

Veranstalter

Thüringische Krebsgesellschaft e. V.
Paul-Schneider-Str. 4, 07747 Jena

Termin

15. bis 16. März 2019

Veranstaltungsort

ADTV-Tanzschule führbar
Am alten Güterbahnhof 1, 07743 Jena

Teilnahme

Die Teilnahme ist für Krebsbetroffene und deren Tanzpartner kostenfrei. Wir bitten um eine verbindliche Anmeldung per E-Mail an info@tkg-ev.de oder per Post an Thüringische Krebsgesellschaft e.V., Paul-Schneider-Str. 4, 07747 Jena

Wir freuen uns auf Ihre Teilnahme!

Bitte beachten Sie, dass Kosten für An-/Abreise und Unterkunft von der Thüringischen Krebsgesellschaft e.V. nicht übernommen werden.

Wissenschaftliche Begleitung



In Kooperation mit



Mit freundlicher Unterstützung der Deutschen Rentenversicherung Mitteldeutschland.

WIR HELFEN UND BERATEN

Die Thüringische Krebsgesellschaft e. V. ist für krebsbetroffene Menschen der Ansprechpartner vor Ort. Eine kostenfreie vertrauliche Beratung, direkte Hilfe und weitreichende Unterstützung von Patienten und Angehörigen sind die Kernaufgaben der Krebsgesellschaft.

Vorträge und Kurse ergänzen das umfassende Angebot. Die Thüringische Krebsgesellschaft e. V. finanziert ihre Arbeit durch freiwillige Zuschüsse und Spenden.

Weitere Informationen erhalten Sie unter www.krebs-thueringen.de oder am Telefon unter 0 36 41 / 33 69 86

Spendenkonto der Thüringischen Krebsgesellschaft e. V.

Sparkasse Jena-Saale-Holzland
IBAN DE88 8305 3030 0000 2013 67
BIC HELADEF1JEN



Was kann
ich selber
tun?

Ein Workshop mit
Vorträgen und Tanztraining
für Menschen mit Krebs

Tanz und Krebs – wie geht das zusammen?

Im Jahr 2018 haben Prof. Dr. Jutta Hübner und Ronny Pietsch ein Tanzprojekt für Krebsbetroffene und ihre Partner in Jena begonnen. Tanz spricht den ganzen Menschen an und im Tanz spricht der ganze Mensch. Tanz verbindet Körper, Seele und Geist. Tanz kann helfen, den Umgang mit der Krankheit zu verändern und zwar für Patienten und Angehörige.

Für wen ist das Workshop-Wochenende geeignet?

Der Workshop ist für alle Krebskranken mit Spaß an der Bewegung geeignet, genauso wie für Menschen mit verminderter körperlicher Belastbarkeit und für alle, die mehr über die Krankheit Krebs wissen wollen. Wer einen Partner mitbringen kann, ist ebenso willkommen, wie Einzelpersonen.

Um welche Themen geht es in den Vorträgen?

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?

Referenten

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

Dr. Steffen Derlien, *Sportwissenschaftler, Universitätsklinikum Jena*

Ronny Pietsch, *ADTV-Tanzlehrer (IHK)*

Workshop-Programm

Tag 1

16:00–16:45 Begrüßung und Einführung
Krebs – was passiert mit mir?

16:45–17:30 Tanzen – Die ersten Schritte
Pause

18:00–18:45 Vortrag – Selber aktiv werden!

18:45–19:30 Tanzen – Den Tag entspannt
ausklingen lassen

Tag 2

10:00–10:45 Tanzen – Wiederholung und
neue Schritte

10:45–11:30 Vortrag – Wissen hilft!

11:30–12:15 Tanzen – Langsam kommen die
Schritte in den Füßen an
Mittagspause

13:15–14:00 Vortrag – Nebenwirkungen, was hilft?

14:00–14:45 Tanzen – Spaß bei der Bewegung
Pause

15:00–15:30 Vortrag – Was kann ich selber tun?

15:30–16:00 Abschlusstraining

Hiermit melde ich mich verbindlich
zum Workshop an.

15.–16.03.2019 in Jena

Ich nehme mit einer Begleitperson teil. Ich komme allein.

Anmeldung

per E-Mail unter info@tkg-ev.de
oder per Post an

Thüringische Krebsgesellschaft e.V.
Paul-Schneider-Straße 4
07747 Jena

Anrede, Vorname, Nachname

Straße, Nr.

PLZ, Ort

Telefon

E-Mail

Datum, Ort

Unterschrift