

## Was machen wir?

Beim monatlichen Gruppenabend kommen wir in gemütlicher Atmosphäre zusammen. Nachdem wir Aktuelles erörtert haben, berichten die Mitglieder kurz über das, was ihnen zwischenzeitlich widerfahren ist und es wird anschließend darüber diskutiert. Danach wird über alles gesprochen, was uns wichtig ist: unsere alltäglichen Sorgen und Ängste, die Erfahrungen mit der Krankheit, den behandelnden Fachärzten und mit der Therapie. Aber auch Fragen zum Gesundheitssystem, zum Umgang mit Behörden, zur Ernährung, zu körperlichen Aktivitäten und was sonst noch von Interesse ist, werden behandelt. Hat jemand ein Problem, so wird versucht, eine Lösung dafür zu finden. Es kann und es darf aber auch einfach mal nur geklönt werden, und das Lachen ist bei uns schon gar nicht verboten.

## Wer kann bei uns mitmachen und was kostet die Teilnahme?

Unsere Selbsthilfegruppe ist offen für alle neuen Teilnehmer. Betroffene, mit oder ohne ihre Partner, Angehörige oder Freunde sind bei uns herzlich willkommen. Die Teilnahme ist unentgeltlich.

## Haben wir Verbündete im Umfeld?

Ja, wir sind eingebunden in die Interessengemeinschaft **Selbsthilfe-Elmshorn**. Das ist eine freie und unabhängige Initiative von ca. 100 Selbsthilfegruppen aus Elmshorn und Umgebung. Die Internetadresse lautet:

 [www.selbsthilfe-elmshorn.de](http://www.selbsthilfe-elmshorn.de)

## Gibt es fachliche Unterstützung?

Ja, unsere Selbsthilfegruppe ist Mitglied der:  
**Deutschen Leukämie- & Lymphom-Hilfe e.V. Bundesverband (DLH)**

Bei medizinischen Fragen, aber auch bei der Lösung von allgemeinen und speziellen Problemen, steht uns die DLH hilfreich zur Seite. Die DLH versorgt uns zudem mit Fachliteratur und Broschüren, sowie mit der regelmäßig erscheinenden Infozeitung, die über aktuelle Neuigkeiten rund um die verschiedenen Erkrankungen, ihre Therapien und das sonstige Geschehen informiert.



## Deutsche Leukämie- & Lymphom-Hilfe



**Bundesverband der Selbsthilfeorganisationen zur Unterstützung von Erwachsenen mit Leukämien und Lymphomen e.V.**

Unter der Schirmherrschaft der:  **Deutsche Krebshilfe**  
HELFFEN. FÖRSCHEN. INFORMIEREN.

**Hilfe  
Information**

Mitglied bei:  **DER PARITÄTISCHE  
GESAMTVERBAND**

## Interessenvertretung

 **0228 / 33 88 9-200**  
 **0228 / 33 88 9-222**

 [info@leukaemie-hilfe.de](mailto:info@leukaemie-hilfe.de)  
 [www.leukaemie-hilfe.de](http://www.leukaemie-hilfe.de)



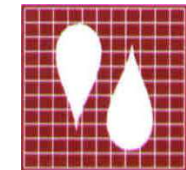
**SELBSTHILFE ELMSHORN**



## SHG Leukämie- & Lymphom Elmshorn

**gemeinnütziger Verein  
Steuernr. 18/294/71724**

Mitglied der Deutschen Leukämie- & Lymphom-Hilfe e.V. (DLH)



## Selbsthilfegruppe für Erwachsene mit

**Leukämien  
oder Lymphom-  
erkrankungen**

**Partner, Angehörige und  
Freunde sind ebenfalls  
bei uns willkommen**

**Gemeinsam geht es besser!**

## Wer sind wir?

Gegründet im Jahr 2004, wurde unsere Selbsthilfegruppe Anfang 2010 als gemeinnütziger Verein vom Finanzamt anerkannt. Die Vereinsmitglieder sind entweder selbst an einem „Malignen Lymphom“ erkrankt, oder es sind Angehörige von Erkrankten.

## Allgemeines

Jedes Jahr erkranken in Deutschland ca. 25000 Erwachsene neu an einer Leukämie oder an einem malignen Lymphom.

*(Quelle: Robert-Koch-Institut, Berlin 2000)*

Diese Krankheiten sind allgemein unter den Bezeichnungen Blut- und Lymphdrüsenkrebs bekannt. Zu den malignen Lymphomen zählen ca. 35 verschiedene bösartige Erkrankungen des Lymphsystems. Man unterscheidet Hodgkin- und Non-Hodgkin-Lymphome. Zu letzteren gehören u.a. auch die CLL, die häufigste aller Leukämiearten, sowie das Plasmozytom/multiple Myelom.

## Was ist unser Ziel?

Das Unwissen über die unbekanntere Krankheit und die Angst vor der Zukunft beeinträchtigt die Lebensqualität von Lymphompatienten in erheblichem Maße. Im Kreise gleichartig Erkrankter sprechen wir frei über alle unsere Sorgen und Nöte. Zudem tauschen wir Erfahrungen und fachliche Informationen aus. Das hilft uns, unsere Ängste abzubauen und trägt dazu bei, unsere Lebensqualität zu verbessern. Dieses betrachten wir als das Hauptziel unserer Selbsthilfegruppe. Wir verstehen uns als sinnvolle Ergänzung zur fachärztlichen Behandlung.

## Gib niemals auf!



## Wo muss ich mich anmelden?

Für eine bessere Planung ist eine Anmeldung empfehlenswert. Man kann am Gruppenabend aber auch einfach mal bei uns reinschauen.

Ihre Anmeldung nimmt entgegen:

### Leukämie- & Lymphomhilfe Elmshorn

☒ **Wolfgang Waldhaus**  
**Grenzstraße 11**  
**25436 Heidgraben**

☎ **04122 42170 mobil: 0176 48213883**

💻 [LLHElmshorn@gmx.de](mailto:LLHElmshorn@gmx.de)

## Wann und wo treffen wir uns?

Wir treffen uns regelmäßig jeden:

### 1. Donnerstag im Monat um 18 Uhr

im Tagungsraum: „INFO-TREFF“ des



**Flora Gesundheits-Zentrum**

in 25335 Elmshorn, Schulstraße 46-50

Der Eingang befindet sich gegenüber der **Flora-Apotheke**, neben dem Orthopädiezentrum. Von dort geht es mit dem rechten Fahrstuhl in das Staffelgeschoss **S** (5.OG).

Dem **Flora Gesundheits-Zentrum** sind wir für die unentgeltliche Überlassung unseres Tagungsraumes außerordentlich dankbar.

## Wo genau ist das in Elmshorn?

