



Psychosoziale Versorgung bei der Diagnose Brustkrebs

 www.bielefeld.de

Beratung

**Angebote für
Betroffene,
Angehörige
und Freunde**

Selbsthilfegruppe

Orientierung

Austausch

Aufklärung

Inhalt

Psychosoziale Krebsberatung	4
Psychologische Frauenberatung e. V. – Frauenberatungsstelle Bielefeld	5
Gesundheitsladen Bielefeld e. V.	6
Pro Familia Ortsverband Bielefeld e.V.	7
Angebote von Selbsthilfegruppen	8
Der Paritätische	9
Selbsthilfe-Kontaktstelle Bielefeld	9
Lebenslust und Breast Friends	10
Selbsthilfegruppe „Ja zum Leben“ seit 1989	11
Mit dem Herzen dabei	12
Selbsthilfegruppe Onko – Sport und Spaß	13
TREFFPUNKT Ostwestfalen-Lippe	14
Onkoday el ele – Selbsthilfegruppe türkischer Frauen mit Krebs – Bielefeld	15

Sie halten eine Broschüre für Patientinnen und Patienten mit der Diagnose Brustkrebs in den Händen, die Sie und Ihre Angehörigen über ambulante psychosoziale Beratungs- und Unterstützungsangebote in Bielefeld informiert.

Brustkrebs ist die häufigste Krebserkrankung bei Frauen. In Nordrhein-Westfalen betrug im Jahr 2022 der Anteil an allen Krebserkrankungen 30,5%. In Bielefeld erkrankten im selben Jahr 294 Frauen neu an Brustkrebs, Männer sind nur selten betroffen (Landeskrebsregister Nordrhein-Westfalen, 2022). Viele Frauen werden über einen längeren Zeitraum hinweg behandelt oder regelmäßig nachbetreut. Daher ist die Zahl der Patientinnen, die sich in Behandlung befinden, deutlich höher als die der jährlichen Neuerkrankungen.

Die Diagnose Brustkrebs verändert die Lebenssituation der Erkrankten und ihrer Angehörigen von einem Moment auf den anderen. Medizinische Fragen müssen geklärt und Entscheidungen getroffen werden. Die seelische Belastung in dieser Zeit ist erheblich. Nicht selten fühlen sich die Betroffenen überfordert und hilflos.

In den Bielefelder Krankenhäusern stehen Fachkräfte zur Verfügung, die ihren Patientinnen und Patienten neben medizinischem Rat auch psychologische Unterstützung anbieten und Ihnen beratend zur Seite stehen.

Niedergelassene Gynäkologinnen und Gynäkologen sind als Lotsinnen und Lotsen im DMP (Disease Management Programm) verantwortlich für die frauenärztliche Betreuung und psychosoziale Beratung.

Viele Betroffene haben aber bereits vor der Therapie Fragen und möchten aktiv in den Behandlungs- und Entscheidungsprozeß einbezogen werden. Andere suchen Unterstützung und Austausch erst nach der stationären Behandlung. Beratungsstellen, Selbsthilfegruppen und Betroffeneninitiativen können Fragen beantworten, Sie auf ihrem Weg begleiten und eine wertvolle Hilfe sein.

Sie erhalten auf den folgenden Seiten einen Überblick, wohin Sie sich mit Ihren persönlichen Fragen und Anliegen vor Ort wenden können.



Die Psychosoziale Krebsberatung ist ein professionelles Angebot für Betroffene, Angehörige und Freunde. Sie bietet:

Psychoonkologische Beratung und Begleitung für Betroffene und Angehörige

- wenn Sie Unterstützung suchen, um mit der neuen Situation umzugehen
- wenn Ihre Partnerschaft und Familiensituation stark belastet ist
- wenn Sie sich neu orientieren möchten
- wenn die Ängste Sie nicht zur Ruhe kommen lassen
- wenn Sie einfach reden möchten

Information und Vermittlung

- zu sozialrechtlichen Fragen, praktische Hilfen, Vermittlungen
- zu medizinischer und beruflicher Rehabilitation
- zu finanziellen Hilfen
- zum Schwerbehindertengesetz
- zu medizinischen Fragen und Fachbegriffen
- z. B. beim Ausfüllen von Anträgen
- Vermittlung von Selbsthilfegruppen und zu Psychotherapeutischen Angeboten

Kontakt

Psychosoziale Krebsberatung/Ehe- und Lebensberatung

Wacholderweg 9, 33609 Bielefeld (Seniorenheim Baumheide, EG)

Tel.: 0521 9216-431

krebsberatung@awo-owl.de

<https://www.awo-owl.de/krebsberatung/>

📧: krebsberatung_awo_owl

Sie erreichen uns:

Montag bis Mittwoch: 09:00 –14:30 Uhr

Falls das Sekretariat nicht besetzt sein sollte, sprechen Sie bitte auf unseren Anrufbeantworter. Wir rufen zurück!

Allgemeine Öffnungszeiten sind von Montag bis Freitag von 9:00 bis 16:00 Uhr. Termine nur nach Vereinbarung

Träger ist die Arbeiterwohlfahrt, Bezirksverband Ostwestfalen-Lippe e.V.

Die Frauenberatungsstelle ist eine Anlauf- und Beratungsstelle für Frauen aus Bielefeld und der näheren Umgebung. Sie bietet psychosoziale und psychologische Beratung bei allen Lebensproblemen und Lebenskrisen an.

Die Frauenberatungsstelle ist die richtige Ansprechpartnerin für Sie,

- wenn Sie sich über Brustkrankungen informieren wollen,
- wenn Sie in der Phase der Diagnostik Information, Hilfe und Unterstützung bei der Entscheidungsfindung brauchen,
- wenn Sie Hilfe bei der Krankheitsbewältigung, bei psychischen, sozialen und ökonomischen Folgen der Erkrankung benötigen,
- wenn Sie als weibliche Angehörige, Freundin, Kollegin eine an Brustkrebs erkrankte Frau begleiten und Unterstützung für sich selbst brauchen,
- wenn Sie sich über weitere Hilfs- und Unterstützungsangebote in Bielefeld informieren wollen.

Das Beratungsangebot kann persönlich und telefonisch genutzt werden, wir bieten Beratung auch in türkischer, kurdischer, russischer, spanischer, englischer, polnischer und französischer Sprache an.

Kontakt

Psychologische Frauenberatung e. V. Frauenberatungsstelle Bielefeld

Ernst-Rein-Str. 33

33613 Bielefeld

Tel.: 0521 121597

Fax: 0521 1366766

info@frauenberatung-bielefeld.de

www.frauenberatung-bielefeld.de/

Sie erreichen uns:

In den Sprechstunden (mit und ohne vorherige Anmeldung):

Montag und Donnerstag: 17:00 – 19:00 Uhr

Dienstag: 10:00 – 13:00 Uhr

und nach Vereinbarung



Die PatientInnenstelle im Gesundheitsladen Bielefeld e.V. bietet allen Ratsuchenden (gesunden und kranken) eine kostenlose, unabhängige Informations-, Beratungs- und Beschwerdestelle und die Möglichkeit zum Erfahrungsaustausch an.

Die PatientInnenstelle ist ansprechbar für

- Aufklärung über Patientenrechte
- Orientierungshilfen im Gesundheitswesen
- Beratung und Hilfe bei Beschwerden über Mängel in der Gesundheitsversorgung
- Hilfe zur Klärung bei einem Verdacht auf Behandlungsfehler
- zur Vermittlung von Betroffenenkontakten zur gegenseitigen Unterstützung.

Anfragen und Beschwerden an die PatientInnenstelle werden anonym behandelt, dokumentiert und an das Gesundheitssystem rückgemeldet.

Die PatientInnenstelle ist gesundheitspolitisch tätig.

Kontakt

PatientInnenstelle im Gesundheitsladen e.V.

Breite Str. 8
33602 Bielefeld
Tel.: 0521 133569
Fax: 0521 176106
bielefeld@patientenstellen.de

Sie erreichen uns telefonisch und persönlich:

Montag und Donnerstag: 14:00 – 18:00 Uhr
Dienstag und Mittwoch: 9:00 – 13:00 Uhr

Außerhalb unserer Sprechzeiten können Sie sich an unseren Kooperationspartnerin die Stiftung unabhängige Patientenberatung Deutschland wenden: Tel.: 0800 0117722

Bei pro familia können sich an Brustkrebs Erkrankte medizinisch und psychologisch zu den Themenbereichen Sexualität, Partnerschaft, Verhütung und Schwangerschaft beraten lassen.

Kontakt

pro familia Ortsverband Bielefeld e.V.

Stapenhorststraße 5

33615 Bielefeld

Tel.: 0521 124073

Fax: 0521 124075

bielefeld@profamilia.de

profamilia.de/angebote-vor-ort/nordrhein-westfalen/bielefeld.html

Sie erreichen uns:

Montag und Mittwoch: 9:00 – 19:00 Uhr

Dienstag: 13:00 – 19:00 Uhr

Donnerstag: 9:00 – 17:00 Uhr

Freitag: 9:00 – 14:00 Uhr

Angebote von Selbsthilfegruppen



Selbsthilfegruppen können sowohl für Betroffene als auch für Angehörige eine große Hilfe sein. Im Austausch mit anderen lassen sich Erfahrungen und Wissen teilen und wertvolle Unterstützung im Umgang mit der Erkrankung gewinnen.

Während Ärztinnen, Ärzte und andere Fachpersonen Ratschläge aus ihrer beruflichen Praxis geben, stehen in Selbsthilfegruppen vor allem die alltäglichen Herausforderungen im Vordergrund, die mit der Krankheit verbunden sind.

Der Besuch einer Selbsthilfegruppe ersetzt keine ärztliche oder psychotherapeutische Behandlung, kann diese jedoch sinnvoll ergänzen.

Da alle Ansprechpartnerinnen und Ansprechpartner ehrenamtlich tätig sind, gibt es keine festen Sprechzeiten. Sollte niemand direkt erreichbar sein, kann eine Nachricht hinterlassen werden – ein Rückruf erfolgt dann zeitnah.

Die hier aufgeführten Selbsthilfeangebote sind für Sie kostenlos.

Der Paritätische Selbsthilfe-Kontaktstelle Bielefeld

Die Selbsthilfe-Kontaktstelle Bielefeld ist die zentrale Stelle für alle Fragen und Informationen zur Selbsthilfe und zu speziellen Selbsthilfegruppen in Bielefeld. Sollten Sie Ansprechpersonen der Selbsthilfegruppen nicht erreichen, erhalten Sie aktuelle Informationen bei der Selbsthilfe-Kontaktstelle.

Die Selbsthilfe-Kontaktstelle ist für Sie die richtige Anlaufstelle

- wenn Sie Informationen oder Beratung bei der Suche nach einer geeigneten Selbsthilfegruppe wünschen
- wenn Sie erfahren und klären wollen, welche anderen Hilfsmöglichkeiten für Sie in Frage kommen
- wenn Sie bei der Gründung einer neuen Selbsthilfegruppe unterstützt werden wollen
- wenn Sie Unterstützung wünschen bei der Suche nach einem Gruppenraum, nach Austausch und Zusammenarbeit mit anderen Gruppen, bei der Öffentlichkeitsarbeit und bei Fragen zur Gestaltung der Gruppenarbeit und des Gruppenlebens.

Kontakt

Selbsthilfe-Kontaktstelle Bielefeld

Stapenhorststr. 5

33615 Bielefeld

Tel.: 0521 9640696

Fax: 0521 9640697

selbsthilfe-bielefeld@paritaet-nrw.org

www.selbsthilfe-bielefeld.de

Sie erreichen uns:

Montag bis Donnerstag: 10:00 – 13:00 Uhr

Dienstag: 15:00 – 18:00 Uhr

und nach Vereinbarung



Lebenslust und Breast Friends

Zwei Selbsthilfegruppen für Frauen mit und nach Brustkrebs am Klinikum Bielefeld Mitte

Brustkrebs – Wie geht es weiter?

- Du hast die Diagnose Brustkrebs.
- Unzählige Gedanken gehen dir durch den Kopf und viele Fragen bleiben unbeantwortet?
- Du wünschst dir den Austausch mit anderen betroffenen Frauen?

Dann bist du herzlich eingeladen an einer unserer Selbsthilfegruppen teilzunehmen! Wir sind Frauen in unterschiedlichen Phasen der Erkrankung und wollen zuhören, informieren und uns gegenseitig stärken.

Wir treffen uns:

Gruppe Breast Friends jeden 2. Montag im Monat

Gruppe Lebenslust jeden 4. Montag im Monat

jeweils von 17 – 19 Uhr im Klinikum Bielefeld Mitte

Bitte melde dich vorab per E-Mail.

Kontakt

Breast Friends: Selbsthilfe-Bk-Bielefeld@gmx.de oder

Lebenslust: bk-shg-bielefeld@mail.de

Selbsthilfegruppe „Ja zum Leben“ seit 1989

Wenn du deine Lebensqualität überdenken möchtest, dann komm zu uns. Wir wissen alle wovon du sprichst, weil wir das gleiche erlebt haben.

Wir können dir

- zuhören
- dich informieren
- dich beraten
- zusammen lachen und weinen.

Wir treffen uns:

Jeden 1. und 3. Mittwoch im Monat von 15:00 – 17:00 Uhr im Evangelischen Gemeindehaus, Fuldaweg 5, 33689 Sennestadt

Kontakt

Annette Langner
Tel.: 0173 40 50 085
elfie-1956@gmx.de

Mit dem Herzen dabei

Wir nähen für an Krebs erkrankte Frauen und Kinder.

Seit 2015 trifft sich unsere Nähgruppe „Mit dem Herzen dabei“ in der Capella Hospitalis.

Wir sind 12 Frauen im Alter von 26 bis 80 Jahre.

Wir nähen Sorgenfresser, um Tränen zu trocknen, Kuschelkissen, um besser zu liegen, große Herzkissen, um Schmerzen nach einer Brust-OP zu lindern, kleine Herzkissen zum Festhalten, z. B. bei einer Stanzbiopsie der Brust.

Wir spenden alles was wir nähen, u. a. an die Kinderkrebsstation, das Kinder-und Jugendhospiz Bethel, die onkologische Schwerpunktpraxis in Bielefeld und das Brustzentrum im Klinikum Mitte in Bielefeld.

Sobald unsere Sorgenfresser oder Herzkissen benötigt werden, sind wir unterwegs, um sie schnellstmöglich den an Krebs erkrankten Patientinnen und Patienten zukommen zu lassen. Wir haben immer einen Vorrat, damit keine Patientin, kein Patient ohne nach Hause gehen muss.

Die Kinderonkologische Station in Minden hat 2018 auch Sorgenfresser bekommen.

Über die Jahre konnten wir bis heute mehr als 1200 Patientinnen und Patienten, egal ob klein oder groß, eine Freude in dieser schweren Zeit machen.

Kontakt

Gabriele Beckmann
Tel.: 0521 91507468
beckdort@gmail.com

Selbsthilfegruppe Onko – Sport und Spaß

Bewegung kann Körper und Seele stärken. Eine Krebserkrankung verändert vieles – körperlich wie seelisch. Die Onko – Sport & Spaß Gruppe bietet den Raum in einer wohltuenden Atmosphäre, durch leichte und sichere Bewegungen ohne Leistungsdruck, Kraft zu schöpfen, Vertrauen in den eigenen Körper zurückzugewinnen und Freude am Leben zu finden.

Ort: Freizeitzentrum Baumheide

Jeden: 1., 2. und 3. Mittwoch des Monats um 10 bis 11 Uhr.

Kontakt

Gülsevım Yenibaki

Telefon: 01629 373209

Rabia Eryılmaz

Telefon: 01577 4387965



TREFFPUNKT
Ostwestfalen-Lippe

TREFFPUNKT Ostwestfalen-Lippe

Der TREFFPUNKT Ostwestfalen-Lippe ist eine Gruppe junger Leute in der Region Ostwestfalen-Lippe, die sich aktuell in oder vor einer Krebsbehandlung befinden oder diese bereits hinter sich gebracht haben. Die Gruppe trifft sich regelmäßig in lockerer Atmosphäre, einem netten Café, einer Bar, einem Park oder ähnlichem und quatscht über die wichtigen und unwichtigen Dinge auf dieser Welt. Die Erkrankung verbindet die Teilnehmenden miteinander und so sprechen sie natürlich – aber nicht nur – auch über diese Phase ihres Lebens. Sie tauschen sich aus, geben sich Tipps und unterstützen sich gegenseitig. Der TREFFPUNKT versteht sich dabei nicht als klassische Selbsthilfegruppe, sondern viel mehr als „Selbststärkungsgruppe“. Ziel ist es, eine Möglichkeit zu bieten, sich mit Leuten auszutauschen, die ähnliches erleben oder erlebt haben und genau wissen, wie man sich dabei fühlt.

Parallel zu den lockeren Treffen setzt sich die Gruppe für das Thema „junge Erwachsene mit Krebs“ ein. Neben der Unterstützung anderer Betroffener informieren und sensibilisieren sie die Öffentlichkeit über das Thema. Dazu gehören gemeinsame Aktivitäten, Expertenrunden zu speziellen Themen, Vorträge in regionalen Kliniken und Reha-Einrichtungen und die Mitarbeit bei Projekten der Deutschen Stiftung für junge Erwachsene mit Krebs. Auch die Netzwerkarbeit mit anderen regionalen Akteuren und Organisationen ist Teil ihrer Aktivitäten.

Kontakt:

TREFFPUNKT Ostwestfalen-Lippe

treffpunkt-ostwestfalen-lippe@junge-erwachsene-mit-krebs.de

Onkoday el ele – Selbsthilfegruppe türkischer Frauen mit Krebs – Bielefeld

Alle von einer Krebserkrankung betroffenen Frauen, die das Bedürfnis haben, sich mit anderen betroffenen Frauen auszutauschen, sind herzlich eingeladen an unseren Treffen teilzunehmen. Neben dem Erfahrungsaustausch wollen wir Vorträge über medizinische und psychologische Therapiemöglichkeiten organisieren und uns über gesunde Ernährung und Bewegung bei Krebserkrankungen informieren. Die Gruppe trifft sich an jedem 1. Donnerstag im Monat um 12.30 Uhr in der Capella Hospitalis am Klinikum Bielefeld Mitte, Teutoburger Straße 50, 33604 Bielefeld.

Kansere karşı onkoday'le el ele verelim ve daha sağlıklı günlerde buluşalım! Biz, kanser hastalığı ile yaşayan bayanlar olarak, hastalığımız çerçevesinde edindiğimiz tecrübeleri sizlerle paylaşmak için grup toplantılarımıza katılmanız için davet ediyoruz. Tecrübe alışverişi yanı sıra tıbbi toplantılar ve psikoterapi imkânları üzerine organizeler ve kanser hastalığı çerçevesinde sağlıklı beslenme ve hareket ile ilgili bilgiler edinmek istiyoruz. Kansere karşı karşılıklı yardımlaşma grubumuza her ayın ilk Perşembe günü saat 12.30` da aşağıdaki adrese davet ediyoruz. Klinikum Bielefeld Mitte – Capelle Hospitalis, Teutoburger Straße 50, 33604 Bielefeld.

Kontakt

Frau Icen
Tel.: 0521 87 43 69

Wir treffen uns:

Jeden 1. Donnerstag im Monat: 12:30 Uhr
Klinikum Bielefeld Mitte – Capella Hospitalis
Teutoburger Str. 50
33604 Bielefeld



Impressum:

Herausgegeben von:

Stadt Bielefeld

Gesundheits-, Veterinär- und
Lebensmittelüberwachungsamt

Nikolaus-Dürkopp-Str. 5 – 9
33602 Bielefeld

Verantwortlich für den Inhalt:
Julia Harmsen

Foto: © smarterpix – Sardakk
Grafik: © smarterpix – ArifulAshif

Stand: April 2026