

## 7. Lymphselbsthilfetag in Freiburg



### Gemeinsam stark!

**Freitag und Samstag  
17. – 18. Juni 2022  
im Bürgerhaus Zähringen  
Freiburg im Breisgau**

**Bundesverband Lymphselbsthilfe e. V.**

[www.lymphselbsthilfe.de](http://www.lymphselbsthilfe.de)



### Veranstaltungsort

Bürgerhaus Zähringen  
Lameystr. 2  
79108 Freiburg  
Standort: <https://t1p.de/lymphfreiburg>



### Anmeldung

<https://t1p.de/lymph-22>  
Bei Fragen:  
Tel.: 09191 979 464  
Mail: [info@lymphselbsthilfe.de](mailto:info@lymphselbsthilfe.de)



### Hybridveranstaltung

**Die Vorträge werden aufgezeichnet und stehen im Nachgang zur Verfügung.**

### Bitte beachten Sie:

Während der Veranstaltung werden Fotos zu Zwecken der Öffentlichkeitsarbeit gemacht.

**Samstag, 15:30 Uhr:  
Mitgliederversammlung  
Lymphselbsthilfe e.V.**



### Fotos (Flyer)

Axel Killian, Barbara Tust

### Anmeldeschluss 30. Mai 2022

Teilnahmegebühr (inkl. Speisen/Getränke): 20 €  
Mitglieder der Lymphselbsthilfe e.V.: kostenfrei  
Tageskasse für Restplätze  
Übernachtungen können bei der Anmeldung dazu gebucht werden.

Mit Unterstützung von

**Aktion  
MENSCH**

**Samstag, 15:30 Uhr – Mitgliederversammlung Lymphselbsthilfe e.V.**

Liebe Lip- und Lymphödem-Betroffene, Interessierte und Freunde der Lymphselbsthilfe e. V.,

die Lymphselbsthilfe Freiburg und wir laden Sie, Ihre Angehörigen und Freunde herzlich zum 7. Lymphselbsthilfetag ein. Wir freuen uns auf interessante Vorträge von herausragenden Referenten aus ganz Deutschland und auf anregende Diskussionen.

Der Titel der diesjährigen Veranstaltung lautet **Gemeinsam Stark!** Damit machen wir einmal mehr darauf aufmerksam, dass Betroffene der chronischen Erkrankungen Lip- und Lymphödem Unterstützung benötigen. Wichtig ist, dass wir unsere Lebensqualität verbessern und mit den vielfältigen Herausforderungen unserer Erkrankung nicht allein gelassen werden. Dabei thematisieren wir auch die Auswirkungen der Krankheit auf unsere Partner, Freunde und Familie. Was benötigen diese, um uns gut unterstützen zu können? Wie geht es unseren Partnern und Freunden damit?

Seit nunmehr **10 Jahren** setzt sich die **Lymphselbsthilfe e. V.** dafür ein, dass Lip- und Lymphödem-Betroffene kein Schattendasein fristen und richtet den Blick auf Hintergründe der Erkrankung sowie wichtige aktuelle Entwicklungen. Wir haben schon viel erreicht. Dazu ist es wichtig, gemeinsam zu handeln und noch schlagkräftiger zu werden. Werden auch Sie ein Teil der Lymphselbsthilfe e. V. und unterstützen Sie uns entweder passiv oder engagieren sich bei uns als aktives Teammitglied. Wir laden Sie alle zu unserer Mitgliederversammlung ein.

Ihre

*Susanne Helmbrecht*

Susanne Helmbrecht

Vorsitzende

Lymphselbsthilfe e.V.

## Freitag

- 10:30 Begrüßung**
- 11:00 Auf welche Unterstützung durch Partner, Familie oder Netzwerk kann eine Lip-/Lymphpatientin bauen?**  
Dipl.-Psych. univ. Susanne Helmbrecht,
- 11:45 Aufbau und Funktion des Lymphgefäßsystems**  
Dr. Martha Földi, Ärztliche Direktorin der Földiklinik
- 12:30 Mittagspause**
- 13:30 Fibrosegriffe und Selbstbehandlung**  
Ralf Gauer, Fachlehrer für MLD/KPE, Fachbeirat Lymphselbsthilfe e.V.
- 14:15 Lymphyoga**  
Dr. Anika Meckesheimer, Sozialpsychologin (UAM Mexiko Stadt), Yogalehrerin
- 15:00 Kaffeepause**
- 15:30 Adipositas-Chirurgie bei Lymph- und Lipödempatienten – zwischen Erfahrungen und Evidenz**  
Prof. Dr. Goran Marjanovic, Leiter der Sektion für Adipositas und Metabolische Chirurgie, UK Freiburg
- 15:30\* Nordic Walking Impulsvortrag (i. A. Praxiseinheit 45 Min.)**  
Anke Faller, Mastertrainerin NW
- 16:15 Plastische Chirurgie bei postbariatrischen Patienten, Lymph- und Lipödempatienten**  
Prof. Dr. Vincenzo Penna, Facharzt für Plastische und Ästhetische Chirurgie, Praxisklinik
- 16:15\* Lymphe in Bewegung nach Brustkrebs**  
Jennifer Ryan, Heilpraktikerin, Lymphtherapeutin
- 18:00 Stadttour Freiburg**

## Samstag

- 09:00 Lipödem ist nicht die Ursache für alle Probleme**  
Caroline Sprott, Healthfluencerin, Unternehmerin
- 09:45 Welche Kompression kann der Arzt verordnen? Wann zahlt die Krankenkasse?**  
Ralph Martig, Bereichsleiter Lymphologie, Sanitätshaus Schaub KG
- 10:30 Kaffeepause**
- 11:00 Asdonk Selbstmanagement – alles, was SIE tun können**  
Thomas Beckert, Cheftherapeut Feldbergklinik
- 11:00\* Möglichkeiten der Kompression**  
Tanja Hafner, Außendienstleiterin Lymphologie
- 11:45 Essen bei Lipödem: Mythen und Fakten**  
Constanze Wach, Diplom-Oecotrophologin
- 11:45\* Entstauungsgymnastik**  
Annette Dunker, Sporttherapeutin
- 12:30 Mittagspause**
- 13:15 Modenschau – Kompression modern und stylish**  
Caroline Sprott, Moderatorin
- 14:15 Liposuktion beim Lipödem – Standards und Kostenübernahme**  
PD Dr. Anja M. Boos, Fachärztin für Plastische und Ästhetische Chirurgie, Stellv. Klinikdirektorin UK Aachen
- 15:00 Zusammenfassung und Ausblick**  
Susanne Helmbrecht,  
Vorsitzende Lymphselbsthilfe e.V.

\* Workshops können vor Ort gebucht