

Kontakt und Informationen

Rehasport in der Krebskrebsnachsorge

Übungsleiterin: Gabriele Könders
Jeden Donnerstag, 08.45 bis 09.45 Uhr
Visalis Therapiezentrum Niederrhein



Schermbecker Landstraße 88a
46485 Wesel

Telefon: (0281) 106–2071
E-Mail: info@visalis.de
Internet: www.visalis.de

Öffnungszeiten:
Mo-Do: 08.00 bis 20.00 Uhr
Freitag: 08.00 bis 18.00 Uhr

Eine Einrichtung des Evangelischen Krankenhauses Wesel

Eine Freude vertreibt hundert Sorgen

Japanisches Sprichwort



**Rehasport in der
Krebsnachsorge**

Rehasport in der Krebsnachsorge

Eine Krebserkrankung belastet Körper und Seele in hohem Maße. Operationen und/oder anstrengende Chemo- bzw. Bestrahlungstherapien und deren Neben- und Nachwirkungen beeinträchtigen die Betroffenen in ihrer körperlichen Funktionsfähigkeit individuell mehr oder weniger.

Sport in der Krebsnachsorge dient zunächst der Verbesserung von noch vorhandenen Funktionseinschränkungen bei Krebspatientinnen und -patienten sowie der Steigerung der allgemeinen Fitness.

Mit diesem Gruppensportangebot, das Bewegungsspiele, gezielte Gymnastik, Ausdauerschulung und Entspannungsformen umfasst, sollen Krebspatientinnen und -patienten angesprochen werden, die nach ihrer Erkrankung Freude an der Bewegung, neuen Lebensmut und neues Wohlbefinden wiedererlangen möchten. In der Gruppe soll ein Gemeinschaftsgefühl entstehen, das Halt und Unterstützung gibt.

Geschulte Übungsleiter/innen berücksichtigen die psychosozialen Aspekte bei diesem Angebot ganz besonders. Sie beraten, unterstützen und lotsen Sie durch diese Phase Ihres Lebens.

Sämtliche Sportangebote finden in den Räumen des Visalis Therapiezentrum bzw. des Visalis Sportzentrum statt.

Was ist Rehasport?

Rehasport kommt grundsätzlich bei jeder körperlichen Beeinträchtigung in Betracht, die dazu führt, dass ein Mensch nicht mehr uneingeschränkt am täglichen Leben teilhaben kann. Rehasport wird vom Arzt verordnet und belastet dessen Heilmittelbudget nicht. Fragen Sie bei Ihrem behandelnden Arzt danach.

Bevor Sie einen Kurs beginnen, informieren Sie unsere Übungsleiter/innen ausführlich und planen gemeinsam mit Ihnen das für Sie passende Kursprogramm.

Positiver Nebeneffekt für Körper und Seele

- **Verringerung oder Aufhebung von Bewegungseinschränkungen**
- **Förderung der eigenen Körperwahrnehmung**
- **Stärkung von Herz-, Kreislauf- und Immunsystem**
- **Hilfe zur Krankheitsbewältigung, d.h. Hilfe zur Selbsthilfe**
- **Verringerung der Beschwerden, z.B. durch das „Fatigue-Syndrom“**
- **Abschwächung von Nebenwirkungen der Therapien**