

## So finden Sie uns!

### Unsere Gruppen vor Ort

Sie suchen eine Selbsthilfegruppe vor Ort? Schauen Sie hier:  
[www.frauensebsthilfe.de/kontakt/gruppen-vor-ort.html](http://www.frauensebsthilfe.de/kontakt/gruppen-vor-ort.html)  
oder rufen Sie uns an: Telefon 0228 - 33889-400

### Unser Netzwerk FSH Onliner

Sie möchten sich wie in einer Selbsthilfe-Gruppe mit anderen austauschen, finden jedoch kein Angebot vor Ort? Dann kommen Sie zu einem Treffen der FSH Onliner:  
[www.frauensebsthilfe.de/angebote/netzwerk-fsh-onliner.html](http://www.frauensebsthilfe.de/angebote/netzwerk-fsh-onliner.html)

### Unsere Telefonberatung

Sie haben ein akutes Problem oder eine Frage? Unserer Telefonberaterinnen helfen Ihnen gern weiter.  
Telefon 0228 - 33889-400

### Unser Forum

Sie möchten sich mit anderen Betroffenen im Internet austauschen? Besuchen Sie unser moderiertes Forum:  
<https://forum.frauensebsthilfe.de>

### Unser Netzwerk für metastasierte Frauen

Informationen und den Weg zu unseren moderierten Online-Selbsthilfetreffen finden Sie hier:  
[www.frauensebsthilfe.de/leben-mit-metastasen.html](http://www.frauensebsthilfe.de/leben-mit-metastasen.html)

### Unser Netzwerk für Männer mit Brustkrebs

Gleichbetroffene finden Sie in unserem Netzwerk:  
[www.brustkrebs-beim-mann.de](http://www.brustkrebs-beim-mann.de)

### Unser Spendenkonto:

Bank für Sozialwirtschaft, Köln  
DE17 3702 0500 0007 7348 00

Die Frauensebsthilfe Krebs (FSH) ist eine der größten und ältesten Krebs-Selbsthilfeorganisationen Deutschlands mit Schwerpunkt auf Brustkrebs und gynäkologischen Krebserkrankungen. Wir verfügen bundesweit über ein dichtes Netz an regionalen Gruppen, über ein moderiertes Forum im Internet, eine Telefonberatung und über Netzwerkangebote für Männer mit Brustkrebs sowie für metastasierte Frauen. Alle Angebote stehen auch Angehörigen offen. Die Teilnahme an den Gruppentreffen ist unverbindlich und kostenfrei.

Probieren Sie unsere Selbsthilfe-Angebote aus! Sie sind herzlich willkommen!



Bundesgeschäftsstelle  
Frauensebsthilfe Krebs  
Thomas-Mann-Straße 40, 53111 Bonn  
Telefon 0228 - 33889-400  
[kontakt@frauensebsthilfe.de](mailto:kontakt@frauensebsthilfe.de)  
[www.frauensebsthilfe.de](http://www.frauensebsthilfe.de)  
[www.facebook.com/frauensebsthilfe](https://www.facebook.com/frauensebsthilfe)  
[www.instagram.com/fsh\\_krebs](https://www.instagram.com/fsh_krebs)

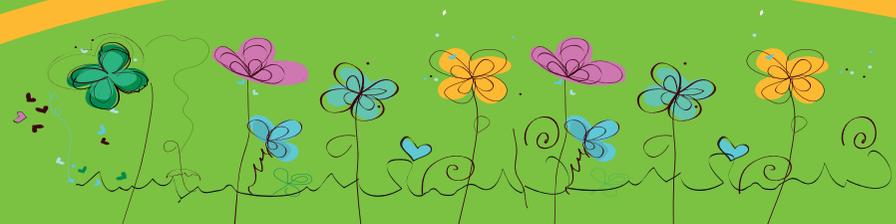


©Gettyimages



**Auffangen  
Informieren  
Begleiten**

Stand: Januar 2025



„Die Diagnose damals war schrecklich und die Therapie kein Spaziergang. Das Gefühl der Verbundenheit und die gegenseitige Unterstützung in der FSH haben mir jedoch immer wieder Kraft gegeben.“

## Diagnose Krebs – Was nun?

Sie haben die Diagnose Krebs erhalten und Ihr Leben scheint aus den Fugen zu geraten? Angst und Mut, Befürchtungen und Hoffnungen, Verzweiflung und Vertrauen wechseln sich schwindelerregend ab?

Wir von der Frauenselbsthilfe Krebs (FSH) wissen aus eigenem Erleben, wie es Ihnen jetzt wahrscheinlich geht. Auch wir sind an Krebs erkrankt und kennen den bodenlosen Fall, die Hilflosigkeit, die nun vorherrschenden Ängste und Gefühle.

*Unser Ziel ist es, Ihnen in dieser schwierigen Zeit zu vermitteln, dass Hoffnung und Zuversicht erlaubt sind und Sie Ihren Weg nicht allein gehen müssen. Wir begleiten Sie dabei.* .....

Wir bieten Ihnen unterschiedliche Möglichkeiten der Unterstützung und Begleitung an: die Begegnung mit Gleichbetroffenen in unseren Gruppen vor Ort; die Möglichkeit, sich online auszutauschen oder sich am Telefon beraten zu lassen; kostenlose, allgemein verständliche Ratgeber; ein Netzwerk für metastasierte Frauen; ein Netzwerk für Männer mit Brustkrebs und vieles mehr.

Das **Was** und **Wo** finden Sie auf der Flyer-Rückseite.



©iStock/Merzaimages

## Wir unterstützen Sie!

Das Leitmotiv der Frauenselbsthilfe Krebs ist die Hilfe zur Selbsthilfe. Wir unterstützen Sie dabei, Ihre vorhandenen eigenen Ressourcen zu entdecken und zu nutzen. ....

Wir *fangen* Sie *auf*, wenn Sie sich nach dem Schock der Diagnose oder auf dem Weg durch die Erkrankung allein gelassen fühlen.

Wir *informieren* Sie über gute Wege zum Umgang mit Ihrer Erkrankung, mit den Therapien und deren Nebenwirkungen.

Wir *begleiten* Sie bei Ihrer Alltags- und Lebensgestaltung nach der Diagnose, beim Umgang mit Hilfsmitteln und der Beantragung von Sozialleistungen.

## Was uns qualifiziert!

Damit unsere Gruppenleitungsteams und ehrenamtlichen Beraterinnen Sie qualifiziert und entsprechend den Erfordernissen unseres Gesundheitssystems beraten und begleiten können, durchlaufen sie alle ein mehrstufiges Qualifizierungsprogramm.

## Wir vertreten Ihre Interessen!

Die enge Zusammenarbeit mit den unterschiedlichen Akteuren im Gesundheitssystem ist uns sehr wichtig. Wir verstehen uns nicht als Konkurrenz, sondern als Partnerin der professionellen Helfer. ....

Die FSH arbeitet eng mit den wichtigen onkologischen Fachgesellschaften zusammen. Außerdem vertreten wir die Interessen von Menschen mit einer Krebserkrankung in zahlreichen gesundheitspolitischen Gremien.