

## **Digitaler Krebspatient\*innentag – Klinikum Darmstadt**

**Donnerstag, 13. September**

Im Rahmen des Veranstaltungstages bietet das Klinikum eine Reihe von interessanten digitalen Veranstaltungen für Betroffene, Angehörige und Interessierte:

**11.00 – 13.00 Uhr**

„look good feel better“ – Kosmetik-Seminar

**13.15 – 14.15 Uhr**

Austausch wirkt befreiend: Selbsthilfe für an Krebs Erkrankte und ihre Angehörigen

**14.30 – 15.30 Uhr**

Wie helfen Achtsamkeit und Entspannungsübungen bei der Bewältigung einer Krebsdiagnose?  
Ein interaktiver Überblick

**15.45 – 16.30 Uhr**

Entspannungs-Oase für dich: Yoga auf dem Stuhl inkl. Wohlfühl-Meditation

**16.45 – 17.45 Uhr**

Ernährung und Operation – was kann ich selbst tun, um mein Outcome zu verbessern?

**18.00 – 19.00 Uhr**

Tumorkonferenz-Live mit anschließender interaktiver Fragerunde

**[Flyer Krebspatient\\*innentag mit ausführlichen Infos](#)**

Ansprechpartnerin: Janina Klemm, Tel: 06151 107-6856

Mail: [janina.isabell.klemm@mail.klinikum-darmstadt.de](mailto:janina.isabell.klemm@mail.klinikum-darmstadt.de)

## **Fachveranstaltung „Gynäkologische (Brust-) Krebsvorsorge – vielfaltsorientierte und mehrsprachige Zugänge zur Prävention“**

Weiterleben e.V., Büro für Migration und Inklusion des Landkreises Darmstadt-Dieburg, Amt für Vielfalt und Internationale Beziehungen der Wissenschaftsstadt Darmstadt

**Donnerstag, 13. Oktober, 15.00 - 18.00 Uhr**

Justus-Liebig-Haus, Große Bachgasse 3

Gynäkologische Praxen, Fachärztinnen und -ärzte, Beratungsstellen und Verbände auf der einen, Frauen auf der anderen Seite – sind mit den unterschiedlichsten Hürden konfrontiert, wenn es um das sensible Thema der (Brust-) Krebsfrüherkennung geht. Die Veranstaltung richtet sich an Multiplikator\*innen, Fachkräfte, Ärztinnen und Ärzte sowie alle Interessierten und möchte zum Thema „Krebsvorsorge“ sensibilisieren und auf die wichtigen – u.a. auch mehrsprachigen digitalen – Möglichkeiten der Früherkennung aufmerksam machen. Im Vordergrund stehen mehrsprachige und vielfaltsorientierte Formen der Prävention, um alle Frauen herkunftsunabhängig zu erreichen und über die wichtige Brustkrebs- und gynäkologische Früherkennung zu informieren.

**[Pressemitteilung Fachveranstaltung Gynäkologische \(Brust-\) Krebsvorsorge](#)**

Ansprechpartnerin: Anina Brenneis, Tel: 06151 881-1385, Mail: [a.brenneis@ladadi.de](mailto:a.brenneis@ladadi.de)

## MammaCare® – ein Abend zur Anleitung der Selbstuntersuchung der Brust

profamilia Darmstadt

**Montag, 31. Oktober, 18:00 - ca. 19:30 Uhr**

pro familia Darmstadt, Hofgebäude, Landgraf-Georg-Str. 120

MammaCare® ist eine Methode zum Erlernen und Verbessern von Tastvermögen, um die klinische Brustuntersuchung und Brustselbstuntersuchung zu optimieren. So wie ein blinder Mensch die Schrift nach ‚Braille‘ erlernen kann, kann jede Frau und auch medizinische Fachkraft das Tastvermögen der Hände verfeinern.

Informationsabend mit Anleitung, Üben am MammaCare®-Modell und Austausch  
Leitung: Katharina Rohmert, Ärztin pro familia Darmstadt und Bensheim,  
MammaCare®-Trainerin. Zielgruppe: Interessierte Frauen jeden Alters

**Kosten: 35,-€** zahlbar vorab per Überweisung | Begrenzte Teilnehmerinnenzahl, um Anmeldung wird gebeten.

**Anmeldung und weitere Info:** Tel: 06151 429 420 oder [darmstadt@profamilia.de](mailto:darmstadt@profamilia.de)  
[www.profamilia.de/darmstadt](http://www.profamilia.de/darmstadt)

## BREASTCARE APP – Neuer mehrsprachiger Flyer: „HINFÜHLEN – Brustkrebs früh erkennen“

Büro für Chancengleichheit des Landkreises Darmstadt-Dieburg in Kooperation mit dem Frauenbüro der Wissenschaftsstadt Darmstadt und Weiterleben e.V.

Die **kostenlose mehrsprachige „breastcare App“** der Organisation [Pink Ribbon](#) bietet umfassende Informationen zum Thema Brustkrebs und Früherkennung. In den Sprachen Englisch, Französisch, Spanisch, Türkisch, Hocharabisch und Farsi werden auch Frauen mit Migrationshintergrund angesprochen. Enthalten ist u.a. ein Zykluskalender, der an das monatliche Abtasten der Brust erinnert, Erklärungen und bebilderte Anleitungen sowie Verlinkungen zu öffentlichen Stellen, wie Ämter für Migration und Integration sowie zertifizierte Brustzentren.

Um die breastcare App möglichst vielen Frauen zugänglich zu machen, hat das Büro für Chancengleichheit des Landkreises Darmstadt-Dieburg in Kooperation mit dem Frauenbüro der Wissenschaftsstadt Darmstadt und dem Verein Weiterleben e.V. einen **Flyer** entworfen, der auf diese App aufmerksam macht. **In 10 Sprachen werden Frauen für das Thema Brustkrebsvorsorge sensibilisiert**, auf medizinische Vorsorgeuntersuchungen aufmerksam gemacht und angeregt, achtsam den eigenen Körper kennenzulernen. Mit dem mehrsprachigen Angebot sollen möglichst viele Frauen in Stadt und Landkreis erreicht werden.

### [Flyer HINFÜHLEN – Brustkrebs früh erkennen](#)

Der Flyer kann zum Weitergeben bestellt werden über Mail: [chancengleichheit@ladadi.de](mailto:chancengleichheit@ladadi.de) und [frauenbuero@darmstadt.de](mailto:frauenbuero@darmstadt.de)

## **Leporello „Nimm's selbst in die Hand“ – Gedankenstütze und Kurzanleitung zum Brust Abtasten**

Evangelischen Frauen in Hessen und Nassau

Die Evangelischen Frauen in Hessen und Nassau bieten ein kleines Leporello, das daran erinnert, regelmäßig die Brust abzutasten und in einer Kurzanleitung zeigt, wie es geht. Das Leporello passt als kleiner Reminder an jeden Badezimmerspiegel!

Das Leporello kann in einer Auflage von 10, 25 oder 50 Exemplare gegen eine kleine Spende bestellt werden.

Ansprechpartnerin: [sabine.gruenewald@evangelischefrauen.de](mailto:sabine.gruenewald@evangelischefrauen.de) | [www.evangelischefrauen.de](http://www.evangelischefrauen.de)

### **HINWEIS!**

**Alle hier gemachten Ankündigungen stehen aufgrund der Corona Pandemie unter Vorbehalt. Bitte erkundigen Sie sich tagesaktuell bei den Veranstaltenden, ob und unter welchen Bedingungen die Veranstaltung stattfindet.**