

# Mach dich auf den Weg - die Initiative

„Mach dich auf den Weg“ ist eine ökumenische Initiative dreier benachbarter Einrichtungen im Stuttgarter Westen, die in unterschiedlichen Angeboten Spiritualität und Medizin verbinden will.

Sie wird getragen von Ärzt:innen am Brustzentrum des Diakonie-Klinikums Stuttgart, dem Mutterhaus der Evangelischen Diakonissenanstalt Stuttgart und dem Spirituellen Zentrum station s, das in der katholischen Kirche St. Fidelis beheimatet ist.

Das Motto möchte Betroffenen und den Menschen in ihrem Umfeld Mut machen, verschiedene Wege der Heilung zu betrachten und zu gehen. Einen Weg, den wir mit verschiedenen Veranstaltungen begleiten möchten.

Wir sind sehr dankbar, dass Frau Gerlinde Kretschmann, selbst Betroffene, die Schirmherrschaft übernommen hat und ein Grußwort spricht.

Wir freuen uns auf die Begegnung mit Ihnen!

## Brustzentrum am Diakonie-Klinikum Stuttgart

info@stuttgart-brustzentrum.de  
www.stuttgart-brustzentrum.de

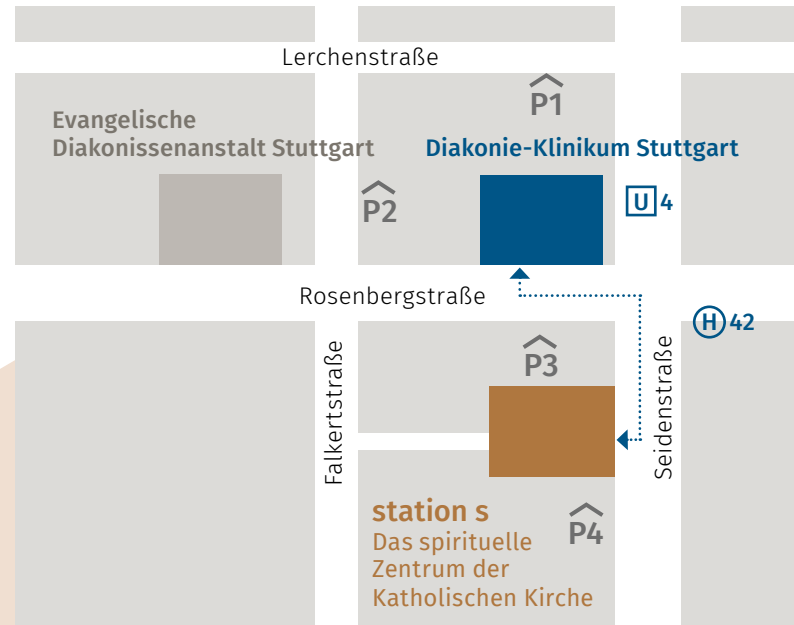
## Evangelische Diakonissenanstalt Stuttgart

angebote@diak-stuttgart.de | www.diak-stuttgart.de

## station s

Spirituelles Zentrum der Katholischen Kirche  
station-s.stuttgart@drs.de | www.station-s.de

## Veranstaltungsorte



## Anmeldung



Die Teilnahme ist kostenlos.

Wir bitten um Ihre Anmeldung bis Montag, 08.10.2024

Unter <https://eveeno.com/brustkrebs2024>

## Kontakt

### Diakonie-Klinikum Stuttgart

Rosenbergstraße 38  
70176 Stuttgart  
Telefon 0711 991-1045  
veranstaltungen@diak-stuttgart.de  
www.diakonie-klinikum.de

Wir danken für die freundliche Unterstützung der Veranstaltung durch Mammascreeing Stuttgart-Esslingen



Mammascreeing  
Stuttgart – Esslingen

Die Initiative

# Mach dich auf den Weg

## Brustkrebspatient:innentag für Betroffene, Angehörige und Interessierte

Freitag, 11. Oktober 2024

14.30 - 18.15 Uhr

Diakonie-Klinikum Stuttgart, Hörsaal station s, Kirche St. Fidelis

Vorträge zur ganzheitlichen Therapie von Brustkrebs

Unter der Schirmherrschaft von Gerlinde Kretschmann



station s

# Programm

## Diakonie-Klinikum Stuttgart

- 14.00 Uhr** **Ankommen**
- 14.30 Uhr** **Begrüßung und Impuls zur Einstimmung**  
Dr. Thomas Kuhn
- 14.35 Uhr** **Grußwort**  
Gerlinde Kretschmann
- 14.45 Uhr** **Schönheit und Krebs – ein Widerspruch?**  
Prof. Dr. Frank Werdin
- 15.15 Uhr** **Sport und die positive Wirkung bei Krebsprävention und -therapie**  
Werner Wittenhagen

- 15.45 Uhr** **Weg zu station s – Pause, Stärkung und Begegnung**  
Kirche St. Fidelis  
(5 Gehminuten)

## station s, Kirche St. Fidelis

- 16.15 Uhr** **Fasten und Krebs – sinnvoll oder schädlich?**  
Dr. Thomas Kuhn
- 16.45 Uhr** **Fürchtet euch nicht!? Umgang mit Ängsten**  
Dr. Tonja Deister, Kirstin Kruger-Weiß
- 17.15 Uhr** **Die 10 häufigsten Fragen von Brustkrebspatient:innen und unsere Antworten**  
Miriam Weber im Dialog mit verschiedenen Expert:innen
- 17.45 Uhr** **Ausklang mit Textimpulsen und Musik**  
Kirstin Kruger-Weiß, Dr. Thomas Kuhn  
Tobias Wittmann, Musik
- 18.15 Uhr** **Ende der Veranstaltung**

# Vortragsthemen und Referent:innen

## Schönheit und Krebs – ein Widerspruch?

Schönheit und Krebs sind keine Gegensätze, sondern Begriffe aus unterschiedlichen Kontexten, die bei Patient:innen häufig in komplizierter Weise zusammenwirken. Schönheit wird oft mit äußeren Merkmalen, Ästhetik und Selbstwahrnehmung in Verbindung gebracht, während Krebs eine ernsthafte medizinische Diagnose ist, die körperliche und psychische Herausforderungen mit sich bringt. Der Vortrag erklärt verschiedene Aspekte in der Beziehung von Schönheit und Krebs.

**Prof. Dr. Frank Werdin** Chefarzt für Plastische und Ästhetische Chirurgie am Diakonie-Klinikum Stuttgart und im interdisziplinären Brustzentrum für den Brustaufbau nach Operationen zuständig

## Sport und die positive Wirkung bei Krebsprävention und -therapie

Sport und körperliche Aktivität spielen eine entscheidende Rolle bei Prävention und Behandlung von Krebs. Zahlreiche Studien belegen, dass regelmäßige Bewegung positive Auswirkungen auf die Lebensqualität und das Überleben von Krebspatient:innen haben kann. Am Beispiel einer Sportgruppe für Brustkrebspatient:innen am Diakonie-Klinikum zeigt der Referent, wie diese Erkenntnisse praktisch umgesetzt werden können.

**Werner Wittenhagen** Trainer für Medizinische Prävention und zertifizierter Fitnesstrainer in der Krebsnachsorge

## Fasten und Krebs – sinnvoll oder schädlich?

Fasten, also die bewusste und zeitlich begrenzte Nahrungsenthaltung, gewinnt zunehmend an wissenschaftlichem Interesse bei Prävention und Therapie von Krebs. Das Fasten kann verschiedene Formen haben. In einer kritischen Betrachtung gibt das Referat Impulse zum richtigen Umgang damit.

**Dr. Thomas Kuhn** Gynäkologe und Chefarzt des zertifizierten Brustkrebszentrums am Diakonie-Klinikum Stuttgart

## Fürchtet euch nicht!? Umgang mit Ängsten

Die Diagnose Krebs verändert das Leben radikal. Angst kommt auf und durchzieht den ganzen Weg: von der Diagnostik über die richtige Therapie bis zur Angst vor dem Danach. Wie kann ich als Patient:in oder Angehörige:r mit diesen Ängsten umgehen? Worin Halt und Unterstützung finden? Was bringt Licht ins Dunkel der Angst, Zuversicht und Mut? Im Dialog geben die Referentinnen Antwortversuche und Hilfestellungen zum Umgang mit Ängsten, teilen Impulse aus der Psychotherapie, Achtsamkeitspraxis und der christlichen Kontemplation.

**Dr. Tonja Deister** Psychotherapeutin in eigener Praxis in Weinheim und Psychoonkologin am Brustzentrum Bergstraße (Tumorzentrum der Uni Heidelberg)

**Kirstin Kruger-Weiß** Leitung station s, geistliche Begleiterin, Focussingbegleiterin DAF

## Die 10 häufigsten Fragen von Brustkrebspatient:innen und unsere Antworten

„Sie haben Brustkrebs“ – ein Satz, eine Diagnose, die das Leben verändert und für die Betroffenen nichts mehr so sein lässt, wie es war. Die Diagnose trifft mitten ins Herz der Betroffenen, aber auch ihrer Familien und Freunde. Dabei gilt heute für immer mehr Frauen: Brustkrebs ist heilbar. Die 10 häufigsten Fragen von Brustkrebspatient:innen werden im interdisziplinären Dialog beantwortet.

**Miriam Weber** Lehr- und Leitende Medizinische Technologin für Radiologie, Mammascreeing Stuttgart-Esslingen, PVA Dr. med. A. Helwig / PVA Dr. med. M. Schmid

Diakonie-Klinikum Stuttgart



station s, Kirche St. Fidelis



Jeweils nach den Vorträgen gibt es Zeit für Ihre Fragen.