

Programm März 2026

Stand: 19.02.2026

Beratung zu Sport bei Krebs

Mo
02.

Die Berliner Krebsgesellschaft bietet eine individuelle, sportwissenschaftliche Beratung für Krebsbetroffene an. Vereinbaren Sie Ihren persönlichen Termin.

 Bewegung

 12:00 - 13:00 Uhr

 Beratung

 Einmalig

Di
03.

Janas Lauftreff & Smoothie to go

Glückshormone garantieren: Mit Jana kommen Sie im Volkspark Schritt für Schritt in Bewegung. Am Ende belohnen Sie sich mit einem frischen Smoothie.

 Bewegung

 16:00 - 17:30 Uhr

 Gemeinsam aktiv

 Reihe

Mi
04.

Schreib-Reisen (Fortgeschrittene)

Mit der Macht der Worte hin zu kreativer Kraft – Erweitern Sie Ihre Schreiberfahrung und vertiefen Sie Ihre ganz persönliche Entdeckungsreise!

 Kreativität

 15:00 - 17:00 Uhr

 Mitmach-Kurs

 Reihe

Do
05.

Leben mit Lungenkrebs

Gemeinsam Schwierigkeiten überwinden, neue Wege gehen, informieren und Lebensmut schöpfen – darum geht es an diesem Donnerstag in vertraulicher Runde.

 Themenoffen

 16:30 - 19:00 Uhr

 Selbsthilfetreffen

 Reihe

Fr
06.

Harmonie in Schwarzweiß

Eintauchen in die Kunst des Japanischen Tuschemalens: Ein zweiteiliger Workshop mit Xenia und Katrin zur Entdeckung der Ästhetik und Techniken.

 Kreativität

 10:00 - 12:00 Uhr

 Workshop

 2 Teile

Fr
06.

Soziale Beratung

Fragen rund um Ihre soziale Absicherung? Im Gespräch mit unserer Expertin Christina Erbertz erhalten Sie fundierte Informationen und Unterstützung.

 Beruf & Soziales

 15:00 - 19:00 Uhr

 Beratung

 Einzeltermin

Programm März 2026

Stand: 19.02.2026

Harmonie in Schwarzweiß

**Sa
07.**

Eintauchen in die Kunst des Japanischen Tuschemalens: Ein zweiteiliger Workshop mit Xenia und Katrin zur Entdeckung der Ästhetik und Techniken.

 Kreativität

 10:00 - 12:00 Uhr

 Workshop

 2 Teile

Backen mit Gerda

**Mo
09.**

Gemeinsames Backen in kleiner Runde für das "Caféhaus" bei SURVIVORS HOME.

 Ernährung

 11:00 - 14:00 Uhr

 Gemeinsam aktiv

 Einmalig

Caféhaus

**Mo
09.**

Wir laden Sie in unser Wohnzimmer ein: Kommen Sie bei Kaffee & Kuchen mit anderen ins Gespräch - mit oder ohne die Erkrankung zu thematisieren.

 Themenoffen

 14:00 - 17:00 Uhr

 Beisammensein

 Reihe

Die Psyche stärken (Fortsetzung)

**Mo
09.**

Thema: Verzeihen & Intuition als Königswege zu mehr Resilienz in Ihrem Leben - dies sind zwei von sechzehn Themen des Aufbaukurses mit Janin Kronhardt.

 Geist & Seele

 18:00 - 20:00 Uhr

 Workshop

 Reihe

Begleitung in herausfordernden Zeiten

**Di
10.**

Lassen Sie sich von Jörg, unserem Mutmacher und Impulsgeber auf Ihrem Weg begleiten. Finden Sie mit seiner Hilfe Unterstützung, Orientierung und Zuversicht.

 Leben & Erfahrung

 11:00 - 14:00 Uhr

 Beratung

 Einzeltermin

MANNschafts-Kochen mit Thomas

**Di
10.**

11 Teilnehmer - allerdings wird Ball mit Pfanne getauscht. Koch Thomas lädt Männer in seine Küchenrunde zum gemeinsamen Kochen ein.

 Ernährung

 16:00 - 19:00 Uhr

 Gemeinsam aktiv

 Reihe

Programm März 2026

Stand: 19.02.2026

InfoReihe KREBS: Leben mit Metastasen

**Mi
11.**

Zwischen Medizin, Alltag und Hoffnung: Wie gelingt es, mit einer fortgeschrittenen Krebserkrankung zu leben und den Alltag zu gestalten?

 Forschung & Wissen

 17:00 - 19:00 Uhr

 Impuls & Austausch

 Einmalig

Begleitung, um Mut zu schöpfen

**Fr
13.**

Lassen Sie sich von unserer Mutmacherin Heidrun auf Ihrem Weg begleiten. Finden Sie mit Ihrer Hilfe Unterstützung, Orientierung und Zuversicht.

 Leben & Erfahrung

 11:00 - 14:00 Uhr

 Beratung

 Einzeltermin

Innovatives Gedächtnistraining

**Fr
13.**

Ideenreich führt Sie dieser Workshop in das ganzheitliche Gedächtnistraining ein. Auf spielerische Art und Weise wird die Leistung des Gehirns gesteigert!

 Geist & Seele

 15:00 - 16:30 Uhr

 Mitmach-Kurs

 Reihe

Eine Graphic Novel über Brustkrebs

**Sa
14.**

Lesung - Talk - Live-Zeichnen! Ihre Krankheitserfahrungen in innovativer Comic-Form stellen eine betroffene Ärztin und eine Illustratorin vor: persönlich, medizinisch fundiert.

 Leben & Erfahrung

 16:00 - 18:00 Uhr

 Impuls & Austausch

 Einmalig

Kurz erklärt: App & Internetseite

**Mo
16.**

Kleiner und praktischer Einführungskurs in die Nutzung der Internetseite und Handy-App von SURVIVORS HOME – auch zum Mitmachen.

 Themenoffen

 17:00 - 18:00 Uhr

 Workshop

 Einmalig

Räume zum Reden: wenn der Weg endlich wird

**Mo
16.**

Angehörige mit Partnern in einer palliativen Situation reden über ihre Herausforderungen und bestärken sich in dem wichtigen Beitrag für ihre Liebsten und unsere Gesellschaft.

 Angehörige

 18:00 - 20:00 Uhr

 Impuls & Austausch

 Reihe

Programm März 2026

Stand: 19.02.2026

Janas Lauftreff & Smoothie to go

Di
17.

Glückshormone garantieren: Mit Jana kommen Sie im Volkspark Schritt für Schritt in Bewegung. Am Ende belohnen Sie sich mit einem frischen Smoothie.

 Bewegung

 16:00 - 17:30 Uhr

 Gemeinsam aktiv

 Reihe

KI: persönliche Assistenz im Krankheitsalltag

Di
17.

Teil 1: Künstliche Intelligenz verständlich, sicher und alltagstauglich nutzen – ohne Technikstress, ohne Datenpreisgabe, mit direktem Nutzen für den Krankheitsalltag.

 Leben & Erfahrung

 16:30 - 18:30 Uhr

 Workshop

 Einmalig

Pfadfinder Gesundheitswege

Mo
23.

Finden Sie mit Hilfe unserer Expertin den optimalen Weg durch das Dickicht der Behandlungs- und Versorgungsangebote unseres Gesundheitssystems.

 Beruf & Soziales

 12:00 - 14:00 Uhr

 Beratung

 Einzeltermin

Bewegung und Ruhe: Yoga mit Tee-Zeit

Mo
23.

Beweglichkeit und Kraft für den Körper – darum geht es bei dieser Yoga-Einheit mit Sabine. Verbinden Sie körperliche Aktivität mit einer entspannenden Tee-Zeremonie.

 Bewegung

 16:00 - 17:30 Uhr

 Mitmach-Kurs

 Reihe

Fantasiereisen zum Träumen

Di
24.

Selbstheilungskräfte aktivieren – erleben Sie die entspannende Wirkung: Innehalten – Kraft sammeln – positiv Denken und Fühlen!

 Geist & Seele

 12:00 - 13:00 Uhr

 Mitmach-Kurs

 Reihe

Beratungsgespräch mentale Gesundheit

Di
24.

Individuelles Gesprächsangebot als Einzel-, Paar- oder Familiengespräch mit einem zertifizierten Psychoonkologen zur Bewältigung und Verarbeitung der Erkrankung.

 Geist & Seele

 14:00 - 19:00 Uhr

 Beratung

 Einzeltermin

Programm März 2026

Stand: 19.02.2026

Begleitung in herausfordernden Zeiten

**Mi
25.**

Lassen Sie sich von Jörg, unserem Mutmacher und Impulsgeber auf Ihrem Weg begleiten. Finden Sie mit seiner Hilfe Unterstützung, Orientierung und Zuversicht.

 Leben & Erfahrung

 12:00 - 15:00 Uhr

 Beratung

 Einzeltermin

**Fr
27.**

Gemeinsames Zeichnen

Erleben Sie einen kreativen Nachmittag mit Begegnungen: Gemeinsam zeichnen, Ideen teilen, bei Kaffee und Kuchen entspannen – einfach mitmachen!

 Kreativität

 13:30 - 16:00 Uhr

 Gemeinsam aktiv

 Reihe

Caféhaus

**Fr
27.**

Wir laden Sie in unser Wohnzimmer ein: Kommen Sie bei Kaffee & Kuchen mit anderen ins Gespräch – mit oder ohne die Erkrankung zu thematisieren.

 Themenoffen

 14:00 - 17:00 Uhr

 Beisammensein

 Reihe

Wege aus der Angst

**Sa
28.**

Dieser Workshop zielt darauf ab, Ängste im Zusammenhang mit Krebs zu verstehen, sie anzusprechen, Bewältigungsstrategien zu entwickeln und Erfahrungen zu teilen.

 Geist & Seele

 11:00 - 14:00 Uhr

 Workshop

 Reihe

Wir eröffnen Armins Küchenclub!

**Mo
30.**

In guter Tradition starten wir die neue Kochrunde mit Armin. Freuen Sie sich auf gemeinsames Zubereiten und Essen mediterraner Köstlichkeiten.

 Ernährung

 16:00 - 19:00 Uhr

 Gemeinsam aktiv

 Reihe