

Stiftung 
Leben mit Krebs®

Sport für Menschen mit Krebs – *Ihr Aktionstag*

AKTIONSWOCHE
5.–12. September 2015

Baden-Württemberg – Hessen
Nordrhein-Westfalen – Rheinland-Pfalz

MACHEN SIE MIT!



ganz schön sportl**ICH!**
ganz schön bewegl**ICH!**

Kooperationspartner:



NATIONALES CENTRUM
FÜR TUMORERKRANKUNGEN
HEIDELBERG

getragen von:
Deutsches Krebsforschungszentrum
Universitätsklinikum Heidelberg
Thoraxklinik-Heidelberg
Deutsche Krebshilfe



Deutsche
Sporthochschule Köln
German Sport University Cologne





SPORT TUT GUT UND MACHT MUT!

Sport mindert nicht nur die Nebenwirkungen einer Krebstherapie, sondern steigert auch die Leistungsfähigkeit. Das Selbstbewusstsein wird gestärkt – was die Lebensqualität enorm verbessern kann. Darüber hinaus hat körperliche Aktivität auch direkten Einfluss auf die Entstehung von Krebs und den Verlauf einer Krebserkrankung. Wer regelmäßig Sport treibt, beugt einer Krebserkrankung vor. Man geht heute davon aus, dass sportlich aktive Menschen ihr Risiko, an Krebs zu erkranken, durchschnittlich um 20 bis 30 Prozent reduzieren können. Aber auch Betroffene, bislang eher inaktive Patienten können von einer Änderung ihres Lebensstils profitieren.

IHR NEUEINSTIEG IN DEN SPORT WIRD BELOHNT

Mit unserer Aktion wollen wir Sie motivieren, bei einem Verein oder einer Gruppe in Ihrer Nähe zu beginnen. Mit einem medizinisch empfohlenen Sportprogramm, das aus einer Kombination aus modifiziertem Kraft- und Ausdauertraining besteht, können Sie die positiven Effekte von sportlicher Bewegung selbst erfahren. Sie werden sicher mit mehr Lebensqualität belohnt. Wir freuen uns auf Sie!

Wir sind für Sie da!

Unser Kooperationspartner vor Ort.

IMPRESSUM

Organisation:
medandmore communication GmbH
Friedberger Str. 2, 61350 Bad Homburg
Telefon: 0 61 72 / 96 61 0
www.medandmore.de

Stiftung Leben mit Krebs
Mainzer Straße 48, 55252 Mainz-Kastel
(Sitz der Stiftung: Wiesbaden)
Telefon: 0 61 34 / 7 53 81 38
www.stiftung-leben-mit-krebs.de
www.rudern-gegen-krebs.de



Weitere Informationen
zu dem Projekt unter
www.sportfest-krebs.de