

Tanz, Meditation, Yoga

Nach dem Brustkrebs wieder Kraft finden: 100 Frauen bei „Ein Tag für Dich“ in Osnabrück

Von [Paula Nicnerski](#) | 16.06.2025, 17:05 Uhr



Von links nach rechts: Teilnehmerinnen Ina Sostmeier, Anja Schmidt-Mohrlüder, Nicole Butke und Heike Schmitz. Sie haben sich auf der Veranstaltung „Ein Tag für Dich“ kennengelernt und sind dankbar für den Austausch. Denn: „Vernetzung hilft!“, findet Butke. FOTO: PAULA NICNERSKI

Da ansetzen, wo die ärztliche Betreuung endet: Die Veranstaltung „Ein Tag für Dich“ im Osnabrücker Remarque-Hotel soll Frauen gerade nach der akuten Brustkrebserkrankung unterstützen: Wie kann es nach so einem Einschnitt weitergehen?

Vor einem Jahr erhielt Nicole Butke die Diagnose Brustkrebs. Ihr Leben geriet aus den Fugen, alles drehte sich plötzlich nur noch um die Krankheit. Sie durchlebte Chemotherapie, eine Operation und Bestrahlung. An Ostern war die Akuttherapie abgeschlossen – eigentlich Zeit zum Aufatmen. Doch in der Ruhe nach dem Sturm merkte Butke: Ihr Leben ist anders als zuvor. Sie fühlt sich orientierungslos und leer.

Was zunächst ungewöhnlich klingt, ist eine Geschichte, die Butke mit vielen anderen (Ex-)Patientinnen verbindet. Das weiß auch Silke Linsenmaier,

Gründungsmitglied und Vorsitzende des bundesweiten Vereins „Lebensheldin!“. „Gerade nach dem Ende der akuten Therapie fängt die psychische Verarbeitung an“, sagt sie. „Betroffene sind dann oft in einem Gedankenkarussell gefangen, aus dem es so leicht kein Entkommen gibt.“

Das Gedankenkarussell stoppen

Um in dieser Situation Halt zu bieten, hat der Verein am Samstag gemeinsam mit dem Osnabrücker Verein „Flügel der Hoffnung“ den „Tag für Dich“ veranstaltet: Im Remarque-Hotel sollte ein Programm aus Yoga, Meditation, Tanz und Impulsvorträgen dabei helfen, das Gedankenkarussell Betroffener zumindest kurzzeitig zu stoppen. „Unser Ziel ist es, Betroffenen wieder Mut zu geben, ihren eigenen Weg zu gehen“, sagt Linsenmaier.



„Ein Tag für Dich“: Die Veranstalter wollen Teilnehmerinnen Platz bieten, sich einen Tag lang einfach nur um sich selbst zu kümmern. FOTO: KARL-HEINRICH THIELE

Dass es Bedarf für derartige Veranstaltungen gibt, zeigt sich auch in der hohen Nachfrage: 100 Frauen nahmen am Samstag teil. Eine von ihnen ist

Anja Schmidt-Mohrlüder aus Diepholz. „Man wird hier sehr wertgeschätzt“, sagt sie. Sie sei sehr dankbar für derartige Angebote, die es einem ermöglichen, zur Ruhe zu kommen, nachzudenken, aber vor allem: sich mit anderen Betroffenen auszutauschen.

Austausch bietet Halt

Das findet auch Nicole Butke. Besonders zu Beginn ihrer Krankheitsgeschichte habe sie zahllose Fragen gehabt - und sich einsam gefühlt. Ein vorherrschender Gedanke: „Ich bin krank, und um mich herum geht das Leben einfach weiter“. Im direkten Umfeld Unterstützung zu finden, sei ihr schwergefallen: „Wenn ich mit Freundinnen über meine Diagnose geredet habe, haben die auch direkt angefangen zu weinen“, sagt sie. „Und meinen Mann wollte ich auch nicht damit belasten.“



Von links nach rechts: Angelika Schindler-Obenhaus vom Verein „LebensHeldin“, Albert von der Assen, erster Vorsitzender des Vereins „Flügel der Hoffnung“, Silke Linsenmaier und Isabella Ladines Castaneda, Gründungsmitglieder des Vereins „LebensHeldin“ und Karl-Heinrich Thiele, zweiter Vorsitzender von „Flügel der Hoffnung“.
FOTO: MARTINA VAN KANN

Im Austausch unter Betroffenen hingegen wüssten alle genau, worum es geht – seien es emotionale Fragen oder praktische, wie die Nebenwirkungen bestimmter Medikamente. „Ja, das ist mir genauso passiert, mach dir keine

Sorgen“ – so etwas helfe mehr als ein „Das können wir ja mal googeln“, sagt Butke.

Auch am „Tag für dich“ ist sie sichtlich gerührt von Gesprächen mit anderen Betroffenen. „Ich hab hier die ganze Zeit ein Taschentuch in der Hand“, sagt Butke und wischt sich lächelnd eine Träne aus dem Augenwinkel.

In ein erfülltes Leben zurückkehren

Finanziert wurde die Veranstaltung durch Spendengelder des Vereins Flügel der Hoffnung aus Osnabrück. Seit Mai 2024 besteht der Verein und will Brustkrebspatientinnen vor Ort helfen, in ein erfülltes Leben zurückzufinden – und ihnen so „wieder Flügel verleihen“, wie Vorsitzender Albert von der Assen formuliert.

Unterstützen, Verstehen, Verbinden

Das Ziel, Orte der Verbindung zu schaffen, eint die beiden Vereine Flügel der Hoffnung und LebensHeldin. Am Samstag haben sie dazu einen weiteren Schritt getan: Auch in Osnabrück möchten sie sogenannte „Sisterhood-Gruppen“ etablieren. Das sind Gruppen von Betroffenen, die sich in regelmäßigen Abständen treffen, um in den Austausch zu gehen und gemeinsam Kraft zu sammeln. Dafür suchen die Vereine Frauen, die bereit sind, eine Ausbildung zur Mentorin anzugehen.

Anmerkung:

Dieser Artikel wurde im Online Portal der Neuen Osnabrücker Zeitung (NOZ) am 16. Juni 2025 veröffentlicht.

Das vorliegende Dokument wurde auf Basis dieses Online-Artikels durch den „Flügel der Hoffnung e.V.“ erstellt. KARL-HEINRICH THIELE