

## Selbsthilfegruppen für junge Krebsbetroffene

**Noch keine 40 und Brustkrebs! Neben dem Schock und den Fragen rund um die geeignete Therapie und die Nachsorge stellen sich für junge Frauen ganz andere Fragen als für Frauen in der Postmenopause. Oft wissen sie nicht, wo sie gleichaltrige Betroffene finden, mit denen sie sich dringend austauschen möchten.**

Die Stiftung *Selbsthilfe Schweiz* hilft bei der Suche oder der Organisation regionaler Selbsthilfezentren in Wohnortnähe speziell auch jungen Frauen, die die Diagnose Brustkrebs erhalten haben.

Die Stiftung setzt sich für die Stärkung der gemeinschaftlichen Selbsthilfe ein, mit dem Ziel, dass durch Selbstverantwortung und gegenseitige Unterstützung die Selbstkompetenz und die Selbstbestimmung gestärkt und damit die Lebensqualität und die gesellschaftliche Integration der Menschen in einer schwierigen Lebenslage verbessert werden.

### «Junge Selbsthilfe»

Gemeinschaftliche Selbsthilfe bedeutet, dass sich Menschen zusammentun, die sich mit den gleichen Herausforderungen befassen und diese gemeinsam angehen möchten. Beispiele: Hat meine Krankheit Einfluss auf meinen Kinderwunsch? Wie schaffe ich es, alles unter einen Hut zu bringen: Ausbildung, Beziehung, Job, Freundschaften, Hobby, Familie?

Unter dem Namen «Junge Selbsthilfe» möchten die Gruppen speziell Menschen im Alter zwischen 18 und 35 Jahren an-

sprechen. Natürlich können Personen in dieser Altersgruppe auch ganz einfach bei einer altersmässig gemischten Gruppe mitmachen. Jede Gruppe und ihre Mitglieder entscheiden selbst, wie die Treffen gestaltet werden.

Eine Informations- und Austauschplattform für Frauen mit Brustkrebs bis 49 Jahre, deren Erkrankung nicht länger als 3 Jahre zurückliegt, besteht beispielsweise in Luzern

(<https://www.selbsthilfeluzern.ch/shlon/de.html>, Tel.: 041-210 34 44, E-Mail: [mail@selbsthilfeluzern.ch](mailto:mail@selbsthilfeluzern.ch)) ■

### hir

Weitere Infos:

#### **Selbsthilfe Schweiz**

Laufenstrasse 12, 4053 Basel, Tel.: 061-333 86 01

E-Mail: [info@selbsthilfes Schweiz.ch](mailto:info@selbsthilfes Schweiz.ch)

Internet: <https://www.selbsthilfes Schweiz.ch/shch/de/selbsthilfesucht/themenliste.html>