

Wir sind die neue Selbsthilfegruppe für die Region

Main-Tauber-Kreis



Hier erhältst Du persönlichen Kontakt und direkten Austausch mit anderen betroffenen Frauen.

Wir wollen uns gegenseitig unterstützen, Mut machen und Spaß am Leben haben!

Wir treffen uns ca. alle 6 Wochen nach Feierabend. In einer geschützten und ungezwungenen Atmosphäre wollen wir Fragen und Anliegen rund um die **ONKO**logie besprechen und klären.

Zusätzlich bieten wir Themenabende an, damit Du **AKTIV** Deine Gesundheit unterstützen kannst.

Näheres erfährst Du über die Kontaktdaten auf der Rückseite.

Wir freuen uns auf Dich ☺

Carola, Monika & Heike



Nimm Kontakt mit uns auf:

Per E-Mail: onko-aktiv.bad-mergentheim@web.de

Per Telefon: 0 93 43 – 6 27 54 30 (AB)

Das Team:

Carola, Monika & Heike

Weitere Informationen im Internet:

www.frauenselbsthilfe.de

www.netzwerkstattkrebs.de

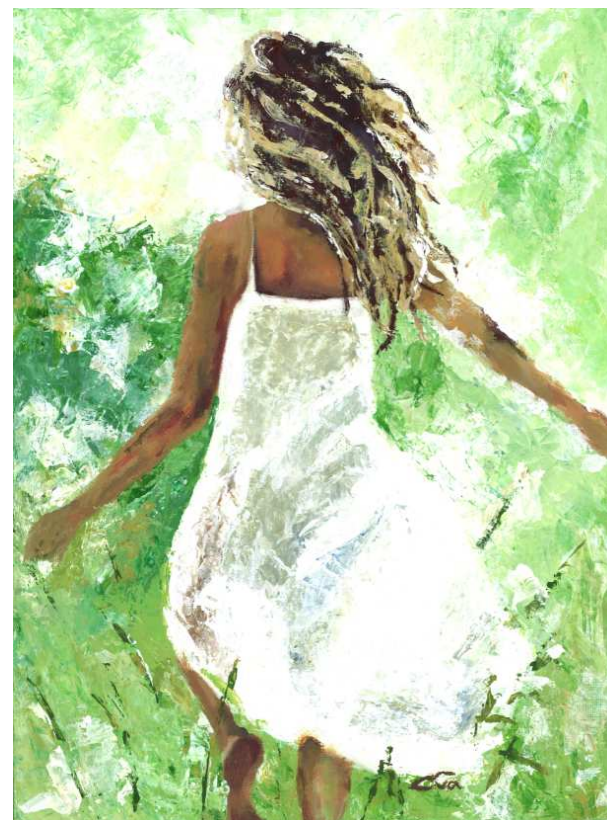
Möchtest Du unsere ehrenamtliche Arbeit mit einer Spende unterstützen?

Hier ist unsere Bankverbindung:

DE10 6735 2565 0002 2505 12

Sparkasse Tauberfranken

Überreicht durch:



**Frauenselbsthilfe nach Krebs
Gruppe Bad Mergentheim 2**

ONKO-AKTIV

Unser Motto

Auffangen
nach dem Schock
der Diagnose

Informieren
über alles zur
Krankheitsentwicklung

Begleiten
in den Jahren mit Leben
nach Krebs



Unsere Termine im 1. Halbjahr 2019:

Freitag 11.01.2019,

Bürgersaal im Rathaus Bad Mgh.-Edelfingen, Ratstr.2

18.00h, Vorgruppe – für akute Fragen + Gesprächsbedarf

19.00h, Gruppentreffen

1 Jahr „ONKO-AKTIV“ – Rückblick + Vorschau

Freitag 22.02.2019,

Bürgersaal im Rathaus Bad Mgh.-Edelfingen, Ratstr.2

18.00h, Vorgruppe – für akute Fragen + Gesprächsbedarf

19.00h, Gruppentreffen

(Themenschwerpunkt siehe Whatsapp + Presse)

Dienstag 26.03.2019,

**Patiententag „Leben mit Krebs“ im Caritas-Krankenhaus
Bad Mergentheim**

Beginn ca. 17.00h

Infostände, Vorträge, Gesprächsmöglichkeit mit Ärzten.

Freitag 05.04.2019,

Bürgersaal im Rathaus Bad Mgh.-Edelfingen, Ratstr.2

18.00h, Vorgruppe – für akute Fragen + Gesprächsbedarf

19.00h, Gruppentreffen

(Themenschwerpunkt siehe Whatsapp + Presse)

Freitag 17.05.2019,

Bürgersaal im Rathaus Bad Mgh.-Edelfingen, Ratstr.2

19.00h, Themenabend „Kräuter“ mit Luise Denninger,

Theorie + Praxis rund um die „wilden Grünen“.

Freitag 28.06.2019,

Bürgersaal im Rathaus Bad Mgh.-Edelfingen, Ratstr.2

18.00h, Vorgruppe – für akute Fragen + Gesprächsbedarf

19.00h, Gruppentreffen

(Themenschwerpunkt siehe Whatsapp + Presse)

Nähere Infos zu den Terminen bitte über unsere Kontaktdaten erfragen.

Unterwegs mit der Diagnose Krebs
und keinen Plan wohin?



Finde den Weg mit der **FSH-KrebsApp!**

Die App steht kostenfrei in den App-Stores zur Verfügung.



Die Teilnahme an unseren Gruppentreffen und
Themenabenden ist unverbindlich und
ohne Mitgliedsbeitrag.



Frauen miteinander – füreinander

Weitere Highlights in unserem Programm für 2019:

Fahrt nach Schwäbisch Gmünd zur Firma Weleda

- **Wann:** Samstag 13.07. oder 20.07.2019
- **Treffpunkt:** Bahnhof Lauda, um 9.00 Uhr
- **Kosten:** ca. 7,00€
- **Programm:** u.a. Führung durch den Heilpflanzengarten

Workshop „Tanztherapie nach einer Krebserkrankung“:

- **Wann:** 28.09.2018, 10 bis 16 Uhr
- **Wo:** Rehaklinik Ob der Tauber, Bad Mergentheim
- **Incl.** Verpflegung in den Pausen
- **Für** bis zu 12 krebsbetroffene Frauen
- **Kosten:** ca. 20,00 Euro/pro Person
- **Voranmeldung** bis 30.06.2019 (wg. Planungssicherheit)

Tanztherapie bietet die Möglichkeit, Gefühle über den Körper zum Ausdruck zu bringen und sich selbst wieder näher zu kommen. Tanzen bringt die Seele zum Schwingen und öffnet für den Austausch mit Gleichbetroffenen. Begleitende Gespräche durch den eigens für die Onkologie qualifizierten Tanztherapeuten unterstützen den Prozess der Krankheitsverarbeitung.

Tanztherapie ist ein künstlerisches und wissenschaftlich fundiertes Therapieverfahren, das zur Verbesserung der Krankheitsverarbeitung und der Lebensqualität beiträgt. Tanztherapie wird als eine psychoonkologische Intervention in der S3-Leitlinie für die Brustkrebsnachsorge aufgeführt (Deutsche Krebsgesellschaft 2008).

Nähere Infos zu dieser Therapie gibt es auch unter
<http://tanztherapie-nach-krebs.de/>

Geplante Termine für unsere Gruppentreffen und Themenabende im 2. Halbjahr 2019:

- **Freitag 13.09.2019**
- **Freitag 25.10.2019**
- **Freitag 06.12.2019**



Änderungen vorbehalten!