



Medienmitteilung

Mitgliederversammlung der Krebsliga Schaffhausen, 30. Mai 2024

Krebs macht einsam. Es ist dem Verein daher ein grosses Anliegen, betroffenen Menschen Gemeinschaft und persönliche Unterstützung anzubieten. Am 21. September auch mit einem Lauf unter dem Motto «mitenand – fürenand».

Präsident, Dr. med. Giannicola D'Addario blickte an der Mitgliederversammlung auf das vielseitige Programm des Jahres 2023 zurück. Hervorgehoben sei an dieser Stelle die erstmalige Durchführung eines Yoga-Kurses für Krebsbetroffene sowie der Feuerwehr-Hindernislauf im November zu Gunsten männlicher Krebsbetroffener. Ebenfalls freute sich der Vorstand sehr über den Volksentscheid zur Fortführung der palliativen Spezialversorgung im Kanton, wozu auch der mobile Palliative Care Dienst der Krebsliga Schaffhausen gehört.

Kassier, Jürgen Vetterlein, präsentierte die Jahresrechnung 2023, welche leider einen Verlust von 82'133 Franken ausweist. Der Bedarf an Beratung und Unterstützung durch die Sozialberatung und die SEOP palliative steigt zwar stetig, aber leider musste der Verein einen Rückgang der Spendeneinnahmen verzeichnen. Dies ist wohl auf die globale Situation mit vielen Krisen und Unsicherheiten zurückzuführen. Der Kassier dankt allen Gönnern für jeden Beitrag herzlich, denn nur so ist die Fortführungen der Arbeit im Dienste der Betroffenen weiterhin möglich.

Im Vorstand gibt es Veränderungen. Verabschiedet wurden die beiden Beisitzerinnen Jeanette Storer und Dr. med. Adrienne Imhof. Neu gewählt wurden Mirjam Stücheli (Rechtsanwältin) und Irene Gruhler Heinzer (Kantons- und Stadträtin Stein am Rhein). Die Mitglieder erteilten dem Vorstand einstimmig Entlastung.

Vizepräsidentin, Dr. med. Katrin Breitling stellte im Anschluss den Solidaritätslauf vom 21. September vor. Dieser Lauf adressiert sich an Gesunde wie Betroffene. „Mitenand und Fürenand“ können die Teilnehmenden, etwas Gutes tun und sich für eine wichtige Sache einsetzen. Mit Fabienne Vonlanthen, der schnellsten Polizistin der Welt, konnte eine Schaffhauser Botschafterin gewonnen werden, die den Event tatkräftig und mit viel Elan unterstützt. Interessierte können sich ab sofort für den Lauf anmelden.

Nach einer kurzen Pause leitete der Präsident über zum öffentlichen Teil der Veranstaltung mit dem Referat von Frau Dr. med. Cornelia Brüssow zum Thema Familiäre Krebsbelastung - Was kann die genetische Beratung leisten? Im Anschluss nutzte das Publikum die Möglichkeit, Fragen zu stellen und persönlich mit dem Referenten wie den Krebsliga Verantwortlichen zu sprechen.

Krebsliga Schaffhausen

Kontakt für Rückfragen:

Sandra Koitka
Geschäftsführerin Krebsliga Schaffhausen
052 741 45 45
s.koitka@krebsliga-sh.ch

Schaffhausen, 31. Mai 2024



Präsident Dr. med. Giannicola D'Addario mit den neugewählten Vorstandsmitgliedern Mirjam Stücheli und Irene Heinzer Gruhler

**Wandern Sie mit uns – denn jeder Schritt zählt.
21. September 2024 in Schaffhausen**

Dieser Lauf ist die Gelegenheit, etwas Gutes zu tun und sich für eine wichtige Sache einzusetzen.

Eingeladen sind alle, die sich gerne sportlich betätigen und sich mit Krebsbetroffenen solidarisieren möchten: Gesunde und Krebsbetroffene, Angehörige, Familie und Freund:innen, engagierte Sportler:innen und Geniesser:innen.

Wir **wandern** in begleiteten Gruppen vom Herrenacker zur ehemaligen Stahlgießerei. Dazu bieten wir drei Streckenvarianten an. Wählen Sie je nach Ihrer Leistungsfähigkeit aus:



Wir freuen uns, dass wir mit **Fabienne Vonlanthen**, der schnellsten Polizistin der Welt, eine Schaffhauser Botschafterin gewinnen konnten, die den Event tatkräftig und mit viel Elan unterstützt. Solidarität ist wichtig. Sie gibt Kraft, macht Mut zum Durchhalten und stärkt den Zusammenhalt in der Familie. Dazu sind wir alle aufgerufen.

Schon heute laden wir Sie herzlich ein, am **Samstag, 21 September 2024** am Solidaritätslauf aktiv teilzunehmen und bitten Sie, sich den Tag zu reservieren.

Fabienne Vonlanthen
schnellste Polizistin der Welt
Gewinnerin Zürich Halbmarathon 2024
Europameisterin Polizei Marathon 2022
Weltmeisterin Halbmarathon World
Police and Fire Games 2022



«Dieses Thema finde ich sehr wichtig und es wird meiner Meinung nach zu wenig darüber gesprochen! Aus diesem Grund bin ich gerne bereit, als Botschafterin das «Warm up» für die Teilnehmenden der langen und mittleren Strecke zu übernehmen.»

Das Organisationskomitee mit Botschafterin Fabienne Vonlanthen.



v.l.n.r.: Barbara Studer, Marthi Hiltbrand, Fabienne Vonlanthen, Dr. med. Katrin Breitling, Sandra Koitka
Es fehlt Stefan Breitling

Hintergrundinformation zu „Krebs & Sport“

Wer körperlich aktiv ist, fühlt sich seltener erschöpft, ist leistungsfähiger und bleibt beweglicher.

Mit Bewegung die Therapie unterstützen

Die Wirkungen von Sport bei Krebspatientinnen und -patienten wurden in letzter Zeit vermehrt in klinischen Studien untersucht. Dabei hat sich gezeigt, dass körperliche Aktivität messbar die Nebenwirkungen einer Chemo- oder antihormonellen Therapie reduzieren kann. Hat bis vor wenigen Jahren noch gegolten, während einer Krebsbehandlung eher für Ruhe und Schonung zu sorgen, ist mittlerweile belegt, dass regelmässige Bewegung die Rückfallrate verringern und so die Überlebenschancen verbessern kann.

Das Wohlbefinden fördern

Bewegung und Sport wirken sich positiv auf das seelische Gleichgewicht aus. Das ist insbesondere auch für die Angehörigen von krebserkrankten Menschen wichtig, die durch eine solche Erkrankung oft sehr belastet sind.

Krebs durch Bewegung vorbeugen

Regelmässige körperliche Aktivität hat vielfältige positive Auswirkungen auf Gesundheit und Wohlbefinden und senkt das Krebsrisiko um 10-20%. Da sie die körperliche Leistungsfähigkeit steigert und das Immunsystem stärkt, wird die Prognose im Falle einer Erkrankung verbessert und die Gefahr eines Rückfalls reduziert. Psychisch wirkt Bewegung stressabbauend, fördert die Ausschüttung von Glückshormonen, verbessert Schlaf, Gedächtnis und Lernfähigkeit. Soziale Interaktion in Sportgruppen trägt zusätzlich zur mentalen Gesundheit bei.

Krebsliga Schaffhausen - Wir sind da: Für Krebsbetroffene, Angehörige und Interessierte

Eine Krebsdiagnose stellt das Leben auf den Kopf. Wir von der Krebsliga Schaffhausen begleiten Sie in Ihrem Alltag durch die verschiedenen Phasen der Krankheit.

Beratungsangebot

Krebs stellt Sie und Ihr Umfeld von einem Tag auf den anderen vor eine neue Realität. Das bringt Herausforderungen mit sich, die weit über die medizinischen Fragen hinausgehen. Zusammen entwickeln wir Ideen, wie Sie Ihren Alltag immer besser bewältigen können. Wir hören Ihnen zu und beantworten Ihre Fragen rund um ein Leben mit Krebs. Gemeinsam finden wir heraus, welche Unterstützung Sie brauchen und wie Sie Ihr Umfeld am besten miteinbeziehen. Dabei stützen wir uns auf unsere langjährige Erfahrung und auf unser Fachwissen. Die Art der Beratung bestimmen Sie dabei selbst. Wir bieten Ihnen persönliche Gespräche auf unserer Geschäftsstelle oder besuchen Sie bei Ihnen zu Hause.

SEOP palliative

Im Kanton Schaffhausen leben über 4'500 Menschen, die von einer Krebserkrankung betroffen sind. Pro Jahr sterben mehr als 170 Menschen daran, wovon ein Grossteil durch die Pflegefachfrauen unseres mobilen Spitexdienst SEOP palliative daheim betreut wird. Ziel ist es, dem grossen Wunsch der Betroffenen zu entsprechen, daheim gepflegt zu werden und sterben zu dürfen.

Prävention und Früherkennung

Eine Krebserkrankung ist immer ernst und oft heimtückisch. Darum setzen wir uns ein für Früherkennungsangebote, die allen Menschen offenstehen und einfach zugänglich sind. Zusätzlich machen wir von der Krebsliga Schaffhausen regelmässig über Vorträge und Veranstaltungen auf die verschiedenen Formen und Anzeichen von Krebs aufmerksam. So tragen wir dazu bei, Krebs früh zu erkennen bevor Symptome auftreten, die Heilungschancen zu verbessern und die Überlebenschancen zu erhöhen.

Kurse für Betroffene

Die Krebsliga Schaffhausen bietet Betroffenen und ihrem Umfeld verschiedene Kurse an. Sie helfen mit der Diagnose im Alltag zurechtzukommen – auch, wenn der Krebs bereits besiegt ist. Unsere Sportgruppe trifft sich wöchentlich. Auch wer bisher nur wenig oder gar keinen Sport getrieben hat, findet hier seinen Platz. Die Gruppe ist offen für Menschen jeden Alters.