

Präsenzkurse

Unser Programm im Oktober 2023 - Seite 1

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

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 09., 16., 23. u. 30.10.23	Anmeldung im Förderverein	Marita Bertlich Physiotherapeutin, Pilates- und Fazientrainerin	Förderverein - "Die Revierinitiative"
17.45 - 18.45	Pilates 09., 16., 23. u. 30.10.23	Anmeldung im Förderverein	Marita Bertlich Physiotherapeutin, Pilates- und Fazientrainerin	Förderverein - "Die Revierinitiative"
19.00	Rückfall vor Ort - wenn der Brustkrebs wieder kommt	1 x im Monat/mit Anmeldung im Förderverein	Lisa Eschner	
Dienstag 10.00 - 12.00	Qi Gong 10. u. 24.10.23	2. u. 4. Dienstag/Monat	Sabine Jülischer	Japanischer Garten am EVK-GE oder Förderverein - "Die Revierinitiative"
Mittwoch 10.00 - 11.00	"Morgentreffen für stationäre Patienten*innen - klönen über dies und das!"	wöchentlich	Katja van Egdome	Förderverein - "Die Revierinitiative"
12.30 - 13.30	Yoga 18. u. 25.10.23	Wöchentlich	Maria Prendes Rodrigues	Förderverein - "Die Revierinitiative"
15.15	Beratung in sozialen Fragen 11.10.23	1 x im Monat/mit Anmeldung im Förderverein	Katharina Polonski Sozialarbeiterin	
Donnerstags 9.30 - 11.00	Treff für Frauen nach Abschluss der Behandlung 05. u. 19.10.23	14-tägig/mit Anmeldung im Förderverein	Frau Scheler	Förderverein - "Die Revierinitiative"
10.00 - 12.00	Schnupperstunde Malen	Wöchentlich/mit Anmeldung im Förderverein	Malgruppe Kunterbunt	Raum U 18

Bitte wenden

16. Brustkrebslauf am 15. Oktober 2023

Die REVIERINITIATIVE Förderverein Brustzentrum e.V. • Beratungszentrum Knotenpunkt
c/o Evangelische Kliniken Gelsenkirchen GmbH • Munkelstraße 27 • 45879 Gelsenkirchen
Tel. 0209. 160 - 31 31 • Fax 0209. 160 - 26 62 • info@die-revierinitiative.de • www.die-revierinitiative.de
IBAN DE71 4325 0030 0013 0105 33 • Herner Sparkasse • Amtsgericht Gelsenkirchen VR 1744
f Die Revierinitiative_Förderverein Brustzentrum e.V. i foerdereverein_brustzentrum

Präsenzkurse

Unser Programm im Oktober 2023 - Seite 2

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

Freitags

09.30 - 10.30	Angst- und Stressbewältigung 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 Deigner-Gierse Psychotherapeutin für Eltern, Kinder und Jugendliche	
17.00 - 18.30	Schreibwerkstatt 13. u. 27.10.23	14-tägig	Wolfgang Weber Krebs im Bild	Förderverein - "Die Revierinitiative"

Samstags

10.00 - 11.30	Flamenco 21.10.23	1 x im Monat	Antinéa	Förderverein - "Die Revierinitiative"
---------------	-----------------------------	--------------	---------	--

Sonntags

10.00 - 12.00	Trommeln erweckt Lebenskräfte 22.10.23	14- täglich/mit Anmeldung im Förderverein	Hasan Kayar Musikpädagoge	Kunsthhaus e.V. Rübezahl 33 45134 Essen
---------------	--	---	------------------------------	---

Onlinekurse

Unser Programm im Oktober 2023

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
17., 24. u. 31.10.23

Mittwochs

17.15 - 18.15 **Yoga** Wöchentlich Maria Prendes Rodriguez
18. u. 25.10.23

19.30 - 20.30 **Achtsamkeitstraining** Wöchentlich Cornelia Derer

Donnerstags

13.30 - 14.30 **Yoga** Wöchentlich Maria Prendes Rodriguez
19. u. 26.10.23

Samstags

10.00 - 11.30 **Flamenco** Wöchentlich Antinéa
07., 14. u. 28.10.23



**16.Brustkrebslauf
am 15.Oktober 2023**