



„Im Drachenboot paddeln,
das ist eine einzigartige Erfahrung“

Pinkpaddlerinnen in Tübingen – Neckar

- Mannschaftssport
- Mit der Zeit erwacht ein Lebenswille, Lebensmut in Dir
- Du suchst neue Wege die Krankheit zu überwinden um Dich gut zu fühlen

Dann ist es Zeit zu uns zu Kommen!!!
Zu den Pinkpaddler/Innen und folge unserem
Schlachtruf „Pink Gelb Neckardrachen“

- Wir wollen Erfahrungen-Informationen weitergeben
- Wir wollen Mut, Rat und Hilfe zum Leben mit der Erkrankung geben
- Wir beraten nicht wissenschaftlich, fachlich oder medizinisch, sondern...
- Wir sind diesen Weg...bereits gegangen
- Wir helfen, wo unsere Hilfe gewünscht wird und geben Anregung zur Selbsthilfe
- Wir wirken unterstützend zur Fachberatung

„ Krebskranke helfen Krebskranken“



Nehmen Sie mit uns Kontakt auf!

FSH Gruppenvorsitzende // Pink Paddling

Christine Tetzlaff
Tel: 0160 – 96 24 49 95

FSH Stellvertreterin

Waltraud Fortenbacher
Tel. 0 74 57 – 42 90

Abendtreff Kirchentellinsfurt

Dorothee Brendel
Tel. 0 71 21 – 13 60 526

Kassenwart / Männergruppe

Jürgen Beilharz
Tel. 0 74 54 – 34 73

Begleitende Ärztin:

PD. Dr. I. Gruber, UKT Frauenklinik Tübingen
Prof. Dr. M. Hahn, UKT Frauenklinik Tübingen

Helfen Sie uns, etwas zu bewegen!

FSH / KSK Tübingen:
IBAN: DE 38 6415 0020 0000 6055 15
BIC: SOLADES1TUB

Für Ihre Spende und Unterstützung
ein herzliches Dankeschön.

Unter Schirmherrschaft und mit finanzieller
Förderung der Deutschen Krebshilfe
Deutsche Krebshilfe
HELLEN. FORSCHEN. INFORMIEREN.



„Krebskranke helfen Krebskranken“

Pinkpaddlerinnen in Tübingen – Neckar

- Die Sportart Paddeln und das Erleben von Gemeinschaft tun „Körper, Geist und Seele gut“
- Eine positive Quelle der Energie!
- Helfen Sie uns, etwas zu bewegen!

Mit Ihrer Spende helfen Sie gegen Brustkrebs:

FSH Pink Paddling Tübingen e.V.

KSK Tübingen
IBAN: DE30 6415 0020 0002 6676 85
BIC: SOLADES1TUB

Ihre Ansprechpartnerin

Informatinen zur FSH Gruppen und Pink Paddling

Gruppenvorsitzende:

Christine Tetzlaff
Tel: 0160 – 96 24 49 95
info@aktiv-nach-krebs.de
chris.tetzlaff@gmx.de
www.aktiv-nach-krebs.de

Kooperationspartner:



HOCHSCHULSPORT



Landesverband Baden-Württemberg e.V.

1. Halbjahr 2019

**Auffangen
Informieren
Begleiten**

**Gruppe Tübingen
für Frauen & Männer**

**Pink Paddling
Paddeln gegen Krebs**



www.frauenselbsthilfe.de



Programm/Aktuelle Informationen 1. Halbjahr 2019

Ev. Gemeindehaus, Lustnau, Neuhaldenstr.10
www.aktiv-nach-krebs.de

24. Januar, Donnerstag – ab 15:00Uhr

- Andacht mit Pfarrerin Frau Längle
- Geburtstagskinder mit rundem und halbrundem Geburtstag
- Vor- und Rückblick

21. Februar, Donnerstag -15:00Uhr / Referent 17:00Uhr

(offene Veranstaltung)

- Fachvortrag mit Prof. Dr. Eva-Maria Grischke, Universität-Frauenklinik Tübingen „ Stellenwert einer Metastasierung beim Mammakarzinom, welche Therapiemöglichkeiten gibt es?

21. März, Donnerstag – 15:00Uhr / Referent 17:00Uhr

(offene Veranstaltung)

- Fachvortrag mit Dr. Felix Neis Universität Frauenklinik Tübingen, „ Impfung zur Prävention des Gebärmutterhalskrebses? Wer soll wann geimpft werden und welchen Stellenwert hat die Impfung zur Vermeidung von Dysplasien und Krebs.

06.April, Samstag 10:00-17:00Uhr

- 23. Krebsinformationstag für Patienten/Innen, Angehörige und Interessierte

Anmeldung bei CCC TZ Tübingen: 07071/29 - 85236

20. Mai, Bundesgartenschau Heilbronn

- Exkursion „Selbsthilfetag“
- (Details siehe ab April [www.aktiv-nach-krebs.de/ Termin](http://www.aktiv-nach-krebs.de/))

Beachten: Anmeldung erwünscht!

27. Juni, Donnerstag -15:00/17:00Uhr Referent

(offene Veranstaltung)

- Fachvortrag mit Frau Prof. Eva-Maria Grischke, Universität Frauenklinik Tübingen, „ Brustkrebs beim Mann“ Ev. Gemeindehaus, Neuhaldenstr.10, Lustnau

Betroffene, deren Angehörige und Freunde sind uns herzlich willkommen. Bei einigen Veranstaltung ist eine vorherige Anmeldung erforderlich:

info@aktiv-nach-krebs.de
 Telefonnummern siehe „ Ansprechpartner/Innen“

Regelmäßige Veranstaltungen

Sie sind herzlich eingeladen.
Drachenboot paddeln auf dem Neckar in Tübingen

Sommertraining: April-Oktober

Beginn: Montag und Mittwoch 16:45 - 20:00Uhr

Schnuppertraining: Montag 18:00Uhr - 20:00Uhr

Wintertraining: November – April

Beginn: Samstag 8:30 - 10:00Uhr

UKT Institut für Sportwissenschaft

Voranmeldung bei Frau Tetzlaff erforderlich

3.Trainingseinheiten:

1. Sportgruppe:

Montag: 16:45 - 18:30 Uhr
 18:15 - 20:00Uhr

Trainerin: Frau Petra Ackermann

2. Schnupperfrauen/ Bewegungsgruppe:

Montag: 18:00Uhr - 19:30 Uhr

Trainerin: Frau Carolin Müller

3. Sportgruppe:

Mittwoch: 16:45 - 18:30Uhr
 18:15 - 20:00Uhr

Trainer: Herr Edgar Knoll

Informationen bei Christine Tetzlaff

Tel. 0160 – 96 24 49 95
info@aktiv-nach-krebs.de
chris.tetzlaff@gmx.de

Sportbekleidung und feste Sportschuhe ist immer erwünscht.

Abendtreff Tübingen:

Jeden 1. Montag und jeden 4. Mittwoch im Monat

Beginn: 19:30Uhr

Nebenraum des Restaurant – Rosenau
 Rosenau 15, 72076 Tübingen

Regelmäßige Veranstaltungen

Gruppentreffen Tübingen/ Lustnau

Jeden 3. Donnerstag im Monat
 Beginn: 15:00h Information – Ehrfahrungs Austausch
 17:00h Fachvorträge von Experten

Information & Beratung UKT Frauenklinik Tübingen

Jeden Donnerstag, außer den Schulferien:
 Beginn: 10:30 - 13:00h UKT-Frauenklinik, Calwerstr.7
 Tübingen, Ebene3, Aufenthaltsraum

Männertreff mit einer Krebserkrankung

Jeden 3. Donnerstag im Monat
 Beginn: 19:30h Bootshaus am Neckar, Tübingen

Abendtreff Kirchentellinsfurt

Familiärer Brust-und Eierstockkrebs
 Jeden 3. Donnerstag im Monat
 Beginn: 19:30h im Volksbänke, In der Gaß 33, K`furt

Gruppentreffen Bodelshausen

Jeden 2. Donnerstag im Monat
 Beginn: 15:00h im Jugendhaus FOKUS,
 Bodelshausen, Offene Gesprächsrunde

Reha-Sport. Fit for Fan! Gesundheits-Breitensport

Voranmeldung bei Christine Tetzlaff erforderlich.

Wir freuen uns auf Sie!

Christine Tetzlaff & Team

