

## ÜBER DIE SÄCHSISCHE KREBSGESELLSCHAFT

Die Sächsische Krebsgesellschaft e.V. verfolgt das Ziel, alle Bestrebungen zur Bekämpfung von Krebskrankheiten zu fördern.

Als wissenschaftliche Fachgesellschaft mit sozial- und gesundheitspolitisch breit gefächertem Spektrum ist sie Partner aller in der Krebsbekämpfung tätigen Institutionen, Organisationen und Vereinen sowie von an Krebs erkrankten Menschen.

Zu unseren Aufgaben gehören, die

- **Information und Aufklärung** (zum Beispiel über verschiedene Medien, wie Broschüren und Internetauftritte),
- **Unterstützung der Selbsthilfebewegung** Krebskranker in Sachsen (Aktionstage, Seminare, Kurse und Anleitungen),
- **wissenschaftliche Arbeit, Forschung und Netzwerkbildung,**
- **psychosoziale Beratung und Betreuung von Betroffenen und ihrer Angehörigen.**



**JETZT  
BERATUNGSTERMIN  
VEREINBAREN**

**DIE BERATUNG IST  
KOSTENFREI**

## AN WEN KANN ICH MICH KONKRET WENDEN?

Für Ihre Fragen zum Projekt, den Aktivitäten auf der Plattform, dem Zugang oder zur Registrierung können Sie sich per E-Mail ([info@telmacare.de](mailto:info@telmacare.de)) oder gern auch direkt an die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter der Sächsischen Krebsgesellschaft e.V. wenden:

**Kerstin Schönherr**

Telefon: 0375 / 21186774

E-Mail: [k.schoenherr@skg-ev.de](mailto:k.schoenherr@skg-ev.de)

**Projektleiter: Dr. Ralf Porzig**

Telefon: 0375 / 281403

E-Mail: [info@skg-ev.de](mailto:info@skg-ev.de)

**Projektkoordinator: Thomas Heckmann**

Telefon: 01590 / 1237019

E-Mail: [t.heckmann@skg-ev.de](mailto:t.heckmann@skg-ev.de)

**Öffentlichkeitsarbeit, technische Fragen:**

**Daniel Westphal**

Telefon: 0375 / 281403

E-Mail: [d.westphal@skg-ev.de](mailto:d.westphal@skg-ev.de)



## WIE BEKOMME ICH ZUGANG ZUR WOHNUNGEMEINSCHAFT?

Werden Sie Teil einer wachsenden Gemeinschaft, die sich austauschen und aktiv ihre Krebserkrankung bewältigen will. Als Bewohner erhalten Sie einen kostenfreien Zugang zu den Informationen, Angeboten und Services der virtuellen Wohngemeinschaft der SKG. Hierzu können Sie sich einfach direkt registrieren unter [www.telmacare.de](http://www.telmacare.de)

Wenn Sie vorab noch mehr Informationen benötigen, sprechen Sie uns einfach an! Die Kontaktdaten finden Sie in diesem Faltblatt. Gerne können wir dann persönlich Ihre Fragen und alle weiteren Details besprechen. Das Angebot gilt auch für Selbsthilfegruppen, die über die Plattform eigene Gruppenräume nutzen und sich darüber hinaus auch potentiellen neuen Mitgliedern präsentieren können.



SÄCHSISCHE  
KREBSGESELLSCHAFT E.V.

# TelMaCare

Werden Sie Teil unserer

## VIRTUELLEN WOHNUNGEMEINSCHAFT

für Krebsbetroffene und  
Angehörige

kostenfrei  
registrieren auf  
[www.telmacare.de](http://www.telmacare.de)  
und sofort  
loslegen



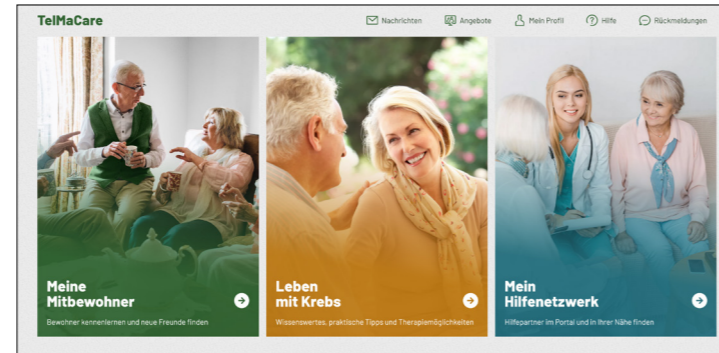
## ÜBER DAS PROJEKT

[WWW.TELMACARE.DE](http://www.telmacare.de)

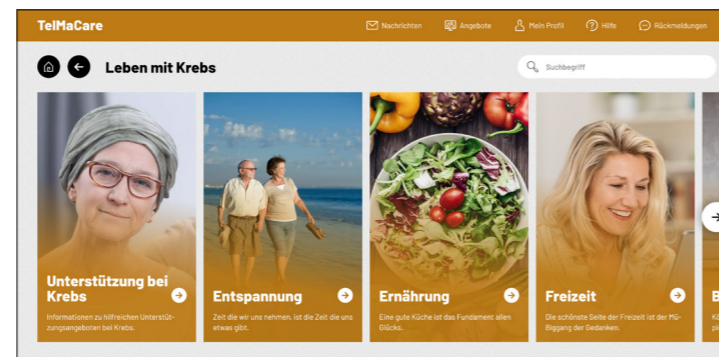
Eine Krebserkrankung ist auch nach der Therapie für Betroffene mit großen Belastungen und Gefühlen der Angst, Hilflosigkeit und Unsicherheit verbunden. Einfache Alltagsaufgaben erfordern bisher ungeahnte Kraftanstrengungen. Dazu fühlen sich viele Menschen im Laufe der Erkrankung von den neuen Herausforderungen überfordert und einsam. Einsam mit ihren Gedanken und Gefühlen oder auch weil ein Gesprächspartner fehlt, der ihre Situation wirklich nachempfinden kann. Ein Partner, der sie ohne viele Worte versteht, mit dem sie sich offen austauschen können und mit dem sie ihre Sorgen, Ängste und Wünsche teilen können. Und, mit dem sie gemeinsam auch Neues entdecken können und wieder lernen, das Leben zu genießen. Doch wo finden sie einen solchen Austausch?

Die Sächsische Krebsgesellschaft e. V. hat für Betroffene, Angehörige und Zugehörige mit ihrer neuen virtuellen Wohngemeinschaft im Internet unter [www.telmacare.de](http://www.telmacare.de) dafür nun ein neues Angebot.

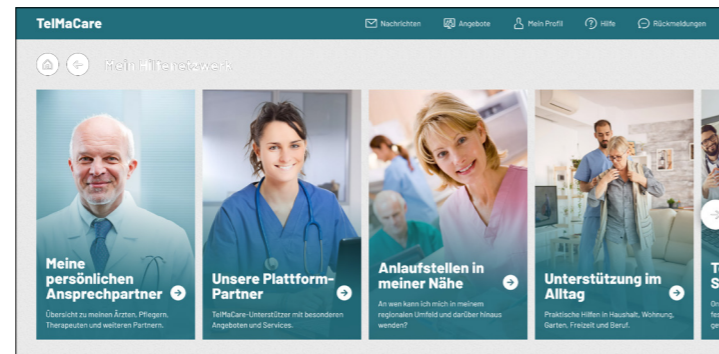
Die mit Mitteln des Europäischen Fonds für regionale Entwicklung (EFRE) geförderte virtuelle Wohngemeinschaft wurde 2022 mit Betroffenen und professionellen Unterstützern aus der Onkologie in einem Pilotprojekt entwickelt und getestet. Ab sofort kann sie nun von allen interessierten Menschen mit Krebs, ihren Angehörigen oder Zugehörigen genutzt werden.



Bewohner der virtuellen Wohngemeinschaft können sich untereinander **vernetzen** ...



... im **Wissensbereich** vielerlei Lebenslagen mit der Krankheit meistern ...



... und im **Hilfenetzwerk** Kontakte finden und selbst organisieren.

## BEWOHNERINFORMATION

Wenn Sie in die virtuelle Wohngemeinschaft „TelMaCare“ einziehen wollen oder weitere Informationen benötigen können Sie sich einfach per E-Mail ([info@telmacare.de](mailto:info@telmacare.de)) oder Telefon bei der Sächsischen Krebsgesellschaft melden. Die virtuelle Wohngemeinschaft bietet Ihnen als Bewohnerin bzw. Bewohner dabei u.a.

- Bewohner-Cafés zu allen Themen rund um das Leben mit Krebs und darüber hinaus
- Einfache Kommunikation mit anderen Bewohnern, Freunden und Bekannten
- Vorträge zu Reisen, Kunst, Kultur und virtuellen Welten
- Zugang zu umfangreichen Informationen zum Leben mit Krebs
- Informationen zu Freizeitangeboten
- Tele-Reha, Bewegung und Entspannung
- Barrierefreie Urlaubsangebote und Mobilität
- Tipps zur Online-Wohnberatung und zum barrierefreien Wohnen
- Lieferdienste, Kochkurse, Rezeptideen zur Ernährung bei Krebs
- Sozialrechtliche Information und Beratung
- Ansprechpartner, wie Ärzte (Telemedizin), Therapeuten, Psychoonkologen, Sozialarbeiter, Onkolotsen, Apotheken, Pflegedienste, Alltagsbegleitung und Selbsthilfe für das persönliche Hilfenetzwerk

Wenn Sie Ärzte, Therapeuten oder weitere Angebote für Betroffene kennen, die noch nicht auf „TelMaCare“ vertreten sind, können Sie uns diese gern per E-Mail oder Telefon vorschlagen.

## ZU DEN INHALTEN

Betroffenen und Angehörigen bietet TelMaCare Wissenswertes und praktische Tipps zu allen relevanten Bereichen des Lebens mit Krebs. Dazu gehören im Detail zum Beispiel Informationen zu

### Unterstützung bei Krebs

Informationsangebote, Patientenrechte, Komplementärmedizin, Psychosoziale Unterstützung, Heilmittel und Hilfsmittel, E-Rezept & Medikationsplan

### Entspannung

Entspannungstraining, Selbstfürsorge & Selbstreflexion, Selbständig üben & Online-Angebote

### Freizeit

Lesen, Podcasts & Hörbücher, Musik, Filme & TV, Gedächtnistraining und Spiele

### Ernährung

Essen & Krebs, Ernährungsberatung & hilfreiche Apps, Rezeptideen & Kochkurse, Praktische Helfer

### Bewegung

### Angebote für Krebspatienten

### Praktische Übungs-Videos

### Barrierefrei wohnen

### Barrierefrei reisen

### Mobilität

### Rehabilitation

Weitere Themen befinden sich im Aufbau.