



Liebe Mitglieder, Freunde und Förderer der GfBK,

mich bestärkt, dass die [Stiftung Gesundheit](#) im Zusammenhang mit der 10. Re-Zertifizierung unserer biokrebs-Homepage die Auseinandersetzung der GfBK e.V. mit dem Thema Corona-Impfung als wohltuend, sachlich und unaufgeregt beschreibt. Diese Rückmeldung bezieht sich auf den Beitrag [Impfen gegen Corona – einziger Ausweg aus der Krise?](#), auf den ich an dieser Stelle gerne noch einmal hinweisen möchte.

Das Thema Impfen spaltet und polarisiert weiterhin viele Familien, Betriebe und Institutionen. Jede Initiative, die unvoreingenommen Licht in das Dunkel bringen will, halten wir in dem Zusammenhang für wichtig. Vor allem darf das Recht auf freie Meinungsäußerung, uneingeschränkte Bewegungsfreiheit, Selbstbestimmung und körperliche Unversehrtheit niemals in Frage gestellt oder zu Fall gebracht werden.

In dem Zusammenhang möchten wir auch auf die gemeinnützige Initiative [Ärzte für individuelle Impfentscheidung e.V.](#) hinweisen, die beispielsweise auch Klagen gegen rechtswidrige 2 G Bestimmungen unterstützt und in Newslettern aktuell zu Entwicklungen beim Impfgeschehen aus mehreren Perspektiven informiert.

In Österreich wurde eine unserer Meinung nach vertrauenswürdige europäische Untersuchung initiiert für Menschen, die sich aus medizinischen Gründen nicht impfen lassen können oder wollen. Die Initiatoren [dieser Studie](#) beschäftigen sich weder mit politischen Ideologien, linken oder rechten Weltanschauungen, noch schließen sie sich einer politischen Partei oder politischen Bewegung an. Stattdessen vertreten sie ein humanistisches Weltbild auf Grundlage unserer aller Grund- und Freiheitsrechte.

Zum Leben erwachen

Im Herbst spüren viele Menschen das Bedürfnis, sich mehr nach innen zu wenden und zu reflektieren. Passend zur Jahreszeit möchte ich Ihnen den [Beitrag von Hans Piron](#) aus unserer Mitgliederzeitschrift [momentum – gesund leben bei Krebs](#) 3/2021 zum Lesen empfehlen. Hans Piron gibt wertvolle Anregungen, wie es besser gelingen kann, aus manchen unserer Konditionierungen und Verhaltensmustern auszusteigen, mehr zu agieren statt zu reagieren und wieder selbst zum Regisseur seines Lebens zu werden.

Keine Angst vor der Angst – wertvolle Tipps zum Umgang mit Ängsten

[Bettina Flossmann](#), die viele von Online-Veranstaltungen kennen, hat [eine inspirierende Gesprächsrunde](#) mit sieben Menschen initiiert, die eines gemeinsam haben: eine Krebsdiagnose! Alle sind ganz unterschiedliche Heilungswege gegangen und sie mussten sich mit großen Ängsten auseinandersetzen: Der Angst vor dem Tod, dem Sterben, der Ohnmacht, dem Kontrollverlust und auch der Angst, geliebte Familienmitglieder zurücklassen zu müssen. Über diese Fragen wird im YouTube-Beitrag gesprochen: Was war deine größte Angst?, Wie bist du mit deinen Ängsten umgegangen und welche Tipps möchtest du anderen Menschen gerne mitgeben? Dabei waren Noemi Bräm (Diagnose Brustkrebs im Jahr 2019), Bettina Flossmann (Diagnose Brustkrebs im Jahr 2015), Gabriele Ruys (Diagnose Brustkrebs im Jahr 2018), Sabine Schoeffler (Diagnose Non-Hodgkin-Lymphom im Jahr 2017), Miriam Reichel (Diagnose Morbus Hodgkin im Endstadium im Jahr 2004), Horst Risse (Diagnose metastasierter Darmkrebs im Jahr 2018), Liska Klinke (Diagnose Brustkrebs im Jahr 2017).

Neue GfBK-Infos zu den Themen Vorsorgevollmacht, Patientenverfügung, Vererben

Auf Anregung unserer Mitglieder, Spender*innen und vieler Ratsuchenden haben wir die nachfolgenden Informationen für Sie zusammengestellt. Die Gesundheit der Menschen und ihr

selbstbestimmtes Leben auch im Falle einer Erkrankung ist und bleibt unser größtes Anliegen. Wir erleben aber immer wieder, dass Patientinnen und Patienten das Bedürfnis verspüren, durch vorsorgende Regelungen zu mehr innerer Ruhe zu kommen, um dadurch ihre Kräfte auf ihre Gesundheit konzentrieren zu können. Unser [neues GfBK-Kurz-Info](#) gibt Hinweise zur Vorsorgevollmacht und Patientenverfügung. Viele Menschen möchten mit ihrem letzten Willen bleibend Gutes bewirken und entscheiden sich dafür, einen Teil ihres einmal zu vererbenden Vermögens einem ihnen wichtigen Zweck zuzuführen, z. B. einer gemeinnützigen Organisation. Nachlässe sind so eine ganz persönliche Möglichkeit, in diesem Sinne gemeinnützige Organisationen zu unterstützen. Was ist konkret beim Abfassen eines Testaments zu beachten? Das neue [GfBK-Info Richtig vererben - worauf achten?](#) gibt dazu wertvolle Tipps. Weitere Informationen finden Sie auch [auf unserer Homepage](#).

GfBK Online-Vortrag am 3.11.2021: Vorsorgen, verfügen und vererben

Rechtsanwalt Arndt Schnurr, Vorstandsmitglied der GfBK, informiert in seinem Vortrag am 3. November 2021, 18 bis 19.30 Uhr, über Patientenverfügungen, Vorsorgevollmachten und Erbrecht. Wir alle können durch einfache Regelungen Vorsorge für den Fall zu treffen, dass wir unsere Angelegenheiten nicht mehr wahrnehmen können oder wollen. Die dafür nötigen Schritte erscheinen oft schwerer als sie wirklich sind. Von Patientenverfügung über Vorsorgevollmachten, Verfügungen und Testamente wird Arndt Schnurr Anregungen geben, wie man sich den Fragen um die Vorsorgeproblematik einfach nähern kann. Hier können Sie sich [zum Vortrag anmelden](#).

Dr. med. György Irmey bei Yeswecan!cer

Mein Gespräch bei der digitalen Selbsthilfegruppe YESWECANC!ER über gesunde Ernährung bei Krebs wurde im September live gesendet und aufgezeichnet. Wenn Sie den Beitrag verpasst haben, können Sie ihn [hier abrufen](#). Welche Bedeutung hat die Ernährung im Zusammenhang mit einer Krebserkrankung? Wie stärkt Ernährung die Abwehrkräfte? Was sind die größten Ernährungsfehler? Mit welchem Essen beginne ich am besten den Tag? Woran erkenne ich, welche Nahrungsergänzungsmittel schädlich sind? Über diese und andere Fragen sprach ich mit yeswecan!cer-Moderatorin Julia Josten.

Herzliche Grüße

Ihr
Dr. med. György Irmey

Ärztlicher Direktor der GfBK
Gesellschaft für Biologische Krebsabwehr e. V. (GfBK)

Voßstr. 3, 69115 Heidelberg, Tel.: 06221 - 138020
www.biokrebs.de, information@biokrebs.de

Folgen Sie uns auf [Facebook](#), [YouTube](#) und [Twitter](#)!

Möchten Sie unseren Newsletter weiterempfehlen, dann [klicken Sie bitte hier](#).