

# Dehrner Krebsnothilfe

Verein zur Hilfe bei Krebserkrankungen e.V.

Einfach da,  
wenn man uns braucht!



## Jahresbericht 2017

Kontaktstelle in der Limburger Altstadt

Kleine Rüsche 3 (direkt oberhalb des Altstadtparkhauses)

65549 Limburg

Telefon: 0 64 31 - 97 39 14

[kontakt@dknh.de](mailto:kontakt@dknh.de), [www.dknh.de](http://www.dknh.de)



# Inhalt

## Vorwort

Hemmungen überwinden helfen 3

## Rückblick

Durch das Jahr 2017 4

Statistik 7

## Personelles

Ausscheiden zweier Vorstandsmitglieder: Monika Schneider und Heike Schmitt 8

Neu im DKNH-Vorstand seit Oktober 2017: Claudia Heine 8

Wir suchen Menschen, die einfach da sind, wenn sie gebraucht werden 9

Systemische Therapeutin Claudia Horst 10

## Die Begegnung mit der Krankheit Krebs

Brustkrebs – Was kann ich dagegen tun? 11

## Aktuelle Seminarangebote

BrustSELBSTUntersuchung 12

Musik und Therapie mit Doris Mill und Dorothee Laux 13

## So können Sie uns ganz einfach finanziell unterstützen

Jeder Einkauf eine gute Tat für die DKNH - machen Sie mit! 14

Sie möchten spenden? Online oder per Handy ganz unkompliziert – hier steht wie's geht! 15

## Ein befreundeter Verein stellt sich vor

Hospizdienste Limburg e.V. 16

## Veranstaltungen (mit) der DKNH

Ankündigung 2. Dehrner Rabenfest am 8. und 9. September 2018 17

Weihnachtsbaumverkauf 2017: Bilderseite mit Besuchern und Helfern 18

## Wir danken für Ihre Spenden

Übersicht aller Spender des Vereinsjahres 2016/2017 20

## Zum Abschluss

Wenn ich wüsste... 23

## Hemmungen überwinden helfen

*Liebe Mitglieder, liebe ehrenamtliche Mitarbeiter, liebe Freunde und Unterstützer unseres Vereins,*

bereits seit dem Jahr 2005 sind wir mit einer Kontakt- und Informationsstelle im Herzen der Limburger Altstadt präsent.

Diese dient als erste Anlaufstelle für Betroffene und deren Angehörige und ermöglicht es uns, Gespräche diskret in einem geschützten Raum zu führen.

Zunächst waren wir in der Barfüßergasse in unmittelbarer Nähe der Stadtkirche anzutreffen. Leider konnten wir für die dort von uns ebenfalls angemieteten Wohnräume in den Obergeschossen keine geeigneten Untermieter mehr finden. So führten uns unsere Wege an den Fischmarkt, wo wir direkt neben dem Schokoladenhaus für die letzten 4 Jahre ein neues Zuhause fanden.

Leider erwies sich dieser Standort aus unterschiedlichen Gründen als nicht wirklich glücklich, sodass wir die sich jetzt bietende Chance zu einem erneuten Umzug in die Kleine Rüsche 3 mit einem einstimmigen Vorstandsbeschluss auf den Weg brachten. Aller guten Dinge sind bekanntlich drei. Da wir nun ein wirklich würdiges Zuhause gefunden haben, können wir auch künftig in Limburg einfach da sein, wenn man uns braucht. Wir sind überzeugt, dass künftig so auch wieder sehr viel mehr Besucher den Weg zu uns finden werden.

Die beste Werbung ist eine Empfehlung, mit der Sie auf unsere Arbeit aufmerksam machen und dem ein oder anderen helfen, vorhandene Hemmungen zu überwinden, sich ratsuchend an uns zu wenden. Wir unterstützen Menschen in wirklichen Krisensituation schnell, unbürokratisch und behandeln alle an uns herangetragenen Anliegen diskret und vertraulich.



Viel Kurzweil beim Schmökern durch unseren Jahresbericht und

**bleiben Sie - beziehungsweise werden Sie bald wieder -gesund!**

Mit freundlichen Grüßen  
im Namen des gesamten Vorstandes



Andreas Kessler  
-1. Vorsitzender -

## Durch das Jahr 2017

Wir geben Ihnen hier einen kleinen Überblick unserer Arbeit im letzten Jahr

### Januar 2017

Herr Sikora und Frau Zander stellen erstmals ihr neues Angebot systemische Familientherapie für Familien mit an Krebs erkrankten Menschen vor. Ziele der Therapie sind die Stabilisierung der Familien und die gegenseitige Unterstützung der Familienmitglieder. Das Vorhaben wird vom Vorstand der DKNH sehr begrüßt. Geplant ist zunächst eine Info-Veranstaltung, dann die Arbeit mit den Familien.

Pro familia fragt an, ob die DKNH die Ausbildung einer Trainerin für die Schulung von Frauen zur Selbstuntersuchung ihrer Brust finanzieren würde. Der Vorstand beurteilt das Vorhaben als einen positiven Beitrag zur Früherkennung von Brustkrebs und befürwortet die Unterstützung.

### Februar 2017

Treffen der ehrenamtlichen MitarbeiterInnen am 04.02.2017 (Weltkrebstag) zum Erfahrungsaustausch in unserer Kontaktstelle. In angenehmer Atmosphäre nehmen bei Kaffee und Kuchen acht Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter teil.

### März 2016

Im Rahmen der Gesundheitstage WerkStadt am 25. und 26. März informieren der Vorstand, ehrenamtliche Mitarbeiter und interessierte Mitglieder über Möglichkeiten zur Vorsorge und Früherkennung von Darmkrebs. Insgesamt werden 400 Narzissen verteilt, die die Besucher zu Vorsorgeuntersuchungen motivieren sollen. Da keine weiteren Aktionen in der WerkStadt durchgeführt wurden, war die Besucherzahl am Sonntag leider recht überschaubar. Wir sind trotzdem froh, dass wir bei der jährlich stattfindenden Aufklärungsaktion zum Darmkrebsmonat nun ein Dach über

dem Kopf haben und nicht mehr Wind und Wetter ausgesetzt sind.

Vielen Dank allen, die so tatkräftig mitgeholfen und für die vielen guten Gespräche zur Verfügung gestanden haben!

Einige Vorstandsmitglieder nehmen an der Veranstaltung zum Brustkrebstag 2017 im St. Vincenz-Krankenhaus teil. Sie beurteilen sie als durchweg positiv.

### April 2017

Am 10. April findet die jährliche Mitgliederversammlung statt. Neben dem Jahresbericht stehen nach der neuen Satzung in ungeraden Jahren die Wahl des 2. Vorsitzenden, des Schatzmeisters, des Öffentlichkeitsbeauftragten, der Leiterin der Kontaktstelle an.

*Es werden in ihren Ämtern bestätigt:*

2. Vorsitzende Gabi Vitt,

Schatzmeister Burkhard Sehr,

Öffentlichkeitsbeauftragte Gaby Sauer,

Leiterin der Kontaktstelle Margret Hähner,

Dr. Heike Fröhlich wird in Abwesenheit zur Beisitzerin gewählt.

Monika Schneider und Heike Schmidt beenden ihre aktive Vorstandsarbeit aus persönlichen und familiären Gründen. Wir alle bedauern ihre Entscheidungen und danken beiden ganz herzlich für ihre langjährige Arbeit im Vorstand und ihr hohes Engagement für unseren Verein. Beide haben ihre Bereitschaft erklärt, uns weiterhin bei allen anfallenden Aufgaben tatkräftig zu unterstützen. Darüber freuen wir uns sehr und werden ihr Angebot dankbar annehmen.

## **Mai 2017**

Nach einem Vorgespräch im März besuchen Frau Pappert-Rausch und Frau Völpel von profamilia die Vorstandssitzung in der Kontaktstelle. Sie stellen das Konzept „Mamma Care“ vor, das vorsieht, Frauen zu Selbstuntersuchung ihrer Brüste zu schulen und anzuleiten und damit zu einer frühzeitigen Erkennung von Brustkrebskrankungen beizutragen. Wie schon im Januar begrüßt der Vorstand dieses Vorhaben und erklärt die Kostenzusage für die Ausbildung der Trainerin und anfallenden Sachkosten.

Unsere Therapeuten Herr David Sikora und Frau Silke Zander stellen am 08.05.2017 im Pfarrzentrum der evangelischen Kirche in Limburg ihr neues Konzept „systemische Familientherapie für Familien an Krebs Erkrankter“ vor. Mehrere interessierte und Vorstandsmitglieder unseres Vereins nehmen an der sehr informativen Veranstaltung teil. Der Vorstand beschließt in seiner Maisitzung, Betroffene, die eine systemische Familientherapie benötigen, durch die Übernahme der Kosten zu unterstützen.

Treffen mit VertreterInnen des St. Vincenz-Krankenhauses:

Andreas Kessler und Gabi Vitt besprechen mit Frau Groos, Herrn Reuhl, Herrn Wernert und Herrn Prof. Dr. Neuhaus die Konzeption eines gemeinsamen niederschweligen Angebots zur Beratung und Begleitung Krebskranker bei finanziellen Fragestellungen. Ziel des Angebots soll es sein, Armut als Folge von Krebserkrankungen zu verhindern bzw. zu mildern. Die Vertreter des St. Vincenz-Krankenhauses übernehmen die Aufgabe, das Konzept zu konkretisieren.

## **Juni 2017**

Tag der ehrenamtlichen MitarbeiterInnen:

Als Dankeschön für ihre engagierte Arbeit in

der Kontaktstelle organisiert der Vorstand einen Tag für die ehrenamtlichen MitarbeiterInnen in Runkel. Auf dem Programm steht u.a. die Besichtigung der Burg im Rahmen einer Führung. Den Abschluss des Tages genießen die TeilnehmerInnen und Vorstandsmitglieder in großer Runde im Landgasthof Schaaf, zu der auch unsere Therapeuten eingeladen sind. Der Tag wird von allen als sehr gelungen bezeichnet, an dem Gemütlichkeit, aber auch Informationen und der Austausch zu fachlichen Fragestellungen nicht zu kurz kommen.

## **Juli und August 2017**

Trotz der Sommerferien erreichen uns im Juli und August sehr viele Anfragen von an Krebs erkrankten Menschen, was in diesen Monaten eher außergewöhnlich ist. Wir hoffen, dass wir mit unseren ganz unterschiedlichen, auf die individuellen Situationen zugeschnittenen Unterstützungen die Not der Betroffenen und ihrer Familien etwas lindern können.

## **September 2017**

Claudia Heine erklärt ihre Bereitschaft im Vorstand mitzuarbeiten. Sie stellt sich dem Vorstand in seiner Sitzung am 12.09.2017 vor und wird vorläufig als Beisitzerin aufgenommen. Wir freuen uns sehr über die Entscheidung von Frau Heine und wünschen ihr und uns eine gute Zusammenarbeit.

In der Mitgliederversammlung im April 2018 wird sie sich den Mitgliedern zur Wahl stellen.

## **Oktober 2017**

Zur Gewinnung von Spenden beschließt der Vorstand an Boost-Projekten im Internet teilzunehmen. Hier können Kunden von Internet-Kaufhäusern auswählen, an welche Hilfsorganisationen diese einen bestimmten Betrag ihres Einkaufs spenden sollen.



Mamma Care Projekt mit profamilia:  
Frau Völpel hat ihre Weiterbildung zur Mamma Care Trainerin erfolgreich beendet. Es wird mit der Planung und Bewerbung des Angebots begonnen.

### **November 2017**

Am 05.11.2017 nehmen Gabi Vitt, Monika Schneider und Gaby Sauer am Palliativtag in Hadamar teil.

Gabi Vitt referiert beim VDK Dauborn zum Thema „Zur Armut bei Krebs“.

Am 28.11.2017 findet ein Treffen mit dem Palliativ-Team Limburg-Weilburg zum Erfahrungsaustausch und Intensivierung der Zusammenarbeit statt. Es wird beschlossen, die jährlichen Treffen in diesem Intervall beizubehalten.

### **Dezember 2017**

Weihnachtsbaumverkauf am 16. Dezember 2017: Neben den nun schon fast traditionellen musikalischen Highlights und Bernhard Eufinger mit der Lubentius-Mandelbrennerei aus Dietkirchen bereichert die Bäckerei Nordhofen mit dem Verkauf süßer Weihnachtsleckereien das kulinarische Angebot. Auch nutzen einige Firmen die Veranstaltung, um ihre Spenden an die DKNH öffentlichkeitswirksam zu übergeben.

Zum Ende der Veranstaltung sind wir mit einer Rekordzahl von 195 verkauften Weihnachtsbäumen quasi ausverkauft.

Fazit:

Nirgends werden mehr Bäume in kürzerer Zeit verkauft als bei uns!

Und:

Wir freuen uns schon jetzt auf die vielen Besucher und die guten Gespräche im nächsten Jahr!

An dieser Stelle gilt unser herzlicher Dank allen Mitwirkenden, Helfern an der Kuchen- und Suppentheke, Fahrern und der Freiwilligen Feuerwehr Dehrn. Ohne Euch hätten wir das alles nicht stemmen können!

Damit wir die Weihnachtsbäume auch in 2017 ausliefern konnten, stellten die Stadt Runkel und die Firma Kartoffelanbau Christof Rompel wieder ihre Fahrzeuge zur Verfügung. Ganz vielen lieben Dank!

Weitere Themen, mit denen wir uns in 2017 auch beschäftigt haben:

- Neues Computer-Programm für die Vereins-Buchhaltung
- Gespräche mit Kooperationspartnern
- Gewinnung von neuen Mitgliedern, vor allem von Möglichkeiten, jüngere Menschen anzusprechen

### **Zum Abschluss ein dickes Dankeschön!**

Abschließend bedankt sich der Vorstand der Dehrner Krebsnothilfe ganz herzlich bei all den Menschen, die uns in 2017 geholfen haben, ob durch ihre tatkräftige Mitwirkung, ihre ideelle Unterstützung oder ihre Spende. Ebenso bedanken wir uns bei den mit uns kooperierenden Therapeuten und Therapeutinnen, die betroffenen Kindern und Erwachsenen sowie ihren großen und kleinen Angehörigen großartige Hilfe leisten.

Einen ganz herzlichen Dank sprechen wir den ehrenamtlichen Mitarbeitern und Mitarbeiterinnen aus, die regelmäßig und uneigennützig dienstags und samstags ihren Dienst in der Kontakt- und Informationsstelle versehen und dort von Krebs betroffene Hilfesuchende und ihre Angehörigen sehr kompetent und einfühlsam beraten, informieren oder trösten.

Unser ganz besonderer Dank gilt Margret Hähner, die neben ihrer Arbeit im Vorstand und als Leiterin der Kontaktstelle das Vereinstelefon bedient. Damit ist sie die erste Anlaufstelle für die vielen von Krebs betroffenen Menschen und ihre Angehörigen, die sich in schwierigen Situationen an uns wenden. Mit Frau Hähner finden sie eine ge-

duldige, sehr zugewandte und kompetente Ansprechpartnerin. Durch ihre Hilfe können wir unserem Motto gerecht werden: „Einfach da, wenn man uns braucht!“

Gabi Vitt und Andreas Kessler  
Vorsitzende

## Statistik 2017

|           |                                      | Anzahl der Personen/Familien | in % |
|-----------|--------------------------------------|------------------------------|------|
| <b>1.</b> | <b>Psychologische Begleitung</b>     |                              |      |
|           | Einzeltherapie                       | 32 Personen                  |      |
|           | männlich                             | 7 Personen                   | 22%  |
|           | weiblich                             | 25 Personen                  | 78%  |
|           | System. Familientherapie             | 4 Familien                   |      |
|           | Musiktherapie                        | 6 Personen                   |      |
| <b>2.</b> | <b>Finanzielle Zuwendung</b>         | <b>24 Personen</b>           |      |
|           | männlich                             | 8 Personen                   | 33%  |
|           | weiblich                             | 16 Personen                  | 67%  |
| <b>3.</b> | <b>Beratung/Information</b>          | <b>4 Personen</b>            |      |
|           | männlich                             | 1 Person                     | 25%  |
|           | weiblich                             | 3 Personen                   | 75%  |
| <b>4.</b> | <b>Kontaktaufnahme Kontaktstelle</b> | <b>64 Kontakte</b>           |      |
|           | Hilfeersuchen                        | 31 Besucher                  | 48%  |
|           | Information/Info-Material            | 5 Besucher                   | 8%   |
|           | Übergabe von Zuwendungen             | 9 Besucher                   | 14%  |
|           | Spendenübergaben                     | 14 Besucher                  | 22%  |
|           | Sonstige                             | 5 Besucher                   | 8%   |

| Altersverteilung finanzielle Zuwendung | männlich | weiblich  |
|--|----------|-----------|
| 0 - 20 Jahre                           | -        | 1         |
| 21 - 30 Jahre                          | 1        | -         |
| 31 - 40 Jahre                          | 1        | -         |
| 41 - 50 Jahre                          | -        | 2         |
| 51 - 60 Jahre                          | -        | 5         |
| 61 - 70 Jahre                          | -        | 3         |
| 71 - 80 Jahre                          | -        | -         |
| 81 - 90 Jahre                          | -        | -         |
| ohne Angaben                           | 6        | 5         |
| <b>gesamt</b>                          | <b>8</b> | <b>16</b> |

Statistik

## Ausscheiden zweier Vorstandskolleginnen im letzten Jahr

Mit Heike Schmitt und Monika Schneider mussten wir uns 2017 gleich von zwei langjährigen verdienten Vorstandsmitgliedern verabschieden, die beide aus persönlichen Gründen ihre Vorstandsarbeit beendeten.

Monika Schneider aus Thalheim begann ihre aktive Mitarbeit in unserem Verein im Jahr 2005. Als Beweggrund dafür diente ihr nach eigener Aussage das Bedürfnis aus Dankbarkeit für all das Gute in ihrem Leben Erfahrene etwas zurückgeben zu wollen. Dazu fand und findet sie nach wie vor durch ihr Wirken für die DKNH viele Gelegenheiten. Denn genau wie Heike Schmitt ist auch Monika Schneider nach Beendigung ihrer Vorstandszugehörigkeit immer noch aktiv in der Vereinsarbeit tätig. „Mosch“ wie sie liebevoll von Freunden genannt wird, die sich als ausgebildete Hospizhelferin auch noch ehrenamtlich für den Hospizverein Westerwald engagiert, ist und bleibt mit ihrem Herzblut, ihrer Tatkraft, dem Organisationstalent und ihrer kreativen Begabung ein wertvoller Stützpfeiler für unseren Verein.

Die in Brechen beheimatete Heike Schmitt ist seit 2008 Mitglied der Dehrner Krebsnothilfe und un-



Heike Schmitt (li.) und Monika Schneider

terstützte unsere Vereinsarbeit auf vielfältige Art und Weise.

Egal ob es um Repräsentationsaufgaben, den Besuch von Betroffenen vor Ort oder die Organisation und Durchführung von Veranstaltungen oder sonstige Aufgaben

ging. „Unsere“ Heike war einfach da, wenn wir sie brauchten. Neben ihrer langjährigen Vorstandstätigkeit als Schriftführerin war sie auch Ansprechpartnerin in unserer Limburger Kontaktstelle.

Im Namen des gesamten Vorstands, aller ehrenamtlichen Mitarbeiter, sowie Betroffenen und ihren Angehörigen danken wir ganz besonders herzlich für alles, was die beiden bisher getan haben und künftig noch tun werden.

ANDREAS KESSLER  
1. VORSITZENDER

---

## Neu im DKNH-Vorstand seit Oktober 2017: Claudia Heine



Kurz zu meiner Person:

Ich bin 52 Jahre alt, verheiratet und habe einen erwachsenen Sohn.

Nachdem unser Sohn 2016 ausgezogen war,

wollten mein Mann und ich uns räumlich verkleinern und die Wahl fiel Anfang 2017 auf den schönen Ort Dehrn.

Die DKNH war mir bis dahin schon bekannt und ich vertiefte an meinem neuen Wohnort den Kontakt.

Besonders beeindruckt mich, daß die Einnahmen aus Mitgliedsbeiträgen und Spenden vollständig für krebserkrankte Menschen verwendet werden. Ich freue mich, dass ich die DKNH jetzt persönlich



unterstützen und Menschen aus der Region in ihrer Notsituation helfen kann.

Mit dem Thema Krebs wurde ich vor 24 Jahren erstmalig konfrontiert, als meine engste Freundin innerhalb kurzer Zeit verstarb und ihr Mann mit zwei Kleinkindern in dieser Zeit oft an seine Belastungsgrenze (psychisch wie auch finanziell) stieß.

Vor 16 Jahren verstarb mein Vater an Krebs, mehrere enge Freunde erkrankten ebenfalls im Laufe der Jahre, so daß ich mich immer wieder mit der Krankheit intensiv befaßt habe.

Beruflich bin ich seit 1984 als Bankkauffrau tätig, seit 1999 arbeite ich in der Kreissparkasse Limburg. Meine Freizeit verbringe ich am Liebsten mit meiner Familie, außerdem male ich sehr gerne. Desweiteren verreise ich so oft wie möglich und genieße die Urlaube im In- wie auch im Ausland.

Ich möchte durch meine ehrenamtliche Tätigkeit im Vorstand der DKNH die Sorgen der Betroffenen lindern gemäß unserem Motto: „Einfach da sein, wenn man uns braucht!“

CLAUDIA HEINE

---

## Auf der Suche nach einer sinnvollen Freizeitbeschäftigung?

Zur Unterstützung unserer Vereinsarbeit suchen wir Menschen, die gerne einfach da sind, wenn sie gebraucht werden.

Die Diagnose Krebs ist für Betroffene und deren Angehörige ein einschneidendes und häufig lebensveränderndes Ereignis.

Neben der Angst wie es jetzt weitergeht, stellen sich viele Fragen, auf die man zunächst keine Antworten weiß. In einer solchen Situation ist es schön, wenn es jemanden gibt, der einfach da ist, wenn man ihn braucht. Unser Verein leistet Beistand, hilft wo Hilfe gebraucht wird, unterstützt praktisch, therapeutisch und sofern notwendig auch finanziell.

Auch wenn Sie bisher noch über keine Erfahrungen im sozialen Bereich verfügen: Mit dem Herz am richtigen Fleck, dem Wunsch etwas Sinnvolles tun zu wollen sowie der notwendigen Diskretion erfüllen sie schon die drei wesentlichen Voraussetzungen für eine Mitarbeit bei uns.

Wenn Sie sich vorstellen können, uns nur einige Stunden im Monat bei unseren vielfältigen Aufgaben ehrenamtlich zu unterstützen, stehen Ihnen unsere Vorstandsvorsitzenden Andreas Kessler oder Gabi Vitt sehr gerne für ein erstes Gespräch zur Verfügung.

Vereinbaren Sie einfach einen Rückruf unter unserer Vereinsrufnummer 0 64 31 - 97 39 14 oder senden Sie eine Mail an [a.kessler@dknh.de](mailto:a.kessler@dknh.de) oder [g.vitt@dknh.de](mailto:g.vitt@dknh.de).

Wir freuen uns von Ihnen zu hören.

ANDREAS KESSLER  
1. VORSITZENDER

## Systemische Therapeutin Claudia Horst

„Denn der Weg lehrt uns am besten, ans Ziel zu gelangen, und er bereichert uns, während wir ihn zurücklegen.“ *Paulo Coelho*

### Mein Aufgabenbereich

Integraler Bestandteil meiner selbstständigen Tätigkeit in freier pädagogisch-therapeutischer Praxis ist die psychosoziale Begleitung von Kindern und Jugendlichen krebserkrankter Eltern sowie die der Betroffenen in ihrer Elternrolle. Ferner zählt zu meinem Aufgabengebiet auch die familienorientierte Betreuung junger Menschen, die selbst an Krebs erkrankt sind. Beide Schwerpunkte übe ich schon seit vielen Jahren im Auftrag der Dehner Krebsnothilfe aus. Es bleibt bei dieser Art von Arbeit nicht aus, dass zuweilen die Sterbebegleitung und Trauerarbeit eine große Rolle spielen. Hierbei stehe ich insbesondere dem Palliativ-Care-Team als Ansprechpartnerin zur Verfügung. Darüber hinaus besteht ein weiterer wesentlicher Teil meiner Profession in der intensiv heilpädagogisch fundierten Behandlung und systemisch-therapeutischen Begleitung von Kindern, Jugendlichen und jungen Erwachsenen mit Lern-, Leistungs- und Prüfungsblockaden, Mobbing-erfahrung und sozialer Phobie, Angst- und Essstörungen.

### Mein therapeutischer Ansatz

Die Arbeit mit dem jungen Menschen im Kontext seiner Familie liegt mir besonders am Herzen. Die Akzeptanz seines Soseins, seine Einmaligkeit und die Teilnahme an seinen persönlichen Lebensumständen unter Berücksichtigung seiner erschweren Entwicklungs- und Beziehungsprozesse erklären meinen ganzheitlich orientierten, auf Körper, Geist und Seele bezogenen Arbeitsansatz. Mir geht es um die individuelle Begleitung des Einzelnen und die Aktivierung seiner Selbstheilungskräfte sowie die gezielte Förderung seiner



Gesamtpersönlichkeit in seiner jeweiligen Lebenslage. Manchmal genügt ein Wort der Anteilnahme, des Trostes und der Ermutigung. Pädagogisch-therapeutische Fragen werden von mir systemisch gesehen, beantwortet und behandelt, indem das Fühlen, Denken und Handeln von Kindern, Jugendlichen und jungen Erwachsenen innerhalb ihres Lebenszusammenhangs und abhängig von diesem von mir verstanden werden. Interdisziplinäre Zusammenarbeit und der Austausch auf multiprofessioneller Ebene sind mir wichtig, sobald der entwicklungspsychologische Prozess des jungen Menschen dies erforderlich macht.

### Mein Selbstverständnis

Allen Menschen, die sich mir anvertrauen, begegne ich mit Wertschätzung, dem Respekt vor ihrer Einzigartigkeit, und mit Empathie - dies gilt für Erwachsene ebenso wie für Kinder und Jugendliche. Ich behandle und therapiere keine „Fälle“, sondern begleite und unterstütze diese Menschen auf ihrem Weg. „Denn der Weg lehrt uns am besten, ans Ziel zu gelangen, und er bereichert uns, während wir ihn zurücklegen.“ (Paulo Coelho)

CLAUDIA HORST  
SYSTEMISCHE THERAPEUTIN/ FAMILIENTHERAPEUTIN (DGSP)  
DIPL. SOZIALPÄDAGOGIN  
STAATL. ANERK. HEILPÄDAGOGIN  
DIPL. OECOTROPHOLOGIN

PÄDAGOGISCH-THERAPEUTISCHE PRAXIS  
FRANZ-LEUNINGER-STR. 11, 65553 LIMBURG-DIETKIRCHEN  
TELEFON: 06431 2880660, E-MAIL: C.HORST@GMX.DE

## Brustkrebs – Was kann ich dagegen tun?

Brustkrebs (Mammakarzinom) beschreibt invasive, d. h. in das Gewebe eindringende bösartige Tumore. Brustkrebs ist in Deutschland die häufigste Krebserkrankung bei Frauen mit ca. 70.000 Neudiagnosen pro Jahr. Im Jahr 2013 starben 17.800 Frauen daran. Die Diagnose wird meist in einem höheren Alter häufig während und nach den Wechseljahren gestellt: Mehr als die Hälfte der Frauen mit Brustkrebs sind zum Zeitpunkt der Diagnose älter als 60 Jahre. Brustkrebs kann aber auch deutlich jüngere Frauen und in seltenen Fällen auch Männer betreffen: Etwa einer von 1.000 Männern erkrankt im Laufe seines Lebens daran.

Brustkrebs kann entstehen, wenn sich die genetische Information von Zellen so verändert, dass sie sich unkontrolliert zu teilen beginnen. Wie es zu solchen Veränderungen kommt, aus denen Wucherungen und Knoten an der Brust entstehen, und wie sich die Zellen entwickeln, hängt von vielen Faktoren ab, die sich wechselseitig beeinflussen können. Dazu gehören vor allem das Alter einer Frau, das familiäre Risiko (d.h. Verwandte 1. Grades mit Brustkrebs) und hormonelle Einflüsse.

Manchmal kommt es aber auch ohne besonderen Grund zu Erbgutveränderungen. Die Mehrheit der Brustkrebserkrankungen treten „spontan“ auf, d.h. sind nicht familiär genetisch bedingt. Nur etwa 5 – 10% werden durch nachweisbare Genveränderungen verursacht, die familiär gehäuft auftreten. Dazu zählen vor allem die Gene BRCA-1 oder BRCA-2. Die Abkürzung „BRCA“ steht für „Breast Cancer Gene“ (englisch für „Brustkrebsgen“). Etwa 45 – 65% aller Frauen mit diesen Genveränderungen erkranken vor ihrem siebzigsten Lebensjahr.

### Wie lässt sich Brustkrebs vorbeugen?

Generell ist es schwierig bis unmöglich Krebserkrankungen vorzubeugen. Die zu Grunde liegenden Prozesse und deren Ursachen sind sehr komplex. Viele Faktoren spielen zusammen, damit sich ein bösartiger Tumor entwickelt. Von den einzelnen Ursachen bis zur späteren Diagnose können Jahre bis Jahrzehnte vergehen.

Dennoch ist gesichert, dass vor allem der individuelle Lebensstil Einfluss auf die Krebsentstehung hat. Am stärksten beeinflussen Tabak- und Alkoholkonsum, Übergewicht, Bewegungsmangel und/oder äußere Einflüsse, wie beispielsweise ultraviolette (UV)-Strahlung die Entstehung von bösartigen Tumoren. Gleichzeitig bieten sie auch das größte Potenzial zur Prävention.

Bei der Entstehung einer Brustkrebserkrankung scheint der individuelle Lebensstil allerdings eine geringere Rolle zu spielen als beispielsweise beim Darmkrebs. Ist eine Frau daran erkrankt, ist die Lebensweise aber von enormer Wichtigkeit.

### Was kann man konkret tun?

Zur Vorbeugung des Brustkrebs sollte eine gesunde Lebensweise angestrebt werden, d.h. vor allem der Verzicht auf Tabakprodukte, eine ausgewogene Ernährung, ausreichende Bewegung, höchstens maßvoller Alkoholkonsum und angemessener Schutz vor UV-Strahlung. Ebenso die Verminderung der Anwendung von krebsauslösenden Stoffen in der Umwelt, am Arbeitsplatz oder im Haushalt sowie im Speziellen bei Kosmetika, wie z.B. Aluminium in Deodorants.

Die sicherlich beste Prävention um Brustkrebs vorzubeugen oder gar zu verhindern, ist die regelmäßige gynäkologische Untersuchung durch einen Frauenarzt sowie die Selbstabtastung der Brust auf Knoten oder andere auffallende Veränderungen. Ab einem Alter von 50 Jahren bis 69 Jahren kann jede Frau in regelmäßigen Ab-

ständen (alle zwei Jahre) am sog. Mammografie-Screening (Röntgen der Brust) teilnehmen, um Brustkrebs frühzeitig zu entdecken und eine schnellstmögliche Behandlung einzuleiten, was die Lebenserwartung deutlich erhöht. Aber auch

Patientinnen im Zustand nach einer Bestrahlung des Oberkörpers in der Vergangenheit oder bei familiärem Risiko können altersunabhängig teilnehmen.

#### Weitere Informationen:

Bericht zum Krebsgeschehen in Deutschland 2016. Zentrum für Krebsregisterdaten im Robert Koch-Institut (Hrsg). Berlin, 2016.

URL: [https://www.krebsdaten.de/Krebs/DE/Content/Publikationen/Krebsgeschehen/Krebsgeschehen\\_download.pdf?\\_\\_blob=publicationFile](https://www.krebsdaten.de/Krebs/DE/Content/Publikationen/Krebsgeschehen/Krebsgeschehen_download.pdf?__blob=publicationFile)

#### Internet:

<https://www.gesundheitsinformation.de/brustkrebs.2276.de.html>

<https://www.krebsinformationsdienst.de/tumorarten/brustkrebs/adressen.php>

<https://www.frauengesundheitsportal.de>

---

## BrustSELBSTUntersuchung

Ein Kursangebot von profamilia Limburg in Kooperation mit der Dehrner Krebsnothilfe

Jährlich erkranken 70.000 Frauen neu an Brustkrebs. Damit ist Brustkrebs die mit Abstand häufigste Krebserkrankung bei Frauen in Deutschland.

Brustkrebs tritt wesentlich früher auf als die meisten anderen Krebsarten. Fast 30 Prozent der betroffenen Frau sind bei Diagnosestellung jünger als 55 Jahre.

Die Selbstuntersuchung der Brust ist die erfolgreichste Methode zur Entdeckung des Brustkrebses.

Über 80% der Fälle von Brustkrebs werden durch Brustselbstuntersuchung entdeckt, obwohl nur 27% aller Frauen ihre Brust allmonatlich untersuchen!

Die meisten Frauen wissen, dass sie ihre Brüste selbst untersuchen sollten, die meisten aber nicht wie.

Für diese Frauen bietet pro familia in Zusammenarbeit mit der Dehrner Krebsnothilfe e.V. eine Schulung zur Selbstuntersuchung der Brust an.

Die Schulung findet durch eine zertifizierte Trainerin nach dem Programm MammaCare® statt. Dies ist eine Methode zur Brustselbstuntersuchung, die von amerikanischen Wissenschaftlern entwickelt wurde. Sie ist bis heute die weltweit einzige, wissenschaftlich überprüfte Methode zur Untersuchung der Brust und zur Schulung der Brustselbstuntersuchung.

Neben einigen theoretischen Informationen lernen Sie zunächst mit einem Silikonmodell, das dem echten Brustgewebe nachgebildet ist, normale und krankhafte Strukturen (z.B. Knoten) zu tasten und zu unterscheiden.



DR. HEIKE FRÖHLICH



In einem weiteren Schritt übertragen Sie dann die erlernte Tasttechnik unter Anleitung der Trainerin auf die eigenen Brüste.

Ebenso erfahren Sie, auf welche äußeren Veränderungen Sie achten sollten, und wie Sie sich selbst regelmäßig vor einem Spiegel auf Veränderungen beobachten können.

Vorgesehene Seminartermine für 2018:

12.06.2018, 16.10.2018 und 27.11.2018

jeweils um 16.00 Uhr.

Die Schulung ist für Sie kostenfrei.

*PROFAMILIA*

*BERATUNGSSTELLE LIMBURG*

*KONRAD-KURZBOLD-STRASSE 6*

*65549 LIMBURG*

*TELEFON: 06431 - 26920*

## Musik und Therapie

Wir dürfen nun auf ein Jahr Musik und Therapie zurückblicken! Während dieser Zeit ist uns noch einmal bewusst geworden, dass die heilsame Wirkung der Kurse ausschließlich durch die innere Bereitschaft zum „Sich selbst Wahrnehmen“ zur Entfaltung kommt.



Dorothee Laux (li.) und Doris Mill

Die emotionale Öffnung durch die Musik, Meditation und diverser Übungen erfolgt durch den Mut zum Hinschauen und die uneingeschränkte Offenheit für die tiefsitzenden Themen.

Das Medium „Singen“ dient dazu den Körper sofort in Schwingung zu bringen und eigenen Emotionen zu begegnen. Es reicht allein die Bereitschaft zum Singen, „die perfekte Stimme“ ist in keinem Fall notwendig. Viele Teilnehmerinnen haben sich darüber im Vorfeld unnötige Gedanken gemacht und haben in den Kursen wider Erwarten sehr positive Erfahrungen gemacht.

Das Gruppenerlebnis in Form von Gesprächen, die einen ehrlichen Austausch ermöglichten, wurden als sehr bereichernd und intensiv empfunden.

Wir möchten diese wertvolle Arbeit gerne noch mehr Menschen zugänglich machen und laden hiermit zum Schnuppern ein.

Gerade in dieser besonders schwierigen Zeit kann es entlastend sein

andere Betroffene um sich zu haben und auszutauschen.

Unser Motto für 2018:

*„WEGE ENTSTEHEN DADURCH,  
DASS MAN SIE GEHT.“*

*DORIS MILL*

*HEILPRAKTIKERIN FÜR PSYCHOTHERAPIE*

*GARTENWEG 20, 65553 LIMBURG-DIETKIRCHEN*

*TEL. 06431 - 216718, INFO@DORIS-MILL.DE*



## Jeder Einkauf eine gute Tat für die DKNH - machen Sie mit!

Wie Sie im Internet einkaufen und uns gleichzeitig dabei unterstützen

Das Internet wird immer häufiger für einen Einkauf genutzt. Sei es bei den großen Versandhändlern oder auch bei kleineren. Nur wenige „Klicks“ und schon ist die Ware bestellt und in der Regel sehr zeitnah bei Ihnen als Kunden.

In der letzten Zeit wird es immer einfacher, für Vereine über das Internet Spenden zu sammeln. So gibt es die **gemeinnützige Plattform „WeCanHelp“**, die Vereine dabei unterstützt und den Einkauf mit Spenden koppelt.

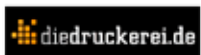


### Sicher einkaufen, ohne Registrierung und ohne Mehrkosten

Das Schöne daran: Es ist sicher, einfach (ohne Registrierung) und kostet sie als Kunden/Besteller nichts extra.

Ihre Spende wird prozentual aus ihrem Umsatz berechnet und vom Verkäufer (Shopbetreiber) an unseren Verein weitergeleitet. Das bedeutet: Für jeden Einkauf, den Sie als Kunde bei der Auswahl über 1700 Partnershops und Dienstleistungen tätigen - egal ob Mode, Technik, Büromaterial oder Reisen - erhält die Dehrner Krebsnothilfe (DKNH) einen Betrag als Spende gutgeschrieben.

**Beispiele für Partnershops sind:**



**Und so einfach geht's:** Einfach auf die Internetseite [www.wecanhelp.de/dknh](http://www.wecanhelp.de/dknh) gehen, Shop auswählen, wie gewohnt einkaufen und bezahlen. Fertig!

Alternativ können Sie auch auf unserer Internetseite [www.dknh.de](http://www.dknh.de) starten. Für die Plattform WeCanHelp klicken Sie in der rechten Spalte den grünen Button mit dem Einkaufswagen-symbol, der Sie auf die entsprechende Internetseite führt.



### Erinnerungshelfer

Damit der Umweg über WeCanHelp.de nicht vergessen wird, gibt es z.B. die Browsererweiterung Shop Alarm, eine App und vieles mehr.

Infos unter [www.wecanhelp.de/dknh/idee](http://www.wecanhelp.de/dknh/idee)

### Das kann erreicht werden

Bei regelmäßiger Nutzung erlöst ein durchschnittlicher **Privathaushalt rund 100 bis 150 Euro pro Jahr**. **Gewerbetreibende**, die z.B. Büromaterial kaufen, Hotels, Flüge und Mietwagen buchen sowie Druckaufträge über unsere Projektseite abwickeln, können **mehrere tausend Euro pro Jahr** Erlösen.

## Auch amazon unterstützt Organisationen

Das weltgrößte **Versandhaus amazon** bietet mit „amazon smile“ ebenfalls ein sogenanntes Charity-Programm an. Auch wenn hier nur 0,5% Ihres Einkaufsgegenwertes an uns fließen, ist es trotzdem aufgrund der Verbreitung von großer Bedeutung für uns.

Wenn Sie uns zukünftig bei Ihren Einkäufen über amazon unterstützen möchten, starten Sie bitte einfach über [www.smile.amazon.de](http://www.smile.amazon.de), wählen

DKNH als zu unterstützende Organisation aus und shoppen wie gewohnt. Das war schon alles.



Auch hier können Sie alternativ über unsere Internetseite [www.dknh.de](http://www.dknh.de) vorgehen.

Für amazon ist es der gelbe Button mit dem Einkaufswagensymbol, der Sie durch Klick auf die entsprechende Internetseite bringt.

## Sie möchten uns eine Spende zukommen lassen?

### Online oder per Handy – hier steht wie's geht!

Sie haben ab sofort auch die Möglichkeit, uns direkt online oder per SMS auch über das Handy ganz unkompliziert eine Spende zukommen zu lassen:

Für die **Online-Spende** einfach auf unsere Homepage [www.dknh.de](http://www.dknh.de) gehen und dort den hier abgebildeten Spendenbutton auswählen. Darüber gelangen Sie zu einem Formular, das Ihre Daten sicher per SSL überträgt.



Wenn Sie lieber **per Handy** unkompliziert spenden möchten, gehen Sie folgendermaßen vor:

**5 Euro per SMS spenden**

Um mit **5 Euro** zu helfen, senden Sie **GIB5 dknh** an die Kurzwahl 81190

**9 Euro per SMS spenden**

Um mit **9 Euro** zu helfen, senden Sie **GIB9 dknh** an die Kurzwahl 81190

Weitere Informationen erhalten Sie unter [www.wecanhelp.de/dknh/sofunktioniertes](http://www.wecanhelp.de/dknh/sofunktioniertes)

Also, machen auch Sie mit und unterstützen Sie uns bei Ihrem nächsten Einkauf im Internet oder direkt über eine Spende, die Sie online oder per Handy tätigen können.

**Bitte informieren Sie auch Ihre Familienmitglieder und Freunde wie einfach Helfen geht!**

**Herzlichen Dank im Voraus dafür!**

## Ein befreundeter Verein stellt sich vor

Der Verein Hospizdienste Limburg wurde 1994 gegründet. Ganz dem satzungsgemäßen Zweck des Vereins entsprechend besteht unsere Arbeit darin, uns für ein menschenwürdiges Sterben in vertrauter Umgebung einzusetzen.

Nach unserem Wahlspruch „Leben – bis zuletzt“ begleiten wir Schwerstkranke, Sterbende und ihre Angehörigen zu Hause, im Pflegeheim und im Krankenhaus.

- Wir sind ein ehrenamtlich arbeitender, gemeinnütziger Verein, der mit den ambulanten Palliativversorgungen vor Ort vernetzt ist.
- Wir möchten Menschen ermöglichen, zu Hause zu sterben. Dazu nehmen wir uns Zeit für Besuche, sind offen für Gespräche mit Betroffenen und Angehörigen und können gut zuhören. Manchmal ist es uns auch möglich, besondere Wünsche zu erfüllen.
- Wir begleiten Sterbende und ihre Angehörigen in der Abschiedsphase und in der Zeit danach.
- Wir helfen bei der Vermittlung von Pflegediensten und Schmerztherapeuten in unserer Region.
- Wir haben gute Kontakte zur Palliativstation im St. Vincenz-Krankenhaus in Limburg und zum stationären Hospiz in Hadamar.
- Wir sind Gründungsmitglied des Palliativ-Netzwerks Limburg-Weilburg.
- Wir bieten Seminare zur Schulung ehrenamtlicher Hospizhelfer/innen an.
- Wir bieten eine Vortragsreihe an unter dem Leitthema „...den letzten Weg gemeinsam gehen“. Die monatlichen Vorträge zu den Themen Sterben, Tod und Trauer, gemeinsames Erstellen von Patientenverfügungen und Vorsorgemappen wenden sich an alle interessierten Mitbürger/innen und finden jeden letzten Montag im Monat in der Diezerstr. 38A in Limburg von 19.30 bis 21.00 Uhr statt.
- Wir haben jedes Jahr im November einen gemeinsamen Hospiztag mit der Hospizgruppe

Diez, der abwechselnd in Limburg oder Diez stattfindet. Interessante Themen und gute Referenten geben der interessierten Öffentlichkeit die Möglichkeit sich mit dieser Thematik auseinander zu setzen.

- Wir haben ein 24 Stunden-Notfalltelefon: 0 64 31 - 33 69
- Wir haben Bürozeiten: An jedem Montag, Mittwoch und Donnerstag von 9.00 bis 12.00 Uhr ist unser Büro geöffnet.
- Wir machen in der Gemeinschaft Ausflüge, mit denen wir uns bei unseren Mitgliedern für ihren Einsatz bedanken.

Unsere Tätigkeit ist so vielfältig, wie es die Menschen und deren Angehörige sind, die wir auf dem letzten Weg begleiten.

Ein großes Thema unseres Vereins ist die Gewinnung neuer Mitglieder, vor allem auch junger Mitglieder, die ihre Erfahrungen und Kenntnisse für die Vereinsarbeit und zum Wohle der uns anfragenden Menschen einbringen möchten.

Der Verein möchte zukunftsfähig sein und mehr Leute in die Mitarbeit einbinden. Wenn Sie selbst Interesse haben aktiv bei uns mitzuarbeiten oder jemanden kennen, der Interesse hätte, nehmen Sie Kontakt mit uns auf. Durch Ihr Engagement lernen Sie Gleichgesinnte kennen, tun etwas Sinnvolles, bewegen etwas und setzen damit ein Zeichen der Solidarität. Jede Stadt braucht Menschen, die bereit sind ehrenamtliche Aufgaben zu übernehmen.

GABY SAUER  
MITGLIED DES VORSTANDS  
HOSPIZDIENSTE LIMBURG

HOSPIZDIENSTE LIMBURG E.V.  
DIEZERSTR. 38A, 65549 LIMBURG  
TELEFON: 06431 - 3369, FAX: 06431 - 288155  
BÜROZEITEN: Mo, Mi, Do 9.00 – 12.00 UHR  
INFO@HOSPIZ-LIMBURG.DE, WWW.HOSPIZ-LIMBURG.DE



## 2. Dehrner Rabenfest am 8. und 9. September 2018 - Wir sind dabei!

Der Ortsbeirat Dehrn, die Dehrner Vereine und Gewerbetreibende veranstalten in diesem Jahr zum zweiten Mal das Rabenfest. Der Erlös dieses feierlichen Wochenendes mit großem Feuerwerk dient in diesem Jahr der Verschönerung des Dehrner Dorfbildes.

Auch die Dehrner Krebsnothilfe wird an diesem Fest mit einem Stand vertreten sein.

Merken Sie sich am besten den Termin gleich in Ihrem Kalender vor!



**Bitte schon jetzt vormerken:**

**2. Dehrner Rabenfest**

Nacht der 1.000 Lichter mit großem Feuerwerk

**8. + 9. September 2018**

Veranstalter:  
Ortsbeirat,  
Dehrner Vereine und  
Gewerbetreibende

**Feiern für einen guten Zweck:**

Der Erlös des Rabenfestes 2013 wurde zur Ergänzung des Dorfplatzes und zur Neugestaltung des Festplatzes zwischen Lahn und Bürgerhaus verwendet.

Der Erlös vom Rabenfest 2018 dient der Verschönerung des Dehrner Dorfbildes.

Wer sich am Rabenfest (gerne auch Gruppen) beteiligen möchte, wende sich bitte an:  
**Bernd Polomski, Telefon 06431 71217.**

2. Dehrner Rabenfest  
Nacht der 1.000 Lichter mit großem Feuerwerk





Vielen Dank für Ihre







## Übersicht der Spender des Vereinsjahres 2016/2017

|  |            |
|--|------------|
| Georg Stollenwerk, Flacht.....                   | 210,00 €   |
| Waltraud und Norbert Schön, Limburg-Ahlbach..... | 40,00 €    |
| Rita Roth, Beselich.....                         | 220,00 €   |
| Ulrike Heep, Runkel-Arfurt.....                  | 100,00 €   |
| Wilhelm Pötz, Runkel-Dehrn.....                  | 30,00 €    |
| Felix Pötz, Runkel-Dehrn.....                    | 70,00 €    |
| Patrick Sehr, Runkel-Dehrn.....                  | 80,00 €    |
| Marc Melzer, Runkel-Dehrn.....                   | 70,00 €    |
| Christian Fürstenfelder, Runkel-Dehrn.....       | 70,00 €    |
| Sebastian Heun, Runkel-Dehrn.....                | 70,00 €    |
| Silvia Oertl, Beselich.....                      | 315,00 €   |
| Harald Blaum, Brechen.....                       | 100,00 €   |
| Claudia Heine, Runkel-Dehrn.....                 | 110,00 €   |
| Sabine Schmitt, Limburg-Ahlbach.....             | 200,00 €   |
| Harald Machoi, Runkel-Schadeck.....              | 120,00 €   |
| Opelteam Beselich e.V., Beselich.....            | 559,65 €   |
| Christel Will, Limburg-Lindenholzhausen.....     | 100,00 €   |
| Christa und Alfred Schneider, Brechen.....       | 80,00 €    |
| Energieversorgung Limburg, Limburg.....          | 500,00 €   |
| Peter Höhler, Villmar.....                       | 300,00 €   |
| Beate und Wolfgang Gruber, Villmar.....          | 400,00 €   |
| Jahrgang 1929/30 Runkel-Dehrn.....               | 50,00 €    |
| Lions Förderverein Limburg-Mittellahn e.V.....   | 2.500,00 € |
| Sabine Hergenbahn, Diez.....                     | 100,00 €   |
| Alois Hilb, Limburg-Offheim.....                 | 300,00 €   |
| Ursula Schneider, Niedererbach.....              | 50,00 €    |
| Iris und Markus Kaiser, Limburg-Eschhofen.....   | 200,00 €   |
| Rolf Dirk Deterding, Runkel.....                 | 1.000,00 € |
| Jürgen Höhler, Hadamar.....                      | 250,00 €   |
| Michaela Rill, Bad Camberg.....                  | 250,00 €   |
| Christel Rein, Hünfelden.....                    | 50,00 €    |
| Claudia Reichelt, Limburg.....                   | 1.200,00 € |
| Hannelore Kovacs, Hünfelden.....                 | 50,00 €    |
| Dagmar Caroline Kaukereit, Elz.....              | 150,00 €   |
| Dr. Johannes Löw, Runkel-Dehrn.....              | 200,00 €   |
| Fahrschule Lothar Rosbach, Runkel-Dehrn.....     | 50,00 €    |



|   |            |
|---|------------|
| HFM Zelt-Festservice Fürstenfelder, Koblenz.....                              | 50,00 €    |
| Rüdiger Draheim, Runkel-Dehrn.....  | 50,00 €    |
| Bäckerei Karl Nordhofen, Runkel-Dehrn.....                                    | 50,00 €    |
| Metzgerei Timo Weimer, Runkel-Dehrn.....                                      | 50,00 €    |
| Michael Schäfer, Beselich.....  | 50,00 €    |
| Gerhard Stahl, Runkel-Dehrn.....  | 50,00 €    |
| Osteo Vitalis, Runkel-Dehrn.....  | 50,00 €    |
| Dr. Michael Lickvers, Runkel-Dehrn.....                                       | 50,00 €    |
| Firma Egenolf, Runkel-Dehrn.....  | 50,00 €    |
| Lothar Collee, Runkel-Dehrn.....  | 50,00 €    |
| Firma Josef Heibel & Söhne, Runkel-Dehrn.....                                 | 50,00 €    |
| Claudia Hoppe, Limburg-Staffel.....   | 500,00 €   |
| Dagmar Butzbach, Runkel.....  | 15,00 €    |
| Christoph Geis, Runkel-Dehrn.....   | 200,00 €   |
| Jutta Schupp, Limburg.....  | 200,00 €   |
| Dill Revisions- und Betriebsberatungsgesellsch. mbH, Limburg-Dietkirchen..... | 300,00 €   |
| Rosemarie Sommer, Limburg.....  | 50,00 €    |
| Inge Krenzer, Gückingen.....  | 50,00 €    |
| Bernhard Fleitmann, Limburg.....  | 500,00 €   |
| Ute Kosik, Runkel.....  | 200,00 €   |
| Andreas Müller, Limburg.....  | 100,00 €   |
| Helmut Pohl, Villmar-Aumenau.....   | 150,00 €   |
| Günther Seip, Runkel-Dehrn.....   | 50,00 €    |
| Monika Fröhlich, Waldbrunn.....   | 250,00 €   |
| Georg Meurer, Limburg-Dietkirchen.....  | 70,00 €    |
| Harald Blaum, Brechen.....  | 100,00 €   |
| Hans-Joachim Erdmann, Hünfelden.....  | 110,00 €   |
| Barbara und Klaus Ulrich Schwarz, Diez.....                                   | 50,00 €    |
| Can Yoldas, Limburg.....  | 1.000,00 € |
| Antonie und Luigino Maluta.....   | 400,00 €   |
| Michael Backes, Hundsangen.....   | 500,00 €   |
| Ottmar Wagner, Bietigheim-Bissingen.....                                      | 100,00 €   |
| Torsten und Daniela Scheid, Hadamar.....                                      | 100,00 €   |
| Nassauische Sparkasse.....  | 400,00 €   |
| Gisela und Wolfgang Tannert, Elz.....   | 50,00 €    |
| Kreissparkasse Limburg.....   | 250,00 €   |

## Übersicht der Spender des Vereinsjahres 2016/2017

|  |            |
|--|------------|
| Propan-Fischer GmbH, Diez.....                         | 500,00 €   |
| Kerstin und Michael Hanzl, Beselich.....               | 100,00 €   |
| Georg Groeschen und Peter Schaefer GbR, Waldbrunn..... | 250,00 €   |
| Jörg Holzhäuser, Altendiez.....                        | 250,00 €   |
| Elfriede und Manfred Bräunche, Limburg-Offheim.....    | 200,00 €   |
| Schaefer Bau GmbH, Limburg-Offheim.....                | 500,00 €   |
| Claudia Heine, Runkel-Dehrn.....                       | 50,00 €    |
| Michael Roth, Diez.....                                | 2.500,00 € |
| Hans-Gerhard Kitzerow, Limburg-Linter.....             | 400,00 €   |
| Norbert Schön, Limburg-Ahlbach.....                    | 30,00 €    |
| Heiderose Borel-Jaquet, Birlenbach.....                | 30,00 €    |
| Stefan Wallrabenstein, Limburg.....                    | 500,00 €   |

### **Allen Spendern möchten wir an dieser Stelle sehr herzlich danken!**

Mit den Spenden, die Sie uns für unsere Arbeit zur Verfügung stellen, leisten Sie einen wirklich wichtigen Beitrag! Wir gehen sehr sorgsam damit um und können Menschen, die sich in einer schwierigen Lebenssituation befinden, sowie deren Angehörigen finanzielle und auch psychoonkologische Unterstützung bieten.

Natürlich freuen wir uns, wenn Sie unsere Arbeit auch weiterhin unterstützen. Vielen Dank dafür!

*Einfach da, wenn man sie braucht... - unsere Bankverbindung:*

Nassauische Sparkasse  
IBAN DE11 5105 0015 0527 0114 50

oder

Kreissparkasse Limburg  
IBAN DE79 5115 0018 0010 0024 59

***Ein herzliches Dankeschön!***

## Wenn ich wüsste...

Wenn ich wüsste, dass es das letzte Mal ist, dass ich Dich einschlafen sehe, würde ich Dich besser zudecken und zu Gott beten, er möge Deine Seele schützen.

Wenn ich wüsste, dass es das letzte Mal ist, dass ich Dich zur Türe rausgehen sehe, würde ich Dich umarmen und küssen und Dich für einen weiteren Kuss zurückrufen.

Wenn ich wüsste, dass es das letzte Mal ist, dass ich Deine Stimme höre - ich würde jede Geste und jedes Wort auf Video aufzeichnen, damit ich sie Tag für Tag wiedersehen könnte.

Wenn ich wüsste, dass es das letzte Mal ist, dass ich einen Moment innehalten kann, um zu sagen „Ich liebe Dich“ anstatt davon auszugehen, dass Du weißt, dass ich Dich liebe.

Wenn ich wüsste, dass es das letzte Mal ist, dass ich da sein kann, um den Tag mit Dir zu teilen, weil ich sicher bin, dass es noch manchen Tag geben wird, sodass ich diesen einen verstreichen lassen kann.

Es gibt sicherlich immer ein „Morgen“, um ein „Versehen/Irrtum“ zu begehen, und wir erhalten immer eine 2. Chance, um einfach alles in Ordnung zu bringen. Es wird immer einen anderen Tag geben, um zu sagen „Ich liebe Dich“. Und es gibt sicher eine weitere Chance, um zu sagen: „Kann ich etwas für Dich tun?“

Aber nur für den Fall, dass ich falsch liegen sollte und es bleibt nur der heutige Tag, möchte ich Dir sagen, wie sehr ich Dich liebe. Und ich hoffe, dass wir nie vergessen: Das „Morgen“ ist niemandem versprochen - weder jung noch alt und heute könnte die letzte Chance sein, die Du hast, um Deine Lieben fest zu halten. Also, wenn Du auf Morgen wartest - wieso tust Du's nicht heute? Falls das „Morgen“ niemals kommt, wirst Du bestimmt bereuen, dass Du Dir keine Zeit genommen hast für ein Lächeln, eine Umarmung oder einen Kuss.

Und Du zu beschäftigt warst, um jemanden etwas zuzugestehen, was sich im Nachhinein als sein letzter Wunsch herausstellt.

Halte Deine Lieben heute ganz fest und flüstere ihnen ins Ohr sag' ihnen, wie sehr Du sie liebst und dass Du Sie immer lieben wirst.

Nimm Dir die Zeit zu sagen „Es tut mir leid“, „Bitte verzeih' mir“, „Danke“ oder „Ist in Ordnung“. Und wenn es kein „Morgen“ gibt, musst Du den heutigen Tag nicht bereuen.

*Dr. H. Solomon*



