



Eine Krebserkrankung erschüttert das Leben der Frauen.

Sie empfinden oft schlagartig tiefe Angst, Hilflosigkeit und Misstrauen gegenüber dem eigenen Körper.

Es fehlen häufig Kraft und Mut, die Anforderungen des Alltags zu bewältigen und sich der persönlichen Leistungsfähigkeit bewusst zu werden. Viele Frauen leiden unter Ohnmacht und Kontrollverlust bei der Diagnose Krebs.

Aktuelle wissenschaftliche Untersuchungen haben gezeigt:

„Gerade in diesem Lebensabschnitt wirken sich Bewegung und Sport langfristig positiv auf das physische, psychische und soziale Wohlbefinden aus.“ (Dr. Freerk T. Baumann)

Aus diesem Grund organisiert Frau Schäfer aus dem Brustzentrum am Klinikum Memmingen ein Wanderprojekt für an Krebs erkrankte Frauen.

Bei einer mehrtägigen Wanderung in den Allgäuer Alpen haben Frauen mit Krebs die Möglichkeit sich körperlich und seelisch zu stärken. Es werden 4-6 Stunden täglich gewandert und auf Hütten übernachtet. Das besondere daran: Alle Frauen haben eine Krebsbehandlung hinter sich.

Bei dem Wanderprojekt geht es nicht nur um körperliche Fitness, sondern auch das Vertrauen in den eigenen Körper zurückzugewinnen.

Acht Frauen werden sich im August 2013 auf den Weg in die Alpen machen, wo Sie eine mehrtägige Hüttenwanderung machen. Frau Schäfer die das Projekt leitet, ließ sich von Freerk Baumann (Autor von „Macht der Bewegung“) inspirieren.

Das Ziel die Berge zu überwinden dient auch als ein Mittel, das helfen kann die Krankheit zu bewältigen. Es geht auch darum wieder Sicherheit zu erlangen und die Motivation zu behalten. Man macht sich auf den Weg, ein fernes Ziel zu erreichen, das eine unbekannte Erfahrung bereit hält, der man sich sowohl individuell als auch in der Gruppe stellt. Der Weg ist gut vorbereitet: Für die Frauen beginnt ab Anfang Juli ein gezieltes Training.

Das Projekt ist für Spenden dankbar, damit auch Frauen, die durch Ihre Erkrankung in finanzielle Schieflage geraten sind, mit wandern können.

Spendenkonto: Klinikum Memmingen, Stichwort „Wandern“
Sparkasse Memmingen
Konto 205815 , BLZ 731 500 00



Nähere Information und Anmeldung bei:

Petra Schäfer
Fachkrankenschwester Onkologie
Case Managerin

Klinikum Memmingen
08331-702599