



mytime 
Momente wertvoll machen

Eine Initiative für Frauen mit Brustkrebs

My time – Leben mit Brustkrebs

Liebe Patientinnen*,

die Initiative „My time – Momente wertvoll machen“ wurde von Novartis, Brustkrebs Deutschland e. V. und Mamma Mia! – Das Brustkrebsmagazin gegründet, um Frauen mit Brustkrebs eine Möglichkeit zu bieten, in einem geschützten Rahmen über ihre Bedürfnisse zu sprechen.

Brustkrebs – eine Diagnose, die Zeit zur Verarbeitung braucht. Zeit, in der viele unterschiedliche Gefühle auftreten, Fragen offen bleiben und der Wunsch nach einem Gedankenaustausch groß ist. Dazu erhalten Sie ausführliche Informationen zu Ihrer Erkrankung und Ihrem Therapiealltag.

In diesem Faltblatt finden Sie die einzelnen Bestandteile unserer Initiative. Schauen Sie vorbei und finden Sie Antworten auf Ihre Fragen oder lernen Sie andere Betroffene kennen.

Wir wünschen Ihnen alles Gute und einen erfolgreichen Austausch!

Eine Initiative von:








INITIATIVE

Besuchen Sie unsere begleitende Facebookseite

My time – Leben mit Brustkrebs

Hier erhalten Betroffene und Angehörige viele interessante Informationen und die Möglichkeit, sich zu eigenen Erfahrungen auszutauschen.

-  Große, sehr aktive Community
-  Wöchentlich neue Beiträge
-  Patientengeschichten
-  Informationen zu regelmäßigen My time Talks (Patientenveranstaltungen mit Experten aus verschiedenen Brustzentren)
-  Aktuelle Themen



Werden Sie Teil der Community und suchen Sie auf Facebook oder im Messenger nach:
@Mytime.LebenmitBrustkrebs
oder scannen Sie den QR-Code:





Schauen Sie außerdem auf unserer Website vorbei
www.leben-mit-brustkrebs.de/my-time

Hier finden Sie unsere regionalen Veranstaltungstermine, aktuelle Themen und folgende Broschüren zum Download:

-  **Arbeitsrecht & Soziales**
-  **Umgang mit Nebenwirkungen**
-  **Ernährung & Bewegung**
-  **Netzwerk & Hilfestellung**
-  **Psychologie & Seele**
-  **Hautpflege & Kosmetik**
-  **Palliativmedizin**
-  **Wichtige Tipps**



Besuchen Sie unsere Website:
leben-mit-brustkrebs.de/my-time
oder scannen Sie den QR-Code:








In Deutschland erhalten jedes Jahr ca. 69.000 Frauen die Diagnose „Mammakarzinom“, dies ist mit etwa 30 % aller Krebsfälle die häufigste Krebserkrankung. Diese Nachricht ist für viele Betroffene schockierend und es stellt sich die Frage: „Wie geht es jetzt weiter?“

My time bietet speziell für Betroffene und deren Umfeld ein vielfältiges Angebot zum Austausch und zur Unterstützung.

Besuchen Sie unsere Patientenveranstaltungen, die wir gemeinsam mit Brustzentren anbieten:

-  Talkrunden mit Experten aus verschiedenen Brustzentren
-  Live-Chat mit der Möglichkeit, Fragen an die Experten zu stellen
-  Patienteninterviews / Workshops

„Wir freuen uns, dass My time Betroffene und Experten zusammenbringt und gezielt Themen anspricht, die die Patientinnen bewegen.“



Eva Schumacher-Wulf,
Chefredaktion Mamma Mia! – Das Brustkrebsmagazin



„Mit der Initiative My time wollen wir Betroffenen mit Brustkrebs vor allem einen Raum geben, in dem sie sich gut aufgehoben und verstanden fühlen.“

Renate Haidinger,
Gründerin und 1. Vorsitzende Brustkrebs Deutschland e. V.