CHRONIK DER REVIERINITIATIVE

2003 **Gründung: Senologie, Förderverein und Malgruppe**

ab 2003 **Patientenseminare**
Jahresausstellungen der Malgruppe

ab 2004 **Neujahrsempfänge**
Ökumenische Gottesdienste
Beteiligung an der AKTION LUCIA

ab 2005 **Mamma-Foren**
State of the Art

2006 **Eröffnung des Beratungszentrums Knotenpunkt**
Kauf einer Tumorgewebebank

ab 2007 **Onko-Wellness-Tage**

ab 2008 **Brustkrebsläufe**

2010 **Zertifizierung des Brustzentrums Ruhrgebiet durch die Deutsche Krebsgesellschaft**

2011 **Plakataktion „Frauen sind schön, Brustkrebs nicht“**
Bibliothekseinweihung

2012 **Anerkennung des eigenständigen Brustzentrums Ruhrgebiet durch das Land NRW**

10 Jahre Senologie und Förderverein 2003 - 2013

ORGANISATORISCHE HINWEISE

Teilnahme
Grundsätzlich kann jede an Brustkrebs erkrankte Frau mit einer Begleitperson am Onko-Wellness-Tag teilnehmen.

Männliche Begleiter können in diesem Jahr an folgenden Workshops teilnehmen:
- Clown School
- Singen tut gut
- Trommeln erweckt Lebenskräfte
- Tango und
- Lach-Yoga

Allerdings ist die Anzahl der Plätze begrenzt.
Die Vergabe der Plätze erfolgt nach der Reihenfolge der Anmeldungen. Sie bekommen keine Anmeldebestätigung. Sollte der von Ihnen oder Ihrer Begleitperson gewählte Workshop ausgebucht sein, werden wir uns bei Ihnen melden.
Bitte füllen Sie sehr sorgfältig das beigefügte Formular aus.

Teilnahmegebühr

- Für Mitglieder der Revierinitiative
Die Teilnahmegebühr beträgt für Mitglieder des Fördervereins 5 €.

- Für Nichtmitglieder
Die Teilnahmegebühr beträgt für Nichtmitglieder des Fördervereins 10 €.

- Begleitpersonen
Begleitpersonen, die an den Workshops teilnehmen, entrichten je nach ihrem Mitgliederstatus die jeweilige Teilnahmegebühr.

Bitte überweisen Sie die Gebühr bis zum Anmeldeschluss an:
Förderverein Brustzentrum
Herner Sparkasse
Kto.-Nr.: 130 105 33
BLZ 432 500 30

Speisen und Getänke
Wir erheben am Veranstaltungstag einen Kostenbeitrag für alle angebotenen Speisen und Getränke von insgesamt 7 € pro Person.

Anmeldeschluss ist der 31. Mai 2013.

Anmeldung an:

Die REVIER INITIATIVE
Förderverein Brustzentrum e.V
Munckelstraße 27
45879 Gelsenkirchen
Telefon: 0209/160 3131
Telefax: 0209/160 2662
info@die-revierinitiative.de

ANFAHRT

Akademie Mont Cenis
Mont Cenis Platz 1
44627 Herne

Mit öffentlichen Verkehrsmitteln

- vom HBF Herne
mit der Buslinie 311, Richtung Castrop Münsterplatz, bis zur Haltestelle Mont Cenis Platz

- vom HBF Bochum
mit der U 35, Richtung Herne Schloss Strünkede, bis zur Haltestelle Kreuzkirche,
Umsteigen in die Buslinie 311, Richtung Castrop Münsterplatz, bis zur Haltestelle Mont Cenis Platz

Mit dem Auto

- über die A 42
Abfahrt Herne-Börnig, Richting Herne Sodingen,
Bitte folgen Sie der Beschilderung zur Akademie Mont Cenis.

- über die A43
Abfahrt Herne-Eickel, Richtung Herne Zentrum
Sie fahren zunächst auf der Holsterhauser Straße, dann links in die Sodinger Straße abbiegen, und folgen dann der Mont Cenis Straße.
Die Akademie befindet sich auf der linken Seite.

- Parken
Die Zufahrt zu den Parkplätzen und zum Haus erfolgt über die Kirchstraße.

Für behinderte Persone besteht die Möglichkeit, direkt vor dem Haupteingang zu parken.

Wir wünschen Ihnen eine gute Anreise.

Die REVIER INITIATIVE
Förderverein Brustzentrum e.V

BRUSTZENTRUM RUHRGEBIET
EVANGELISCHE KLINIKEN GELSENKIRCHEN

Lebensfreude entdecken

7. Onko-Wellness-Tag

9. Juni 2013
Akademie Mont Cenis

Mont Cenis Platz 1
44627 Herne

UNSERE SPONSOREN

HAUPTSPONSOR 2013

Tante Amanda

WEITERE SPONSOREN

BEAUTYCAL-MED
Zentrum für Permanent Make-up & Brustrekonstruktions-Pigmentierung

Gesundheitspark Nienhausen

Sanitätshaus Grossmann
Spezialwerkstätten für moderne technische Orthopädie

Rosen Apotheke
für ein blühendes Leben

Frisiersalon und Perückenstudio Sabine Schwambach

TONDERA GmbH
SANITÄTSHAUS - ORTHOPÄDIETECHNIK

Shyney Vallomtharayil
Ayurveda-Therapeutin und -Ausbilderin

Shyney Vallomtharayil wurde in Deutschland geboren, absolvierte jedoch in Indien ihre Ausbildung in diesem jahrtausende alten Medizinsystem.

In ihrem Vortrag vermittelt Ihnen Frau Vallomtharayil Erkenntnisse und und Erfahrungen dieser indischen Medizin, die den Menschen als Einheit von Körper, Seele, Geist und zusammen mit seiner Umwelt betrachtet. Vor allem in den Bereichen Ernährung, Pflanzenheilkunde und auf der psycho-emotionalen Ebene hat sich Ayurveda als komplementärer Ansatz zur Schulmedizin bewährt. Shyney Vallomtharayil will hier auch praktische Tipps geben.

Nemo
Pantomime und Clown

Nemo ist ein Meister seiner Zunft. Er ist Kulturbotschafter des Landes NRW und mit zahlreichen weiteren Ehrungen bedacht worden. Gastspiele in über 35 Ländern und über 100 Fernsehauftritte kennzeichen die Karriere dieser in der Welt der Pantomime herausragenden Persönlichkeit.

Nemo engagiert sich seit 2006 mit dem sozialen Projekt" Clownschools for Life" in Südafrika. Es geht hier nicht darum, Nachwuchs für den Circus auszubilden, sondern jungen Menschen aus Mpumalanga - der Partnerprovinz von NRW - Mut zu machen, sich etwas zuzutrauen und aus dieser Erfahrung, Kraft fürs Leben zu schöpfen.

Liebe erkrankte Frauen,
liebe Mitglieder,
liebe Freunde und Förderer,

2013 feiern Senologie und Förderverein ihr 10-jähriges Bestehen. Bereits 2007 haben wir die Patientinnen der Senologie und alle erkrankten Frauen im Revier zu unserem 1. Onko-Wellness-Tag eingeladen. Mit diesem Tag wollten und wollen wir Freude und innere Ausgeglichenheit in das Leben von an Brustkrebs erkrankten Frauen tragen - und sei es nur für Stunden.

Von Anfang an war dieser Tag geprägt von Lachen, Fröhlichkeit und Lebensfreude. Bereits 2007 folgten 300 Frauen und deren Angehörige unserer Einladung. Und so blieb es bis heute.

Wenn wir nun zu unserem 7. Onko-Wellness-Tag einladen, so bedeutet dies auch: Über 2000 Krebspatientinnen konnten wir in den letzten Jahren einen Tag Fröhlichkeit schenken, einen Tag, an dem sie ihren Körper und ihre Kraft neu entdecken konnten, einen Tag, der zeigt: Sich-Wohlfühlen und Krebs müssen kein Widerspruch bleiben.

So trägt unser 7. Onko-Wellness-Tag stellvertretend auch für alle vorangegangenen Tage das Motto

Lebensfreude entdecken.

Sehr herzlich laden wir Sie zu diesem Tag ein.

Barbara Kols-Teichmann
Vorsitzende des Fördervereins
Die Revierinitiative

Dr. Abdallah Abdallah
Chefarzt der Klinik für Senologie
Leiter des Brustzentrums Ruhrgebiet

WORKSHOPS UND IHRE LEITER

Clownschule fürs Leben
Die Clownschule fürs Leben gründete der Pantomime Nemo als Mutmachprojekt für junge Südafrikaner. Doch als die jungen Clowns selbst Lehrer ihrer Zunft wurden, zeigte sich, dass die Lebensfreude und der Mut der Clownlehrer sich auf ihre Schüler überträgt. Entdecken auch Sie Ihren Mut und Ihre Kreativität. Diese Erfahrung soll Ihnen helfen, Kraft in der Krise einer Krebserkrankung zu schöpfen und Lebensfreude zu entdecken.

Individuelle Stilberatung
Randa Abdul-Majid
Wollten Sie nicht auch schon immer wissen, was für ein Farbtyp Sie sind - ob also ein Frühlings-, Sommer-, Herbst- oder Wintertyp? Oder ob Sie ein romantischer, klassischer, sportlicher oder femininer Stiltyp sind und wie ihr typgerechtes Make-up aussehen oder wie Sie sich passend zu Ihrem Figurtyp kleiden sollten? Dann entdecken Sie sich neu in diesem Workshop.

Trocken-Filzen
Inge Oelker
Trocken filzen - filzen kann süchtig machen. Bequem am Tisch sitzend, werden aus Wolle kleine wunderschöne Dinge hergestellt. Keine Angst, das geht ganz einfach. Inge Oelker erklärt alles ganz genau, so dass jeder ein schönes Geschenk mit nach Hause nehmen kann.

Aromahandmassage
Petra Polz-Waßong
Physiotherapeutin, EVK
Entspannen Sie bei der gegenseitigen Handmassage mit beruhigenden Aromaölen und erleben mit Ihren Händen ein wohltuendes, achtsames Berühren und berührt werden sowie eine neue, spannende Form des Begreifens. Schenken und empfangen Sie neue Energie aus der sanften Kraft der Berührung Ihrer Hände.

WORKSHOPS UND IHRE LEITER

Farbe trifft auf Struktur
Marita Linke, Ilona Nelsen
Malerinnen
In diesem Malworkshop lernen die Teilnehmerinnen den Umgang mit Strukturen (Papier, Sand, Ölkreide) und Acrylfarben. Durch diesen „Materialmix" entsteht auf der Leinwand ein ausdrucksstarkes, abstraktes Bild.
Sie benötigen keine Vorkenntnisse in der Malerei, sondern lediglich „Freude am Experimentieren".

Singen tut gut
Annkathrin Grabe-Brüseke
Ev. Kirchenmusikerin, Therapeutin, Theologin
Singen ist gesund! Singen macht Spaß! Singen kann sogar stimmungsaufhellend sein. Und das gemeinsame Singen macht noch mehr Spaß als das Singen allein. Willkommen ist Jeder, der Lust hat zum Mitsingen. Frühlings- und Sommerlieder, Kanons, Gospels, einfach kommen und miteinstimmen!

Tango - im Tanz sich selbst spüren
Carsten Brinkpeter
Heilpraktiker und begeisterter Tangotänzer
Im Tango erlebt man die Musik und sich selbst im Zusammenspiel mit einem Partner. In der Umarmung ergeben sich Abstand und Nähe, Führen und Folgen, Hingabe an die Musik und den Tanzpartner. Achtung voreinander und Sensibilität in der non-verbalen Kommunikation machen den Tango aus.

Phantasiereise
Erika Peters
Psychoonkologin, EVK
Begleiten Sie mich auf einen Flug in Ihre Phantasie. Genießen Sie herrliche Landschaften, Ruhe & Entspannung. Tanken Sie Energie und Kraft und lassen Sie den Alltag hinter sich!

WORKSHOPS UND IHRE LEITER

Orientalischer Tanz
Susanne Englich-Meyer
Tun Sie Ihrem Körper etwas Gutes, damit Ihre Seele Lust hat, darin zu wohnen. Stabilisieren Sie mit Bewegungen im Orientalischen Tanz Ihre Rückenmuskulatur und entdecken Sie, wie einfach eine bessere Körperhaltung ist, die Ihnen mehr Selbstbewusstsein schenkt. Schütteln Sie den Alltag einfach ab und schwingen Sie die Hüften zu orientalischer Musik.

Therapeutisches Tanzen
Ulrike Harbott
Sporttherapeutin
Tanzen kommt von „tanka" und heißt Lebensfreude. Freude am Leben ist heilsam. Die Teilnehmer erleben das Tanzen als stärkend. Tanzen fördert die Selbstwahrnehmung, Atmung, Haltung, Körperspannung und Entspannung. So kann der Teilnehmer lernen, auch im Alltag besser auf sich achtzugeben.

Lach-Yoga
Shyney Vallomtharayil
Ayurveda-Therapeutin und -Ausbilderin
Lachen ist gesund, hält fit und schön. Lachen ist die kürzeste Distanz zwischen zwei Menschen. Mit kleinen und einfachen Spielen verbinden wir Dehn- und Atemübungen aus dem klassischen Yoga. Wir lernen lachen ohne Grund, vor allem ohne Schadenfreude. Machen Sie einfach mit!

Zumba Gold
Julia Statz
staatl. anerkannte Bewegungspädagogin
Zumba verschmilzt mitreißende lateinamerikanische Rhythmen und leicht zu folgende Schritte. Der Körper wird trainiert, sowie das Musik- und Körpergefühl gefördert. Für Zumba muss man nicht tanzen können, sondern nur Spaß daran haben, sich zur Musik zu bewegen.

WORKSHOPS UND IHRE LEITER

Qi Gong - die heilsame Kraft
Sabine Jülicher
Qi Gong Lehrerin
Stilles und bewegtes Qi Gong sind Übungen zur Entspannung und Entwicklung von Körper und Geist. Sie lernen Übungen, die Ihren Körper stärken, beweglicher machen und Ihre geistigen Fähigkeiten fördern. Sie können so im Alltag schneller entspannen und Stress widerstehen. Qi Gong öffnet Ihnen den Weg.

Trommeln erweckt Lebenskräfte
Hasan Kayar
Musikpädagoge
Überall in der Schöpfung begegnet uns Rhythmus z. B. im Wechsel von Tag und Nacht, der Jahreszeiten. Auch der menschliche Körper birgt Rhythmen, wie Herzschlag und Atem. Jeder Mensch hat also einen naturgegebenen Zugang zum Rhythmus, den es neu zu entdecken gilt. Trommeln hilft, den eigenen Rhythmus zu entdecken.

Kosmetische Farb- und Typberatung
Sabine Schwambach
Entdecken Sie in diesem Workshop die Möglichkeiten der Vielzahl von alternativen Haar- und Kosmetikgestaltungen. Neben Perücke, Turban und den richtigen Accessoires geht es um kosmetische Hilfestellungen, die Ihnen Ihren Alltag erleichtern. Außerdem werden wir uns gemeinsam dem Erfahrungsaustausch widmen.

Wir danken
- der Referentin und Nemo
- den Leitern der Workshops
- den Sponsoren
- den Ausstellern
- den Mitarbeitern der Akademie Mont Cenis
und allen, die uns bei der Durchführung unseres 7. Onko-Wellness-Tages unterstützen.

PROGRAMM

8.30	**Einlass**
9.00 - 9.15	**Begrüßung** **Barbara Kols-Teichmann** Vorsitzende der Revierinitiative **Dr. Abdallah Abdallah** Chefarzt der Klinik für Senologie, EVK Leiter des Brustzentrums Ruhrgebiet
9.20 - 10.20	**Ayurveda - indisches Medizinsystem** **Jahrtausende alt und doch modern** **Shyney Vallomtharayil** Ayurveda-Therapeutin und Ausbilderin
10.25 - 10.45	**Kaffepause**
10.50 - 12.20	**Workshops** 15 gleichzeitige Workshops s. Beschreibung im Flyer
12.20 - 13.40	**Mittagessen**
13.45 - 14.15	**Entspannt, heiter und lebensfroh** **Nemo** Pantomime, Kulturbotschafter des Landes NRW
14.20 - 15.50	**Workshops** 15 gleichzeitige Workshops s. Beschreibung im Flyer
16.00	**Gemeinsamer Abschluss**
16.15	**Ende**