

Bis zum 10.3.2014

**ANMELDUNG zum MammaCare® Info-Abend**

**IKK classic: Mandy Riediger**

Bebelstr. 22, 44623 Herne

Telefonische Anmeldung 7.30-15 Uhr

Tel.: 02323 9520-32 - Fax: 02323 9520-96

Email: mandy.riediger@ikk-classic.de

**SPORTFORUM:**

Tel.: 02305 1671, Bahnhofstr. 120-122, 44575 Castrop-Rauxel

Email: verwaltung@sportforumcastrop.de

.....  
Vorname, Name:

.....  
Straße:

.....  
PLZ, Ort:

.....  
Telefon:

.....  
Email:

Ich bringe noch eine weitere Person mit:

.....  
Vorname, Name der Begleitperson

.....  
Straße:

.....  
PLZ, Ort:

.....  
Telefon:

Ich bin damit einverstanden, von der IKK classic und dem Sportforum Castrop-Rauxel telefonisch, per SMS oder E-Mail über eine Mitgliedschaft oder aktuelle Angebote informiert zu werden. Der Speicherung und Verwendung meiner Daten zu diesem Zweck stimme ich zu. Dieses Einverständnis kann ich jederzeit bei der IKK classic und dem Sportforum widerrufen.

**Datenschutzhinweis:** Die Daten werden zur Durchführung der Mamma-Care-Veranstaltung erhoben. Ich willige ein, dass die IKK classic und das Sportforum meine Daten speichern und nutzen, um mich zu informieren und zu beraten. Die Angabe der personenbezogenen Daten sowie die Einwilligung zur Verarbeitung und Nutzung ist freiwillig. Jegliche Nutzung der Daten kann ich jederzeit für die Zukunft bei der IKK classic und dem Sportforum widerrufen. Eine Weiterleitung an Dritte erfolgt nicht.

.....  
Datum, Unterschrift

## Früh erkennen lohnt sich!

Brustkrebs macht Angst – MammaCare® klärt auf...



Monika Müller  
Zertifizierte  
MammaCare®  
Trainerin



## EINLADUNG zum MammaCare® Info-Abend

**Donnerstag,**

**13.03.2014 / 19.00 Uhr**

**im Sportforum Castrop**

Bahnhofstr. 120-122, 44575 Castrop-Rauxel



## MammaCare® Info-Abend Vorsorge ist besser als Nachsorge

Brustkrebs ist heute die häufigste bösartige Erkrankung bei Frauen. Wird die Erkrankung jedoch frühzeitig erkannt, sind die Heilungschancen gut. Im Rahmen des IKK Vorsorgeprogramms laden wir Sie deshalb zu einem Info-Abend ein, bei dem es um die Früherkennung von Brustkrebs geht und um Informationen zu MammaCare®, einer speziellen Methode zur Selbstuntersuchung der Brust.

Mit dem IKK Gesundheitskonto übernehmen wir die Kosten bis zur Höhe von 35,- EUR für das Erlernen der MammaCare®-Methode in Einzelgruppen oder in Gruppen bis maximal 3 Personen in der Praxis Lebensphase.

Zu finden unter Gesundheitskonto: [www.ikk-classic.de](http://www.ikk-classic.de)



### Brust-Selbst-Untersuchung: MammaCare®



MammaCare® ist eine Tast-Methode zum Erlernen der Brust-Selbst-Untersuchung, welche die Brustkrebsvorsorge beim Frauenarzt ergänzt.

Unsere empathische Lebensberaterin und zertifizierte MammaCare®-Trainerin Monika Müller der Praxis Lebensphase wird Sie umfangreich über diese Methode informieren.

Um den Kopf frei von Ängsten zu bekommen, steht Ihnen Frau Müller als Begleitung bei Diagnose Brustkrebs oder in schwierigen Lebensphasen zur Seite.

Monika Müller, Praxis Lebensphase

Tel.: 0231 - 16 71 72 27 · Im Papenkamp 49 · 44267 Dortmund  
[www.lebensphase-wege.de](http://www.lebensphase-wege.de) · [mueller@lebensphase-wege.de](mailto:mueller@lebensphase-wege.de)

## Gesetzliche Vorsorgemöglichkeiten, Prävention und Frauenheilkunde

Die Fachärztin für Gynäkologie Dr. Bernadette Gomon wird Sie über die Möglichkeiten der gesetzliche Vorsorge aufklären und über Erfahrungen aus ihrer Praxis berichten, um Ihnen wertvolle und nachhaltige Tipps rund um das Thema Brustkrebsvorsorge zu geben.

Gemeinschaftspraxis Dr. Gomon und Dr. Kleis

Wittener Str. 40 · 44575 Castrop-Rauxel

Tel.: 0 23 05 - 44 59 667 · Fax: 0 23 05 - 44 59 669

[www.frauenaerztin-castrop.de](http://www.frauenaerztin-castrop.de) · [gomon@frauenaerztin-castrop.de](mailto:gomon@frauenaerztin-castrop.de)

### Ihr Mehrwert:

## Ein kostenloses 3-wöchiges Kennenlern- und Probetraining

Weitere Präventionsmaßnahmen gegen Brustkrebs sind Sport und eine gesunde Ernährung. Aus diesem Grunde bietet das



Sporforum Castrop ein kostenloses 3- wöchiges Kennenlern- und Probetraining für Ihre Gesundheit an. Im Sportforum kümmern sich fachlich qualifizierte und freundliche Mitarbeiter um Sie, z. B.:

lizenzierte Fitnessstrainer, Gymnastiklehrerinnen, Diplom-Fitnessökonomen sowie eine diplomierte Ernährungsberaterin.

Teilnehmer/innen des Infoabends, die uns noch nicht kennen, können diese Aktion nutzen.

*Wir freuen uns  
auf Sie!*



**[www.sportforumcastrop.de](http://www.sportforumcastrop.de)**

Bahnhofstr. 120-122, 44575 Castrop-Rauxel