

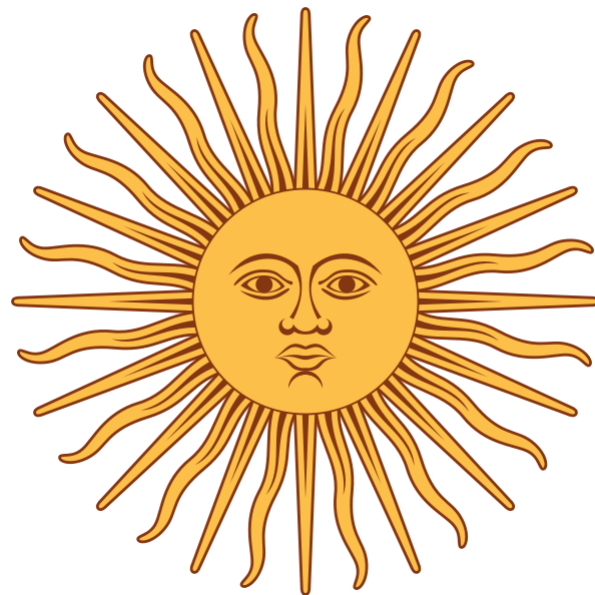
Wenn Sie selbst betroffen sind,
können Sie sich gerne an uns wenden:

**Selbsthilfegruppe für
Brustkrebsoperierte Frauen**
Ansprechpartnerin: Frau Böhm
Tel. 369 976 - 45

Melanchthonstraße 8
13595 Berlin (Spandau)
(in den Räumen der Beratungsstelle für
behinderte, krebs- und aidskranke
Menschen)

**Die Treffen finden einmal monatlich
immer am 2. Montag im Monat
von 10.00 - 12.00 Uhr statt**

**Selbsthilfegruppe
für
Brustkrebsoperierte
Frauen
in Spandau**





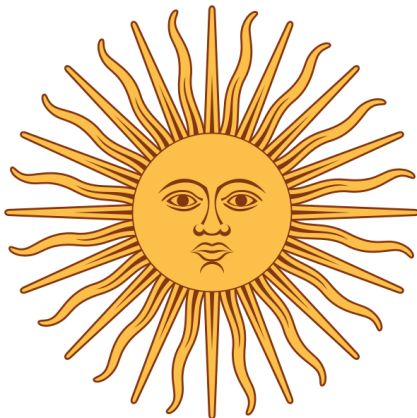
Wer wir sind:

Wir sind eine Gruppe von Frauen, die an Brustkrebs erkrankt sind.

Wir kommen einmal im Monat zusammen.

Dabei sprechen wir offen miteinander, tauschen unsere Erfahrung mit der Erkrankung aus, sind fröhlich, geistig rege und unternehmungslustig.

Wir sind eine Gruppe freundlicher, lebensbejahender, kontaktfreudiger Frauen, die aufgeschlossen sind für jede neue interessierte Teilnehmerin.



Quelle: photobucket



Was wir anbieten:

Wir haben alle erlebt, wie wichtig die psychosoziale Unterstützung bei der Bewältigung unserer Erkrankung ist.

Die Gruppe gibt uns Kraft und neue Stärke.

Wir wollen uns gegenseitig informieren und miteinander Freude am Leben haben. So laden wir uns z.B. Experten zu interessanten Themen ein oder organisieren Ausflüge innerhalb und außerhalb von Berlin für uns.

Eine Krankengymnastin aus unserer Gruppe zeigt uns leichte Übungen zur Stärkung der Brustmuskulatur und leitet uns an.

Eine Sozialarbeiterin der Beratungsstelle für behinderte, krebs- und aidskranke Menschen steht uns bei unseren Treffen als Ansprechpartnerin für alle psychosozialen Fragen zur Verfügung.

Im Anschluss an das Gruppentreffen hätten wir in einer Turnhalle die Möglichkeit, von 12.00 - 13.00 Uhr mit Hilfe des **Qigong** unter Anleitung einer geschulten Sportlehrerin unsere Gesundheit zu stärken (Mindestteilnehmerzahl 6).