

Lass mal checken



Aktionstag Früherkennung Frauengesundheit

Vorwort

Dieses Dokument soll Unternehmen dabei unterstützen, Gesundheitsaktionen rund um das Thema Krebsfrüherkennung einfach und praxisnah zu planen und durchzuführen. Ziel ist es, Beschäftigte für die Bedeutung von Früherkennung und Prävention zu sensibilisieren und ihnen verlässliche Informationen näherzubringen.

Dafür bietet das Dokument verschiedene Aktionsformate, die sich je nach verfügbaren zeitlichen, personellen und räumlichen Ressourcen flexibel umsetzen lassen. Die beschriebenen **kleinen, mittleren und großen Aktionspakete** enthalten konkrete Vorschläge zur Vorbereitung, Durchführung und Nachbereitung sowie Hinweise auf geeignete Informations- und Kommunikationsmaterialien. Die Vorschläge dienen dabei als Orientierung und können individuell an die Gegebenheiten und Bedürfnisse des jeweiligen Unternehmens angepasst werden.

Inhaltsverzeichnis

Vorwort	1
Inhaltsverzeichnis	1
Themenfeld Frauengesundheit	2
Kleines Paket: „Frauengesundheit: Lunch & Learn“	2
Mittleres Paket: „Frauengesundheit kompakt“	3
Großes Paket: Thementag: „Frauengesundheit erleben“	5



Themenfeld Frauengesundheit

Kleines Paket: „Frauengesundheit: Lunch & Learn“

Ziel: Sensibilisierung für Risikofaktoren, Informationen zu gesetzlicher Früherkennung

Dauer: 45 Minuten

Format: Impulsvortrag (Präsenz/online/hybrid)

Ablaufplan für Organisator*innen:

- **Vorbereitung:**
 - **Externe Referent*innen anfragen:** Vermittlung über [Landeskrebsgesellschaften - Deutsche Krebsgesellschaft](#) - Deutsche Krebsgesellschaft oder [Deutsche Krebshilfe](#) (ONConnect)
 - **Alternativ:** Aufgezeichneten Fachvortrag oder Foliensätze nutzen: www.krebspraeventionswoche.de
 - Technik: Beamer, Laptop, Mikrofon für Impulsvortrag (falls live) oder Abspielgerät für aufgezeichneten Lunch-Talk
 - Materialien bei Bedarf: Flyer, Poster, Leporello kostenfrei (**Lieferzeit: ca. 4 Wochen**)
- **Durchführung:**
 - Im Vorfeld zur Information Poster aushängen, Flyer, Leporellos auslegen
 - **30 Min. Impulsvortrag:**
 - Thema: Informationen über Brust- und Gebärmutterhalskrebsfrüherkennung, Selbstabtastung
 - Option: Aufgezeichneter Lunch-Talk (falls keine live Expert:in verfügbar)
 - **15 Minuten Austausch:** Fragen an Expert*in (wenn Person vor Ort)
- **Nachbereitung:**
 - Interne Kommunikation: Dank an Teilnehmende, Kurzinformationen zu Früherkennungsmaßnahmen ins Intranet
 - Gern Feedbackbogen ausfüllen: Herzlichen Dank!

Materialien:

- **Kommunikation** zu bestellen kostenfrei unter www.krebspraeventionswoche.de:
 - Kampagnen- und Aktionsposter, Postkarten, Leporellos, Social Media-Templates
- **Information:**
 - PowerPoint-Vortrag „Gesetzliche Früherkennung von Brust- und Gebärmutterhalskrebs“ oder Lunch&Learn-Video (30-minütiger Fachvortrag)
 - Broschüren, Flyer und Infoblätter von Deutscher Krebshilfe und Krebsinformationsdienst
 - Informationsmaterialien zur Brustselbstuntersuchung
 - Informationen zum Mammographie-Screening
 - Materialien des BRCA-Netzwerks zu familiären Krebserkrankungen
 - Infos und Selbstuntersuchungskarten über www.checkdichselbst.de [GIB BRUSTKREBS KEINE CHANCE](#)
 - Bei Bedarf: Materialien zu HPV, Vorsorge und Früherkennung in Leichter Sprache der Landeskrebsgesellschaft NRW



Mittleres Paket: „Frauengesundheit kompakt“

Ziel: Aufklärung über Brust- und Gebärmutterhalskrebsfrüherkennung, Sensibilisierung für Prävention, Familiäre Krebsrisiken

Dauer: 90 Minuten

Format: Impulsvortrag (Präsenz/online/hybrid) + Informationsstand

Ablaufplan für Organisator*innen:

- **Vorbereitung:**
 - Räumlichkeiten: Informationsstand/Tisch an gut frequentiertem Ort (z. B. Kantine, Pausenbereich) → selbst organisiert
 - **Externe Referent*innen anfragen:** Vermittlung über Landeskrebsgesellschaften [Landeskrebsgesellschaften - Deutsche Krebsgesellschaft](#) oder [Deutsche Krebshilfe](#) (ONConnect)
 - **Alternativ:** Aufgezeichneten Fachvortrag oder Foliensätze nutzen: www.krebspraeventionswoche.de
 - Technik: Beamer/Laptop für Impulsvortrag (falls live) oder Abspielgerät für aufgezeichneten Lunch-Talk
 - Materialien: Flyer, Poster, Leporello kostenfrei bestellen (**Lieferzeit: ca. 4 Wochen**)
 - Aufbau Infotisch: Überlegungen zur Gestaltung, Bestückung und für Give-aways
 - Aktion im Vorfeld kommunizieren, digital und über Aushänge inkl. Termin/Ortsangabe ggf. Links zur hybriden Zuschaltung
- **Durchführung:**
 - **30 Min. Impulsvortrag:**
 - Thema: Brustkrebsfrüherkennung, Gebärmutterhalskrebs (Pap-Test, HPV), Mammographie-Screening und informierte Entscheidung, Familiäre Krebsrisiken und genetische Beratung
 - Option: Aufgezeichneter Lunch-Talk (falls keine live Expert:in verfügbar)
 - **15 Minuten Austausch:** Fragen an Expert*in (wenn Person vor Ort)
 - **Flankierender Informationsstand:** (selbst organisiert, mit geringem Budget):
 - Brusttastmodelle und Informationsmaterialien zur Brustselbstuntersuchung, um das Bewusstsein für die Früherkennung zu stärken und das Abtasten der Brust zu demonstrieren
 - Give-aways eignen sich z.B. Brustkrebs-Awareness-Schleifen (Pink Ribbon)
 - Bei Veranstaltungen zum Thema Brustkrebs können ergänzend Fächer oder Informationen zu naturheilkundlichen Möglichkeiten zur Linderung von Hitzewallungen angeboten werden
- **Nachbereitung:**
 - Interne Kommunikation: Dank an Teilnehmende, Kurzinformationen zu Früherkennungsmaßnahmen ins Intranet
 - Gern Feedbackbogen ausfüllen: Herzlichen Dank!

Materialien:

- **Kommunikation** zu bestellen kostenfrei unter www.krebspraeventionswoche.de:
 - Kampagnen- und Aktionsposter, Postkarten, Leporellos, Social Media-Templates



Informationen:

- PowerPoint-Vortrag „Gesetzliche Früherkennung von Brust- und Gebärmutterhalskrebs“ oder Lunch&Learn-Video (30-minütiger Fachvortrag)“ oder Lunch&Learn-Video (30-minütiger Fachvortrag)
- Broschüren, Flyer und Infoblätter von Deutscher Krebshilfe und Krebsinformationsdienst
- Informationsmaterialien zur Brustselbstuntersuchung
- Informationen zum Mammographie-Screening
- Materialien des BRCA-Netzwerks zu familiären Krebserkrankungen
- Infos und Selbstuntersuchungskarten über www.checkdichselbst.de [GIB BRUSTKREBS KEINE CHANCE](#)
- Bei Bedarf: Materialien zu HPV, Vorsorge und Früherkennung in Leichter Sprache der Landeskrebsgesellschaft NRW

Aktionsideen und Give-aways (selbst organisiert , unterstützt durch Landeskrebsgesellschaften)

- Brusttastmodelle
- Give-aways: Brustkrebs-Awareness-Schleifen (Pink Ribbon).





Großes Paket: Thementag: „Frauengesundheit erleben“

Ziel: Ganzheitliche Aufklärung mit Fokus auf Früherkennung und Prävention

Dauer: 4–6 Stunden

Ablaufplan für Organisator*innen:

- **Vorbereitung:**

- Räumlichkeiten: Vortragsraum und Informationsstand/Tisch an gut frequentiertem Ort (z. B. Kantine, Pausenbereich), für individuelle Beratungen geschützten Rahmen / Raum für Beratung zur Verfügung stellen → **selbst organisiert**
- **Externe Referent*innen anfragen:** Vermittlung über Landeskrebsgesellschaften [Landeskrebsgesellschaften - Deutsche Krebsgesellschaft](#) oder [Deutsche Krebshilfe](#) (ONConnect)
 - **Alternativ:** Aufgezeichneten Fachvortrag oder Foliensätze nutzen: www.krebspraeventionswoche.de
- Technik: Beamer, Laptop, Mikrofon für Impulsvortrag (falls live) oder Abspielgerät für aufgezeichneten Lunch-Talk
- Materialien bei Bedarf: Flyer, Poster, Leporello kostenfrei (**Lieferzeit: ca. 4 Wochen**)
- Aufbau Infotisch: Überlegungen zur Gestaltung, Bestückung und Give-aways
- Aktion im Vorfeld kommunizieren, digital und über Aushänge inkl. Termin/Ortsangabe ggf. Links zur hybriden Zuschaltung

Optional:

- Medizinisch-Taktile Untersucherin (MTU) einladen

- **Durchführung:**

- **60 Min. Fachvortrag und Fragerunde:**
 - Thema Brustkrebs, Gebärmutterhalskrebs, genetische Beratung, Prävention
 - Alternativ: **30-minütiger aufgezeichneter Impulsvortrag**
- **Flankierender Informationsstand:** (selbst organisiert, mit geringem Budget):
 - Brusttastmodelle und Informationsmaterialien zur Brustselbstuntersuchung, um das Bewusstsein für die Früherkennung zu stärken und das Abtasten der Brust zu demonstrieren
 - Give-aways eignen sich z.B. Brustkrebs-Awareness-Schleifen (Pink Ribbon)
 - Bei Veranstaltungen zum Thema Brustkrebs können ergänzend Fächer oder Informationen zu naturheilkundlichen Möglichkeiten zur Linderung von Hitzewallungen angeboten werden
- **Mögliche weitere interaktive Elemente:** Krebspräventionsfaktoren Bewegung und Ernährung: Bewegte Pause und Ernährungstipps, gesunde Gerichte in der Kantine

- **Nachbereitung:**

- Interne Kommunikation: Dank an Teilnehmende, Kurzinformationen zu Früherkennungsmaßnahmen ins Intranet
- Gern Feedbackbogen ausfüllen: Herzlichen Dank!

Materialien:

- **Kommunikation** zu bestellen kostenfrei unter www.krebspraeventionswoche.de:
 - Kampagnen- und Aktionsposter, Postkarten, Leporellos, Social Media-Templates
- **Information:**
 - PowerPoint-Vortrag „Gesetzliche Früherkennung von Brust- und Gebärmutterhalskrebs“ oder Lunch&Learn-Video (30-minütiger Fachvortrag)



- Broschüren, Flyer und Infoblätter von Deutscher Krebshilfe und Krebsinformationsdienst
- Informationsmaterialien zur Brustselbstuntersuchung
- Informationen zum Mammographie-Screening
- Materialien des BRCA-Netzwerks zu familiären Krebserkrankungen
- Infos und Selbstuntersuchungskarten über www.checkdichselbst.de **GIB BRUSTKREBS KEINE CHANCE**
- Bei Bedarf: Materialien zu HPV, Vorsorge und Früherkennung in Leichter Sprache der Landeskrebsgesellschaft NRW

Aktionsideen und Give-aways (selbst organisiert, unterstützt durch Landeskrebsgesellschaften):



- Brusttastmodelle und Informationsmaterialien zur Brustselbstuntersuchung, um das Bewusstsein für die Früherkennung zu stärken und das Abtasten der Brust zu demonstrieren.
- Give-aways: z.B. Brustkrebs-Awareness-Schleifen (Pink Ribbon).
- Bei Veranstaltungen zum Thema Brustkrebs können ergänzend Fächer oder Informationen zu naturheilkundlichen Möglichkeiten zur Linderung von Hitzewallungen angeboten werden.
- Ergänzend kann eine Tastuntersuchung der Brust durch eine Medizinisch-Taktile Untersucherin (MTU) angeboten werden. Im Rahmen des Konzepts discovering hands werden blinde und sehbehinderte Frauen aufgrund ihres besonders ausgeprägten Tastsinns speziell ausgebildet, um kleinste Veränderungen im Brustgewebe frühzeitig zu erkennen und so die Brustkrebsfrüherkennung zu unterstützen. Diese kann auch zur Selbstuntersuchung anleiten.

Sie haben Fragen? Dann wenden Sie sich gerne an presse@krebspraeventioswoche.de