

# Frauenselbsthilfe nach Krebs, Landesverband NRW e.V. Gruppen in Essen



....herzlich willkommen

## → Gruppe Weberplatz:

- **Gruppe für Frauen und Männer -**

**Jeden 4. Dienstag im Monat (16 - 18 Uhr)**

Gruppen-Treffen im **Haus der Begegnung, Weberstraße 28, 45127 Essen**

Infos bei Christine Poensgen (0201-45139869),

c.poensgen(at)frauenselbsthilfe.de

## → Gruppe Camillo-Sitte-Platz:

- **Gruppe für jüngere Betroffene und Berufstätige -**

**Jeden 2. Dienstag im Monat (18 - 20 Uhr)**

Gruppen-Treffen am **Camillo-Sitte-Platz 3, 45136 Essen**

Infos bei Beate Cakir (0208 – 698 32 473), b.cakir(at)mail.de

## → Familiengruppe:

- **Gruppe für Eltern oder Alleinerziehende, bei denen ein Elternteil an Krebs erkrankt ist - mit Kinderbetreuung!**

**Jeden 1. Samstag im Monat (14 - 16 Uhr)**

Gruppen-Treffen **Am Brandenbusch 6a (Kruyk-Stiftung), 45133 Essen**

Infos bei Christiane Micek (0201 – 520 60 76), christiane.micek(at)gmail.com

---

Außerdem:

## → Walking

**Jeden Montag und Mittwoch**

Treffen **kurz nach 18 Uhr** an der **Orangerie in der Gruga**

Infos bei Daniela Szalkowski (0173 - 431 45 66)

## → YOGA

**14-tägig Freitag 18.00 – 19.30 Uhr**

am **Camillo-Sitte-Platz 3, 45136 Essen**

Infos bei Susanne Harfst (0152 – 239 833 08), harfst63(at)web.de

## → Wander-Gruppe

**Einmal im Monat (14 Uhr)**

Treffpunkt immer am **Hauptbahnhof Essen, DB – Infostand** Infos bei Helga Indenkämpen

(0201–24686914), h.indenkaempen(at)gmx.de

und Gisela Napierala (0201 - 32 61 38)