

## Mitwirkende

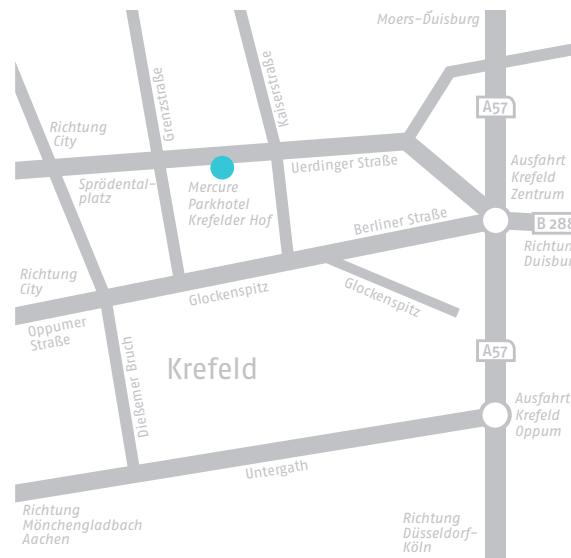
- **Dr. Freerk Baumann**  
Sportwissenschaftler, AG „Bewegung, Sport mit Krebs“, Sporthochschule Köln
- **Bärbel in der Beek**  
Psychologische Beraterin, Kranken- und Gesundheitspflegerin, Entspannungs- und Klangtherapeutin, Fußreflexzonentherapeutin, geistige Heilerin und Ausbilderin (DGH e.V)
- **Prof. Michael Friedrich**  
Direktor der Klinik für Frauenheilkunde und Geburtshilfe, HELIOS Klinikum Krefeld
- **Petra Louis**  
Yoga Lehrerin
- **Pia Müller-Ramming**  
Kunsttherapeutin
- **Elisabeth Nieskens**  
Autorin, als Märchenerzählerin von der UNESCO 2012/13 ausgezeichnet, Lama-Führerin, Kräutereexpertin und Pilger-Begleiterin
- **Beate Rahn**  
Dipl.-Psychologin, Psychoonkologin
- **Kathrin Spielvogel**  
betroffene Künstlerin, nominiert für den Grimme Preis 2010
- **Christiane Underberg**  
aus der Unternehmerfamilie Underberg
- **Jeanette Wehner**  
Heilerin und Energiemedium
- **Monika Wolfrum**  
Gestalt- und Tanztherapeutin
- **Catharina Yung**  
Qigong-Kursleiterin, Musikpädagogin
- **Dr. Gabriele Schrappe**  
Ltd. Ärztin Brustzentrum, HELIOS Klinikum Krefeld

Mit freundlicher Unterstützung der Firmen  
Polytech · Allergan · Roche · Ethicon

Mit freundlicher Unterstützung durch den  
Förderverein der Frauenklinik e.V.  
Spendenkonto:  
Sparkasse Krefeld | BLZ 320 500 00 | Konto 411 11

## Veranstaltungsort

Mercure Parkhotel Krefelder Hof  
Uerdinger Straße 245  
47800 Krefeld



## Weitere Informationen

Karina Küsters  
Patientenannahme im Brustzentrum  
Telefon: (0 21 52) 32-22 43

Bettina Wengorsch  
Breast Care Nurse  
Telefon: (0 21 51) 32-47 08

Ein Tag zur Erbauung  
für Brustkrebsbetroffene  
und Interessierte

3. März 2013

# Mut- mach- Tag

Veranstaltet vom Brustzentrum  
am HELIOS Klinikum Krefeld  
unter der Schirmherrschaft  
von Christiane Underberg



*„Wir müssen immerzu  
Deiche des Mutes bauen  
gegen die Fluten der Furcht“*

(Martin Luther King)

Wir sprechen mit unserem „Mut-mach-Tag“ Menschen an, die sich in schwierigen Lebensphasen befinden; sei es verursacht durch die eigene Tumorerkrankung, durch die Erkrankung eines nahen Angehörigen oder aus anderen Gründen. Wir möchten Ihnen die Gelegenheit geben, neue Kraftquellen zu erschließen und einen spannenden und vielleicht bewegenden Tag mit uns zu verbringen.

Wir laden Sie ein, dazu von den Erfahrungen einer jungen Betroffenen zu hören und vielleicht zu lernen und zum „selber-ausprobieren“ verschiedener Kraftquellen in den Workshops.

Krefeld, zum 3. März 2013



Prof. Dr. med. Michael Friedrich  
Direktor der Klinik für  
Frauenheilkunde und Geburtshilfe



Dr. med. Gabriele Schrappe  
Leitende Ärztin Brustzentrum

## Programm

Moderation:  
B. Rahn

- 10.15 Uhr** Begrüßung  
Prof. Dr. med. M. Friedrich
- 10.20 Uhr** Einleitende Worte des Ehrengastes:  
C. Underberg
- 10.30 Uhr** Warum ein „Mut-mach-Tag“  
B. Rahn
- 10.40 Uhr** „Gesund bleiben mit Sport“  
Dr. F. Baumann
- 11.00 Uhr** „Ich will ja leben“ – Filmvorführung,  
Vortrag und Diskussion  
K. Spielvogel
- 12.45 Uhr** Mittagsimbiss
- 13.30 Uhr** Anmoderation der Workshops
- 13.45 Uhr bis 15.15 Uhr** **Workshops** in kleinen Gruppen  
zur Auswahl  
(siehe folgende Seite)
- 15.20 Uhr** „Mut-mach-Märchen“  
E. Nieskens
- 15.45 Uhr** Schlusswort  
B. Rahn
- 15.50 Uhr** Kaffee und Kuchen
- 16.30 Uhr** Ende der Veranstaltung

## Workshops

Immer drei parallel zur Auswahl.

- 13.45 Uhr** **1.**  
Qigong  
C. Yung
- 2.**  
Klangschalenmeditation  
B. in der Beek
- 3.**  
Kunst zum Loslassen  
P. Müller-Ramming

- 14.30 Uhr** **1.**  
Yoga  
P. Louis
- 2.**  
Reise zur inneren Quelle der Kraft,  
Meditation  
J. Wehner
- 3.**  
Tanz erteilende Kraft  
M. Wolfrum