



Gar nicht so klar Wasser als Quelle der Gesundheit?

Wer an seinen Biologieunterricht zurück denkt, erinnert sich vielleicht daran, dass er schon einmal gehört hat: Der menschliche Körper besteht zu 70% aus Wasser und dieses Wasser übernimmt im Körper viele verschiedene Aufgaben. So ganz egal scheint es also nicht zu sein, welches Wasser wir trinken, um ausgeschwitztes oder ausgeschiedenes Wasser zu ersetzen. Doch wer hier anfängt, sich zu informieren, wird von der Fülle der unübersichtlichen Informationen geradezu überschüttet. Es gibt unzählige Mineralwässer in allen Preisklassen, zig Geräte zur Wasseraufbereitung und Wasserfilter. Sind nun all diese vielen Möglichkeiten rund um's Trinkwasser nur Ausdruck einer Luxusgesellschaft, die sich um ihre elementare Versorgung mit diesem Grundnahrungsmittel keine Sorgen mehr machen muss? Oder versteckt sich dahinter wirklich ein elementarer Gewinn für die Gesundheit?

„Wasser ist – genau wie eine gesunde Ernährung – eine unserer wichtigsten Lebensgrundlagen“, sagt Michael Gienger, der sich seit Jahren mit dem Thema Wasser beschäftigt und das Buch „Gutes Wasser“ geschrieben hat. Er plädiert ganz eindeutig dafür, dass Menschen darauf achten, reines Wasser zu trinken, um ihre Gesundheit zu erhalten. Bei chronisch Kranken gehört gutes Wasser seiner Meinung nach zu den Eckpfeilern gesunder Lebensführung. Auf die Frage, welches Wasser man denn nun empfehlen könne, ist seine Einschätzung erfreulich klar: „Gutes Quellwasser ist das Beste, erst danach kommen Filtersysteme für Leitungswasser und alles weitere.“

Seit einigen Jahren ist es wieder in Mode gekommen, Leitungswasser zu trinken. Dazu haben Kampagnen der Wasserwerke beigetragen, die – zu Recht – gezeigt haben, dass viele Leitungswasser Mineralwasser in nichts nachstehen. Trinkwasser wird regelmäßig untersucht und muss den Maßstäben der Trinkwasserverordnung genügen. Über die aktuellen Werte informieren die örtlichen Stadtwerke. Allerdings darf Trinkwasser gechlort werden. Nach der Trinkwasserverordnung durchläuft Leitungswasser einige Reinigungsstufen und wird regelmäßig auf Schadstoffe, wie z. B. Nitrat, Schwermetalle, Pflanzenschutzmittel und auf Verunreinigungen mit Darmbakterien untersucht. Es ist aber nicht schadstofffrei. Bei einigen Schadstoffen ist das gar nicht möglich, die Reinigung wäre viel zu aufwändig, das Wasser zu teuer. Besonders kritisch zu sehen ist das bei Schwermetallen wie Blei oder Nitrat und Nitrit, Medikamentenrückständen und Dioxin. Hier sollen Wasserfilter und -aufbereitungen Abhilfe schaffen und zu Hause die Stoffe entfernen, die die Wasserwerke drin lassen.

Für welches System man sich entscheidet, hängt vom Geschmack, von der Qualität des vorhandenen Leitungswassers und vom eigenen Geldbeutel ab. Einen einfachen Carbonit-Filter für eine Entnahmestelle in der Küche gibt es bereits für 200 Euro, Umkehrosmose-Systeme kosten ca. 1.500 Euro, ein Levitationsgerät 2.000 Euro, die Luxusausführung ist für rund 4.000 Euro zu haben. Bei Haustürgeschäften oder netten Vertretern, die eben mal vorbei kommen, um ihr tolles Wasseraufbereitungsgerät vorzuführen, ist Vorsicht

(Fortsetzung: nächste Seite)

In dieser Ausgabe:

- S. 2 Phytoöstrogene • S. 3 Krebsdiäten; Selen gegen Lymphödeme
- S. 4 Spendensiegel • S. 5 Service und Informationen • S. 6 Betroffene berichten
- S. 7 Termine • S. 8 Interna – Resonanz

Phytoöstrogene schützen



Gleich zweimal haben Studien die schützende Wirkung von pflanzlichen Östrogenen belegt. Einmal bei Lungenkrebs, einmal bei der Vorbeugung von Prostatakrebs. Phytoöstrogene sind in Pflanzen und in Nahrungsmitteln enthalten, z. B. in Soja, Bohnen, Nüssen, Beeren, Sonnenblumenkernen und Leinsamen. Sie wirken ähnlich wie Hormone. In der Untersuchung zum Lungenkrebs verglichen M. B. Schabath et. al. die Ernährungsgewohnheiten von 1.674 Lungenkrebspatienten mit denen von 1.735 gesunden Kontrollpersonen. (*Deutsche Zeitschrift für Onkologie* 2006; 38:22–23). Die gesunden Kontrollpersonen nahmen deutlich mehr Phytoöstrogene zu sich als die Lungenkrebspatienten. Sie reduzierten dadurch ihr Risiko, an Lungenkrebs zu erkranken. Es gab auch geschlechtsspezifische Unterschiede: Männer profitierten hauptsächlich von den Phytosterolen und den Isoflavonen (Soja), Frauen hatten den größten Nutzen von der Gesamtheit aller Phytoöstrogene. Sowohl Raucher als auch Nichtraucher profitierten davon. In einer schwedischen Studie wurde die Ernährung von 1.499 Männern untersucht, die an Prostatakrebs erkrankt waren und mit den Ernährungsgewohnheiten von 1.130 Gesunden verglichen (*Deutsche Zeitschrift für Onkologie* 2006; 38: 87–92). Die Männer, die viel phytoöstrogenhaltige Nahrungsmittel verzehrten, hatten ein um 26% niedrigeres Risiko, an Prostatakrebs zu erkranken.

geboten. Hier werden z. B. Versuche demonstriert, bei denen im eigenen Trinkwasser unappetitliche braune Flocken ausfallen, während das angeblich aufbereitete Wasser klar bleibt. Einige dieser Tricks lassen sich leicht mit dem Chemiebaukasten nachbauen und erklären. Für einen Laien sind die Glaubwürdigkeit solcher Vorführungen und die Aussagen des Vertreters nicht realistisch einzuschätzen. Besser beraten ist man in einem „Wasserladen“ in der Region, wo die Inhaber die Kunden über die Vor- und Nachteile der verschiedenen Systeme umfassend beraten und auch noch nach der Montage, z. B. bei möglichen Reklamationen Rede und Antwort stehen müssen. Einen Überblick über die verschiedenen Systeme bietet die folgende Zusammenfassung.

Auch die Qualität von Mineralwasser ist sehr unterschiedlich und schwer zu überblicken. Die meisten Brunnen sind tiefliegende Grundwasservorkommen, einige sind gefasste Gebirgsquellen oder freifließend abgefüllte Quellen aus Schmelzwasser von Gletschern. Sie enthalten ein sehr niedrig mineralisiertes Wasser (Lauretana, Glaciar), das eine sehr reinigende Wirkung auf den menschlichen Organismus haben soll. Die Meinungen zur gesundheitsfördernden Wirkung von Gletscher- und niedrig mineralisiertem Wasser gehen um 180 Grad auseinander. Michael Gienger und Roman Roßberg vom „Wasserladen“ Berlin empfehlen solche Wasser als „entschlackende Wasser“.

Sie vertreten die Auffassung, dass der Körper die Mineralien, die er benötigt, aus der Nahrung holt und nicht aus dem Wasser. Prof. Karl-Ludwig Resch vom Forschungsinstitut für Balneologie und Kurortwissenschaft in Bad Elster dagegen warnt vor solchen Wassern. Er hält sie langfristig sogar für gesundheitsschädlich und rät dazu, Mineral- und Heilwasser zu trinken. Dem Verbraucher bleibt keine andere Wahl als sich selbst zu entscheiden und so herauszufinden, welches Wasser ihm besser bekommt.

Bei Mineralwassern ist die Belastung mit Schadstoffen gering, wichtig sind aber auch der Mineralstoffgehalt und die Zusammensetzung. Für chronisch Kranke sind stille pH-neutrale Wasser am besten geeignet. Wer schon einmal eine Plastikflasche Wasser zwei Stunden lang im Warmen stehen ließ und danach daran gerochen hat, kann leicht nachvollziehen, warum Glasflaschen Plastikgefäßen vorzuziehen sind. Nicht zuletzt hat die Wahl des individuell passenden Wassers auch etwas mit dem persönlichen Geschmack zu tun.

Wasserfiltersysteme:

Kannenfilter: Ein Kannenfilter enthält ein feines Aktivkohlegranulat. Das Granulat muss ca. alle 3–5 Wochen gewechselt werden. Der Filter ist anfällig für Bakterien und wird daher gesilbert, um Keime abzutöten. Naturheilkundler sehen den Einsatz von Silberionen kritisch. Über einen Ionentauscher wird Kalk herausgelöst. Deshalb entstehen in Kaffeemaschine und Teekessel keine hässlichen Kalkränder mehr und Tee und Kaffee schmecken besser.

Carbonit-Filter: Dieses System besteht aus einem Aktivkohleblock, der – wie im Kannenfilter – die Schadstoffe chemisch bindet und so das Wasser reinigt. Die Poren sind hier allerdings so fein, dass Bakterien nicht hindurch können, das Problem mit der Verkeimung entfällt. Ein Carbonitfilter wird z. B. in der Küche neben dem normalen Wasserhahn installiert. Eine Patrone hält ca. 6 Monate (ausreichend für 10.000 Liter). Durch die Filterung werden ca. 90–99% der Schadstoffe wie Hormone, Pflanzenschutzmittel und Schwermetalle wie Kupfer, Blei und Cadmium herausgefiltert, allerdings bleiben Kalk, Nitrat und Nitrit im Wasser. Um Kalk aus dem Tee- oder Kaffeewasser zu entfernen, verwenden viele Anwender ein Einmal-Filterpapier, das Kalk auf der Basis eines Ionentauschers herauslöst. *Kosten: ca. 200 Euro.*

Umkehrosmose: Bei diesem Verfahren werden alle so genannten Ionen herausgefiltert, die größer sind als Wasser, z. B. Calciumcarbonat, also Kalk oder alle Schwermetalle. Dabei entsteht ein Wasser, das nur noch 5–10% der ursprünglichen Mineralisation enthält und ähnlich weich ist wie Regenwasser. Die Geräte werden direkt an die Wasserleitung angeschlossen, da sie mit Druck arbeiten. *Kosten: ca. 1.500 Euro.*

Levitation: Hier wird das Wasser physikalisch aufbereitet und „vitalisiert“. Wasser hat im Körper viele Aufgaben: Transport, Kommunikation. Diese Aufgaben soll es um so besser bewältigen, je vitaler bzw. beweglicher es ist. Zugrunde liegt hier die Vorstellung, dass Wasser durch seine Wasserstoffbrücken sog. „Cluster“ bildet und große Cluster „zerschlagen“ werden müssen, um beweglicheres Wasser zu erhalten. Auf die Schadstoffe hat das keinen Einfluss, diese werden vorher durch einen Carbonitfilter chemisch entfernt. *Kosten: ab ca. 2.000 Euro.*

Grander/Plocher: Bei diesen Systemen erhält das Wasser durch eine Schwingungsübertragung ähnlich wie in der Homöopathie eine neue Information und wird dadurch neu belebt. *Kosten: ab 200 Euro.*

Nähere Infos: – www.wasserladen.de

– www.hagalis.de (kostenpflichtige Studie über verschiedene Wasseraufbereitungsverfahren)

– örtliche Stadtwerke

KURZ&BÜNDIG

Selen gegen Lymphödeme

Die Behandlung mit Natriumselenit verringert bei Patienten mit Mundboden- und Zungengrundkarzinom die Bildung von Lymphödemem. Das hat eine randomisierte Placebo-kontrollierte Studie der Chirurgischen Uniklinik Dresden gezeigt. (*Deutsche Zeitschrift für Onkologie* 2006; 38: 87–92). Nachblutungen werden verhindert.

Ähnliche Ergebnisse brachte eine Studie aus der Klinik für HNO-Erkrankungen im Südharz-Krankenhaus Nordhausen. Dort erhielten Patienten mit Kopf-Hals-Tumoren nach Radiochemotherapie acht Wochen lang dreimal täglich 200 mg Selen. Die Ödeme gingen damit deutlich zurück. Bei den meisten wurde ein Luftröhrenschnitt überflüssig. Auch Lymphödeme an Armen und Beinen, die häufig nach der Operation von Brust- oder Hodenkrebs vorkommen, gehen durch Selen zurück. Bei über der Hälfte der Patienten mit Kopf-Hals-Tumoren und bei bis zu 30% der Brustkrebspatientinnen bilden sich Lymphödeme. Bei Ödemen im Bereich des Kopfs oder des Halses gab es bisher kaum eine Therapie.

*Fröhlichkeit ist
die Sonne, die alles
zum Blühen bringt*

(Herbert Madinger)

Krebsdiäten

Essen gegen Krebs?



Wer im Sommer über einen Wochenmarkt bummelt, wird an vielen Stellen „angelacht“: Hier winkt ein knackig grüner Salat, dort locken reife Äpfel, hier duften in Knoblauch eingelegte Oliven und von dort drüben steigt der Duft von frischem Brot in die Nase. Essen hält Leib und Seele zusammen und steht bei vielen für Lebensqualität und Geselligkeit.

Schon vor vielen Jahren haben Wissenschaftler entdeckt, dass in Nahrungsmitteln viele Stoffe enthalten sind, die die Gesundheit fördern und vor Krebs schützen oder dabei helfen. Wer an Krebs erkrankt und sich mit dem Thema Ernährung beschäftigt, stolpert früher oder später über das Thema „Krebsdiäten“. Gemeint sind damit Ernährungsformen, die Krebs heilen sollten. Wie bei diesem Thema nicht anders zu erwarten, gehen die Meinungen darüber weit auseinander, was solche Diäten bringen. Weniges ist wissenschaftlich überprüfbar und gesichert und eines lässt sich vorwegnehmen: Wunderdiäten gegen Krebs gibt es nicht. Andererseits gibt es Krebspatienten, die durch eine Umstellung ihrer Ernährung erstaunliche Heilerfolge erzielt haben. Es gilt wie so oft „Wer heilt, hat Recht“. Wichtig ist, dass man sich mit der gewählten Ernährung wohlfühlt und sie gut verträgt. Der folgende Text stellt einige der wichtigsten Kostformen im Überblick vor.

Vegetarische Vollwertkost: Gemüse, Salate, Obst, Getreide, Hülsenfrüchte möglichst aus biologischem Anbau, wenig tierische Fette, Milchprodukte, Käse – frisch zubereitet, schonend gegart oder roh gegessen, verteilt auf 3–5 Mahlzeiten pro Tag. Pioniere dieser Kostform sind Kollath, Zabel, Bircher-Benner, Bruker. Diese Kost entspricht den allgemeinen Ernährungsempfehlungen. Sie dient sowohl zur Vorbeugung von praktisch allen chronischen Krankheiten und erhebt nicht den Anspruch, Krebs zu heilen.

Vollwertkost nach Schnitzer: Der Schwerpunkt liegt auf einer Ernährungsumstellung auf eine Getreidereiche Kost. Das Getreide wird vor der Zubereitung frisch gemahlen.

Makrobiotische Kost nach Kushi-Ohsawa: Sie geht auf den japanischen Philosophen Oshawa zurück. Seine Ernährungsempfehlungen sind Bestandteil eines ganzen Lebensstils und eingebettet in eine asiatische Religion, die ihre Wurzeln im Buddhismus hat. Er vertrat die Auffassung, dass alle Krankheiten durch makrobiotische Ernährung verhindert werden können. Kushi setzte die Verbreitung von Ohsawas Lehren fort. Er gilt als Vertreter einer gemäßigten Makrobiotik und steht für eine krebsvorbeugende Diät. Die Makrobiotik ist eine vegane Kost, bei der also auf sämtliche Produkte vom Tier verzichtet wird. Verzehrt werden Gemüse, Obst, Getreide, Pilze, Algen und besondere Zubereitungen wie Miso (milchsauer vergorenes Getreide). Es gibt Patienten, die mit dieser Kostform sehr gute Heilerfolge erzielen und berichten, dass sie – so ernährt – viel mehr Kraft und Energie zur Verfügung hatten als bei einer Mischkost. Allerdings gehört zu einer makrobiotischen Ernährung ein gehöriges Maß an Selbstdisziplin. Ernährungswissenschaftler kritisieren, dass diese Ernährung zu wenig Eiweiß, Eisen, Calcium und Spurenelemente enthält und warnen vor Mangelerscheinungen.

Milchsäurekost nach Kuhl: Auf den Tisch kommen Milchprodukte, Obst, Gemüse und Getreide, kein Fleisch. Die Milchprodukte sind milchsauer vergoren (Buttermilch, Sauermilch, Joghurt und Quark). Die Kuhl'sche Kost ist fettarm, verbietet Zucker, Honig und alle gesüßten Lebensmittel sowie Produkte aus weißem Mehl. Sie soll den Stoffwechsel der Zellen ankurbeln, Gärungen vermeiden und den Milchsäurehaushalt günstig beeinflussen. Die Wirkung gegen Krebs ist ungeklärt.

Zabel-Diät: Eine knappe Ernährung mit hohem Gehalt an Wirkstoffen soll gegen die vorliegende Stoffwechselerkrankung kämpfen. Dazu gehören magere Milch- und Sauermilchprodukte, Vollkornprodukte, Rohkost, gekochte Gemüse und kaltgepresste Öle. Fette, stark eiweißreich und gezuckerte Lebensmittel sind verboten. Gelegentlich gibt es mageres Rind- oder Kalbfleisch und Vorzugsmilch. Die Wirkung gegen Krebs ist ungeklärt.

Diät nach Leupold/Ohler: Leupold glaubte, die Ursache der Krebsentstehung liege im Kohlenhydrat-Stoffwechsel. Also empfahl er eine Diät, die sehr wenig Kohlenhydrate (Zucker, Getreide- und Getreideprodukte) enthält. Parallel dazu gab er den Patienten Insulin, ein Hormon, das den Blutzuckerspiegel senkt. Diese Diät führte zu einer erheblichen Unterzuckerung der Patienten. Ernährungsexperten warnen davor.

(Fortsetzung: nächste Seite)



Ein junges Mädchen ...

... findet auf einer Wiese einen verletzten kranken Vogel. Behutsam nimmt sie ihn in die Hand und sagt: „Du wirst bald sterben, so schwach wie du bist. Kann ich dir noch irgendwas Gutes tun?“ Dann hat sie eine Idee, eine letzte Freude will sie ihm machen. Mit dem Vogel in der Hand besteigt sie einen Turm. Wenn er nicht mehr leben kann, soll er wenigstens einen schönen Tod haben: Noch ein einziges Mal das Gefühl, ganz leicht und frei zu sein und zu fliegen, wie es einem Vogel eigentlich bestimmt ist. Ganz oben angekommen, wirft sie ihn unter Tränen hoch, sieht ihm nach, wie er fällt. Dann aber traut sie ihren Augen kaum: Nach wenigen Augenblicken bewegt der Vogel etwas unsicher seine Flügel, sein Flügelschlag ist zuerst ein heftiges Flattern, wird gleichmäßiger und aus dem Fallen wird ein gleichmäßiges Fliegen aus eigener Kraft.

(eingeschickt von Claudia Hoos)

Fastenkuren: Heilfasten ist eine bewährte Methode aus dem Bereich der Naturheilverfahren – allerdings in erster Linie für Gesunde! Rudolf Breuss glaubte, „dass Krebs nur von festen Speisen lebt, die der Mensch zu sich nimmt.“ Er empfahl, 42 Tage lang (!!!) nur Gemüsesaft und Tee zu trinken, um den Krebs auszuhungern. So eine Fastenkur kann für Krebspatienten lebensgefährlich sein, zumal viele durch den Tumor und während der Behandlung eher zu Mangelerscheinungen neigen. Doch auch hier gilt: allgemeingültige Empfehlungen gibt es nicht. Wer an Krebs erkrankt ist und das Gefühl hat, Fasten könne ihm gut tun, sollte das unbedingt mit einem erfahrenen Fastenarzt besprechen und gegebenenfalls durchführen. Nach Meinung der GfBK kann eine Fastenkur erst lange nach Abschluss der Primärtherapie sinnvoll sein. Das Für und Wider sollte aber auf jeden Fall mit einem naturheilkundlich ausgerichteten Arzt besprochen werden. Über die tatsächlichen Heilwirkungen des Fastens bei Krebs ist wenig erforscht.

Öl-Eiweiß-Kost nach Budwig: Die Öl-Eiweiß-Kost nach Budwig besteht aus einem Leinsaat-Nuss-Gemisch, das mit Quark zu einem Müsli verarbeitet wird. Zusätzlich werden Sauerkrautsaft und frisch gepresste Obst- und Gemüsesäfte empfohlen. Gegen diese Ernährungsempfehlungen haben Ernährungswissenschaftler wenig einzuwenden. Ungesättigte Fette sind wichtige Bestandteile einer gesunden Ernährung. Die Inhaltsstoffe tragen dazu bei, die Zellen geschmeidig zu halten und Entzündungen vorzubeugen (siehe Impulse 91, Omega-3-Fettsäuren). Umstritten ist allerdings die Theorie, die hinter dem Ganzen steht. In Ölen aus Samen kommen hoch ungesättigte Fettsäuren vor. Diese sollen – nach Budwig – Träger der „Photonen-Sonnenenergie“ sein. Nach seiner Auffassung kontrollieren Fettsäuren alle Lebensbereiche und können – bei falscher Zusammensetzung – mit so genannten freien Radikalen unkontrolliertes Wachstum auslösen. Daher die Folge: Mit der richtigen Zusammensetzung von Fetten könne man Krebs vorbeugen oder die Krankheit positiv beeinflussen. Das konnte bisher nicht bewiesen werden.

Die Broschüre „Ernährung und Krebs“ kann bei der GfBK bestellt werden, Adresse s. S. 5.

Spendensiegel erhalten



Die Gesellschaft für Biologische Krebsabwehr hat das Spendensiegel des Deutschen Zentralinstituts für soziale Fragen, DZI erhalten.

Das Siegel dient Spendern als Orientierungs- und Entscheidungshilfe. Verschiedene Organisationen können miteinander verglichen werden, das macht den Spendenmarkt übersichtlicher und erleichtert dem Spender die Entscheidung.

Die Kriterien, nach denen das Siegel vergeben wird, sind in Kooperation mit betroffenen Spitzenverbänden und Fachgremien auf wissenschaftlicher Basis entwickelt worden. Das Siegel muss jedes Jahr neu beantragt werden. Um das Siegel zu erhalten, musste die GfBK umfangreiche Unterlagen einreichen. Der Verein musste z. B. nachweisen, dass er „wahre, eindeutige und sachliche Werbung in Wort und Bild“ macht. Ausgiebig geprüft wurden auch die Verwendung der finanziellen Mittel. Hier konnte die GfBK nachweisen, dass sie mit Spendengeldern und Mitgliedsbeiträgen nachprüfbar sparsam umgeht, die Mittel gemäß der Satzung verwendet und der Jahresabschluss von einem vereidigten Buchprüfer geprüft wird. Als Lohn für diese Mühe wird die GfBK nun im „Spenden-Bulletin“ veröffentlicht, in dem alle Organisationen aufgelistet werden, die dieses Siegel erhalten haben.

„Wir sind stolz darauf, dieses Siegel erhalten zu haben“ freute sich Dr. György Irmezy, Ärztlicher Direktor der GfBK. „Allen bisherigen Spendern und Förderern zeigen wir damit, dass wir verantwortungsvoll mit ihrem Geld umgegangen sind. Und natürlich hoffen wir auch darauf, dass noch mehr Menschen unser Anliegen mit einer Spende unterstützen.“

Service und Informationen

Information und Beratung



Zentrale Beratungsstelle Heidelberg

Info-Telefon: 06221/138020
Mo.–Fr. 9.00–15.00 Uhr
Postfach 10 25 49
69015 Heidelberg
Fax: 06221/1380220
information@biokrebs.de
www.biokrebs.de

Regionale Beratungsstellen (nicht täglich besetzt)

Dresden: Schlesischer Platz 2
Tel. 0351/8026093

Thüringen: Rudolstadt/Schwarz
Thomas-Müntzer-Str. 2
Tel. 03672/347000

Berlin: Münstersche Str. 7 A
Tel. 030/3425041

Hamburg: Waitzstraße 31
(VHS-Gebäude 2)
Tel. 040/6404627

Bremen: Theresenstr. 8–12
Tel. 0421/3468370

Nordrhein: Mönchengladbach
Von-Galen-Str. 105
Tel. 02166/265103

Wiesbaden: Bahnhofstr. 26
Tel. 0611/376198

Stuttgart: Im Haldenhau 13
Tel. 0711/3101903

München: Pestalozzistr. 40 b
Tel. 089/268690

Die Gesellschaft für Biologische Krebsabwehr ist ein gemeinnütziger eingetragener Verein zur Förderung ganzheitlicher Therapien.

Präsident: Prof. Dr. K. F. Klippel
Ärztlicher Direktor: Dr. G. Irmeijer

Zuwendungen an die Gesellschaft für Biologische Krebsabwehr sind gemäß § 10b Abs 1 EStG oder nach § 9 Nr 3a KStG steuerlich abzugsfähig.
Spendenkonto: H + G Bank
BLZ 672 901 00
Konto-Nr.: 65 1477 18



Workshop mit Dr. Simonton bei der Medizinischen Woche in Baden-Baden am 2. November



Am 2.11.2006 findet im Rahmen der Medizinischen Woche Baden-Baden ein Workshop für Ärzte und Patienten statt. Unter dem Titel „Visualisieren und ganzheitliche Beratung von Krebskranken“ führt Dr. Simonton die Zuhörer innerhalb von vier Stunden in die Schwerpunkte seiner Arbeit ein. Folgende Fragen werden angesprochen: „Was kann ein kranker Mensch über die vom Arzt verordnete Behandlung hinaus tun, um aktiv an seiner Gesundheit mitzuwirken? Welche Rolle spielen seelische Vorgänge bei der Entstehung und bei der Heilung von Krankheiten? Können gesunde Menschen eine Form der Lebensführung lernen, die die Krankheitsbereitschaft ihres Körpers deutlich verringert? In dem Kurs erleben die Zuhörer, dass es für die Lenkung des Selbstheilungsprozesses wesentlich ist, Mitverantwortung für seine Gesundheit zu übernehmen und in bessere Übereinstimmung mit den Bedürfnissen von Körper und Seele zu kommen.“

Anmeldung und Kursgebühr:
Kursgebühr für Ärzte/Ärztinnen 60/50 Euro
Kursgebühr für Patienten 40 Euro

Karl F. Haug Verlag in MVS Medizinverlage
Stuttgart GmbH Co. KG
Veranstaltungsmanagement
Tel.: 0711-8931-365
Fax: 0711-8931-370
E-Mail: medwoche@medizinverlage.de

Weitere Vorträge und Workshops
mit Dr. O. C. Simonton im Februar 2007:
7.2.2007 in Meinerzhagen
8.2.2007 in Neuss
9.+10.2.2007 in Berlin.

Das ausführliche Programm und Anmeldeunterlagen erhalten Sie ab November 2006 in allen Beratungsstellen der GfBK und natürlich unter www.biokrebs.de

10. Symposium der GfBK-Beratungsstelle Dresden mit Schwerpunkt Darmkrebs



Zum zehnten Mal lädt die GfBK-Beratungsstelle Dresden zum Symposium in das Hygienemuseum in Dresden ein. Mit zwei Schwerpunkten – Integrative Onkologie und Darmkrebs – klärt das Symposium über die verschiedenen Aspekte ganzheitlicher Therapien auf. Darmkrebs ist nach Brust- und Prostatakrebs die häufigste Krebserkrankung. Jährlich werden mehr als 50.000 Menschen neu mit dieser Diagnose konfrontiert. In 10 Vorträgen werden die Risikofaktoren, Frühwarnzeichen, Diagnose- und Therapiemöglichkeiten (konventionell und komplementär) sowie die Nachsorgemöglichkeiten erläutert. Das ausführliche Programm erhalten Sie unter 06221-138020, www.biokrebs.de oder in der Beratungsstelle Dresden. Hier informieren und beraten Sie drei Mitarbeiterinnen individuell und ganzheitlich. Die Beratungsstelle ist Di. + Do. 13.30–16.30 und Mi. 10.00–14.00 Uhr besetzt.

Vorankündigung

11.–13. Mai 2007, Heidelberg 13. Internationaler Kongress der Gesellschaft für Biologische Krebsabwehr Arzt-Patienten-Kongress – 25 Jahre Biologische Krebsabwehr e.V.

mit über 70 Vorträgen, 30 Seminaren,
Gesprächsrunden und Workshops

- Referenten sind u. a.:
- Dr. Rüdiger Dahlke, Arzt, Psychotherapeut und Autor
 - Pater Dr. Anselm Grün OSB, Benediktinermönch u. Autor spiritueller Bücher
 - Clemens Kuby, Experte für Selbstheilungsprozesse und geistiges Heilen
 - Hanne Marquardt, Fußreflexzonen-therapeutin
 - Dr. Jirina Prekop, Psychotherapeutin, Begründerin der Festhaltetherapie
 - Anette Rexrodt von Fircks, ehemalige Krebspatientin und Buchautorin
 - Dr. O. Carl Simonton, M. D. Facharzt für Radiologie, Onkologie und Leiter des Simonton-Cancer-Centers, Pionier der Psychoonkologie.

Reservieren Sie sich Ihr ausführliches Programm (erhältlich ab Februar 2007) unter 06221-138020 oder anmeldung@biokrebs.de.

Betroffene berichten

Am Ende stellt sich die Frage: Was hast du aus deinem Leben gemacht? Was du dann wünschst getan zu haben, das tue jetzt!

(Erasmus von Rotterdam)

Jetzt ist es leicht! Mein Leben mit Krebs und mit der Freude



Ich wollte nach 16 Jahren Tätigkeit als Arzthelferin gerade meine Praxis als Heilpraktikerin eröffnen, da erfuhr ich, dass ich Krebs habe und fand mich plötzlich selbst auf der Seite der Patienten. Meine wichtigste und heftigste „Schule“ begann.

Als ich in den OP gefahren wurde, dachte ich noch, man würde mir nur mal eben eine Zyste vom Eierstock entfernen. Aber als ich auf der Intensivstation wach wurde, fehlten mir in meinem Unterleib sogar einige Organe, da an zweien ein Carcinom festgestellt worden war.

Die Ärzte wollten mir unbedingt noch eine Chemotherapie geben, aber in mir war ein klares „Nein“ dazu. Ich wurde nach Hause entlassen und sollte mir überlegen, welche Therapie ich machen wolle. Nun nahm ich mein Leben selbst in die Hand. Zum ersten Mal wurde ich mir selbst wichtiger als alles andere bzw. als alle anderen!

Ich informierte mich so gut wie ich konnte durch Bücher und hörte die Meinung von alternativ arbeitenden Ärzten und Heilpraktikern. Und betete!

Die Entscheidung konnte mir keiner abnehmen. Das war meine größte Herausforderung, aber auch gleichzeitig ein großes Geschenk: Ich lernte absolute Eigenverantwortung.

Ich entschied mich für einige alternative Therapien: prozessorientierte Homöopathie, verbundenes Atmen, Familienaufstellung und geistiges Heilen. Ich lernte, meine Angst zu akzeptieren und ihre heilsamen Botschaften zu hören, anstatt sie nur als furchtbares Gefühl wahrzunehmen.

Vor allem aber lernte ich, immer mehr auf meine innere Stimme zu hören und mir das Leben leicht zu machen. Nun hatte ich erfahren, wie schnell das Leben zu Ende sein kann und wie sehr man sich dann ärgert, dass man so viele Gelegenheiten verpasst hat. Ich erlaubte mir endlich, das Leben zu genießen, neue Dinge auszuprobieren, Verrücktes zu tun und Fehler machen zu dürfen.

Zum Beispiel wollte ich immer schon mal im Chor singen und auch Gitarre spielen können. „Zufällig“ ist meine Atemtherapeutin auch Chantingsängerin und Gitarristin. Sie wissen nicht, was „chanting“ ist? Das wusste ich auch nicht, aber ich durfte es erfahren: Beim chanten singt man zusammen in einer sehr schönen Atmosphäre spirituelle Lieder und Mantrien. Ohne Notenblätter. Denn die Texte und Melodien sind so einprägsam, dass man sie schnell lernt. Und dann kann man, wenn man will mit geschlossenen Augen, ganz von Herzen mitsingen. Bei mir hat es nicht nur unglaublich meine Lebenskraft und Lebensfreude geweckt, sondern ich habe Lust bekommen, selbst solche Lieder zu schreiben und sie auf der Gitarre zu begleiten. Und siehe da: es war ganz einfach!

Das Chanten hat mich so begeistert, dass ich mich traute, immer „hörbarer“ und „sichtbarer“ zu werden. Früher stand ich immer irgendwo hinten, damit mich keiner sieht. Schließlich hätte ich ja unangenehm auffallen können. Nun stehe ich alleine vor sehr vielen Menschen und darf mit meinen Liedern ihre Herzen berühren! Das macht mein Leben unglaublich reich!

Inzwischen biete ich eigene Chanting-Gruppen und Workshops an. Zusammen mit Kolleginnen gestalte ich Seminare, in denen es im Wesentlichen darum geht, einen „sicheren Raum“ zur Verfügung zu stellen, in dem jede/r so geliebt wird, wie er/sie ist, und in dem tiefe Heilung geschehen kann.

Mein Leben ist jetzt insgesamt so spannend und abwechslungsreich, wie ich es früher nie kannte. Weil ich gerne schreibe und meine Erfahrungen mit anderen Menschen teilen möchte, habe ich ein Buch über die ersten fünf Jahre nach meiner Diagnose geschrieben. Ich wurde oft gefragt, wie ich das denn „so alles gemacht“ hätte, dass es mir heute so gut geht und ich so eine Lebensfreude ausstrahle.

Mein Buch „Jetzt ist es leicht – mein Leben mit Krebs und mit der Freude“ ist die Antwort darauf. Die ersten beiden Jahre waren heftig und schwer. Aber heute bin ich froh, dass der Krebs mein Leben so positiv umgewandelt hat!



Margit Berg
„Jetzt ist es leicht! Mein Leben mit Krebs und mit der Freude“
„Mein Buch“-Verlag (ISBN 3-86516-598-2)
Preis 13,80 Euro. Erhältlich im Buchhandel

www.margitberg.de

Mit der Rubrik „Betroffene berichten“ möchte die GfBK Mut machen, auch in schwierigen Situationen neue Wege zu suchen. Allerdings sind Krankheitsbilder immer individuell und Heilungswege oder Therapieverfahren nicht übertragbar.

Termine

Aus Platzgründen haben wir auf die Angabe der Adressen und Telefonnummern der Beratungsstellen verzichtet. Die Adressen finden Sie auf Seite 5.

Bei allen Veranstaltungen bitten wir um telefonische Voranmeldung in der entsprechenden Beratungsstelle. Bei Kursen und Seminaren ist eine Anmeldung zwingend erforderlich.

Eintrittspreise und Kursgebühren können Sie in der entsprechenden Beratungsstelle erfragen.



1: Dr. med. H. Marstall



2: Dr. päd. Gaby Tenfelde



3: Dr. Dr. Hager



4: Josef Mettler



5: Dr. Ralf Oettmeier

Wiesbaden, 6. September 2006, 19.00 Uhr

Vortrag: Ernährung des Krebspatienten unter besonderer Berücksichtigung der Fette

Referent: Dr. med. H. Mastall (1), Vizepräsident der GfBK
in: GfBK-Beratungsstelle Wiesbaden

Bremen, 9. und 10. September 2006

Workshop: Heilsamer Umgang mit Krebs

Referentin: Frau Dr. päd. Tenfelde (2), Hamburg
in: GfBK-Beratungsstelle Bremen

Berlin, 12. September 2006, 18.30–ca. 20.00 Uhr

Vortrag: Tanzen – heilsame Bewegung Einführung und gemeinsame Übungen

Referentin: Ulrika Sprenger, Tanz- und Bewegungstherapeutin
Information: GfBK-Beratungsstelle Berlin

Bremen, 13. September 2006, 19.00 Uhr

Vortrag: Ganzheitliche Zahnmedizin innerhalb der Biologischen Krebsabwehr

Referent: Dr. Klehmet, Bremen
in: GfBK-Beratungsstelle Bremen

Wiesbaden, 12. September 2006, 19.00 Uhr

Infoabend: Gesundheitstraining: Gesundwerden und Gesundbleiben

Kursbeginn am 21. September 2006.
Kursleiterin: Dipl.-Theol. Brigitte Hettenkofer.
Information: GfBK-Beratungsstelle Wiesbaden

Wiesbaden, 19. September 2006, 19.00–20.30 Uhr

Vortrag: Lachen ist Medizin – Selbstheilungskräfte aktivieren

Referentin: Gundula Steiner-Junker, Clowndoktor und Kunsttherapeutin. In: GfBK-Beratungsstelle Wiesbaden

Wiesbaden, 30. September 2006, 10.00–16.00 Uhr

Workshop: Gefühle wahrnehmen und ausdrücken in Bewegung, Bildern und Tanz

Referentin: Gundula Steiner-Junker, Clowndoktor und Kunsttherapeutin. In: GfBK-Beratungsstelle Wiesbaden
Information: GfBK-Beratungsstelle Wiesbaden.

Dresden

30. September 2006, 9.30–ca. 17.30 Uhr (s. Seite 5)

10. Symposium der GfBK-Beratungsstelle Dresden Themenschwerpunkte: Integrative Konzepte in der onkologischen Therapie und Darmkrebs

Vorträge und Patientenseminare. Referenten: Dr. Dr. Hager (3), Dr. Dawczynski, Dr. Orth, J. Mettler (4), et al. In: Dtsch. Hygienemuseum, Dresden. Information und ausführliches Programm: GfBK-Beratungsstelle Dresden und www.biokrebs.de

Wiesbaden, 4. Oktober 2006, 19.00 Uhr

Vortrag: Familie und Krebs aus systemischer Sicht

Referentin: Adelheid Gerstenberg, Psychoth. (HPG),
Information: GfBK-Beratungsstelle Wiesbaden

Wiesbaden, 7. Oktober 2006, 9.30–18.00 Uhr (s. Seite 8)

7. Arzt-Patienten-Forum: Bewährte und neue Methoden der Biologischen Krebsabwehr

Referenten: Dr. med. H. Mastall (1), Prof. Vogl, Prof. Grönemeyer/ Sahinbas, Dr. Oettmeier (5), Dr. Bach, Dr. Müller et al.

Workshops: „Autonometraining“ – Dr. R. Grossarth-Maticsek und „Familie und Krebs aus systemischer Sicht“ – Annalee Scholz und Dipl.-Psych. Adelheid Gerstenberg.
In: Rathaus-Sitzungssaal Wiesbaden.
Info, Programm und Anmeldung: Tel.: 06221-138020

Bremen, 11. Oktober 2006, 19.00 Uhr

Vortrag: Guolin Qi Gong – als aktiver Heilweg in der begleitenden Krebstherapie

Referentinnen: Dipl.-Soz.-Päd. Andrea Przybylla und HP Cornelia Frehe. Information: GfBK-Beratungsstelle Bremen

Darmstadt, 17. Oktober 2006, 15.30 Uhr

Vortrag: Ganzheitliche Wege im Umgang mit Krebserkrankungen

Referent: Dr. med. G. Irme, Ärztlicher Direktor der GfBK.
In: Räume des Hausfrauenbundes, Hügelstr. 28, Darmstadt.
Information: FSH n. Krebs, Gruppe Darmstadt, Frau Franz, Tel.: 06150-14116

Berlin, 17. Oktober 2006, 18.30–ca. 20.00 Uhr

Vortrag: Hyperthermie

Referentin: Dr. med. Hannelore Seibt
Information: GfBK-Beratungsstelle Berlin

Augsburg, 20. bis 22. Oktober 2006

Vortrag im Rahmen der intersana-Gesundheitsmesse: Ganzheitliche Krebsvorbeugung als Weg zum Leben

Referentin: Dr. med. G. Pfeffer, beratende Ärztin d. GfBK Beratungsstelle München. Vortragstag und -zeit bitte bei der GfBK-Beratungsstelle München erfragen oder unter www.intersana.de.

Wiesbaden, 1. November 2006, 19.00 Uhr

Vortrag: Prostatacarcinom, komplementäre Therapien und psychoonkologische Aspekte

Referent: Prof. Dr. med. K. F. Klippel, Celle
Information: GfBK-Beratungsstelle Wiesbaden

Bremen, 1. November 2006, 18.30–21.00 Uhr

Workshop: „Nie wieder ärgern!“ – Ein Antiärgler-Programm

Referentin: Frau Dr. päd. Tenfelde (2), Hamburg
GfBK-Beratungsstelle Bremen

Kriftel, 3. November 2006, 19.00 Uhr

Vortrag: Bewährte und neue Therapiemethoden der Biologischen Krebsabwehr

Referent: Dr. med. H. Mastall (1), Vizepräsident der GfBK
in: Bürgerhaus/Rathaus, Frankfurter Str. 33-37, Kriftel
Information: GfBK-Beratungsstelle Wiesbaden

Bremen, 8. November 2006, 19.00 Uhr

Vortrag: „Ich will leben bevor ich sterbe“

Referentin: Brigid Guinan, Gestalttherapeutin
Information: GfBK-Beratungsstelle Bremen.

Berlin, 13. November 2006, 18.30–ca. 20.00 Uhr

Vortrag: Umgang mit der Angst – Wieder Vertrauen finden

Referentin: Marina Schnurre, SHG-Leiterin
Information: GfBK-Beratungsstelle Berlin

München, 16. November 2006, 19.00 Uhr

Neue Aspekte in der Krebstherapie

Referent: Dr. med. Gerhard Brand. In: Alten- und Service-Zentrum Altstadt, Sebastiansplatz 12, 80331 München
Information: GfBK-Beratungsstelle München

Bremen, 18. November 2006, 10.00–17.00 Uhr

Workshop: Kraft schöpfen im Garten der Seele

Referentin: Sybille Althaus-Storbeck, Psychotherapeutin, Bremen
Information: GfBK-Beratungsstelle Bremen

Siegburg, 22. November 2006, 18.00 Uhr

Vortrag: Bewährte und neue Therapiemethoden der Biologischen Krebsabwehr

Referent: Dr. med. H. Mastall (1), Vizepräsident der GfBK.
In: Aula im Stadtmuseum, Markt 16, 57321 Siegburg.
Information: GfBK-Beratungsstelle Wiesbaden

Wiesbaden, 6. Dezember 2006, 19.00 Uhr

Vortrag: Trauer braucht Raum – Die Notwendigkeit der Trauerarbeit

Referentin: Brigitte Hettenkofer, Dipl.-Theologin
Information: GfBK-Beratungsstelle Wiesbaden

Berlin, 12. Dezember 2006, 18.30–ca. 20.00 Uhr

Vortrag: Angehörige von Krebskranken

Wie können sie Kraft schöpfen?

Referentin: Renate Christensen, beratende Ärztin der GfBK
Information: GfBK-Beratungsstelle Berlin

Bremen, 13. Dezember 2006, 19.00 Uhr

Vortrag: Naturheilkundliche Behandlungsmethoden des Brustkrebses

Referent: Dr. med. Knut Briken, beratender Arzt der GfBK
Information: GfBK-Beratungsstelle Bremen

München, 14. Dezember 2006, 19.00–21.00 Uhr

Betend Tanzen – Freunde und Hoffnung

durch meditative Heil- und Krebstänze erfahren
Leitung: Susanne Betzold, GfBK-Beratungsstelle München.
In: Alten- und Service-Zentrum Altstadt, Sebastiansplatz 12, 80331 München. Information: GfBK-Beratungsstelle München

Diese und weitere Termine erhalten Sie auch unter www.biokrebs.de

GEBURTSTAGSSPENDE

I. Dieterle, Wörth	500,00
I. Müller, München	200,00

HOCHZEITSKOLLEKTEN

A. Klein, Karlsruhe	230,78
G. u. K. Moser, Hamburg	500,00

EINZELSPENDEN

N. Benz, Böhl-Iggelheim	200,00
R. Blancke, Kriftel	200,00
A. Brand, Reilingen	250,00
J. Bredtmann, Frankfurt/M.	200,00
M. Fussmann-Hegewald, München	500,00
Golfclub Schwarze Heide	3.400,00
K. Heinßen, Minden	200,00
B. Hartmann, Frankfurt/M.	325,00
I. Herrmann, Bonn	500,00
J. Kausch, Risum-Lindholm	300,00
A. Kühne, Ergolding	200,00
K. u. W. Luderer, Loxstedt	200,00
D. Maurer, Weinheim	200,00
E. Müller, Berlin	250,00
F. Pany, Salach	500,00
G. Rampacher, Sindelfingen	260,00
Dr. W. Richter, Aichelberg	200,00
I. Schapal, Neuwied	300,00
W. Schmidt, Pforzheim	200,00
Dr. E. Schuhmacher, Karlsruhe	250,00
M. Sewczyk, Düsseldorf	300,00
A. Syring, Lübs	250,00
W. Wegner, Reinbek	200,00

TRAUERSPENDEN

W. Briesenick, Heidesee	4.283,00
L. Ernst, Vellmar	980,00
K. Flock, Uhldingen-Mühlhofen	2.000,00
CH. Franke-Jolowicz, Berlin	125,00
Ch. Freund, Darmstadt	3.245,00
M. Gilles	4.210,00
F. Hoffmann, Berlin	1.081,00
E. Kappes, Zirndorf	685,00
ING-DiBa AG	1.000,00
H. Langholz, Freising	1.060,00
F. Ludwigs, Siegburg	138,00
S. Pawlowski, Berlin	1.705,00



Impressum

Copyright bei der Gesellschaft für Biologische Krebsabwehr e.V.
Hauptstraße 44, D-69117 Heidelberg

Erscheinungsweise: 4 Ausgaben jährlich
Auflage: 38.000 Stück.

Kostenfrei – Spende erwünscht
Erscheinungsdaten:

Februar/Mai/August/November

Redaktion: Karin Willeck, Höhenstraße 4,
D-64342 Seeheim-Jugenheim

Verantwortlich für den Inhalt: Dr. György Irmey

Layout:

Werbeagentur Nassner & Geiss, Schwetzingen

Druck und Verarbeitung:
Progressdruck GmbH, Speyer

Mitgliederversammlung mit faszinierenden Vorträgen von Prof. Klippel und Dr. Grossarth-Maticek

Am 5. Mai fand in Heidelberg die jährliche Mitgliederversammlung statt, bei der über 40 Mitglieder anwesend waren. Hauptpunkt dieser Versammlung waren die geplanten Änderungen in der Satzung, die Dr. Irmey in allen Einzelheiten erläuterte.

Im Anschluss an die Versammlung lauschten die Zuhörer den faszinierenden Ausführungen von Professor Klippel über neurobiologischen Vorgänge im Gehirn. Er stellte neue Untersuchungen vor, die belegen, dass das Gehirn durchaus auch im Alter noch formbar ist. In einem zweiten Abschnitt stellte Professor Klippel dar, welche Wechselwirkungen auf körperlicher Ebene durch gedankliche Vorgänge ausgelöst werden können. Einige Studien belegen mittlerweile, dass durch psychoonkologische Therapien, die Mortalitätsrate signifikant sinkt. Einzelgespräche und/oder Gruppentherapien helfen den Patienten, mit der Angst umzugehen und die Hoffnung auf Heilung zu mehren. Durch ständiges Training können Patienten regelrecht lernen, gesunde Vorstellungen zu entwickeln und so auch Einfluss auf ihre Gesundheit zu nehmen.

In dem sich anschließenden Vortrag ging Dr. Grossarth-Maticek vor allem auf den Aspekt der Selbstregulation ein. Komplexe Systeme, wie z. B. Krankheitsentstehung sind in der Regel das Produkt von sozio-psycho-biologischen Wechselwirkungen, in denen unterschiedliche Faktoren aus unterschiedlichen Lebensbereichen interagieren. Komplexe Systeme sind aber nicht nur abhängig von bestimmten Wechselwirkungen, sie sind auch fähig, durch ihre Eigenaktivität Zielerreichungen und Zustände selbst zu steuern. Hier sprechen wir von Selbstregulation als individuelle und soziale Aktivität, die zu Problemlösung, Wohlbefinden und Gesundheit führt. Die systemische Interventionsmedizin ist vor allem eine Kommunikationsmedizin, die ihre Ziele u. a. durch Neugestaltung der Kommunikation des Individuums mit sich selbst und seiner sozialen Umwelt erreicht. Auch die Krebserkrankung ist ein interaktives synergistisches Geschehen, in dem unterschiedliche Faktoren zu unterschiedlichen Zeitpunkten zum Tragen kommen.

Dr. R. Grossarth-Maticek wird am 7. Oktober in Wiesbaden anlässlich des „7. Arzt-Patienten-Forums“ einen Kurs zum Thema Autonomie-training anbieten (siehe Seite 7, Termine).

Benefiz-Golfturnier im Golfclub „Schwarze Heide“



Wie bereits im Vorjahr kämpften 88 Golferinnen aus dem Golfclub „Schwarze Heide“ in Bottrop-Kirchhellen und Gäste aus den umliegenden Clubs unter der Leitung von Gerda Gürke (Mitglied im Förderkreis der Gesellschaft für Biologische Krebsabwehr) für den guten Zweck. Bei strahlendem Sonnenschein erzielten die einzelnen Teams (Chapman-Vierer) beste Ergebnisse. Gewinnen konnte heute jeder (zahlreiche Sachspenden) aber am meisten hat die Gesellschaft für Biologische Krebsabwehr e.V. gewonnen. Der ehrenamtliche Botschafter der GfBK Dr. E. Rau war eigens angereist und hielt einen Vortrag über das Thema „Golf, ein echter Gesundheitsfaktor“. Als Tee-off Präsident überreichte er jeder Teilnehmerin ein signiertes Taschenbuchkalendarium. Der Golfclub spendete den Gesamterlös in Höhe von 3.400 Euro.

Benefiz-CD „Vom Leben singen“



In der letzten Ausgabe haben wir Ihnen die Benefiz-CD von Ulrich Kasparick vorgestellt. Alte und bekannte Lieder – wie „Der Winter ist vergangen“, „Heute hier, morgen dort“, „Es waren zwei Königskinder“, „Der Mond ist aufgegangen“ – regen zum Mitsingen an.

Die CD kann gegen eine Spende von 10 Euro (inkl. Versand) bei der GfBK angefordert werden.