

In Bewegung kommen & bleiben

Liebe Patientin,

Bewegungstherapie hat einen hohen Stellenwert bei der Behandlung von Brustkrebs.

Sie fördert die allgemeine Gesundheit, senkt deutlich das Risiko eines Wiederauftretens des Brustkrebses und schult darüber hinaus die Wahrnehmung, Ihr Körpergefühl und das allgemeine Wohlbefinden. Das Immunsystem wird gestärkt, Ihre Beweglichkeit verbessert und somit mehr Lebensfreude in den Alltag gebracht.

Wir bieten Ihnen deshalb in unserer Klinik jeden Montag eine Stunde Bewegungstraining an. Der sportliche Inhalt in dieser Stunde setzt sich aus verschiedenen Teilen zusammen, z.B. Entspannungstechniken und Kreislauftraining, natürlich stets mit Rücksichtnahme auf die momentanen Bedürfnisse der einzelnen Teilnehmerinnen.

Sie werden Ihren Alltag danach besser bewältigen und fröhlicher anstehende Aufgaben erledigen.

Die Gruppe findet jeden **Montag von 11.00 bis 12.00 Uhr** statt, und wir treffen uns im Vortragsraum "Weißer Salon" im Erdgeschoss des **Sana Klinikum Hameln-Pyrmont**. Mitzubringen sind bequeme Kleidung und ein wenig Freude auf das Miteinander.

Ihre
Stefanie Frey
Physiotherapeutin am Sana Klinikum