offenburg
St. Josefsklinik, Josefssaal

Vortrag
Brustkrebs
OFFENBURG

Strahlentherapie bei Lungenkrebs

Neben der Chirurgie und der systemischen Therapie bildet die Strahlentherapie die dritte Säule in der Behandlung bei Lungenkrebs. Die Strahlentherapie ist eine regionale Therapie, bei der der ursprüngliche Tumor und befallene Lymphknoten erfasst werden können. Die Bestrahlung kann nach einer Operation zu deren Erfolg beitragen (adjuvante Therapie), sie kann vor einer Operation den Tumor verkleinern (neoadjuvante Therapie) oder sie kann bei Patienten, die nicht operiert werden können, auch alleine eingesetzt werden (definitive Therapie).

Häufig wird die Strahlentherapie in Kombination mit einer Chemotherapie gegeben. Erhebliche Fortschritte in der Technik, z. B. die Einführung der Volumenmodulierten Arc-Therapie (VMAT) oder die bildgeführte Strahlentherapie (IGRT) ermöglichen es mittlerweile, auch Patienten mit sehr großen Tumoren zu behandeln, bei denen eine Bestrahlung früher nicht möglich gewesen wäre. Eine zunehmend zielgerichtete Therapie hat auch den Vorteil, dass wir immer schonender bestrahlen können. Stereotaktische Verfahren ermöglichen ein hochpräzises Auslöschen einzelner Tumorbefunde (Radiochirurgie).

Die Offenburger Strahlentherapie bietet für die Patienten eine heimatnahe Behandlung auf neuestem technischem Niveau. Besonders wichtig dabei ist die enge Einbindung in unser Onkologisches Zentrum Ortenau, damit alle Abteilungen, die Krebs behandeln, an einem Strang ziehen und gemeinsam für unsere Patienten das optimal Mögliche erreichen können.

Prof. Dr. med. Felix Momm, Chefarzt der Radio-Onkologie,
Ortenau-Klinikum Offenburg-Gengenbach



Meditation

Wege der Achtsamkeit – Formen der Meditation kennen lernen

Der Schüler fragte den Meister:

„Meister, was ist Meditation?“

Der Meister antwortete:

„Wie riecht eine Rose?“

Wie das Eine erschließt sich das Andere nur über das Erleben. Selbst wer alle Meditationsbücher gelesen hätte, wüsste erst nach einer Zeit regelmäßigen Meditierens was Meditation bedeutet – für die eigene Person bedeutet.

Auch dann bleiben Fragen oder es entstehen während der Meditationspraxis neue, so dass wir unabhängig von unserer Erfahrung immer auf Anregungen und Austausch angewiesen sind.

Aus diesem Grund sind die Termine unserer Meditationsreihe zweigeteilt: die Theorie im Vortragsteil und die Praxis im Rahmen einer geleiteten Meditation. Wir werden uns weiterhin vorwiegend auf Achtsamkeitsmeditation konzentrieren. Sie ist gut nachvollziehbar, kann von den meisten Menschen unabhängig von den eigenen religiösen Überzeugungen genutzt werden und steht im Mittelpunkt einer sich etablierenden Meditationsforschung.

Wir freuen uns, Ihnen ein Programm anbieten zu können, in dem das Thema „Achtsamkeit“ von unterschiedlichen Seiten beleuchtet wird und wir hoffen, mit den unten beschriebenen Terminen Ihr Interesse zu finden. Sollten Sie Themenwünsche haben, dann lassen Sie es mich bitte wissen. Sie erreichen mich im Klinikum Offenburg unter der Telefonnummer 0761 472 2808

Bernd Hug, *Diplompsychologe, Psychotherapeut und Psychoonkologe (OKG) und Supervisor (M.A.) am Ortenau Klinikum Offenburg-Gengenbach*

Mi, 20. Januar 2016, 17 Uhr
Ortenau Klinikum in Offenburg
St. Josefsklinik, Auditorium

Workshop
Bewegungsmeditation

Teilnehmer sollen bitte warme Socken mitbringen.

Emanuel Ogrodniczek, *freischaffender Lehrer Künstler, Mitglied des Künstlerkreises Ortenau; Übungsleiter für Qi Gong und Tai Chi, Zen-Schüler von Benediktinerpater und Zen-Meister Willigis Jäger, Anleiter Zen-Meditation im „Raum der Stille“ im Lahrer Zeit-Areal (ehem. Roth-Händle), gefördert durch „Westöstliche Weisheit – Willigis Jäger Stiftung“ und vom Lahrer Unternehmer Eckehard Ficht*

Workshop
Meditation
OFFENBURG

Mi, 17. Februar 2016, 17 Uhr
Ortenau Klinikum in Offenburg
St. Josefsklinik, Auditorium

Workshop
Vertrauen und Stille

Mal für eine Stunde nichts leisten müssen. Einfach nur da sein. Und in der Tiefe des Herzens dem Geheimnis des Lebens lauschen. Das gemeinsame Sitzen in der Stille, achtsames Gehen und Atmen sollen uns dabei leiten.

Andreas Pfeffer, *Klinikseelsorger am Ortenau Klinikum in Offenburg, Diplom Theologe (rk), Supervisor (DGsv), Meditationsbegleiter, Einübung christlicher Kontemplation und Zen-Meditation*

Workshop
Meditation
OFFENBURG

Mi, 16. März 2016, 17 Uhr
Ortenau Klinikum in Offenburg
St. Josefsklinik, Auditorium

Workshop
Stille hören

Miteinander die Stille hören, ist wie miteinander Wasser trinken: wie das Wasser ist die Stille ein Gut, das allen Menschen zur Verfügung steht, gleich welcher Weltanschauung oder Religion sie sich zugehörig fühlen. Ich schätze es immer wieder neu, mit anderen die Stille zu hören. Auch Stille hat einen Klang – oder mehrere. Stille bedrückt nicht, sie schenkt Weite, Tiefe. Wie ein Brunnen ist die Stille an eine innere Quelle angeschlossen. Der Weg dahin ist einfach – wir müssen ihn nur gehen. Ich freue mich, mit Ihnen eine kleine Etappe auf diesem Weg zu gehen.

Dorothea Welle, *Klinikseelsorgerin (kath.), Leiterin Exerzitien und geistl. Angebote Haus Maria Lindenberg/St. Peter i. Schw.*

Workshop
Meditation
OFFENBURG

Mi, 13. April 2016, 17 Uhr
Ortenau Klinikum in Offenburg
St. Josefsklinik, Auditorium

Vortrag + Workshop
Meditation/Stress
OFFENBURG

Vortrag mit anschließendem Workshop
Meditation – eine Möglichkeit, konstruktiv mit „Stress“ umzugehen

Im Vortragsteil werde ich einleitend auf Merkmale von Stress und seine Bedeutung für die heutige Zeit eingehen.

Im Rahmen stressreduzierender Strategien hat Meditation mittlerweile einen hohen Stellenwert. Sicherlich spielt hierbei eine Rolle, dass Achtsamkeitsübungen zur Zeit im Trend liegen.

Unabhängig von Moden spricht aber auch die Studienlage dafür, dass Meditation effektiv im Umgang mit den unterschiedlichsten Stressoren sein kann. Gut untersucht sind der Wert von Meditation zur Steigerung der Konzentrationsfähigkeit, beim Umgang mit belastenden Gefühlen wie Ängsten oder Depressionen und zur Stabilisierung von Lebensqualität im Fall körperlicher Erkrankung.

Der abschließende Teil beinhaltet eine geleitete Meditation.

Bernd Hug, Diplompsychologe, Psychotherapeut und Psychonkologe (OKG) und Supervisor (M.A.) am Ortenau Klinikum Offenburg-Gengenbach

Mi, 18. Mai 2016, 17 Uhr
Ortenau Klinikum in Offenburg
St. Josefsklinik, Auditorium

Workshop
Meditation
OFFENBURG

Workshop
Vertrauen und Stille

Pastoralreferent **Andreas Pfeffer**, (Klinikseelsorger am Ortenau Klinikum in Offenburg, Diplom Theologe (rk), Supervisor (DGSv), Meditationsbegleiter, Einübung christlicher Kontemplation und Zen-Meditation) hat den 85jährigen Jesuitenpater Bernhard Scherer (langjähriger Leiter der Meditationsstätte Sonnenhaus Beuron/Donautal, siehe www.sonnenhaus-beuron.de) eingeladen, der die Meditation leiten wird und uns wesentliche Impulse bietet.

Pater Bernhard Scherer S.J., St. Blasien

Andreas Pfeffer, Klinikseelsorger am Ortenau Klinikum in Offenburg, Diplom Theologe (rk), Supervisor (DGSv), Meditationsbegleiter, Einübung christlicher Kontemplation und Zen-Meditation

Mi, 15. Juni 2016, 17 Uhr
Ortenau Klinikum in Offenburg
St. Josefsklinik, Auditorium

Workshop
Zen-Meditation
OFFENBURG

Workshop
Geleitete Zen-Meditation

Wir üben Achtsamkeit, indem wir schweigen und unseren Körper in einer guten Sitzhaltung entspannen und zur Ruhe kommen. Dazu gehört es, dass wir uns so annehmen, wie wir uns gegenwärtig vorfinden. Wenn bewertende Gedanken aufkommen, wenden wir uns dem Atem zu. Unser Atem wird nicht gemacht, er geschieht – er führt uns in die Gegenwartigkeit. Diese Übung soll uns von innen heraus für den Alltag stärken.

Dieter W. Schleier M.A., Leiter Zentrale Unternehmenskommunikation Ortenau Klinikum, Mediator und NLP-Coach, Zen-Schüler von Benediktinerpater und Zen-Meister Willigis Jäger, Kontemplationslehrer Via Integralis, Anleiter Zen-Meditation im „Raum der Stille“ im Lahrer Zeit-Areal (ehem. Roth-Händle), gefördert durch „WestöstlicheWeisheit – Willigis Jäger Stiftung“ und vom Lahrer Unternehmer Eckehard Ficht

Mi, 20. Juli 2016, 17 Uhr
Ortenau Klinikum in Offenburg
St. Josefsklinik, Auditorium

Vortrag + Workshop
Meditation/Schmerzen
OFFENBURG

Vortrag mit anschließendem Workshop
Der Wert von Meditation beim Umgang mit Schmerzen
Jeder Schmerz hat auch psychische Aspekte. Gemeint sind hiermit keine auf eine mögliche Psychopathologie zielenden Erklärungsansätze, sondern alltägliche psychologische Gegebenheiten wie beispielsweise gängige Wahrnehmungsphänomene oder kulturelle Bedingungen.

Insofern ist es naheliegend, dass in der Schmerztherapie zunehmend mentale Verfahren genutzt werden. U. a. bieten sie den Betroffenen im Rahmen von Selbsthilfetechniken den Vorteil der eigenständigen Anwendung. Insbesondere Achtsamkeitsübungen haben während der letzten Jahre für viele Patienten das Repertoire mentaler, schmerzreduzierender Strategien erweitert. Hierzu werde ich Ihnen Vorgehensweisen, Wirkmechanismen und Studienergebnisse schildern.

Der abschließende Teil beinhaltet eine geleitete Meditation.

Bernd Hug, Diplompsychologe, Psychotherapeut und Psychonkologe (OKG) und Supervisor (M.A.) am Ortenau Klinikum Offenburg-Gengenbach

Mi, 21. September 2016, 17 Uhr
Ortenau Klinikum in Offenburg
St. Josefsklinik, Auditorium

Vortrag + Workshop
Meditation
OFFENBURG

Vortrag mit anschließendem Workshop
Meditation und soziale Verantwortung

Meditation im heutigen Sinn konzentriert sich in ihrer Ausführung im Wesentlichen auf die eigene Person.

Manchmal ist zu hören, dass es notwendig ist, sich mit sich selbst zu beschäftigen, um dann besser für Andere da sein zu können – später. Die Gefahr, dass daraus ein „zu spät“ wird, ist nicht unbeträchtlich, da es keine allgemein gültigen Kriterien dafür gibt, wann man ausreichend selbstverwirklicht ist.

Umgekehrt wird Meditation mitunter zur Mobilisierung der letzten verbliebenen Kraftreserven genutzt, um privat oder beruflich für andere Menschen gut sorgen zu können. Wenn die letzten Energien dann trotz Meditation aufgebraucht sind, ...

Im Rahmen des heutigen Vortrags möchte ich Ihnen Ansätze zur „Mitgefühlforschung“ vorstellen und thematisieren, inwieweit man über Meditation eine Balance zwischen praktischem Sorgen für sich und der Fürsorge für Mitmenschen herstellen kann. Also, inwieweit die und der Einzelne Mitgefühl für sich und Andere entwickeln und stabilisieren kann.

Zudem ist es mir ein Anliegen, mit Ihnen über Chancen und Risiken selbstverwirklichender Maßnahmen im Zusammenhang mit Meditation zu reden.

Im praktischen Teil wird eine Metta-Meditation angeleitet, die darauf ausgerichtet ist, Wohlwollen für sich und andere entstehen zu lassen.

Bernd Hug, Diplompsychologe, Psychotherapeut und Psychologin (OKG) und Supervisor (M.A.) am Ortenau Klinikum Offenburg-Gengenbach

Mi, 19. Oktober 2016, 17 Uhr
Ortenau Klinikum in Offenburg
St. Josefsklinik, Auditorium

Workshop
Meditation
OFFENBURG

Workshop
Vertrauen und Stille

Mal für eine Stunde nichts leisten müssen. Einfach nur da sein. Und in der Tiefe des Herzens dem Geheimnis des Lebens lauschen. Das gemeinsame Sitzen in der Stille, achtsames Gehen und Atmen sollen uns dabei leiten.

Andreas Pfeffer, Klinikseelsorger am Ortenau Klinikum in Offenburg, Diplom Theologe (rk), Supervisor (DGsv), Meditationsbegleiter, Einübung christlicher Kontemplation und Zen-Meditation

Mi, 16. November 2016, 17 Uhr
Ortenau Klinikum in Offenburg
St. Josefsklinik, Auditorium

Workshop
Achtsamkeit
OFFENBURG

Workshop
„Jian Kang Dao – Achtsamkeit in der Bewegung“

Kleine Bewegungsformen aus dem Qi Gong und dem Tai Chi sollen dabei helfen, die innere Mitte zu finden und zu stärken sowie achtsam zu entspannen.

Dr. med. Johannes Sauter, Assistenzarzt der Fachklinik für Psychosomatische Medizin und Psychotherapie, Ortenau Klinikum Lahr-Ettenheim; Jian Kang Dao Übungsleiter

Mi, 21. Dezember 2016, 17 Uhr
Ortenau Klinikum in Offenburg
St. Josefsklinik, Auditorium

Workshop
Meditation
OFFENBURG

Workshop
Geleitete Meditation

„Im Advent der Spur von Stille und Licht folgen“

Hinter allen Geräuschen ruht eine lebendige, lichte Stille, die uns trägt. Sie zu erfahren, hat eine friedvolle und heilsame Kraft. Ich lade ein zum gemeinsamen Sitzen in Stille und Gehen mit dem Licht.

Dr. med. Gabriele Geiger-Stappel, niedergelassene Fachärztin und Psychotherapeutin in Freiburg, zertifizierte MBSR-Lehrerin (Ausbildung bei Ulrike Kesper-Grossmann), Kontemplationslehrerin Via Integralis

Ergänzend zu unserer Vortrags- und Workshopreihe „Wege der Achtsamkeit – Formen der Meditation kennen lernen“, empfehlen wir Ihnen zwei wohnortnahe Möglichkeiten zur Vertiefung:

raum der stille / Zeit-Areal Lahr



Zen-Meditation und Kontemplation

Dieter W. Schleier und **Emanuel Ogrodniczek**

(Referenzlehrer Benediktinerpater Willigis Jäger sowie Kontemplationsschule Via Integralis)
mittwochs ab 18 Uhr, im Zeit-Areal (ehem. Roth-Händle),
Industriehof 6, Gebäude H, 1. OG, Raum 107, 77933 Lahr,
Anmeldung erwünscht bei Emanuel Ogrodniczek unter
Tel.: 0176 21801722 oder per E-Mail: e.ogrodniczek@web.de

Kostenfreies Angebot, gefördert durch „West-Östliche Weisheit – Willigis Jäger Stiftung“; Raum ist zur Verfügung gestellt von Eckehard Ficht, Inhaber Zeit-Areal



Angebote der Volkshochschule Offenburg

Ansprechpartner: Nicole Schilli, Tel.: 0781 9364-238,
E-Mail: nicole.schilli@vhs-offenburg.de, www.vhs-offenburg.de

Meditation in Bewegung

Nicole Hurst

Mi, 09.03.–20.04.2016, 19.45–21.05 Uhr
6 Termine / 40,00€

Dieser Kurs ist für alle Menschen geeignet, denen es schwer fällt zu entspannen und ihre Gedanken auszuschalten, um in eine meditative Haltung zu kommen. Die Meditationstechniken sind auf Bewegung und Entspannung ausgerichtet. Sie erfahren, sich bewusst wahrzunehmen, um innere Ruhe, Klarheit und Gelassenheit zu erleben. Gute Voraussetzungen bringen Sie mit, wenn Sie offen sind für Neues und bereit sind, sich auf sich selbst einzulassen.

Achtsamkeitstraining nach der anerkannten MBSR-Methode

Eva-Maria Schandelmeier

Do, 02.06.–21.07.2016, 19.30–20.45 Uhr
8 Termine / 50,00€

Vorge stellt und sanft geübt werden mehrere Elemente der Achtsamkeitslehre wie z.B. den klassischen Bodyscan, Gehmeditation, Sitzmeditation, achtsames Essen & Trinken, Bodyscan mit liebender Güte/Mitgefühl und Selbstmitgefühl/Dank sowie eine Alltagshandlung achtsam ausführen. Wir betrachten uns in einer annehmenden nicht wertenden Haltung und nehmen mit allen Sinnen wahr. Es werden Durst, Augenhunger, Nasenhunger, Mundhunger, Magen hunger, Zelhunger, geistiger Hunger und Herz hunger betrachtet und deren Bedürfnisse erforscht.

Zen-Meditation

Eva Martinez

Mi, 27.01.–02.03.2016 und
Mi, 08.06.–29.06.2016, jeweils 19.45–21.15 Uhr
4 Termine / 32,00€

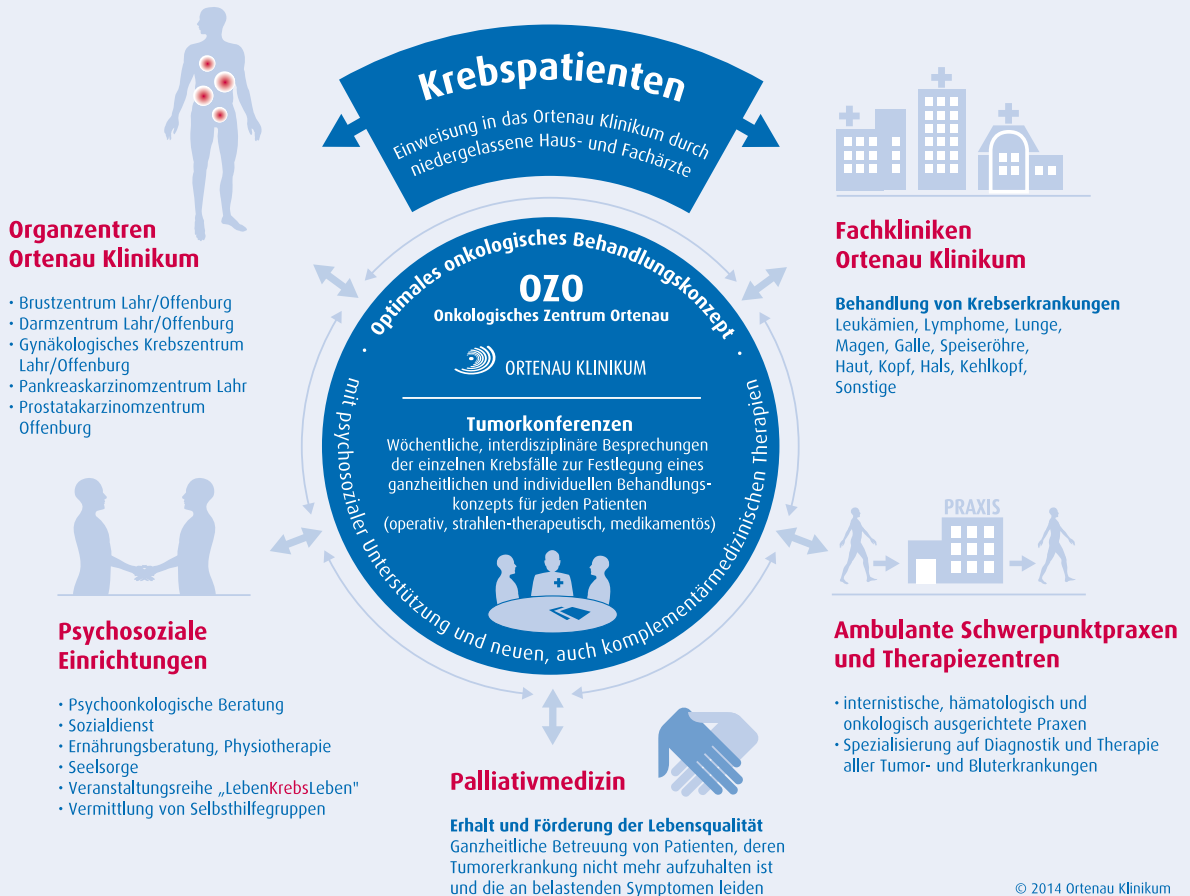
Regelmäßige Zen-Meditation kann unseren Alltag tiefgreifend bereichern. Sie kann zu mehr Gelassenheit, Lebensfreude und innerem Frieden führen. Indem wir uns selbst beobachten, lernen wir uns selbst kennen und können Achtsamkeit uns selbst, den anderen gegenüber und für unsere gesamte Umwelt entwickeln. Zen-Meditation kann uns neue schöpferische Kraft, Halt und Richtung für unser Leben geben. Es ist ein spiritueller Weg, der aus dem Buddhismus erwachsen, jedoch an keine Religion gebunden ist. Herz des Zen ist Zazen, die Meditation im Sitzen. Zunächst beginnen wir mit kurzen Entspannungs- und Körperübungen. Dann werden die Körperhaltung, Atmung und der Geisteszustand beim Zazen (Sitzmeditation) und Kinhin (Gehmeditation) vorgestellt und in allen Kurseinheiten geübt und vertieft. Im Verlauf des Kurses werden auf Wunsch der TeilnehmerInnen und in Absprache mit ihnen verschiedene weitere Themen (z.B. Zen im Alltag, Zen im Kloster, Buddhismus) besprochen.

Onkologisches Zentrum Ortenau

Das Onkologische Zentrum Ortenau (OZO) bündelt alle an der Krebserkrankung beteiligten Fachdisziplinen des Ortenau Klinikums mit dem Ziel, Krebspatienten individuell und ganzheitlich auf höchstem medizinischen Niveau zu behandeln und die Heilungschancen zu erhöhen. In der gemeinsamen, wöchentlich stattfindenden Tumorkonferenz (TK), die die Kernstruktur dieser interdisziplinären Zusammenarbeit bildet, besprechen die onkologischen Fachärzte die verschiedenen Tumorerkrankungen ihrer Patienten.

Die Ziele des interdisziplinären Versorgungskonzeptes:

- Die Vorbeugung von Krebserkrankungen
- Diagnostik und Förderung der Früherkennung von Krebserkrankungen
- Festlegung der bestmöglichen, individuellen und ganzheitlichen Therapie
- Die ganzheitliche Versorgung und Betreuung der betroffenen Menschen, unter Einbeziehung aller notwendigen regionalen medizinischen und sozialen Institutionen, inklusive Nachsorge und Palliativmedizin
- Die Erhöhung der Heilungsraten
- Die Verbesserung der Lebensqualität Betroffener und Betreuung der Angehörigen krebskranker Menschen



Behandlungspartner des Onkologischen Zentrums Ortenau

Ortenau Klinikum Offenburg-Gengenbach

- **Hämatologie, Onkologie, Palliativmedizin**, Dr. med. Andreas Jakob
- **Radio-Onkologie**, Prof. Dr. med. Felix Momm
- **Allgemein-, Viszeral- und Gefäßchirurgie mit Darmzentrum**, Priv.-Doz. Dr. med. Uwe Pohlen, Dr. med. Bernhard Hügel
- **Frauenheilkunde mit Brustzentrum und Gynäkologischem Krebszentrum**, Prof. Dr. med. Karsten Münstedt, Dr. med. Andreas Brandt
- **Pneumologisch-Thoraxchirurgisches Zentrum**, Priv.-Doz. Dr. med. Siegfried Wieshammer, Dr. med. Lothar Latzke
- **Urologie und Kinderurologie mit Prostatakarzinomzentrum**, Priv.-Doz. Dr. med. Jörg Simon, Dr. med. Reinhard Groh
- **Brückenpflege und Palliativ-Care Team**, Ute Königsmann
- **Klinisches Krebsregister**, Claudia Hornig
- **Pflege**, Pflegedirektor Markus Bossong
- **Psychologische Betreuung**,
Diplompsychologe Bernd Hug, Psychoonkologe (DKG),
Diplompsychologin Maritta Schlupp, Psychoonkologin (DKG)
- **Psychosomatische Medizin und Psychotherapie**,
Dr. med. Dr. phil. Reinhard Niemann
- **Radiologisches Institut**, Prof. Dr. med. Jörg Laubenberger
- **Sozialdienst**, Gottfried Fassel
- **Zentralapotheke**, Rainer Fiehn
- **Zentrallabor**, Dr. med. Christian Göpfert
- **Ambulantes Therapiezentrum für Hämatologie und Onkologie**,
Dr. med. Marianne Müller, Dr. med. Ursula Groh, Dr. med. Bernhard Linz,
Dr. med. Henning Pelz, Dr. med. Andreas Jakob

Ortenau Klinikum Lahr-Ettenheim

- **Medizinische Klinik Lahr, Sektion Onkologie und Hämatologie**,
Dr. med. Matthias Egger
- **Gastroenterologie/Onkologie/Endokrinologie mit Palliativmedizin**,
Prof. Dr. med. Leonhard Mohr, Leitung Darmzentrum Ortenau
- **Viszeral- und Gefäßchirurgie mit Darmzentrum
und Pankreaskarzinomzentrum**, Dr. med. Werner Lindemann
- **Frauenheilkunde mit Brustzentrum und Gynäkologischem Krebszentrum**,
Muneer Mansour
- **HNO, Kopf- und Halschirurgie**, Dr. med. Olaf Ebeling
- **Klinisches Krebsregister**, Baerbel Rappenecker
- **Pathologisches Institut**, Prof. Dr. med. Lothar Tietze
- **Pflege**, Pflegedirektor Hans-Jürgen Kargoll
- **Psychosomatische Medizin und Psychotherapie**,
Dr. med. Dr. phil. Reinhard Niemann
- **Radiologisches Institut**, Prof. Dr. med. Harald Brodoefel
- **Sozialdienst**, Victoria Schmider
- **Zentralapotheke**, Elisabeth Kempf
- **Zentrallabor**, Dr. med. Christian Göpfert
- **Brückenpflege und Palliativ-Care Team**, Ute Königsmann
- **Praxis für Hämatologie und Onkologie MVZ Lahr**,
Dr. med. Matthias Egger, Dr. med. Angela Nieder, Dr. med. Dirk Scharf

Ortenau Klinikum Achern

- **Medizinische Klinik**, Dr. med. Rüdiger Feik

Ortenau Klinikum Kehl

- **Medizinische Klinik**, Dr. med. Stefan Hambrecht

Onkologisches Zentrum Ortenau

Das Onkologische Zentrum Ortenau (OZO) ist ein von der Deutschen und der Baden-Württembergischen Krebsgesellschaft zertifiziertes Netzwerk stationärer und ambulanter Versorgungseinrichtungen am Ortenau Klinikum Offenburg-Gengenbach sowie am Ortenau Klinikum Lahr-Ettenheim unter der Leitung von Dr. med. Andreas Jakob und seinem Stellvertreter Dr. med. Matthias Egger. Ziel dieser interdisziplinären und ganzheitlich ausgerichteten Zusammenarbeit ist die Versorgung von Tumorpatienten auf internationalem Niveau. Das Onkologische Zentrum ist Veranstalter der Reihe „Leben Krebs Leben“.

Kontakt

ORTENAU KLINIKUM Offenburg-Gengenbach

Fachklinik für Hämatologie, Onkologie, Palliativmedizin

Standort Offenburg St. Josefsklinik

Weingartenstr. 70, 77654 Offenburg

Tel. 0781 472-2501

E-Mail: haematologie@og.ortenau-klinikum.de

ORTENAU KLINIKUM Lahr-Ettenheim

Sektion Onkologie und Hämatologie

Standort Lahr

Klosterstr. 19, 77933 Lahr

Tel. 07821 93-0

E-Mail: onkologie@le.ortenau-klinikum.de

Die Veranstaltungsreihe wird unterstützt von:

Selbsthilfe
Bauchspeicheldrüse



Stadt
Offenburg



MediClin
Staufenburg Klinik



Selbsthilfegruppe
Männer mit Krebs im Ortenaukreis
Schwerpunkt Prostatakrebs

Spitalverein
Offenburg e.V.

Förderkreis Ortenau Klinikum
Offenburg-Gengenbach



www.lebenkrebsleben.de

www.onkologisches-zentrum-ortenau.de