

# PRESEINFORMATION

22. Okt. 2013

## **„Aktiv gegen Krebs – (wie) geht das denn?“ Gelungener Aktionstag am Karlstadter Krankenhaus**

Auf die Frage und das Motto des Aktionstages „Aktiv gegen Krebs – (wie) geht das denn?“ am vergangenen Samstag im Karstadter Krankenhaus konnte jede Besucherin und jeder Besucher Antworten finden.

Den Veranstaltern des Tages, dem Gesundheitsamt Main-Spessart, dem Krankenhaus Karlstadt und dem Selbsthilfebüro Main-Spessart ist es gelungen, vielfältige Möglichkeiten aufzuzeigen, um nach einer Krebserkrankung den Wiedereinstieg in ein aktives Leben zu finden.

Für Valentine Lehrmann war der Jakobusweg ein wichtiger Schritt zur Gesundung, Heidi Horlamus will Gleichgesinnte für eine Krebs- Sport-Bewegungsgruppe finden.

Yoga – „ein Übungsweg für Körper, Geist und Seele“ fand ebenso Anklang wie Qi Gong – „die Mitte stärken und wieder Kraft schöpfen.“

Daneben wurde Gymnastik mit Musik, Nordic Walking und Gesundheitswandern angeboten. Selbsthilfegruppen, ein Kosmetikstudio und eine Frisörin, die Jakobsgesellschaft, die Sportgemeinschaft für Bewegung, Vorsorge und Gesundheit, Karlstadt und der Spessartbund zeigten Möglichkeiten der Gesundung auf.

Mehr als begeistert zeigten sich die Gäste über den Vortrag von Dr. Ebo Rau über „Die Heilkraft in Dir“ am Beispiel seiner eigenen Biografie – er war selbst an Bauchspeicheldrüsenkrebs erkrankt. Offen berichtete er über alle Begleiterscheinungen der verschiedenen Therapien, seinem Gefühlswirrwarr und den zahlreichen Heilmethoden, die er ausprobiert hatte. Der Vortrag für Gleichbetroffene und deren Angehörige hat Mut gemacht, eine Diagnose auch mit vermeintlich schlechter Prognose mit Lebensmut, Energie und positiven Gedanken anzunehmen. Mit praktischen Übungen und wunderbarem Humor zog er alle in seinen Bann und hat vielen Zuhörern und Zuhörerinnen Mut gemacht, auch neue, bis dahin unbekannte Wege in der Bewältigung ihrer Erkrankung zu gehen.

Mit freundlichen Grüßen

Ihre Pressestelle im Landratsamt Main-Spessart

Marktplatz 8  
97753 Karlstadt

Tel.: **\*\*NEU\*\*** 0 93 53 / 793 - 10 22  
Fax: **\*\*NEU\*\*** 0 93 53 / 793 - 85 10 22  
E-Mail: [Pressestelle@Lramsp.de](mailto:Pressestelle@Lramsp.de)  
Web: [www.main-spessart.de](http://www.main-spessart.de)