

Ein Projekt der



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

Wenn Sie sich für die Arbeit der Stiftung interessieren:

www.stiftung-perspektiven.de

Spendenkonto:

Bank für Sozialwirtschaft; Köln

IBAN: DE13 3702 0500 0001 5583 00

BIC: BFSWDE33X

In Kooperation mit:



Mit freundlicher Unterstützung:



Wissenschaftliche Begleitung:



Prävention und Integrative Onkologie
eine Arbeitsgemeinschaft der
Deutschen Krebsgesellschaft (DKG)

Anmeldung:

Vorname/Name

Geburtsjahr

Straße

PLZ/Ort

E-Mail

Telefon

Hiermit melde ich mich verbindlich an.

Ich tanze als: _____Beginner_____Fortgeschrittene(r)

Ich bringe meinen Partner/meine Partnerin mit.

Ich suche einen Partner/eine Partnerin für den Workshop.

Vorträge und Tanzsport für Menschen mit Krebs

Lust auf ein Workshop-
Wochenende mit
spannenden Vorträgen
und Tanztraining?

Dann jetzt anmelden!

28.03. & 29.03.2020



Für wen ist das Workshop-Wochenende geeignet bzw. das Richtige?

Für alle mit Spaß an Bewegung. Der Workshop ist auch für Menschen mit verminderter körperlicher Belastbarkeit geeignet. Für alle, die mehr über die Krankheit Krebs wissen wollen und wie man damit leben kann.

Wer einen Partner mitbringen kann ist ebenso willkommen, wie einzelne Personen.

Tanz und Krebs - wie geht das zusammen?

Im Jahr 2016 haben wir, Jutta Hübner und Tobias Wozniak, in Berlin ein Tanzprojekt für Patienten und ihre Partner 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.
Tanz ist Tobias' Leidenschaft, von der er Patienten etwas geben möchte.

Was heißt das genau und worum 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?

Interesse?

Ihr Workshop-Termin 2020 in Stuttgart:

Wann?

28.03.20 & 29.03.20

Wo?

Gymnastikraum im Diakonie Klinikum

| | Tag 1 | Tag 2 |
|---------------|--|--|
| 10:00 - 10:45 | Begrüßung und Einführung Krebs - was passiert mit mir? | Tanzen - Wiederholung und neue Schritte |
| 10:45 - 11:30 | Tanzen - die ersten Schritte | Vortrag - Nebenwirkungen, was hilft? |
| 11:30 - 11:45 | Pause mit Obst und Getränken | Pause mit Obst und Getränken |
| 11:45 - 12:30 | Vortrag - selber aktiv werden! | Tanzen - langsam kommen die Schritte in den Füßen an |
| 12:30 - 13:30 | Mittagspause | Mittagspause |
| 13:30 - 14:15 | Tanzen - Spaß bei der Bewegung | Vortrag - was kann ich selber tun? |
| 14:15 - 15:00 | Vortrag - Wissen hilft | Abschlusstraining |
| 15:00 - 15:15 | Pause mit Obst und Getränken | |
| 15:15 - 16:00 | Tanzen - Den Tag entspannt ausklingen lassen | |

Referenten

Prof. Dr. med. Jutta Hübner
Dr. med. Dr. rer. nat. Patrizia Marini
Ute D. Engel, Oberärztin für Psychiatrie, Psychotherapie und Psychoonkologie
Tobias Wozniak
Tanztrainer, aktive Profilaufbahn, Leiter der Tanzgruppen für Patienten mit Krebs

Teilnahme

Kostenfrei für Patienten und Ihre Partner - wir bitten um verbindliche Anmeldungen
(Kosten für Anreise und Unterkunft können Mitglieder von Selbsthilfegruppen im Rahmen der Selbsthilfeförderung bei der Krankenkasse beantragen.)

Lust mitzumachen?

Anmeldung per E-Mail an:
mvz-ukt@diak-stuttgart.de

oder per Post an:

MVZ-UKT-GmbH
Frau Nadine Deeg
Lerchenstr. 27
70176 Stuttgart

Ansprechpartner

Tobias Wozniak
Vorbergstraße 7
10823 Berlin
0179/54 19 478
tanzen-perspektiven@web.de
www.dein-tanzlehrer.berlin

Wir freuen uns auf Sie/Euch!

