

WORKSHOP-WOCHENENDE FÜR MENSCHEN MIT EINER KREBSERKRANKUNG

Für wen ist das Workshop-Wochenende geeignet?

Für alle mit Spaß an Bewegung – auch für Menschen mit verminderter körperlicher Belastbarkeit. Für alle, die mehr über Krebs und das Leben mit der Krankheit wissen wollen.

Für alle Interessierten, egal, ob Singles oder Paare.

Zwei Menschen, eine faszinierende Idee:

Tanzen spricht nicht nur den ganzen Menschen an, durch den Tanz spricht auch der ganze Mensch. So werden Körper, Seele und Geist verbunden und sogar die Gesundheit beeinflusst. Denn Tanzen kann den Patient*innen sowie ihren Angehörigen helfen, den Umgang mit der Erkrankung zu verändern. Aus diesen Gründen haben Prof. Jutta Hübner und Tobias Wozniak 2016 in Berlin ein Tanzprojekt gegründet.

Nun möchte Tobias auch im Klinikum Dortmund seine Leidenschaft zum Tanzen an die Patient*innen weitergeben – zum Wohl ihrer Gesundheit.

Dazu gibt es Vorträge zu folgenden Themen:

- Was ist Krebs?
- Warum gerade ich?
- Welche modernen Therapien gibt es?
- Was kann man gegen Nebenwirkungen tun?
- Was ist die richtige Ernährung?
- Kann Naturheilkunde helfen?
- Warum ist körperliche Aktivität gesund?

WEITERE INFOS

Veranstalter:

Hautklinik
Klinikum Dortmund gGmbH
Beurhausstr. 40
44137 Dortmund

Unter der Schirmherrschaft der Krebsgesellschaft NRW.

 **Krebsgesellschaft**
Nordrhein-Westfalen e.V.

In Kooperation mit

 **PRiO** Arbeitsgemeinschaft Prävention
und Integrative Onkologie (PRiO)
der Deutschen-Krebsgesellschaft



LUST AUF BEWEGUNG? TANZ-WORKSHOP FÜR MENSCHEN MIT KREBS



Ein Workshop-Wochenende
mit spannenden Vorträgen,

Tanz und Bewegung

23. – 24. November 2019

Raum Phoenix

Klinikum Dortmund Mitte

PROGRAMM

Samstag, 23.11.2019

Tag 1, Raum Phoenix

| | |
|-------------------|---|
| 9.45 Uhr | Treffpunkt Im Eingangsbereich des Klinikums. Der Workshop findet anschließend im Raum Phoenix statt |
| 10.00 – 10.45 Uhr | Begrüßung und Einführung Krebs – was passiert mit mir? Referentin: Frau Prof. Hübner, Jena |
| 10.45 – 11.30 Uhr | Tanzen Die ersten Schritte |
| 11.30 – 11.45 Uhr | Pause mit Snacks und Getränken |
| 11.45 – 12.30 Uhr | Vortrag Selbst aktiv werden |
| 12.30 – 13.15 Uhr | Mittagspause |
| 13.15 – 14.00 Uhr | Tanzen Spaß bei der Bewegung |
| 14.00 – 14.45 Uhr | Vortrag Wissen hilft |
| 14.45 – 15.00 Uhr | Pause mit Snacks und Getränken |
| 15.00 – 15.45 Uhr | Tanzen Den Tag entspannt ausklingen lassen |

Sonntag, 24.11.2019

Tag 2, Raum Phoenix

| | |
|-------------------|---|
| 10.00 – 10.45 Uhr | Tanzen Wiederholung und neue Schritte |
| 10.45 – 11.30 Uhr | Vortrag Was kann ich selbst tun? |
| 11.30 – 11.45 Uhr | Pause mit Snacks und Getränken |
| 11.45 – 12.30 Uhr | Tanzen Langsam kommen die Schritte in den Füßen an |
| 12.30 – 13.15 Uhr | Mittagspause |
| 13.15 – 14.00 Uhr | Vortrag Nebenwirkungen – was hilft? |
| 14.00 – 14.30 Uhr | Abschlusstraining |

Verantwortliche Leitung des Workshops

Prof. Dr. med. Jutta Hübner, Professorin für Integrative Onkologie
am Universitätsklinikum Jena

Tobias Wozniak, Tanztrainer, aktive Profilaufbahn,
Leiter der Tanzgruppen für Patienten mit Krebs

Ein Projekt der Stiftung Perspektiven für Menschen

Eine Stiftung für Menschen mit Krebs und ihre Angehörigen, die sich
auf die Suche nach den eigenen Möglichkeiten begeben wollen.

www.stiftung-perspektiven.de

Spendenkonto

IBAN: DE13 3702 0500 0001 5583 00 · BIC: BFSWDE33X



TEILNAHME

Für Krebspatienten und ihre Partner ist die Veranstaltung
kostenfrei. Mitmachen kann jeder – mit und ohne Partner.

Ihre Anmeldung senden Sie bitte an:
Klinikum Dortmund gGmbH · z. Hd. Frau Dr. Pia Dücker
Beurhausstr. 40 · 44137 Dortmund

oder per E-Mail: pia.duecker@klinikumdo.de

IHRE ANMELDUNG

Hiermit melde ich mich verbindlich zum
Workshop-Wochenende am 23. – 24.11.2019 an.

Vorname

Name

Straße

PLZ/Ort

E-Mail

Telefon

Ich bringe meine(n) Partner(in)/Begleitung mit.

Name Partner(in)/Begleitung

Datum, Unterschrift