

Workshops

› **Yoga für Krebsbetroffene - Wohlbefinden für Körper und Geist**

Silke Möbus, Yogalehrerin und Heilpraktikerin

Erfahren Sie die wohltuende Wirkung von Yoga. Mit Yoga Kraft schöpfen und Selbstwirksamkeit erfahren? Probieren Sie es aus!

› **„Es gibt neben der Krankheit auch ganz viel Gesundheit“ - Workshop für Salutogenese**

Anna Sabine Klüfel, Gynäkologin, Trainerin für Stressregulation und Gesundheitsförderung, Beraterin für Salutogenese

Es gibt neben der Krankheit auch ganz viel Gesundheit. Es lohnt sich, diese zu entdecken! In diesem Workshop lade ich Sie ein, zu einem Perspektivwechsel. Der Workshop bietet eine theoretische Einführung in die Salutogenese.

› **„Lebensenergie durch Singen spüren“ Atem -und Singworkshop**

Astrid Schaper-Schwarz, Musiklehrerin und Chorleiterin

› **Auszeit mit Klang-Genuss**

NN, Heilpraktikerin für Psychotherapie

Gönnen Sie sich nach einem Vormittag voller Eindrücke doch eine Weile der Einkehr, in der Sie mit Hilfe von gut aufeinander abgestimmten Klangschalen und Klangspielen wieder zu sich kommen, entspannen und genießen können.

Veranstaltungsort

Privathotel Lindtner
Heimfelder Str. 123
21075 Hamburg

In Zusammenarbeit mit



9. Brustkrebsforum des Brustzentrums der Helios Mariahilf Klinik Hamburg

09.11.2024
im Hotel Lindtner in
Hamburg-Heimfeld

Helios Mariahilf Klinik Hamburg

Zertifiziertes Brustzentrum (DKG DGS)
Stader Straße 203c · 21075 Hamburg
T (040) 790 06-421 · F (040) 790 06-474
gynaekologie.mariahilf@helios-gesundheit.de
www.helios-gesundheit.de/mariahilf

Gynäkologische Praxisklinik Hamburg-Harburg

Harburger Ring 10 · 21073 Hamburg
T (040) 30 37 54-0 · F (040) 30 37 54-79
info@gyn-praxisklinik-harburg.de
www.gyn-praxisklinik-harburg.de

IMPRESSUM

Verleger: Helios Mariahilf Klinik Hamburg GmbH
Stader Straße 203 c · 21075 Hamburg
Druck: Flyeralarm GmbH · Alfred-Nobel-Straße 18 · 97080 Würzburg

Liebe Patientinnen und Patienten, Angehörige, Freunde, Ärzt:innen und Therapeut:innen,

das Brustzentrum der Helios Mariahilf Klinik Hamburg lädt Sie herzlich zum 9. Brustkrebs-Forum am **09. November 2024** ein. In altbewährter Tradition bieten wir Ihnen mit interessanten Vorträgen und spannenden Kursen einen abwechslungsreichen Tag **im Hotel Lindter in Hamburg-Heimfeld**.

Neben den informativen Vorträgen zu aktueller Diagnostik und Therapie schauen wir natürlich auch über den Tellerrand. Sie können Ihre „Lebensenergie durch Singen spüren“, eine Auszeit mit „Klang-Genuss“ nehmen, sich dem therapeutischen Lachen hingeben oder Ihr Wohlbefinden durch Yoga stärken. Seien Sie gespannt!

Bei Kaffee und Kuchen oder einem herzhaften Snack wird auch Zeit für Gespräche mit den Kolleg:innen und Kooperationspartner:innen des Brustzentrums sein. Wie immer darf ein kleiner künstlerischer Beitrag nicht fehlen – die Galerie popstreet.shop aus Hamburg wird Sie mit zeitgenössischer Kunst und Street Art überraschen.

Wir freuen uns sehr auf Ihre Teilnahme!

*Ihr Team des Brustzentrums an der
Helios Mariahilf Klinik Hamburg*

Referent:innen und Kursleiter:innen

Josephine Danneberg

B. Sc. oec. troph., Ernährungsberaterin VDOE, dfa Fastenleiterin

Karim Ghadhab

Heilpraktiker für Hypnotherapie & therapeutisches Lachen

Katharina Klein

PINK! gegen Brustkrebs

Anna Sabine Klüpfel

Gynäkologin, Trainerin für Stressregulation und Gesundheitsförderung, Beraterin für Salutogenese

Silke Möbus

Yogalehrerin und Heilpraktikerin

Prof. Dr. Volkmar Müller

Stellvertretender Klinikdirektor des UKE, Leitung der konservativen gynäkologischen Onkologie

Astrid Schaper-Schwarz

Musiklehrerin und Chorleiterin

PD Dr. Alexander Volk

Ltd. Oberarzt Institut für Humangenetik, Universitätsklinik Hamburg-Eppendorf

Programm

- **10:00 Uhr**
Begrüßung und Einführung
- **10:10 Uhr**
„Neue Therapiemöglichkeiten bei Brustkrebs“
Prof. Volkmar Müller
- **10:30 Uhr**
Der Körper folgt Deinen Gedanken
Karim Ghadhab
- **10:50 Uhr**
Genetische Untersuchung und klinische Versorgung bei familiärem Mammakarzinom
PD Dr. Alexander Volk
- **11:10 Uhr**
PINK! Coach - die App auf Rezept für Patientinnen mit Brustkrebs.
Katharina Klein
- **11:30 Uhr**
Mittagspause mit Snack und Besuch der Ausstellung
- **12:15 Uhr**
Artgerechte Ernährung bei Krebs – Prävention und Unterstützung der Therapie
Josephine Danneberg
- **13:15 Uhr**
Kaffeepause, Einteilung in die Workshops
- **14:00 Uhr** Workshops
- **15:00 Uhr** Ende