

KONTAKTAUFNAHME

Falls Sie Fragen haben, erreichen Sie uns telefonisch oder per E-Mail. Wir freuen uns darauf, mit Ihnen ins Gespräch zu kommen!

Ansprechpartnerinnen:

Erminia Pavlatou

Tel.: 0176 35770309

E-Mail: bff-selbsthilfegruppe@web.de



Kerstin Schug

Tel.: 01573 6993046

E-Mail: shg-mammamia@gmx.de



 [bffselbsthilfegruppe](https://www.instagram.com/bffselbsthilfegruppe)

Es werden auch Patient:innenbesuche abgestattet. Vereinbaren Sie dazu gern einen Termin über die genannten Kontaktdaten mit uns.

Weitere Informationen finden Sie auf der Internetseite der Klinik unter www.helios-gesundheit.de/brustzentrum-wuppertal



HIER FINDEN SIE UNS:

Die Treffen finden im Helios Bildungszentrum Wuppertal statt, Sanderstr. 163, Raum EK1, Campus Helios Universitätsklinikum. Eine Voranmeldung ist nicht notwendig.



Die nächste Generation von mammamia,
der Selbsthilfegruppe
für Frauen mit Brustkrebs

FRAUEN STÄRKEN FRAUEN

Die Diagnose Brustkrebs wirft bei den betroffenen Frauen Fragen und Ängste auf. Vieles davon kann durch Experten in Kliniken und Arztpraxen beantwortet und aufgefangen werden.

Anderes dagegen verlangt die Nähe und Begleitung durch Frauen, die selbst mit der Erkrankung konfrontiert worden sind. Dies will unsere Selbsthilfegruppe ermöglichen, ebenso wie den Austausch über Tipps und Erfahrungen in Alltagsfragen rund um die Behandlung.

Interessierte, betroffene Frauen sind deshalb herzlich eingeladen unsere offene Gruppe zu besuchen.

WANN?

Jeden 2. Donnerstag im Monat von 17:30 bis 19:00 Uhr

WO?

Helios Bildungszentrum Wuppertal
Sanderstraße 163 - 42283 Wuppertal
Raum EK 1

Zusätzlich treffen wir uns jeden 4. Samstag im Monat zum Spaziergang um 15:30 Uhr, der Treffpunkt wird kurzfristig entschieden und nach den Bedürfnissen der Gruppe angepasst.

VERTRAUENSVOLLE ZUSAMMENARBEIT MIT DEM HELIOS BRUSTZENTRUM WUPPERTAL

In Kooperation mit dem Helios Brustzentrum Wuppertal und dem gemeinnützigen Verein Grazie e.V. bieten wir Ihnen Unterstützung für unterschiedliche Lebensbereiche an.

UNSER ANGEBOT SCHMINKKURS

Lernen Sie den äußerlichen Folgen der Brustkrebs-Behandlung lebensbejahend und selbstbewusst zu begegnen. Erlernen Sie mit Unterstützung einer erfahrenen Kosmetikerin verschiedene Schminktechniken und gewinnen Sie dadurch wieder mehr Selbstbewusstsein.

ERNÄHRUNGSBERATUNG

Wie kann eine bewusstere, ausgewogene Ernährung dazu beitragen, besser durch die Therapie zu kommen und die Folgen zu lindern? Was tut mir gut?

KOCHKURS

Erleben Sie gesunde Ernährung als Genuss, tauschen Sie sich mit anderen Frauen in angenehmer Atmosphäre aus und genießen Sie gemeinsam das Menü, welches unter Anleitung eines Spitzenkochs zubereitet wird.

WEITERE ANGEBOTE

INFORMATIONSVORANSTALTUNGEN

Regelmäßig finden in Kooperation mit dem Brustzentrum Patienteninformationstage statt.

Außerdem haben Sie die Möglichkeit, sich mit unseren Brustkrebspezialist:innen auszutauschen, die die Selbsthilfegruppe mit ihrer Expertise unterstützen.

BRUSTKREBSMONAT "PINKTOBER"

Seit einigen Jahren steht der Oktober ganz im Zeichen der Brustkrebserkrankungen und wurde damit offiziell zum Awareness-Monat für Brustkrebs ausgerufen. Wir wollen mehr Aufmerksamkeit auf das Krankheitsbild lenken und beteiligen uns in diesem Zuge an verschiedenen Sonderveranstaltungen und -Aktionen, die das Helios Universitätsklinikum und Grazie - Verein zur Förderung der Gesundheit von Frau und Familie e.V., organisiert.

BFF
Breast Friends Forever