

Einladung zur Niedersächsischen Krebs-Selbsthilfe-Tagung am 09.10.2026

Liebe Leitungen der Krebsselfhilfegruppen,

wir laden Sie herzlich zu unserer diesjährigen Selbsthilfe-Tagung ein:

Aktiv leben – Krebs und Bewegung

Bewegung kann neue Kraft schenken, das Wohlbefinden stärken und den Umgang mit einer Krebserkrankung positiv unterstützen.

Freuen Sie sich auf einen informativen und zugleich aktiven Tag mit Impulsen, praktischen Erfahrungen und Raum für Begegnung. Neben einem spannenden Impulsvortrag zur **OTT – Onkologischen Trainingstherapie** erwarten Sie zwei Mitmachangebote: **Yoga** und **Fitness Soft - Hocker**. Hier können Sie verschiedene Bewegungsangebote kennenlernen und selbst ausprobieren – ganz ohne Leistungsdruck und angepasst an die individuellen Möglichkeiten.

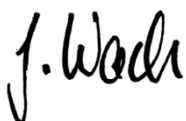
Darüber hinaus bietet die Tagung Gelegenheit zum persönlichen Austausch, zum gegenseitigen Kennenlernen und zur Vernetzung mit anderen Selbsthilfegruppen Leitungen. Bringen Sie auch gern ihre Infomaterialien (z.B. Flyer) mit, diese können vor Ort ausgelegt werden.

Wir freuen uns auf Ihre Teilnahme!

Die Tagung findet am Freitag, den **9. Oktober 2026, von 11 bis 17 Uhr** im **Freizeitheim Linden**, Windheimstraße 4, in 30451 **Hannover** statt.

Schriftliche Anmeldung bitte über den beigegefügtten Anmeldebogen bis **zum 21.09.2026**.

Mit herzlichen Grüßen



Ines Wach

Yoko Selbsthilfegruppe
Hautkrebs Hannover



Jessica Weiner



Svenja Schophaus
Niedersächsische
Krebsgesellschaft e.V.