

Aktiv ins neue Jahr: Benefizaktion „Beweg Dich gegen Krebs“ startet

Bereits zum vierten Mal findet die Benefizaktion „Beweg Dich gegen Krebs“ statt. Die Stiftung Leben mit Krebs, das Nationale Centrum für Tumorerkrankungen (NCT) Heidelberg und die Else Kröner-Fresenius-Stiftung laden mit der Online-Aktion dazu ein, sportlich aktiv ins neue Jahr zu starten. Die geleisteten Bewegungsstunden lassen sich anschließend in eine Spende zugunsten von Sport- und Bewegungsprojekten für Krebspatienten am NCT Heidelberg umwandeln. Beweg Dich gegen Krebs läuft vom 8. Januar bis 4. Februar, die Registrierung über die App ist kostenfrei.

Das Nationale Centrum für Tumorerkrankungen (NCT) Heidelberg ist eine gemeinsame Einrichtung des Deutschen Krebsforschungszentrums (DKFZ) und des Universitätsklinikums Heidelberg (UKHD).

„Beweg Dich gegen Krebs“ ist eine bundesweite, online-basierte Benefizaktion, die möglichst viele Menschen zu Bewegung für den guten Zweck motivieren möchte. Im Aktionszeitraum vom 8. Januar bis 4. Februar 2024 sammeln Teilnehmende als Einzelpersonen oder im Team Bewegungsstunden, die anschließend als Spende Krebspatienten zugutekommen können. Die Sportarten, die gewertet werden, reichen von Fahrradfahren, Fitnessstraining im Verein oder Studio über Laufen und Rudern bis zu Schwimmen, Yoga und Walken. Das Ziel der Organisatoren für die Aktion sind 10.000 gemeinsame Bewegungsstunden.

Um dabei zu sein, benötigt man nur die kostenfreie App „Beweg Dich gegen Krebs“. Man kann alleine dabei sein, aber auch als Team mit bis zu vier Personen an den Start gehen. Neben den Teilnehmenden können sich auch Unternehmen und Organisationen als Sponsoren und Förderer an der vierwöchigen Aktion beteiligen. Alle Informationen zur Teilnahme gibt es auf der Internetseite <https://beweg-dich-gegen-krebs.de>. Unter dem Hashtag #bewegdichgegenkrebs können die persönlichen Erlebnisse und Erfolge im Aktionszeitraum in den Sozialen Medien geteilt werden.

Entstanden ist dieses Aktionsformat 2020, als die Benefizregatten „Rudern gegen Krebs“ deutschlandweit abgesagt werden mussten. Klaus Schrott, geschäftsführender Vorstand der Stiftung Leben mit Krebs, sagt: „Mit ‘Beweg Dich gegen Krebs’ haben wir die Idee aufgegriffen, sich solidarisch mit den Betroffenen zu zeigen und die Bedeutung von Bewegung bei einer onkologischen Erkrankung in der Öffentlichkeit weiter bekannt zu machen. Wir freuen uns, dass auch weiterhin das Interesse so groß ist, dass wir die Aktion jetzt schon zum vierten Mal zugunsten von Patientinnen und Patienten in der Metropolregion Rhein-Neckar durchführen.“

Der Erlös kommt dem Patientenprogramm „Bewegung und Krebs“ am NCT Heidelberg zugute. Der Bedarf an qualifizierten Bewegungsangeboten für onkologische Patienten ist hoch.

Wissenschaftliche Studien zeigen, dass auf Patienten angepasste Bewegungsprogramme die Symptome einer Tumorerkrankung und die Nebenwirkungen einer Behandlung mildern können. Joachim Wiskemann, Sportwissenschaftler und Leiter der Arbeitsgruppe Onkologische Sport- und Bewegungstherapie am NCT Heidelberg und Universitätsklinikum Heidelberg (UKHD), sagt: „Bewegung und Sport während und nach einer Krebserkrankung wirken sich positiv auf die Behandlungsergebnisse und die Lebensqualität von Betroffenen aus. Spendeneinnahmen ermöglichen uns, das Bewegungsprogramm fortzuführen und zu erweitern. So haben wir

mittlerweile ein vielfältiges Sport- und Bewegungsangebot, das von Nordic Walking, Rudern, Stretching über Polyneuropathie-Kurse und Funktionstraining bis hin zu individualisierter Trainingstherapie reicht. Einige dieser Angebote stehen zudem auch virtuell zur Verfügung.“

Übersicht „Beweg Dich gegen Krebs“

Datum: 8. Januar bis 4. Februar 2024

Weitere Informationen: <https://beweg-dich-gegen-krebs.de>

Registrierung: Über die App „Beweg Dich gegen Krebs“

- App Store: <https://apps.apple.com/us/app/id1530742375>

- Google Play: <https://play.google.com/store/apps/details?id=com.bewegdichgegenkrebsapp>

Startgebühr: kostenfrei. Um Spenden zugunsten der Stiftung Leben mit Krebs wird gebeten. Die Erlöse der Online-Benefizaktion kommen dem Patientenprogramm „Bewegung und Krebs“ am NCT Heidelberg zugute.

Sportarten: Folgende Bewegungsformen und Sportarten können in der App dokumentiert werden: Fahrradfahren, Fitnessstraining (im Verein oder Studio), Yoga, Laufen, Rudern, Schwimmen und Walken.

Veranstalter: Stiftung Leben mit Krebs

Sponsoring: Sponsoren, Firmen, Institutionen und Vereine sind eingeladen, Aktionstage, Gesundheitstage oder Challenges im Aktionszeitraum anzubieten. Unterstützung bei der Organisation und Kontakt: <mailto:info@stiftung-leben-mit-krebs.de>; <mailto:joachim.wiskemann@nct-heidelberg.de>

Social Media: #bewegdichgegenkrebs

- Instagram: @Beweg_Dich_gegen_Krebs

- Facebook: Beweg Dich gegen Krebs

Nationales Centrum für Tumorerkrankungen (NCT) Heidelberg

Das Nationale Centrum für Tumorerkrankungen ([NCT](#)) Heidelberg ist eine gemeinsame Einrichtung des Deutschen Krebsforschungszentrums (DKFZ), des Universitätsklinikums Heidelberg (UKHD), der Medizinischen Fakultät der Universität Heidelberg und der Deutschen Krebshilfe. Ziel des NCT Heidelberg ist es, vielversprechende Ansätze aus der Krebsforschung möglichst schnell in die Klinik zu übertragen und damit den Patienten zugutekommen zu lassen. Dies gilt sowohl für die Diagnose als auch die Behandlung, in der Nachsorge oder der Prävention. Die Tumorambulanz ist das Herzstück des NCT. Hier profitieren die Patienten von einem individuellen Therapieplan, den fachübergreifende Expertenrunden, die sogenannten Tumorboards, erstellen. Die Teilnahme an klinischen Studien eröffnet den Zugang zu innovativen Therapien. Das NCT Heidelberg ist somit eine richtungsweisende Plattform zur Übertragung neuer Forschungsergebnisse aus dem Labor in die Klinik. Das NCT Heidelberg kooperiert mit Selbsthilfegruppen und unterstützt diese in ihrer Arbeit. In Heidelberg wurde 2017 das Hopp-Kindertumorzentrum (KiTZ) gegründet. Die Kinderonkologen am KiTZ arbeiten in gemeinsamen Strukturen mit dem NCT Heidelberg zusammen.

Deutsches Krebsforschungszentrum (DKFZ)

Das Deutsche Krebsforschungszentrum ([DKFZ](#)) ist mit mehr als 3.000 Mitarbeiterinnen und

Mitarbeitern die größte biomedizinische Forschungseinrichtung in Deutschland.

Wissenschaftlerinnen und Wissenschaftler erforschen im DKFZ, wie Krebs entsteht, erfassen Krebsrisikofaktoren und suchen nach neuen Strategien, die verhindern, dass Menschen an Krebs erkranken. Sie entwickeln neue Methoden, mit denen Tumoren präziser diagnostiziert und Krebspatienten erfolgreicher behandelt werden können. Beim Krebsinformationsdienst (KID) des DKFZ erhalten Betroffene, Interessierte und Fachkreise individuelle Antworten auf alle Fragen zum Thema Krebs.

Um vielversprechende Ansätze aus der Krebsforschung in die Klinik zu übertragen und so die Chancen von Patientinnen und Patienten zu verbessern, betreibt das DKFZ gemeinsam mit exzellenten Universitätskliniken und Forschungseinrichtungen in ganz Deutschland

Translationszentren:

- Nationales Centrum für Tumorerkrankungen (NCT, 6 Standorte)
- Deutsches Konsortium für Translationale Krebsforschung (DKTK, 8 Standorte)
- Hopp-Kindertumorzentrum (KiTZ) Heidelberg
- Helmholtz-Institut für translationale Onkologie (HI-TRON) Mainz - ein Helmholtz-Institut des DKFZ
- DKFZ-Hector Krebsinstitut an der Universitätsmedizin Mannheim
- Nationales Krebspräventionszentrum (gemeinsam mit der Deutschen Krebshilfe)

Das DKFZ wird zu 90 Prozent vom Bundesministerium für Bildung und Forschung und zu 10 Prozent vom Land Baden-Württemberg finanziert und ist Mitglied in der Helmholtz-Gemeinschaft Deutscher Forschungszentren.

Universitätsklinikum und Medizinische Fakultät Heidelberg: Krankenversorgung, Forschung und Lehre von internationalem Rang

Das Universitätsklinikum Heidelberg ([UKHD](#)) ist eines der bedeutendsten medizinischen Zentren in Deutschland; die Medizinische Fakultät Heidelberg der Universität Heidelberg zählt zu den international renommierten biomedizinischen Forschungseinrichtungen in Europa. Gemeinsames Ziel ist die Entwicklung innovativer Diagnostik und Therapien sowie ihre rasche Umsetzung für Patientinnen und Patienten. Klinikum und Fakultät beschäftigen rund 14.500 Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter und engagieren sich in Ausbildung und Qualifizierung. In mehr als 50 klinischen Fachabteilungen mit rund 2.500 Betten werden jährlich circa 86.000 Patientinnen und Patienten voll- und teilstationär und mehr als 1.100.000 Patientinnen und Patienten ambulant behandelt.

Gemeinsam mit dem Deutschen Krebsforschungszentrum (DKFZ) und der Deutschen Krebshilfe (DKH) hat das UKHD das erste Nationale Centrum für Tumorerkrankungen (NCT) in Heidelberg etabliert. Ziel ist die Versorgung auf höchstem Niveau als onkologisches Spitzenzentrum und der schnelle Transfer vielversprechender Ansätze aus der Krebsforschung in die Klinik. Zudem betreibt das UKHD gemeinsam mit dem DKFZ und der Universität Heidelberg das Hopp Kindertumorzentrum Heidelberg (KiTZ), ein deutschlandweit einzigartiges Therapie- und Forschungszentrum für onkologische und hämatologische Erkrankungen im Kindes- und Jugendalter.

Das Heidelberger Curriculum Medicinale (HeiCuMed) steht an der Spitze der medizinischen Ausbildungsgänge in Deutschland. Derzeit befinden sich an der Medizinischen Fakultät Heidelberg (MFHD) rund 4.000 angehende Ärztinnen und Ärzte in Studium und Promotion.