



krebsliga bern
ligue bernoise contre le cancer

Veranstaltungsreihe «Leben mit und nach Krebs»

Alle Vorträge finden von 17.30 bis 19.00 Uhr
im Kongresszentrum Kreuz, Zeughausgasse 41,
3011 Bern (Saal Fischer) statt.

April bis
November
2024

Haben Sie Fragen?
Wir sind gerne für Sie da.
Krebsliga Bern
Schwanengasse 5/7, Postfach
3001 Bern
T 031 313 24 24
info@krebsligabern.ch
bern.krebsliga.ch

Öffnungszeiten
Montag–Freitag
9.00–12.00 Uhr und 13.30–16.30 Uhr

Bleiben Sie mit uns in Kontakt.



Abonnieren Sie unseren Newsletter unter
bern.krebsliga.ch/newsletter



Sie möchten das kostenlose Angebot der Krebsliga Bern unterstützen? Dann freuen wir uns über eine Spende auf das Postkonto IBAN CH23 0900 0000 3002 2695 4 oder per TWINT.



Ihre Spende
in guten Händen.

Mit freundlicher Unterstützung

INSELSPITAL
UNIVERSITÄTSSPITAL BERN
HÔPITAL UNIVERSITAIRE DE BERNE

UCI UNIVERSITY CANCER CENTER
INSELSPITAL



Dank des medizinischen Fortschritts überleben immer mehr Menschen eine Krebserkrankung. Das ist eine riesige Errungenschaft! Das Leben nach einer Krebserkrankung ist aber nicht immer beschwerdefrei und geprägt von verschiedensten Begleiterscheinungen.

Wir laden alle Interessierten herzlich ein, an dieser Veranstaltungsreihe teilzunehmen.

Programm

Dienstag,
23. April 2024

Bewegung als Unterstützung bei und nach einer Krebserkrankung



Selina Schättin, Krebsliga Schweiz
Die Wichtigkeit einer angepassten körperlichen Aktivität im Alltag ist unabhängig vom gesundheitlichen Zustand unbestritten. Erfahren Sie mehr darüber, wie Sie durch Bewegung Ihren Körper unterstützen und stärken können.

Dienstag,
25. Juni 2024

Ernährung mit und nach einer Krebserkrankung



Anita Christen, Ernährungsberaterin SVDE, MSc Ernährungswissenschaften
Die Ernährung wirkt im Zusammenhang mit Krebserkrankungen immer wieder Fragen auf. Diese Veranstaltung gibt Ihnen die Möglichkeit, Fakten über die Auswirkung der Ernährung zu erhalten, und es werden einige Mythen aufgelöst.

Donnerstag,
5. September 2024

Sexualität und Partnerschaft



Stefan Mamié, Psychoonkologischer Psychotherapeut SGPO, Psycho-Sexologe ESSM, Onko-Sexologe
Krebserkrankungen und ihre Therapien beeinflussen häufig Sexualität, Intimität und Partnerschaft. Nach Abschluss der Behandlungen und Rückkehr in den Alltag erleben es Betroffene und ihre Partner:innen oft als nicht so leicht, diesen Bereich wieder zu beleben. Viele Paare verzichten aus Scham darauf, das Thema beim Arzt anzusprechen oder Hilfe zu suchen.

Mittwoch,
30. Oktober 2024

Angst vor einem Rückfall als Herausforderung der Cancer Survivors



Marie-Luise Fontana, Psychoonkologische Psychotherapeutin SGPO
Endlich ist die Therapie geschafft und die Krebserkrankung beseitigt. Trotz der Freude über das Überstehen dieser anstrengenden Zeit bleibt jedoch das Bewusstsein, dass bösartige Erkrankungen zurückkehren können. Wie geht man am besten damit um?

Mittwoch,
27. November 2024

Selbstfürsorge in belastenden Situationen



Andrea Rotter, lic. phil., Psychoonkologin SGPO
Eine Krebserkrankung ist eine schwere Belastung für Betroffene und deren Umfeld. Gezieltes Fördern der Selbstfürsorge soll den Umgang mit dieser Herausforderung unterstützen. Es geht darum, negative und bedrohliche Gefühle auszuhalten, Strategien zur Selbstfürsorge zu erlernen und somit eine emotionale Selbstwirksamkeit zu erfahren.

Anmeldung erwünscht bis jeweils eine Woche vor dem Anlass:
bern.krebsliga.ch/events, info@krebsligabern.ch oder T 031 313 24 24.
Die Teilnahme ist kostenlos.

