



# MUTIG, BUNT, AKTIV LEBEN MIT METASTASEN

## Online-Selbsthilfegruppe für Betroffene

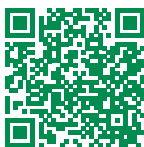
Du bist an metastasiertem Krebs erkrankt und suchst Gleichbetroffene, mit denen Du Dich austauschen kannst? Dann komm in unsere Online-Selbsthilfegruppe. Wir treffen uns wöchentlich zu unterschiedlichen Zeiten.

Moderiert wird unsere Gruppe im Wechsel von Frauen, die selbst an metastasiertem Krebs erkrankt sind und eine spezielle Qualifizierung durchlaufen haben. Außerdem werden die Treffen regelmäßig von einer Psychoonkologin begleitet.

Um teilzunehmen, gehe einfach auf unsere Website unter:  
[www.frauenselbsthilfe.de/leben-mit-metastasen](http://www.frauenselbsthilfe.de/leben-mit-metastasen)

Oder nutze den QR-Code. Dort findest Du alle Infos zum Projekt und die Möglichkeit, Dich für die Selbsthilfegruppe zu registrieren.

***Lebe mutig, bunt, aktiv mit Metastasen.  
Wir unterstützen Dich dabei.***





## MUTIG, BUNT, AKTIV LEBEN MIT METASTASEN

### **Zum Projekt:**

Die Erfahrungen in den Selbsthilfegruppen der Frauenselbsthilfe Krebs (FSH) und eine von der FSH initiierte Umfrage haben gezeigt, dass Frauen mit einer metastasierten Brustkrebserkrankung einen ganz besonderen Bedarf an Unterstützung und Austausch haben. Aus diesem Grund möchten wir mit unserem Projekt besondere Kontakt- und Vernetzungsmöglichkeiten für Euch schaffen.

### **Zur wissenschaftlichen Begleitung:**

Um die Online-Selbsthilfegruppe perfekt nach Euren Bedürfnissen auszurichten, wird das Projekt wissenschaftlich durch den Lehrstuhl für Selbsthilfeforschung (CCCF) des Universitätsklinikums Freiburg evaluiert. Hierzu werden Euch Forscherinnen und Forscher durch Online-Fragebögen und ausgewählte Interviews zu Inhalten der Gruppentreffen befragen.

Eure Teilnahme an dieser Evaluation ist von großer Bedeutung, damit wir die Angebote auf Eure Bedürfnisse anpassen und verbessern können.

### **Zur Frauenselbsthilfe Krebs:**

Die FSH ist eine der größten und ältesten Krebs-Selbsthilfeorganisationen in Deutschland. Sie verfügt bundesweit über ein dichtes Netz an regionalen Gruppen, über ein Forum im Internet (<https://forum.frauenselbsthilfe.de>), eine Telefonberatung, über Netzwerkangebote für junge, an Krebs erkrankte Menschen sowie Männer mit Brustkrebs.

Bundesgeschäftsstelle  
Frauenselbsthilfe Krebs  
Thomas-Mann-Straße 40  
53111 Bonn  
Telefon 0228 - 3 3889-400  
kontakt@frauenselbsthilfe.de  
www.frauenselbsthilfe.de

