



# **ERAUEN** nach Krebs

Wir treffen uns in der Regel jeden  
zweiten Mittwoch im Monat im  
**Gemeindezentrum Friedenskirche**  
(Ziegelhütten), Kemmetweg 1, 95326  
Kulmbach, **um 19 Uhr**

Nähere Informationen zu den Gruppen-  
abenden bitte telefonisch erfragen.

Wir freuen uns über jede Spende auf  
unser Konto bei der Kulmbacher Bank  
(IBAN DE93 7719 0000 0002 8032 83)

#### **Kontaktadressen:**

##### **Liane Wack**

Höferänger 4, 95326 Kulmbach  
Tel.: 09221/3917500  
liane.wack@web.de

##### **Psychosoziale Krebsberatungs- stelle Bayreuth**

Maximilianstr. 52-54, 95444 Bayreuth  
Tel.: 0921/1503044  
brs-bayreuth@bayerische-krebsgesellschaft.de

**[www.bayerische-krebsgesellschaft.de](http://www.bayerische-krebsgesellschaft.de)**



# **ERAUEN** nach Krebs

Selbsthilfegruppe 2

**10**  
JAHRE

Erfahrung  
**Lebensmut**  
**Angst** und  
**Hoffnung**  
*miteinander*  
*teilen*

PROGRAMM  
**Januar bis**  
**Dezember**  
**2019**

GEFÖRDERT DURCH:

 BAYERISCHE  
KREBSGESELLSCHAFT E.V.

 Zentrum Bayern  
ZBFS Familie und Soziales

und Runder Tisch der Krankenkassen

## Selbsthilfegruppe 2 für Frauen nach Krebs – Kulmbach

Programmänderungen werden  
in der Tagespresse veröffentlicht

**ERAUEN**  
nach Krebs

10  
JAHRE

Als von Krebs betroffene Frauen laden wir andere Frauen ein, sich auszutauschen, sich zu informieren und gegenseitig zu stützen.

Gemeinsam wollen wir herausfinden was uns **stärkt, kräftigt** und uns **Energie** und **Lebensfreude** bringt, um wieder mehr **Selbstvertrauen** zu gewinnen. Miteinander können wir eigene **Kraftquellen** entdecken und unsere **Selbsteilungskräfte** mobilisieren.

**9. Januar:** Gesprächsabend

**20. Februar:** „Bewegen und bewegt werden“ Körperübungen und Informationen

**13. März:** Tonarbeiten mit Frau Flaschka von der Töpferei Drehwurm

**10. April:** Gesprächsabend

**8. Mai:** Einführung in Pilates mit Birgit Soybaba-Engelbrecht

**26. Juni:** Gesprächsabend „Gesundheit für mich und meine Umwelt“

**3. Juli:** Sommerfest / Biergarten

**August:** Sommerpause

**11. September:** „Zurück zu den Wurzeln“ Kochvorführung mit Edith Wagner

**9. Oktober:** „Miteinander umgehen“ Vortrag von Frau Karban-Völkl

**13. November:** Kreativwerkstatt: Basteln mit Naturmaterialien

**11. Dezember:** Adventsfeier

**Bitte vormerken:**  
Wochenende in Kirchscharten vom 25.-27.10.2019