



www.uksh.de/gutestun



Gutes tun!
Freunde- und Förderverein des UKSH

Engagement zugunsten des Spendenprojektes Vital-Walking für Krebspatienten

Wir freuen uns sehr, dass „Vital-Walking für Krebspatienten“ als Spendenprojekt des UKSH Freunde- und Fördervereins (UKSH WsG e.V.) onkologischen Patientinnen und Patienten während und nach ihrer Behandlung am UKSH, Campus Lübeck, kostenlos angeboten werden kann.

Danke! Die kostenfreie Teilnahme am Vital-Walking ist dank des Spenden- und Mitglieds-Engagements von Privatpersonen und Unternehmen möglich. Insbesondere dank der großzügigen Unterstützung von „Triathlon-gegen-Krebs“, Tri Sport Lübeck e.V., von Junge Die Bäckerei, Daimler AG-Mercedes-Benz Niederlassung in Lübeck und von Deltron Elektronik kann mit dem Projekt jetzt im März 2017 gestartet werden.

Ihr Engagement hilft! Damit Vital-Walking dauerhaft angeboten werden kann, ist auch Ihr Engagement herzlich willkommen!

Regelmäßiges Engagement: Insbesondere regelmäßige Spenden (z.B. als Dauerauftrag) sind eine besonders wertvolle Hilfe, da sie Planbarkeit ermöglichen:

Jetzt spenden!
100% kommen an.

Spendenkonto

Förde Sparkasse · IBAN: DE75 2105 0170 1400 1352 22
Empfänger: UKSH WsG e.V.
Verwendungszweck: FW14026, Vital-Walking HL

Kontakt und Spendenmöglichkeiten für das UKSH

www.uksh.de/gutestun | gutestun@uksh.de | ☎ (0451 | 0431) 500-10 520

Werden Sie Mitglied! Unterstützen Sie zusätzlich als Mitglied die wertvolle Arbeit des UKSH Freunde- und Fördervereins für die Universitätsmedizin: ab 20,- €/Jahr für Privatpersonen und ab 500,- €/Jahr für Institutionen oder Unternehmen.
Mitgliedsantrag unter: www.uksh.de/gutestun



Wir wünschen allen Patientinnen und Patienten viel Freude bei der vitalen Bewegung, einen angenehmen Austausch und eine bestmöglichen Genesungsverlauf.

Ihr UKSH Freunde- und Förderverein „Wissen schafft Gesundheit e.V.“

Motiv: © Picture-Factory - Fotolia

Was, wann und wo

- Dieses Angebot richtet sich an Patienten mit einer Krebserkrankung
- Kursleitung: Helén Frostbrant-Bake, M.A., Physiotherapeutin und Sportwissenschaftlerin
- Zeitlicher Umfang:
8 x donnerstags von 14.45 –15.45 Uhr
- Ort: Treffen vor dem Haupteingang Haus 13, Walking auf und in der Nähe des UKSH-Geländes. Bei sehr schlechtem Wetter Indoor-Aktivität im Haus 13
- Ausrüstung: Bequeme Sportkleidung, Sport- oder Wanderschuhe, Stöcke sind vorhanden
- Die Teilnahme ist kostenlos, freiwillige Spenden sind willkommen.



Gutes tun!
Freunde- und Förderverein des UKSH

Gutes tun! UKSH-Spendenmöglichkeiten

☎ 0451 500-10 5250, ✉ gutestun@uksh.de
www.uksh.de/gutestun

Spendenkonto:

IBAN: DE75 2105 0170 1400 1352 22

Empfänger: UKSH WsG e.V.

Bitte Angabe im Verwendungszweck: FW14026-Vitalwalking HL

Vital-Walking wird durch das jährliche Engagement von „Triathlon-gegen-Krebs“ im Rahmen des 7-Türme Triathlons und vom Tri Sport Lübeck e.V. besonders unterstützt.



UKSH

UNIVERSITÄTSKLINIKUM
Schleswig-Holstein



Onkologisches Zentrum



Vital-Walking

für Krebspatienten

Stabsstelle Integrierte Kommunikation, G. Weinberger, Stand Februar 2017

Willkommen

Sehr geehrte Damen und Herren,
wir möchten Sie herzlich einladen, an unserem kostenfreien Vital-Walking-Kurs teilzunehmen. Das Angebot richtet sich an alle onkologischen Patientinnen und Patienten während und nach ihrer Behandlung am UKSH, Campus Lübeck.

Ein professioneller Coach leitet das Training und stimmt die Anforderung individuell auf Ihre gesundheitliche Verfassung ab.

Bereits ein leichtes Bewegungsprogramm kann den Verlauf einer Krebserkrankung und die Verträglichkeit der Behandlung positiv beeinflussen. Beim Vital-Walking möchten wir Freude an der Aktivität im Freien vermitteln. Hier haben Sie Gelegenheit zum Durchatmen: Das Walking wirkt psychischem Stress und Müdigkeit entgegen, steigert Ihre körperliche Fitness und Ihre Lebensqualität. Beim gemeinsamen Training in der Gruppe lernen Sie zudem andere Patientinnen und Patienten kennen, mit denen Sie sich austauschen können.


„Vital-Walking“ für Krebspatienten ist eine Initiative von PD Dr. Inga Buchmann, Leiterin der

Willkommen


Sektion für Nuklearmedizin des UKSH, in enger Kooperation mit dem Onkologischen Zentrum, Campus Lübeck, der UKSH-Physiotherapie und „Gutes tun!“, dem UKSH Freunde- und Förderverein.



Profitieren auch Sie von diesem Angebot, Sie sind herzlich willkommen!


PD Dr. Inga Buchmann


Stefanie Fimm
Leiterin Physiotherapie


Prof. Dr. Tobias Keck
Leiter onkolog. Zentrum


Pit Horst
Leiter der Stabsstelle
Fundraising

Kontakt

Universitätsklinikum Schleswig-Holstein
Ratzeburger Allee 160, 23538 Lübeck
www.uksh.de

Projektbetreuung

PD Dr. Inga Buchmann, Leiterin der Sektion für Nuklearmedizin

Anmeldung

Psychoonkologischer Dienst der Klinik für Frauenheilkunde und Geburtshilfe, UKSH, Campus Lübeck
Ann Catrin Arndt und Franziska Hein

☎ 0451 500-41745

✉ anncatrin.arndt@uksh.de; franziska.hein@uksh.de

Kursleitung

Helén Frostbrant-Bake, M.A., Physiotherapeutin und Sportwissenschaftlerin

☎ 0451 500-17431

✉ helen.frostbrant-bake@uksh.de



Wissen schafft Gesundheit