



ST.-JOHANNES-
HOSPITAL
DORTMUND



Pro- Mamma

In Zusammenarbeit mit unserem Kooperativen Brustzentrum am St.-Johannes-Hospital Dortmund und dem St.-Rochus-Hospital Castrop-Rauxel begleiten wir Sie nach einer Brustoperation.

Pro-Mamma ist eine ambulante Gruppe für alle brustoperierten Frauen, die wieder zu ihrer Fitness zurückfinden, sich informieren und entspannen möchten.

Ziel des Kurses:

Ganzheitliche körperliche Wiederherstellung der Patientinnen, Signale des Körpers wahrnehmen, deuten und richtig handeln, Wiedereingliederung in den Alltag erleichtern.



KATH. ST.-JOHANNES-GESELLSCHAFT
DORTMUND gGmbH
(KRANKEN- UND PFLEGE-EINRICHTUNGEN)

Hierzu bieten wir einen Kurs an, der aus Theorie und Praxis besteht

Theorieanteile: z.B. Narbenbehandlung, Schwerpunkt Lymphödem, Prothesenversorgung etc.

Praxisanteil: Bewegungs- und Entspannungsübungen etc.

Kursort: Krankengymnastikabteilung
St.-Johannes-Hospital,
Eingang Josefstraße 4

Kursdauer: 6 Einheiten je 1 1/2 Stunde,
donnerstags von 16.30 – 18.00 Uhr

Parkplatz: Einfahrt Amalienstraße
Parkplätze des Ambulanten Operationszentrums werden für die Kursdauer zur Verfügung gestellt

Anmeldung: Krankengymnastikabteilung
Tel.: 02 31/18 43-22 45

Die Teilnehmerzahl ist auf max. 12 Teilnehmerinnen je Kurs begrenzt. Die Kursgebühr inkl. eines Begleitheftes mit allen Informationen und Übungsanleitungen beträgt 50,- Euro.

Geleitet wird der Kurs von Wiebke Tombült und Anne Kilmer, Physiotherapeutinnen, die Ihnen bei Fragen und zur verbindlichen Anmeldung gerne zur Verfügung stehen.

