

*einblicke

KREBSHILFE SALZBURG

AUS LIEBE

ZUM LEBEN

**60 JAHRE
ÖSTERREICHISCHE KREBSHILFE SALZBURG**

**EINE PATIENTIN ERZÄHLT:
WIE MIR DIE KREBSHILFE GEHOLFEN HAT**

**25 JAHRE PINK RIBBON:
DIE KRAFT DER ROSA SCHLEIFE**

**KREBS UND BERUF:
HILFE BEI KREBS**

Mit
**Jahresbericht
2017**
www.krebshilfe-sbg.at



60 Jahre: 1958-2018
ÖSTERREICHISCHE KREBSHILFE
SALZBURG



WIR SETZEN UNS FÜR IHRE GESUNDHEIT EIN: UNSERE GRUNDSÄTZE

VEREIN – VORSTAND

◀ Die **Österreichische Krebshilfe Salzburg** ist ein vorwiegend mildtätiger und gemeinnütziger Verein, der Teil der bundesweiten Konföderation der **Österreichischen Krebshilfe** ist und dessen Tätigkeit sich auf das Bundesland Salzburg beschränkt. Die Krebshilfe Salzburg befasst sich seit ihrer Gründung im Jahr 1958 bei der Verfolgung ihrer statuarischen Ziele mit der Information der Salzburger Bevölkerung über Maßnahmen zur Vermeidung bzw. Früherkennung von Krebserkrankungen und mit der Beratung, Begleitung und Hilfe für KrebspatientInnen und deren Angehörigen sowie der Förderung der Krebsforschung.

Die Krebshilfe Salzburg ist zur Erreichung ihrer Ziele in allen Bezirken des Landes mit einer Beratungsstelle vertreten. Dort und in der angebotenen mobilen Beratung können alle Leistungen des Vereins kostenlos in Anspruch genommen werden. Kostenlos genutzt werden können auch die zahlreichen Veranstaltungs- und Gruppenangebote, die durch die Krebshilfe Salzburg angeboten werden.

Das **ehrenamtliche Leitungsorgan** (Vorstand) wurde in der ordentlichen Mitgliederversammlung (Generalversammlung) vom 23.11.2017 für die Funktionsperiode von drei Jahren gewählt und setzte sich zum 31.12.2017 wie folgt zusammen:

Präsident: ▶ **Univ.-Doz. MedR. DDr. Anton-H. Graf**
 Stv. Präsident: ▶ **HR Dr. Ulf Postuvanschitz**
 Kassier: ▶ **Prim. Univ.-Prof. Dr. Felix Sedlmayer**
 Schriftführerin: ▶ **OÄ Assoc. Prof. Dr. Rosemarie Forstner**

Weitere Mitglieder des Leitungsorgans:

- ▶ OA Dr. Jörg Berger
- ▶ RA Dr. Peter Bleiziffer
- ▶ OA Priv.-Doz. Dr. Jörg Hutter
- ▶ Univ.-Prof. Dr. Günter Janetschek
- ▶ OA Dr. Michael Kopp

Als Rechnungsprüfer für die Jahre 2017-2020 wurden in der ordentlichen Mitgliederversammlung (Generalversammlung) vom 23.11.2017 bestellt:

- ▶ **Prim. Dr. Rudolf Kaiser**
- ▶ **OA Dr. Gerhard Kametriser**

Geschäftsführung: ▶ **Mag. Stephan Spiegel**

Verantwortlich für Werbung, Spendenmarketing und Datenschutz ist laut Statuten des Vereins die aktuell amtierende Präsidentin bzw. der amtierende Präsident des Vereins. Operativ für Werbung, Spendenwerbung und die Abwicklung der Vereinsgeschäfte ist die Geschäftsführung eingesetzt. Zum operativen Datenschutzkoordinator laut DSGVO und wurde die Geschäftsführung bestimmt.

Vereinsregisternummer – ZVR: 195639530
Spendenkonto: AT44 2040 4000 0000 4309



Vereinsitz:

Österreichische Krebshilfe Salzburg
 Mertensstraße 13
 5020 Salzburg
 Telefon: +43 (0)662-873535
 Fax: +43 (0)662-873535 DW-4
 Web: www.krebshilfe-sbg.at
 Mail: office@krebshilfe-sbg.at
 Beratung: +43 (0)662-873536

Inhalt

- 02 VEREIN & VORSTAND
- 03 EDITORIAL
- 04 60 JAHRE KREBSHILFE SALZBURG
- 06 WAS SAGT DIE KREBSSTATISTIK
- 07 EINE PATIENTIN ERZÄHLT
- 09 MOBILE BERATUNG
- 10 PINK RIBBON: VIELFACHE HILFE
- 13 PINK RIBBON BREAKFAST
- 14 BENEFIZ – MILITÄRMUSIK
- 15 HOHE AUSZEICHNUNGEN
- 16 GESUNDHEITSAKTIONEN 2017
- 17 EUROPARK: GESUNDHEITSTAGE
- 18 BERATUNGSSTATISTIK 2017
- FB FINANZBERICHT 2017
- 19 IM GEHEN ZURÜCK ZUM ICH
- 20 GEMEINSAM GUTES TUN
- 21 KREBSHILFE KAMPAGNEN 2017
- 22 BLEIBEN SIE AM BALL
- 23 MIT TESTAMENTEN HELFEN
- 24 SPENDENAKTIONEN 2017
- 26 KREBS UND BERUF
- 28 SAMMLUNGEN
- 29 KREBSFORSCHUNG
- 30 SONNE OHNE REUE
- 32 ANGEHÖRIGE UND KREBS
- 34 BERATUNGSSTELLEN
- 35 SPONSOREN / IMPRESSUM

In den letzten 60 Jahren konnten wir über 50.000 krebskranken Menschen und ihren Angehörigen im Bundesland Salzburg helfen. Eine große Zahl, die uns stolz macht und uns darin bestärkt, auch in Zukunft mit vollem Einsatz für die Gesundheit der Bevölkerung im Bundesland Salzburg zu arbeiten.



Geschätzte Gönner, Förderer und Unterstützer, sehr geehrte Damen und Herren, liebe Freunde der Krebshilfe Salzburg!

Als Präsident der Österreichischen Krebshilfe Salzburg ist es mir wieder eine besondere Freude, Ihnen unseren aktuellen Jahresbericht 2017 präsentieren zu dürfen. Neben dem Rückblick auf das vergangene Jahr, haben wir diesen Jahresbericht wieder mit aktuellen Themen ergänzt, so dass wir Ihnen weitere wertvolle Informationen geben können.

Heuer ist für uns ein ganz besonders Jahr. Vor 60 Jahren wurde die Krebshilfe Salzburg gegründet. Seit damals helfen wir krebskranken Menschen und ihren Familien, wir informieren die Bevölkerung über eine sinnvolle Krebsvorsorge und Krebsfrüherkennung und wir fördern die Krebsforschung in Salzburg. Dabei ist es uns bis heute wichtig geblieben, den Menschen mit seinen ganz persönlichen Bedürfnissen in den Mittelpunkt unserer Arbeit zu stellen. Besonders stolz sind wir darauf, dass wir unsere Beratungen und Leistungen bis heute kostenlos anbieten können. Dies ist aber nur durch die Unterstützung von Ihnen möglich. Ohne Ihre Spenden könnten wir nicht helfen.

Im vorliegenden Jahresbericht und dem Finanzbericht geben wir Ihnen einen Einblick in unsere Arbeit. Im letzten Jahr konnten wir wieder viel erreichen. So war es uns möglich, in rund 1.900 Fällen persönlich zu helfen oder mit unseren vielen Veran-

staltungen im ganzen Bundesland unzählige Menschen zu informieren.

Einen Höhepunkt erlebten wir mit dem 25-Jahr-Jubiläum von PINK RIBBON. Mit dieser Aktion wird nun bereits seit einem Vierteljahrhundert auf Brustkrebs aufmerksam gemacht und für an Brustkrebs erkrankte Frauen und ihre Familien Geld gesammelt.

Aber auch unsere anderen Informationskampagnen waren wieder erfolgreich: Mit unserer „Darmgesundheitskampagne“ oder Aktionen wie „Mama, Papa hat Krebs“, „Sonne ohne Reue“ oder zum Nichtraucher-schutz „Don't smoke“ erreichten wir viele Menschen und motivierten zu mehr Gesundheitsbewusstsein und zur Krebsvorsorge.

Ich möchte mich in unserem Jubiläumsjahr an dieser Stelle aber auch bei allen Wegbegleitern ganz herzlich bedanken, die in unserer Geschichte mit so viel Engagement und Einsatz für das Wohl anderer gewirkt und sich täglich mit ihrem unermüdlichen Einsatz für die Gesundheit von so vielen Menschen eingesetzt haben. Sie alle haben einen Anteil an unserer Geschichte.

Mein größter Dank geht aber an Sie. Bitte helfen Sie uns auch weiterhin mit Ihrer wertvollen Spende. Aus Liebe zum Leben.

Herzlichst Ihr
Univ.-Doz. MedR. DDr. Anton-H. Graf
 Präsident der Krebshilfe Salzburg

Hinweis: Um die Lernerlichkeit dieser Publikation zu erleichtern, verzichten wir auf die geschlechterspezifischen Unterscheidungen. Sämtliche Personenbezeichnungen sind gleichwohl wertschätzend für beiderlei Geschlecht gemeint.

EIN KURZER GESCHICHTLICHER RÜCKBLICK AUF DIE GESCHICHTE

60 JAHRE ÖSTERREICHISCHE KREBSHILFE SALZBURG

◀ Es war an einem Novembertag im Jahre 1909, als der namhafte Mediziner Prof. Dr. Julius Hochenegg an seinen Kollegen Prof. Dr. Anton Eiselsberg folgende Zeilen schrieb: "Die Not unserer Krebskranken wird immer größer, wir müssen etwas tun, um sie zu lindern. Könnten wir nicht zusammenkommen, um darüber zu sprechen?" In Folge kam es am 17. Dezember 1910 zur konstituierenden Sitzung der "k.u.k. Gesellschaft zur Erforschung und Bekämpfung der Krebskrankheit". Als wichtigste Punkte wurden eine "umfangreiche Aufklärungsarbeit über den Krebs" erachtet und "die Not der Krebskranken zu lindern". Am 20. Dezember 1910 wurde diese neue Gesellschaft der Polizei gemeldet – das war die Geburtsstunde der Österreichischen Krebshilfe.

Heute stehen Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter in österreichweit über 45 Beratungsstellen Interessierten, Krebskranken und Angehörigen kostenlos zur Verfügung. Immer noch wird Österreichs Bevölkerung über alles informiert, was zur Früherkennung oder Vermeidung von Krebs beiträgt. Und es werden Forschungsprojekte unterstützt, die einen unmittelbaren Nutzen für die Bevölkerung haben.

Vieles hat sich in den letzten 108 Jahren verändert. Dank neuester Diagnosemöglichkeiten kann Krebs immer früher erkannt werden. Neueste Therapien tragen dazu bei, dass viele Krebspatienten geheilt werden können und ein deutlich längeres Leben mit entsprechender Lebensqualität haben. Eines ist leider immer noch unverändert: Es gibt kaum eine Diagnose, die einen derartigen

Schock auslöst, wie Krebs. Wir erleben es jeden Tag. Deshalb ist es so wichtig, dass es die Österreichische Krebshilfe auch heute noch gibt.

60 JAHRE ÖSTERREICHISCHE KREBSHILFE SALZBURG: 1958-2018

Die Österreichische Krebshilfe Salzburg wurde als eigenständiger Landesverein 1958 unter dem Namen „Österreichische Krebsgesellschaft – Sektion Salzburg“ gegründet. Zum ersten Obmann des Vereins wurde der damalige Leiter der Landesfrauenklinik Salzburg Prim. Dr. Josef Wegleiter gewählt. Initiator der Vereinsgründung und treibende Kraft des Vereins war jedoch der Frauenarzt Dr. Otto Brunner.

Otto Brunner hatte zu jener Zeit bereits den enormen Stellenwert des sog. Krebsabstrichs erkannt, einer damals noch relativ neuen Methode zur Früherkennung von Gebärmutterhalskrebs. Zur Untersuchung dieser Krebsabstriche gründete Otto Brunner mit Unterstützung der Österreichischen Krebsgesellschaft – Sektion Salzburg bereits im Jahr 1960 das erste darauf spezialisierte Labor im Bundesland Salzburg. Er motivierte auch die Frauen zur Teilnahme an dieser Untersuchung und unterwies die Kollegenschaft in der korrekten Durchführung der neuen Methode.

1961 wurde der damalige Landes-sanitätsdirektor Hofrat Dr. Anton Piotrowski zum neuen Obmann der Österreichischen Krebsgesellschaft – Sektion Salzburg gewählt. Geschäftsführendes Vorstandsmitglied war wieder Otto Brunner. In dieser Zeit mussten die Proponenten des Vereins eine Zunahme der Erkrankungen an Brustkrebs

und Prostatakrebs feststellen. Der Radiologe Prim. Univ.-Prof. Dr. Franz Kainberger entwickelte und propagierte deshalb bereits 1977 eine Röntgen-Reihenuntersuchung zur Früherkennung von Brustkrebs – eine Aktion, die als Vorläuferin des organisierten Mammografie-Screenings betrachtet werden kann. Die dafür notwendigen finanziellen Mittel wurden über Spenden im Rahmen von Haus- und Straßensammlungen sowie über Mitgliedbeiträge aufgebracht. Im Jahr 1988 erfolgte die Umbenennung des Vereins in „Österreichische Krebshilfe Salzburg“.

1991 wurde Obermedizinalrat Dr. Otto Brunner dann selbst zum Obmann des Vereins gewählt. Prominente Vorstandsmitglieder in dieser Zeit waren die Chirurgen Prim. Univ.-Prof. Mag. Dr. Hannes Steiner und Prim. Univ.-Prof. Dr. Erich Moritz, der Radiotherapeut Prim. Univ.-Prof. Dr. Hans-Dieter Kogelnik und der Onkologe Prim. Dr. Hubert Hausmaninger. Otto Brunner konnte für den Verein ein Geschäftslokal in der Mertensstraße 13, in der Nähe des Salzburger Hauptbahnhofs, ankaufen, wo im Jahr 1992 die 1. Beratungsstelle der Österreichischen Krebshilfe Salzburg eröffnet wurde. Bereits 1997 konnten in der Beratungsstelle rund 1.000 Menschen betreut werden.

EIN STARKES TEAM SETZT SICH FÜR IHRE GESUNDHEIT EIN

Im Jahr 1998 wurde dann der Frauenfacharzt, Pathologe und Zytodiagnostiker Univ.-Doz. MedR. DDr. Anton-H. Graf zum neuen ehrenamtlichen Präsidenten der Österreichischen Krebshilfe Salzburg gewählt. Zeitgleich wurde Mag. Herta Gran als erste Geschäftsführerin bestellt. Im Jahr 2008 hat

Mag. Stephan Spiegel die Funktion des Geschäftsführers von Herta Gran übernommen und ist seither für die operative Leitung des Vereins verantwortlich. Für die Krebshilfe Salzburg arbeitet heute ein professionelles interdisziplinäres Team aus Klinischen- und Gesundheitspsychologen, Psychoonkologen, Ernährungsberatern, Psychotherapeuten, Bewegungs- und Tanztherapeuten, Maltherapeuten und Ärzten. Fallweise und bei Bedarf werden gezielt Fachexperten für konkrete Aufgabenstellungen hinzugezogen.

DER AKTUELLE VORSTAND SETZT DIE ERFOLGREICHE GESCHICHTE FORT

Aktuell gehören dem ehrenamtlichen Vorstand Univ.-Doz. MedR. DDr. Anton-H. Graf (Präsident), HR. Dr. Ulf Postuvanschitz (stv. Präsident), Prim. Univ.-Prof. Dr. Felix Sedlmayer (Kassier) und OÄ Assoc. Prof. Dr. Rosemarie Forstner (Schriftführerin) an. Weitere Mitglieder des Vorstandes sind: RA Dr. Peter Bleiziffer, OA Dr. Jörg Berger, OA Priv.-Doz. Dr. Jörg Hutter, Univ.-Prof. Dr. Günter Janetschek und OA Dr. Michael Kopp. Als Rechnungsprüfer wurden bestellt: Prim. Dr. Rudolf Kaiser und OA Dr. Gerhard Kametriser.

ÜBER 50.000 MENSCHEN WURDEN BIS HEUTE KOSTENLOS BETREUT

Als vor 60 Jahren die Österreichische Krebshilfe Salzburg gegründet wurde, ahnten die Gründungsväter nicht, welche Entwicklung die Krebshilfe Salzburg bis heute nehmen würde. In den letzten 60 Jahren wurden durch die Krebshilfe Salzburg über 50.000 krebserkrankte Menschen und deren Angehörige betreut. Heute nehmen jedes Jahr über 1.500 Menschen Kontakt zu uns auf. Das ursprüngliche Konzept, erkrankten Menschen und deren Angehörigen eine Hilfestellung oder persönlichen Begleitung

anzubieten, hat sich als richtig und notwendig erwiesen. In den letzten Jahren haben aber auch die Anfragen und Beratungen zur Vorsorge und Früherkennung von Krebserkrankungen stark zugenommen. Um den neuen Bedürfnissen gerecht zu werden, bietet die Österreichische Krebshilfe Salzburg seit 2006 spezielle Veranstaltungen oder Workshops für Betroffene, Angehörige und Interessierte an. Gab es zu Beginn nur eine Beratungsstelle in der Stadt Salzburg, ist die Krebshilfe heute mit vielen Beratungsstellen im gesamten Bundesland vertreten und damit in der Lage, rasche regionale Hilfe anbieten zu können. Zur weiteren Verbesserung der Versorgung der Bevölkerung wurde zusätzlich zu den Beratungsstellen eine mobile Beratung eingeführt und ein breites Informationsangebot aufgebaut. Diese starke räumliche und inhaltliche Ausdehnung des Angebots konnten wir v.a. in den letzten 10 Jahren umsetzen.

Wie zu den Gründungszeiten stehen noch immer das Wohl und die psychoonkologische Begleitung von erkrankten Menschen, die Information der Bevölkerung über geeignete Krebsvorsorgeuntersuchungen und Früherkennungsmaßnahmen und die Unterstützung der Krebsforschung im Zentrum der Arbeit. Im Laufe der Jahre wurde deutlich, dass manche Bereiche stärkerer Aufmerksamkeit bedürfen. So z.B. Brustkrebs, Darmkrebs, Hautkrebs, Prostatakrebs oder Lungenkrebs. Die Österreichische Krebshilfe Salzburg begann deshalb schon früh damit, für die häufigsten Krebserkrankungen geeignete Aufklärungs- und Informationskampagnen umzusetzen und so die Bevölkerung bestmöglich zu informieren. Es entstanden Aktionen und Kampagnen wie „PINK RIBBON“, „Sonne ohne Reue“, die große Darmkrebsvorsorgekampagne, „Don't smoke“, „Mama, Papa hat Krebs“ oder seit Kurzem auch „Loose-Tie“ für die Prostatakrebs-

vorsorge. Hinsichtlich der betreuten Personen gab es in den letzten Jahren einen deutlichen Trend. Waren es früher oft Einzel- oder Paarberatungen, werden heute zunehmend ganze Familien (Eltern/Kinder) oder Paare betreut. Auch spielt der soziale Aspekt (Krebs und Beruf, finanzielle Notlagen) eine immer wichtigere Rolle.

UNSERE GESCHICHTE IST UNSER AUFTRAG

Gerade hier wird es zukünftig sicher weiteren Bedarf geben. Ebenso nimmt die Nachfrage von Beratungen im unternehmerischen Umfeld zu. Immer mehr Unternehmen setzen auf eine gezielte Begleitung für an Krebs erkrankte Mitarbeiter und deren direkte Kollegenschaft. Das ist eine neue Aufgabe, die in den nächsten Jahren an Bedeutung gewinnen wird.

Da eine Krebserkrankung heute schon meist recht gut behandelt werden kann und die Mehrheit aller Patientinnen und Patienten eine Krebserkrankung übersteht, ist davon auszugehen, dass es eine Zunahme der psychologischen Begleitung nach einer Krebserkrankung geben wird. Ziel für die nächsten Jahre wird es daher auch sein, die Betreuung und Begleitung auch für langfristige Bedürfnisse zu erweitern und auszubauen. Hier wird es v.a. auch um die Betreuung von Familien (Mama, Papa hat Krebs) oder alleinstehenden Menschen gehen. Ein neuer Schwerpunkt wird auch die Beratung im beruflichen Kontext sein und damit die Beratung in Zusammenarbeit mit Unternehmen. Wir werden aber auch weiterhin in die Prävention und unsere Informationsarbeit investieren, um eine für die Bevölkerung gute Aufklärung zu gewährleisten, sowie die Krebsforschung in Salzburg unterstützen, um medizinische Fortschritte zu ermöglichen.

Aus Liebe zum Leben.

EIN BLICK IN DIE ZAHLEN OFFENBART EINE STARKE VERBESSERUNG DER SITUATION FÜR KREBSKRANKE MENSCHEN

WAS SAGT DIE KREBSTATISTIK?

◀ Jedes Jahr erkranken in Österreich rund 39.000 Menschen neu an Krebs. Eine erschreckend hohe Anzahl, wenn man bedenkt, dass viele Erkrankungen durch einen gesunden Lebensstil und Vorsorgeuntersuchungen (etwa durch eine Koloskopie oder Mammografie) vermieden werden könnten.

Noch immer hat die Salzburger Bevölkerung in weiten Teilen großen Nachholbedarf in Sachen Gesundheitsbewusstsein und Vorsorge (die große Mehrheit aller Frauen nehmen regelmäßig Krebsvorsorgeuntersuchungen wahr, dagegen nur rund 5 Prozent der Männer!). Und das, obwohl man mit wenig zeitlichem Aufwand sehr viel erreichen könnte: So wären etwa Darmkrebs, Brustkrebs oder Prostatakrebs durch eine rechtzeitige Früherkennungsuntersuchung zu vermeiden bzw. so rechtzeitig zu erkennen, dass sie fast gänzlich heilbar wären. Die Statistiken zeigen, dass immer noch zu viele Menschen mit ihrer Gesundheit zu nachlässig umgehen, Männer dabei mehr als Frauen. Stress und intensive zeitliche Belastung in der Arbeit, aber auch in der Freizeit und im privaten Bereich werden oft als Ausrede verwendet, warum man selbst nicht mehr für die eigene Gesundheit tut. Deshalb ist es wichtig, bei Bewusstseinsbildung und Prävention anzusetzen. Die Krebshilfe tut dies intensiv durch Aktionen zur Aufklärung und Krebsprävention (Brustkrebs = Pink Ribbon, Darmkrebskampagnen, Prostatakrebs = Loose Tie, Hautkrebs = Sonne ohne Reue oder Lungenkrebs = Don't smoke).

Die Hälfte aller Neuerkrankungen entfällt auf vier Krebsarten: Am häufigsten werden Brust-

krebs, Darmkrebs, Lungenkrebs und Prostatakrebs diagnostiziert.

NEUERKRANKUNGEN

In Österreich erhebt die Statistik Austria die Krebsinzidenz (Neuerkrankungen) und Krebsmortalität und wertet sie aus. In der aktuellen Publikation „Krebsinzidenz und Krebsmortalität in Österreich“ wurden Daten aus dem Jahr 2011/12 mit den Daten von 2001 verglichen. Im Jahr 2011/12 erkrankten in Österreich rund 39.000 Menschen an Krebs, 20.000 Männer und 19.000 Frauen. Bei 10.600 Männern und 9.500 Frauen führte die Krebserkrankung zum Tod. Das entspricht rund einem Viertel aller Todesfälle im Jahr 2011 in Österreich. Wird die Veränderung in der Altersstruktur einer immer älter werdenden Gesellschaft berücksichtigt, so zeigt sich im langfristigen Trend (2001-2012), dass die Zahlen der Neuerkrankungen bei Männern deutlich unter denen von 2001 liegen (minus 16 Prozent). Auch bei Frauen kann ein Rückgang der Erkrankungen (minus 7 Prozent) abgelesen werden (vgl. Statistik Austria Krebs-erkrankungen in Österreich).

SITUATION IN SALZBURG

In Salzburg erkranken jährlich rund 230 Frauen und 240 Männer (pro 100.000 Einwohner) neu an Krebs. Damit ist Salzburg das Bundesland mit den geringsten Neuerkrankungen bezogen auf 100.000 Einwohner. Auf die Gesamtbevölkerung hochgerechnet bedeutet dies, dass rund 1.150 Frauen und 1.200 Männer neu an Krebs erkranken. Insgesamt also rund 2.350 Menschen. Die häufigste Krebserkrankung bei Männern ist Prostatakrebs, bei Frauen Brustkrebs. In Zahlen heißt das: Brustkrebs: 80 von 100.000

Frauen. Prostatakrebs: 65 von 100.000 Männern
Lungenkrebs: 60 von 100.000 Einwohnern. Darmkrebs: 50 von 100.000 Einwohnern. Weitere restliche Krebserkrankungen: 220 von 100.000 Einwohnern.

In Österreich leben derzeit rund 125.000 Menschen mit einer Krebserkrankung (Diagnose innerhalb der letzten fünf Jahre). Bedingt durch die stark verbesserten medizinischen Möglichkeiten ist festzustellen, dass die Überlebensrate stark zugenommen hat. Lag die Überlebensrate 1987 (5-Jahres-Rate) noch bei 45 Prozent, liegt sie heute bereits bei über 61 Prozent. Eine Zahl, die optimistisch stimmt und zeigt, dass die medizinische Behandlung deutliche Fortschritte gemacht hat und die Früherkennungsmaßnahmen Wirkung zeigen. Daher ist es wichtig, auch weiterhin in die medizinische Krebsforschung und Vorsorge zu investieren. Die Österreichische Krebshilfe Salzburg tut dies schon seit vielen Jahren.

TREND FÜR ÖSTERREICH

Insgesamt steigt die Anzahl der Neuerkrankungen für Österreich laut Trendvariante der Statistik Austria bis 2030 von derzeit 39.000 auf rund 44.000 Fälle an. Eine Zunahme von 14 Prozent. Auch die Zahl der Sterbefälle (durch Krebs bedingt) wird leicht zunehmen. Das ist aber vor allem dem immer größeren Alter der Menschen geschuldet. Verstarben 2009 rund 20.000 Menschen an Krebs, wird für 2030 mit rund 23.000 Sterbefällen gerechnet (ein Plus von 16 Prozent). Hier wird es zunehmenden Bedarf an einer qualifizierten psychonkologischen Betreuung und Begleitung geben.

KREBS ÄNDERT NICHT NUR DAS LEBEN BETROFFENER, ER LÄHMT GANZE FAMILIEN. EINE FRAU ÜBER IHRE SCHWERSTE ZEIT.

WOLLTE NICHT ALLES BEI MEINEM KIND ABLADEN

◀ „Am Telefon geht das nicht.“ Es war dieser Satz, bei dem Maria Müller (Name geändert) klar war, dass Schlimmes bevorstand. Müller hatte – ein halbes Jahr nach einer Mammografie – einen Knoten an ihrer Brust ertastet. Die Röntgenärztin entnahm daraufhin eine Gewebeprobe. Dass es sich um ein Karzinom handelte, sagte ihr die Ärztin dann persönlich.

Der etwa kirschgroße Krebstumor sollte das Leben der alleinerziehenden Mutter eines damals 15-jährigen Sohnes auf den Kopf stellen. „Ich kam sofort ins Landeskrankenhaus, der Knoten wurde zwei Wochen nach der Diagnose entfernt“, schildert die 49-jährige Salzburgerin. Nach der brusterhaltenden Operation und einer fünfwöchigen Bestrahlung sei wohl alles erledigt, hieß es.

„Ich brauchte also Chemotherapie, lang“, sagt Müller sichtlich getroffen mir Bachblüten war ja nett gewar völlig ne-in Trance sei sie als Gebäude Kopf nur eine „Warum ich?“ und Chemotherapie die Büroangestellte alles änderte. Woran erinnert? Müller: „An den ständigen Brechreiz.“ Die Übelkeit betraf indirekt auch ihren Sohn. Die erste Chemotherapie fiel in die Hollerzeit. Maria Müller ging noch mit ihrem Sohn Holler pflücken und setzte den Sirup an. Doch in Flaschen füllen konnte sie ihn nicht, erinnert sich die Salzburgerin: „Mein Sohn hat das dann alleine gemacht.“



Es kam aber anders. Der Krebs war schon in die Lymphe vorgedrungen. nach der OP eine ein Dreivierteljahr und wirkt dabei fen. „Sie haben gegeben. Das meint, aber ich ben mir.“ Wie aus dem Spigegangen, im einzige Frage: Mit Operation rapie begann für ein Jahr, in dem sich sie sich am intensivsten übeln Geschmack und den

geschenkt. Den Glücksbringer trug sie bei jeder Chemotherapie bei sich in der Handtasche. Er hat wohl geholfen, genauso wie die große Zuversicht, die die Tochter von Anfang an vermittelte. Mit dem 15-jährigen Sohn hat Müller von Beginn an offen geredet. „Das hat mir so gutgetan, genauso wie mein Glaube und die Natur“, lächelt Müller heute. Alles wollte sie aber nicht bei ihrem Sohn abladen. Als richtige Ansprechpartnerin fand sie die Krebshilfe Salzburg und Mag. Martha Lepperdinger.

„Da konnte ich einfach reden. Über die Chemotherapie oder wie ich

DER SOHN MUSSTE SICH SEIN ESSEN SELBER BESORGEN

Allein musste sich der 16-Jährige in dieser Zeit auch oft sein Essen besorgen. „Zum Supermarkt oder zum McDonalds musste er immer dann gehen, wenn mir so schlecht war, dass ich einen Kochlöffel nicht einmal anrühren konnte“, erinnert sich die Salzburgerin. An solchen Tagen blieb auch der Staubsauger stehen, selbst kleine Aufgaben im Haushalt waren zu Hürden geworden. Neben der Abgeschlagenheit setzte Müller die plötzliche Einsamkeit zu – im Krankenstand allein zuhause und kaum fähig, unter Leute zu gehen. Freundinnen hatten es nicht leicht. „Schickt mir keine WhatsApp-Fotos mehr, ich kann sie nicht mehr sehen!“, bekamen sie von Maria zu hören, die ja nirgends dabeisein konnte.

Nicht nur die Freundinnen, auch ihr Sohn und die bereits ausgezogene Tochter standen Maria Müller in dem Jahr bei, wann immer sie konnten. Von der 18-jährigen Tochter bekam Müller ein kleines blaues Steinherz

RÖNTGEN MIRABELL

DR. KAINBERGER
DR. FRITZENWALLNER
GRUPPENPRAXIS
RADIOLOGIE

Digitales Röntgen
Mammografie
Ultraschall
Knochendichte



meinem Sohn bestimmte Sachen erklären kann. Diese monatlichen Gespräche waren so hilfreich“, legt Müller anderen Krebspatienten ans Herz, die Krebshilfe zu kontaktieren.

„Einmal im Monat konnte ich mich richtig ausreden. Über meinen Sohn, meine Übelkeit, die Isolation.“

Auch in punkto Haarausfall hatte sie Glück im Unglück. Ein erfahrener Onkopsychologe im Spital riet: Besser selbst entscheiden, wann die Haare wegkommen, als auf den kompletten Haarausfall zu warten. Bei einem Salzburger Frisör fand sie einen perfekten Ort dafür. Müller ließ sich eine Perücke ähnlich ihrer langen Haare machen. Beim Kopfrasieren drehte die Frisörin Müller weg vom Spiegel. Erst als sie ihr die Perücke aufgesetzt hatte, durfte Müller sich wieder umdrehen. Müller: „Klar war es ein Schock, aber so war es die beste Lösung.“

Für Müller, die ihren wirklichen Namen lieber für sich behält, damit „nicht jeder erfährt, dass ich Krebs gehabt habe“, hat ein neuer Lebensabschnitt begonnen. Krebs und Chemo sind überstanden, die Prognose für ihre Zukunft ist gut. Müller trägt jetzt einen Kurzhaarschnitt und lacht: „Das hätte ich mich früher nie getraut, er gefällt mir.“ Sie arbeitet wieder in ihrem Be-

trieb. Ganz auf der Höhe sei sie aber noch nicht. Der Krebs hat sie körperlich und seelisch durchgeschüttelt. Müller gesteht sich ein: „Ich bin noch langsam.“ Doch die Kraft kommt Stück für Stück zurück. Welche Pläne sie für die Zukunft hat? Diese Woche wird Hollersaft gemacht. Ein weiterer Wunsch bringt Glanz in Müllers Augen: „Wenn ich mich weiter so erhole, möchte ich im Sommer endlich wieder auf den Untersberg steigen.“

[Dieses Gespräch wurde von Sabine Tschalyj vom Salzburger Verlagshaus geführt und als Artikel im „Salzburger Fenster“ publiziert. Herzlichen Dank für die Möglichkeit der Übernahme. <http://www.salzburger-fenster.at>]

Kontakt | Information:

Neben den persönlichen Beratungen und Begleitungen hat die Krebshilfe Salzburg unterschiedliche weitere Angebote für Krebspatienten und deren Angehörige. Für persönliche und weitere Informationen, Hilfe und zur Terminvereinbarung, wenden Sie sich bitte an eine unserer Beratungsstellen. Wir helfen gerne weiter.

Beratungstelefon: 0662/873536
oder beratung@krebshilfe-sbg.at

BEREIT FÜR IHREN ALLTAG!



Way of Life!

Erleben Sie die exklusive BALENO Shadowline Edition

Stilvoller Begleiter für jeden Tag: Der BALENO Shadowline verbindet Eleganz und Komfort zu einer perfekten Einheit. Das limitierte Sondermodell mit Türrahmendesignfolien in Satin Dark Gray oder Premium Silver erhalten Sie jetzt inklusive Metallic-Lackierung, ECO Fußmatten, Alufelgen für die Sommerreifen und Nokian Winterreifen – um nur € 13.333,-*. **Mehr auf www.suzuki.at**

Shadowline

* Unverbindlich empfohlener Richtpreis inkl. 20% MwSt. und NoVA sowie inkl. der Maximalbeträge für § 6a NoVAG – Ökologisierungsgesetz. Mehr Informationen auf www.suzuki.at oder bei Ihrem Suzuki Händler. Druckfehler, Irrtümer und Änderungen vorbehalten. Symbolfoto.





PATIENTEN UND ANGEHÖRIGE FINDEN BEI DER KREBSHILFE UNTERSTÜTZUNG.

Die Diagnose Krebs löst bei Betroffenen meist eine Art Schockzustand aus (siehe nebenstehendes Gespräch mit Frau Müller).

Wer Krebs verschweigt, hinterlässt tiefe Gräben und Verletzungen, sagt Mag. Martha Lepperdinger, Psychoonkologin bei der Krebshilfe Salzburg.

„Eine Krebsdiagnose ändert alles und wirkt sich auf viele Lebensbereiche aus: Der Körper ist belastet, ebenso die Psyche, das soziale Leben oder die eigenen Finanzen. Eine große Sorge ist es oft auch, wie über die Erkrankung in der Familie gesprochen werden soll. Alles wird auf den Kopf gestellt. Der bisherige Alltag ist Vergangenheit, jeder neue Tag bringt Ungewisses.

Oft fragen uns Anhörige, was sie beitragen können, um den erkrankten Menschen zu unterstützen. Viele leiden unter dem Gefühl, nichts tun zu können. Eine Ohnmacht macht sich breit. Sie fragen sich, wie alles weitergehen wird. Unter diesem hohen Druck brennt man schnell aus. Wir raten Angehörigen und Erkrankten, sich an uns zu wenden. Offen zu reden erleichtert vieles.

Gut gemeint und besonders belastend: Aus Schutz gegenüber Angehörigen die Erkrankung zu verschweigen, ist keine gute Idee. Angehörige, besonders Kinder, glauben oft, sie seien schuld an der Krebserkrankung des Betroffenen. Darum helfen wir gezielt Familien und Kindern, die Erkrankung eines Elternteils zu verstehen und damit umzugehen. Gefühle, Sorgen und Wünsche sollte man aussprechen. Wer Krebs verschweigt, hinterlässt Gräben“, so Lepperdinger.

NIEMAND MUSS MIT EINER KREBSERKRANKUNG ALLEINE BLEIBEN

MOBILE BERATUNG DER KREBSHILFE

◀ Um neben den Beratungsangeboten in den vielen Beratungsstellen im Bundesland Salzburg eine möglichst flächendeckende Betreuung von an Krebs erkrankten Menschen zu ermöglichen, bietet die Krebshilfe Salzburg seit einigen Jahren auch eine mobile Beratung



Suzuki Austria übergibt der Krebshilfe Salzburg das neue Beratungsfahrzeug.

an. Diese ist v.a. für Menschen gedacht, die selbst aus den unterschiedlichsten Gründen nicht in eine der Beratungsstellen kommen können. „Wir sind froh, dass wir diese Möglichkeit haben und direkt zu Menschen kommen können, die bedingt durch ihre Krebserkrankung nicht zu uns kommen können. Dies ist v.a. für alleinstehende ältere Menschen und für viele alleinerziehende Eltern von großer Wichtigkeit“ erklärt Krebshilfe Geschäftsführer Stephan Spiegel.

„Mit unserer individuellen mobilen Beratung ermöglichen wir eine rasche und persönliche Betreuung und Begleitung in belastenden Situationen“, so Spiegel weiter.

SUZUKI BEWEGT UND HILFT!

Tatkräftig unterstützt wird die mobile Beratung von Suzuki Austria. Die Krebshilfe Salzburg bekam Anfang 2018 das neue Beratungsfahr-

zeug, einen Suzuki Vitara AllGrip überreicht. Suzuki Marketingchefin Barbara Thun Hohenstein freut sich zusammen mit Astrid Pillinger (beide Suzuki Austria) darüber, die Krebshilfe Salzburg ein weiteres Jahr unterstützen zu können. Für die Krebshilfe Salzburg bedeutet



Zweirad Hauthaler unterstützt die Krebshilfe mit einer gelben VESPA.

die Unterstützung viel, denn dadurch wird eine mobile Beratung durch das psychologische Team der Krebshilfe erst möglich.

PURE LEBENSFREUDE

Im Einsatz ist seit heuer auch eine besondere Krebshilfe Vespa. Zweirad Hauthaler machte es möglich, diese Vespa zu speziellen Konditionen zu Verfügung zu stellen. „Das Besondere an der neuen Vespa ist, dass sie extra für die Krebshilfe beklebt wurde. Jedes Mal, wenn die Vespa zum Einsatz kommt, machen wir so auf unser Beratungsangebot aufmerksam. Wir freuen uns, dass wir zu unserem 60. Jubiläum diese Vespa übernehmen konnten und so im dichten Stadtverkehr schneller zu unseren Terminen unterwegs sein können“, freut sich Spiegel.

Danke für diese wertvolle und tatkräftige Unterstützung!



PINK RIBBON: GEMEINSAM FÜR MEHR BRUSTGESUNDHEIT

EINE AKTION GEHT UM DIE WELT

Im vergangenen Jahr ist die Krebshilfe Salzburg erneut von vielen Menschen unterstützt worden. Unter dem Zeichen des PINK RIBBON wurde engagiert aufgeklärt und es wurden wieder viele Spenden für Brustkrebspatientinnen und ihre Familien gesammelt. Wir danken allen, die mitgeholfen haben! Auf den nächsten Seiten haben wir herausragende Aktionen dokumentiert. Aus Liebe zum Leben.

PINK RIBBON BREAKFAST

◀ Im letzten Jahr hat erstmals ein offizielles PINK RIBBON Breakfast im Bundesland Salzburg stattgefunden. Der Einladung einer Schülergruppe der Landesberufsschule Zell am See zu einem gemeinsa-



men Frühstück ins Meixnerhaus Kaprun folgten zahlreiche Gäste. Beim ausgiebigen gemeinsamen Frühstück mit vielen von den Schülerinnen und Schülern selbstgemachten Köstlichkeiten, informierte die Krebshilfe auch über Brustkrebs und Krebsprävention.

Wir bedanken uns für diese wunderbare Idee und einen Spendenscheck über 1.000,- Euro.

EIN RUNDER GEBURTSTAG

◀ Feiern und Gutes tun. Diese Idee hatten Elena und Christian Kain. Elena hat ihren 50. Geburtstag zum Anlass genommen und die geladenen Gäste zum Spenden für die Krebshilfe Salzburg aufgefordert.



So wurde aus dem großen Geburtstag von Elena auch ein großes Geschenk für die Krebshilfe Salzburg. Im Rahmen des Salzburger Christkindlmarktes erhielten wir von Elena und Christian Kain einen Spendenscheck über 4.000,- Euro.

Herzlichen Dank für dieses großartige Geschenk!

LAUFEND GUTES TUN

◀ Sehr sportlich ging es im Juli 2017 im Volksgarten Salzburg zu. Beim großen Frauenlauf „Frau läuft“, der zum 9. Mal stattgefunden hat, waren wieder tausende Frauen am Start. Die große Begeisterung war



bei allen Teilnehmerinnen ersichtlich, da änderte auch das diesmal schlechte Regenwetter nichts. Alle Läuferinnen feierten ein weiteres großes Lauffest in Salzburg. Wir danken Veranstalterin Ruth Langer für die wunderbare Initiative. Bisher konnten so über 40.000,- für die Krebshilfe Salzburg gesammelt werden. Ganz herzlichen Dank an alle Spenderinnen und zahlreichen Unterstützer.



◀ Die vielfach ausgezeichnete Salzburger Schauspielerin Verena Altenberger engagiert sich seit einigen Jahren als PINK RIBBON Botschafterin für die Krebshilfe Salzburg und die PINK RIBBON Aktion. Neben ihrer Botschafterrolle und ihrem Einsatz für mehr Frauengesundheit (Brustkrebs), hat Verena Altenberger auch eine Internet Spendenaktion gestartet, um Gelder für die Krebshilfe Salzburg zu sammeln. Eine tolle Idee, wie wir finden! Wir danken ganz herzlich und freuen uns auf die nächsten gemeinsamen Vorhaben.

STIMMUNGSVOLLE STUNDEN

ADVENTZAUBER

◀ Am Nikolaustag hat im Gasthof Schloss Aigen der schon traditionelle Adventzauber stattgefunden. Eingeladen hatten das Ehepaar Dr. Jörg und Petra Dabernig (Haus der Schönheit) sowie die Wirtsfamilie Berger (Gasthof Schloss Aigen). Im romantischen Schlossgarten gab es bei leichtem Schneefall allerlei Köstlichkeiten, Glühwein und Punsch für das leibliche Wohl. Ein Höhepunkt war neben der großen Charitytombola der Besuch des Nikolaus und der Krampusse. Jedes Kind wurde durch den Nikolaus beschenkt und glücklich gemacht. Am Ende des wunderbaren Abends war auch die Krebshilfe glücklich. Die Krebshilfe durfte eine



Spende von 9.700 Euro in Empfang nehmen. Herzlichen Dank an alle, die dazu beigetragen haben. Unser besonderer Dank geht an Petra Dabernig sowie Kurt Berger und seiner ganzen Familie für die Organisation dieses Abends.

EIN SOMMERABEND FÜR DIE KREBSHILFE SALZBURG

FESTKONZERT IM SALZBURGER DOM

◀ Einen wunderbaren Abend erlebten die Gäste der Krebshilfe Salzburg im August 2017 in Salzburg. Nach einem umjubelten Festkonzert anlässlich 25 Jahre PINK RIBBON (international) und 15 Jahre PINK RIBBON Österreich im Salzburger Dom, ließen die Gäste



berschneider, Sabine Petzl, Anja Kruse, Autorin Hera Lind, ORF Salzburg Intendant Christoph Takacs und die Salzburger Künstlerin Sabine Schreckeneder. Für Peter Lohmeyer ist „Salzburg im Sommer zur Zeit der Salzburger Festspiele genau der richtige Ort, um daran zu



den Abend bei herrlichem Sommerwetter bei einem Empfang der Krebshilfe Salzburg ausklingen.

Die Idee zum „Festkonzert“ hatte Kazue Tsujii (japanische Geschäftsfrau aus Salzburg). Sie konnte Violinistin Tamamo Ange Saito und die Salzburger Dommusik für dieses Festkonzert gewinnen. Beim anschließenden Empfang im Café Tomaselli haben zahlreiche Gäste aus der Salzburger Gesellschaft auf die Krebshilfe Salzburg angestoßen. Mit dabei waren unter anderem Daniela Gutschi als Vertretung von Landeshauptmann Wilfried Haslauer, Fritz Egger, Sabina Hank, Peter Lohmeyer und Johannes Sil-

erinnern, dass es vielen Menschen nicht so gut geht. Deshalb finde ich es wunderbar, dass sich hier viele Menschen unter der Farbe Pink treffen, um darauf aufmerksam zu machen“.

Nach dem Start von 25 PINKEN Ballonen (Symbol für 25 Jahre PINK RIBBON) verzauberte Tamamo Ange Saito die Gäste zum Ausklang des Abends nochmals mit einem japanischen Wiegenlied. Schöner hätte der Abend nicht ausklingen können.

Der Empfang der Krebshilfe wurde großzügig unterstützt von EAT Salzburg, Berger Confiserie sowie durch die Salinien Austria.



PINK RIBBON: GEMEINSAM FÜR MEHR BRUSTGESUNDHEIT

EINE AKTION GEHT UM DIE WELT

PINKE SHOPPING ARENA

◀ Mit einer großen Gesundheitsaktion waren wir auch 2017 Gast in der Shopping Arena in Salzburg. Während der PINK RIBBON Tour informierten wir über Krebsvorsorge und Krebsfrüherkennung. Zusätz-



lich zur Aufklärung gab es eine tolle Charity-Tombola mit vielen Preisen. Die zahlreichen Besucher konnten auch bei der Mitmachaktion dabei sein und am PINK RIBBON Bild mitmalen.

Dieses Kunstwerk hängt nun in der Shopping Arena und erinnert so täglich an die Krebsvorsorge. Wir danken der Shopping Arena für die tollen Tage und die gelungene Aktion.

STARKE FRAUEN

◀ Einige Damen des Eishockey Teams SALZBURG EAGLES ließen es sich nicht nehmen, gemeinsam mit PINK RIBBON Botschafterin Verena Altenberger im Rahmen des Oberlippenbart Champion-



ship (Prostatakrebsvorsorge, Männergesundheit) den Männern zu zeigen, was Frauen-Power ist. „Wir gehen alle regelmäßig zur Krebsvorsorge, das sollten die Männer auch tun meinen wir! Darum sind wir heute hier und unterstützen die Krebshilfe“ motiviert Altenberger das vermeintlich starke Geschlecht zur Prostatakrebsvorsorge zu gehen. Ein toller Einsatz für mehr Männergesundheit!

EISHOCKEY

◀ Eine ganz besondere Kooperation konnten wir 2017 mit den SALZBURG EAGLES starten. Wir finden, ein Damen Eishockey-Team und die Krebshilfe mit ihrer Aktion PINK RIBBON, das passt wunderbar zu-



sammen. Neben der Botschaft, sich rechtzeitig um die Krebsvorsorge zu kümmern, wurde auch kräftig gesammelt. Und das bei verschiedenen Anlässen. So unterstützte uns das Damenteam bei der Movember Charity im Casino Salzburg. Hier zeigten die Mädels Flagge und setzten sich auch für die Krebsvorsorge bei Männern ein. Danke für dieses sportliche Engagement und die Botschafterrolle .





SETZEN AUCH SIE EIN ZEICHEN!

1. PINK RUN BAD GASTEIN

◀ **Erstmals findet Ende September in Bad Gastein der PINK RUN Charity Lauf zu Gunsten der PINK RIBBON Aktion der Österreichischen Krebshilfe statt.** Sei dabei, wenn ein ganzer Ort pink wird und erlebe ein Lauferlebnis der besonderen Art. Mit dem 1. PINK RUN wollen PINK RIBBON Botschafterin Moderatorin Bianca Schwarzjörg und die Krebshilfe Salzburg zum Beginn des internationalen Brustkrebsmonats ein pinkes Zeichen mitten in den Alpen setzen.



Wir freuen uns auf ein großartiges Laufevent mit vielen motivierten TeilnehmerInnen und einem spannenden Rahmenprogramm.

„Als PINK RIBBON Botschafterin ist es mir wichtig, aufzuzeigen wie wichtig die Brustkrebsvorsorge ist. Wir wollen Awareness schaffen und möglichst viele Menschen dazu motivieren, sich regelmäßig zu bewegen und zur Krebsvorsorgeuntersuchung bzw. zur Mammographie zu gehen. Aus diesem Grund veranstalte ich heuer gemeinsam mit Michael Szymoniuk den Pink Run in Bad Gastein“, erläutert Bianca Schwarzjörg.

SO GUT KANN HILFE SCHMECKEN!

PINK RIBBON BREAKFAST

◀ Vor 26 Jahren wurde von Evelyn Lauder das weltweit bekannte PINK RIBBON ins Leben gerufen. Damals wie heute steht das Zeichen für die Solidarität mit den unzähligen Brustkrebspatientinnen. Mit der Aktion PINK RIBBON werden weltweit Spendengelder

das Wohergehen von Frauen sehr am Herzen liegen. Wir danken allen Helfern für die wertvolle Unterstützung bei unserem Kampf gegen den Brustkrebs und für die nachhaltige Gesundheit von Frauen. Helfen auch Sie mit und organisieren Sie ein „PINK RIBBON



gesammelt, um erkrankten Frauen und deren Familien in Notsituationen zu helfen, ihnen beizustehen und sie in der Bewältigung der Erkrankung zu unterstützen. Ein wesentlicher Teil der PINK RIBBON Kampagne ist die Aufklärung über Brustkrebs und moderne Früherkennungs- und Vorsorgemaßnahmen. In Österreich ist die Österreichische Krebshilfe Partner von Estée Lauder und PINK RIBBON. Gemeinsam setzen wir uns für das Wohl und die Gesundheit von Frauen ein. Unterstützt wird die Österreichische Krebshilfe Salzburg dabei von vielen Menschen, denen die Gesundheit und

Breakfast“ zugunsten von Brustkrebspatientinnen. Egal ob zu Hause, in einem Lokal oder im beruflichen Umfeld. Laden Sie Kolleginnen, Freundinnen, Schwestern oder die Nachbarin ein, bei einem gemütlichen Frühstück Zeit miteinander zu verbringen, sich die neuesten Infos zu Krebsvorsorge für Frauen abzuholen und Spenden zu sammeln. Jedes „PINK RIBBON Breakfast“ hilft Brustkrebspatientinnen und ihre Familien weiterhin zu unterstützen.

Bitte nehmen Sie Kontakt mit uns auf: office@krebshilfe-sbg.at



EIN ABEND VOLLER LEBEN IM KONGRESSHAUS SALZBURG: 60 JAHRE KREBSHILFE SALZBURG

BENEFIZKONZERT DER MILITÄRMUSIK SALZBURG

◀ Mit einem großen Benefizkonzert der Militärmusik Salzburg feierte die Krebshilfe Salzburg am 17. Mai 2018 ihr 60-jähriges Bestehen. Im voll besetzten Kongresshaus in Salzburg erlebten die über 1.200 Besucher und Ehrengäste einen schwungvollen Abend voller Leben. Militärmusikkapellmeister Oberst Herzog hatte für diesen Abend mit seiner Militärmusik Salzburg und den rund 60 Musikern ein besonderes Programm für die Krebshilfe zusammengestellt. Mit langanhaltendem Applaus und nach zahlreichen Zugabenging der gelungene Jubiläumsabend der Krebshilfe mit dem traditionellen Rainermarsch zu Ende.

„Mit dem Benefizkonzert der Militärmusik wollten wir gemeinsam mit der Salzburger Bevölkerung unser Jubiläum feiern und ein Zeichen für das Leben setzen. Es freut uns sehr, dass so viele Menschen gekommen sind, um mit uns gemeinsam einen Abend voller Leben zu genießen. Wir danken Militärmusikkapellmeister Oberst Professor Herzog und der Militärmusik Salzburg für dieses sehr gelungene und schwungvolle Konzert und Geburtstagsgeschenk, das uns noch lan-

ge in Erinnerung bleiben wird“, freut sich Krebshilfe Präsident Univ.-Doz. MedR. DDr. Anton-H. Graf. „Wir haben heute Abend einen doppelt schönen Abend erleben dürfen. Neben dem musikalischen Genuss wurde auch kräftig für die Arbeit der Krebshilfe gesammelt. Es kamen rund 13.500 Euro zusammen. Geld, das wir gut gebrauchen und jetzt wieder für die Betreuung von krebserkrankten Menschen im Bundesland verwenden können“ freut sich Graf.

Gesundheits- und Spitalsreferent Landeshauptmann-Stellvertreter Dr. Christian Stöckl dankte der Österreichischen Krebshilfe Salzburg für die wertvolle und wirkungsvolle Arbeit im Bundesland Salzburg. „Ich gratuliere der Krebshilfe Salzburg zu ihrem Jubiläum. Ich danke allen, die in den vergangenen 60 Jahren so unermüdlich für die Menschen im Bundesland Salzburg im Einsatz waren und sind. Mit ihrer Arbeit haben sie unglaublich vielen an Krebs erkrankten Menschen persönlich geholfen und waren stets da, wenn man ihre Hilfe benötigt hat. Die Krebshilfe Salzburg leistet damit einen unverzichtbaren Beitrag zur Gesundheitsversorgung im Bundesland Salzburg“, so Stöckl.



HOHE AUSZEICHNUNG FÜR KREBSHILFE PRÄSIDENTEN

ANERKENNUNGEN FÜR DIE KREBSHILFE SALZBURG

◀ Vor dem Benefizkonzert der Militärmusik im Kongresshaus Salzburg hatte die Krebshilfe Salzburg langjährige Wegbegleiter, Förderer und Unterstützer zu einem Empfang geladen. Im Rahmen dieses Empfangs wurde der seit nunmehr 20 Jahren amtierende Krebshilfe-Präsident Univ.-Doz. MedR. DDr. Anton Graf für seine herausragenden Verdienste um die Salzburger Krebshilfe und die Gesundheit im Land Salzburg mit dem Großen Verdienstzeichen des Landes Salzburg ausgezeichnet.

Landeshauptmann-Stellvertreter Mag. Dr. Christian Stöckl nahm die Auszeichnung vor und streute dem Ehrenträger Rosen: „Es bedarf eines außergewöhnlichen Engagements, so vielen betroffenen Menschen sowie deren Familien und Angehörigen Kraft und Mut in einer der schwierigsten Lebenssituationen zu geben“, so Stöckl. „Unter der Leitung des Salzburger Facharztes für Frauenheilkunde und Geburtshilfe, Pathologie und Zytodiagnostik wurde das Angebot der Salzburger Krebshilfe in den vergangenen Jahren intensiv und kontinuierlich ausgebaut. Heute ist die Krebshilfe mit Beratungsstellen und einer mobilen

ger und verlässlicher Partner des Landes, wenn es darum geht, die Bevölkerung über Vermeidung und Früherkennung von Krebs zu informieren“, hob Stöckl bei der Verleihung der Auszeichnung hervor. Stöckl nahm das Jubiläum auch zum Anlass, sich bei allen Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern der Salzburger Krebshilfe für ihr langjähriges Engagement zu bedanken.

◀ Eine weitere schöne und anerkennende Auszeichnung gab es für das Team der Österreichischen Krebshilfe Salzburg. Das Magazin „Die SalzburgerIn“ zeichnete die Krebshilfe mit einem Sonderpreis als „Team des Jahres“ 2017 aus. „Anlässlich 25 Jahre PINK RIBBON wollen wir mit dieser Auszeichnung einmal öffentlich Danke sagen. Unser Dank geht an Menschen, die sonst im Hintergrund arbeiten und an Krebs erkrankten Menschen und ihren Familien jeden Tag unermüdlich helfen und zur Seite stehen“, so der Herausgeber der „SalzburgerIn“ Stephan Kaindl-Hönig. „Wir arbeiten schon sehr lange mit der Österreichischen Krebshilfe zusammen und wissen genau, welch wertvolle Arbeit hier geleistet wird“, so Kaindl-Hönig weiter. „Es ist uns eine wirklich große Ehre, dass wir heute durch



Betreuung im gesamten Bundesland vertreten. Neben dem medizinischen Fortschritt in der Onkologie ist es für die Betroffenen und deren Angehörige ganz wesentlich, eine kompetente Anlaufstelle und entsprechende Beratungsangebote möglichst wohnortnah zu haben. Zudem ist die Salzburger Krebshilfe ein wichti-

Ihr Magazin „Die SalzburgerIn“ im Rahmen dieser großen Gala ausgezeichnet werden. Das zeigt uns erneut, wie wertvoll unsere Arbeit ist und dass diese wahrgenommen und wertgeschätzt wird“, dankte Krebshilfe Präsident Univ.-Doz. MedR. DDr. Anton-H. Graf bei der Übergabe der Auszeichnung.

KREBSHILFE ON TOUR 2017: AUFKLÄRUNG, INFORMATION, VORSORGE, FRÜHERKENNUNG

UNTERWEGS MIT VIELEN GESUNDHEITSAKTIONEN

Um die Bevölkerung bestmöglich zu informieren und über Krebsfrüherkennungs- und Vorsorgemaßnahmen aufzuklären, veranstaltet die Österreichische Krebshilfe immer wieder Gesundheitstage zu unterschiedlichen Themen. Oder wir nehmen an Veranstaltungen teil und erläutern vor Ort an unserem Infostand oder in Vorträgen vielfältige Themen rund um eine Krebserkrankung. 2017 konnten wir so mit zahlreichen Aktionen viele Menschen erreichen.

BEGEHBARER DARM

◀ Im Rahmen unserer jährlichen Darmkrebsvorsorgekampagne informierten wir mit einem großen begehbaren Darmmodell im Shopping Center Interspaar in Saalfelden im Pinzgau. An zwei Tagen



konnten Interessierte sich einen Darm von Innen ansehen und sich vor Ort persönlich über eine mögliche Krebsvorsorge informieren. Diese Möglichkeit ließen sich viele Menschen nicht entgehen. Wir durften uns über regen Zulauf und viele interessante Gespräche an unserem Aktionsstand freuen.



SHOPPING ARENA SALZBURG

◀ Im letzten Jahr waren wir mit zwei Aktionen in der Shopping Arena Salzburg zu Gast. Zum einen mit unserer großen PINK RIBBON Aktion, zum anderen im Rahmen der Messe „Prima Donna“ in Zu-



sammenarbeit mit „Frau läuft“. Beide Aktionen waren für uns erfolgreich und wir konnten zahlreiche Informationen an interessierte Menschen weitergeben. Zudem konnten wir ein großes PINK RIBBON Bild in der Shopping Arena aufhängen, das seither auf unsere Arbeit hinweist und Aufmerksamkeit schafft. Wir danken für die Kooperation und Zusammenarbeit.

BIKERSWORLD SALZBURG

◀ Einen ganz besonderen Ort hatten wir uns für unsere große Männer Krebsvorsorgekampagne ausgesucht. Mit unserer LooseTie Aktion standen wir erneut auf der Motorradmesse „Bikers World“ in Salzburg. Ausgestellt hatten wir erstmals auch unsere Beratungs-Vespa, die uns vor Ort offiziell überreicht wurde. Wie in den vergangenen Jahren auch, konnten wir wieder viele Männer ganz unkompliziert erreichen und mit ihnen über die Prostatakrebsvorsorge sprechen und motivieren, auf die eigene Gesundheit zu achten. Wir freuen uns schon auf die nächste Messe im Dezember 2018!

MUSTERHAUSPARK

◀ Eine wunderbare Idee hatte auch der Musterhauspark in Eugendorf. Im Herbst wurde zu einem großen Fest geladen. Beim 1. Wohnfestival war die Krebshilfe Salzburg als Charity Partner geladen und mit einem



eigenen Infobereich in einem der vielen Häuser vertreten. Neben den Informationen, die wir den ganzen Tag über ausgeben konnten, gab es auch frische Krebshilfe-Waffeln und pinke Luftballons für die vielen Kinder.

Gekommen waren über 1.000 Personen, die sich informiert und gespendet haben. Ein erfolgreicher Tag voller Leben!

BESONDERE JUBILÄUMSAKTION „60 JAHRE KREBSHILFE SALZBURG“

KREBSHILFE GESUNDHEITSTAGE IM EUROPARK SALZBURG

◀ Mit großen Modellen des Darms, der Brust, der Lunge und der Prostata, an Infoständen und in Vorträgen informierte die Krebshilfe Salzburg am 27. und 28. April 2018 im Europark über Krebsfrüherkennung und Krebsvorsorge. Rund 4.000 Menschen nutzten diese anschauliche Gelegenheit und bestaunten die ausgestellten Organmodelle. „Mit unserer Aktion wollen wir die Bevölkerung motivieren, auf die eigene Gesundheit zu achten. Damit dies eindrücklich gelingt, bieten wir mit unseren vier großen Organmodellen einmalige und sehr anschauliche Einblicke. So wird Gesundheit hautnah erlebbar“, freut sich Krebshilfe Geschäftsführer Stephan Spiegel.

Als medizinische Fachexperten vor Ort waren Krebshilfe Präsident Univ.-Doz. MedR. DDr. Anton-H. Graf, die Krebshilfe Vorstandsmitglieder OA Priv. Doz. Dr. Jörg Hutter und Univ.-Prof. Dr. Günter Janetschek, Prim. Univ.-Prof. Dr. Michael Studnicka, Prim. Priv.-Doz. Dr. Stephan Hruby und Prof. Dr. Thomas Licht. Unterstützung kam auch von Landeshauptmann-Stv. und Gesundheitsreferent Mag. Dr. Christian Stöckl, der selbst am Samstag an den Expertengesprächen teilge-



nommen hat. Noch immer hat die Salzburger Bevölkerung großen Nachholbedarf in Sachen Gesundheitsbewusstsein und Vorsorge. Die Statistiken zeigen, dass noch zu viele Menschen mit ihrer Gesundheit zu nachlässig umgehen, Männer dabei mehr als Frauen. Deshalb ist es wichtig, bei Bewusstseinsbildung anzusetzen. „Mit der Aktion wurden wieder viele Menschen angesprochen, die sonst nur schwer zu erreichen sind und oftmals glauben, eine Vorsorgeuntersuchung nicht nötig zu haben“, dankte Stöckl der Krebshilfe für ihre Initiative.

MITTELPUNKT MENSCH

UNSERE BERATUNGSSCHWERPUNKTE

- Stress, Burnout
- Rauchstopp
- Umgang mit Demenz
- Erhöhter Blutzucker / Diabetes
- Ernährungsumstellung / Diäten
- Bluthochdruck
- Case Management (Einzelfallbetreuung)

Vereinbaren Sie einen persönlichen Termin: Tel: 0662 8889-8800



GIZ – Die Service-Einrichtung der Salzburger Gebietskrankenkasse

www.sgkk.at
www.facebook.com/sgkkgiz

IN 1.452 FÄLLEN KONNTEN WIR PERSÖNLICH HELFEN, BERATEN UND INFORMIEREN

BERATUNGEN IM BUNDESLAND SALZBURG



◀ Die Krebshilfe Salzburg ist in allen Bezirken des Bundeslandes Salzburg mit einer Beratungsstelle vertreten. Damit wird ein großer Beitrag zur regionalen Unterstützung von an Krebs erkrankten Menschen, deren Angehörigen und interessierten Personen geleistet. Beratungsstellen gibt es derzeit in Hallein, Oberndorf, Salzburg, Schwarzach, Tamsweg und Zell am See. Zusätzlich bieten wir mobile Beratungen an, um auch jene Menschen betreuen zu können, die nicht zu uns kommen können. Alle Leistungen der Krebshilfe Salzburg konnten auch im vergangenen Jahr wieder kostenlos von jedem in Anspruch genommen werden.



Insgesamt wurden 1.452 persönliche Beratungen bzw. Begleitungen durchgeführt. Darin enthalten ist auch die mobile Betreuung von 190 PatientInnen im ganzen Bundesland. Zusätzlich besuchten unsere Workshops, Themencafés und Infoveranstaltungen weitere 430 Personen. Damit betreuten wir 2017 mit unserem Beratungsteam 1.882 Personen.



Unsere 65 Veranstaltungen (Gesundheitstage, Workshops, Charities oder andere breitenwirksame Veranstaltungen) wurden von über 26.000 Menschen aktiv besucht. Die Workshopangebote, die therapeutischen Gruppen oder unsere Themencafés nutzten im letzten Jahr wieder 430 Menschen. Zusammen genommen konnten wir so bei unseren Veranstaltungen über 8.200 Menschen (Anteil der Besucher, die persönlich Kontakt aufgenommen haben) direkt und persönlich informieren.

Durch die erfolgreichen Medien-Kooperationen mit dem Magazin „Die SalzburgerIn“ (Gesundheitguide), der „Salzburger Woche“, dem „Rupertusblatt“ und dem regionalen TV-Sender „RTS“, erzielten wir wieder eine Reichweite von über 1 Million Kontakten und konnten so vielfach über Krebs informieren.



Unser neuer ERKLÄRFILM ist ONLINE



Beratung|Information nach Personengruppen

Patientinnen und Patienten*	755
Angehörige*	280
Helfer, Ärzte, Pfleger*	23
Sonstige Interessierte*	394
Veranstaltungen (65 Stück)	8.265
Workshops, Gruppen, Themencafés, Vorträge*	430

Summe aller persönlicher Kontakte: 10.147

*Beratungskontakte Beratungsstellen	1.882
davon in mobiler Beratung	190
Besucher Veranstaltungen	26.250

Anliegen in den Beratungsstellen

Prävention	20 %
Primärtherapie	28 %
Metastasen	8 %
Nachsorge Remission	11 %
Rezidiv	16 %
Palliativ	5 %
Trauerarbeit	4 %
Vorstufen Verdacht auf Krebs	1 %
Sonstiges	7 %

Die häufigsten Tumorarten | Anliegen

Brustkrebs	27 %
Darmkrebs	15 %
Gebärmutter	4 %
Lymphome	4 %
Lungenkrebs	3 %
Bauchspeicheldrüsenkrebs	3 %
Leukämie	3 %
Prostatakrebs	2 %
Weitere, sonstige Tumore	39 %

Altersgruppen

18-29 Jahre	3 %
30-39 Jahre	12 %
40-49 Jahre	16 %
50-59 Jahre	48 %
60-69 Jahre	9 %
70 und älter	12 %

Geschlecht

Frauen	84 %
Männer	16 %

Kontaktart

Persönlich: Beratungsstelle oder Mobil	87 %
Persönlich: Telefon	8 %
Mail, Post, Internet	5 %

Finanzbericht 2017

Mittelherkunft & Mittelverwendung

SPENDEN HELFEN BEIM LEBEN.

Österreichische Krebshilfe Salzburg (ZVR: 195639530)
Mertensstraße 13
5020 Salzburg
office@krebshilfe-sbg.at
Telefon: +43 (0)662-873535 (Fax: DW -4)
Beratungstelefon: +43 (0)662-873536
www.krebshilfe-sbg.at
Spendenkonto: AT44 2040 4000 0000 4309
Sparkasse Salzburg BIC: SBGSAT2SXXX
Reg. Nr. (Spendenabsetzbarkeit): SO 2447



60 Jahre: 1958-2018
ÖSTERREICHISCHE KREBSHILFE
SALZBURG





SIE KÖNNEN UNS VERTRAUEN – FÜR UNS IST EINE VOLLE TRANSPARENZ SELBSTVERSTÄNDLICH

FINANZBERICHT 2017

Die Österreichische Krebshilfe Salzburg finanziert ihre überwiegend mildtätigen Angebote und Leistungen durch Mitglieds- und Förderbeiträge, durch private Spenden und zu einem geringen Teil durch Subventionen des Landes Salzburg sowie durch Zuwendungen von Städten und Gemeinden. Der Großteil des Finanzbedarfs wird durch private Spenden und Sammlungen finanziert.

Im Jahr 2017 konnte der Verein Einnahmen in Höhe von 833.305,14 € verbuchen. Bei den Einnahmen gab es mit Zufallsgewinnen aus Verlassenschaften in Höhe von 500.000,00 € Einmaleffekte. Zu den Einnahmen wurden Rücklagen im Umfang von 47.376,53 € aufgelöst. Dem gegenüber standen Ausgaben in Höhe von 380.681,67 € und eine Bildung von Rücklagen im Umfang von 500.000,00 € (Rücklage bis zur vollständigen Abwicklung einer Verlassenschaft). Damit ergibt sich ein ausgeglichenes Vereinsergebnis. Die Mittel wurden zu 88 Prozent für statuarische Zwecke (inkl. Rücklagenbildung) verwendet. Weitere 8 Prozent wurden für Spendenwerbung und Spenderinformation aufgebracht. Der Verwaltungsaufwand liegt bei geringen 4 Prozent.

MITTELHERKUNFT

I.	Spenden	801.032,46 €
	(a) davon ungewidmete Spenden (inkl. Zufallsgewinn: 500.000 €)	758.892,68 €
	(b) davon gewidmete Spenden	42.139,78 €
II.	Mitgliedsbeiträge, Förderbeiträge	2.805,00 €
III.	Betriebliche Einnahmen	0,00 €
IV.	Subventionen öffentliche Hand (Land Salzburg)	18.500,00 €
V.	Sonstige Einnahmen	10.967,68 €
	a) davon Vermögensverwaltung (nach KEST)	6.997,48 €
	b) davon sonstige andere Einnahmen	3.970,20 €
VI.	Auflösung von Passivposten für noch nicht widmungsgemäß verwendete Spendengelder bzw. Subventionen	0,00 €
VII.	Auflösung von Rücklagen	47.376,53 €
VIII.	Jahresverlust	0,00 €
Summe Mittelherkunft 2017		880.681,67 €

MITTELVERWENDUNG

I.	Leistungen für statuarisch festgelegte Zwecke	272.329,10 €	31 %
	davon Information, Aufklärung, Prävention, Beratung, Begleitung	257.329,10 €	
	davon Wissenschaft, Stipendium, Forschung	15.000,00 €	
II.	Spenderinformation, Spendenwerbung	72.698,34 €	8 %
III.	Allgemeine Administration / Verwaltung	35.654,23 €	4 %
IV.	Sonstige Ausgaben	0,00 €	0 %
V.	Zuführung zu Passivposten für noch nicht widmungsgemäß verwendete Spendengelder bzw. Subventionen	0,00 €	0 %
VI.	Zuführung zu Rücklagen (für statuarische Zwecke)	500.000,00 €	57 %
VII.	Jahresüberschuss	0,00 €	
Summe Mittelverwendung 2017		880.681,67 €	

VEREINSERGEBNIS 2017 **0,00 €**

Alle hier angeführten Zahlen und Daten wurden aus der Bilanz 2017 entnommen.



SPENDEN? ABER SICHER!



Barbara Stöckl



Wer beim Spenden auf Nummer Sicher gehen möchte, achtet auf das Österreichische Spendengütesiegel. Denn es steht für Qualität, Transparenz und Kontrolle.

Das sichere Zeichen für Spenden mit Sinn.

Spendenabsetzbarkeit – Wichtige Informationen!

Die Krebshilfe Salzburg ist laut Bescheid des Bundesministeriums für Finanzen vom 5.5.2014 als sogenannter „Begünstigter Empfänger“ anerkannt. Spenden an die Krebshilfe Salzburg sind damit steuerlich absetzbar. Seit 2017 gilt die „automatische Spendenabsetzbarkeit: Wir sind verpflichtet, wenn Sie Ihre Spende absetzen möchten, Ihre Daten an das Finanzamt zu melden. Dazu benötigen wir von Ihnen folgende Angaben: Ihren vollständigen Namen, Ihre Meldeadresse und Ihr Geburtsdatum. Erst wenn Sie uns dies mitteilen, können wir die automatische Datenübermittlung an das Finanzamt durchführen. Bitte nehmen Sie Kontakt zu uns auf. Bei Fragen helfen wir Ihnen gerne weiter: Spendentelefon: +43 (0)662-873535 oder daten@krebshilfe-sbg.at.

Österreichisches Spendengütesiegel

Dieses in Österreich einzigartige Gütesiegel wird nach eingehender Prüfung (Kammer der Wirtschaftstreuhänder KWT) exklusiv an solche Spendenorganisationen verliehen, die eine sparsame Haushaltsführung sowie eine transparente, ordnungsgemäße und statutenkonforme Verwendung der Spendengelder nachweisen können. Die Prüfung erfolgt jährlich nach strengen Kriterien durch einen unabhängigen Prüfer. Wir dürfen bereits seit 15 Jahren das Spendengütesiegel führen.

ZAHLUNGSANWEISUNG AUFTRAGSBESTÄTIGUNG

EmpfängerIn Name/Firma	Krebshilfe Salzburg
IBAN EmpfängerIn	AT442040400000004309
BIC (SWIFT-Code) der Empfängerbank	SBGSAT2SXXX
EUR Betrag	Cent
Zahlungsreferenz	JAHRESBERICHT 2017
IBAN KontoinhaberIn/AuftraggeberIn	
Verwendungszweck	Um Ihre Spende steuerlich geltend zu machen, benötigen wir Ihren Vornamen, Namen, Ihre Meldeadresse und Ihr Geburtsdatum.

AT  ÖSTERREICHISCHE KREBSHILFE SALZBURG

ZAHLUNGSANWEISUNG

EmpfängerIn Name/Firma	Österreichische Krebshilfe Salzburg		
IBAN EmpfängerIn	AT44 2040 4000 0000 4309		
BIC (SWIFT-Code) der Empfängerbank	SBGSAT2SXXX	Kann bei Zahlungen innerhalb EU/EWR entfallen	EUR Betrag Cent
Wenn Sie Ihr Geburtsdatum, Vor- und Nachname angeben, werden Ihre Spenden automatisch steuerlich berücksichtigt. Bitte füllen Sie alle Daten leserlich aus - vielen Dank			
Geburtsdatum	Name Vor- und Nachname		
TITMMJJJ			
PLZ	Adresse Ort, Anschrift		
JB17X			
IBAN KontoinhaberIn/AuftraggeberIn			
KontoinhaberIn/AuftraggeberIn Name/Firma			
			006
			30+ Beleg +
	Unterschrift Zeichnungsberechtigter		

©STUZZA.FNL22251G

Samson Druck

V06016

©STUZZA.FNL22251G

ES IST VIEL ZU TUN. BITTE UNTERSTÜTZEN SIE UNS MIT IHRER SPENDE!

SPENDENMÖGLICHKEITEN

Die Österreichische Krebshilfe Salzburg finanziert sich überwiegend durch private Spenden und Zuwendungen. Wir sind daher auf die Hilfe vieler angewiesen. Nur so können die kostenlosen Leistungen für an Krebs erkrankte Menschen und deren Familien finanziert und angeboten werden.

Bitte helfen auch Sie mit Ihrer Spende. Aus Liebe zum Leben.

ERLAGSCHEIN- | BANKSPENDEN

Spenden mit dem Erlagschein sind die häufigste Art. Hierbei überweisen Sie entweder mit einem Erlagschein oder durch Barzahlung direkt auf der Bank Ihre Spende an uns. Natürlich können Sie auch mittels Telebanking oder Dauerauftrag an uns spenden. Sollte Sie einen Erlagschein für Ihre Spende wünschen, so senden wir Ihnen diesen gerne zu.

KRANZ- | BLUMENSPENDEN

Oft verzichten Hinterbliebene auf Kranz- und Blumenspenden und bitten die Trauergemeinde stattdessen um Spenden für die Krebshilfe Salzburg. Sollten auch Sie sich für diese Unterstützung entscheiden, so senden wir Ihnen gerne die notwendigen Informationen zu. Am Besten ist aber ein

kurzes Telefonat mit uns, bei dem wir alles persönlich besprechen können.

CHARITIES | BREAKFAST

Was gibt es Schöneres als eine Feier zu haben und diese mit einem guten Zweck zu verbinden? Sie helfen damit nicht nur notleidenden Menschen, Sie zeigen auch Ihren Freunden, dass Sie sich sozial engagieren. Selbstverständlich stehen wir Ihnen bei der Organisation helfend zur Seite, wenn Sie dies wünschen. Fragen Sie uns.

WEIHNACHTSKARTEN | BILLETS

Eine weitere Möglichkeit, unsere Arbeit zu unterstützen, ist die Verwendung von Weihnachtskarten bzw. Weihnachtsbillets der Krebshilfe Salzburg. Diese können Sie gerne gegen eine Spende bei uns beziehen. Für Firmen und Groß-

auflagen bieten wir eine Individualisierung an. Aktuelle Motive: www.krebshilfe-sbg.at.

FÖRDERBEITRÄGE

Werden Sie Fördermitglied. Mit Ihrem Mitgliedsbeitrag helfen Sie direkt und persönlich.

SAMMLUNGEN UND HOFFNUNGSRUNDEN

Jedes Jahr gehen hunderte Schülerinnen und Schüler aus vielen Schulen für die Krebshilfe sammeln. Unterstützen auch Sie uns und nehmen Sie an der Krebshilfe Sammlung teil. Oder veranstalten Sie einen Spendenlauf. Bitte nehmen Sie dazu Kontakt mit uns auf. Wir informieren Sie dann gerne über den Ablauf der Sammlung oder über einen Lauf.

Spendenkonto | Information

Krebshilfe Salzburg
Mertensstraße 13, 5020 Salzburg
Telefon: +43 (0)662-873535
Beratung: +43 (0)662-873536
Internet: www.krebshilfe-sbg.at
Mail: office@krebshilfe-sbg.at

IBAN: AT44 2040 4000 0000 4309

BIC: SBGSAT2SXXX

Sparkasse Salzburg



WIEDER BODEN UNTER DEN FÜSSEN SPÜHREN

IM GEHEN ZURÜCK ZUM ICH

◀ „Gehen ist des Menschen beste Medizin“ – dieses Zitat von Hippokrates, dem wohl bekanntesten Arzt der Antike, ist aktueller denn je. Hippokrates erkannte bereits, dass Gehen eine ganzheitliche Bewegungskur für Leib und Seele ist. Ganz in diesem Sinne steht das neue Bewegungsprogramm der Krebshilfe Salzburg.

Gerade während und nach einer Krebserkrankung hat sich gezeigt, dass Bewegung wesentlich zur Gesundheit und zu einem positiven Wohlbefinden beitragen kann. Nicht zuletzt deswegen bietet die Krebshilfe Salzburg auch heuer wieder Themenwanderungen an, die Körper und Seele stärken. Neu ist, dass man sich dem Thema Pilgern widmet. „Wir wollen ganz gezielt an die spirituellen Ressourcen der Patienten anknüpfen und so innere Prozesse ermöglichen“, sagt Krebshilfe Psychologin Mag. Martha Lepperdinger. Seit jeher machen sich Menschen auf den Weg, um Schritt für Schritt zu sich zu kommen und sich neu zu finden. In Stille seinen Weg finden, zu sich, zu Gott oder zu anderen wird in allen großen Religionen in Form von Pilgerwanderungen gepflegt. Gerade in den letzten Jahren wird das Pilgern in unserer westlichen Kultur wieder als innere Kraftquelle neu entdeckt. Obwohl es nie mehr technische Möglichkeiten gegeben hat sich fortzubewegen, in Kontakt mit der ganzen Welt zu sein, hat sich eine Sehnsucht nach dem Einfachen entwickelt. Vielleicht nicht zuletzt deswegen, weil die technischen Mittel eine Trennung zwischen Natur und Menschen geschaffen haben. So wird man beispielsweise im Auto, Bus, Zug oder Flugzeug von einer Karosserie umschlossen, sitzend von A nach B transportiert. „Im einfachen Gehen jedoch bin ich in direktem Kontakt mit meiner Umgebung“, erläu-

tert die Krebshilfe Psychologin. Unmittelbarkeit erlebt man also nur im Gehen und das vor allem in unberührter Natur. Sich von der unberührten Natur berühren zu lassen, heißt, mit ihr verbunden zu sein. Verbundenheit zu fühlen, schafft Vertrauen. Vertrauen wiederum wirkt stärkend vor allem gegen Ängste. Eine positive Spirale wird so in Gang gesetzt, die besonders Menschen in Krisenzeiten stärkt. Gerade Krebserkrankte leiden unter Ängsten und Vertrauensverlusten. Sie erleben von einem Tag auf den anderen, dass nichts mehr so zu sein scheint, wie am Tag vor der Diagnose. „Im stillen Gehen wieder Boden unter den Füßen zu spüren, den eigenen Körper bewegend zu erleben, lässt wieder Hoffnung und Zuversicht reifen“, so Lepperdinger.

Nicht nur die vielen Ängste, die mit einer Krebserkrankung einhergehen, sind eine große psychische Belastung, auch die daraus resultierenden Identitätskonflikte kosten viel Kraft. Nicht selten geht es um die Frage: Was oder wer bin ich ohne meine Arbeit, ohne meine Leistung? Mit dem Verlust gesellschaftlicher Rollen zurecht zu kommen, fällt in unserer heutigen Leistungsgesellschaft unheimlich schwer. Viele Freizeitaktivitäten, die Freude bereiten und identitätsstiftend wirken, können durch eine Erkrankung nicht mehr ausgeübt werden. Der erkrankte Mensch erlebt, dass vieles von seinem gewohnten Leben vorübergehend wegfällt und er dennoch existiert. Gelingt es den spirituellen Wert dieser verbleibenden Existenz zu spüren, stellt dies eine unheimliche innere Stärkung für das weitere Leben dar. Ich bin wertvoll, weil ich bin – kann eine Erfahrung von vielen elementaren Erfahrungen während einer Pilgerwanderung sein.

Kontakt | Information:

Wenn auch Sie an einer Pilgerwanderung teilnehmen möchten, informieren wir Sie gerne.
Beratungstelefon: 0662/873536
oder beratung@krebshilfe-sbg.at

IM PINZGAU WURDE GOLF GESPIELT, GEFEIERT, GUTES GETAN UND EINE NEUE BERATUNGSSTELLE BEZOGEN

WENN VIELE GEMEINSAM ETWAS TUN ...



GOLF CHARITY

◀ Im Juli 2017 fand im Golfclub Zell am See – Kaprun ein ganz besonderes Charity Turnier statt. Fabian Ripper (11) und Finley Jones (13) organisierten dieses Charity Turnier zugunsten der Aktion „Mama, Papa hat Krebs“ der Österreichischen Krebshilfe Salzburg.

Viele Monate waren die beiden unterwegs, um Sponsoren zu gewinnen. Mit Caddieservice, Schlägerputzen und dem Verkauf von Mulligans in Form von Luftballons, wurde das bereits im Vorfeld erzielte Spendenergebnis auf unglaubliche 7.200,- Euro erhöht. Voller Stolz überreichten Fabian und Finley den Scheck an die Krebshilfe. Besonders freuten sich die beiden darüber, dass die Ski-Weltcup Stars Max Franz und Christoph Wahrstötter am Turnier teilgenommen haben.



CASINO ZELL AM SEE

◀ Ein großer Abend für das Leben wurde im Oktober 2017 in Zell am See gefeiert. Direktor Paul Vogel freute sich über mehr als 300 Gäste, die der Einladung gefolgt waren. Mit dabei waren Modedesigner Emanuel Burger, Bodypainting Weltmeister Ludwig Decarli, Bartweltmeister Fritz Sendlhofer, Entertainer Gregor Glanz und die Johnny Cash Revivalband Wanted-Men. Durch den Abend führte ORF Moderatorin Carina Schwab. Das große Grillbuffet auf der Seeterrasse, die wunderbare Livemusik und das große See-Feuerwerk motivierten die vielen Gäste zum Spenden. Eine große Spende gab es auch durch den Lions Club und die Kiwanis. Christian Penz und Kurt Ammerhauser überreichten gemeinsam 2.000,- Euro an die Krebshilfe. Am Ende kamen so rund 15.000 Euro für die Arbeit der Krebshilfe zusammen.





WIR INFORMIEREN UND KLÄREN AUF – VORSORGEN IST BESSER ALS HEILEN

UNSERE KREBSHILFE KAMPAGNEN 2017

NEUE BERATUNGSSTELLE

◀ Seit 8 Jahren ist die Österreichische Krebshilfe Salzburg schon mit einer Beratungsstelle im Pinzgau vertreten. Im Mai 2017 wurde nun eine neue Beratungsstelle im Pinzgau bezogen. Wir sind sehr froh, dass wir nun im Tauernklinikum im Rotkreuz-Haus (Paracelsustraße 14, 5700 Zell am See) einen Beratungsraum nutzen können. Damit sind wir noch näher an den Menschen, die unsere Hilfe benötigen. Durch die neuen Räumlichkeiten verkürzen sich die Wege für die an Krebs erkrankten Menschen bzw. deren Angehörigen erheblich.



Tauernklinikum Geschäftsführer Mag. Franz Öller, MBA und Primar Priv.-Doz. Dr. Stephan Hruby (Urologie) freuen sich mit dem Team der Krebshilfe Salzburg über die neue Partnerschaft und die zukünftig noch bessere Zusammenarbeit und Vernetzung zwischen Krebshilfe und dem Tauernklinikum Zell am See.

Kontakt | Information:

Beratungen werden wie gewohnt jeden ersten und dritten Mittwoch im Monat angeboten. Für alle, die nicht in die Beratungsstelle kommen können, bieten wir auch eine mobile Beratung an.
Beratungstelefon: 0662/873536
oder beratung@krebshilfe-sbg.at

KAMPAGNEN

◀ Eines der Hauptanliegen der Österreichischen Krebshilfe ist seit ihrer Gründung die breite Information der Bevölkerung über geeignete Krebsvorsorge- und Krebsfrüherkennungsmaßnahmen. Im Laufe der Zeit wurden durch die Häufigkeit der Krebserkrankungen Schwerpunkte sichtbar. Es entstanden Kampagnen wie zB. „PINK RIBBON“ (Brustkrebs), „Sonne ohne Reue“ (Hautkrebs), „LooseTIE“ (Prostatakrebs), die Darmkrebskampagne, „Mama, Papa hat Krebs“ oder „Don't Smoke“ (Lungenkrebs). Zu diesen Schwerpunktthemen führt die Österreichische Krebshilfe jährlich große Kampagnen durch, um die Bevölkerung zu mehr Achtsamkeit mit der eigenen Gesundheit zu motivieren. Denn durch eine rechtzeitige und richtige Krebsfrüherkennung und die persönlich Krebsvorsorge, einen gesunden Lebensstil, regelmäßige Bewegung und durch ein rauchfreies Leben, kann man das Risiko an Krebs zu erkranken selbst sehr leicht senken.

Jedes Jahr gibt die Österreichische Krebshilfe deshalb unzählige Informationsbroschüren heraus, die kostenlos bezogen werden können.



Kontakt & Broschüren:

Informieren Sie sich und fordern Sie unsere kostenlosen Broschüren an:
Beratungstelefon: 0662/873536
oder beratung@krebshilfe-sbg.at

Vorsorgen ist besser als Heilen

Allgemeine Vorsorge- und Früherkennungsempfehlungen:

MÄNNER

- ◀ **Selbstuntersuchung der Hoden:** ab dem 20. Geburtstag monatlich.
- ◀ **Prostatauntersuchung** durch Arzt/Ärztin: ab dem 45. Geburtstag jährlich.
- ◀ **Darm/Okkulttest:** ab dem 40. Geburtstag einmal jährlich.
- ◀ **Darmspiegelung:** ab dem 50. Geburtstag alle sieben Jahre.
- ◀ **Hautselbstuntersuchung:** zumindest zweimal jährlich.
- ◀ **Hautuntersuchung** durch Arzt/Ärztin: einmal jährlich, Risikogruppen öfter.

FRAUEN

- ◀ **Selbstuntersuchung Brust:** ab dem 20. Geburtstag monatlich.
- ◀ **Tastuntersuchung der Brust** durch Arzt/Ärztin: ab dem 20. Geburtstag zweimal jährlich.
- ◀ **Mammografie:** ab 40. Seit Jänner 2014 werden Frauen im Rahmen des Brustkrebs-Früherkennungsprogrammes zwischen 45 und 69 zur Mammografie eingeladen. Auch Frauen zwischen 40 und 44 und ab 70 können an dem Programm teilnehmen. Mehr dazu unter www.frueh-erkennen.at.
- ◀ **Krebsabstrich** (Gebärmutterhals): ab dem 20. Geburtstag einmal jährlich.
- ◀ **Darm/Okkulttest:** ab dem 40. Geburtstag einmal jährlich.
- ◀ **Darmspiegelung:** ab dem 50. Geburtstag alle sieben Jahre.
- ◀ **Hautselbstuntersuchung:** zumindest zweimal jährlich.
- ◀ **Hautuntersuchung** durch Arzt/Ärztin: einmal jährlich, Risikogruppen öfter.

NUTZEN AUCH SIE UNSER VERANSTALTUNGSANGEBOT

MIT DER KREBSHILFE BLEIBEN SIE AM BALL

Diese und viele weitere Angebote bietet die Krebshilfe Salzburg noch bis Jahresende 2018 an. Für 2019 fordern Sie bitte unsere neue Veranstaltungsübersicht an. Termine finden Sie auch im Internet unter www.krebshilfe-sbg.at

◀ Auch dieses Jahr haben wir viele Veranstaltungen, Gruppenangebote oder Themencafés zu unterschiedlichen Fragestellungen für Sie zusammengestellt. Die Teilnahme an den Gruppen oder der Besuch eines Themencafés ist kostenlos möglich. Sollten Materialkosten anfallen, wird dafür u.U. um einen Materialkostenbeitrag gebeten. Wieder im Programm haben wir 2018 Pilgerwanderungen für Krebspatienten. Gemeinsam und behutsam sammeln wir so wieder Kraft für das Leben. Bei den Themencafés, die regelmäßig einmal im Monat in Salzburg stattfinden, können Sie sich in gemütlicher Runde bei Kaffee und Kuchen informieren und austauschen. Bei jedem Termin steht ein Thema im Mittelpunkt. Krebshilfe-Experten und andere Spezialisten geben Tipps und stehen mit Rat und Tat zur Seite. Im Herbst gibt es noch einige aktuelle Termine (Themencafés) und Möglichkeiten einer Gruppenteilnahme.

MUSIKTHERAPIE KÖRPER, SEELE UND VERSTAND ZUM KLINGEN BRINGEN

Der Mensch ist ein Dreiklang aus Körper, Seele und Verstand. Musik berührt von jeher und kann ein heilsames Potential in uns entfalten. Musik bewegt uns. Unsere innere Bewegung kann über selbst gemachte Musik zum Ausdruck kommen. Dabei geht es um das spielerische Erproben vom Ausdruck (auf Instrumenten mit der Stimme, dem Körper, Bewegung, ...) unserer Innenwelt. Genauso können wir uns selbst von der Musik bewegen lassen und neue Ressourcen entdecken. An drei Workshoptagen entdecken Sie sich und eine neue Welt um sich herum. Wann: Start 6. November 2018. Ort: Praxisgemeinschaft Salzachufer, Rechtes Salzachufer 42, 5101 Bergheim. Verpflichtende Anmeldung bis 30. Oktober 2018, da nur eine begrenzte Anzahl an TeilnehmerInnen möglich ist.

ENTSPANNUNG IM ALLTAG

Unter dem Motto: „Entspannung im Alltag“ werden unterschiedliche Entspannungstechniken vorgestellt. Wann: ab 18. September 2018, jeden Dienstag, 10-11 Uhr, 6 Termine. Ort: Curves Fitnesscenter, Rudolf Biebl Straße 1, 5020 Salzburg. Verpflichtende Anmeldung bis 10. September 2018, da nur eine begrenzte Anzahl an TeilnehmerInnen möglich ist.

THEMENCAFES IM HERBST

7. August: Partnerschaft und Krebs
4. September: Fatigue - Krebsbedingte Erschöpfung
2. Oktober: Komplementärmedizin
6. November: Bewegung - Raum für mich
4. Dezember: Stressbewältigung bei Krebs
Ort: Alle Termine finden in der Beratungsstelle der Krebshilfe Salzburg, Mertensstraße 13, 5020 Salzburg statt.

Kontakt | Information | Anmeldung:

Informieren Sie sich über unsere Angebote und Veranstaltungen. Wir freuen uns, wenn wir auch Sie begrüßen dürfen.
Beratungstelefon: 0662/873536
oder beratung@krebshilfe-sbg.at.



HINTERLASSEN SIE GLÜCK – HELFEN SIE MIT IHREM TESTAMENT

DIE LIEBE BLEIBT EWIG



◀ Sie möchten Gutes tun und über die Grenzen des eigenen Lebens hinaus in vielen Herzen von Menschen anwesend sein? Das ist möglich. Durch Schenken oder Vererben können Sie Menschen, die auf Hilfe angewiesen sind unterstützen und ihnen helfen. Seit Jahrzehnten ist die Österreichische Krebshilfe Salzburg für an Krebs erkrankte Menschen und deren Familien da. Helfen auch Sie mit Ihrem letzten Willen und Ihrem Vermächtnis, damit vielen anderen Menschen geholfen werden kann. Ihr Wille zu helfen wird von uns treuhändisch und liebevoll umgesetzt. Aus Liebe zum Leben.

TESTAMENTSPENDEN

Testamentspenden oder Legate sind besonders nachhaltig, da es sich öfter um größere Beträge handelt. Damit können Hilfeleistungen langfristig finanziert werden. Die Hilfe ist also nicht nur kurzfristig, sondern über einen längeren Zeitraum möglich. Gerade bei den vielen an Krebs erkrankten Menschen ist das von großer Bedeutung. Trotzdem wissen noch viel zu wenige Menschen über diese Spendenform bescheid.

Vererben und Schenken bedeutet Vertrauen. Die Österreichische Krebshilfe Salzburg ist ein verlässlicher Partner. Wir erfüllen auch im Umgang mit Erbschaften und Schenkungen unsere Aufgaben mit großer Sorgfalt und sehr gewissenhaft. Wir handeln ausschließlich in Ihrem Sinne.

Der Vorteil beim Schenken durch ein Testament liegt auf der Hand: Sie können schon zu Lebzeiten regeln, dass Ihr Wille über Ihren Tod hinaus respektiert wird. Sorgen Sie rechtzeitig für Klarheit – für sich selbst und Ihre Erben.

Es gibt verschiedene Arten von Testamenten. Das beliebteste ist in Österreich noch immer das eigenhändige (handschriftliche) Testament. Der große Vorteil eines eigenhändigen Testamentes ist die Einfachheit der Erstellung. Der Gesetzgeber verlangt lediglich, dass das Testament vollständig eigenhändig geschrieben und auch unterschrieben worden ist. Das Testament sollte dringend mit einem Datum versehen sein. Denn manchmal kommt es vor, dass mehrere Testamente



vorliegen, nur bei entsprechender Datierung kann die Nachwelt erkennen, welcher Wille tatsächlich der letzte war.

Die Krebshilfe Salzburg empfiehlt auf jeden Fall das eigenhändig geschriebene Testament mit einem Notar, Rechtsanwalt oder Juristen Ihres Vertrauens zu besprechen und das Testament im Zentralen Testamentsregister vermerken zu lassen. Die Kosten dafür betragen einmalig rund 40 Euro. Durch diese Hinterlegung ist sichergestellt, dass genau dieses Testament und damit Ihr letzter Wille in jedem Fall auffindbar bleibt.

Gerne stellen wir Ihnen in diesen sensiblen Fragen unsere Erfahrung zur Verfügung. Sie können darauf vertrauen und sich verlassen, dass wir Sie, Ihren Willen und Ihre Entscheidungsfreiheit in allen Phasen vollumfänglich respektieren. **Österreichische Krebshilfe Salzburg (ZVR: 195639530), Mertensstraße 13, 5020 Salzburg. Telefon: 0662/873535 oder Email: office@krebshilfe-sbg.at**

Infrarotwärme, die wirkt.

www.b-intense.at

b-intense®
INFRAROTKABINEN

Persönliche Beratung: ☎ 02246 / 273 27

IM GANZEN BUNDESLAND WURDEN 2017 BEI VIELEN AKTIONEN SPENDEN FÜR DIE KREBSHILFE GESAMMELT!

VIELE HABEN IHR HERZ GEÖFFNET UND GEHOLFEN!

◀ Die **FEUERWEHRJUGEND LIEFERING** zeigte ein großes Herz. Während des Grillfestes der „Raging Bulls“ wurden wir von der anwesenden Feuerwehrjugend Lieferung mit einer großen Spende überrascht! Im Vorfeld der Grillerei wurde kräftig gesammelt. Wir sagen Danke für euer großes Herz!



◀ Bei der jährlichen Schulsammlung beteiligte sich 2017 auch die **MODESCHULE HALLEIN**. Mit einem ganz besonderen Projekt. Es wurde kreativ gearbeitet und gewerkt.

Bei einer Modeschau wurden dann die eigenen Kleidungsstücke präsentiert. Dabei stand aber nicht nur das Schöne im Vordergrund: die Schülerinnen hatten die Idee, Mode und Krebs zu verbinden. Denn gerade an Krebs erkrankte Frauen zweifeln oft daran modische Bekleidung zu tragen. Hier setzten die Schülerinnen ein Zeichen und motivierten zu mehr Mut. Für die Krebshilfe wurden mit dieser Aktion 222,- Euro gesammelt. Danke!

◀ **Sammelbox am Flughafen:** Seit letztem Jahr steht am Flughafen Salzburg eine Spendenbox der Krebshilfe. Im Abflugbereich besteht die Möglichkeit, Kleingeld (oder auch mehr) zu spenden und damit zu helfen. 2017 kamen so 634,- Euro zusammen. Herzlichen Dank an den **AIRPORT SALZBURG**.



◀ Ein ganz besonderes Grillfest fand im Sommer 2017 statt. Der Fanclub **RAGING BULLS** (FC Red Bull Salzburg) hatte eingeladen und es wurde ausgiebig gefeiert. Am großen Grillbuffet wurde ebenso zugriffen wie bei der gewaltigen Charitytombola. Wir durften einen sportlichen Nachmittag bei bestem Sommerwetter miterleben und uns über eine Spende von 2.200,- Euro freuen!

Wir sagen den „Raging Bulls“ und Alexander Januschewsky ganz herzlich danke für diese Idee und das große Engagement! Gemeinsam setzen wir uns schon seit Jahren für mehr Männergesundheit ein und freuen uns auf zukünftige Aktionen. <https://benefiz-grillerei.at/>

◀ Hohen Besuch hatten wir letztes Jahr an unserer Krebshilfe **CHARITY ALM** am **SALZBURGER CHRISTKINDLMARKT**. Wir konnten Bundespräsidenten Dr. Alexander van der Bellen, Landeshauptmann Dr. Wilfried Haslauer und Salzburgs Bürgermeister Dr. Harald Preuner begrüßen. Die Krebshilfe



Alm von Toni Urdl ist mittlerweile fixer Bestandteil des Marktes und direkt unter dem Christbaum am Residenzplatz zu finden. Wir freuen uns jedes Jahr auf die Adventszeit und die vielen leuchtenden Kinderaugen in unserer Backstube. Und mit etwas Glück schaut auch das Christkind höchstpersönlich vorbei. Wir danken Toni Urdl und seinen vielen Engerln für den großen Einsatz und die enorme Herzlichkeit und danken allen Spendern, die uns mit ihrer Spende für einen Glücksstern unterstützen. So kommen jährlich rund 20.000 Euro zusammen, mit denen wir helfen können. Eine großartige Summe!



◀ Unterstützung kam 2017 auch wieder vom **KIWANIS** Club Rupertus in Salzburg. Mit einer Patenschaft wurde gezielt einer Familie in einer prekären Notsituation geholfen. Zudem wurde zugesichert, der Familie auch weiterhin mit Zuwendungen zu helfen. Wir danken ganz herzlich für die Hilfe.



◀ **ELECTRIC LOVE FESTIVAL:** Ein Festival voller Energie, voller Leben. Wir finden es bemerkenswert, wenn junge Menschen sich für an Krebs erkrankte Menschen stark machen. Und wenn das viele tun, dann kommt etwas Großes dabei heraus. Die Veranstalter hatten eine tolle Idee, die dann auch rasch umgesetzt wurde. Alle Besucher hatten die Möglichkeit, über das Bezahlsystem zu spenden. Und das wurde kräftig getan. Es ist sehr beeindruckend, was man zusammen bewegen kann! Danke für die sensationelle Spendensumme von 30.000 Euro! Wir freuen uns schon sehr auf viele weitere gemeinsame Projekte!

◀ Am 1. Dezember 2017 wurde wieder kräftig gefeiert. Und das für einen guten Zweck. Unter dem Motto „Fiesta Mostacho“ waren die **OBERLIPPENBART-CHAMPINOSHIPS** auch dieses Jahr wieder zu Gast im Casino Salzburg im Schloss Kleßheim. Zum Abschluss des „MOvember“ feierten über 600 Gäste eine ausgelassene Fiesta. Ein Abend voller Leben. Es wurde aber auch das Glück herausgefordert. Bei der großen Charity-Tombola waren wieder außergewöhnliche und exklusive Preise zu gewinnen. Heuer kamen über 35.000 Euros an Spenden zusammen! Sensationell!!! Bisher wurden mit diesem grandiosen Event bereits über 140.000 Euros an Spenden für die Krebshilfe Salzburg gesammelt.

Mit dabei waren 2017 auch die Eishockey Damen der „Salzburg Eagles“, und **PINK RIBBON** Botschafterin Verena Altenberger, die alle anwesenden Männer aufforderten, auf ihre Gesundheit zu achten! Wir möchten an dieser Stelle den Veranstaltern, dem Casino Salzburg und den vielen Sponsoren des Abends für die großartige Party danken. Ihr habt es wieder geschafft und die größte MOvember-Party Österreichs auf die Beine gestellt. Wir freuen uns jetzt schon auf das nächste Event!



WIE PASST EINE KREBSERKRANKUNG INS HEUTIGE BERUFSLEBEN?

KREBS UND BERUF



◀ Die Diagnose „Krebs“ reißt Betroffene meist mitten aus dem Arbeitsleben und sorgt damit für existentielle Fragen zur beruflichen Zukunft. Während der meist langen Zeit der medizinischen Therapie tauchen immer wieder Fragen, Unsicherheiten und Ängste in Zusammenhang mit dem Arbeitsplatz auf: zB. kann der Job behalten werden? Gibt es einen Kündigungsschutz? Wie lange besteht Anspruch auf Entgeltfortzahlung?

INFO AM ARBEITSPLATZ

Grundsätzlich sind Arbeitnehmer nicht verpflichtet, ihre Krebserkrankung am Arbeitsplatz zu melden. Bei einer Dienstverhinderung ist als Ursache anzuführen, ob es sich um eine Krankheit, einen Kuraufenthalt, einen Arbeitsunfall oder eine Berufskrankheit handelt.

In einigen Fällen kann es jedoch sinnvoll sein, ein offenes Gespräch mit dem Arbeitgeber zu führen. Vor allem bei Mitarbeitern in wichtigen Schlüsselpositionen sollte rechtzeitig für eine geeignete Vertretung gesorgt werden. Da ist die Einbindung des Vorgesetzten hilfreich. Ist dieses Gespräch mit dem Arbeitgeber (aus persönlichen oder anderen

Gründen) nicht möglich, kann mit dem Betriebsrat ein vertrauliches Gespräch geführt werden. Betriebsräte vertreten Arbeitnehmer in wirtschaftlichen, sozialen, gesundheitlichen und kulturellen Belangen gegenüber den Arbeitgebern und müssen persönliche Gesprächsinhalte und Informationen vertraulich behandeln.

Wenn Arbeitnehmer ihre bisherige Tätigkeit nicht mehr ohne Gefährdung ihrer Gesundheit ausüben können, muss dies dem Arbeitgeber gemeldet werden.

Der Arbeitgeber hat daraufhin die Möglichkeit, dem Arbeitnehmer eine andere, dem Arbeitsvertrag entsprechende und die Gesundheit nicht gefährdende Arbeit, anzubieten. Grundsätzlich besteht aufgrund der Krebserkrankung noch kein Anspruch auf Teilzeitarbeit. Sie haben jedoch die Möglichkeit, mit Ihrem Arbeitgeber unter bestimmten gesetzlichen Voraussetzungen eine Wiedereingliederungsteilzeit zu vereinbaren. Gibt es eine spezielle Betriebsvereinbarung? Bzw. könnte je nach Kollektivvertrag ein Anspruch auf Teilzeitarbeit entstehen? Klären Sie am besten mit Ihrer Gewerkschaft oder der Kammer für Arbeiter und Angestellte, ob Teilzeitarbeit für Sie möglich ist.

Ist Teilzeitarbeit nicht möglich und gibt es auch keine andere, dem Arbeitsvertrag entsprechende und die Gesundheit nicht gefährdende Arbeit, hat der Arbeitnehmer die Möglichkeit, das Arbeitsverhältnis durch berechtigten vorzeitigen Austritt aufzulösen. Grundsätzlich kann in Österreich auch während eines Krankenstandes eine Kündigung ausgesprochen werden, soweit dies nicht ein Kollektivvertrag, eine Betriebsvereinbarung oder der Arbeitsvertrag ausdrücklich ausschließen.

KÜNDIGUNGSSCHUTZ

Dieses Recht können sowohl Arbeitgeber, als auch Arbeitnehmer in Anspruch nehmen. Im Falle einer Krebserkrankung kann jedoch von einer Behinderung im Sinne der Regelungen des Diskriminierungsverbotes ausgegangen werden. Danach dürfen Arbeitnehmer allein aufgrund der Tatsache der diagnostizierten Krebserkrankung nicht benachteiligt, d.h. nicht gekündigt werden. Es besteht daher die Möglichkeit, die Kündigung anzufechten. Nehmen Sie dazu rasch Kontakt mit Ihrer Gewerkschaft oder der Kammer für Arbeiter und Angestellte auf. Es bestehen nur sehr kurze Fristen, um gegen eine Kündigung vorzugehen.

Ja Nein

So einfach kann Börse sein.

- keine Depotgebühr bis Ende 2018
- innovative Hello Markets! App
- kostenlose Seminare & Webinare auch für Einsteiger

Alle Infos auf hellowbank.at/trading

Hello
bank!

by BNP PARIBAS

Marketingmitteilung



Kontakt | Information:

Die vorliegende Broschüre "Krebs und Beruf" enthält ausführliche Informationen, insbesondere zur Möglichkeit der Wiedereingliederungsteilzeit, die mit 1.7.2017 in Kraft getreten ist.

Kostenlose weitere Informationen und Beratungen erhalten Sie in den vielen Beratungsstellen der Krebshilfe Salzburg.

Sie brauchen eine Begleitung oder Beratung für Ihr Unternehmen? Wir helfen gerne weiter.

Beratungstelefon: 0662/873536
oder beratung@krebshilfe-sbg.at



INITIATIVE „MEIN(E) MITARBEITER(IN) HAT KREBS“

BERATUNG FÜR UNTERNEHMEN

◀ Krebs ist ein Thema, das zugleich Betroffenheit auslöst, verunsichert und Angst macht. Auch Entscheidungsträger und Mitarbeiter in Firmen sind davor nicht gefeit. Die Österreichische Krebshilfe Salzburg bietet Unternehmen mit der Initiative „Mein/e Mitarbeiter/in hat Krebs“ maßgeschneiderte psychologische Beratung, um Mitarbeiter mit einer Krebserkrankung bestmöglich ins Unternehmen zu (re-)integrieren.

Gezielte Früherkennungsmaßnahmen und Behandlungsmethoden bringen es mit sich, dass immer mehr Menschen mit einer Krebserkrankung in allen Unternehmensfunktionen ihrer Tätigkeit nachgehen können bzw. wollen. Tatsache ist aber auch, dass die Rückkehr in den Job – nach oft monatelangen Krankenständen – nicht immer so reibungslos vor sich geht, wie sich das alle Beteiligten wünschen.

Die Erkrankung stellt damit für den Betroffenen selbst, aber auch für das gesamte Arbeitsumfeld eine große Herausforderung dar. Wie wird von Unternehmensseite auf die Erkrankung reagiert, wie stark beeinflusst die Erkrankung die Leistungsfähigkeit des Mitarbeiters, wie gehen die Kollegen mit der Erkrankung um?

Dies sind nur einige Fragen, die auftauchen können und die maßgeblich das subjektive Befinden des Betroffenen, aber auch die Motivationslage der anderen Mitarbeiter, damit das gesamte Betriebsklima und somit letztlich den Unternehmenserfolg beeinflussen.

Mit der Initiative „Mein/-e Mitarbeiter/-in hat Krebs“ hat die Österreichische Krebshilfe ein Maßnahmenpaket entwickelt, um Unternehmen in der schwierigen Pha-

se der beruflichen Reintegration von Mitarbeitern mit Krebs zu unterstützen. Das Unternehmen wird bei der Entwicklung eines Maßnahmenplans beraten, lösungsorientierte Beratungsgespräche mit allen Beteiligten werden geführt und eine allfällige Nachbetreuung angeboten. Die Beratung erfolgt durch eigens geschulte Klinische- und Gesundheitspsychologen sowie Psychoonkologen mit jahrelanger Praxis in der Betreuung von Krebspatienten und ihrem sozialen Umfeld.

PROFESSIONELLER SUPPORT FÜR FIRMEN

Die Initiative hat zum Ziel, eine Win-Win-Situation herzustellen. Die professionelle Unterstützung und Beratung hilft nämlich nicht nur allen Beteiligten, sondern rechnet sich auch für das Unternehmen. Durch lösungsorientiertes Vorgehen und wertschätzende Kommunikation werden Irritationen innerhalb der Belegschaft vermieden, die anderenfalls Arbeitszeit und Energie der Mitarbeiter unnötig binden. Darüber hinaus macht die Art und Weise, wie ein Unternehmen im Falle einer Krebserkrankung mit dem betroffenen Mitarbeiter umgeht, auch allen anderen Mitarbeitern deutlich, welchen Stellenwert sie selbst im Unternehmen genießen – und das wirkt sich unmittelbar auf Motivation, Identifikation und Leistungswillen aus. Fest steht, dass die Frage des richtigen Umgangs mit einer Krebserkrankung im beruflichen Umfeld eine Kardinalfrage ist. Fest steht auch, dass Unternehmer und Führungskräfte für diese Problemstellungen praktikable Lösungen entwickeln müssen. Die Krebshilfe Salzburg hilft Ihnen dabei.

WIE SICH SCHÜLER UND SCHULEN IN DEN DIENST DER GUTEN SACHE STELLEN

SCHULSAMMLUNGEN UND HOFFNUNGSRUNDEN



◀ Die jährlichen Krebshilfe Straßen- und Haussammlungen tragen seit vielen Jahren maßgeblich zur Finanzierung der Arbeit der Österreichischen Krebshilfe Salzburg bei.

Wer kennt sie nicht, die mit gelben Schutzwesten und gelben Sammeldosen ausgestatteten Kinder und Jugendlichen, die einmal im Jahr für die Krebshilfe Salzburg sammeln gehen? Im ganzen Bundesland schwärmen sie aus, um für erkrankte Menschen und ihre Angehörigen Spenden zu sammeln. Die traditionelle Krebshilfe Sammlung findet jährlich im Zeitraum zwischen April und Juni statt. Alle Schülerinnen und Schüler erhalten von der Krebshilfe Salzburg

Es ist super, wenn wir uns einen Tag lang in den Dienst der guten Sache stellen und für die Krebshilfe Salzburg sammeln können. Es macht nicht nur Spaß, es hilft auch! Ich freue mich schon seit einigen Jahren darauf, wieder sammeln gehen zu können!

versiegelte Krebshilfe Sammeldosen, einen offiziellen Sammelausweis und eine Krebshilfe Weste samt Kapperl. Damit ausgestattet sind sie gut sichtbar und erkenntlich. Die Sammlung ist von Land Salzburg, dem Landesschulrat Salzburg und dem Ministerium für Bildung bewilligt.

Danken möchten wir an dieser Stelle den vielen Unternehmen, die unsere Sammlung unterstützen und es uns ermöglichen, dass wir bei ihnen sammeln dürfen. Im letzten Jahr (2017) beteiligten sich wieder über 500 Schülerinnen

und Schüler von 17 Schulen im ganzen Bundesland an der großen Krebshilfe Sammlung.

VIELE SCHULEN UNTERSTÜTZEN DIE KREBSHILFE SALZBURG

Folgende Schulen haben entweder als ganze Schule bzw. im Klassenverbund an der Sammlung teilgenommen:

BORG Mittersill, Bundesgymnasium Seekirchen, Bundesgymnasium Tamsweg, Bundesgymnasium & BRG St. Johann, HBLA für wirtschaftliche Berufe Salzburg, HLW Hallein, HTL Hallein, Multi Augustinum, Neue Mittelschule Saalfelden Stadt, Neue Mittelschule Schlossstraße, Neue Mittelschule Lofer, Neue Mittelschule Moßhammer, Pierre de Coubertin BORG Radstadt, Skimittelschule Bad Gastein, Sporthauptschule Werfen, Sportmittelschule Hof und die Neue Mittelschule Lend.

Wir sagen ganz herzlich Danke für das große Engagement und die gesammelten Spenden: Zusammen-

gekommen sind rund 30.000 Euro! Vielen Dank!

DIE HOFFNUNGSRUNDE

Neu ist seit diesem Jahr auch die Möglichkeit an Schulen, bei Vereinen oder als Gruppe eine „Die Hoffnungsrunde“ zu veranstalten. Mit dem neuen Spendenlauf verfolgen wir zwei Ziele: zum einen bringen wir junge Menschen zur Bewegung, zum anderen werden durch das Engagement der Läuferinnen und Läufer Spenden für unsere Arbeit gesammelt. Die ersten Hoffnungsrundensammlungen haben bereits sehr erfolgreich stattgefunden.

Unter dem Motto „Gutes tun durch Bewegung“ wird beim Hoffnungsrundenspendenlauf gemeinsam gelaufen. Dabei kommt es nicht auf die Zeit an, sondern auf die Menge der gelaufenen Runden. Die Rundenlänge liegt meist zwischen 300 und 500 Metern. Je mehr Runden gelaufen werden, desto mehr an Spenden werden gesammelt. Die Teilnehmer vereinbaren vor dem



Lauf mit ihren persönlichen Sponsoren (Firmen, Eltern, Freunde, Bekannte, etc.) einen Spendenbetrag pro Runde (oder einen Pauschalbetrag). Werden viele Runden gelaufen, so erhöht sich der Spendenbetrag.

Es hat sich gezeigt, dass dies zu einer noch größeren Motivation führt und die Teilnehmer sehr gerne für den guten Zweck ihre Runden drehen. Manche schneller, manche eher langsam, je nach den eigenen Möglichkeiten.

„Wichtig ist uns, dass dieser Lauf Spaß macht. Denn Bewegung soll kein Zwang sein. Unsere Hoffnung ist es natürlich auch, dass junge Menschen die regelmäßige sportliche Bewegung für sich entdecken und dabei bleiben, Sport zu betreiben. Das hält gesund und macht zudem Freude“, erläutert Initiator Krebshilfe Geschäftsführer Mag. Stephan Spiegel.

Kontakt | Information:

Wenn auch Sie an der Schulsammlung teilnehmen oder einen Spendenlauf veranstalten möchten, nehmen Sie bitte Kontakt mit uns auf.

Vereinstelefon: 0662/873535
oder office@krebshilfe-sbg.at

FORSCHUNG IST DIE BESTE MEDIZIN – WIR FÖRDERN, UM ZU HELFEN

KREBSFORSCHUNG

◀ Die Krebshilfe Salzburg kooperiert seit Jahren erfolgreich mit der Paracelsus Medizinische Privatuniversität PMU in Salzburg. Mit dem Salzburger Krebshilfe Stipendium werden vielversprechende Krebsforschungsprojekte unterstützt. Die Förderung ist mit 7.500,- Euro dotiert.

Die Vergabe von Stipendien durch die Österreichische Krebshilfe Salzburg soll die medizinische wissenschaftliche Forschung im Bundesland Salzburg fördern und eine Erweiterung bereits bestehender Wissenschaftsgebiete in Salzburg erlauben bzw. neue wissenschaftliche Ansätze, Methoden und Verfahren etablieren und ganz allgemein den Standard der Forschung in Salzburg erhöhen. Im Förderungsjahr 2016/17 erhielten Dr. Konstantin Schlick und OA Dr. Lukas Weiss, MD PhD jeweils ein Stipendium für ihre Forschungsvorhaben.

Lukas Weiss reichte zur Förderung das Projekt „DNA Mismatch Repair Deficiency in Rectal Cancer – Influence on the Dynamics of Tumor

Infiltrating Lympho-cytes“ ein. Konstantin Schlick erhielt für das Projekt „Zirkulierende zellfreie DNA als Diagnose- und Verlaufsmarker bei Patienten mit Pankreaskarzinomen“ das Stipendium zuerkannt.

Im Förderungsjahr 2017/2018 werden aktuell zwei Projekte gefördert: MUDr. Martin Varga, PhD. Er erhält ein Stipendium für das Projekt „Analyse der Micro-RNA bei Patienten mit Adenokarzinom der Speiseröhre in unterschiedlichen Tumorstadien“. Priv. Doz. Dr. med. Franz Zehentmayr wird bei seinem Vorhaben „Functional pathways in early stage breast cancer regulated by hsa-miR-375 and hsa-miR-3651“ unterstützt.

Wir freuen uns, dass wir mit dem Krebshilfe Stipendium und der Forschungsförderung seit vielen Jahren vielversprechende Forschungsvorhaben in Salzburg unterstützen können. Für das Jubiläumsjahr „60 Jahre Krebshilfe Salzburg“ (2018), schreibt die Krebshilfe eine zusätzliche Forschungsförderung über 10.000 Euro aus.

Curves

Fitness für Frauen

so einfach und gleichzeitig äußerst effizient

30,- Euro Gutschein

Gültig im Curves Salzburg. Pro Person 1 Gutschein einlösbar.
Keine Barablöse. Nicht mit anderen Aktionen kombinierbar.

Curves - Fitness für Frauen | Rudolf-Biebl-Straße 1 | gegenüber LKH Salzburg
0662 23 12 03 | www.curves-salzburg.at

AC18KHS01

SONNE OHNE REUE: HAUTKREBSVORSORGE

RICHTIGER UMGANG MIT DER SONNE

◀ Was wäre das Leben ohne Sonnenschein? Die Sonne gibt uns Licht, spendet Wärme und Wohlbefinden. Licht fördert die Bildung von Vitamin D, das für den Aufbau und Erhalt der Knochen benötigt wird. Unser Körper kommt dabei mit wenig Sonne aus: ein Spaziergang pro Woche oder vier Minuten pro Tag reichen. Die Vitamin D-Bildung funktioniert auch bei bedecktem Himmel! Kurz gesagt: Wir brauchen die Sonne.

Aber wir sollten sie auch ganz ohne Reue genießen können, denn wie bei so vielen schönen Dingen hat auch die Sonne eine Schattenseite. Extreme und intensive Sonnenbe-

strahlung kann Hautkrebs verursachen! Der vernünftige Umgang mit der Sonne ist daher der wichtigste Teil der Hautkrebs-Vorsorge. Durch effizienten Sonnenschutz – natürlichen Schatten, Sonnencreme und Sonnenschutzkleidung – können Sonnenbrände vermieden werden. Wir wissen heute, dass die Zahl der (insbesondere in der Jugend) entstandenen Sonnenbrände direkt mit dem Hautkrebsrisiko zusammenhängt. Ebenso mit dem Hauttyp: Hautkrebs kommt wesentlich häufiger bei Menschen mit heller Haut, hellen Haaren, hellen Augen und Sommersprossen, als bei brünetten oder dunkelhaarigen Menschen mit dunklerer Haut vor.

Das Sonnenlicht, das auf die Erdoberfläche trifft, setzt sich aus ultravioletter (UV) Strahlung, dem sichtbaren Licht und der Infrarot-Strahlung zusammen. UV-Strahlen sind sehr energiereich und können – wenn man ihnen ungeschützt ausgesetzt ist – Hautschäden verursachen:

UV-STRAHLEN

UVB-Strahlen sind sehr energiereich, kurzweilig und durchdringen die oberste Hautschicht. Dort regen sie die pigmentbildenden Zellen (Melanozyten) zur vermehrten Melanin-Bildung an, welches die Haut vor den eindringenden Sonnen-



Louis Widmer
SWISS+DERMATOLOGICA

Für jeden Hauttyp einen zuverlässigen Sonnenschutz!
LEICHT PARFÜMIERT ODER OHNE PARFUM

NEU
ALL DAY 50+
Wasserfest,
zieht sofort ein und
fettet nicht.

[Textauszug aus der aktuellen Krebshilfe Broschüre: „Sonne ohne Reue“, 2018]

strahlen schützt. Die Haut wird dadurch braun. UVB-Strahlen verursachen Sonnenbrand und schädigen die Erbsubstanz (DNS) der Haut. Die langwelligeren UVA-Strahlen sind zwar energieärmer, dringen aber besonders tief in die Haut ein. Sie führen zur vorzeitigen Hautalterung, die sich durch Faltenbildung und Pigmentflecken zeigt. Sehr häufig sind UVA-Strahlen für die Auslösung von Sonnenunverträglichkeitsreaktionen der Haut (z. B.

Sowohl UVA als auch UVB Strahlen können – wenn man ihnen ungeschützt ausgesetzt ist – Hautschäden verursachen. Sonnenschutzmittel müssen daher UVA- und UVB-Schutz geben!

Sonnenallergie) verantwortlich. In ausreichender Menge können UVA-Strahlen zur Entstehung von Hautkrebs beitragen. Es macht dabei keinen Unterschied, ob die UVA-Strahlen von der Sonne oder einer künstlichen Lichtquelle, wie beispielsweise einem Solarium, kommen.

Sind die Veränderungen an der DNS gering, werden sie von speziellen Reparaturenzymen wieder ausgebessert. Bei schwereren und immer wiederkehrenden UV-Überdosierungen sind diese Reparaturmechanismen allerdings überfordert und es können dauerhafte Schäden an der DNS entstehen. Sie führen oftmals zur Entartung der betroffenen Zellen und schließlich zur Entwicklung von Hautkrebs.

Neben dem Sonnenbrand, der ein direkter Schaden durch UVB-Strahlen ist, können also auch UVA-Strahlen längerfristig die Haut schädigen. Die lichtbedingte Hautalterung mit einem typischen Faltenbild, Schlaffheit und Pigmentstörungen wird durch jahrelanges Einwirken von UVA-Strahlen bewirkt.

DIE SIEBEN SONNENREGELN

- ◀ Mittagssonne – nein danke! Bleiben Sie von 11.00 bis 15.00 Uhr lieber im Schatten.
- ◀ 3 x H hilft! Hut, Hemd und Hose aus dicht gewebten Materialien schützen vor starker Sonneneinstrahlung.
- ◀ Richtiger Sonnenschutz! Tragen Sie das für Ihren Hauttyp richtige Sonnenschutzpräparat am besten gleich morgens, auf jeden Fall aber 30 Minuten vor dem Sonnenbad auf, damit der Filter seine optimale Wirkung entfalten kann. Cremes Sie sich vor allem nach dem Baden und bei starkem Schwitzen regelmäßig wiederholt ein.
- ◀ Achtung vor indirekter Sonne! Auch im Schatten oder bei Bewölkung scheint die Sonne – mit einer Intensität von 50 %. Bei Wasser, Sand, Schnee und anderen reflektierenden Umgebungen ist diese Intensität um bis zu 85 % höher! Cremes Sie sich daher auch im Schatten ein. Auch so werden Sie braun und diese langsam erworbene Bräune bleibt auch länger bestehen!
- ◀ Sonnenbrand „löschen“! Waren Sie doch zu lange in der Sonne und haben Sie leichte Rötungen, dann verwenden Sie kühlende Produkte aus der Apotheke. Bei einer starken Rötung oder gar Blasenbildung suchen Sie unbedingt einen Arzt auf!
- ◀ Achtung bei Medikamenteneinnahme! Beachten Sie, dass unter der Einnahme bestimmter Medikamente die Lichtempfindlichkeit der Haut ansteigen kann. Informieren Sie sich daher rechtzeitig, ob Ihre Medikamente Ihre Sonnenverträglichkeit beeinflussen.
- ◀ Beobachtung rettet Leben! 90 % aller Hautkrebsfälle sind bei Früherkennung heilbar. Daher kann die regelmäßige Selbstbeobachtung der Haut Ihr Leben retten. Haben Sie zahlreiche, atypische oder unregelmäßige Muttermale, sollten Sie diese zweimal jährlich von Ihrem Hautarzt kontrollieren lassen.



EINE KREBSERKRANKUNG IST EINE GROSSE BELASTUNG – AUCH FÜR ANGEHÖRIGE

ANGEHÖRIGE TRAGEN EINE SCHWERE LAST

◀ Eine Krebserkrankung bedeutet für den Erkrankten, aber auch für sein gesamtes Umfeld (Ehepartner, Kinder, Eltern, Verwandte, Kollegen und Freunde) eine große Veränderung und Belastung. Die Sorgen und Ängste, die Angehörige haben, sind genauso berechtigt wie die Sorgen der Erkrankten – auch wenn sie verhältnismäßig klein erscheinen.

Angehörige sind keine „Anhängsel“ der Erkrankten, sondern in ihrer ganz persönlichen Betroffenheit zu sehen und zu würdigen. Auch sie erleben eine „Hochschaubahn“ der Gefühle, von Hoffnung und Zuversicht bis hin zu Verzweiflung, Angst und Wut.

NEUE HERAUSFORDERUNGEN

Mit der Krebserkrankung eines nahestehenden Menschen können sich viele Probleme ergeben. Angehörige müssen sich mit vielen neuen und unbekanntem Dingen auseinandersetzen – der Alltag verändert sich, zusätzliche Aufgaben müssen übernommen werden, gewohnte Strukturen verlie-

ren ihre Gültigkeit, Flexibilität und Neuorientierung sind gefordert. Dazu kommen die große emotionale Belastung und oftmals auch finanzielle und existenzielle Sorgen. Das alles ist eine enorme Herausforderung.

DAS GESPRÄCH MIT DEM ERKRANKTEN MENSCHEN

Viele Angehörige haben das Gefühl, nicht die richtigen Worte zu finden. Aus Sorge, Hilflosigkeit und Angst wird daher häufig geschwiegen. Wir raten: Suchen Sie das Gespräch. Die Möglichkeit, ein offenes Gespräch mit dem Patienten zu führen, hängt natürlich vom bisherigen Umgang miteinander ab: War man gewohnt, miteinander über vieles offen zu reden, auch über persönliche Angelegenheiten, so wird es leichter sein, auch in diesem Moment das Gespräch zu suchen.

Überschütten Sie den Patienten nicht mit Tipps. Achten Sie bitte grundsätzlich darauf, den Erkrankten nicht mit – meist gut gemein-

ten – Ratschlägen, Informationen, Erfahrungsberichten anderer Patienten und „Recherchen“ aus dem Internet zu „überschütten“ bzw. von ihm schnelle Lebensänderungen einzufordern. Das ist zwar gut gemeint, verwirrt und verunsichert allerdings mehr, als es hilft.

VERMEIDEN SIE PHRASEN

Auch Phrasen wie beispielsweise die folgenden sind kontraproduktiv und überhaupt nicht hilfreich, wenn man gerade mit der Diagnose Krebs konfrontiert wurde:

„Lass Dich nicht unterkriegen“, „Da musst Du jetzt durch“, „Reiß Dich doch zusammen“, „Du musst jetzt stark sein“, „Du musst positiv denken“, „Dem Herrn X geht es auch wieder so gut, und er hat alles geschafft, das wird auch Dir gelingen“ oder „Hast ja nur mehr eine Chemo vor Dir, das ist nicht schlimm“.

Ersetzen Sie diese Phrasen lieber durch Fragen wie beispielsweise: „Was brauchst Du gerade jetzt?“, „Wie fühlst Du Dich?“, „Was genau ist gerade schlimm/unerträglich?“

Kontakt | Information:

Sie sind Angehöriger und benötigen Unterstützung? Dann holen Sie sich Hilfe und nehmen Sie Kontakt zu uns auf. Wir sind gerne für Sie da.

Mit unserem speziellen Beratungsangebot „Mama, Papa hat Krebs“ können wir auch gezielt Kindern und Jugendlichen aber auch der ganzen Familie in der Bewältigung einer Krebserkrankung Hilfe anbieten. Gerne kommen wir hierbei auch zu Ihnen, um Sie zu entlasten.

Beratungstelefon: 0662/873536
oder beratung@krebshilfe-sbg.at



„Was könnte es Dir erleichtern?“ oder „Wie kann ich Dich unterstützen?“

VERTRAUEN SCHAFFEN GRENZEN RESPEKTIEREN

Es ist wichtig, ein gegenseitiges Klima von Achtung und Vertrauen zu schaffen, indem die Grenzen des Erkrankten und die des Angehörigen respektiert werden. Jeder Mensch ist unterschiedlich und was für den einen gut ist, ist für den anderen schon viel zu viel und wird z. B. als Bevormundung empfunden. Es ist aber auch wichtig, dass der Angehörige seine eigenen Grenzen gut kennenlernt und auch wahrnimmt.

Mit folgenden Fragen können sich Angehörige für sich selbst auseinandersetzen: „Was kann ich?“, „Was will ich?“, „Was tut mir gut?“, „Was

mache ich sicher nicht?“, „Was überfordert mich?“ oder „Wo brauche ich Hilfe?“

MAMA, PAPA HAT KREBS

Die Krebserkrankung eines Elternteils ist für Kinder besonders belastend. Allein im Bundesland Salzburg sind jährlich rund 500 bis

„Niemand muss mit einer Krebserkrankung alleine fertig werden. Wir sind für Sie da.“

700 Kinder und Jugendliche mit einer Erkrankung eines Elternteils konfrontiert. Viele Eltern fragen sich, ob Sie offen mit den Kindern über die Erkrankung sprechen sollen. Hier gibt es nur eine Antwort: Ja. Eine offene und ehrliche Kommunikation ist wichtig. Kin-

der spüren immer, dass man ihnen etwas verheimlicht. Sie beginnen sich Sorgen zu machen und nach Gründen zu suchen, warum man mit ihnen nicht spricht. Sie bemerken schnell, dass sich in der Familie etwas verändert hat, dass die Erwachsenen Ängste haben und stark belastet sind. Man kann Kindern jedoch nicht jede Belastung ersparen, es ist aber gut möglich, sie so gering als möglich zu halten. Kinder wollen Informationen von ihren Eltern, denn sie sind die wichtigsten Bezugspersonen.

Wir raten daher immer, über die eigene Krankheit und die Folgen zu sprechen, denn eine offene und ehrliche Kommunikation ist die wesentliche Grundlage für eine vertrauensvolle und gemeinsame Bewältigung einer Krebserkrankung in der Familie.

Einen Tag lang „mehr vom Leben“

Mehr vom Leben – das möchte dm drogerie markt seinen Mitarbeitern schenken. Daher stellt das Unternehmen jedem der rund 6.700 Mitarbeiter einen zusätzlichen Urlaubstag zur Verfügung, an dem diese sich für einen guten Zweck engagieren können.



Menschen mit besonderen Bedürfnissen oder Senioren mit einem Wellnessstag eine Freude bereiten. Achtlos weggeworfenen Müll aufsammeln oder naturgeschützte Schmetterlingswiesen von Hand mit der Sense mähen. In einer Notschlafstelle ein gutes Abendessen für die dort untergebrachten Menschen kochen. Mit einem Flohmarkt Spenden für ein Herzensprojekt sammeln und die Welt ein kleines Stück besser machen.

Der „mehr vom Leben tag“ wurde 2011 – im Europäischen Jahr der Freiwilligkeit – gegründet und ist mittlerweile auch in einigen dm Verbundenen Ländern in Mittel- und Südosteuropa als fixes Angebot für die Mitarbeiter verankert. „Es ist uns sehr wichtig, dass beide Seiten profitieren: Für die Mitarbeiter ist es eine ganz besondere Möglichkeit, neue, wertvolle persönliche Erfahrungen zu sammeln“, sagt Petra Mathi-Kogelnik, dm Geschäftsführerin für das Ressort Mitarbeiter.



SIE SIND NICHT ALLEIN. HOLEN SIE SICH HILFE. WIR SIND FÜR SIE DA.

BERATUNGSSTELLEN IN SALZBURG

◀ Die Beraterinnen der Österreichischen Krebshilfe Salzburg helfen schnell und unbürokratisch. Und das sowohl Menschen, die an Krebs erkrankt sind, als auch deren Angehörigen (Familien) und Interessierten.

DIAGNOSE „KREBS“ WAS NUN?

Neben umfangreicher Information wird v.a. die persönliche psychologische und therapeutische Begleitung in schwierigen Lebenslagen angeboten. Lokale Beratungsangebote gibt es in allen Bezirken des Landes. Die Beratungen sind kostenlos von jedem nutzbar. Zusätzlich zur Beratung vor Ort, bietet die Krebshilfe die Möglichkeit, sich telefonisch beraten oder begleiten zu lassen. Oder wir kommen mit unserer mobilen Beratung direkt nach Hause.

DIE KREBSHILFE BIETET

- ◀ Information über Krebs,
- ◀ Aufklärung zu Präventions- und Früherkennungsmaßnahmen,
- ◀ Hilfestellung bei der Verarbeitung der Diagnose „Krebs“,
- ◀ Krisenintervention,
- ◀ psychoonkologische Begleitung,
- ◀ Ernährungsberatung,
- ◀ Hilfe bei der Bewältigung der Trauer nach einem Todesfall,
- ◀ fachliche Vernetzung,
- ◀ (finanzielle) Soforthilfe.

Die kostenlose Krebshilfe APP für iOS und Android.



iOS



Android

Beratungsstelle Salzburg (Vereinsitz) / Mobile Beratung

Mertensstraße 13, 5020 Salzburg.
Öffnungszeiten: Mo.-Do. 9.00-12.00 und 13.00-16.00 Uhr und Fr. 09.00-12.00 Uhr sowie nach Vereinbarung.

Beratungsstelle Flachgau – Oberndorf

Krankenhaus Oberndorf, Paracelsusstraße 37, 5110 Oberndorf.
Persönliche Beratung nach telefonischer Voranmeldung.
Jeden Donnerstagnachmittag.

Beratungsstelle Lungau – Tamsweg

Sozialzentrum Tamsweg
Q4, Postplatz 4, 5580 Tamsweg.
Persönliche Beratung nach telefonischer Voranmeldung.
Jeden 2. Montag im Monat.

Beratungsstelle Pinzgau – Zell am See

Tauernklinikum, Rot-Kreuz-Haus, Paracelsustraße 14, 5700 Zell am See.
Persönliche Beratung nach telefonischer Voranmeldung.
Jeden 1. und 3. Mittwoch im Monat.

Beratungsstelle Pongau – Schwarzach

Haus Luise, St. Veiter Straße 3, 5620 Schwarzach.
Persönliche Beratung nach telefonischer Voranmeldung.
Jeden 1. und 3. Mittwoch im Monat.

Beratungsstelle Tennengau – Hallein

Krankenhaus Hallein, Bürgermeisterstraße 34, 5400 Hallein.
Persönliche Beratung nach telefonischer Voranmeldung.
Jeden 2. Montag im Monat.

BERATUNGSTELEFON und TERMINE:
+43 (0)662-873536
beratung@krebshilfe-sbg.at

Rufen Sie uns an und informieren Sie sich über unsere Angebote. Niemand muss mit einer Krebserkrankung alleine fertig werden. Wir sind auch gerne für Sie da.

Oder besuchen Sie doch eines unserer „Themencafés“ mit interessanten Themen, Gesprächen und Informationen.

Aktuelle Termine und Veranstaltungen entnehmen Sie bitte unserem Veranstaltungsfolder oder unserer Website. **www.krebshilfe-sbg.at**



DANKE FÜR DIE WERTVOLLE UNTERSTÜTZUNG!

SPONSOREN DES JAHRESBERICHTS

Ohne starke Partner an unserer Seite, wäre die Produktion dieses Jahresberichts nicht möglich. Wir danken ganz herzlich für die Unterstützung und einen Druckkostenzuschuss: OBERBANK, EUROPARK Salzburg, Suzuki Austria, Salzburger Gebietskrankenkasse SGKK, b-intense, Louis Widmer, Sanitätshaus Lambert, Röntgen Mirabell Dr. Kainberger, dm-drogeriemarkt, helloBank!



Weitere starke Partner, die unsere Arbeit unterstützen:



Impressum: Herausgeber, Medieninhaber, Redaktion: Österreichische Krebshilfe Salzburg | Mertensstraße 13 | 5020 Salzburg.
 Telefon +43 (0)662/873535 | Fax DW-4 | Email: office@krebshilfe-sbg.at | ZVR: 195639530. Der Jahresbericht 2017 (*einblicke) ist eine offizielle Information der Krebshilfe Salzburg und ein aktueller Bericht über die geleistete Arbeit. Konzept, Redaktion & Text, Sponsoring: Mag. Stephan Spiegel (Geschäftsführer). Druck: Offset5020. Letztverantwortlich für Werbung, Öffentlichkeitsarbeit, Spendenverwendung und den Datenschutz ist laut Vereinsstatuten der jeweils amtierende Präsident der Österreichischen Krebshilfe Salzburg. Operativ ist die Geschäftsführung damit befasst. Mit der Spendeneinzahlung wird das Einverständnis einer Aufnahme in die Spendendatei der Österreichischen Krebshilfe Salzburg verbunden. Sollten keine geschlechterspezifischen Unterscheidungen gemacht werden, gelten sämtliche Personenbezeichnungen gleichwohl wertschätzend für beiderlei Geschlecht. Bildnachweise: Titelseite: Krebshilfe Salzburg; Seite 3: Krebshilfe Salzburg; Seite 7: (privat); Seite 9: Suzuki Austria, Krebshilfe Salzburg; Seite 10: Krebshilfe Salzburg; Seite 11: Andreas Kolarik, wildbild; Seite 12: Krebshilfe Salzburg, wildbild; Seite 13: pololia - stock.adobe.com, Österreichische Krebshilfe (Dachverband), Stefan Armbruster; Seite 14: wildbild; Seite 15: wildbild, Die SalzburgerIn; Seite 16: Krebshilfe Salzburg; Seite 17: wildbild, Krebshilfe Salzburg; Seite 19: Rainer Sturm/pixelio.de; Seite 20: Krebshilfe Salzburg, Casino Zell am See/Nikolaus Faistauer; Seite 21: Krebshilfe Salzburg; Seite 23: Kateryna - stock.adobe.com; Seite 24: Krebshilfe Salzburg, wildbild; Seite 25: Krebshilfe Salzburg, Electric Love Festival, wildbild; Seite 27: bongkarn - stock.adobe.com; Seite 28: Krebshilfe Salzburg, Pierre de Coubertin Gymnasium; Seite 31: Photographee.eu - stock.adobe.com; Seite 32: alexsokolov - Fotolia.

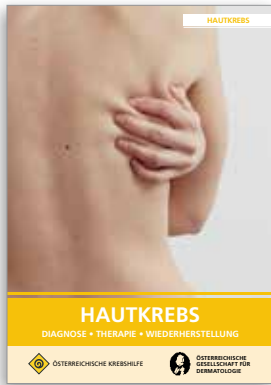
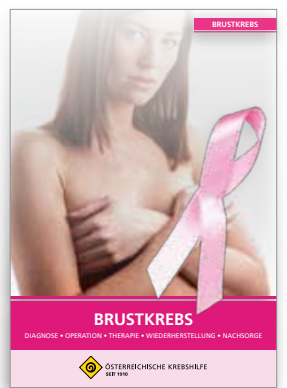
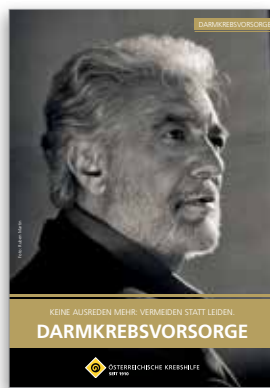
Medizinisch aktuell, vor Ort & menschlich nah.

PULS – Das erste Salzburger Magazin für Gesundheit & Freizeit informiert 4 x jährlich über aktuelle medizinische Entwicklungen und Freizeitangebote im Bundesland Salzburg und bietet dazu zahlreiche Gesundheitstipps. PULS wird in allen Ordinationen, Ambulatorien, Krankenhäusern, Apotheken sowie ausgewählten Gesundheitseinrichtungen im Bundesland Salzburg kostenlos aufgelegt.



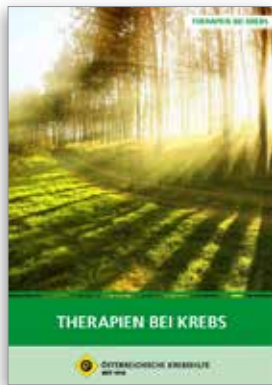
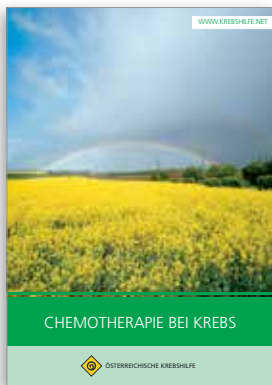
www.pulsmagazin.at





Jetzt kostenlos bestellen! 0662-873536

AUS LIEBE ZUM LEBEN



Diese und weitere kostenlose Broschüren erhalten Sie bei:
Österreichische Krebshilfe Salzburg
Mertensstraße 13, 5020 Salzburg
beratung@krebshilfe-sbg.at
Telefon: +43 (0)662-873536
www.krebshilfe-sbg.at