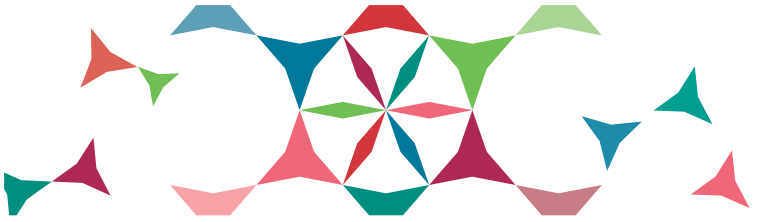


" zusammen umdenken –

plötzlich Wechseljahre nach Krebs "

- Selbsthilfegruppe -



Manche Frauen müssen sich bei Krebs einer operativen Entfernung von Eierstöcken und Gebärmutter unterziehen. Die Produktion bestimmter Hormone bleibt aus. Betroffene Frauen werden plötzlich in die Wechseljahre versetzt. Ähnlich können die Folgen einer antihormonellen Therapie nach Brustkrebs sein.

In MG-Rheydt hat sich eine Selbsthilfegruppe hierzu gegründet: Thema der Gruppe ist der Umgang mit den Langzeitfolgen,

- wenn ... von Wechseljahren vorher noch keine Anzeichen da waren und dann so viel anders wird
- wenn ... Hormone nicht in Frage kommen, nur Akzeptanz der Weg ist
- wenn ... Leistungsfähigkeit im Sport futsch ist, Gesundheits-sport an die Stelle rückt
- wenn ... deutliche Veränderungen der Libido auftreten
- wenn ... große Dankbarkeit da ist und doch persönliche Neufindung eine Herausforderung ist
- wenn ... zwischendurch alles mau scheint, die Kicks fehlen
- kehrt dann neue Gelassenheit ein?

Heike, die Ideengeberin für die Gruppe:

"Ich würde mich gerne mit Frauen treffen, die sich in einer ähnlichen Situation befinden. Hast Du oder hattest Du ähnliche Gedanken? Kennst Du so etwas auch? Lasst uns zusammenfinden und in einer Gruppe darüber miteinander austauschen!"

Wir treffen uns jeden 2. Montag im Monat um 18:00 in einem Raum der Verwaltung der Städtischen Kliniken Mönchengladbach.

Ansprechperson:

Heike, E-Mail: zusammenumdenken@web.de
oder

Selbsthilfe-Kontaktstelle Mönchengladbach

Büro beim Paritätischen, Tel. 02166 92 39 30

E-Mail: selbsthilfe-mg@paritaet-nrw.org

Gruppen-Info im
Selbsthilfenetz.de

