

KiA – dem Alter gerecht werden



KiA ist keine kreative Schreibweise für einen südkoreanischen Autohersteller, sondern KiA steht für „Krebs im Alter“, das neue Projekt von **Lebensmut e.V.** in Zusammenarbeit mit dem **Interdisziplinären Zentrum für Psycho-Onkologie (IZPO)** und dem **CCC München^{LMU} – Comprehensive Cancer Center** am Klinikum der Universität München. Dieses Projekt möchten wir Ihnen heute zusammen mit der Projektkoordinatorin Karen Stumpenhusen vorstellen.

Eine Krebsdiagnose stellt jeden Patienten vor eine besondere Herausforderung; je nach Lebenslage und Alter sind es jedoch unterschiedliche Fragen, die die Patienten und ihre Angehörigen beschäftigen. Bei jüngeren Menschen dreht sich Vieles um die weitere Familienplanung oder um den beruflichen

Wiedereinstieg.



Ältere Menschen – und circa 60% der Krebspatienten sind 65 Jahre und älter – müssen sich neben den Folgen der Krebserkrankung und Therapie meist noch mit weiteren altersbedingten Herausforderungen auseinandersetzen. Dazu gehört oft, dass mit dem Ende der Berufstätigkeit gewohnte Alltagsstrukturen abhanden kommen, finanzielle Verschlechterung bis hin zur Altersarmut droht oder auch nur befürchtet wird und auch Altersdepressionen und Einsamkeit die Psyche belasten können. Zudem leiden ältere Krebspatienten oft ohnehin an chronischen Krankheiten oder körperlichen Einschränkungen. Auch die Pflege eines kranken Partners gehört bei vielen älteren Menschen zum Lebensalltag.

Genau in diesen Themenbereichen bietet KiA ein dreistufiges Unterstützungsmodell an:

Baustein 1: KiA-Beratungsstelle

Hier lernen Sie Frau Stumpfenhusen kennen, die das Projekt koordiniert. Mit Hilfe Ihrer Angaben verschafft sie sich einen Überblick über Ihre ganz persönliche Lebenssituation und unterstützt Sie in Bezug auf Ihre Fragen oder Probleme darin, mehr Wissen, Orientierung und Lösungskompetenz zu gewinnen. Im Gespräch klären Sie zudem miteinander ab, ob eine längerfristige Teilnahme am KiA-Projekt für Sie die derzeit passende Unterstützung ist.

Baustein 2: KiA-Akademie



Nach dem Beratungsgespräch gibt es die Möglichkeit, in einer kleinen festen Gruppe (max. 12 Personen) an einer 5-teiligen Seminarreihe teilzunehmen. Die Seminare finden einmal wöchentlich an 5 Terminen statt und sind folgenden Themen gewidmet:

- Herausforderungen des Alters
- Mitbestimmung & Selbstbestimmung
- Lebensgestaltung in Bezug auf Ernährung und Bewegung
- Auseinandersetzung mit dem Lebensende
- Lebensperspektive & Lebenssinn

Die Beschäftigung mit diesen Themen trägt dazu bei, Unsicherheit und Angst zu verringern und hilft, in wichtigen Punkten Kontrolle über das eigene Leben zu gewinnen.

Die Seminare werden von erfahrenen DozentenInnen aus den jeweiligen Fachgebieten geleitet und ermöglichen zudem einen Austausch der TeilnehmerInnen zu den Themen auf der Grundlage konkreter Erfahrungen. Denn wie Frau Stumpenhusen sagt: „Aus vielen Gesprächen mit Betroffenen wissen wir, wie sehr das Reden über existenzielle Fragen erleichtert und entlastet.“

Baustein 3: KiA-Treffen

Alle, die an der KiA-Akademie teilgenommen haben, können danach das offene Gruppenangebot des KiA-Treffs nutzen. Die von Frau Stumpenhusen angeleiteten Treffen werden zweimal monatlich stattfinden. Die Treffen geben Gelegenheit, die Inhalte der Akademie zu vertiefen, und bieten den TeilnehmerInnen einen Raum für weiteren, regelmäßigen Austausch untereinander. Zudem kann Frau Stumpenhusen bei konkreten Anliegen an passende Unterstützungsmöglichkeiten verweisen.



Das gesamte Angebot richtet sich an PatientInnen wie auch Angehörige ab dem Alter von 65 Jahren. In einem geschützten Rahmen geht es darum, sich auszutauschen und den Mut zu entwickeln, sich mit den Themen Krankheit, Alter und Lebensende auseinanderzusetzen

Falls wir Ihr Interesse geweckt haben und Sie weitere Informationen zu KiA wünschen, wenden Sie sich bitte an Karen Stumpenhusen (Dipl. Sozialpädagogin FH) Tel: 089-4400-74918, E-mail:

karen.stumpenhusen@med.uni-muenchen.de. Sie freut sich über Ihre Anfrage.

Den Flyer zum Projekt gibt es [hier](#).

Das Angebot KiA ist kostenfrei und wird gefördert durch die

- Beisheim Stiftung
- Stiftung ANTENNE BAYERN hilft
- Josef und Luise Kraft-Stiftung
- Inner Wheel München