

Anmeldung zum Lauf „Aktiv gegen Brustkrebs“ am 17. April 2016 durch den Bochumer Stadtpark

Online-Anmeldung unter www.aktivgegenbrustkrebs.de oder senden Sie das Anmeldeformular an: Sekretariat der Frauenklinik, Augusta-Kranken-Anstalt gGmbH, Bergstraße 26, 44791 Bochum, Fax-Nr. 02 34 / 517 27 03
Anmeldeschluss: 13. April 2016

Vorname _____

Nachname _____

Geburtsjahr _____

- Geschlecht:** ☐ weiblich ☐ männlich
Strecke 2,5 km: ☐ Walken ☐ Nordic Walken
Strecke 5 km: ☐ Joggen ☐ Urkunde für 1,-€

Atmungsaktives Funktions-Shirt zur Veranstaltung 15,-€ pro Stück

Bitte tragen Sie die gewünschte Menge in das Kästchen ein:

XS	S	M	L	XL	XXL

Damen-Shirt tailliert

S	M	L	XL	XXL

Bankverbindung

Kontoinhaber _____

Kontonummer / IBAN-Nr. _____ Bankleitzahl / BIC-Nr. _____

Bank _____

Hiermit bevollmächtige ich den Verein „Aktiv gegen Brustkrebs e.V.“ zum einmaligen Einzug der Startgebühr (5,- €) / T-Shirt-Kosten (15,- €) von meinem oben angegebenen Konto. Der Haftungsausschluss des Veranstalters wird akzeptiert. Gläubiger ID: DE54ZZZ00001168138

Datum _____ Unterschrift _____

Weitere Projekte des Vereins in Zusammenarbeit mit dem Brustzentrum Augusta

Familienhilfe für krebskranke Mütter

Die Diagnose Brustkrebs stürzt nicht nur die betroffene Frau sondern die ganze Familie in eine existenziell bedrohliche Krise. Die seelische Not der Kinder wird oft zu wenig beachtet, obwohl gerade sie die Veränderungen im Alltag besonders belastet. Wir vermitteln Familienhilfe zur Unterstützung krebskranker Mütter durch sozialpädagogisch geschulte Frauen. Die Kosten hierfür übernimmt der Verein Aktiv gegen Brustkrebs e.V.. Kontaktnummer für die Soforthilfe: Sekretariat der Augusta-Frauenklinik 0234 / 517-2701

Umfangreiches Kursprogramm seit Januar 2012

Kreative Betätigung wie z.B. Malen kann neuen Lebensmut finden lassen. Nur trauen muss man sich; in den meisten Menschen steckt ein ungeahntes künstlerisches Potenzial. Entspannungsübungen wie Yoga sind schnell gelernt. Man kann loslassen, Stress abbauen und das seelische Gleichgewicht wiederfinden. Alle wissen es und oft fehlt nur ein kleiner Impuls, um sich gesund zu ernähren. Durch die richtige Ernährung kann man einiges zur Gesundheit beitragen. Ergänzt durch komplementäre Heilmethoden ist dies ein idealer Ansatz, um die eigene Abwehr zu stärken. Darum geht es auch beim Nordic Walking an der frischen Luft. Große Studien haben gezeigt, dass Ausdauersport das Risiko an Brustkrebs zu erkranken stark reduziert und ein Wiederauftreten der Erkrankung besser verhindert als so manches Brustkrebsmedikament.

Anmeldungen zu den Kursen werden unter der Tel.-Nr. 02 34 / 950 822 67 erbeten. Es wird lediglich eine Kostenbeteiligung fällig, die von den Krankenkassen auf Antrag teilweise zurückerstattet wird.

Expertenmeetings

Der Verein veranstaltet donnerstags um 18.00 Uhr in unregelmäßigen Abständen im Seminarraum 2 im Institutsgebäude der Augusta-Krankenanstalt in Kooperation mit dem Brustzentrum Expertenmeetings für alle Interessierte. Hier bietet sich die Möglichkeit spezielle Themen intensiv zu beleuchten und eigene Fragen einzubringen.

Achten Sie bitte auf die Ankündigungen in der Presse und auf unserer Internetseite www.aktivgegenbrustkrebs.de.

ROESER
Beraten. Beschaffen. Begleiten.

Sparkasse
Bochum

AOK
Die Gesundheitskasse

98.5
radio bochum
100% von hier. Das klingt gut.

HASK
NIKS
Brustzentrale 1
BO 30 34 - 2132
24h-Service

Herz-Apotheke
Apotheker Dr. med. H.C. Metze a.K.
Kun-Schumann-Platz 2 · 44787 Bochum
Telefon 0234 51 79 70 · Telefax 0234 51 79 81

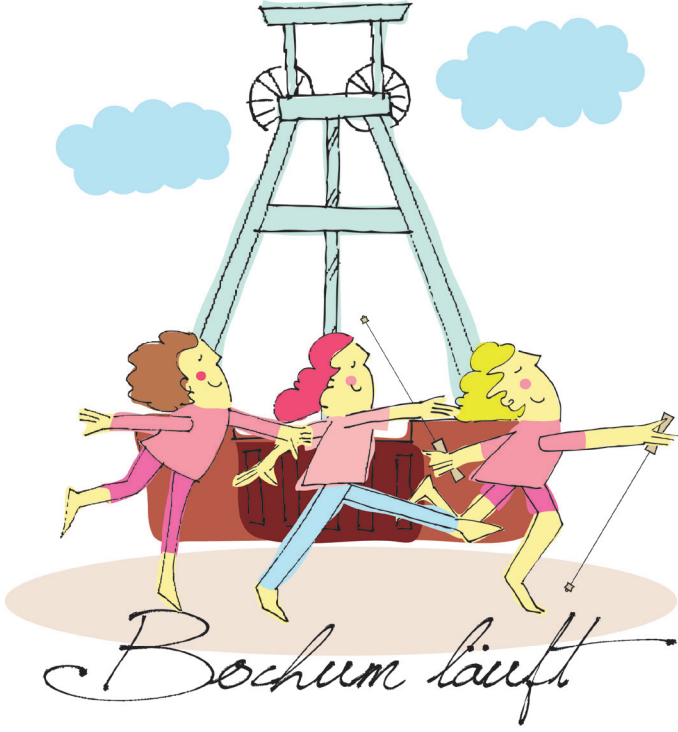
ruhr-apotheke

domi apotheke
dr. petersheim · essen

HEINTZMANN | Group

augusta
bewegt

eventmediagroup
Gesellschaft für Medienproduktionen mbH & Co. KG



6. LAUF
AKTIV GEGEN BRUSTKREBS
AM 17. April 2016
IM BOCHUMER STADTPARK



Bochum läuft

Aktiv gegen Brustkrebs e.V.

Moderation: Katja Leistenschneider



LAUF AM 17. April 2016

Schirmherrschaft: Frau Carina Gödecke

Ab 9.00 Uhr Ausgabe der Startunterlagen am Bismarckturm

10.30 Uhr Meldeschluss

10.35 Uhr Begrüßung

11.00 Uhr 1. Warm-up mit Musik

11.15 Uhr Start der Walker und Nordic Walker

11.45 Uhr 2. Warm up mit Musik

12.00 Uhr Start der Läufer

13.00 Uhr Verlosung und Preisverleihung

Startgebühr: 5,-€ - Kinder unter 6 Jahre kostenlos

Aufpreis bei Nachmeldungen (bis 45 min vor Start): 3,-€

Atmungsaktives Funktions-Shirt: 15,-€ **Urkunde:** 1,-€

Eine Wettkampfuhr läuft im Start-/Zielbereich zur persönlichen Zeitmessung mit, aber es gibt keine Sieger. Mitmachen ist die Devise! Deswegen gehen die Startnummern nach dem Lauf in eine Tombola ein.



Die Weltmeister/innen Sabine Braun, Heike Drechsler und Melanie Paschke unterstützen die Aktion und laufen mit.

Haftung

Für den Fall einer Teilnahme am Benefizlauf „Bochum läuft“ zu Gunsten des Vereins Aktiv gegen Brustkrebs e.V. erkennen Sie den Haftungsausschluss der Veranstalter für Schäden jeder Art an. Die Veranstaltung ist vom zuständigen Leichtathletikverband genehmigt. Der Ausrichter übernimmt auch Dritten gegenüber keinerlei Haftung bei Unfällen, Diebstählen oder sonstigen Schadensfällen. Sie erklären, gegen die Veranstalter keine Ansprüche jeglicher Art zu stellen, die durch eine Teilnahme am Lauf entstehen können. Sie sind damit einverstanden, dass die in Ihrer Anmeldung genannten Daten maschinell gespeichert und in der Teilnehmerliste veröffentlicht werden. Sie versichern, dass Ihr angegebenes Geburtsjahr richtig ist, Sie gesundheitlich für den Lauf fit sind und dass Sie Ihre Startnummer an keine andere Person weitergeben werden. (Hinweis lt. Datenschutz: Ihre Daten werden maschinell gespeichert.)

Aktiv gegen Brustkrebs e. V.

c/o Brustzentrum „Augusta“ Bochum,

Bergstraße 26, 44791 Bochum

www.aktivgegenbrustkrebs.de

Sparkasse Bochum

IBAN: DE96430500010001539501 - BIC: WELADED1BOC

Gläubiger ID: DE54ZZZ00001168138

Wir freuen
uns über
Spenden!



BARMER GEK



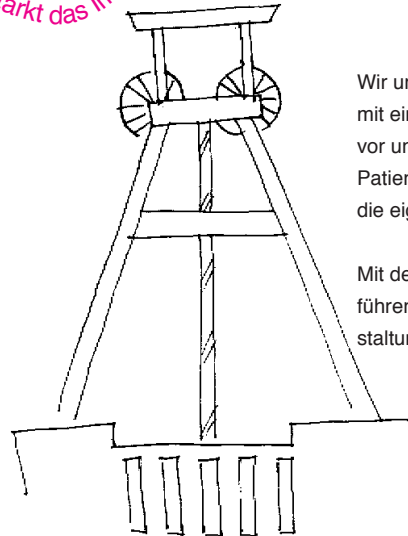
Deutsche Bank



pub'lic'i'ty
WERBUNG GmbH

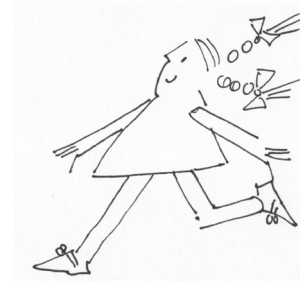
STADTWERKE
BOCHUM

Die Diagnose „Brustkrebs“ stürzt nicht nur die Mutter, sondern ihre ganze Familie in eine Kaskade existenziell bedrohlicher Krisen. Hier ist schnelle, unkomplizierte Hilfe im Alltag v.a. für die Kinder angezeigt, damit die Mutter entlastet wird. Für den Verein stellen sich hierfür sozialpädagogisch geschulte ehrenamtlich tätige Frauen zur Verfügung.

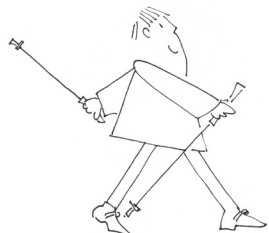


Wir unterstützen das Brustzentrum Augusta Bochum mit einem komplementärmedizinischen Angebot vor und während der Brustkrebstherapie, damit die Patientinnen die Therapie besser durchstehen und die eigene Widerstandskraft zu regenerieren.

Mit dem Brustzentrum Augusta Bochum zusammen führen wir allgemeinverständliche Informationsveranstaltungen für die Bevölkerung durch.



Wir weisen auf die große Bedeutung von Sport für die Vorbeugung und Verbesserung der Prognose von Brustkrebs hin.



Veranstalter des Laufs: VfL Bochum 1848 Leichtathletik e.V. im Namen des Vereins Aktiv gegen Brustkrebs e.V.

Der Vorstand des Vereins von links nach rechts:
Dr. Gabriele Bonatz, Beirat
Joachim Marks, Schatzmeister
Dominique Stachowitz, zweite Vorsitzende
Sandra Bruijnes, erste Vorsitzende

Laufen hebt die Stimmung, stärkt das Immunsystem und das Selbstbewusstsein. Aktiv sein. Der Verein Aktiv gegen Brustkrebs e.V. unterstützt betroffene Frauen, bietet Rat und Hilfe für die Familien und klärt über die Krankheit auf. Wir wollen mit Lauferveranstaltungen auf die große Bedeutung von sportlicher Betätigung für die Vorbeugung und Prognoseverbesserung von Brustkrebs aufmerksam machen.