

Let's  
**Be**  
Leaders  
Krebs braucht Kommunikation  
by HCF

# Brustkrebs

Wie Frauen in Führung damit umgehen



**Healthcare**  
Frauen e.V.

**AKADE***me*  
BY NICOLE STAUDINGER



# WERDE AKTIV UND SETZE EIN SIGNAL!

## #LETSBELEADERS AWARENESSAKTION AM 04.10.2023

Wir freuen uns, dass wir Dich für die Awarenessaktion "**Brustkrebs und Führung**" gewonnen haben und danken Dir schon jetzt für Dein Engagement zu diesem wichtigen Thema.

### **GEMEINSAM können wir so:**

- ❖ Frauen in Führung, die selbst oder deren Mitarbeiterinnen betroffen sind unterstützen
- ❖ das Bewusstsein für die Bedeutung der Vorsorge bei Chef\*innen fördern
- ❖ die Chancen für eine bessere Früherkennung, einem angemessenen Umgang und einer erfolgreichen Behandlung verbessern.

Egal ob Du nur 2 Minuten hast oder eine ganz eigene Aktion planen möchtest. Wir haben genau das richtige Paket für jede\*n und **jeder Beitrag zählt!** Finde im Nachfolgend unser vorbereitetes Kommunikations-Kit und nimm Dir das heraus, was sich für Dich am besten anfühlt und am einfachsten umsetzbar ist.

Weiterführende Infos findest Du zudem auf der Website [www.agingforfuture.de](http://www.agingforfuture.de).  
Natürlich kannst Du Dich auch gerne direkt bei uns melden wenn noch Fragen aufkommen.

Wir freuen uns, dass Du dabei bist!  
Herzliche Grüße,

**Healthcare Frauen (HCF) e.V. & Nicole Staudinger**

**AKADE***me*  
BY NICOLE STAUDINGER

**Healthcare**  
Frauen e.V. 

# KOMMUNIKATIONSKIT

## LET'S BE LEADERS – KREBS BRAUCHT KOMMUNIKATION



Das Thema Brustkrebs ist noch immer ein Thema über das man nicht, zumindest aber nicht gerne spricht. Was, wenn es mich selbst als Chefin, meine Chefin oder meine Mitarbeiterin betrifft? Wie gehe ich damit um? Wo finde ich Infos, wo medizinischen Background und empathische Hilfe?

All diese Fragen bewegen und lassen die Frauen manchmal hilflos zurück. Deshalb haben wir eine **Online-Broschüre** ([hier klicken](#)), die diese Fragen beantwortet, und einen **Kalender** erstellt ([hier klicken](#)), damit der wichtige monatliche Selbsttest und der jährliche Frauenarztbesuch nicht vergessen wird.

**Was Du dabei tun kannst: selbst verwenden, darüber sprechen und im Brustkrebsmonat Oktober eigene Aktionen dazu starten!**

# AWARENESSAKTION AM 04.10.2023

## POSTINGHILFE

Jeder Beitrag zählt! Und jede\*r soll, trotz vollen Kalendern mitmachen können.

Daher findest Du auf den folgenden beiden Slides

- ❖ Unser **Aktionslogo zum Download**, wenn Du kein Bild von Dir selbst posten möchtest ODER wenn Du ein Bild von Dir mit vorgefertigtem Text und Schild hochladen möchtest
- ❖ Einen bereits für Dich **fertig formulierten Posting-Text**. Diesen kannst Du auf Wunsch adaptieren oder auch einfach 1:1 übernehmen

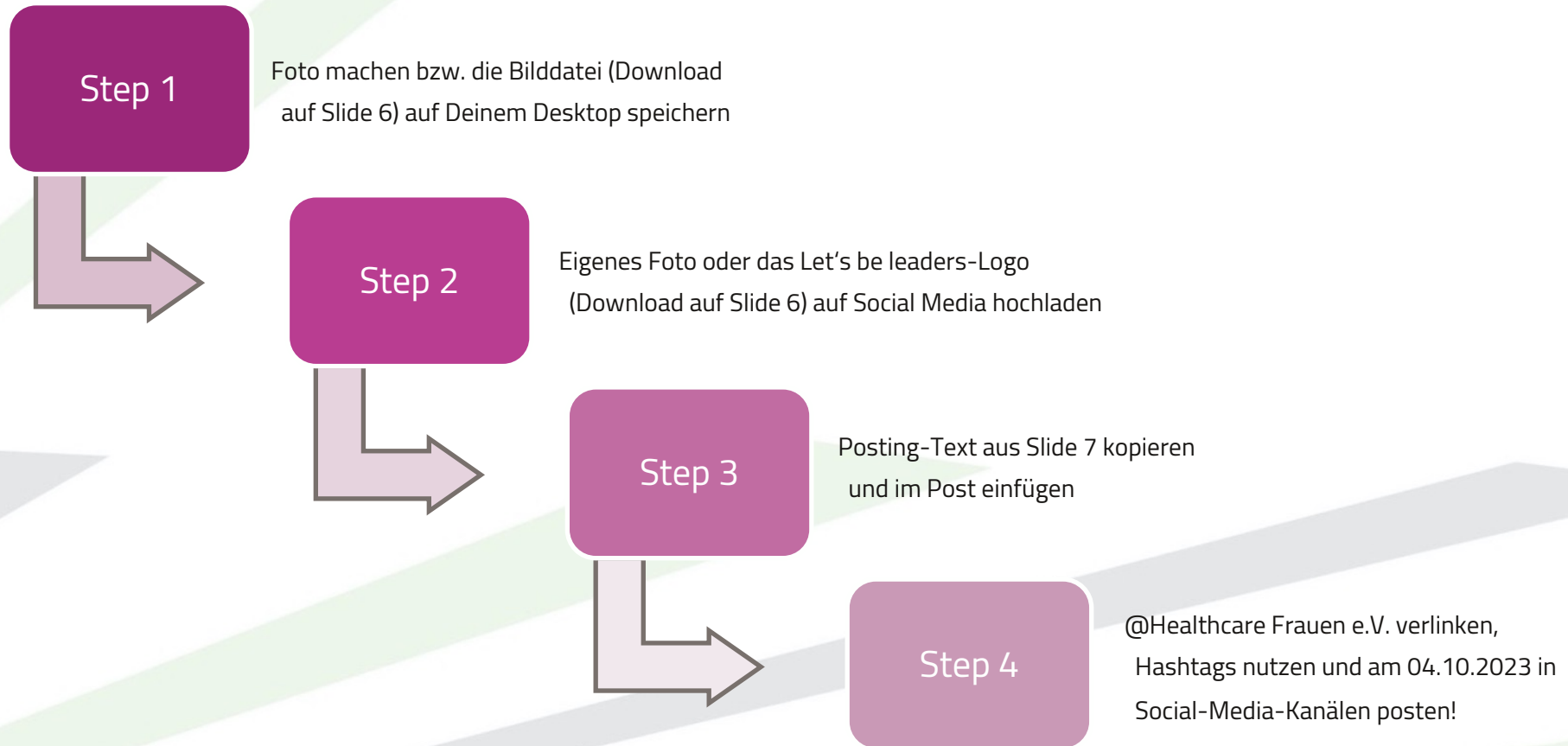
Anleitungen\* zur Erstellung von Beiträgen findest du auf:

\*Klicke mit StrG und dem Cursor direkt auf den benötigten unten stehenden Link, um auf die entsprechende Seite zu gelangen

- LinkedIn: <https://www.linkedin.com/help/linkedin/answer/a519931/inhalte-auf-linkedin-posten-und-teilen?lang=de>
- Instagram: [https://help.instagram.com/442418472487929/?helpref=about\\_content](https://help.instagram.com/442418472487929/?helpref=about_content)
- Facebook: [https://de-de.facebook.com/help/1640261589632787/?helpref=hc\\_fnav](https://de-de.facebook.com/help/1640261589632787/?helpref=hc_fnav)
- Twitter: <https://help.twitter.com/de/using-twitter/how-to-tweet>

# AWARENESSAKTION AM 04.10.2023

## POSTINGHILFE



# #LETSBELEADERS AWARENESSAKTION AM 04.10.2023

## DOWNLOAD AKTIONSLOGO



Download Link für das Let's be Leader's Logo: [hier klicken](#)  
Bitte nutze diese Hashtags: #Brustkrebs #GemeinsamStark #Gesundheit #Letsbeleaders  
#WirSindDerWandel #HealthcareFrauen

# AWARENESSAKTION AM 04.10.2023

## SOCIAL MEDIA TEXTVORLAGE

🌸 "Brustkrebs - (k)ein Thema für Dich? Let's be leaders" 🌸

Manchmal vernachlässigen wir Themen, die auf den ersten Blick nicht unmittelbar mit uns zu tun haben. Doch was, wenn plötzlich Brustkrebs uns oder unsere Mitarbeiterinnen betrifft?

Als Führungskräfte tragen wir eine besondere Verantwortung, nicht nur für unser Team, sondern auch für unsere eigene Gesundheit.

Im Oktober, dem Brustkrebsmonat, ermutigen die @Healthcare Frauen e.V. alle mit dem neuen Projekt „Let`s be leaders“ dazu, über Brustkrebs mit Deinen Kollegen, Deinem Team und in Deinem Unternehmen zu sprechen, dich zu informieren und aktiv zu handeln.

Gerne unterstütze ich das Projekt durch meinen Post, denn es ist Zeit, das Tabu zu durchbrechen und gemeinschaftlich Verantwortung zu übernehmen.

Hier sind einige Schritte, die du unternehmen kannst:

1. Bildung ist der Schlüssel: Informiere dich über Brustkrebs, seine Risikofaktoren und die Bedeutung von Früherkennung.
2. Selbstfürsorge: Du bist nicht allein. Wenn du Fragen oder Bedenken hast, zögere nicht, Unterstützung und Rat einzuholen.
3. Unterstützung im Team: Als Führungskraft kannst du ein offenes Gespräch fördern und sicherstellen, dass deine Mitarbeiterinnen Zugang zu Informationen und Unterstützung haben.
4. Erfahrungen teilen: Wenn du persönlich betroffen bist oder Menschen kennst, die es sind, teile deine Erfahrungen, um anderen Mut zu machen und das Bewusstsein zu stärken.

Lass uns gemeinsam ein Zeichen setzen und Brustkrebs aus der Tabuzone holen!

Unter dem folgenden Link kannst du die Informationsbroschüre „Let`s be leaders“ und den Vorsorgekalender der Healthcare Frauen für 2024 finden:

[www.agingforfuture.de/projekte/letsbeleaders/](http://www.agingforfuture.de/projekte/letsbeleaders/)

Gemeinsam stehen wir im Oktober vereint gegen Brustkrebs, denn dieses Thema betrifft uns alle.

👊🏻 #Brustkrebs #GemeinsamStark #Gesundheit #Letsbeleaders #WirSindDerWandel #HealthcareFrauen

AKADEme  
BY NICOLE STAUDINGER

Healthcare  
Frauen e.V.

# WER EIN BISSCHEN MEHR WILL...

## Wer ein bisschen mehr will:

- ❖ Teile Deine Story, warum Dich diese Aktion begeistert
- ❖ Teile, was Du für Deine Brustgesundheit machst
- ❖ Dein persönlicher Wunsch an die Politik, Gesellschaft, Familie, Freunde ... zu diesem Thema
- ❖ Verlinke eine inspirierende Quote, Artikel, etc., die Du zu dem Thema gelesen hast
- ❖ Nutze unbedingt die Hashtags: #Brustkrebs #GemeinsamStark #Gesundheit #LetsBeLeaders #WirSindDerWandel #HealthcareFrauen
- ❖ Tagge Deine Freund\*innen, Familie, relevante Unternehmen und Institutionen in Social Media, um noch mehr Aufmerksamkeit zu gewinnen

## Initiiere eigene Aktionen

- ❖ Starte ein Fundraising für eine Initiative die zu dem Thema als unterstützenswert erachtet
- ❖ Motiviere das Social Media Team Deines Unternehmens, auf die Aktion aufmerksam zu machen, um eine noch breitere Tragweite zu generieren
- ❖ Poste ein Foto von Dir und starte eine Challenge in Deinem Netzwerk

Bitte nutze diese Hashtags: #Brustkrebs #GemeinsamStark #Gesundheit #Letsbeleaders  
#WirSindDerWandel #HealthcareFrauen



**VIELEN DANK!**

**Dr. Leonie Uhl**

Sprecherin Beirat Gesundheitsförderung

**Dr. med. Vanessa Conin-Ohnsorge**

Ehrenpräsidentin

**Kontaktiere uns!**

[info@healthcare-frauen.de](mailto:info@healthcare-frauen.de)

[www.healthcare-frauen.de](http://www.healthcare-frauen.de)

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

**Healthcare**  
Frauen e.V. 

Let's  
**Be**  
Leaders  
Krebs braucht Kommunikation  
by HCF

**AKADE***me*

BY NICOLE STAUDINGER

Folge HCF auf Social Media:

