

## Anmeldung

Bitte melden Sie sich  
bis zum 15.06.2019 verbindlich an.

E-Mail: [tanzen@mayr-weschlau.de](mailto:tanzen@mayr-weschlau.de)  
Per Post: Katharina Mayr-Weschlau  
Lohmühlenstraße 26a  
12435 Berlin  
Telefonisch: 0163 / 884 13 06

Vorname Name

Geburtsjahr

Straße

PLZ | Ort

E-Mail-Adresse

Telefon

- Ich melde mich verbindlich an
  - Ich tanze als Beginner
  - Fortgeschrittener
- Ich bringe meinen Partner/ meine Partnerin mit
- Ich suche einen Partner/ eine Partnerin für den Workshop

## Veranstaltungsort

Sana Klinikum Lichtenberg  
HAUS G  
VERANSTALTUNGSSAAL  
Fanningerstraße 32 | 10365 Berlin

**Anfahrt mit Öffentlichen Verkehrsmitteln: U5; S5, S7  
S75; Bus: 193, 256; Tram: 18, 21**

**Wir freuen uns auf Sie!**

Sana Klinikum  
Lichtenberg



# Taktvoll bewegen

## Tanzworkshop und Vorträge für Menschen mit Krebs



**Freitag 28.06.2019  
&  
Samstag 29.06.2019**

Veranstalter/ Organisation	
 <b>STIFTUNG PERSPEKTIVEN FÜR MENSCHEN</b>	<a href="http://www.stiftung-perspektiven.de">www.stiftung-perspektiven.de</a> Spendenkonto: Bank für Sozialwirtschaft; Köln IBAN: DE13 3702 0500 0001 5583 00 BIC: BFSWDE33X
 <b>DKG</b> KREBSGESELLSCHAFT Zertifiziertes Viszeralonkologisches Zentrum für Darmkrebs Pankreaskrebs Magenkrebs	 <a href="http://www.sana-kl.de">www.sana-kl.de</a>
 <b>PRIO</b> Prävention und Integrative Onkologie eine Arbeitsgemeinschaft der Deutschen Krebsgesellschaft (DKG)	<a href="http://www.prio-dkg.de">www.prio-dkg.de</a>
<b>Wir bedanken uns ganz herzlich für die Unterstützung durch die Bürgerstiftung Lichtenberg</b>	
 <b>BÜRGERSTIFTUNG LICHTENBERG</b>	<a href="http://www.buergerstiftung-lichtenberg.de">http://www.buergerstiftung-lichtenberg.de</a>

## Für wen ist es das Richtige?

- Für alle mit Spaß an Bewegung - auch für Menschen mit verminderter körperlicher Belastbarkeit.
- Für alle, die mehr über die Krankheit Krebs wissen wollen und wie man damit leben kann.
- Wer eine/n Partner/in mitbringen kann, ist ebenso willkommen wie einzelne Personen.

## Warum Tanzen und Krebs?

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 Betroffene und Angehörige.

## Worum geht es in den Vorträgen?

Zwischen den Tanzeinheiten geben Experten der „Arbeitsgemeinschaft Prävention und integrative Onkologie“ der Deutschen Krebsgesellschaft Antworten auf Fragen wie: Was ist Krebs? Welche modernen Therapien gibt es? Was kann man gegen Nebenwirkungen tun? Was ist die richtige Ernährung? Kann Naturheilkunde helfen? Warum ist körperliche Aktivität wichtig?

## Wer sind die Experten?

Professor Jutta Hübner ist Fachärztin für Hämatologie und internistische Onkologie und beschäftigt sich seit vielen Jahren wissenschaftlich mit „Komplementärmedizin“ – also mit der Frage, was man zusätzlich und ergänzend bei Krebsleiden tun kann, um den Krankheitsverlauf zu verbessern.

Katharina Mayr-Weschlau ist Tanz-, Bewegungs- und Kommunikationstrainerin. Sie unterrichtet mit großer Begeisterung und viel Leidenschaft Gesellschaftstanz und Modern Linedance. Seit 2019 freut sie sich, im Team mit Frau Professor Hübner Angebote für Krebserkrankte und deren Partner/innen zu gestalten.

## Programm

### Freitag, 28.06.2019

- 16.00 – 16.45 Begrüßung und Einführung**  
Krebs- was passiert mit mir?
- 16.45 – 17.30 Tanzen –**  
die ersten Schritte.
- 17.30 – 17.45 Pause**
- 17.45 – 18.15 Vortrag –**  
selbst aktiv werden!
- 18.15 – 19.00 Tanzen –** den Tag entspannt  
ausklingen lassen.

Teilnahme ist kostenfrei für Betroffene und ihre Partner/innen – wir bitten um verbindliche Anmeldung.

## Programm

### Samstag, 29.06.2019

- 10.00 – 10.30 Tanzen –**  
Wiederholung und neue Schritte.
- 10.30 – 11.15 Vortrag –**  
Wissen hilft!
- 11.15 – 12.00 Tanzen –** langsam kommen die  
Schritte in den Füßen an.
- 12.00 – 12.45 Mittagspause**
- 12.45 – 13.30 Vortrag –**  
Nebenwirkungen, was hilft?
- 13.30 – 14.15 Tanzen –**  
Spaß bei der Bewegung.
- 14.15 – 14.30 Pause**
- 14.30 – 15.15 Vortrag -**  
was kann ich selbst tun?
- 15.15 15.45 Abschlusstanz**