

EINLADUNG

Walk & Talk

Gemeinsam gegen Brustkrebs

Austausch, Unterstützung und Bewegung rund um das Brustzentrum am Klinikum Solingen.



Bergisches
Brustzentrum
Solingen



STÄDTISCHES KLINIKUM
Solingen

Für Patientinnen und interessierte Frauen.

Brustkrebs ist eine belastende Diagnose – körperlich und seelisch. Umso wichtiger sind Bewegung, Gemeinschaft und Austausch.

Gemeinsam gehen wir eine Runde rund um das Klinikum Solingen.

Dabei stehen Bewegung, Wohlbefinden und das Miteinander im Vordergrund.

Begleitet vom Team des Bergischen Brustzentrums Solingen besteht die Möglichkeit:

- Fragen zu stellen
- Erfahrungen zu teilen
- sich gegenseitig zu stärken
- über Therapie, Alltag und Leben mit Brustkrebs zu sprechen

Bewegung als Unterstützung im Alltag.

Regelmäßige Bewegung kann:

- das Wohlbefinden steigern
- Fatigue reduzieren
- die körperliche und seelische Gesundheit fördern
- ein wichtiger Baustein in der Krebsnachsorge sein

Termine:

Jeden letzten Montag im Monat ab 15:30 Uhr

Treffpunkt:

Brustzentrum am Klinikum Solingen

Dauer:

ca. 45–60 Minuten (ca. 5000 Schritte)

Alle interessierten Frauen sind herzlich willkommen.

Die Teilnahme ist kostenfrei und ohne Anmeldung möglich.

Bei Rückfragen zum Walk & Talk erreichen Sie uns unter:
0212 547-2025 | hankammer.j@klinikumsolingen.de