

Wir über uns

Frauen, die Erfahrungen mit Krebs machen mussten, haben sich 1978 zu einer offenen Selbsthilfegruppe zusammengefunden, weil Schweres gemeinsam leichter zu tragen ist. Wir helfen uns gegenseitig, wieder Mut zu fassen und unser Leben auch mit der Krankheit positiv und aktiv zu gestalten. Dabei sind uns Veranstaltungen und Gruppentermine eine Hilfe. Die Angebote stehen allen betroffenen Frauen offen, ob in der akuten Phase der Erkrankung oder danach. Wir akzeptieren den Wunsch nach Anonymität und wahren die Schweigepflicht.

Das Leitungsteam

Bettina Hall Beate Kübler
Edes Schäfter Michaela Schneider

Kontakt

kontakt@frauen-nach-krebs.de
www.frauen-nach-krebs.de
Bettina Hall 07141/28 74 31
Edes Schäfter 07141/50 54 643



Internet-Adressen:

www.krebsverband-bw.de www.mamazone.de
www.krebsgesellschaft.de www.rkh-kliniken.de
www.krebsinformation.de www.inkanet.de
www.krebshilfe.de www.curado.de

Die Selbsthilfegruppe ist

- Kooperationspartner des Krebszentrum Nord-Württemberg und deren Organkrebszentren
- Mitglied im Krebsverband Baden-Württemberg
- Mitglied der Kath. Erwachsenenbildung
- Mitglied bei RAG Ludwigsburg und ein selbstständiger Arbeitsbereich in der Diakonie- und Sozialstation Ludwigsburg.

Unsere Arbeit wird durch Spenden ermöglicht und getragen.

Spendenkonto:

SHG Frauen nach Krebs Ludwigsburg
DE92 6045 0050 0030 2465 80
Kreissparkasse Ludwigsburg

ambulante Krebsberatungsstelle Ludwigsburg

psychosoziale Beratung, Unterstützung bei Anträgen mit Behörden, Informationen zu Patientenverfügung

Mo - Mi, Fr: 8:00 Uhr bis 12:00 Uhr
Do: 13:00 Uhr bis 17:00 Uhr

Klinikum Ludwigsburg
Posilipstr. 4, 71640 Ludwigsburg
07141/99-67871
lb.krebsberatung@rkh-kliniken.de
www.rkh-gesundheit.de/ambulante-krebsberatungsstelle/

Neue Wege gehen



**Selbsthilfegruppe
Frauen nach Krebs
Ludwigsburg**

Programm 2025/2

Kunst und Kultur

Donnerstag, 04. September 2025, 16:00 Uhr
Städtisches Lapidarium, Stuttgart
Idyllisches Freilichtmuseum im nach italienischem Vorbild angelegten Renaissancegarten

Dienstag, 21. Oktober 2025, 15:00 Uhr
Theodor-Heuss-Haus, Stuttgart
Letztes Wohnhaus des 1. Bundespräsidenten. Museum und Erinnerungsort, das dem Leben und Wirken von Heuss gewidmet ist.

Donnerstag, 13. November 2025, 19:00 Uhr
Sonderführung im Ludwigsburger Schloss
Schaurig schön – Gruselgeschichten hinter der glanzvollen Kulisse des Schlosses

Kontakt und Anmeldung:
Michaela Schneider 07141/45 77 088
MichaelaSchneider1@web.de

Treff am Abend

Termin steht noch nicht fest!

Informationsveranstaltung zur Elektronischen Patientenakte – Chancen, Herausforderungen und Perspektiven

Referent: Frau Elminowski (AOK)

wie die ePA das Gesundheitswesen digital verändert, welche Vorteile sie für Patientinnen und medizinisches Fachpersonal bringt – und welche datenschutzrechtlichen und praktischen Fragen dabei im Mittelpunkt stehen.

Edith-Stein-Haus
Parkstr. 34, Ludwigsburg-Hoheneck

Kontakt und Anmeldung:
Bettina Hall 07141/28 74 31
Bettina.Hall@gmx.de

Offener Gesprächskreis

In der Selbsthilfegruppe sind Frauen, die selbst Erfahrung mit Krebs machen mussten und wissen deshalb, dass Schweres gemeinsam leichter zu ertragen ist.

Der Erfahrungsaustausch ist das wichtigste Anliegen. Dafür wird ein Rahmen geschaffen, in dem sich alle Teilnehmerinnen wahrgenommen und angenommen fühlen. Die Angebote stehen allen betroffenen Frauen offen, ob in der akuten Phase der Erkrankung oder danach.

Freitags 17:15 Uhr – 19:00 Uhr Haus Edith Stein
Parkstr. 34, Ludwigsburg-Hoheneck.

Von 16:30 Uhr – 17:15 Uhr: Einführung für Frauen, die neu zum Gesprächskreis kommen wollen.

29. August	12. September
26. September	10. Oktober
24. Oktober	07. November
21. November	05. Dezember

Kontakt und Anmeldung:
Bettina Hall 07141/28 74 31
Edes Schäfter 07141/50 54 643

Weihnachtsfeier

Freitag, 19. Dezember 2024, 18:00 Uhr

Lasst uns gemeinsam essen, das Jahr Revue passieren und in entspannter Runde beisammen sein.

Wer möchte, kann gerne eine Leckerei zum Buffett beisteuern.

Edith-Stein-Haus
Parkstr. 34, Ludwigsburg-Hoheneck

Wir bitten um Anmeldung

Kontakt und Anmeldung:
Michaela Schneider 07141/45 77 088
MichaelaSchneider1@web.de

Pilates gepaart mit Entspannung

Mit diesem Workout verbessern und stärken wir unverzichtbare Elemente unseres Körpers. Das Ziel ist es durch dieses Ganzkörpertraining unsere Kraft, Balance, Beweglichkeit, Haltung und Körperkontrolle zu stärken.

Ihr braucht nur eine Matte, etwas zu trinken und Motivation, der Spaß kommt dabei garantiert nicht zu kurz

Hüban Burkhardt
Mittwochs, 16:00 Uhr – 17:00 Uhr
Edith-Stein-Haus
Parkstr. 34, Ludwigsburg-Hoheneck

Kontakt und Anmeldung:
Edes Schäfter 07141/50 54 643
Edess@gmx.de

Let's go

Gemeinsam machen sich jeden Montag ein paar unserer Frauen auf den Weg, denn mehr Schritte am Tag stehen im Zusammenhang mit einem geringeren Risiko für Krebs- und Herz-Kreislaufkrankungen. Das Immunsystem wird gekräftigt und durch die geringe Belastung werden die Knochen und Gelenke geschont, gleichzeitig jedoch gestärkt. Spazieren zu gehen hilft außerdem beim Entspannen, hebt unsere Stimmung und beflügelt unsere Kreativität. Ein schöner Start mit Gleichgesinnten bei einem Spaziergang in die Woche.

Montags, 17:00 Uhr – ca. 18:00 Uhr
Treffpunkt: Parkplatz CVJM Heim
Möglingen, Mühlwiesenstraße 10
In der dunklen Jahreszeit ab 15:00 Uhr

Kontakt und Anmeldung:
Petra Gohl 07141/29 82 813
PetraSGohl@gmx.de