

Was, wann und wo

- Dieses Angebot richtet sich an UKSH-Patient:innen mit einer Krebserkrankung
- Kurszeit: Mittwochs, 16 Uhr
- Kursort: Tagesklinik Schmerzzambulanz (Haus C1)
- Materialien: Bitte bringen Sie sich eine zusammenrollbare Decke mit
- Die Teilnahme ist kostenlos.



Gutes tun!
Freunde- und Förderverein des UKSH

Ihr Engagement hilft!

Die kostenfreie Teilnahme am Vital-Yoga ist dank des Spenden-Engagements von Privatpersonen und Unternehmen möglich. Damit Vital-Yoga dauerhaft angeboten werden kann, ist auch Ihr Engagement herzlich willkommen!

Spendenkonto

IBAN: DE75 2105 0170 1400 1352 22

Empfänger: UKSH WsG e.V.

Bitte Angabe im Verwendungszweck:

FW14026, VITAL-WALKING HL

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



DKG
KREBSGESELLSCHAFT

**Zertifiziertes
Onkologisches Zentrum**

UK SH

UNIVERSITÄTSKLINIKUM
Schleswig-Holstein

Titelbild: ©xx - Adobe Stock; Statistiele Integrierte Kommunikation; G. Weinberger; Stand Apr. 2024

Campus Lübeck

UCCSH | Universitäres Cancer Center
Schleswig-Holstein

Onkologisches Zentrum



Vital-Yoga

für Krebspatientinnen und -patienten

Willkommen

Sehr geehrte Damen und Herren,
wir möchten Sie herzlich einladen, an unserem kostenfreien Vital-Yoga-Kurs der Initiative „Vital-Bewegung für Krebspatient:innen“ teilzunehmen. Das Angebot richtet sich an alle onkologischen Patientinnen und Patienten während und nach ihrer Behandlung am UKSH, Campus Lübeck. Eine professionelle Yogalehrerin leitet den Kurs 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-Yoga haben Sie Gelegenheit zum Durchatmen: Yoga ist eine Jahrtausende alte Lebensphilosophie, die als ganzheitliches und bewegungsorientiertes Konzept Körper, Geist und Seele in Einklang bringt. Sie bewirkt inneren Frieden, Ausgeglichenheit, Harmonie, Klarheit und Gesundheit. Yoga kann als Mittel genutzt werden, Vergangenes hinter sich zu lassen, Schmerzliches erneut zu betrachten, loszulassen und sich neu auszurichten - durch ein achtsames Wahrnehmen dessen, was gerade ist. Wir führen gemeinsam mit Ihnen sowohl sanfte als auch kräftigende Körperübungen, Entspannungsübungen und Meditationen durch, im Einklang mit Ihrer individuellen Verfassung. Darüber hinaus lernen Sie zudem andere Patientinnen und Patienten kennen, mit denen Sie sich austauschen können. Profitieren auch Sie von diesem Angebot, Sie sind herzlich willkommen!


PD Dr. Inga Buchmann
Sektionsleitung Nuklearmedizin


Prof. Dr. Nikolas von Bubnoff
Direktor der Klinik für Hämatologie u. Onkologie


Marie Jaboreck
Yogalehrerin, Kursleiterin


Dr. Kim Luley
Oberärztin der Klinik für Hämatologie u. Onkologie

Kontakt

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

Projektbetreuung

PD Dr. Inga Buchmann, Leiterin der Sektion für Nuklearmedizin

Kursleitung

Marie Jaboreck, Medizinstudentin, ausgebildete Yogalehrerin

Anmeldung

Marie Jaboreck

✉ vitalyoga.nuklearmedizin.luebeck@uksh.de



Wissen schafft Gesundheit