






**Rundschreiben, April 2026**

**Erfahrung, Lebensmut, Angst und  
Hoffnung miteinander teilen!**

Aktuelle Informationen & neue Perspektiven in der Krebstherapie  
Einladung zu einem Informationsvortrag für Patientinnen und Interessierte

**Krebs verstehen – Hoffnung stärken**  
**Oberärztin Dr. Angelika Wolfrum,**  
**Leiterin der Brustambulanz im Krankenhaus Feldkirch**



-  Dienstag, 28. April 2026
-  19:00 Uhr
-  Ende voraussichtlich 20:30 Uhr
-  Ort: Schaffarei, Widnau 10, Feldkirch, 3. Stock
-  Parken: Parkgarage beim Busplatz in Feldkirch

Wir laden dich zu einem informativen Abend rund um aktuelle Entwicklungen in der Krebstherapie ein. Fachliche Informationen, neue Behandlungsmöglichkeiten und praktische Impulse sollen Mut machen und Orientierung geben. Die Teilnahme bieten wir auch gerne Nicht-Mitgliedern an.


Themen des Abends:

- Neuerungen in der Krebstherapie allgemein
- Hormontherapie / Hormonersatztherapie / Immuntherapie
- Das neue Bestrahlungsgerät am LKH Feldkirch
- Moderne Operationsmethoden
- Ernährung nach Brustkrebs
- Wege zu einem positiven Umgang mit Krebs

 Eintritt frei!

**Da die Plätze begrenzt sind, bitten wir um rasche Anmeldung:**

 [office@frauenselbsthilfe.at](mailto:office@frauenselbsthilfe.at)

 0664 303 48 03

Wir freuen uns auf dein Kommen!



---

**Jahreshauptversammlung – Save the date**

Unsere Jahreshauptversammlung findet am Freitag,  
den 18. September 2026, um 17.00 Uhr im Kolpinghaus in Dornbirn statt.  
Alle Mitglieder erhalten zeitgerecht per Post eine persönliche Einladung.

**++ wichtig +++ wichtig ++  
JAHRESHAUPTVERSAMMLUNG**

**Wir bitten um Überweisung des Mitgliedsbeitrages für 2026 in Höhe von 20 Euro auf  
unser Konto IBAN: AT43 5800 0104 9174 8015**

## Einladung für unsere Mitglieder zu unserem jährlichen Ausflug!



Wir freuen uns, dich am **Freitag, 19. Juni 2026**, zu einem gemeinsamen Nachmittag einzuladen!

Wir fahren mit dem Bus nach **Egg**, stoßen während der Fahrt mit einem Gläschen Sekt – gesponsert von **Summer-Rieder Weine** – an und genießen die gemeinsame Reise.

AMANN  
SUMMER  
RIEDER  
weinvision



In Egg erwartet uns eine **Betriebsbesichtigung mit anschließender Verkostung bei Metzler Molkeprodukte und Kosmetik**. Herr Metzler wird uns persönlich das Konzept und die Philosophie seines Betriebes näherbringen.

**böschreisen**  
bewegte momente

wird folgende Haltestellen anfahren:

- 12.00 Uhr Bürs, Bushaltestelle Lünerseepark
- 12.20 Uhr Feldkirch, Busbahnhof Bäckerei Ruetz
- 12.50 Uhr Dornbirn, Bushaltestelle KIKA
- 13.10 Uhr Bregenz, Parkplatz Seestadt, bei VLV
- 16.30 Uhr Heimfahrt



Für den Ausflug dürfen wir dich bitten, pauschal 32 Euro bereitzuhalten.



Zu Kaffee und Kuchen, Molkegetränk und Käseverkostung laden wir dich herzlich ein.

In gemütlicher Atmosphäre können wir miteinander plaudern, lachen und neue Kontakte knüpfen. Vielleicht ist auch jemand aus deiner Umgebung dabei?! – der Ausflug ist eine schöne Gelegenheit, sich besser kennenzulernen.

**Besonders gerne begrüßen wir auch unsere neuen Mitglieder!**

Wir freuen uns auf einen schönen gemeinsamen Tag!

Bitte **um verbindliche Anmeldung** bis spätestens **Freitag, 12. Juni 2026**.

Mail: [office@frauenselbsthilfe.at](mailto:office@frauenselbsthilfe.at)

☎ 0664 303 48 03

## Kongress Wien



Auch heuer organisierten Mona Elzayat und ihr Team vom PatientInnenportal einen Fortbildungskongress zum wichtigen Thema Frauengesundheit.

Nach der feierlichen Eröffnung durch Dr. Andrea Kdolsky, ehemalige Gesundheitsministerin, Fachärztin für Anästhesiologie, Schmerz- und Intensivmedizin und selbst Krebspatientin, folgten spannende Vorträge hochrangiger Expertinnen und Experten. Sie klärten auf, informierten und beantworteten Fragen – offen, verständlich und auf Augenhöhe. Ob körperliche oder mentale Gesundheit, Prävention oder Vorsorge: Bei diesem Kongress stand die Frau in all ihren Lebensphasen im Mittelpunkt.

Herzlichen Dank an Mona und ihr Team!

## Wissenswertes

### Gesunde pflanzliche Ernährung kann Brustkrebsrisiko senken

Eine große europäische Studie mit mehr als 258.000 Frauen aus sieben Ländern liefert neue Hinweise auf den Zusammenhang zwischen Ernährung und Brustkrebsrisiko. Die Teilnehmerinnen wurden im Rahmen der EPIC-Kohorte über einen Zeitraum von durchschnittlich fast 15 Jahren beobachtet.



Die Auswertung der Ernährungsfragebögen zeigte: Frauen, die sich besonders konsequent gesund pflanzlich ernährten, hatten ein um etwa 11 % geringeres Risiko, an Brustkrebs zu erkranken. Zu einer solchen Ernährung gehören vor allem viel Obst und Gemüse, Nüsse, Hülsenfrüchte, Vollkornprodukte, pflanzliche Öle sowie Kaffee oder Tee.

Ein Teil dieses schützenden Effekts hängt vermutlich auch mit dem Körpergewicht zusammen. Die Studie legt nahe, dass etwa 30–50 % des Zusammenhangs durch ein geringeres Risiko für Übergewicht bzw. Bauchfett erklärt werden können.

Die Ergebnisse unterstreichen damit einmal mehr die Bedeutung einer ausgewogenen, pflanzenbetonten Ernährung als Teil eines gesunden Lebensstils.



### INFORMATION UND BERATUNG IN SOZIALEN UND ARBEITSRECHTLICHEN FRAGEN

#### ÖZIV- SUPPORT

gibt kostenlose Beratungen in sozialen und arbeitsrechtlichen Fragen.



#### KONTAKT

**Pia Schäffer**      Tel. 05572 394696      6850 Dornbirn, Am Rathausplatz 4/2. Stock, Zimmer 14  
**Harald Reiter**    Tel. 05552 63877      6700 Bludenz, Werdenbergerstraße 40a

Das Angebot ÖZIV - SUPPORT wird vom Sozialministeriumservice Landesstelle Vorarlberg gefördert.



ÖSTERREICHISCHE KREBSHILFE  
VORARLBERG

**Dornbirn, Am Rathausplatz 4    erreichbar Mo bis Fr 9 - 12 Uhr    Tel. 05572 202388**  
**Bludenz, Klarenbrunnstraße 12    erreichbar Mo bis Fr 9 - 12 Uhr    Tel. 05572 202388**

Die Krebshilfe Vorarlberg bietet die Möglichkeit, ohne Zeitdruck und unentgeltlich, mit Ärzten ein Gespräch zu führen, Fragen zu stellen, sich Befunde erklären zu lassen. OA Dr. Bernd Hartmann, Univ.-Prof. Dr. Gebhard Mathis, Univ.-Doz. Dr. Anton Haid und Dr. Helmut Eiter stellen ihre Kompetenz und langjährige Erfahrung zur Verfügung.

Weitere Informationen erhältst du unter: [www.krebshilfe-vbg.at](http://www.krebshilfe-vbg.at)