

## So nehmen Sie teil:

Der Digitale Krebspatient\*innentag finden per Webex, einer sicheren Plattform für Videokonferenzen statt. Eine Teilnahme ist grundsätzlich via PC oder Notebook sowie Tablet oder Smartphone möglich, wobei wir PC/Notebook auf Grund besserer Bedienbarkeit und größerer Ansicht empfehlen. Zudem benötigen Sie eine stabile Internetverbindung.

### Lautsprecher bzw. Kopfhörer

Damit Sie uns hören können, stellen Sie sicher, dass der Ton auf Ihrem PC bzw. Notebook aufgedreht ist. Sie finden die Einstellung auf Ihrem Desktop in der Regel rechts unten, indem Sie auf das Lautsprecher-Symbol klicken.

### Mikrofon

Damit wir Sie hören können (zum Beispiel, wenn Sie eine Frage stellen möchten), ist ein Mikrofon notwendig. Dafür nutzen Sie das integrierte Mikrofon Ihres PCs oder Notebooks oder alternativ ein Headset. Weiterhin besteht die Möglichkeit, mit einem Festnetztelefon oder einem Smartphone per Anruf der begleitenden Telefonkonferenz beizutreten und darüber eine Audioverbindung herzustellen.

Telefonnummer für Audioverbindung:

**+49-6196-7819736**

Zugriffscod (wird am Telefon abgefragt):

**175 325 8047 #**

Um der digitalen Veranstaltung beizutreten, geben Sie bitte folgenden Link in Ihren Browser ein:  
Meeting-Link: <https://klinikumdarmstadt.webex.com/meet/webex-room-onko>

Alternativ können Sie die Seite: [www.webex.com](http://www.webex.com) besuchen und dort unter „Einem Meeting beitreten“ folgende Meeting-Kennnummer eingeben:  
Meeting-Kennnummer: **175 325 8047**

### Anmeldung zum Kosmetikseminar

#### „look good **feel better**“ der DKMS LIFE:

Wer sich wohl fühlt, fördert den Heilungsprozess. Aus diesem Grund bietet DKMS LIFE das *look good **feel better*** Patientenprogramm für Krebspatientinnen in Therapie an. Denn viele leiden besonders unter den äußeren Folgen der Krebstherapie: Haar- und Augenbrauenverlust oder Hautirritationen zeichnen die Patientinnen.

In diesem kostenfreien Kosmetikseminar im Rahmen der Digitalen Krebspatient\*innentage erhalten Sie Tipps zu den Themen Kosmetik und Haare. Bitte melden Sie sich rechtzeitig an, sodass Ihnen die Produkttasche mit allen Kosmetikartikeln, die Sie für das Kosmetikseminar benötigen, pünktlich als persönliches Geschenk zugesendet werden kann.

Sie können sich ab dem 01.09. für das Kosmetikseminar anmelden über: [www.dkms-life.de/seminare.html](http://www.dkms-life.de/seminare.html)

**DKMS LIFE**



look good  
feel better

## Digitaler Krebspatient\*innentag des Onkologischen Zentrums

am 13. September 2022



Vorträge



Seminare



Austausch



Onkologisches Zentrum



Stand 8/2022

# Liebe Patient\*innen, liebe Angehörige,

eine halbe Millionen Menschen in Deutschland erhalten jährlich die Diagnose Krebs. Eine Diagnose, die ihre Welt von heute auf morgen auf den Kopf stellt. Wenn Sie ebenfalls die Diagnose Krebs erhalten haben, möchten wir Ihnen eines sagen: Sie sind NICHT alleine! Unsere höchste Priorität ist Ihre qualitativ hochwertige und moderne Diagnostik und Therapie. Die interdisziplinäre Arbeit unserer Fachexperten ermöglicht eine individuell auf Sie abgestimmte Therapie nach dem neusten Stand der Medizin & Wissenschaft.

Wenn leider keine Heilung erreicht werden kann, bedeutet dies für viele Betroffene, dass sie sich auf eine bleibende Erkrankung einstellen müssen. Wichtig ist in diesem Fall „mit“ der Erkrankung zu leben und nicht „für“ sie.

Um Ihnen auch in Zeiten einer weltweiten Pandemie als kompetenter und fürsorglicher Partner zur Seite zu stehen, möchten wir Ihnen in einer digitalen Veranstaltung umfangreiche Informationen und Anregungen zum Leben mit Krebs anbieten.

Das Vortragsprogramm setzt sich aus inspirierenden Vorträgen, Seminaren und Workshops rund um das Leben mit Krebs zusammen. Außerdem haben Sie die Möglichkeit, live an einer Tumorkonferenz teilzunehmen, in der

unser interdisziplinäres Expert\*innenteam einige Krebspatient\*innenfälle als Beispiel bespricht und diskutiert.

Selbstverständlich sind uns an diesem Tag nicht nur Betroffene, sondern auch Angehörige und Freunde herzlich willkommen.

Wir freuen uns auf einen regen Austausch, viele Fragen und Diskussionen und hoffen, Sie am **13. September online** begrüßen zu dürfen.

Ihr Onkologisches Zentrum  
Klinikum Darmstadt

## **Ihre Ansprechpartnerin bei Fragen zur Veranstaltung:**

Janina Klemm,  
Koordination Onkologisches Zentrum,  
06151 107-6856,  
janina.isabell.klemm@  
mail.klinikum-darmstadt.de

# Programm

## **Dienstag, 13.09.**

11.00 – 13.00 Uhr

*look good **feel better*** – Kosmetik-Seminar  
DKMS LIFE

13.15 – 14.15 Uhr

**Austausch wirkt befreiend: Selbsthilfe für an Krebs Erkrankte und ihre Angehörigen**  
Selbsthilfebüro Darmstadt, Frau Schär

14.30 – 15.30 Uhr

**Wie helfen Achtsamkeit und Entspannungsübungen bei der Bewältigung einer Krebsdiagnose? – Ein interaktiver Überblick**  
Fr. Allard/Hr. Odenthal (Psychologische Psychotherapeuten, Psychoonkologie)

15.45 – 16.30 Uhr

**Entspannungs-Oase für dich: Yoga auf dem Stuhl inkl. Wohlfühl-Meditation**  
Fr. Klemm (Kordinatorin des Onkologischen Zentrums, Zertifizierte Yoga-Lehrerin)

16.45 – 17.45 Uhr

**Ernährung und Operation – was kann ich selbst tun, um mein Outcome zu verbessern?**  
Dr. med. Peine (Oberärztin der Chirurgischen Klinik I, Ernährungsmedizinerin)

18.00 – 19.00 Uhr

**Tumorkonferenz-Live mit anschließender interaktiver Fragerunde**  
Interdisziplinäres Expert\*innen-Team des Klinikums Darmstadt