

Guten Tag,

wir freuen uns, Ihnen unser neues Kursprogramm für das zweite Halbjahr 2023 präsentieren zu können. So langsam läuft alles wieder ohne Einschränkungen bei uns und deshalb ist unser Veranstaltungsprogramm noch vielseitiger und bunter als vor der Pandemie. Es gibt immer wieder Neues zu entdecken.

In unseren Kursen, Workshops und Gruppen bekommen Sie seriöse Informationen sowie Hilfe und Unterstützung bei Bedarf, Sie können sich mit anderen austauschen, erfahren Gemeinsamkeit und dürfen zusammen Spaß haben. Damit alle zum Zuge kommen können, ist die Teilnahme auf einen Kurs und max. 2 Workshops pro Halbjahr begrenzt. Wir wünschen Ihnen viel Freude bei der Auswahl.

ACHTUNG: Bitte beachten Sie unsere Homepage, da es immer mal zu kurzfristigen Änderungen kommen kann. Informieren Sie sich über unseren Newsletter oder telefonisch in den Beratungsstellen.

Wir freuen uns über Ihre Anmeldung.

Das Team der Hamburger Krebsgesellschaft e.V.

Beratungsstelle Eppendorf

Butenfeld 18, 22529 Hamburg
Tel. 040 / 41 34 75 68 - 0, info@krebshamburg.de

Beratungsstelle Harburg

Schloßmühlendamm 3, 21073 Hamburg
Tel. 040 / 30 09 22 27, harburg@krebshamburg.de

www.krebshamburg.de

TERMINE IM 2. HALBJAHR 2023

Juli 2023



6. Juli, Do 17–19 Uhr
Infocafé
Ort: im Haus der Hamburger Krebsgesellschaft in Eppendorf ohne Anmeldung



7. Juli, Fr 16–18 Uhr
Gemeinsam unterwegs
Sie können an einzelnen oder allen Terminen teilnehmen.

Fr 07.07. 16–18 Uhr
Mi 30.08. 16–18 Uhr
Sa 14.10. 12–14 Uhr
Sa 11.11. 12–14 Uhr

Kursleitung: M. Sievert
Ort / Anmeldung: Eppendorf



31. Juli, Mo 10–11.30 Uhr
Qigong, 6 Termine
Kursleitung: H. D. Lang
Ort / Anmeldung: Eppendorf

August 2023



25. August, Fr 9–10.30 Uhr
Yoga, 6 Termine
Kursleitung: M. Schneider
Ort / Anmeldung: Harburg



28. August, Mo 18–19.30 Uhr
Chor, 8 Termine / 14-tägig
Kursleitung: S. Böhmer
Ort / Anmeldung: Eppendorf



29. August, Di 17–19 Uhr
Jetzt aktiv! 6 Termine
Kursleitung: S. Bernecker
Ort / Anmeldung: Eppendorf



30. August, Mi 16.30–18.30 Uhr
Jetzt aktiv! 6 Termine
Kursleitung: S. Bernecker
Ort / Anmeldung: Harburg



31. August, Do 15–16.30 Uhr
Yoga Online, 8 Termine
Kursleitung: M. Mittag
Ort: Online
Anmeldung: Eppendorf



31. August, Do 17–19 Uhr
Angehörigen Seminarreihe
7 Termine, Sie können jederzeit einsteigen.

31.08. Medizin: Befunde, Symptome, Therapien

14.09. Kommunikation nach Innen und Außen

28.09. Sozialrecht und Orientierung im Sozialsystem

12.10. Selbstfürsorge

02.11. Umgang mit emotionalen Belastungen

09.11. Palliative Hilfen

23.11. Selbsthilfe

Ort: Online
Anmeldung: Eppendorf

September 2023



1. September, Fr 10–13 Uhr
Qigong für gesunden Schlaf - Workshop
Kursleitung: H.D. Lang
Ort / Anmeldung: Eppendorf



6. September, Mi 9.30–11 Uhr
Yoga, 6 Termine
Kursleitung: E. Pawlas
Ort / Anmeldung: Eppendorf



6. September, Mi 17.30–19.30 Uhr
Kunsttherapie, 8 Termine
Kursleitung: A. K. Gieseke
Ort / Anmeldung: Eppendorf



7. September, Do 17–19 Uhr
Infocafé
Ort: im Haus der Hamburger Krebsgesellschaft in Eppendorf ohne Anmeldung



14. September, Do 11.30–13 Uhr
Yogawalk Workshop
Sie können an einzelnen oder allen Terminen teilnehmen.

14.09. Yogawalk Workshop
21.09. Yogawalk Workshop

Kursleitung: S. Möbus
Ort / Anmeldung: Harburg

28. September, Do 12–13 Uhr
Pilates, 6 Termine
Kursleitung: B. Aghamiri
Ort: Online
Anmeldung: Eppendorf



30. September, Sa 13–16 Uhr
Tanztherapie Workshop
Kursleitung: Christiane Linsner
Ort / Anmeldung: Eppendorf

Oktober 2023



5. Oktober, Do 16–17.30 Uhr
Resilienz, 6 Termine
Kursleitung: A. Michelsen
Ort / Anmeldung: Harburg



5. Oktober, Do 17–19 Uhr
Infocafé
Ort: im Haus der Hamburger Krebsgesellschaft in Eppendorf ohne Anmeldung



7. Oktober, Sa 10–14 Uhr
Schreibwerkstatt Workshop
Kursleitung: I. Röntgen
Ort: Online
Anmeldung: Eppendorf



9. Oktober, Mo 16–18 Uhr
Komplementärmedizin
Vortrag: Prof. Dr. J. Hübner
Ort: Online
Anmeldung: Eppendorf



30. Oktober, Mo 9.30–11 Uhr
Tanztherapie, 6 Termine
 Kursleitung: C. Linsner
 Ort / Anmeldung: Eppendorf

November 2023



2. November, Do 17–19 Uhr
Infocafé
 Ort: im Haus der Hamburger
 Krebsgesellschaft in Eppendorf
 ohne Anmeldung



4. November, Sa 14–17 Uhr
Tanztherapie Workshop
 Kursleitung: C. Linsner
 Ort / Anmeldung: Harburg



4. November, Sa 10–17 Uhr
Kunsttherapie für Ehemalige Workshop
 Kursleitung: A. K. Gieseke
 Ort / Anmeldung: Eppendorf



7. November, Di 15.30–17 Uhr
Tanztherapie, 6 Termine
 Kursleitung: C. Linsner
 Ort / Anmeldung: Harburg



7. November, Di 17–19 Uhr
Achtsamkeit, 7 Termine
 Kursleitung: S. Happ
 Ort / Anmeldung: Eppendorf



7. November, Di 17.30–19 Uhr
FIBS – Fatigue individuell bewältigen, 6 Termine
 Kursleitung: L. Linhart
 Ort: Online
 Anmeldung: Eppendorf



10. November, Fr 10–13 Uhr
Qigong Workshop
 Kursleitung: H. D. Lang
 Ort / Anmeldung: Harburg



16. November, Do 16–18 Uhr
Palliativ Forum – Vom Umgang mit unheilbaren Krebserkrankungen: Das Beste hoffen – und sich auf das Schwere vorbereiten
 Leitung: Prof. Dr. K. Oechsle
 Ort: Online
 Anmeldung: Eppendorf



Fr 17.–So 19. November
Wochenendreise Hohwacht/ Ostsee – Achtsamkeit im Alltag
 Anmeldung: Eppendorf

In Kooperation mit dem VTF Hamburg bieten wir ein Wochenende für Menschen mit einer Krebserkrankung an der Ostsee an. Stärken Sie sich mit einfachen, fließenden Bewegungen aus dem Qigong, einem sanften Zugang in die Meditation und praktischen Aufgaben zur Entspannung und Achtsamkeit. Die Hamburger Krebsgesellschaft übernimmt einen Teil der Kosten.*



*Dieses Angebot ist nicht kostenfrei, Ihr Eigenanteil berechnet sich an Ihrem Einkommen.



18. November, Sa 10–17 Uhr
Kunsttherapie Workshop
 Kursleitung: A. K. Gieseke
 Ort / Anmeldung: Harburg



24. November, Fr 14–18 Uhr
Clown Workshop
 Kursleitung: N. Knapp
 Ort / Anmeldung: Eppendorf

Dezember 2023



7. Dezember, Do 17–19 Uhr
Infocafé
 Ort: im Haus der Hamburger
 Krebsgesellschaft in Eppendorf
 ohne Anmeldung

Die Teilnahme an unseren Kursen und Veranstaltungen ist kostenlos. Wir freuen uns, wenn Sie uns mit einer Spende unterstützen.

Bitte informieren Sie sich auch auf unserer Homepage und über unseren Newsletter.



Website:
www.krebshamburg.de



Anmeldung zum
 Newsletter

Kursleitungen

Birgit Aghamiri, Pilates Trainerin
Stefanie Bernecker, Diplom Oecotrophologin
Sarah Böhmer, Musiktherapeutin M.A.
Anna Kerstin Gieseke, Diplom-Kunsttherapeutin
Sigrid Happ, Univ.Do. Bewegungswissenschaft
Prof. Dr. med. Jutta Hübner, Professorin für integrative Onkologie
Nicole Knapp, Clown-Schauspielerin
Dr. med. Hanne-Doris Lang, Ärztliche Psychotherapeutin, Tanztherapeutin, Qigong-Lehrerin
Christiane Linsner, Diplom-Sozialpädagogin, Tanztherapeutin
Lena Linhart, Psychologin MSc.
Angela Michelsen, Diplom-Psychologin, Psychoonkologin (DKG)
Martina Mittag, Yogalehrerin
Prof. Dr. med. Karin Oechsle, Stiftungsprofessur Palliativmedizin und Angehörigenforschung
Eva Pawlas, Yogalehrerin
Iris Röntgen, Diplom-Psychologin, Psychoonkologin (WPO)
Monika Schneider, Yogalehrerin
Marlen Sievert, Studienrätin i.R.



Spendenkonten

Dt. Apotheker- und Ärztebank
 Kt.-Nr. 395 93 92
 BLZ 300 606 01
 IBAN DE17 3006 0601 0003 9593 92
 BIC DAAEDEDXXX

Hamburger Sparkasse
 Kt.-Nr. 1234 13 13 55
 BLZ 200 505 50
 IBAN DE09 2005 0550 1234 1313 55
 BIC HASPDEHHXXX

VERANSTALTUNGEN UND KURSE IM 2. HALBJAHR 2023

Das Programm der Hamburger Krebsgesellschaft e.V. von Juli bis Dezember 2023



HAMBURGER
 KREBSGESELLSCHAFT E.V.