

## Präsenzkurse

### Unser Programm im Mai 2023 - Seite 1

Teilnahme wird **empfohlen** mit einem tagesaktuellen negativen **Antigen-Selbsttest** und bei Krankheitssymptomen bitten wir, den Kurs nicht zu besuchen

<b>Täglich</b>	<b>Gerätetraining trotz Brustkrebs</b>			Gesundheitspark Nienhausen GE
<b>Montags - Freitags</b>	<b>Beratung zur Brustkrebsbehandlung, Pflege der Brust und stationären Abläufen</b>		Mareike Haase, Brustkrebsschwester, BCN, EVK Tel: 02091602050	
<b>Montags</b> 16.30 - 17.30	<b>Hockergymnastik</b> (29.05.23 fällt aus Pfingstmontag)	Anmeldung im Förderverein	Marita Bertlich Physiotherapeutin, Pilates- und Fazientrainerin	Förderverein - "Die Revierinitiative"
17.45 - 18.45	<b>Pilates</b> (29.05.23 fällt aus Pfingstmontag)	Anmeldung im Förderverein	Marita Bertlich Physiotherapeutin, Pilates- und Fazientrainerin	Förderverein - "Die Revierinitiative"
19.00	<b>Rückfall vor Ort - wenn der Brustkrebs wieder kommt</b>	1 x im Monat/mit Anmeldung im Förderverein	Lisa Eschner	
<b>Dienstag</b> 10.00 - 12.00 09.05. u. 23.05.2023	<b>Qi Gong</b>	2. u. 4. Dienstag/Monat	Sabine Jülicher	Japanischer Garten am EVK-GE <b>oder</b> Förderverein - "Die Revierinitiative"
<b>Mittwochs</b> 10.00 - 10.30	<b>"Morgentreffen für stationäre Patienten*innen - klönen über dies und das!"</b>	wöchentlich	Katja van Egdorn	Förderverein - "Die Revierinitiative"
12.30 - 13.30	<b>Yoga</b>	Wöchentlich	Maria Prendes Rodrigues	Förderverein - "Die Revierinitiative"
15.15 10.05.2023	<b>Beratung in sozialen Fragen</b>	1 x im Monat/mit Anmeldung im Förderverein	Katharina Polonski Sozialarbeiterin	
18.00 17.05.2023	<b>Mam(m)a - Café</b>		Kirsten von Gersum-Gösele	Förderverein - "Die Revierinitiative"
16.30 - 17.30 24.05.2023	<b>Operative Therapien des Brustkrebs - Brustrekonstruktion</b>		Dr. Omar Saklaoui OA der Senologie	Förderverein - "Die Revierinitiative"
<b>Donnerstags</b> 9.30 - 11.00 04.05.2023	<b>Treff für Frauen nach Abschluss der Behandlung</b>	14-tägig/mit Anmeldung im Förderverein	Ingrid Stude & Frau Scheler	Förderverein - "Die Revierinitiative"
10.00 - 12.00	<b>Schnupperstunde Malen</b>	Wöchentlich/mit Anmeldung im Förderverein	Malgruppe Kunterbunt	Raum U 18

**Bitte wenden**

## Präsenzkurse

Unser Programm im April 2023 - Seite 2

Teilnahme wird empfohlen mit einem tagesaktuellen negativen Anitgen-Selbsttest und bei Krankheitssymptomen bitten wir, den Kurs nicht zu besuchen.

### Freitags

09.30 - 11.00

**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

### Sonntags

10.00 - 12.00  
14.05. u.  
28.05.2023

**Trommeln erweckt  
Lebenskräfte**

14- täglich/mit  
Anmeldung im  
Förderverein

Hasan Kayar  
Musikpädagoge

Kunsthhaus e.V.  
Rübezahl 33  
45134 Essen

## Aktuelle Operative Therapien des Brustkrebses Mittwoch, 24. Mai 2023, 16.30 Uhr



### Dr. Omar Saklaoui Oberarzt der Klinik für Senologie

Der gebürtige Libanese ist seit 2005 in Deutschland und hat seine Facharztausbildung in der Gynäkologie und Geburtshilfe mit Schwerpunkt Senologie unter der Führung von Dr. Abdallah im Marienhospital Herne absolviert.

Seit Oktober 2013 ist Dr. Saklaoui Oberarzt in der Klinik für Senologie an dem Evangelischen Klinikum Gelsenkirchen.

Bei ca. 25% bis 30% der Patientinnen mit einem Mammakarzinom ist es unvermeidlich, die Brust zu entfernen.

Ein Teil dieser Patientinnen wünscht sich eine Brustrekonstruktion. Grundsätzlich stehen dem Operateur eine Reihe von Verfahren offen. Allerdings ist nicht jede Methode für jede Frau geeignet. Vielmehr müssen bei der Entscheidung über die Rekonstruktionsmethode stets die spezifischen körperlichen Gegebenheiten der Patientin berücksichtigt werden.

Folgende Faktoren beeinflussen die Entscheidung über das Rekonstruktionskonzept maßgeblich

- bestrahlter oder nicht bestrahlter Brustkorb
- Dicke des Hautweichteilmantels
- Größe der Bauchdecke.

In diesem Vortrag werden die verschiedenen Verfahren der Brustrekonstruktion vorgestellt. Beispiele aus der täglichen Praxis der Senologie veranschaulichen die unterschiedlichen Konzepte mit ihren spezifischen Anwendungsgebieten und runden so den Vortrag von Dr. Saklaoui ab.

Anmeldung im Büro des Fördervereins erforderlich!



## Unser Online-Kurs-Programm im Mai 2023

### Montags

19.00 - 19.45 **Brain-Gym** wöchentlich Cornelia Derer  
 (01.05. + 29.05.23 fällt aus  
 Pfingstmontag)

### 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  
 (18.05.23 fällt aus Christi  
 Himmelfahrt)

### Freitags

17.00 - 18.30 **Schreibwerkstatt** 14-tägig Wolfgang Weber  
 Krebs im Bild  
 12.05. u.  
 26.05.23

### Samstags

10.00 - 11.30 **Flamenco** Wöchentlich Antinea Flamenco