

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, Kräuterexpertin 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



*„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 Workshops in kleinen Gruppen
bis

15.15 Uhr (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