

AMBULANTE KREBSBERATUNGSSTELLE

IN DER MEDIZINISCHEN UNIVERSITÄT LAUSITZ – CARL THIEM

Gruppenangebot

„Walk and Talk – gemeinsam läuft“

Das Bewegungs- und Begegnungsangebot der ambulanten Krebsberatungsstelle Cottbus richtet sich an Menschen mit einer Krebserkrankung während oder nach einer Therapie und ist kostenfrei.

Laufen in der Natur hat positive Effekte auf Körper und Psyche und setzt Prozesse in Gang, die zu einer höheren Lebensqualität beitragen können und das Vertrauen in den eigenen Körper fördern.

Regelmäßige Bewegung kann die Rückfallrate reduzieren.

Für unser Bewegungsangebot in der Natur sind keine Vorkenntnisse erforderlich, Hilfsmittel (Wander- oder Walking-Stöcke können gern mitgebracht werden).

Bitte achten Sie auf witterungsgerechte Kleidung und festes Schuhwerk!

Die Teilnahme erfolgt in eigener Verantwortung.

- **jeden ersten Mittwoch im Monat (außer an Feiertagen)**
- **14.30 Uhr (Dauer 30-60 Minuten)**
- **Treff an der Beratungsstelle**

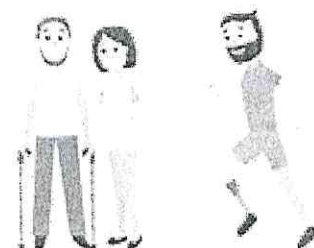
Anmeldungen bitte an:

Ambulante Krebsberatungsstelle

Thiemstr. 111, 03048 Cottbus

Tel.: 0355-46 1995

Mail: Krebsberatungsstelle@mul-ct.de



Sport frei!

J.Nohr (Dipl.-Soz.arb./-päd.(FH))

**Medizinische Universität
Lausitz – Carl Thiem**