



Universitätsklinikum Wuppertal

Events, Beratung und Support

Pinktober '26

Eine Veranstaltungsreihe des
Vereins Grazie e. V. in Kooperation
mit dem Brustzentrum des Helios
Universitätsklinikums Wuppertal
und der Selbsthilfegruppe BFF



Save the date





Wir laden alle Interessierten zu einem vielfältigen Infoprogramm rund um die weltweite Aktion „Pinktober“ ein.

Informieren Sie sich bei unseren Veranstaltungen und einem großen Info-Tag im Rex-Kino über alle Facetten der Diagnostik, Therapie und Nachsorge dieser häufigen Erkrankung. Zudem bieten wir einige Angebote für Ihre Selbstfürsorge wie zum Beispiel gutes Essen und Kultur!

Lassen Sie sich von unserem Programm überraschen und genießen Sie eine kleine persönliche Auszeit!

Save the Dates

Großes Kino und Info-Event

14. Oktober 2026 | ab 16 Uhr



Pinktober

Der Oktober ist auf der ganzen Welt bekannt als Brustkrebsmonat „Pinktober“ und ist der Rahmen rund um viele „pinke“ Aktionen.

Als Symbol dient die internationale rosa Schleife. Unterstützt wird die Öffentlichkeitsarbeit von der Gleichstellungsstelle der Stadt Wuppertal der Krebsberatungsstelle sowie dem Verein „Grazie – Verein zur Förderung der Gesundheit von Frau und Familie e. V.“.



23. September 2026

15:00–18:00 Uhr

Atelier von Andrea Raak

Farbenpower mit Genuss

Ein Nachmittag im Atelier ...

... mit vielseitigen Materialien zum Experimentieren.
Wir lassen unsere guten Energien in Bilder verwandeln. Mit der positiven Kraft der Kreativität – Linie oder dicker Tupfer – gestalten wir Bilder, wie es uns gefällt.

Wenn gewünscht, ist eine Präsentation der Ergebnisse beim REX-Kinoevent möglich.

Veranstaltungsort

Atelier von Andrea Raak

Hofaue 53-55

Hinterhaus Kolkmannhaus, 2.Etage

42103 Wuppertal

Anmeldung per Mail

Max. 15 Teilnehmerinnen

anja.schwartzkopff@helios-gesundheit.de



Künstlerin
Andrea Raak

Photo © privat

08. Oktober 2026

18:00–20:00 Uhr

AOK-Haus Wuppertal

Vorsorge-Tastseminar

*in Kooperation mit dem Brustzentrum des
Helios Universitätsklinikums Wuppertal*

**Achten Sie auf Ihre Brustgesundheit: ein
Seminar zur Selbstuntersuchung der Brust**

Die eigene Brust zu beobachten ist die einfachste Form, erste Veränderungen in Zusammenhang mit dem Brustkrebs zu erkennen. Richtiges und regelmäßiges Abtasten der eigenen Brust einmal im Monat erfordert wenig Zeit, ist aber leicht zu erlernen und macht sensibel für Veränderungen. In diesem Tast-Seminar zeigen wir Ihnen an verschiedenen Modellen, wie Sie unterschiedliche Veränderungen erspüren und Ihre Sinne schärfen. Natürlich kann und darf das Abtasten die Screening-Mammografie nicht ersetzen, sondern soll die Sensibilität erhöhen und Ihre Eigenverantwortung stärken!

Veranstaltungsort

AOK-Haus Wuppertal, Bundesallee 265,
Veranstaltungsraum links neben dem
Haupteingang

Anmeldung per QR-Code

Bitte melden Sie sich mit dem
nebenstehenden QR-Code
bei der AOK Bergisches Land
an. Die Anzahl der Plätze ist
begrenzt!



Ein Seminar des Brustzentrums Wuppertal in Kooperation mit der AOK Wuppertal, der Screening-Einheit von Quartz Healthcare Wuppertal, den niedergelassenen Gynäkologinnen und dem Verein Grazie e. V.

09.–11. Oktober 2026

19:00Uhr

Wandelgarten, Luisenstraße 110, Wuppertal

Wuppertal leuchtet Pink(tober)

Gemeinsam das Luisenviertel in Pink erstrahlen lassen

Wenn die Schaufenster im Luisenviertel in pinkem Licht leuchten, entsteht weit mehr als eine besondere Atmosphäre: Gemeinsam setzen wir ein sichtbares Zeichen der Solidarität mit Menschen, die von Brustkrebs betroffen sind, und machen auf die Bedeutung von Früherkennung und Frauengesundheit aufmerksam. Spazieren Sie durch das Viertel, entdecken Sie die liebevoll gestalteten Schaufenster und erfahren Sie an den Informationsaufstellern mit QR-Code mehr über die Aktion und die Arbeit von Grazie e. V. Wir laden Sie herzlich ein, Teil dieses besonderen Abends zu sein und gemeinsam mit uns das Luisenviertel pink leuchten zu lassen.

Anleuchten ist
am 09. Oktober
um 19 Uhr

09. Oktober 2026

20:30 Uhr

Musik, die verbindet

Benefizkonzert in der Sophienkirche

Im Rahmen von „Wuppertal leuchtet Pink(tober)“ lädt die Sophienkirche im Luisenviertel im Anschluss an das Anleuchten zu einem Konzert starker Frauenstimmen ein.

Veranstaltungsort:

Sophienkirche,
Sophienstr. 3b, Wuppertal



21. Oktober 2026

16:00–19:00 Uhr

Helios Universitätsklinikum Wuppertal



Schminkseminar und Verwöhn-Nachmittag

Unterstützung für Patientinnen während und nach einer Chemo- bzw. Strahlentherapie. Unter Anleitung der erfahrenen Kosmetikerin Sladjana Krause lernen Sie, wie Sie den äußerlichen Folgen der Behandlung lebensbejahend und selbstfreundlich begegnen können. Erlernen Sie, Ihrem Gesicht wieder einen Rahmen zu geben, Tücher zu drapieren, und sorgen Sie mit vielen kleinen Tricks für mehr Wohlbefinden.

Veranstaltungsort

Helios Universitätsklinikum Wuppertal

Raum E-01, Heusnerstraße 40, Wuppertal

Sie finden den „Kreativraum“ E-01 im Eingangstorbogen: Nehmen Sie die linke Freitreppe. Hinter der Schwingtür geht es links in die Pflegedirektion.

Hier geradeaus und vier Stufen hinauf in Raum E-01.

Anmeldung per Mail

Max. 6 Teilnehmerinnen.

anja.schwartzkopff@helios-gesundheit.de

14. Oktober 2026

Ab 16:00 Uhr

Rex-Kino Wuppertal

Großes Kino- und Info-Event im Rex

Ein unterhaltsames und informatives Programm rund um die Brustkrebs-Therapie, bei dem Kunst und Kulinarik nicht zu kurz kommen.

Veranstaltungsort

Rex-Kino Wuppertal Elberfeld

Kipdorf 29 | 42103 Wuppertal



Die Teilnehmeranzahl ist begrenzt auf Platzanzahl des Kinosaals.

Nach einer persönlichen Krise, Scheidung und einer unglücklichen Romanze begibt die New Yorkerin Liz Gilbert sich auf eine einjährige Weltreise, die zu einer Suche nach sich selbst wird. Sie beschließt, alles zu riskieren und ihr altes, wohlgeordnetes Leben hinter sich zu lassen, um all das zu tun, was bisher keinen Platz gefunden hatte. Eat, Pray, Love – durch Genuss, Meditation und Liebe führt sie ihre Reise nach Italien und Indien. Zuletzt reist Liz zu dem Medizinmann Ketut Liyer nach Bali, wo sie eigentlich weiter meditieren will. In Bali erfährt sie, zu guter Letzt und völlig unerwartet, dass wahre Liebe inneren Frieden und Ausgeglichenheit beschert.

Diese medizinischen Expert:innen sind für Ihre Fragen und Beratung vor Ort:

Team des Brustzentrums am Helios Universitätsklinikum Wuppertal

- Knoten getastet – was nun?
- Stanzbiopsie, wie geht das eigentlich?
- Was ist die Aufgabe einer Breast Care Nurse?
- Welche Vorteile hat die Teilnahme an einer klinischen Studie?

Team des Brustzentrums am Agaplesion Bethesda Krankenhaus Wuppertal

Beratungsangebot

- Beratung rund um Brustkrebserkrankungen

QUARTZ HEALTHCARE

Screening Einheit Bergisch Land/Kreis Mettmann

- Fragen zum qualitätsgesicherten Früherkennungsprogramm für alle Frauen von 50 bis 75 Jahren können Sie gerne an das Mammographie-Screening-Team stellen.

Psychoonkolo:innen des Helios Universitätsklinikums Wuppertal

Reden hilft

- Beratung zu psychotherapeutischer Begleitung

Kinovorführung

Im Anschluss startet der Film-Klassiker „Eat, Pray, Love“

Weitere Programmpunkte nächste Seite ›

Am 14. Oktober im Rex: Beratung, Kultur und Unterhaltung

Grazie e.V. – Verein zur Förderung der Familien- und Frauengesundheit: Mit Spenden unterstützt der Verein zum Beispiel Angebote, die über die medizinische Behandlung hinaus den Patientinnen zugutekommen, wie etwa Schminkkurse oder therapeutische Angebote. Kathrin Thaldorf und Stefanie Clingen werden vor Ort sein und Ihnen die Vereinsarbeit vorstellen.

Breast Friends Forever: Die Brustkrebs-Selbsthilfegruppe informiert über die unterstützende Kraft einer Gruppe Gleichgesinnter.

Checked Tits Club e.V.: Mit Musik, bunten Videos, Fotos, Plakaten, Merchandising und Kollektionen macht der Verein – bei vor allem jüngeren Menschen und auch Männern – auf Brustkrebs aufmerksam.

Fokus war dabei bisher die Früherkennung, Mental Health und Diversität. Künftig sollen auch Prävention, Leben mit Krebs und neue Ansätze der Medizin Beachtung finden. Weitere Projekte wie Podcasts, neue Kleidung, weitere Songs und Social-Media-Influencing sind im Aufbau. Kommt gerne vorbei, lernt uns persönlich kennen und nutzt die Möglichkeiten, bei uns mitzuwirken. Vielleicht habt ihr ja Lust, euch kreativ auszutoben und ein neues It-Piece zu entwerfen?

Sozialverband VdK – Ortsverband Barmen:
Beratung und Hilfe bei chronischer Erkrankung

Die Helios Privatklinik stellt sich vor

Selbsthilfegruppe MamMut
am Agaplesion Bethesda Krankenhaus

Gemeinsam ist vieles leichter. Wir möchten MUT machen, Hoffnung schenken und zeigen: Nach Brustkrebs geht das Leben weiter.

Physiotherapie Walonka
zeigt Präventionsübungen für die Brust

Friseurbedarf Kemper GmbH
präsentiert den Haarersatz und informiert über die Möglichkeiten bei Haarverlust und die Hilfsmittelabrechnung als zertifizierter Vertragspartner der Krankenkassen

Personal Trainerin Johanna Mühlhoff und Dorothee Hoffs von PRIMUS
informieren über den richtigen Sport nach einer Krebserkrankung.

Sanitätshaus Werner aus Wuppertal und
Sanitätshaus Pia Püttmann aus Essen
präsentieren attraktive Hilfsmittel

Foto-Station Kommen Sie mit der besten Freundin! Unsere Fotografin Claudia Regge macht Sofortbilder von Ihnen.



Kunstaussstellung und -Versteigerung
Die Wuppertaler **Bildhauerin Andrea Raak** zeigt Werke, die sich mit der weiblichen Brust auseinandersetzen. Sie hat dem Verein Grazie e. V. ein Bild (Unikat) gestiftet, das während der Veranstaltung in einer amerikanischen Versteigerung zugunsten von Grazie e. V. versteigert wird.

Von Hut bis Loop: die Firma **Gebeana** aus Wuppertal zeigt kreative Mode für den Kopf

07. November 2026

09:00-14:00 Uhr

Arbeit Remscheid GmbH

Gesunde Ernährung hilft vorbeugen und heilen

**Kochkurs mit dem österreichischen Starkoch
Gerald Lierzer**

Wir zeigen Ihnen leckere und zugleich gesundheitsfördernde Rezepte! Gemeinsame Zubereitung eines Fünf-Gänge-Menüs mit anschließendem gemeinsamen Essen.

Veranstaltungsort

Arbeit Remscheid GmbH
Freiheitsstraße 181/Am Bruch
42853 Remscheid

Parkplätze vor dem Haus,
Einfahrt am „rostigen“ Löwen

Anmeldung per Mail

Begrenzte Platzzahl: Max. 20 Teilnehmerinnen
anja.schwartzkopff@helios-gesundheit.de



Starkoch
Gerald Lierzer

Photo © Helios Kliniken GmbH

29. November 2026

11:00 Uhr

Hochschule für Musik und Tanz

Benefizkonzert Herzensangelegenheit

**Konzert des Fördervereins der Musikhochschule
in Wuppertal e. V.**

Konzert mit der Pianistin Florence Millet,
Studierenden, Lehrenden und Gästen

Eintritt auf Spendenbasis

Der Spenden-Erlös der Veranstaltung
kommt "Grazie- Verein für die Gesundheit
von Frau und Familie e. V." zugute.

Spendenkonto
IBAN: DE66 3305 0000 0000 1592 36
BIC: WUPSDE33XXX

Veranstaltungsort

Hochschule für Musik und Tanz Köln
Standort Wuppertal
Konzertsaal
Sedanstraße 15
42275 Wuppertal



Photo © Luc Pérénom

Du bist nicht allein!

Breast Friends Forever

Selbsthilfegruppe BFF

Treffen

Unsere Treffen finden am 2. Donnerstag
im Monat von 17:30 bis 19:00 Uhr statt.
Eine Voranmeldung ist nicht notwendig.

Campus Helios Universitätsklinikum
Helios Bildungszentrum
Wuppertal Sanderstr. 163
Raum EK1

Ansprechpartnerinnen

Falls Sie Fragen haben, erreichen Sie uns
telefonisch oder per E-Mail.
Wir freuen uns darauf, mit Ihnen
ins Gespräch zu kommen!

Erminia Pavlatou
Telefon 0176 35770309
bff-selbsthilfegruppe@web.de

Kerstin Schug
Telefon 01573 6993046
shg-mammamia@gmx.de



DKG
KREBSGESELLSCHAFT
Zertifiziertes
Brustkrebszentrum



Brustzentrum des Helios Universitätsklinikum Wuppertal

zertifiziert nach „ÄKzert“ durch die Ärztekammer
Westfalen-Lippe und die Deutsche Krebsge-
sellschaft (DKG).

Helios Universitätsklinikum Wuppertal
Universität Witten/Herdecke

Heusnerstraße 40, 42283 Wuppertal
Telefon (0202) 896-1438 oder -1429
brustzentrum.wuppertal@helios-gesundheit.de



Details und Gesamt-Programm



Helios Universitätsklinikum Wuppertal Brustzentrum

Heusnerstraße 40

42283 Wuppertal

T (0202) 896-1438 oder -1429

brustzentrum.wuppertal@helios-gesundheit.de

www.helios-gesundheit.de/wuppertal



Universitätsklinikum
Wuppertal



AOK Rheinland/Hamburg
Die Gesundheitskasse.

QUARTZ
HEALTHCARE



STADT WUPPERTAL / STABSSTELLE
GLEICHSTELLUNG UND ANTIDISKRIMINIERUNG



Brustzentrum



Wuppertal

Rex
FILM THEATER

Impressum

Verleger: Helios Universitätsklinikum Wuppertal, Heusnerstraße 40, 42283 Wuppertal

Foto: Adobe Stock – NaMong Productions