

PRESSEMITTEILUNG | 29. Juli 2015

## Sport trotz Krebs

### Stiftung Leben mit Krebs ruft zur Aktionswoche auf und fördert jedes Projekt mit 150 Euro

In Deutschland sind über fünf Millionen Menschen an Krebs erkrankt. Die Diagnose verändert das Leben schlagartig. Viele Krebspatienten ziehen sich zurück, nur wenige treiben Sport. Dabei verbessert körperliche Aktivität die Lebensqualität und verringert Symptome wie Abgeschlagenheit und Erschöpfung. Außerdem steigert die Bewegung das Selbstwertgefühl und die Vitalität.

Aus diesem Grund veranstaltet die Stiftung Leben mit Krebs vom 5. bis 12. September die Aktionswoche „Sport und Bewegung für Menschen mit Krebs“ in Baden-Württemberg, Hessen, Nordrhein-Westfalen und Rheinland-Pfalz. Sportvereine, Reha-Kliniken, Selbsthilfegruppen, onkologische Einrichtungen und weitere Institutionen können sich anmelden und einen Aktionstag für Krebspatienten durchführen. Die Registrierung erfolgt über [www.sportfest-krebs.de](http://www.sportfest-krebs.de).

Im vergangenen Jahr haben über 80 Vereine teilgenommen und insgesamt über 1.700 Krebspatienten motivieren können. „Die Teilnehmer waren mit Eifer dabei, obwohl sich manche mitten in der Chemophase befinden. Bei der Ausgabe der Urkunden kamen nur positive Rückmeldungen. Unisono hieß es: Das würden wir wieder machen!“, so eine Krebspatientin über den Aktionstag ihrer Gruppe.

#### Erlaubt ist, was gut tut

„Durch gemeinsame sportliche Betätigung kommen Patienten zusammen und überwinden die krankheitsbedingte Isolation. Sie gewinnen neuen Lebensmut und motivieren andere Betroffene. Mit der Aktionswoche möchten wir erreichen, dass sich Patienten trotz der Krankheit trauen Sportliches zu leisten“, erklärt

Klaus Schrott, Vorstandsvorsitzender der Stiftung Leben mit Krebs. Deshalb wird jede Organisation, die in der Aktionswoche ein Sportprogramm für Krebspatienten anbietet, von der Stiftung unterstützt. Das kann ein Walkingkurs sein oder eine gemeinsame Fahrradtour, leichtes Ausdauertraining oder Gymnastik. Erlaubt ist, was gut tut.

### **Unterstützung bei Organisation**

Bei Teilnahme von mindestens zehn Betroffenen und Abgabe einer kurzen Dokumentation, erhält die Gruppe 150 Euro. Hilfestellung bei der Organisation, Durchführung sowie Gestaltung des Sportprogrammes gibt es ebenfalls. Dr. Freerk Baumann (Deutsche Sporthochschule Köln) und Dr. Joachim Wiskemann (Nationales Centrum für Tumorerkrankungen Heidelberg) haben Vorschläge für das Bewegungsprogramm am Aktionstag entwickelt. „Körperliche Aktivität gehört zu einer der wichtigsten Nachsorgemaßnahmen für Krebspatienten. Mit der Aktionswoche möchten wir diesen Aspekt hervorheben und der breiten Öffentlichkeit bekannt machen“, sagt Wiskemann. „Es ist nie zu spät mit Bewegung zu beginnen“, fügt Baumann hinzu. Die Vorschläge der Sportmediziner und die Anleitung für den Aktionstag finden Organisationen unter [www.sportfest-krebs.de](http://www.sportfest-krebs.de).

## **2. Deutsches Sport- und Bewegungsfest zum 10-jährigen Jubiläum**

Seit zehn Jahren setzt sich die Stiftung Leben mit Krebs dafür ein, die Lebensqualität krebserkrankter Menschen entscheidend zu verbessern. Die Stiftung fördert hierfür therapieunterstützende Angebote und wissenschaftliche Projekte. Zentraler Schwerpunkt ist es, die Bewegungstherapie für Krebspatienten bundesweit zu etablieren. Um das 10-jährige Jubiläum der Stiftung besonders zu feiern, endet die Aktionswoche mit dem 2. Deutschen Sport- und Bewegungsfest für Menschen mit Krebs. Die Veranstaltung findet am 12. September von 11 bis 16 Uhr im Stadion des Instituts für Sport und Sportwissenschaften der Universität Heidelberg statt. Anmeldungen sind unter [www.sportfest-krebs.de](http://www.sportfest-krebs.de) möglich.

Weitere Informationen zur Sportaktionswoche und zum 2. Deutschen Sport- und Bewegungsfest gibt es unter [www.sportfest-krebs.de](http://www.sportfest-krebs.de) oder [www.stiftung-leben-mit-krebs.de](http://www.stiftung-leben-mit-krebs.de).

Gerne vermitteln wir Interviewkontakte zu Krebspatienten, Onkologen und Teilnehmervereinen.

**Kontakt:**

Alexandra Mest | **medandmore** communication GmbH  
Tel: 06172/96 61-23 | Mail: [alexandra.mest@medandmore.de](mailto:alexandra.mest@medandmore.de) | [www.medandmore.de](http://www.medandmore.de)