

**Ich möchte helfen, da sein,  
Mut machen – und dabei  
fühle ich mich selbst oft  
hilflos und überfordert.**

Egal ob Sie Partner/Partnerin sind, Kind, Mutter oder Vater, Freundin/Freund, Kollegin/Kollege – für Angehörige von Krebspatient:innen ist die Krebsdiagnose eines nahestehenden, geliebten Menschen oft ein Schock. Von einem Tag auf den anderen ist nichts mehr so wie es war. Vielleicht beschäftigt Sie gerade eines dieser Themen:

- \* Wie kann ich helfen, ohne mich aufzudrängen?
- \* Ich möchte SIE/IHN trösten, Mut zusprechen, aber ich habe Angst, das Falsche zu sagen.
- \* Wie wird sich der Alltag verändern? Schaffe ich zusätzliche Aufgaben?
- \* Ich möchte stark sein für SIE/IHN, aber ich spüre, wie ich langsam keine Kraft mehr habe.
- \* Was sagen wir unserem Kind/unseren Kindern?
- \* Im Internet habe ich von speziellen Therapien gelesen. Wie weiß ich, ob das auch etwas für SIE/IHN wäre?
- \* Ich habe das Gefühl, dass sich alles nur mehr um die Krankheit dreht. Ein anderes Thema gibt es faktisch nicht mehr.
- \* Was passiert, wenn ER/SIE es nicht schafft? Wie soll es dann für mich weitergehen?

**Nutzen Sie die Möglichkeit  
für dieses virtuelle Treffen,  
bei dem die Sorgen, Fragen  
und Ängste von Angehörigen  
im Mittelpunkt stehen!**

Die Diagnose Krebs trifft auch Angehörige wie ein Blitz. Von einem Tag auf den anderen stehen Ehepartner:innen/ Partner:innen, Kinder, Eltern, Kolleg:innen, Freund:innen – das gesamte Umfeld – vor neuen Herausforderungen, Gefühlen und Ängsten. Die allermeisten Angehörige wollen und können eine sehr große Stütze für Erkrankte sein, dies kann jedoch auch zur Überforderung führen.



Ich spreche aus eigener – beruflicher und privater – Erfahrung, wenn ich an Sie appelliere: Lassen Sie sich unterstützen und helfen! Man spürt nicht immer gleich, wann der Moment gekommen ist, dass man unweigerlich in eine psychische und physische Überforderung „schlittert“. Auch ich musste lernen, mir „Ich-Zeiten“ zu schaffen, um wieder ausreichend Kraft zu haben, für geliebte Menschen eine verlässliche und bestmögliche Stütze zu sein.

Ihre

Doris KIEFHABER ist Geschäftsführerin  
der Österreichischen Krebshilfe, Initiatorin und  
Moderatorin des virtuellen Treffens für Angehörige



ÖSTERREICHISCHE KREBSHILFE  
SEIT 1910

# ANGEHÖRIGE UND KREBS

Virtuelles Treffen für Angehörige

An diesen beiden Tagen stehen **SIE** und **IHRE SORGEN, ÄNGSTE und FRAGEN** als Angehörige/r im **Mittelpunkt**. Es erwartet Sie ein **interessantes Programm** mit vielen hilfreichen Tipps. Das **Krebshilfe-Team** freut sich auf Sie!



Freitag | **12.9.2025 • 14.00 – 19.00 Uhr**  
Samstag | **13.9.2025 • 09.00 – 16.00 Uhr**

## TAG 1

**12. September 2025**

14.00 – 19.00 Uhr

**14.00 Uhr**

### **GEFÜHLSCHAOS VON A BIS Z – Zwischen Angst und Zuversicht**

Wie gehe ich mit all meinen Ängsten und Sorgen um – der Hochschaubahn an wechselnden Gefühlen?

**Krebshilfe-Expertinnen:** Katharina GRUBER & Bettina FORSTER

**16.00 – 17.45 Uhr**

### **KOMMUNIKATION – Wenn die Worte fehlen**

Wie kommuniziere ich mit dem/r erkrankten Angehörigen, den Ärzt:innen, dem Sohn/der Tochter, dem Kollegen/der Kollegin?

**Krebshilfe-Expertinnen:** Monika HARTL & Bettina PLÖCKINGER

**18.00 – 19.00 Uhr**

### **DAMIT DAS LEBEN SCHÖN BLEIBT.**

Wie können wir bis zuletzt gut gemeinsam leben?

**Expertin:** Univ.-Prof. DDr. Eva K. MASEL, Palliativmedizinerin, Vorstand der Österreichischen Krebshilfe und der Österreichischen Palliativgesellschaft

Ende Tag 1 ca. 19.00 Uhr

## TAG 2

**13. September 2025**

09.00 – 16.00 Uhr

**09.00 Uhr**

### **SELBSTFÜRSORGE – Bevor alles zu viel wird.**

Wie soll ich alles schaffen?  
MUSS ich alles alleine schaffen?

**Krebshilfe-Expertinnen:** Sigrid PEMBERGER-MIKE,  
Martha LEPPERDINGER, Anja SKARITS-HAAS

**11.00 Uhr**

### **PARAGRAPHENDSCHUNDEL – Sozial- und arbeitsrechtlicher Wegweiser**

Infos zu Krankengeld, Pflegegeld, uvm.

**Krebshilfe-Expert:innen:**  
Sanja STIPIĆ & Carmen MUCHA & Karin FROSS

**13.00 Uhr**

### **SEXUALITÄT UND INTIMITÄT**

Wie können wir Zärtlichkeit und Sexualität trotz „Krebs“ erleben?

**Krebshilfe-Expertinnen:** Doris KIEFHABER & Nicole SILLER

**15.00 Uhr**

### **ZURÜCK IN DIE ZUKUNFT – Gemeinsam in den neuen Alltag**

Wie finden wir nach Abschluss der Therapien wieder in den (neuen) Alltag zurück?

**Krebshilfe-Expertinnen:** Nina BERNHARD & Sabine CASLAVKA

Ende Tag 2 ca. 16.00 Uhr



## **Kostenlose Anmeldungen** für das virtuelle Treffen:

<https://attendee.gotowebinar.com/register/7341700170690396247>



### **WICHTIGE HINWEISE:**

Nach der Anmeldung erhalten Sie ein **Bestätigungsmail** für die Teilnahme mit dem **Zugangslink** für das Online-Treffen. Im Bestätigungsmail steht, dass das Webinar aus 2 Teilen besteht, es ist aber nur das Datum des 1. Tages angeführt. **Der Teilnahmelink gilt jedoch für Tag 1 und 2.** Gleich am Beginn des Bestätigungsmails ist auch angeführt, dass dieses Webinar zu einer Serie gehört. Wenn Sie auf den danebenstehenden Link „Weitere Webinare dieser Serie“ klicken, öffnet sich ein Fenster, in dem beide Termine ersichtlich sind. Sollten Sie das Bestätigungsmail nicht zeitnah nach der Anmeldung in Ihrem Posteingang vorfinden, kontrollieren Sie bitte den Spam-Ordner.

Sie können über die **Chat-Funktion (anonym) Fragen stellen**, die von der Moderatorin an die Expert:innen live herangetragen werden. Es besteht auch die Möglichkeit, dass Sie im Vorfeld Ihre Frage/n per Mail an Doris Kieffhaber übersenden: [kieffhaber@krebshilfe.net](mailto:kieffhaber@krebshilfe.net)

**www.krebshilfe.net**