

Anita Zimmermann  
Gerhard Trabert



## *Mir sagt ja doch (k)einer was!?*

Informationsbroschüre für Kinder  
zum Thema Krebserkrankung

Flüsterpost e.V.  
[www.kinder-krebskranker-eltern.de](http://www.kinder-krebskranker-eltern.de)

Aquarelle von Ruth Krisam

## Diese Broschüre ist für betroffene Kinder und ihre Angehörigen kostenlos erhältlich bei

Flüsterpost e.V.

Unterstützung für Kinder krebskranker Eltern

Lise-Meitner-Straße 7

55129 Mainz

Tel.: 06131 / 55 48 798

Fax: 06131 / 55 48 608

info@kinder-krebskranker-eltern.de

www.kinder-krebskranker-eltern.de

und kann von der Flüsterpost-Homepage unter **Viele Infos/Infomaterial** herunter geladen werden.



Finde uns auch in den sozialen Netzwerken



Wir danken dem Kinderschutzbund Landesverband Rheinland-Pfalz e.V. für die Auszeichnung mit dem Kinderschutzpreis 2016.



die lobby für kinder

Realisation: GAS - graphic art studio  
www.gas-grenzach.de  
Titelbild: Aquarell Ruth Krisam



7. überarbeitete Auflage, Januar 2024

## Liebe Kinder,

wenn ihr diese Broschüre in euren Händen haltet, dann hat vielleicht jemand, den ihr sehr gern habt, Vater oder Mutter oder andere erwachsene Bezugspersonen eurer Familie eine Erkrankung, die man *Krebs* nennt?

Ihr habt wahrscheinlich den Namen dieser Krankheit schon einmal irgendwo gehört. Leider ist es so, dass sogar Erwachsene Vorstellungen mit dem Wort „Krebs“ verbinden, die nicht der Wahrheit entsprechen!

Doch bevor ihr etwas über das Thema Krebserkrankung erfahrt, möchten sich die Autoren kurz vorstellen. Es sind Anita Zimmermann und Gerhard Trabert:



**Anita** ist Sozialpädagogin und Mitarbeiterin bei Flüsterpost e.V. Sie arbeitete davor unter anderem viele Jahre in einem Krankenhaus. Dort bot sie den Patientinnen und Patienten Gespräche zu verschiedenen Problemen an, die im privaten oder beruflichen Leben durch ihre Erkrankung entstanden sind. Sie kümmerte sich auch darum, dass die Versorgung der Patienten nach der Entlassung aus dem Krankenhaus geregelt wurde.

Außerdem singt Anita seit ihrer Kindheit sehr gerne und hat auch schon mehrere CDs aufgenommen.



**Gerhard** ist Arzt und arbeitet als Professor an einer Hochschule, an der er Sozialpädagogik-Studenten im Fach Medizin unterrichtet. Außerdem behandelt er als praktischer Arzt Menschen ohne Wohnung und arbeitet zeitweise in einem Krankenhaus als Notarzt. Er spielt mit seinen 4 Kindern sehr gerne Fußball, hat schon mehrere Kinderbücher geschrieben und seine Lieblings-Hobbies sind das Joggen und Fotografieren. 2008 erhielt er den Kinderschutzpreis des Deutschen Kinderschutzbundes

(DKSB) Rheinland-Pfalz für sein langjähriges Engagement, die Lebenswelt von Kindern zu verbessern.

Im Jahr 2003 haben Anita und Gerhard – zusammen mit anderen – den gemeinnützigen Verein FLÜSTERPOST E.V. gegründet.





## Vorweg etwas ganz Wichtiges:

### Eine Krebserkrankung ist nicht ansteckend!

Krebs ist eine Krankheit, die sich nicht durch Viren oder Bakterien von Mensch zu Mensch überträgt. Deshalb braucht man auch keine Angst zu haben, durch Berührungen, durch Kuschneln und Küssen selbst krank zu werden.

(Wie so oft im Leben gibt es auch hier kleine Ausnahmen. Es gibt einige wenige seltene Krebsarten, die von Viren und anderen Erregern verursacht werden können. Gegen einige dieser Viren gibt es inzwischen auch Impfstoffe, wie z.B. gegen das HPV-Virus [Humane Papillomviren]. Das Deutsche Krebsforschungszentrum empfiehlt die Impfung von Mädchen und Jungen im Alter zwischen 9 – 14 Jahren.

Die Wissenschaftler:innen forschen stetig weiter, um neue Erkenntnisse zu gewinnen und weitere Impfstoffe gegen verschiedene Krebsarten entwickeln zu können!)

Wundert euch nicht darüber, wenn auch Erwachsene manchmal nicht genau wissen, was Krebs ist und dass diese Krankheit nicht ansteckend ist.



## Wodurch bekommt man Krebs?

So genau wissen die Mediziner auch noch nicht, weshalb der eine Mensch Krebs bekommt und der andere nicht. Man weiß aber, dass bestimmte Verhaltensweisen (sogenannte Risikofaktoren) eine Krebserkrankung wahrscheinlicher machen: Das sind zum Beispiel rauchen, zu viel Alkohol trinken, sich nicht richtig ernähren und sich zu wenig bewegen.

Wenn man zum Beispiel sehr viele fette Nahrungsmittel und zu wenig Gemüse und Obst isst, kann das eine von verschiedenen Ursachen sein, die zu einer Krebserkrankung führt.

Es gibt aber auch noch ganz andere Gefahrenquellen. Zum Beispiel für Menschen, die in Industrieanlagen arbeiten, in denen giftige Stoffe und Dämpfe entstehen. Denn mittlerweile ist erwiesen, dass bestimmte schädliche Stoffe, die von Fabriken in die Umwelt abgegeben werden, ebenso zu einer Krebserkrankung führen können. Man weiß außerdem, dass bestimmte genetische Veranlagungen, also bestimmte Muster, die man auf unseren Lebensbausteinen findet und die uns von Geburt an „mitgegeben“ werden, ebenso zu einer Krebserkrankung führen können.

Ihr seht also, es gibt nicht etwa einen einzigen alleinigen Grund für die Entstehung von Krebs, sondern mehrere mögliche Ursachen, die **zu einer Krebserkrankung führen können – vor allem dann, wenn sie gehäuft auftreten.**

Nun wisst ihr schon einiges, was man tun kann, um möglichst nicht an Krebs zu erkranken:

- nicht rauchen
- nicht zu viel Alkohol trinken



- mehr Obst und Gemüse essen
- sich viel bewegen, also zum Beispiel Sport treiben, egal, ob Fußball, Tanzen, Tischtennis...



## *Muss man sterben, wenn man an Krebs erkrankt ist?*

Krebs ist eine Erkrankung, die, wie so viele andere auch, in den meisten Fällen geheilt werden kann. Dies gelingt jedoch nicht immer, denn die Chance auf Heilung ist abhängig von dem Zeitpunkt des Erkennens der Krankheit und der Art der Erkrankung. Es gibt sehr viele verschiedene Arten von Krebserkrankungen, die zudem noch in verschiedenen Stadien der Krankheit entdeckt werden. Ärzte können erkennen, wie weit sich der Krebs schon ausgebreitet hat. Vielleicht werdet ihr bei Erwachsenen feststellen, dass sie erschrecken, wenn sie erfahren, dass jemand Krebs hat. Vielleicht sagen sie sogar: „Jetzt ist alles zu spät, dieser Mensch wird bestimmt bald sterben“.

Lasst euch davon aber nicht verunsichern. Eine Krebserkrankung ist zwar eine ernste Erkrankung, die auch zum Tod führen kann. Doch die Medizin hat gerade in den letzten Jahren immer mehr Möglichkeiten erforscht, um diese Erkrankung zu heilen, so dass ein Mensch, der an Krebs erkrankt ist, nach seiner Heilung wieder ein ganz normales Leben führen kann.

Über Tod und Sterben sprechen viele Erwachsene nicht so gerne. Wenn ihr darüber aber mehr wissen wollt, dann fragt nach und sagt den Erwachsenen, wie wichtig es für euch ist, darüber zu reden.

Jetzt haben wir schon mehrfach von Krebs, den Therapie- und Behandlungsmöglichkeiten gesprochen, so dass es Zeit wird, euch diese etwas genauer zu erklären.



## Was ist Krebs überhaupt?

Die Krankheit „Krebs“ hat nichts mit dem Krebs zu tun, der im Wasser lebt.



Es gibt eine Vielzahl unterschiedlicher Krebserkrankungen. Bei dieser Krankheit sind manche Zellen im Körper krank. Sie spielen plötzlich verrückt und vermehren sich unkontrolliert. Diese nennt man dann Krebszellen. Sie können an ganz unterschiedlichen Stellen im Körper wachsen. Das Besondere und zugleich Schlimme an diesen Krebszellen ist die Eigenschaft, dass sie andere lebenswichtige Körperzellen zerstören. Je nachdem, wo sie sich befinden und wie groß sie sind, verursachen sie verschiedene Beschwerden und manchmal auch Schmerzen.

## Was können Ärztinnen und Ärzte gegen Krebs tun?

Im Wesentlichen gibt es bis heute vier Möglichkeiten, um die Krankheit Krebs zu bekämpfen:

### Operation

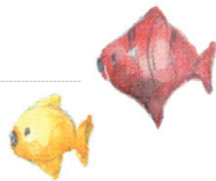
Das Ziel einer Operation ist es, die erkrankten Zellen zu entfernen, damit der Körper wieder gesund werden kann. Es kann aber leider auch sein, dass der Arzt oder die Ärztin nur einen Teil der kranken Zellen wegoperieren kann. Meistens sind nach so einer Operation dann aber die Schmerzen oder andere Beschwerden nicht mehr so schlimm.

### Bestrahlung

Bei der Bestrahlung wird versucht, mit Röntgenstrahlen die kranken Zellen zu zerstören. Manchmal werden dabei aber auch gesunde Zellen zerstört. So kann es sein, dass z.B. die Haut Verbrennungen erleidet, ähnlich wie bei einem Sonnenbrand, oder bei Bestrahlung am Kopf, die Haare ausgehen. Die Bestrahlung selbst tut nicht weh, ist aber für den Körper trotzdem anstrengend und die Behandelten müssen sich danach meistens etwas ausruhen.

### Chemotherapie

Bei der Chemotherapie werden dem Erkrankten spezielle Medikamente gegeben, die die Krebszellen zerstören sollen. Die Medikamente gelangen in Form von Tabletten, Spritzen oder Infusionen in den Körper. Krebszellen ver-





mehren sich sehr schnell. Diese Medikamente greifen besonders die schnell wachsenden Zellen an. Manche gesunden Zellen, z.B. die Haarzellen, wachsen jedoch auch sehr schnell und werden dann leider auch zerstört. Dadurch kann es zu Haarausfall kommen. Aber keine Angst: Nach Abschluss der Chemotherapie wachsen die Haare wieder nach.

### **Ergänzende Behandlungsmethoden**

Neben den sogenannten „klassischen Behandlungsmethoden“ Operation, Chemotherapie und Bestrahlung gibt es verschiedene, sogenannte „ergänzende“ Behandlungsmöglichkeiten, die die Abwehrkräfte des Körpers und das Wohlbefinden steigern können: z.B. eine vitaminreiche Ernährung, viel Bewegung und Entspannungsübungen.

Wichtig ist auch, wie die erkrankte Person selbst mit ihrer Krankheit und den Veränderungen umgeht. Ebenso ist es sehr wichtig, wie sich die Familie, Freunde und andere Menschen ihr gegenüber verhalten.



Vielleicht klingt das alles etwas verwirrend. Deshalb möchten wir euch diese medizinischen Behandlungsformen nochmals anhand eines Aquariums und den darin lebenden Fischen verdeutlichen.

### **Das Aquarium-Beispiel**

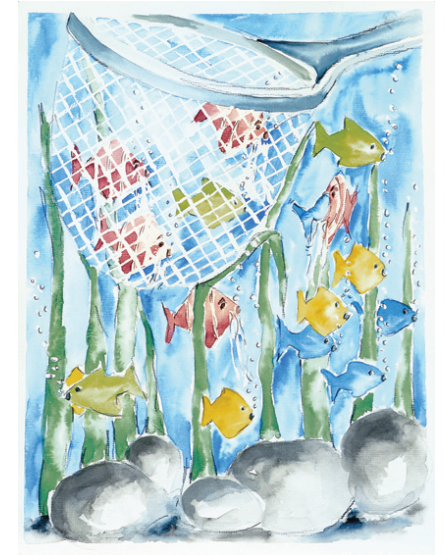
Versucht euch doch einmal folgendes vorzustellen: Das Aquarium ist der Mensch, der Körper eines Menschen, und die Fische sind die Körperzellen. Sie leben friedlich nebeneinander, und jeder Fisch fühlt sich wohl – so wie die Zellen in einem Körper. Rote, blaue, gelbe und grüne Fische sind beispielsweise Haut-, Haar-, Muskel- oder Herzzellen.



Eines Tages erkrankt der Mensch – oder bleiben wir bei unserem Bild – ist das Wasser im Aquarium nicht mehr frisch. Plötzlich spielen die roten Fische verrückt und beginnen alle anderen Fische aufzufressen. Diese roten Fische wären also die Krebszellen.



Jetzt muss man diese roten Fische aufhalten, sonst gibt es bald keine anderen Fische mehr. Man kann versuchen, die roten Fische einfach zu fangen und aus dem Aquarium zu werfen. Das wäre so ähnlich, wie bei einer Operation, wenn man den Körperteil mit den bösen Zellen entfernt.



Oder man gibt ein Pulver in das Aquarium, das alle rötlichen Fische unschädlich macht. Leider würde es aber nicht nur die roten, sondern auch die ähnlich gefärbten Fische, wie z. B. die orange- und rosafarbenen oder die weinroten Fische verletzen. Das würde der vorhin erwähnten besonderen Medizin entsprechen, der sogenannten Chemotherapie.



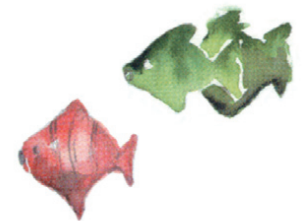
Oder man könnte das Aquarium mit einem besonderem „Licht“ bestrahlen, das wieder vor allem die roten Fische unschädlich macht, leider aber auch wiederum alle anderen farblich ähnlichen Fische angreift. Das wäre wie bei den Röntgenstrahlen der Bestrahlungstherapie.



Man kann allerdings versuchen, die gesunden Fische durch ein besonderes Futter ganz stark zu machen, so dass sie nicht so einfach zerstört werden können. Deshalb geben die Ärzte den kranken Menschen oft Medikamente, Vitamine, Mineralstoffe, pflanzliche Mittel und andere Naturheilmittel.

Ihr habt bestimmt schon bemerkt, dass wir öfter erwähnt haben, dass nicht nur die roten, sondern auch die ähnlich aussehenden Fische eventuell verletzt oder krank werden. Das haben wir deshalb so betont, weil wir euch damit verdeutlichen möchten, dass die medizinischen Behandlungsarten auch manchmal unerwünschte Nebenwirkungen haben können. Also: Wenn die roten Fische (Krebszellen) mit einem Pulver (Chemotherapie) oder mit einem besonderen Licht (Bestrahlungstherapie) verletzt werden, können dabei manchmal auch die ähnlich aussehenden rötlichen Fische (gesunde Körperzellen) zerstört werden. Wenn diese Körperzellen z. B. Haarzellen sind, verliert der Patient seine Haare. Aber keine Sorge, denn wenn die Behandlung beendet ist, wachsen die Haare wieder nach.

Wenn das noch immer alles etwas kompliziert erscheint, so ist das ganz verständlich. Lasst euch Zeit! Denkt in Ruhe darüber nach und sprecht darüber mit Freunden, euren Eltern, oder anderen Menschen, denen ihr vertraut.



## Tipps!

**Natürlich ist es besonders schlimm für ein Kind, wenn die Mutter oder der Vater krank ist. Wir wollen euch nun ein paar Tipps geben, was ihr tun könnt, um sie besser zu verstehen und ihnen zu helfen:**

Zunächst sei gesagt, dass ihr euren Alltag so weiterleben könnt, wie vor der Erkrankung von Mutter oder Vater. Das heißt, ihr dürft weiter zu euren Freunden gehen und eure Hobbies pflegen, wie etwa ein Instrument oder Fußball spielen. Ihr braucht also keine Angst zu haben, dass Vater oder Mutter von euch erwarten, dass ihr jetzt nur noch zu Hause seid und euch um sie kümmert. Ihr dürft auch weiter lustig und fröhlich sein. Aber natürlich kann es gerade bei einer solchen Erkrankung in eurer Familie immer wieder Situationen geben, in denen ihr traurig seid. Dann solltet ihr euch eure Traurigkeit auch gegenseitig zeigen. Das heißt, ihr dürft weinen und ihr könnt euch in den Arm nehmen und gegenseitig trösten. Gleichzeitig heißt es aber nicht, dass man jetzt immer nur traurig sein muss! Denn, vielleicht habt

ihr schon davon gehört, dass ein kluger Mensch einmal gesagt hat: „Lachen ist die beste Medizin!“

Neben der Traurigkeit ist es nämlich auch wichtig, dass man gemeinsam immer noch Freude am Leben hat, also auch gemeinsam lacht.

Ebenso kann es vorkommen, dass ihr wütend seid, ohne zu wissen, auf was oder auf wen. Vielleicht seid ihr einfach voller Wut darüber, dass gerade eure Mutter oder euer Vater solch eine Erkrankung bekommen haben. Und ja, ihr dürft auch wütend sein!

Am Besten lasst ihr die Wut heraus, aber passt auf, dass ihr dadurch keinen anderen Menschen verletzt. Sprecht über eure Gefühle, eure Angst, eure Wut, eure Hilflosigkeit!

Mit vertrauten Menschen zu sprechen befreit und erleichtert und man spürt, dass man mit all den Gefühlen und Gedanken nicht alleine ist.

Es kann sehr erleichternd sein, Ängste, Trauer, Wut und Hoffnung zu teilen und **gemeinsam nach vorne zu schauen!**



**Was passiert mit Mutter oder Vater, wenn sie an Krebs erkrankt sind?**

Ihr werdet vielleicht feststellen, dass Vater oder Mutter, nachdem sie von dieser Erkrankung erfahren haben, viel Zeit für sich selbst brauchen. Eure Eltern haben möglicherweise Angst vor der Erkrankung, wie jeder Mensch Angst vor einer schweren Erkrankung haben kann. Und wenn ein Mensch Angst hat, dann braucht er oft erst einmal viel Zeit, um über diese Angst und über all das, was mit so einer Erkrankung verbunden ist, nachzudenken. Hierzu wollen Erwachsene zwischendurch auch einmal alleine sein. Wenn ihr das also bei eurer erkrankten Mutter oder Vater feststellt, dann lasst ihnen diese Zeit. **Das hat nichts mit euch zu tun!** Es bedeutet nicht, dass Vater oder Mutter euch weniger lieben. Nein, es bedeutet nur, dass sie in der momentanen Lebenslage einfach etwas mehr Zeit für sich selbst benötigen. Später wird das bestimmt wieder anders werden.

**Ihr müsst euch immer vor Augen halten: Ihr seid nicht schuld an dieser Erkrankung!**

Erwachsene brauchen manchmal einfach etwas Zeit, um nachdenken zu können. Das können sie dann am besten, indem sie sich etwas zurückziehen, mit dem Partner zusammen sind oder vielleicht auch mal zu einem Freund oder einer Freundin fahren.

Bei euren Eltern kann es auch vorkommen, dass sie häufiger weinen, traurig, wütend und ärgerlich sind. Dies alles gehört zu der Auseinandersetzung mit einer schweren Erkrankung und ist ganz normal!

### Was kann ich für meinen erkrankten Vater, meine erkrankte Mutter tun?



Vielleicht habt ihr selbst schon Ideen, wie ihr euren Eltern eine Hilfe sein oder ihnen eine Freude machen könnt?

Im Folgenden möchten wir euch noch weitere Anregungen geben:

- 😊 Ihr könnt euren Eltern zu Hause hin und wieder hilfreich zur Hand gehen und z. B. beim Aufräumen oder beim Essen machen etwas helfen. **Aber ihr sollt jetzt nicht ständig die Aufgaben übernehmen, die sonst die Erwachsenen in eurer Familie erledigt haben!** Das heißt, ihr dürft auch weiterhin spielen gehen, euch mit Freunden treffen, Witze machen und lachen.
- 😊 Wenn ihr Lust habt, überrascht euren Vater, eure Mutter oder beide zusammen einmal, indem ihr ihnen z. B. ein schönes Frühstück ans Bett bringt oder etwas malt oder bastelt.

😊 Wenn euer Vater oder eure Mutter wieder ins Krankenhaus muss, könnt ihr ihnen ja vielleicht auch euer Lieblingsbuch, die Lieblingspuppe oder das Lieblingstier mitgeben, damit sie nicht so alleine sind.

😞 Gebt euren Eltern etwas Zeit, selbst mit der Erkrankung und mit den anstehenden medizinischen Behandlungsformen (Operation, Bestrahlung oder Chemotherapie) zurechtzukommen.

😊 Ansonsten fragt Mutter und Vater einfach, was sie sich von euch wünschen. Wenn man für einen anderen Menschen etwas tun möchte, macht man es sich oft leichter, wenn man vorher nachfragt, statt sich selbst zu viele Gedanken zu machen, was man für den anderen machen müsste oder könnte.

😊 Wenn eure Mutter oder euer Vater im Krankenhaus sind, dann fragt einfach nach, ob ihr sie besuchen dürft. Wenn ja, solltet ihr dies dann auch möglichst tun. Bestimmt freuen sich Mutter oder Vater sehr über euren Besuch im Krankenhaus!

😞 Aber manchmal – ihr erinnert euch – ist es auch ganz gut, wenn man dem Erwachsenen ein bisschen Zeit für sich selbst lässt.

😞 Überdies sind Operation, Bestrahlung und Chemotherapie zum Teil so anstrengend, dass der Patient einfach viel Ruhe braucht. So ist es ganz normal, dass



er dann im Krankenhaus oder zu Hause oft im Bett liegt und schläft. Ohne dass ihr es beabsichtigt, könnte in dieser Situation zu häufiger Besuch belastend sein. Eure Mutter oder euer Vater würden bestimmt gerne wach und für euch da sein, wenn ihr zu Besuch kommt, aber der Körper kann dies oft überhaupt nicht, wenn er durch die Therapie sehr angestrengt wurde. In einem solchen Fall kann es schon einmal sinnvoller sein, Mutter oder Vater nicht zu besuchen und ihr oder ihm einfach Ruhe zu gönnen.

- 😊 Aber wie schon gesagt: Es ist immer am besten, wenn man miteinander darüber spricht, als wenn man sich alleine zu viele Gedanken macht und dann nur vermuten kann, was das Beste, das Sinnvollste wäre.

#### Darf ich auch mit anderen über die Erkrankung meiner Mutter oder meines Vaters sprechen?

- 😊 Ja, ihr dürft ruhig auch mit euren Freunden über die Erkrankung von Vater oder Mutter reden. Es kann auch vorkommen, dass eure Freunde zu wenig über Krebs wissen und selbst Angst haben, daran zu erkranken, weil sie zum Beispiel nicht wissen, dass **Krebs nicht ansteckend** ist.
- 😊 Vielleicht kommt es vor, dass ihr dann auch einmal Freunde oder Mitschüler sagen hört „Oh, wie schrecklich! An Krebs kann man doch sterben!“. Doch viele wissen einfach nicht, dass Krebs in den meisten Fällen auch heilbar ist.

Auch hier ist es sinnvoll und wichtig, mit mehreren zu reden, sich auszutauschen und sich nicht in das eigene kleine Schneckenhaus zurückzuziehen, denn darin sieht es oft sehr dunkel und einsam aus.

#### Beispiel:

Vielleicht habt ihr schon mal von den Paralympics gehört? Das sind die Olympischen Spiele für Sportler mit Behinderung. Einer der erfolgreichsten deutschen Sprinter ist der 30-jährige Heinrich Popow, der bereits mit vielen Medaillen ausgezeichnet wurde. Das hätte vor einigen Jahren noch niemand voraussagen können, denn nachdem er an Knochenkrebs erkrankte, musste ihm das linke Bein abgenommen werden. Und stellt euch vor: Seine größte Sorge galt damals nicht mal der Amputation, sondern der Tatsache, dass er nie mehr Fußball spielen könne! Heinrich Popow konnte von seiner Krebserkrankung geheilt werden und schaffte mit einer Beinprothese den Weg zurück zum Sport. Heute gehört er sogar zu den Besten seiner Sportart und läuft an der Weltspitze mit!!

Und wer von euch gerne Musik mag, kennt vielleicht auch Anastacia oder Kylie Minogue? Beide Frauen sind weltweit erfolgreiche Sängerinnen und mussten sich plötzlich mitten in ihren Karrieren mit der Diagnose Brustkrebs auseinandersetzen. Musikalisch haben sie eine Pause gemacht, da sie operiert und für einige Zeit behandelt wurden. Doch nachdem ihre Therapien erfolgreich abgeschlossen werden konnten, widmeten sich sowohl Anastacia als auch Kylie Minogue erneut ihrer Leidenschaft, der Musik. Heute begeistern sie uns wieder mit ihren tollen Stimmen ... wie schön!



## Was kann ich tun, wenn ich Fragen habe?

Wenn möglich, versucht immer als erstes mit euren Eltern zu sprechen. Falls eure Eltern getrennt sind, sprecht mit demjenigen, mit dem ihr zusammen lebt, oder auch mit dem Lebenspartner des betroffenen Elternteils. Falls dies zum Beispiel nicht möglich ist, weil Vater oder Mutter zu krank sind oder im Krankenhaus liegen, dann habt ihr vielleicht die Möglichkeit, mit Oma, Opa, Tante, Onkel oder anderen Vertrauenspersonen zu reden. Falls ihr selbst mehrere Kinder in der Familie seid, redet auch untereinander über die Erkrankung und all das, was damit zusammenhängt.

Vielleicht habt ihr auch einen guten Freund oder eure Eltern haben gute Freunde, mit denen ihr über dieses Thema reden könntet?

Ihr könnt aber auch mit der Lehrerin/dem Lehrer über die neue Situation in eurer Familie sprechen.

Vielleicht gibt es in eurer Nähe einen Verein oder eine Beratungsstelle, die sich genau mit dieser Situation beschäftigen und auskennen?

Ab Seite 28 dieses Heftchens findet ihr neben unseren Kontaktdaten auch noch andere Ansprechpartner, wo ihr persönlich, am Telefon oder per Internet Unterstützung findet.

Falls ihr gerne im Internet surft, so klickt doch mal unsere Homepage von Flüsterpost e.V. an:

[www.kinder-krebskranker-eltern.de](http://www.kinder-krebskranker-eltern.de) an. Dort findet ihr interessante Informationen zum Thema „Krebs“ und könnt ihr in

der Galerie lesen, wie es anderen ergeht, die Kinder eines krebskranken Vaters oder einer krebskranken Mutter sind.

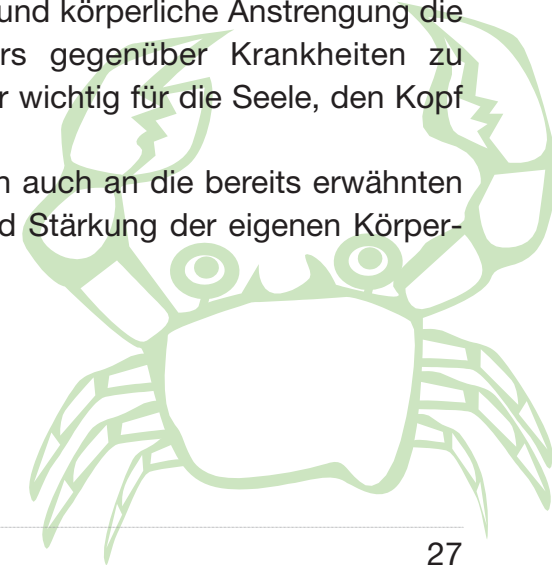
## Was kann ich zudem für meine eigene Gesundheit tun?

Bei all dem Nachdenken, Grübeln und Reden solltet ihr vor allem nicht vergessen, euch körperlich zu bewegen.

Nehmt euch die Zeit, wie ihr es hoffentlich auch schon früher getan habt, und geht raus: Geht hinaus auf den Sport- oder Spielplatz, in den Wald, in die freie Natur. Lauft, joggt und spielt. Egal, ob Fußball, Volleyball oder Tennis... macht, was euch gefällt und worauf ihr gerade Lust habt. Denn, neben dem Nachdenken und sich miteinander austauschen, ist es auch ganz wichtig, sich zu bewegen, um so dem Körper die Möglichkeit zu geben, sich auszutoben. Ihr werdet dabei merken, dass ihr schnell auf ganz andere Gedanken kommt oder einfach mal an gar nichts denkt. Und das dürft ihr auch zulassen! All das tut sehr gut und ist etwas, was wir Erwachsene oft schon verlernt haben.

Außerdem hilft Bewegung und körperliche Anstrengung die Abwehrstoffe des Körpers gegenüber Krankheiten zu stärken. Bewegung ist sehr wichtig für die Seele, den Kopf und den Körper!

Und denkt dabei zusätzlich auch an die bereits erwähnten Hinweise zur Erhaltung und Stärkung der eigenen Körperkräfte.





## *An wen kann ich mich wenden, wenn ich niemanden habe, mit dem ich reden kann oder wenn ich Hilfe brauche?*

Ihr könnt euch immer an uns wenden, egal ob telefonisch, per Post oder per E-Mail. Wenn ihr wollt, könnt ihr uns eine Mail an **info@kinder-krebskranker-eltern.de** schicken und wir antworten euch innerhalb 1-2 Tagen!

Vielleicht malt, schreibt oder bastelt ihr ja gerne? Dann lasst uns doch eure Werke zukommen (über den Postweg oder per E-Mail) und wir stellen sie in die **GALERIE** auf unserer Homepage (natürlich erst nach Rücksprache mit euch und euren Eltern; eine Veröffentlichung kann auch ohne Namensnennung oder mit eurem Nickname erfolgen).

Eure Originale schicken wir euch auch gerne wieder zurück!

Wir sind gerne für euch da:

### **Flüsterpost e.V.**

Lise-Meitner-Straße 7

55129 Mainz

Tel: 06131 / 55 48 798

info@kinder-krebskranker-eltern.de

www.kinder-krebskranker-eltern.de



## **Internet-Tipps**

- Flüsterpost e.V., [www.kinder-krebskranker-eltern.de](http://www.kinder-krebskranker-eltern.de), hat spezielle Seiten für Kinder, Jugendliche und Erwachsene mit vielen hilfreichen Infos, Lese- und Link-Tipps, sowie einer GALERIE für eure kreativen Werke!
- [www.seitenstark.de](http://www.seitenstark.de) ist eine Gemeinschaftsseite mehrerer einzelner Kinderseiten. Von dort aus gelangt ihr zu vielen tollen Seiten mit ganz unterschiedlichen Themen, die extra für Kinder gemacht wurden.
- [www.pausentaste.de](http://www.pausentaste.de) Wer anderen hilft, braucht manchmal selber Hilfe. Für Kinder und Jugendliche, die sich um ihre Familie kümmern. Drück die Pausentaste und lass dich beraten! Anonym und kostenfrei!

Es gibt aber auch deutschlandweit immer mehr Beratungs- und Unterstützungsangebote für Familien mit einem krebs-erkrankten Elternteil. Wir werden diese, soweit uns bekannt, auf der Homepage von Flüsterpost e.V. unter **Viele Infos/ Link-Tipps** aufführen. Falls ihr wohnortnah nichts findet, könnt ihr euch bei uns melden und wir versuchen, Angebote in eurer Nähe ausfindig zu machen.

(Kontakt zu Flüsterpost e.V. siehe Seite 28)

**Erklärvideos auf YouTube:** Wenn ihr auf YouTube folgende Stichwörter eingibt „Kindern Krebs erklären“ findet ihr hilfreiche Videos der Deutschen Krebshilfe rund um viele Fragen zum Thema Krebserkrankung, Möglichkeiten der medizinischen Behandlung.



## • **Hilfreiche App für Kinder von 3 – 10 Jahren:**

„Der Zauberbaum“ mit Erklärungen zum Thema Brustkrebs und den Behandlungsmöglichkeiten sowie verschiedenen Spielen. Zum kostenfreien Herunterladen in jedem App-Store (Android und iOS-Systeme), optimiert für Tablets. Von Hilfe für Kinder krebskranker Eltern, Frankfurt, [www.hkke.org](http://www.hkke.org)

## • **Hilfreiche Infobroschüren**

### - für Jugendliche:

„Was jetzt für dich wichtig ist – Ein Ratgeber von und für Jugendliche, deren Eltern an Krebs erkrankt sind.“

von Andreas, Inka, Leonie, Nico, Viola und Sabine Brütting

### - für Eltern und Interessierte:

„Mit Kindern über Krebs sprechen“ von Bianca Senf, Monika Rak

beide Broschüren erhältlich bei:

Hilfe für Kinder krebskranker Eltern e.V.

Frankfurt, Tel. 069 / 4789 2071

[www.hilfe-fuer-kinder-krebskranker-eltern.de](http://www.hilfe-fuer-kinder-krebskranker-eltern.de)

## • **Sorgentelefone und Mail-Beratung, kostenfrei und anonym:**

- „Nummer gegen Kummer“ Kinder- und Jugendtelefon

Tel. 116 111 vom Handy und Festnetz, Mo-Sa, 14 – 20 Uhr

- Jugendliche beraten Jugendliche

Tel. 116 111, vom Handy und Festnetz, Sa 14 – 20 Uhr

- Elterntelefon

Tel. 0800 / 111 0 550, Mo – Fr, 11 – 17 Uhr, Di und Do, 11 – 19 Uhr

Mail-Beratung rund um die Uhr unter [www.nummergegenkummer.de](http://www.nummergegenkummer.de)

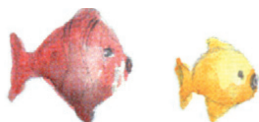
- Telefonseelsorge für Kinder, Jugendliche und Erwachsene

Tel. 116 123, Tel. 0800 / 111 0 111 (evangelisch) oder

0800 / 111 0 222 (katholisch), rund um die Uhr.

Mail-Beratung und Beratung vor Ort:

Infos unter [www.telefonseelsorge.de](http://www.telefonseelsorge.de)



## **Materialien von Flüsterpost e.V., für betroffene Familien kostenlos erhältlich:**

### **Info-Flyer**

Info-Flyer für Erwachsene, Eltern, Lehrer, Erzieher, Ärzte, Pflegekräfte u.a. mit Tipps für Erwachsene zum Gespräch mit Kindern sowie Informationen über Ziele und Angebote von Flüsterpost e.V. [Auch in türkischer Sprache erhältlich.](#)



### **Infowürfel zum Basteln**

aus vorgestanztem Karton zum alleine oder gemeinsamen Basteln (12 x 12 cm) und Austauschen von Gedanken und Gefühlen mit euren Eltern, Geschwistern, Großeltern, Freunden,...



### **Kinderbuch „Als der Mond vor die Sonne trat“**

Mama hat Brustkrebs. Marc fragt den Großvater; „Was ist eigentlich Krebs?“ Janina und Marc beginnen zu verstehen und trauen sich mit den Eltern darüber zu sprechen. Gerhard Trabert Verlag, [Erhältlich auch in französischer Sprache mit dem Titel „Quand la lune passe devant le soleil“](#)

Gerhard Trabert Verlag



### **Kinderbuch „Als der Mond die Nacht erhellte“**

Die Fortsetzungsgeschichte von „Als der Mond vor die Sonne trat“: Fünf Jahre sind seit der Brustkrebsdiagnose vergangen. Marc und Janina sind mittlerweile 10 und 13 Jahre alt. Mama muss wieder zur Nachsorgeuntersuchung. Alle haben gelernt, mit der Krebserkrankung zu leben und sie erinnern sich daran, wie es war, als Mamas beste Freundin an Krebs gestorben ist. Gerhard Trabert Verlag



### **Hörbuch**

des Kinderbuches „Als der Mond vor die Sonne trat“ von Gerhard Trabert. Einfühlsam gelesen vom bekannten Schauspieler *Walter Sittler* mit Musik vom französischen Gitarristen, Jean-Yves Zimmermann. 1 CD, 30 Min., Gerhard Trabert Verlag



Diese Materialien könnt ihr kostenlos bei Flüsterpost e.V. bestellen, telefonisch, per Mail oder über ein Bestellformular im Flyer oder unter **Viele Infos/Infomaterial** auf unserer Homepage. Da wir unsere Materialien aber auch bezahlen müssen, freuen wir uns über jede kleine freiwillige Spende, falls es möglich ist!

### **Einige Bücher zum Weiterlesen:**

„**Wie ist das mit dem Krebs?**“ Sarah Roxana Herlofsen, Dagmar Geisler. Gabriel in der Thienemann-Esslinger Verlag GmbH. Ein Buch über die Krankheit Krebs für Kinder und ihre Familien. In Kooperation mit der Stiftung Deutsche Krebshilfe.

„**Ein Koffer voller Mama-Momente – Mama muss ins Krankenhaus**“ Anja Freudiger, BALANVE Buch + Medien Verlag  
„Mama muss immer wieder ins Krankenhaus, und Bertil vermisst sie so sehr. ... Was kann er nur tun? Bertil entdeckt, dass es viele Dinge gibt, die mit Mama verbunden sind und die ihn trösten. Am Ende hat Bertil einen ganzen Koffer voller Mama-Momente.“

„**Wieso? Weshalb? Warum?, Band 53: Was passiert im Krankenhaus?**“ Andrea Erne, Ravensburger Verlag GmbH  
„Ein spannendes Buch zum Entdecken und Lernen, welche Abteilungen es im Krankenhaus gibt und was dort gemacht werden kann.“

„**Warum trägt Mama im Sommer eine Mütze?**“  
Ratgeber des Mehr Zeit für Kinder e.V., (erhältlich über [www.mzfk.de](http://www.mzfk.de))  
„Mama erklärt Louis, dass es komisch aussehen würde, wenn ihr nach und nach die Haare ausfallen würden. Deshalb rasiert Papa sie ihr vorher ab. Als er fertig ist, sieht Mama zwar anders aus, aber doch wie Mama.“ Plötzlich stellt eine Krankheit alles Gewohnte auf den Kopf: Mama hat Brustkrebs. Was passiert und was verändert sich dadurch in eurem Familienalltag? Fragen, die dir auf dem Herzen liegen, werden dir in dieser Geschichte beantwortet.“

„**Alia am Ort der Wunder**“ Anette Mierswa, Windy Verlag GmbH  
„Und plötzlich ist alles anders. Als ihr Vater aus heiterem Himmel ins Krankenhaus kommt, versteht Alia noch nicht, was die Diagnose Krebs für sie und ihre Familie bedeutet. Und, warum ist ein Krankenhaus nicht ein Gesundhaus?“

„**Leos Papa hat Krebs**“ Sabine Brütting, Claudia Heinemann, BLANCE Buch + Medien Verlag  
„Seit Leos Papa Krebs hat, ist alles anders. Aus dem Krankenhaus kommt er ohne Haare, ist dünn und müde und sofort genervt, wenn Leo und Lisa streiten. Leo weiß nicht, wohin mit seinen Gefühlen und Fragen: Was ist Krebs, wird Papa sterben?“

„**Ich und meine Gefühle**“ Holde Kreul, Loewe Verlag. Ein Buch für Kinder und Erwachsene.  
„Die eigenen Gefühle spüren, darüber sprechen, damit umgehen lernen, ... ist wichtig für dich selbst und das Zusammenleben in der Familie ...“

„**Mein Körper. Frag doch mal ... die Sachbuchreihe mit der Maus**“ Daniela Nase, cbj Verlag.  
„Schritt für Schritt wird alles Wissenswertes zu Organen, Knochen, dem Bewegungsapparat und Vielem mehr erklärt. Mit Folien und Ausklappseiten, Mauslexikon und Maus-Poster.“

„**Weltreligionen – Frag doch mal ... die Sachbuchreihe mit der Maus**“ Roland Rosenstock, Carlsen Verlag.  
„Glauben eigentlich alle Menschen an einen Gott? Die Maus hat sich schlaue gemacht und erklärt ebenso spannend wie behutsam alles, was Kinder zum Thema Religion wissen wollen: Ob Tiere in den Himmel kommen, wozu der Rabbi einen Hut trägt, warum Muslime auf einem Teppich beten und ob es Engel auch in Wirklichkeit gibt. Auf farbigen Folienseiten, aufklappbaren Panoramaseiten und dem großformatigen Poster gibt es jede Menge über die Weltreligionen zu entdecken. Und was ist ein Mandala? Die Maus hat auf alle Fragen eine Antwort!“



### **Erklärfilme zu Trauer, Abschied, Sterben und Tod auf YouTube**

#### „**Knietzsche – der kleinste Philosoph der Welt**“

„erklärt in kurzen Comics was passiert, wenn man traurig oder wütend ist, oder Fragen zum Thema Sterben und Tod hat... Hier findet ihr aber auch ganz viele weitere Comics zu anderen Gefühlen oder Fragen!“

#### „**Der Leben- und Sterben-Check**“ von Tobi Checker

„Checker Tobi ist traurig: Sein Hamster Haselnuss ist gestorben. Tobi beschließt, Haselnuss im Wald zu begraben. "Tschüss, Haselnuss!" Der Abschied ist schwer und macht Tobi nachdenklich: Wie ist das, wenn man stirbt? Und was passiert danach?“

#### Willi will's wissen: „**Wie ist das mit dem Tod?**“

„Alles, was lebt, muss irgendwann sterben; Pflanzen, Tiere - und auch Menschen. ... Willi trifft Bestatter, Pfarrer oder Ärzte, die viel zum Thema zu erzählen haben. Er spricht mit Trauernden, die jemanden verloren haben, den sie geliebt haben. ... Willi stellt fest: Angst und Unsicherheit bestimmen die Gefühle. Zwei Hilfsmittel: Reden und Zuhören. Nur wenn der Tod nicht totgeschwiegen wird, geht das Leben weiter.“



## Bücher zu Trauer, Abschied, Sterben, Tod

### „Abschied von der kleinen Raupe“

Heike Saalfrank, Eva Goede, Echter Verlag Würzburg.

Eine Geschichte mit Tieren.

„Zwei Freunde leben am Waldrand auf einer großen Wiese. Schmatz heißt die kleine Raupe und Schmierle ist eine kleine Schnecke. Sie erleben wunderbare Dinge zusammen und haben eine Menge Spaß. Doch irgendwann spürt die kleine Raupe, dass ihre Verwandlung bevorsteht. ... Die weise alte Schnecke erklärt Schmierle, dass die kleine Raupe gestorben ist, sich in einen schönen Schmetterling verwandelt hat ... „Wenn du an sie denkst, ist sie in Gedanken bei dir. Auch, wenn deine Freundin nicht mehr da ist, die Erinnerungen an sie werden bleiben.“

### „Von Sterben, Tod und Trauer den Kindern erzählt“

G. Schwikart; Butzon & Becker. Für Kinder.

„Wenn ein geliebter Mensch gestorben ist, dann macht das sehr traurig. Trauer ist ein eigenartiges Gefühl. Sie ist wie ein langer Weg.“  
Diesen Weg soll niemand alleine gehen müssen. Dieses Buch soll dir ein wenig Mut machen, über den Tod zu sprechen, auch wenn das alles andere als leicht ist.

### „Wieso? Weshalb? Warum?, Band 42: Abschied, Tod und Trauer“, Ravensburger Verlag GmbH

„Was passiert, wenn man stirbt? Wie trauern wir?  
Darf ich lachen, wenn ihr traurig seid? Was ist eine Beerdigung?  
Dieses Buch bietet Antworten“



### „Geht sterben wieder vorbei?“, Mechthild-Schroeter-Rupieper, Imke Sönnichsen, Gabriel in der Theinemann-Esslinger Verlag GmbH

„Marlene und Paul lieben ihren Opa über alles, auch wenn sie nicht mehr zusammen mit ihm Tomaten pflanzen und daraus Ketchup machen können. Jetzt ist er sehr schwach. Wenig später stirbt er und die Kinder erleben, was danach passiert: wie der Bestatter zu ihnen nach Hause kommt, was im Krematorium passiert, wie die Beerdigung abläuft, warum man anschließend noch zusammenkommt. Aber auch, wie sie die Erinnerung an ihn bewahren können.“

### „Tante Tillys Tod“, Britte Honeder, Mirella Herzina-Rusch, Mabuse 20.

„Tante Tilly ist krank. Sterbenskrank. Eigentlich furchtbar traurig, gäbe es da nicht ihre Nichte Lisa und die ganze Familie. Bei ihr darf Tante Tilly leben bis zuletzt, mit Zu-Hause-Schwester, Müde-Medizin, aber vor allem Spritz-KaffeeKränzchen und viel Kuschel-Zeit! Und dann gibt es da all diese herrlich schrägen und liebevollen Ideen dazu, was passiert, wenn Tante Tilly keine Lebenskraft mehr hat ...“

### „Wie kommt der große Opa in die kleine Urne?“

Helene Düperthal & Daniela Veit, Lebensweichen Verlag e.K.

LenneStadt, für Kinder.

„Tim ist traurig. Sein Opa ist gestorben. Am Samstag ist Urnen-Beisetzung. Was ist das? Er ist ratlos. Da taucht mit einem Mal die Bärin Leila auf. Sie nimmt ihn ernst und macht sich für ihn auf den Weg. Sie will es wissen: Wie kommt der große Mensch in die kleine Urne? ...“

### „Tino und der Trost-Tiger – Eine Reise durch das Trauerland“, Petra Berghaus, Nina Liermann

„Tino ist traurig, denn seine Oma ist gestorben. Plötzlich ist alles anders. Im Haus ist es still. Niemand redet. Aber Tino möchte Fragen stellen. Wie gut, dass der Trost-Tiger zu Besuch kommt. Gemeinsam gehen sie auf eine Reise durch das Trauerland. Mit 4 speziell geschriebenen Trostliedern zum Herunterladen und 4 Trost-Postkarten.“

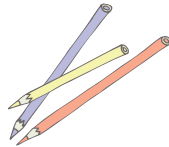
### „Wie ist das mit der Trauer“ Roland Kachler, Gabriel Verlag. Für Kinder.

„Je mehr wir einen Menschen lieben, umso trauriger sind wir, wenn dieser Mensch stirbt und er nicht mehr bei uns sein kann. Dieses Buch soll dir ein wenig helfen, mit deiner Traurigkeit umzugehen und dich ermutigen, auch wieder fröhlich zu sein.“  
Es tut gut zu wissen, was mit einem los ist, wenn man trauert. Was passiert dann eigentlich mit mir? Hier findest du Antworten auf schwierige Fragen und Vorschläge, wie du mit deiner Trauer umgehen kannst.“



**„Lesen streng verboten – das geheime Tagebuch der Mia Schwalbe“, Annah Fehlhauer, Freude Verlag**

„Wer hier schreibt ist Mia. Mia, die zehn ist und einem kleinen Tiertick hat und Mia, die immer wieder sehr „spezielle“ Ideen hat. ... Und das ist genau dieselbe Mia, die versucht, lieber nicht so viel über Mama nachzudenken. Weil Mama in letzter Zeit immer so scheußlich müde ist. Und nach Krankenhaus riecht. Und nicht mal mehr schimpft, wenn Mia wieder eine verrückte Idee gekommen ist.“



**Abschieds- und Erinnerungsbücher zum Selbstgestalten mit Erklärungen, Anregungen und Denkanstößen zum sich Austauschen sowie Platz zum Schreiben, Malen und Bilder einkleben:**

**„Was machst du eigentlich, wenn du traurig bist?“, Corinna Leibig, BoD – Books on Demand.**

„Du Penny? Was machst du, wenn du traurig bist?“ „Na, hier zum Fluss gehen und Kiesel ins Wasser werfen.“ „Und du, Torge?“ Was machst du? Torge muss echt lange überlegen. „Ich denke nach“, sagte er schließlich. „Ich denke darüber nach, warum ich traurig bin.“ „Jeder ist anders traurig. Die einen werden still, die anderen laut. Manche teilen ihre Gefühle, andere drücken sie weg. Und du? Was machst du eigentlich du traurig bist?“

**„Erinnerung an ... Mein ganz persönliches Trauerbuch“ Corrie Wolters,**

mit Platz für Fotos, vielen Malvorlagen sowie Anregungen zum Nachdenken und Austauschen, erhältlich bei Flüsterpost e.V.!

**„Für immer in meinem Herzen“, Stefanie Wiegel, Schwabenverlag AG Ostfildern.**

**„Weil du mir so fehlst“ Dein Buch fürs Abschiednehmen, Vermissen und Erinnern, Ayşe Bosse, Andreas Klammt, Carlsen, mit einem Lied von Bosse zum kostenlosen Herunterladen.**

**„Hilf mir, wenn ich traurig bin“ Ein Buch zum Trauern, Erinnern und Abschiednehmen, Jule Kienecker / Mechthild Schroeter-Rupieper, Patmos Verlag**



**„Gemeinsam trauern – gemeinsam leben. Der Familientrauerkalender“, Mechthild Schröter-Rupieper, patmos Verlag, für Kinder und Erwachsene**

„Wie Weihnachten feiern, wenn Papa den Baum nicht mehr schmückt? Wie Urlaub machen, wenn Mama nicht mehr dabei ist? ... Eines ist bei aller Unsicherheit gewiss: Es geht nur gemeinsam!“ Dieser immerwährende Kalender hilft der ganzen Familie passend zu jeder Jahreszeit, mit vielen Ideen und Ritualen, die Trauer zu verarbeiten und eine neue Form des Zusammenlebens zu finden.“  
Infos auch unter [www.familientrauerbegleitung.de](http://www.familientrauerbegleitung.de)

**Info-Flyer: Infos und Tipps für trauernde Kinder und Jugendliche – Wie kannst du mit der Trauer über den Verlust eines geliebten Menschen umgehen?**

Kostenfrei erhältlich bei Flüsterpost e.V. in Mainz:  
Tel. 06131 / 55 48 798 oder per Mail an [info@kinder-krebskranker-eltern.de](mailto:info@kinder-krebskranker-eltern.de)



Diese und mehr Tipps für Kinder, Jugendliche und Erwachsene findet ihr unter [www.kinder-krebskranker-eltern.de](http://www.kinder-krebskranker-eltern.de) unter **Viele Infos/Lese-Tipps.**

Wir freuen uns auch über Infos und Tipps von euch! Vielen Dank!

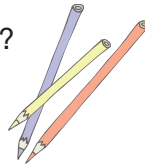
## Deine eigenen Seiten

Auf den folgenden Seiten hast du Platz für deine Gedanken und Ideen.

Was hat dir in schwierigen Momenten schon geholfen?

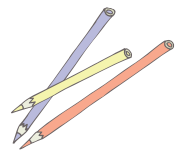
Oder, was möchtest du vielleicht auch mal ausprobieren?

Auf der Postkarte siehst du, was wir bei Flüsterpost e.V. den Kindern zum Ausprobieren anbieten.

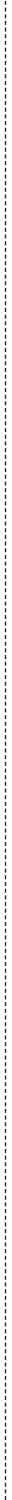
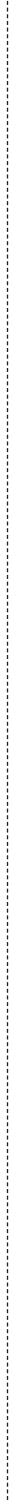


Deine Seite/n kannst du auch gerne an uns schicken:  
Flüsterpost e.V., Lise-Meitner-Str. 7, 55129 Mainz

Wir würden uns sehr darüber freuen und dir zurückschreiben!







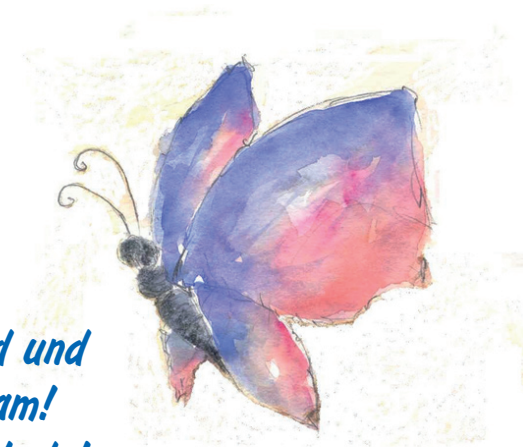
40



41



Wir freuen uns auch über  
deine Ideen, Änderungs-  
und Ergänzungsvorschläge  
für diese Broschüre!



*Alles Liebe und Gute  
von Anita und Gerhard und  
deinem Flüsterpost-Team!  
Wir sind gerne für dich da!  
Du kannst uns schreiben oder anrufen!*

**Unsere Beratungsstelle Flüsterpost e.V. – Unterstützung für  
Kinder krebskranker Eltern – finanziert sich ausschließlich über  
Mitgliedsbeiträge und Spenden.**

Wir freuen uns über jede kleine oder größere Spende auf das Konto  
von Flüsterpost e.V., die uns hilft, für Kinder krebskranker Eltern da  
sein zu können:

**Mainzer Volksbank eG**

IBAN: DE 29 5519 0000 0637 9000 10

BIC: MVBMD55

und sagen ganz herzlichen Dank!

Auf Wunsch stellen wir gerne eine Spendenbescheinigung aus!

**Wir danken sehr herzlich der Künstlerin Ruth Krisam für ihre  
anschaulichen Aquarelle!**

**Weiterhin danken wir sehr herzlich**

**AstraZeneca**  **für die Übernahme der Druckkosten  
dieser Broschüre und**

**KRÜGER** EST. 1937 **DRUCK + VERLAG GMBH & CO. KG**  
**Merzig für den Sonderpreis!**

## Mir sagt ja doch (k)einer was!?



Anita ist Sozialpädagogin und Mitarbeiterin bei Flüsterpost e.V.. Sie arbeitete davor unter anderem viele Jahre in einem Krankenhaus. Dort bot sie den Patientinnen und Patienten Gespräche zu verschiedenen Problemen an, die im privaten oder beruflichen Leben durch ihre Erkrankung entstanden sind. Sie kümmerte sich auch darum, dass die Versorgung der Patienten nach der Entlassung aus dem Krankenhaus geregelt wurde. Außerdem singt Anita seit ihrer Kindheit sehr gerne und hat auch schon mehrere CDs aufgenommen.



Gerhard ist Arzt und arbeitet als Professor an einer Hochschule, an der er Sozialpädagogik-Studenten im Fach Medizin unterrichtet. Außerdem behandelt er als praktischer Arzt Menschen ohne Wohnung und arbeitet zeitweise in einem Krankenhaus als Notarzt. Er spielt mit seinen 4 Kindern sehr gerne Fußball, hat schon mehrere Kinderbücher geschrieben und seine Lieblings-Hobbies sind das Joggen und Fotografieren. 2008 erhielt er den Kinderschutzpreis des Deutschen Kinderschutzbundes (DKSB) Rheinland-Pfalz für sein langjähriges Engagement, die Lebenswelt von Kindern zu verbessern.

Im Jahr 2003 haben Anita und Gerhard – zusammen mit anderen – den gemeinnützigen Verein FLÜSTERPOST E.V. – Unterstützung für Kinder krebskranker Eltern gegründet.

Am 08. November 2015 haben sie dann den 1. Welttag für Kinder krebskranker Eltern ins Leben gerufen, damit noch mehr Menschen auf die Lebenssituation von betroffenen Eltern und Kindern aufmerksam werden!

In diesem Heft wollen wir euch wichtige Informationen und Erklärungen geben, was Krebs ist. Und, wie Ärzte versuchen, Menschen, die an Krebs erkrankt sind, zu heilen. Darüberhinaus geben wir euch Tipps, wie ihr mit dieser „Familiendiagnose“ leben lernen könnt.

Für Kinder ab 6 Jahre.

