

Anmeldung

Bitte melden Sie sich verbindlich bis zum **15. April 2020** an.

E-Mail: beatrix.rumpel@sana-kl.de

Telefon: 030 | 5518 2016

Fax: 030 | 5518-89 2016

Ich nehme mit ____ Personen an der Veranstaltung teil.
Sie haben keinen Tanzpartner? Macht nichts, wir finden jemanden für Sie!

Titel | Vorname Name

Adresse

Telefon

E-Mail-Adresse

Ort | Datum Unterschrift

So erreichen Sie uns



Veranstaltungsort
Sana Klinikum Lichtenberg
Veranstaltungssaal, Haus G
Fanningerstraße 32, 10365 Berlin

Sana Kliniken
Berlin-Brandenburg GmbH
Sana Klinikum Lichtenberg
www.sana.de/berlin



Sana Kliniken
Lichtenberg



Workshop mit Vorträgen und Tanzsport

25. 04. –
26. 04. 2020

Warum habe ich Krebs?
Wie entsteht Krebs?

Was kann ich selbst tun?
Kann mir Tanzen helfen?

Tanzen und Informationen zu Krebs. Wie passt das zusammen?

Tanz spricht den ganzen Menschen an – im Tanz spricht der ganze Mensch.
Tanz verbindet Körper, Seele und Geist – Tanz verbindet (zwei) Menschen und Tanz kann helfen, besser mit der Krankheit zurecht zu kommen.
Dies gilt für Patient*innen **und** Angehörige.

Informationen sind wichtig. Sie helfen zu verstehen und Entscheidungen zu treffen. Sie helfen, Therapien aktiv mitzugestalten und Nebenwirkungen zu vermindern.

Mit diesem Workshop laden wir Betroffene und ihre Angehörigen ein, das Tanzen für sich zu entdecken und gleichzeitig fundierte Informationen zu bekommen.

Tanzen ist gut für die grauen Zellen. Es verbessert Konzentration und Gedächtnis. Und Wissen hilft! Deshalb wechseln sich an beiden Tagen Tanztraining und spannende Vorträge ab.

Tanzen kann jeder Mensch, egal ob begeisterte/r Tänzer*in oder eher "mit zwei linken Beinen". Tanz kann die Beziehung zwischen Menschen stärken – deshalb konzentriert sich der Workshop auf den Paartanz und am Wochenende werden zwei bis drei Paartänze aus Standard und Latein gelernt.

Tanzen ist Ausdauer und Kraft, Beweglichkeit und Geschicklichkeit, die mit Musik einfach Spaß machen.

Kein Rhythmus- oder Taktgefühl? Macht nichts – die Tanztrainerin Kathi macht auch aus zwei linken Beinen gelungene Tanzfiguren, denn es gilt „es gibt keine Fehler, nur Variationen“.

Programm 25.04.2020

10:00 – 10:15	Krebs: Was passiert mit mir? Begrüßung und Einführung
10:45 – 11:30	Die ersten Schritte Tanzen mit Kathi
11:30 – 11:45	Pause mit Obst & Getränken
11:45 – 12:30	Verstehen ist der erste Schritt Dr. med. B. Zomorodbakhsch
12:30 – 13:30	Mittagspause
13:30 – 14:15	Spaß bei der Bewegung Tanzen mit Kathi
14:15 – 15:00	Eigene Ressourcen aktivieren C. Gebhardt-Zomorodbakhsch
15:00 - 15:15	Pause mit Obst & Getränken
15:15 - 16:00	Den Tag entspannt ausklingen lassen (Tanzen)

Referenten und Trainer

Dr. Bijan Zomorodbakhsch
(Onkologie, Komplementäre Medizin, Palliativmedizin)

Claudia Gebhardt-Zomorodbakhsch
(Dipl.-Päd., Psychoonkologin, Tanztherapeutin BTB)

Katharina Mayr-Welschlau, MA
(Kommunikations- und Tanztrainerin)

Programm 26.04.2020

10:00 – 10:45	Wiederholung und neue Schritte Tanzen mit Kathi
10:45 – 11:30	Nebenwirkungen, was hilft? Dr. med. B. Zomorodbakhsch C. Gebhardt-Zomorodbakhsch
11:30 – 11:45	Pause mit Obst & Getränken
11:45 – 12:30	Langsam kommen die Schritte in den Füßen an Tanzen mit Kathi
12:30 – 13:30	Mittagspause
13:30 – 14:00	Wissen hilft! Dr. med. Zomorodbakhsch
14:00 – 14:30	Abschlussanz Tanzen mit Kathi

Aussteller

