

## Kontaktstellen

### Selbsthilfegruppe Prostatakrebs Landkreis Rastatt g.V.

E-Mail: [proshgra@gmx.de](mailto:proshgra@gmx.de)

Spendenkonto: Volksbank Rastatt /  
Baden-Baden

Konto-Nr.: 56724400, BLZ: 662 900 00

Mitglied im:

### Bundesverband Prostatakrebs Selbsthilfe e.V. (BPS)

[www.prostatakrebs-bps.de](http://www.prostatakrebs-bps.de),

[info@prostatakrebs-bps.de](mailto:info@prostatakrebs-bps.de)

### Krebsverband Baden-Württemberg e.V.

[www.krebsverband-bw.de](http://www.krebsverband-bw.de),

[info@krebsverband-bw.de](mailto:info@krebsverband-bw.de)

### Landesverband Prostatakrebs Selbsthilfe Baden-Württemberg g.V.

[www.prostatakrebs-lps-bw.de](http://www.prostatakrebs-lps-bw.de)

[info@prostatakrebs-lps-bw.de](mailto:info@prostatakrebs-lps-bw.de)

### Beratungshotline des BPS

Telefon: 0800-70 80 123

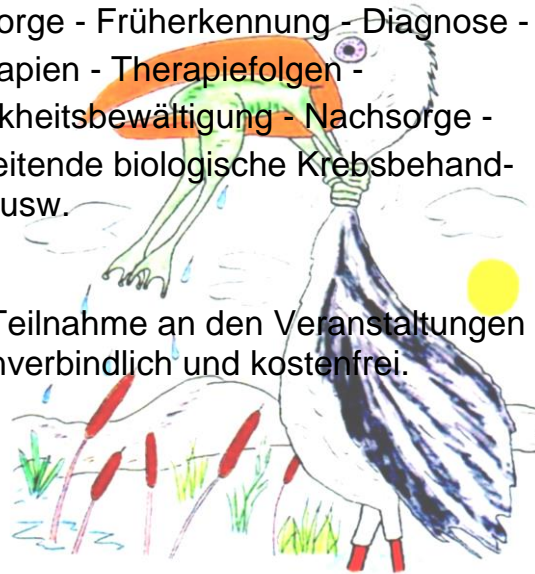
Unterstützung erfahren wir von der  
Gemeinschaftsförderung der  
Krankenkassen nach § 20c SGB V

## Hilfe zur Selbsthilfe

Wir geben umfassende Informationen  
für Betroffene und deren Angehörige im  
hiesigen Einzugsbereich wie z.B. über

Vorsorge - Früherkennung - Diagnose -  
Therapien - Therapiefolgen -  
Krankheitsbewältigung - Nachsorge -  
begleitende biologische Krebsbehand-  
lung usw.

Die Teilnahme an den Veranstaltungen  
ist unverbindlich und kostenfrei.

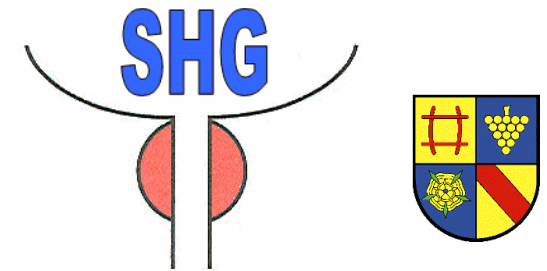


**gib niemals auf !**

Mit freundlicher  
Unterstützung der



Stand: April 2015



## Selbsthilfegruppe Prostatakrebs Landkreis Rastatt

Informationen und Hilfen für  
Betroffene und Angehörige

Jeden **1. Freitag im Monat** ist ein Tref-  
fen geplant. Die Termine werden jeweils  
in den lokalen Zeitungen veröffentlicht.

### Informations-Telefon:

07229 2179, 07222 20364, 07225 4195

### Internet:

<http://www.prostata-shg-lkr-rastatt.de>

**Patienten beraten Patienten-  
Selbsthilfe gibt Selbstvertrauen!**

## Diagnose Prostatakrebs

- Wie geht es weiter?
- Wer ergänzt die Erklärungen des Arztes und gibt verständliche Informationen aus Sicht eines Betroffenen?
- Welche Behandlungsmöglichkeiten gibt es?
- Wie sind die Aussichten auf Erfolg?
- Mit welchen Nebenwirkungen und Einschränkungen ist zu rechnen?
- Was ändert sich dadurch an der Lebensqualität?
- Was passiert, wenn die Krankheit weiter fortschreitet?
- Welche Erfahrungen haben andere Betroffene gemacht und wie gehen sie damit um?

## Schritt für Schritt - gemeinsam zu neuer Lebensqualität

Trotz aller Aufrufe zur Vorsorge erkranken in Deutschland jährlich ca. 60.000 Männer neu an Prostatakrebs.

Nach wie vor ist die Krankheit ein Tabuthema. Das Problem wird aber nicht kleiner, indem es totgeschwiegen wird, die Betroffenen sich verkriechen und dadurch in die Isolation abgleiten.

### Deshalb trifft sich unsere Selbsthilfegruppe einmal im Monat

- Wir sprechen mit Betroffenen, damit Angst und Zweifel nicht übermächtig werden
- Wir reden offen über unsere Krankheit
- Wir tauschen unsere Erfahrungen aus und reden über Behandlungsmethoden und deren Nebenwirkungen, den Folgen und Risiken, aber auch deren Chancen.

## Veranstaltungen

Wir laden kompetente Referenten zu Vorträgen und Diskussionsrunden ein.

Als gut informierte Patienten können wir für uns, unsere Gesundheit und die damit für unser Leben richtigen Entscheidungen treffen.

- Wir lernen, mit der neuen Situation und den damit verbundenen Einschränkungen zu leben.
- Wir lernen, unsere Krankheit anzunehmen, Lebensqualität zu erhalten oder wieder zu gewinnen.
- Wir steigern unser Selbstwertgefühl, denn Selbsthilfe macht Selbstbewusst.

Mit Sport gegen Krebs und Altersbeschwerden, jeden Donnerstag im Sportzentrum Gymnasium Rastatt.