

Herzlich Willkommen zu unseren monatlichen Treffen

am 2. Dienstag im Monat
um 19:00 Uhr

am 4. Dienstag im Monat
um 15:00 Uhr

im AWO-Begegnungszentrum
Elisabethstraße 45 – 47
32756 Detmold

Gesundheitsbildung in der Krebsnachsorge

am 1., 3. und 5. Dienstag im Monat

Der Kurs umfasst u.a. Gymnastik und Entspannungsübungen.



Die Veranstaltung wird von der Paritätischen Akademie NRW in Kooperation mit der Frauenselbsthilfe Krebs e.V. – Gruppe Detmold – durchgeführt.

Wir freuen uns auf Sie !

Ihr Kontakt zur Gruppe Detmold

Vera Dörfling
Tel.: 0 52 31 – 9 61 17 58
doerfling-fsh-dt@freenet.de

Bitte nehmen Sie vor Ihrer ersten Teilnahme an einem der Gruppentreffen telefonisch mit uns Kontakt auf!

Aktuelle Termine entnehmen Sie bitte der Tagespresse oder unserer Homepage:

www.fshdt.pd-seiten.selfhost.me



Möchten Sie unsere ehrenamtliche Arbeit mit einer Spende unterstützen? Hier ist unsere Bankverbindung:

Sparkasse Paderborn-Detmold
IBAN: DE72 4765 0130 0000 0358 99
BIC: WELADE3LXXX



Auffangen
Informieren
Begleiten



Unter Schirmherrschaft und mit finanzieller Förderung der Deutschen Krebshilfe e.V.
Deutsche Krebshilfe
HELFFEN. FORSCHEN. INFORMIEREN

FSH

Landesverband
Nordrhein-Westfalen e.V.



**Frauenselbsthilfe
Krebs**
mutig bunt aktiv

„Die Diagnose damals war schrecklich und die Therapie kein Spaziergang. Das Gefühl der Verbundenheit und die gegenseitige Unterstützung in der FSH haben mir jedoch immer wieder Kraft gegeben!“

Diagnose Krebs - Was nun ?

Sie haben die Diagnose Krebs erhalten und Ihr Leben scheint aus den Fugen zu geraten? Angst und Mut, Befürchtungen und Hoffnungen, Verzweiflung und Vertrauen wechseln sich schwindelerregend ab?

Wir von der Frauenselbsthilfe Krebs (FSH) wissen aus eigenem Erleben, wie es Ihnen jetzt wahrscheinlich geht. Auch wir sind an Krebs erkrankt und kennen den bodenlosen Fall, die Hilflosigkeit, die nun vorherrschenden Ängste und Gefühle.

Unser Ziel ist es, Ihnen in dieser schwierigen Zeit zu vermitteln, dass Hoffnung und Zuversicht erlaubt sind und Sie Ihren Weg nicht allein gehen müssen. Wir begleiten Sie dabei.

Die FSH ist eine der größten und ältesten Krebs-Selbsthilfeorganisationen Deutschlands. Neben dem dichten Netz an regionalen Gruppen bieten wir Ihnen die Möglichkeit, sich online auszutauschen oder sich am Telefon beraten zu lassen. Wir stellen Ihnen kostenlose, allgemein verständliche Ratgeber zur Verfügung. Außerdem gibt es ein Netzwerk für junge Menschen mit Krebs mit einer Online-Selbsthilfegruppe, ein Netzwerk für Männer mit Brustkrebs und vieles mehr.

Informationen dazu unter www.frauenselbsthilfe.de oder rufen Sie unsere Bundesgeschäftsstelle an: Telefon: 0228-33889-400



Wir unterstützen Sie !

Das Leitmotiv der Frauenselbsthilfe Krebs ist die Hilfe zur Selbsthilfe. Wir unterstützen Sie dabei, Ihre vorhandenen eigenen Ressourcen zu entdecken und zu nutzen.

Wir fangen Sie auf, wenn Sie sich nach dem Schock der Diagnose oder auf dem Weg durch die Erkrankung allein gelassen fühlen.

Wir informieren Sie über gute Wege zum Umgang mit Ihrer Erkrankung, mit den Therapien und deren Nebenwirkungen.

Wir begleiten Sie bei Ihrer Alltags- und Lebensgestaltung nach der Diagnose, beim Umgang mit Hilfsmitteln und der Beantragung von Sozialleistungen.

Was uns qualifiziert !

Damit unsere Gruppenleitungsteams und ehrenamtlichen Beraterinnen Sie qualifiziert und entsprechend den Erfordernissen unseres Gesundheitssystems beraten und begleiten können, durchlaufen sie alle ein mehrstufiges Qualifizierungsprogramm.

Wir vertreten Ihre Interessen !

Die enge Zusammenarbeit mit den unterschiedlichen Akteuren im Gesundheitssystem ist uns sehr wichtig. Wir verstehen uns nicht als Konkurrenz, sondern als Partnerin der professionellen Helfer.

Die FSH arbeitet eng mit den wichtigen onkologischen Fachgesellschaften zusammen. Außerdem vertreten wir die Interessen von Menschen mit einer Krebserkrankung in zahlreichen gesundheitspolitischen Gremien.