

Präsenzkurse

Unser Programm im Februar 2024 - Seite 1

Ab 01.08.2023 erheben wir wieder für einige Kurse einen geringen Kostenbeitrag.

Besuchen Sie einen Kurs zum ersten Mal, bitten wir Sie um vorheriger Anmeldung im Büro des Fördervereins.

Täglich	Gerätetraining trotz Brustkrebs			Gesundheitspark Nienhausen GE
Montags - Freitags	Beratung zur Brustkrebsbehandlung, Pflege der Brust und stationären Abläufen		Mareike Haase, Brustkrebsschwester, BCN, EVK Tel: 02091602050	
Montags 16.30 - 17.30	Hockergymnastik	wöchentlich	Marita Bertlich Physiotherapeutin, Pilates- und Fazientrainerin	Förderverein - "Die Revierinitiative"
17.45 - 18.45	Pilates	wöchentlich	Marita Bertlich Physiotherapeutin, Pilates- und Fazientrainerin	Förderverein - "Die Revierinitiative"
18.00 - 20.00	Sauna - Spezieller Sauna-Abend für Brustkrebspatientinnen 05. u. 19.02.24	14 - tägig	Nicole Groß	Gesundheitspark Nienhausen GE
19.00	Rückfall vor Ort - wenn der Brustkrebs wieder kommt	1 x im Monat/mit Anmeldung im Förderverein	Lisa Eschner	
Dienstags				
11.00 - 12.00	Bauchtanz 06. u. 20.02.24	1. u. 3. Dienstag/Monat	Demet Önker	Förderverein - "Die Revierinitiative"
10.00 - 12.00	Qi Gong 13. u. 27.02.24	2. u. 4. Dienstag/Monat	Sabine Jülicher	Japanischer Garten am EVK- GE oder Förderverein - "Die Revierinitiative"
16.30 - 18.00 27.02.2024	„Brustselbstuntersuchung“ - - aber wie?!“ Nach MamaCare-Richtlinien (Vorsorge-Kurs - für nicht erkrankte Frauen)		Pamela Schittler ÖÄ der Senologie Mareike Haase BCNs	Förderverein - "Die Revierinitiative"
Mittwochs				
10.00 - 11.00	"Morgentreffen für stationäre Patienten*innen - klönen über dies und das!"	wöchentlich	Katja van Egdom	Förderverein - "Die Revierinitiative"
12.30 - 13.30	Yoga	Wöchentlich	Maria Prendes Rodrigues	Förderverein - "Die Revierinitiative"
15.15	Beratung in sozialen Fragen 13.02.2024	1 x im Monat/mit Anmeldung im Förderverein	Katharina Polonski Sozialarbeiterin	

Bitte wenden

Präsenzkurse

Unser Programm im Februar 2024 - Seite 2

Ab 01.08.2023 erheben wir wieder für einige Kurse einen geringen Kostenbeitrag. Besuchen Sie einen Kurs zum ersten Mal, bitten wir Sie um vorheriger Anmeldung im Büro des Fördervereins.

Donnerstags

9.30 - 11.00	Treff für Frauen nach Abschluss der Behandlung 08. u. 22.02.24	14-tägig	Frau Scheler	Förderverein - "Die Revierinitiative"
10.00 - 12.00	Schnupperstunde Malen	Wöchentlich/mit Anmeldung im Förderverein	Malgruppe Kunterbunt	Raum U 18

Freitags

09.30 - 10.30	Angst- und Stessbewältigung im Alltag - auch online möglich	Wöchentlich/mit Anmeldung im Förderverein	Heidi Keßler Psychoonkologin, EVK	
13.00 - 16.30	Wie sag ich's meinem Kind	1 x im Monat/mit Anmeldung im Förderverein	Elfi Daigner-Gierse Psychotherapeutin für Eltern, Kinder und Jugendliche	
17.00 - 18.30	Schreibwerkstatt 02. u. 16.02.24	14-tägig	Wolfgang Weber Krebs im Bild	Förderverein - "Die Revierinitiative"

Samstags

10.00 - 11.30	Flamenco 10.02.24	1 x im Monat	Antinéa	Förderverein - "Die Revierinitiative"
---------------	----------------------	--------------	---------	--

Sonntags

10.00 - 12.00	Trommeln erweckt Lebenskräfte 11. u. 25.02.24	14- täglich	Hasan Kayar Musikpädagoge	Kunsthau e.V. Rübezahl 33 45134 Essen
---------------	---	-------------	------------------------------	---

Am 03.03.2024 findet unsere 21. Reviertagung für Brustheilkunde - Patientenseminar unter dem Motto "Umgang mit Nebenwirkungen der Brustkrebs-Therapie" statt.

Onlinekurse

Unser Programm im Februar 2024

Ab 01.08.2023 erheben wir wieder für einige Kurse einen geringen Kostenbeitrag.

Montags

17.15 - 18.00	Strategien zur Stärkung von Gedächtnis und Konzentration	wöchentlich	Cornelia Derer
---------------	---	-------------	----------------

Dienstags

10.00 - 11.00	Qi Gong	Wöchentlich	Frauke Mayer
---------------	----------------	-------------	--------------

Mittwochs

17.15 - 18.15	Yoga	Wöchentlich	Maria Prendes Rodriguez
---------------	-------------	-------------	-------------------------

19.30 - 20.30	Achtsamkeitstraining	Wöchentlich	Cornelia Derer
---------------	-----------------------------	-------------	----------------

Donnerstags

13.30 - 14.30	Yoga	Wöchentlich	Maria Prendes Rodriguez
---------------	-------------	-------------	-------------------------

Samstags

10.00 - 11.30	Flamenco	Wöchentlich	Antinéa
---------------	-----------------	-------------	---------

03., 17. u. 24.02.24