

Aktiv leben nach Krebs.

Kursprogramm

Einzigartiges Kursprogramm für qualifizierte
Fitness- und Gesundheitseinrichtungen



körperlich aktiv sein

bewusst essen

entspannen



- ✓ 8-wöchiges einzigartiges Kursprogramm
- ✓ Evidenzbasierte Inhalte
- ✓ Von Experten entwickelt
- ✓ Zukunftsmarkt schon jetzt erschließen
- ✓ Neue Kundengruppe gewinnen
- ✓ Von positiver Imagewirkung profitieren
- ✓ Langfristig Gesundheitsnetzwerk aufbauen
(z. B. mit Ärzten, Kliniken, Selbsthilfegruppen)

Entwickelt von:



Krebsbetroffene als neue Zielgruppe

Für Menschen, die eine Krebserkrankung hinter sich haben, ist der Wieder-/Einstieg in ein aktives Leben ein wichtiger Schritt. Kombinierte Bewegungs-, Entspannungs- und Ernährungsprogramme können sie dabei unterstützen und führen nachweislich zu einer Verbesserung der Lebensqualität. Vor allem regelmäßige körperliche Aktivität kann das Wohlbefinden und die individuelle Leistungsfähigkeit steigern, die oftmals vorhandene chronische Müdigkeit/Fatigue reduzieren und möglicherweise das Risiko für eine Wiedererkrankung senken. Genau aus diesem Grund wurde das Kursprogramm „Aktiv leben nach Krebs“ mit dem Schwerpunkt gesundheitsförderliche Bewegung entwickelt. Die Entwicklung des Kursprogrammes ist Teil einer fach- und wissenschaftsübergreifenden Kooperation der folgenden renommierten Partner:



Bestellabwicklung, Vertrieb und Betreuung des Programmes erfolgt über den Bildungspartner der Deutschen Hochschule, die BSA-Akademie.

So profitieren Fitness- und Gesundheitseinrichtungen



„Aktiv leben nach Krebs“ verbindet die **Kompetenz der Hochschule** in der Entwicklung und Umsetzung von auf die Fitness- und Gesundheitsbranche zugeschnittenen Praxiskonzepten mit der **Expertise des NCT**, einem der führenden Zentren der Krebsforschung und -therapie in Deutschland.



Bisher gibt es nur wenige bewegungszentrierte Gesundheitsangebote für Krebsbetroffene nach Therapieabschluss. Mit „Aktiv leben nach Krebs“ gelingt es, diese bislang noch wenig beachtete, aber stetig **wachsende Zielgruppe** anzusprechen. Bedingt durch die Folgen der Erkrankung haben Menschen, die von Krebs betroffen waren, ein hohes Interesse an Gesundheitsprogrammen, die speziell auf ihre Bedürfnisse zugeschnitten sind. Durch die Implementierung von „Aktiv leben nach Krebs“ können sich Fitness- und Gesundheitsunternehmen einen **Zukunftsmarkt erschließen**, sich langfristig **als qualifizierter Gesundheitsdienstleister** positionieren und von Mitbewerbern abgrenzen. So sind sie in der Lage, eine **neue Kundengruppe** anzusprechen und von der **positiven Imagewirkung** durch dieses einzigartige Kursprogramm zu profitieren. Zudem besteht die Möglichkeit, langfristig ein **regionales Gesundheitsnetzwerk** z. B. mit Ärzten, Kliniken und Selbsthilfegruppen aufzubauen. Hieraus können vielversprechende Kontakte für eine dauerhaft erfolgreiche Zusammenarbeit resultieren.

Inhalte und Ablauf des Kursprogrammes

„Aktiv leben nach Krebs“ ist ein **8-wöchiges Kursprogramm**, das in kleinen Gruppen stattfindet. Es besteht aus Informationen und praktischen Bewegungseinheiten. Dabei geht es darum, wie das Erlernete in den Lebensalltag integriert werden kann. Das Kursprogramm ermöglicht den Teilnehmern nach einer abgeschlossenen Krebstherapie den Start in ein gesundes, aktives Leben. Die Betreuung erfolgt durch qualifizierte Kursleiter. Vor der Durchführung des Kursprogrammes absolvieren die Kursleiter eine **2-tägige Schulung** zum/zur „Kursleiter/in Aktiv leben nach Krebs“, die mit einem offiziellen **Hochschulzertifikat** abschließt. Die Durchführung von „Aktiv leben nach Krebs“ ist für qualifizierte Fitness- und Gesundheitseinrichtungen möglich, welche die **Anbietervoraussetzungen** auf der Flyer-Rückseite erfüllen.

Kursprogramm inklusive Schulung, Manual und Präsentationsfolien



Zur Durchführung von „Aktiv leben nach Krebs“ erhalten Sie ein **direkt umsetzbares Kursprogramm**. In dem Kurspaket enthalten ist u. a. ein umfangreiches **Kursleitermanual**, das Sie Einheit für Einheit durch die acht Wochen des Programmes führt und Ihrem Kursleiter alle Informationen zur praktischen Umsetzung liefert. Zudem erhalten Sie digitale **Präsentationsfolien** für alle Kurseinheiten u. a. zu den Themen gesundheitsorientiertes Training und Ernährung nach Krebs sowie ein **Teilnehmer-Handout**.

Zusätzlich absolviert Ihr Kursleiter eine zweitägige Schulung, in der alle wichtigen Informationen zur Bewerbung und Umsetzung von „Aktiv leben nach Krebs“ praxisnah vermittelt werden.

Das Qualifikationsprofil des Kursleiters wird zudem durch ein verpflichtendes **Praktikum** in einer entsprechenden onkologischen Einrichtung mit 80 Unterrichtseinheiten erweitert, um Personen nach einer abgeschlossenen Krebsbehandlung adäquat beraten und beim Training optimal betreuen zu können.

Vorteile:

- ✓ Imagegewinn
- ✓ Zukunftsmarkt erschließen
- ✓ Gesundheitsnetzwerk ausweiten

Kurspaket:

- ✓ Evidenzbasiertes Kursprogramm
- ✓ Kursleitermanual
- ✓ Folien und Handouts
- ✓ Kursleiterschulung
- ✓ Hochschulzertifikat
- ✓ Marketingtools

Zielgruppenspezifisches Werbematerial



Zur Bewerbung von „Aktiv leben nach Krebs“ stehen Ihnen **vielfältige Marketingmaterialien** zur Verfügung, die Sie mit den Kontaktdaten Ihres Unternehmens versehen und selbst drucken lassen können. Dazu gehören z. B.:

- Flyer DIN A4
- Flyer DIN lang
- Plakate/Banner
- Anzeigen
- Briefpapier
- Presseartikel
- Testimonials
- Experten-Statements NCT und DHfPG
- Anschreiben für Kooperationspartner z. B. Ärzte, Kliniken



Start: ab sofort verfügbar – jetzt anmelden!

Organisatorische Fragen und Anmeldung:

BSA-Akademie

Hermann Neuberger Sportschule 3

D-66123 Saarbrücken

Projektteam „Aktiv leben nach Krebs“: Matthias Schömann-Finck

Tel.: +49 681 6855-219

E-Mail: info@aktivlebennachkrebs.de



Für wen eignet sich das Kursprogramm? Checkliste „Aktiv leben nach Krebs“

Fitness- und Gesundheitseinrichtungen, die „Aktiv leben nach Krebs“ anbieten möchten, können mit Hilfe der folgenden Checkliste vorab prüfen, ob sie bereits alle notwendigen Voraussetzungen erfüllen bzw. welche Punkte möglicherweise noch offen sind. Im Folgenden die verpflichtenden Anbietervoraussetzungen:

- Qualifizierter Kursleiter mit Grundqualifikation: staatlich anerkannter Studienabschluss im Fachgebiet Bewegung, Berufs- und Unterrichtserfahrung, Basiskenntnisse im Bereich Ernährung und Entspannung
- Teilnahme des Kursleiters an der „Aktiv leben nach Krebs“-Konzeptschulung, im Konzeptpreis enthalten
- Seminarraum für die Informationsveranstaltung und Theorieeinheiten
- Trainingsgeräte für gerätegestütztes Krafttraining, obere/untere Extremität und Rumpf
- Trainingsgeräte für gerätegestütztes Ausdauertraining
- Kurs-/Gymnastikraum für Entspannungseinheiten
- Diagnostikbereich mit Personenwaage, Fahrradergometer mit Belastungssteigerung in 25 Watt-Schritten und Möglichkeit zur Herzfrequenzmessung

Nachweis des Kursleiters über ein onkologisches Praktikum von 80 Stunden.

Bezüglich der Erfüllung dieser Anbietervoraussetzungen berät Sie das **Projektteam „Aktiv leben nach Krebs“** gerne persönlich (Kontakt Daten siehe unten).

Kontaktwunsch per Fax an: +49 681 6855-100

- Ich interessiere mich für das Kursprogramm „Aktiv leben nach Krebs“ zum Einzelpreis von 499,- € inkl. USt. (netto 419,33 €) inklusive Schulung für eine Person und Versandkosten. Das Programm wird von der BSA-Akademie für die DHfPG vertrieben und betreut. Kontaktaufnahme unter den im Folgenden angegebenen Kontaktdaten erwünscht! Keine verbindliche Bestellung.**

Verwaltungsnummer BSA-Akademie/Deutsche Hochschule, falls vorhanden

Firmenname und Ansprechpartner (Name, Vorname)

Straße

PLZ und Ort

Telefon- und E-Mail-Kontakt für Rückfragen