

Buch und Internettipps

Sprecherin:

Er ist ein Mann für besondere Herausforderungen – Fußballtrainer Jörg Berger hat mehrere Bundesliga-Clubs vor dem Abstieg gerettet. In seiner Autobiografie „Meine zwei Halbzeiten“ blickt der 65-Jährige zurück auf seine bewegte Vergangenheit. Seine Anfänge als Trainer in der DDR, seine Flucht in den Westen, seinen Neuanfang und auf seine Darmkrebserkrankung, die 2002 diagnostiziert wird. Für ihn ist klar, dies wird nicht sein letztes Spiel sein! „Meine zwei Halbzeiten“ erschienen im Rowohlt Verlag.

Von einem Tag auf den anderen gibt es für Cora Decker keinen Alltag, keine Pläne mehr - als die damals 44-Jährige einen Knoten in der Brust ertastet, hat sie vor allem Angst. In ihrem Buch „Jetzt ist heute – Mein Leben nach der Diagnose“ schildert sie mit viel Witz und Selbstironie ihren Umgang mit der Krankheit. Während die Deutschen ausgelassen die Fußball-Weltmeisterschaft im eigenen Land feiern, steht sie einer scheinbar endlosen Krebstherapie gegenüber – doch unterkriegen lässt sich die Autorin nicht. „Jetzt ist heute“ erschienen im dtv-Verlag.

Sport tut Körper und Seele gut – für die Initiative „Brustkrebs bewegt“ ein zentraler Aspekt. Die gleichnamige Internetseite bietet zahlreiche Informationen zu den Themen Bewegung, Therapie und Entspannung. Zusammen mit der Deutschen Sporthochschule Köln hat die Initiative ein Übungsprogramm entwickelt, das die Beweglichkeit, Koordination und Ausdauer von Brustkrebs-Patientinnen verbessern soll. Kurze Videobeiträge zeigen Techniken aus Joga, Qigong und Pilates, die vor allem der Entspannung dienen.

Das Bundesjustizministerium bietet auf seiner Internetseite www.bmj.bund.de eine hilfreiche Publikation zum Betreuungsrecht an. Ein Betreuer ist ein gesetzlicher Vertreter, der Menschen mit psychischer, geistiger, seelischer oder körperlicher Behinderung zur Seite steht. Auch Krebs-Patienten können unter Umständen auf einen Betreuer angewiesen sein. In der Broschüre wird erklärt, wann Betroffene solch einen Bevollmächtigten erhalten können und was genau zu seinen Aufgaben gehört.