

Außensprechstunden

- **Immenstadt**
im Haus der Diakonie
Mummener Str. 16, 87509 Immenstadt
- **Kaufbeuren**
am Klinikum Kaufbeuren
Dr.-Gutermann-Str. 2, 87600 Kaufbeuren
- **Memmingen**
im Haus „City-Seelsorge“
Marktplatz 15, 87700 Memmingen
- **Mindelheim**
an der Kreisklinik Mindelheim
Bad Wörishofer Str. 44, 87719 Mindelheim

Für alle Außensprechstunden Termine nach Vereinbarung über die Psychosoziale Krebsberatungsstelle Kempten: Tel. 0831 - 52 62 27 -0 kbs-kempten@bayerische-krebsgesellschaft.de

Spenden und Mitgliedschaft

Die Bayerische Krebsgesellschaft ist ein gemeinnütziger Verein, der sich seit 1925 für die Interessen krebserkrankter Menschen einsetzt.

Unsere Arbeit wird anteilig durch die Gesetzliche Krankenversicherung, die Private Krankenversicherung und den Bezirk Schwaben gefördert. Um unsere breitgefächerten Aufgaben im Sinne der Betroffenen dauerhaft erfüllen zu können, sind wir auf die Unterstützung durch Spenden und Mitgliedsbeiträge angewiesen.

Wir freuen uns über jede Spende:

Spendenkonto: 3107957
VR-Bank Kempten-Oberallgäu eG
IBAN: DE40 7336 9920 0003 1079 57
BIC: GENODEF1SFO

Spenden an uns sind steuerbegünstigt.

Veranstalter

Psychosoziale Krebsberatungsstelle Kempten - Allgäu der Bayerischen Krebsgesellschaft e.V.
Kronenstr. 36, 2. OG (Aufzug)
87435 Kempten
Tel. 0831 - 52 62 27 -0
kbs-kempten@bayerische-krebsgesellschaft.de
www.bayerische-krebsgesellschaft.de

Sie werden beraten von:

- **Marianne Jung**
Dipl.-Pädagogin, Psychoonkologin (DKG),
Systemische Therapeutin /
Familientherapeutin (DGSF)
Leiterin der Krebsberatungsstelle
- **Birgit Pfeffer**
Dipl.-Psychologin, Psychoonkologin (DKG),
zertifizierte MBSR- und Breathworks-Trainerin
- **Anna-Marie Amthor**
Soziale Arbeit (B.A.)
- **Claudia Freisinger-Rubin**
Assistenzkraft

Unsere Öffnungszeiten:

Mo - Do 09:00 - 12:00 Uhr
Mo + Mi 13:00 - 17:00 Uhr

Gefördert durch:



 BAYERISCHE
KREBSGESELLSCHAFT

Veranstaltungen, Vorträge und Gruppenangebote

ZUHÖREN. BEGLEITEN. HELFEN.

Psychosoziale Krebsberatungsstelle Kempten - Allgäu

Jahresprogramm 2025

**Für Menschen mit Krebs,
Angehörige und Interessierte**

Feiern Sie mit uns!



2025 feiern wir mit verschiedenen Aktivitäten unser 100-jähriges Jubiläum – informieren Sie sich aktuell unter:

www.krebsinbayern.de



in Kempten-Allgäu

- Mittwoch, 30.07.2025
- Donnerstag, 31.07.2025

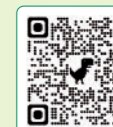
Wir freuen uns auf Ihr Kommen!

Weitere Angebote

NEU – ONLINE-Krebsberatung



Wir sind auch per Telefon, E-Mail, Video oder Chat für Sie da:

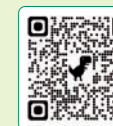


<https://bayerische-krebsgesellschaft.assisto.online/>

Webinar-Reihe:

„Wir reden über Krebs!“

Alle 2-3 Monate laden wir zu einem kostenfreien Gespräch mit ExpertInnen aus Beratung, Klinik und Praxis ein.



Gruppenangebote

Anmeldungen zu den Gruppenangeboten, Vorträgen und Sprechstunden in der Psychosozialen Krebsberatungsstelle Kempten-Allgäu, Tel. 0831 - 52 62 27 -0 oder kbs-kempten@bayerische-krebsgesellschaft.de
Sollten Sie aus finanziellen Gründen eine Ermäßigung benötigen, sprechen Sie uns bitte an.

• Kompakt-Kurs Jin-Shin-Jyutsu – Strömen

Jin Shin Jyutsu kann man als „Akupunktur mit den Händen“ beschreiben. Das Halten von bestimmten Körperpunkten mit den eigenen Fingern, ermöglicht u.a. einen tiefer werdenden Atem, ruhigen Geist, Entspannung und Regeneration. Die im Kurs meditativ angeleiteten Übungen sind einfach anzuwenden. Ein nicht erkranktes Familienmitglied kann gegen eine Gebühr teilnehmen.

Leitung: Irmgard Namer,

Jin Shin Jyutsu Praktikerin

Kurs 1: Mo, 10.03. und 17.03., 16:30 - 18:30 Uhr

Kurs 2: Mo, 20.10. und 27.10., 16:30 - 18:30 Uhr

Gebühr: 30 €/Kurs/Teilnehmer

• Atem + Stimme - Workshop

Mit Bezug auf die primären Indikationen (Angst, Depression, Schmerzen, Sinnfrage), werden sehr einfache Lieder mit affirmativen Botschaften („Erden“, „Fließen“, „Verbundenheit“) gesungen. Atmungsvertiefende und stimmöffnende Übungen fördern die Selbstregulation.

Leitung: Norbert Hermanns, Musiktherapeut, Sänger, Heilpraktiker für Psychotherapie

Termine: Do. 10.04., 26.06., 11.09., 27.11.2025 jeweils von 10:30 - 12:00 Uhr.

Gebühr: Kostenfrei! Finanziert durch den Raiba hilft e.V.

• Waldbaden

Shinrin Yoku kommt aus Japan und ist eine anerkannte Heil-/Therapiemethode. Dort wird es seit vielen Jahren praktiziert und wissenschaftlich erforscht. Waldbaden ist das achtsame, absichtslose Schlendern und Verweilen im Wald, bei dem wir alle Sinne weit öffnen. Die Termine können auch einzeln belegt werden.

Leitung: Daniela Rothermel,

Trainerin für Waldbaden

Termine: Mittwoch, 15.04, 02.07. und 23.09.2024 jeweils von 09:00 - 12:00 Uhr

Gebühr: 15 € pro Termin

• Trainingsgruppe Indoor

Den Alltag wieder mühelos bestreiten und dabei neues Selbstvertrauen erlangen. Dieses Ziel verfolgen wir in der onkologischen Trainingsgruppe. Hierfür werden durch Bewegung und auf das individuelle Niveau angepasste Übungen zum Aufbau der Grundfitness genutzt.

Leitung: Daniel Niebauer,

Sportwissenschaftler (B.Sc.)

Termine: 8 x dienstags von 18:00 - 19:00 Uhr ab 15.04.2025 bis 03.06.2025

Kosten: 25 €/Teilnehmer

• Wohlfühlzeit für Frauen

Eine kleine Auszeit zur Stärkung von Körper, Geist und Seele. Mit Achtsamkeitsübungen, Musik, sanfter Bewegung, Impulsen für Genuss und Lebendigkeit.

Leitung: Birgit Pfeffer

Termin: Do. 03.04.24 von 13:30 - 16:30 Uhr

Gebühr: kostenfrei

• Achtsame Bewegungen und Meditation

Sanfte Bewegungsübungen und Achtsamkeitsmeditation unterstützen die Stärkung von Körper und Geist. Die Übungen fördern Selbstgefühl und Selbstfürsorge sowie den Umgang mit der möglicherweise veränderten Lebenssituation.

Leitung: Birgit Pfeffer

Kurs: Di. 11./18./25.11.2025 und 02.12.2025 jeweils von 09:30 - 10:30 Uhr

Gebühr: kostenfrei!

Vorträge im Klinikum Kempten

Wir verweisen auf die Vorträge, die in Kooperation mit dem CCKA-Tumorzentrum am Klinikum Kempten stattfinden. Hierzu gibt es ein separat ausliegendes Programm.

Vorträge

in der Psychosozialen Krebsberatungsstelle Kempten
Kronenstr. 36, **Kostenfrei! Anmeldung erforderlich!**

• Training während und nach einer Tumorerkrankung

Dienstag, 11.03.2025, 18:00 Uhr

Referent: Daniel Niebauer, Sportwissenschaftler

• Erwerbsminderungsrente: Wie? Was? ...

Mittwoch, 12.11.2025, 16:00 - 17:30 Uhr

Referentin: Evi Kramer

• Vorsorgevollmacht und Patientenverfügung

Montag, 15.09.2025, 17:00 Uhr

Referent: Ludwig Straub, Rechtsanwalt

Gesprächskreise in der Krebsberatungsstelle

• Gesprächsgruppe für Krebserkrankte

Termin: Jeden 1. Montag im Monat, 14:30 - 16:30 Uhr

Experten-Sprechstunden

nach Vereinbarung

• Fatigue-Sprechstunde

Für Krebspatienten mit Müdigkeit und Erschöpfung inkl. ausführlicher Diagnostik und Beratung

• Ernährungsberatung bei Krebs

Kompetente Beratung und Betreuung rund um das Thema Essen, Trinken & Genuss
Kostenfreie Erstberatung

• Kinder-/Jugend- u. Familiensprechstunde

Bitte wenden Sie sich bei Bedarf an uns.

• ONLINE! Männertreff: Gut gegen Kopfkino

Themenbezogener Online-Austausch für Männer

Leitung: Alexander Greiner

Termine: jeweils letzter

Donnerstag im Monat

von 19:00 - 20:00 Uhr



Selbsthilfegruppen

- Buchloe, SHG Krebs
- Kaufbeuren, SHG für Betroffene und Angehörige
- Kempten, SHG Chronisch Erkrankte KREATIV
- Kempten, SHG Hautkrebs
- Kempten, Austausch Krebserkrankte
- Kempten, Austausch Leukämie- und Lymphom Erkrankte
- Kempten, Austausch Lungenkrebs
- Legau, SHG Powerfrauen nach Krebs
- Memmingen, SHG nach Krebs
- Memmingen, SHG Junge Frauen mit/nach Erkrankung

Jeweiliger Treffpunkt/Datum/Uhrzeit auf Anfrage