Bestellvordruck für Infomaterialien

Ich bin ☐ Teil einer betroffenen Familie ☐ Multiplikator

Absender (bitte in Druckschrift)

Telefon *erforderlich für evt. Rückfragen zu Ihrer Bestellung*

An
Flüsterpost e.V.
Unterstützung für Kinder krebskranker Eltern
Lise-Meitner-Straße 7
55129 Mainz-Hechtsheim

Einfach abtrennen, ausfüllen und in frankierten Fensterumschlag an **Flüsterpost e.V.** schicken, faxen oder mailen. Herzlichen Dank!

Schweigen ist Silber, Reden ist Gold!

Ich bestelle folgende Infomaterialien:

Anzahl

- ☐ Info-Flyer für Erwachsene von Flüsterpost e.V. ☐ deutsch ☐ türkisch
- ☐ Kinderbroschüre „Mir sagt ja doch (k)einer was!?“
- ☐ Info-Bastelwürfel für Kinder
- ☐ Kinderbuch „Als der Mond vor die Sonne trat“ von Gerhard Trabert
- ☐ Kinderbuch „Als der Mond die Nacht erhellte“ von Gerhard Trabert
- ☐ Hörbuch zum Kinderbuch „Als der Mond vor die Sonne trat“
- ☐ Info-Flyer für trauernde Kinder und Jugendliche
- ☐ Trauerbuch „Erinnerung an ... “ von Corrie Wolters
- ☐ Als Betroffene Familie kann ich die Versandkosten in Form einer selbstgewählten Spende übernehmen.
- ☐ Als Multiplikator übernehme ich die Aufwandsentschädigung gemäß des Bestellvordruckes (zum Herunterladen von der Flüsterpost-Website unter „Viele Infos, Infomaterial“).

Datum *Unterschrift*

Infomaterial von Flüsterpost e.V.
für Kinder und Erwachsene

Unsere Infomaterialien können das offene Gespräch zwischen Kindern und Erwachsenen fördern und unterstützen. Sie sind auch als didaktische Unterrichtsmaterialien geeignet.

Info-Flyer für Erwachsene ★ mit Tipps zum Gespräch mit Kindern sowie Informationen über Ziele und Angebote von Flüsterpost e.V., **auch in türkischer Sprache erhältlich**.

Info-Würfel aus vorgestanztem Karton zum Basteln (12 x 12 cm) für Kinder ab 6 Jahren zum alleine oder gemeinsamen Basteln und Austauschen von Gedanken und Gefühlen mit Eltern, Geschwistern, Großeltern, Freunden, ...

Kinderbroschüre „Mir sagt ja doch (k)einer was?!“ ★ mit Erklärungen zum Thema Krebserkrankung und den klassischen medizinischen Behandlungsmethoden sowie Tipps zum Umgang mit der Situation, wenn ein Eltern-/Großelternteil an Krebs erkrankt ist. Für Kinder ab 6 Jahren.

★ Auch zum Herunterladen unter „Viele Infos“ auf **www.kinder-krebskranker-eltern.de**

Unsere Materialien, alle liebevoll illustriert mit Aquarellen von Ruth Krisam, sind für Betroffene kostenfrei erhältlich. Wir freuen uns aber über die Erstattung der Portokosten oder eine kleine Spende zur Unterstützung unserer Arbeit, damit wir weiterhin für Sie/Euch da sein können.
Bei Bestellungen von Multiplikatoren erbitten wir eine Aufwandsentschädigung. Informationen hierzu finden Sie auf dem Bestellvordruck für Multiplikatoren zum Herunterladen von unserer Website bei „viele Infos, Infomaterial“.

Vielen Dank!

Kinderbuch „Als der Mond vor die Sonne trat“ von Gerhard Trabert
G. Trabert Verlag
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. Für Kinder ab 6 Jahren.
Das Buch gibt es auch in französischer Ausgabe: „Quand la lune passe devant le soleil“.

Kinderbuch „Als der Mond die Nacht erhellte“ von Gerhard Trabert
G. Trabert Verlag
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 „Familiendiagnose“ Krebs zu leben ... und sie erinnern sich daran, wie es war, als Mamas beste Freundin gestorben ist ...
Für Kinder ab 6 Jahren.

Hörbuch zum Kinderbuch „Als der Mond vor die Sonne trat“ Einfühlsam gelesen vom bekannten Schauspieler Walter Sittler, musikalisch umrahmt passend zum Text mit Kompositionen des französischen Gitarristen Jean-Yves Zimmermann.
Für Kinder ab 5 Jahren.

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

„Erinnerung an ... mein ganz persönliches Trauerbuch“ von Corrie Wolters
Spiralbindung, Din A4, 42 Seiten
Ein Buch zur kreativen Verarbeitung der Trauer mit 16 Ausmalbildern und Anregungen zum Nachdenken und Austauschen sowie Raum zum freien Malen oder Schreiben. Der Text gibt auch Erwachsenen hilfreiche Anregungen, worüber sie sich mit den Kindern austauschen können.
Für Kinder ab 5 Jahren.

Weiterhin sind bei uns gegen eine Spende in Höhe von 5 Euro plus Versandkosten erhältlich:

„Flüsterpost-Engel - für einen besonderen Menschen“ Schlüssel- oder Kettenanhänger mit Edelsteinen, handgefertigt, blei- und nickelfrei. Jeder Engel ist ein Unikat!

Flüsterpost e.V. ist Mitglied im **„Mainzer Bündnis für Kinderrechte“**, bei **„Deutsche Arbeitsgemeinschaft für Psychosoziale Onkologie“**, in der bundesweiten **„Interessensgruppe Kinder krebskranker Eltern - IG KkE“** (Kontakt über dapo-ev.de oder Flüsterpost e.V.) und im **„Palliativnetzwerk Mainz“.**

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

Jeder Euro hilft! Gemeinsam sind wir stärker!

SPENDENKONTO bei der Mainzer Volksbank e.G.
IBAN DE29 5519 0000 0637 9000 10
BIC MVBMDE55

ONLINE EINKAUFEN UND SPENDEN ♥
Unter **gooding.de** und **helpdirect.org** können Sie online einkaufen und gleichzeitig an Flüsterpost e.V. spenden, ohne Mehrkosten! Vorher Flüsterpost e.V. auswählen!

Wir danken Ihnen auch herzlich für eine Spende über PayPal Gerne stellen wir Ihnen eine Spendenbescheinigung aus! Bitte geben Sie hierzu bei der Überweisung Ihren Namen und Anschrift an.
Herzlichen Dank für Ihre Solidarität und Unterstützung!

© Ruth Krisam

Flüsterpost e.V.
Unterstützung für Kinder krebskranker Eltern

BERATUNGSSTELLE
Lise-Meitner-Straße 7
55129 Mainz-Hechtsheim
im Gewerbegebiet

Tel: 06131 / 55 48-798
Fax: 06131 / 55 48-608
info@kinder-krebskranker-eltern.de
www.kinder-krebskranker-eltern.de

LEITERIN DER BERATUNGSSTELLE
Anita Zimmermann
Dipl. Sozialpädagogin
anita.zimmermann@kinder-krebskranker-eltern.de

1. Vorsitzender:
Prof. Dr. med. Gerhard Trabert
Arzt und Dipl. Sozialpädagoge
Lehrstuhl für Sozialmedizin,
Hochschule RheinMain, Wiesbaden

Kennt Ihr schon unseren FLÜSTERPOST-SONG?
Ihr findet ihn in zwei Versionen auf unsere Website und auf YouTube! Damit möchten wir mehr Erwachsene und Kinder ermutigen, offen und ehrlich miteinander zu sprechen, ob beim Leben mit der „Familiendiagnose“ Krebs, oder bei anderen Herausforderungen im Leben!
Wir freuen uns, wenn Ihr unseren Song auf Social Media teilt. Ganz herzlichen Dank für Eure wertvolle Unterstützung!

Mir sagt ja doch (k)einer was!?

© Ruth Krisam

Flüsterpost e.V.

Unterstützung für Kinder krebskranker Eltern
Kinderschutzpreisträger 2016!

Empfehlen Sie uns weiter, damit noch mehr Menschen erfahren, für wen wir uns einsetzen! Oder schalten Sie einen Link auf Ihrer Webseite zur Seite von Flüsterpost e.V. Herzlichen Dank!

Sie können uns unterstützen! Werden Sie Mitglied bei Flüsterpost e.V. und fördern Sie unsere Arbeit mit einem Jahresbeitrag von 25 Euro oder mehr! Diese Beitrittserklärung per Post an uns senden oder faxen an 06131/55 48-608. Herzlichen Dank!

BEITRITTSERKLÄRUNG ■ Ich möchte Mitglied im gemeinnützigen Verein Flüsterpost e.V. werden. *(Bitte in Druckbuchstaben)*

Vorname *Name* *Telefon* *Geburtsdatum*

Straße *PLZ / Wohnort*

Einzugsermächtigung ■ *Ich ermächtige Flüsterpost e.V. bis auf Widerruf, die von mir zu entrichtenden Jahresbeiträge in Höhe von* ☐ *25 Euro* ☐ *50 Euro* ☐ *80 Euro* ☐ *Euro (Zutreffendes bitte ankreuzen oder ergänzen) nach Eingang dieser Erklärung und danach jeweils zum Monat März des laufenden Jahres von meinem unten angegebenen Konto einzuziehen. Wenn mein Konto die erforderliche Deckung nicht aufweist, besteht seitens des kontoführenden Kreditinstitutes keine Verpflichtung zur Einlösung.*

Vorname *Name* *IBAN*

Kreditinstitut *BIC*

Newsletter ■ Bitte informieren Sie mich (2-3x jährl.) **mit verdeckter E-Mail-Adresse** über Aktuelles von Flüsterpost e.V.

Meine E-Mail-Adresse

Datum *Unterschrift*

© Ruth Krisam

Warum
sollen wir auch mit Kindern über Krebs sprechen?

wird unterschätzt und oft nicht ausreichend berücksichtigt. Eine Krebserkrankung verändert nicht nur das Leben des erkrankten Menschen, sondern das aller Familienmitglieder. Verständlicherweise fällt es betroffenen Erwachsenen zunächst schwer, mit ihren Kindern über die Krebserkrankung zu sprechen, weil sie Angst haben, sie damit zu belasten. Sie glauben, indem sie nichts sagen oder nicht ganz ehrlich sind, ihre Kinder schützen zu können.

Die Lebenssituation und Belastung von Kindern, deren Mutter, Vater oder Großelternteil an Krebs erkrankt ist,

Kinder haben jedoch feine Antennen und nehmen die neue Situation besonders intensiv wahr. Sie beobachten genau, trauen sich aber meist nicht, darüber zu sprechen, erst recht, wenn sie spüren, dass die Erwachsenen nicht offen damit umgehen.

Studien im In- und Ausland belegen, dass Kinder dann mehr oder weniger ausgeprägte Verhaltensauffälligkeiten zeigen können wie beispielsweise

- Verstärkte Aggression, z.B. durch Schuldgefühle oder Ängste
- Rückkehr in frühere Verhaltensweisen, z.B. Einnässen oder Daumenlutschen
- Nervosität, z.B. Nägelkauen oder Einschlafstörungen
- Angst-, Depressions-, Zwangssymptome
- Unruhiger Schlaf, Albträume
- Starke Gefühls- und Gemütsschwankungen, z.B. erst weinen, dann plötzlich lachen und fröhlich weiter spielen, dann wieder weinen
- Rückzug und Verschlossenheit, sehr ruhiges Verhalten
- Trennungs- und Verlustängste
- Konzentrationsstörungen, Auffälligkeiten in der Schule
- Übernahme von zu viel Verantwortung, z.B. im Haushalt oder bei der Geschwisterbetreuung
- Seh-, Bewusstseinsstörungen oder Lähmungen
- Überanpassung
- Drogenkonsum

Wie sage ich es meinem Kind?
Worauf kann ich achten?

Es gibt kein Allgemeinrezept. Entwicklungspsychologisch gesehen brauchen Kinder bis ca. 3 Jahre vor allem eine möglichst ruhige, vertraute Atmosphäre mit festen Bezugspersonen, viel Nähe und Körperkontakt, sofern das Kind dies wünscht.

© Ruth Krisam

Anregungen und Empfehlungen für Kinder ab 3 Jahren bis ins Jugendalter:

- **Nehmen Sie sich Zeit** für Gespräche und körperlichen Kontakt („Kuschelstunden“), falls es das Kind zulässt/wünscht.
- **Erklären Sie, dass Krebs nicht ansteckend ist!**
- **Versichern Sie dem Kind immer wieder,** dass es geliebt wird und **keine Schuld** an der Krankheit trägt.
- **Ermutigen Sie das Kind, all seine Gedanken und Gefühle (auch Angst, Wut, Traurigkeit) auszudrücken**, verbal oder durch Malen, Musizieren, Sport, ... !
- **Sprechen Sie über die Krankheit (Diagnose, Verlauf)** soweit Sie darüber Bescheid wissen. Verzichten Sie bei kleineren Kindern auf lange Erklärungen und bevorzugen Sie „kleine Häppchen“.
- **Lassen Sie das Kind das „Tempo“ des Informationsflusses bestimmen**, indem Sie direkt auf seine Fragen eingehen.
- Falls Sie unsicher sind, was die Informationsweitergabe oder -menge angeht, **lassen Sie sich von dem Leitsatz führen: Ich muss nicht immer all das, was ich weiß, dem Kind sofort mitteilen, aber alles, was ich sage, muss wahr sein!**

© Ruth Krisam

- **Erlauben Sie dem Kind, sich fürsorglich und hilfsbereit zu zeigen,** aber lassen Sie nicht zu, dass es die Rolle eines Erwachsenen annimmt.
- **Bestärken Sie das Kind, sich auch weiterhin mit seinen Freunden zu treffen**, zu spielen, Spaß zu haben.
- **Ermutigen Sie es, auch mit den Freunden oder anderen Vertrauten über die veränderte Situation und die Krebserkrankung zu sprechen.**
- **Erklären Sie, dass sowohl Mutter als auch Vater aufgrund der Krankheit** manchmal gereizter und aufbrausender reagieren können.
- **Versuchen Sie, eine gewisse Alltagsroutine als eine Art fester Bezugsrahmen beizubehalten**, bzw. neu zu organisieren.
- **Suchen Sie sich Freunde, Bekannte, Verwandte, Fachleute**, die Sie selbst und in der Beziehung zu dem Kind entlasten, unterstützen können.
- **Informieren Sie die Erzieher*innen im Kindergarten, Lehrer*innen in der Schul**e über die Erkrankung, wenn Sie das Gefühl haben, dass dies für das Kind von Vorteil wäre und es damit einverstanden ist.
- **Setzen Sie sich nicht selbst unter Druck**, was die Beziehung und die Kommunikation mit dem Kind angeht! Geben Sie sich die Zeit, die Sie selbst brauchen, bis Sie sich öffnen können!
- **Verwenden Sie zur Unterstützung hilfreiche altersgerechte Info-Materialien**, wie z.B. von Flüsterpost e.V. oder anderen Fachkolleginnen und -kollegen.

Krebs ist eine Familiendiagnose!

Kinder und Jugendliche haben ein Recht auf Information! Sie sind viel stärker und belastbarer, als Erwachsene denken! Erwachsene dürfen und sollten ihnen mehr vertrauen und zutrauen!

Flüsterpost e.V.
möchte Sie/euch zum offenen Gespräch ermutigen.

Gespräche, in denen jeder seine Gedanken und Gefühle ehrlich zum Ausdruck bringen darf, können entlasten und helfen, Missverständnisse zu klären, das Vertrauen in sich selbst und untereinander zu stärken und die neue Situation gemeinsam zu bewältigen!

Seit 2003 ist Flüsterpost e.V. beim Finanzamt Mainz-Mitte unter der Steuernummer 26/674/0774/4 als gemeinnützig und mildtätig anerkannt.

Wir finanzieren unsere Arbeit ausschließlich über Mitgliedsbeiträge, Spenden und Projektgelder.

Deshalb brauchen wir auch Ihre Unterstützung, damit wir weiterhin für Kinder krebskranker Eltern da sein können!

Sie können helfen, indem Sie

- Mitglied werden oder
- einmalig oder regelmäßig spenden.
- uns bei möglichen Förderern vorschlagen.
- weitersagen, dass es uns gibt, damit noch mehr Menschen erfahren, für wen wir uns stark machen!
- einen Link auf Ihrer Webseite schalten zu **www.kinder-krebskranker-eltern.de**.

Wir bleiben alle Kinder, solange wir Eltern haben!

Flüsterpost e.V.
ist für Sie/euch da! Wir bieten

- **Information, Beratung und Begleitung ohne Altersbegrenzung** für Eltern, Kinder/Jugendliche und junge Erwachsene, Angehörige und Bezugspersonen sowie Multiplikatoren in unserer Beratungsstelle, in stationären Einrichtungen oder nach Absprache auch zuhause
- bundesweite Beratung per Telefon, Brief oder E-Mail
- eigens erstellte Infobroschüren und Kommunikationshilfen für Kinder und Erwachsene
- spiel-, kreativ-, musik- und erlebnispädagogische Einzel- und Gruppenaktivitäten für Kinder, Jugendliche und junge Erwachsene (aktuelle Termine bitte erfragen)
- Eltern-Treff (aktuelle Termine bitte erfragen)
- Trauerbegleitung in jeder Lebensphase
- sozialrechtliche Informationen
- Lesungen, Vorträge und Fortbildung für Betroffene, Multiplikatoren und Interessierte
- Kooperation mit Fachleuten verschiedener Berufsgruppen und Netzwerkpartnern
- Öffentlichkeits- und Netzwerkarbeit zur Stärkung der Lobby Betroffener
- auf unserer Website verschiedene Informationen und Materialien, auch zum Herunterladen, u.a. mit Lese- und Link-Tipps, eine GALERIE zum (kreativen) Austausch und unter Media/Audio unser Flüsterpost Song.

© Ruth Krisam

Unsere Angebote sind vertraulich und kostenfrei.
Wir freuen uns aber über kleine und große Spenden, damit wir auch weiterhin für euch da sein können! Ganz herzlichen Dank für Ihre/Deine wichtige und wertvolle Solidarität & Unterstützung!