

KAFFEETREFF

Jeden 1. Dienstag im Monat

Ort: Café Treiber

Bahnhofstr. 10, 71032 Böblingen

Zeit: 15:00 Uhr



NORDIC WALKING

Jeden Samstag

Ort: Keltenburgstraße am Spielplatz,
Wasserbehälter Brand,
71032 Böblingen

Zeit: Sommer ca. 9:00 Uhr

Winter ca. 10:00 Uhr



Voranmeldung bei Brigitte Schwenk

0 70 31 - 27 41 19



SELBSTHILFEGRUPPE

für Frauen und Männer



Jeden 3. Dienstag im Monat
Gruppenabend

Ort: „FESTE BURG“, Zeit: 18:00 Uhr

Sindelfinger Str. 9, 71032 Böblingen

LEITUNG DER SELBSTHILFEGRUPPE:

Erna Kappler 0 70 31 - 22 42 57

Ursula Scholz 0 70 31 - 22 75 67

Brigitte Schwenk 0 70 31 - 27 41 19

BÜRO UND POSTANSCHRIFT:

FSH nach Krebs, Ortsverband Böblingen

Erna Kappler,

Keßlerstraße 10, 71032 Böblingen

Email: ernakappler55@gmail.com

Büroöffnungszeiten: Di. 9:00 – 11:00 Uhr
und nach telefonischer Vereinbarung

BEGLEITENDE ÄRZTIN:

Monika Hörner,
Fachärztin für Frauenheilkunde
im Klinikum Böblingen



Spendenkonto: Kreissparkasse Böblingen
IBAN: DE88 6035 0130 0000 9476 13
BIC: BBKRDE6BXXX

Jahresprogramm 2019

Frauenselbsthilfe nach Krebs

Ortsverband Böblingen

Schwierigkeiten bewältigen
Emotionen zulassen
Leben bewusst gestalten
Beziehungen aufbauen
Sich selbst bestimmen
Teilnehmen und verstehen
Hilfe geben und nehmen
Informationen erhalten
Lebensmut gewinnen
Freude erfahren
Erfahrungen nutzen
Gemeinsamkeiten entdecken
Reden und Zuhören
Unterstützen und begleiten
Probleme erkennen und lösen
Persönlichkeit stärken
Einsamkeit überwinden



Gruppentreffen der FSH nach Krebs in ev. Gemeindehaus „FESTE BURG“, 18:00 Uhr, jeder 3. Dienstag im Monat, 71032 Böblingen, Sindelfinger Str. 9

15. Januar 2019

*THEMA: Jahresrückblick 2018
anschließend
Übungen mit dem Kräftigungsminiband*
Referentin: Ute Oswald

19. Februar 2019

THEMA: Heilpilze
Referentin: Monika Hörner,
Fachärztin für Frauenheilkunde
im Klinikum Böblingen



19. März 2019

*Frau Grieger von der Beratungsstelle für
Krebserkrankte, Diakonie Böblingen,
führt mit uns Achtsamkeitsübungen
durch.*

16. April 2019
Osterfeier



21. Mai 2019

Modenschau
Fa. Faude präsentiert
Dessous und Bademode



19. Juni 2019

*Ein Thema aus der
Komplementärmedizin*
Referentin: Brigitte Schwenk

16. Juli 2019

Yoga
*Übungen zur Förderung
eines freien Atems*
Referentin:
Manuela Maria Walbrühl
Diplom-Sozialpädagogin



August 2019
Sommerpause

17. September 2019
THEMA: Erbangelegenheiten
Referent:
Felix Dommermühl,
Rechtsanwalt,
Fachanwalt für Erbrecht
in Böblingen



15. Oktober 2019

THEMA: Bewegung ist Lebensqualität
Referentin: Ursula Scholz

19. November 2019

THEMA: Ernährung
Referentin: Sandra Heinzelmann

17. Dezember 2019
Weihnachtsfeier



[Vorträge sind kostenlos](#)

Weitere Termine

27. April 2019

AOK Frauenlauf
Messe Stuttgart,
ab 10 Uhr, weitere Infos unter
www.eventservice-stahl.de



Mai 2019

Tagesausflug nach Ulm,
Bundeswehrkrankenhaus

06. Juli 2019

(Termin nicht fixiert)
Darmsheimer
FrauenSonnwendlauf,
weitere Infos unter
www.frauensonwendlauf.de

