

Rahmenbedingungen

Kosten

Für die Teilnahme benötigen Sie eine ärztliche Verordnung. Die Verordnung beinhaltet neben der Diagnose die Dauer der Teilnahme. In der Regel werden 50 Übungseinheiten á 45 Minuten (Formular 56) mit je 5,20 € pro Einheit von Ihrer Kasse übernommen. Die Ausweitung unseres Angebotes auf 60 Minuten ist für Sie kostenfrei.

Die Verordnung Ihres behandelnden Arztes (Formular 56) reichen sie bei Ihrer Krankenkasse ein. Nach Genehmigung ist die Kostenübernahme für Sie gesichert. Mit einer Verordnung durch den Arzt einer Reha-Einrichtung (G850) können Sie sich direkt zum Sport anmelden.

Nach Ablauf der Verordnung können Sie trotzdem weiter in der Gruppe unter fachlicher Anleitung aktiv bleiben.

Teilnehmergebühr auf Anfrage.

Versicherungsschutz

Sie sind über unsere Mitgliedschaft beim Behinderten- und Versehrtensportverband e.V. versichert.

Die Bayerische Krebsgesellschaft e.V. empfiehlt sich vorab ärztlich untersuchen zu lassen; die Teilnahme ohne ärztliche Verordnung erfolgt auf eigene Verantwortung. Im Schadensfall übernimmt die Bayerische Krebsgesellschaft e.V. keine Haftung.

Spenden und Mitgliedschaft

Die Bayerische Krebsgesellschaft e.V. ist ein gemeinnütziger Verein, der sich für die Interessen krebserkrankter Menschen einsetzt.

Unsere Angebote stehen jedem offen und sind weitgehend kostenfrei.

Unsere Arbeit wird nur teilweise durch öffentliche Fördergelder finanziert. Wir sind auf die Unterstützung durch Spenden und Mitgliedsbeiträge angewiesen.

Wir freuen uns über jede Spende:

**Spendenkonto 18 43 747 bei
der Stadtparkasse Augsburg
(BLZ 720 500 00)**

**IBAN: DE12 7205 0000 0001 8437 47
BIC: AUGSDE77XXX**

Spenden an uns sind steuerbegünstigt.

Oder:

Werden Sie Fördermitglied!

Mit einem Jahresbeitrag ab 30 Euro können Sie unsere Arbeit ideell und finanziell unterstützen.

Mitgliedsanträge erhalten Sie in unserer Krebsberatungsstelle oder online unter www.bayerische-krebsgesellschaft.de

Wir danken Ihnen!

ZUHÖREN. BEGLEITEN. HELFEN.

Aktiv gegen Krebs

Sportgruppen der Psychosozialen
Krebsberatungsstelle Augsburg

 BAYERISCHE
KREBSGESELLSCHAFT E.V.



Unser Sportangebot

„Sport wirkt nicht nur vorbeugend gegen Krebs, sondern verbessert nachweislich die Heilungschancen der Erkrankung.“

Prof. Dr. med. Martin Halle

Unser Rehabilitations-Sportangebot richtet sich an alle Frauen und Männer, die nach einer Krebsdiagnose etwas für ihre Fitness sowie ihr körperliches und psychisches Wohlbefinden tun wollen.

Ziel der Gruppen ist es, in entspannter Atmosphäre mit speziellen Übungen die eigenen Kräfte zu aktivieren, die Kondition zu verbessern, das Immunsystem anzuregen und damit den Genesungsprozess zu fördern. Das Training hilft Vertrauen in die eigenen Fähigkeiten aufzubauen und die Körperwahrnehmung zu stärken.

Allgemeine Ziele des Trainings:

- Muskelverkürzungen und Lymphödem vermeiden
- Fehlende Kraft ausgleichen
- Eingeschränkte Bewegungsfähigkeit verbessern
- Allgemeine Fitness verbessern (individuell)
- Selbstwertgefühl fördern
- Hilfe zur Selbsthilfe

Das Training wird individuell auf Ihre Bedürfnisse abgestimmt.

Gruppen

• Sportgruppe 1 „Aktiv gegen Krebs“

Ort: Parkschule Stadtbergen, Pavillon 4, Sonnenstr. 7, 86391 Stadtbergen, Zugang über Osterfeldstraße

Zeit: Montag, 10.30 - 11.30 Uhr

• Sportgruppe 2 „Aktiv gegen Krebs“

Ort: Klinikum Augsburg, EG Physiotherapie, Raum 368, Stenglinstr. 2, 86156 Augsburg

Zeit: Mittwoch, 18.00 - 19.00 Uhr

• Sportgruppe 3 „Aktiv gegen Krebs für Frauen mit gynäkologischen Krebserkrankungen“

Ort: Klinikum Augsburg, EG Physiotherapie, Raum 368, Stenglinstr. 2, 86156 Augsburg

Zeit: Dienstag, 13.00 - 14.00 Uhr



Der Einstieg in die Gruppen ist jederzeit möglich!

Infos und Anmeldung

Kursleitung:

Kerstin Hopfenitz

Rehasport Trainerin für Onkosport, Wirbelsäulengymnastik, Osteoporose, Morbus Bechterew und Wassergymnastik.

www.reha-sport-mit-herz.de

Anmeldung und weitere Informationen:

Psychosoziale Krebsberatungsstelle Augsburg der Bayerischen Krebsgesellschaft e.V.

Schießgrabenstr. 6, 86150 Augsburg

Tel. 0821 - 90 79 19 -0

Fax 0821 - 90 79 19 -20

kbs-augsburg@bayerische-krebsgesellschaft.de

www.bayerische-krebsgesellschaft.de

oder

Kerstin Hopfenitz

www.reha-sport-mit-herz.de

Tel. 0175 - 112 31 91

Email: info@reha-sport-mit-herz.de

Voraussetzungen:

Es sind keine sportlichen Vorerfahrungen notwendig. Der Schwerpunkt des Trainings wird auf das individuelle Heranführen und die Eingewöhnung von körperlicher Aktivität gelegt.