

# Ein Projekt der

Eine Stiftung für  
Menschen mit Krebs  
und ihre Angehörigen,  
die sich auf die Suche  
nach den eigenen Möglichkeiten begeben wollen.  
Wenn Sie sich für die Arbeit der Stiftung interessieren:



**[www.stiftung-perspektiven.de](http://www.stiftung-perspektiven.de)**

Spendenkonto:

Bank für Sozialwirtschaft; Köln

IBAN: DE13 3702 0500 0001 5583 00

BIC: BFSWDE33X

## Anmeldung:

Vorname/Name

Geburtsjahr

Straße

PLZ/Ort

E-Mail

Telefon

o **Hiermit melde ich mich verbindlich an.**

Ich tanze als: \_\_\_\_Beginner\_\_\_\_Fortgeschrittene(r)

o **Ich bringe meinen Partner/meine Partnerin mit.**

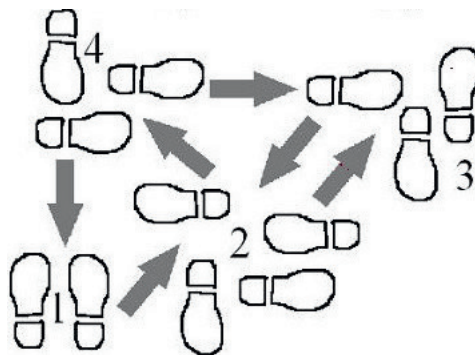
o **Ich suche einen Partner/eine Partnerin für den Workshop.**

Datum/Unterschrift



## Vorträge und Tanzsport für Menschen mit Krebs

*Lust auf ein Workshop-Wochenende  
mit  
spannenden Vorträgen und  
Tanztraining?  
Dann anmelden!*



**Für wen ist das Workshop-Wochenende geeignet bzw. das Richtige?**

Für alle mit Spaß an Bewegung. Der Workshop ist auch für Menschen mit verminderter körperlicher Belastbarkeit geeignet. Für alle, die mehr über die Krankheit Krebs wissen wollen und wie man damit leben kann. Wer einen Partner mitbringen kann ist ebenso willkommen, wie einzelne Personen.

**Tanz und Krebs - wie geht das zusammen?**

Im Jahr 2016 haben wir, Jutta Hübner und Tobias Wozniak, in Berlin ein Tanzprojekt für Patienten und ihre Partner begonnen. Tanz spricht den ganzen Menschen an und im Tanz spricht der ganze Mensch. Tanz verbindet Körper, Seele und Geist. Tanz kann helfen, den Umgang mit der Krankheit zu verändern und zwar für Patienten und Angehörige. Tanz ist Tobias' Leidenschaft, von der er Patienten etwas geben möchte.

**Was heißt das genau und worum geht es in den Vorträgen?**

Was ist Krebs? Warum gerade ich? Welche modernen Therapien gibt es? Was kann man gegen Nebenwirkungen tun? Was ist die richtige Ernährung? Kann Naturheilkunde helfen? Warum ist körperliche Aktivität gesund?

|             | Tag 1                                                  |             | Tag 2                                                |
|-------------|--------------------------------------------------------|-------------|------------------------------------------------------|
| 10:00-10:45 | Begrüßung und Einführung Krebs - was passiert mit mir? | 10:00-10:45 | Tanzen - Wiederholung und neue Schritte              |
| 10:45-11:30 | Tanzen - die ersten Schritte                           | 10:45-11:30 | Vortrag - Nebenwirkungen, was hilft?                 |
| 11:30-11:45 | Pause mit Obst und Getränken                           | 11:30-11:45 | Pause mit Obst und Getränken                         |
| 11:45-12:30 | Vortrag - selber aktiv werden!                         | 11:45-12:30 | Tanzen - langsam kommen die Schritte in den Füßen an |
| 12:30-13:30 | Mittagspause                                           | 12:30-13:30 | Mittagspause                                         |
| 13:30-14:15 | Tanzen - Spaß bei der Bewegung                         | 13:30-14:00 | Vortrag - was kann ich selber tun?                   |
| 14:15-15:00 | Vortrag - Wissen hilft                                 | 14:00-14:30 | Abschlusstraining                                    |
| 15:00-15:15 | Pause mit Obst und Getränken                           |             |                                                      |
| 15:15-16:00 | Tanzen - Den Tag entspannt ausklingen lassen           |             |                                                      |

**Interesse? Hier die Workshop-Termine für 2018**

27.01.-28.01.2018 Nordhausen  
23.03.-24.03.2018 Freiburg  
14.04.-15.04.2018 Jena  
30.06.-01.07.2018 Berlin  
07.07.-08.07.2018 Nordrhein-Westfalen  
14.07.-15.07.2018 Stuttgart  
21.07.-22.07.2018 Bayreuth  
08.09.-09.09.2018 Jena  
15.12.-16.12.2018 Berlin

**Referenten**

Experten der Arbeitsgemeinschaft Prävention und Integrative Onkologie der Deutschen Krebsgesellschaft  
Tobias Wozniak  
*Tanztrainer, aktive Profilaufbahn, Leiter der Tanzgruppen für Patienten mit Krebs*

**Teilnahme**

Kostenfrei für Patienten und Ihre Partner - wir bitten um verbindliche Anmeldungen  
*(Kosten für Anreise und Unterkunft können Mitglieder von Selbsthilfegruppen im Rahmen der Selbsthilfeförderung bei der Krankenkasse beantragen.)*

**Lust mitzumachen?**

**Anmeldung per E-Mail unter [tanzen-perspektiven@web.de](mailto:tanzen-perspektiven@web.de) oder per Post an:**

**Ansprechpartner**

Tobias Wozniak  
Vorbergstraße 7  
10823 Berlin  
0179/ 54 19 478  
[tanzen-perspektiven@web.de](mailto:tanzen-perspektiven@web.de)  
[www.dein-tanzlehrer.berlin](http://www.dein-tanzlehrer.berlin)

**Wir freuen uns auf Sie/Euch!**

**In Kooperation mit:**



**Mit freundlicher Unterstützung:**



**Wissenschaftliche Begleitung:**

