

## KURSE UND PROGRAMME

### 10-Wochen-Gruppenprogramm "Stärke deine Selbstheilungskräfte"

Das Programm beinhaltet verschiedene Angebote aus den Bereichen Bewegung, Entspannung, Meditation, Ernährung, Stressbewältigung und Selbsthilfestrategien. Eine vorherige naturheilkundliche Beratung ist erforderlich.

Das Programm findet mehrmals im Jahr statt, einmal in der Woche.  
Gruppengröße: 10-12 Personen.

Aktuelle Termine finden Sie **online** auf unserer Webseite.

### Achtsamkeitskurse

#### „Mit Entspannung gegen den Krebs“

Das Kursangebot umfasst verschiedene Meditations- und Entspannungsangebote, darunter Yoga, Tanztherapie, Feldenkrais, Qi Gong, Klopftechniken, Klangschalenmeditation oder Heilsames Singen.

Die Kurse können einzeln gebucht werden.  
Gruppengröße pro Kurs: 10-12 Personen.

### Nordic Walking Kurse

Nordic Walking in der Eilenriede: jeweils einmal im Monat von 14:00 – 15:00 Uhr.

Gruppengröße: bis zu 15 Teilnehmende pro Kurs.

### Online-Info-Reihe Komplementärmedizin

In der Online-Info-Reihe informieren Sie die Mitarbeitenden zu verschiedenen Themen: jeweils einmal im Monat an ausgewählten Dienstagen um 16:00 Uhr.

Einen Zugangslink erhalten Sie nach der Anmeldung.

### Psychoonkologische Gruppenangebote für Krebskranke und Angehörige

Die psychoonkologischen Gruppenangebote umfassen eine Angstbewältigungsgruppe, Resilienz-Gruppen für Betroffene und Angehörige sowie die Gruppe „Stärken stärken bei Krebs“. Die Angebote finden ambulant statt.

## SPENDENINFORMATION

Wenn Sie unsere Arbeit unterstützen möchten, können Sie hier spenden:

Förderstiftung MHH plus der  
Medizinischen Hochschule Hannover  
Spendenkonto | Sparkasse Hannover

IBAN DE95 2505 0180 0900 4444 44  
BIC SPKHDE2HXXX  
Stichwort **Achtsamkeit**

## SO ERREICHEN SIE UNS

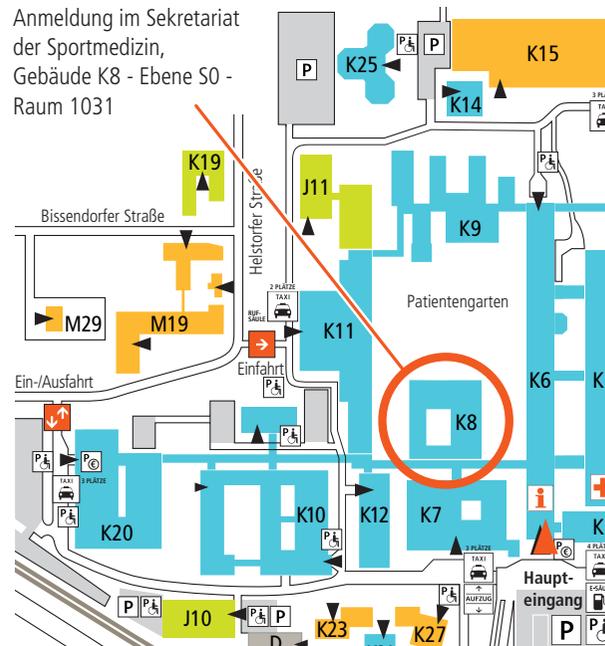
Klaus-Bahlsen-Zentrum für Integrative Onkologie  
Comprehensive Cancer Center (CCC)  
Medizinischen Hochschule Hannover  
Carl-Neuberg Straße 1  
30625 Hannover

### Kontakt

☎ 0176 1532 3792  
✉ klaus-bahlsen-zentrum@mh-hannover.de  
🌐 www.mhh.de/klaus-bahlsen-zentrum

## Ihr Weg zu uns.

Anmeldung im Sekretariat  
der Sportmedizin,  
Gebäude K8 - Ebene S0 -  
Raum 1031



Titelbild und Innenseite links: medJUNGE,  
Innenseite rechts: CCC/MHH

Stand: Mai 2025

## Klaus-Bahlsen-Zentrum für Integrative Onkologie

Angebote für Patientinnen und Patienten  
mit einer Krebserkrankung



gefördert durch



**RUT- UND KLAUS-  
BAHLSSEN-STIFTUNG**



Individuelle Beratung zu naturheilkundlichen Maßnahmen und Möglichkeiten.

## Sehr geehrte Kolleginnen und Kollegen, liebe Patientinnen und Patienten, liebe Angehörige,

viele an Krebs erkrankte Menschen stellen sich die Frage, was sie selbst tun können, um zu einem positiven Krankheits- und Behandlungsverlauf beizutragen. Fragen hierzu beantwortet unser Klaus-Bahlsen-Zentrum für Integrative Onkologie.

Ziel der Integrativen Onkologie ist die Verbesserung der Lebensqualität, die Linderung von Nebenwirkungen sowie die bestmögliche Wiederherstellung der Leistungsfähigkeit von an Krebs erkrankten Menschen. Im Mittelpunkt steht ein ganzheitlicher Ansatz, der neben körperlichen Aspekten auch psychische oder soziale Probleme einer Erkrankung berücksichtigt.

Das Zentrum bietet mit seinen Verfahren der Komplementärmedizin während und nach der Tumortherapie eine wertvolle Unterstützung, um Nebenwirkungen und Spätfolgen einer Tumortherapie zu lindern und die Lebensqualität zu verbessern. Dazu zählt die naturheilkundliche Beratung, Angebote zur Stärkung der Selbstheilungskräfte, Entspannungsverfahren und komplementäre pflegerische Anwendungen. Neben onkologischer Komplementärmedizin finden Sie über das Zentrum Zugang zu psychoonkologischen Unterstützungsangeboten, einer Ernährungsberatung, palliativ-medizinischen sowie sport- und rehabilitativ-medizinischen Angeboten. Viele Angebote richten sich auch an Angehörige von Betroffenen. Zögern Sie nicht, uns bei Fragen anzusprechen.

Ihre  
Professorin Dr. Dr. Diana Steinmann  
Leitung des Klaus-Bahlsen-Zentrums für Integrative Onkologie

## SPRECHSTUNDE UND BERATUNGEN

### Naturheilkundliche Sprechstunde

Vereinbaren Sie einen Beratungstermin, um mehr über die Möglichkeiten der naturheilkundlichen Maßnahmen zu erfahren. Gemeinsam erfassen wir Ihren individuellen Bedarf und sprechen über Ihre Wünsche.

### Psychoonkologische Beratung

Die psychoonkologische Beratung bietet Ihnen Unterstützung, mit der neuen Lebenssituation umzugehen und Strategien zur Krankheits- und Behandlungsbewältigung zu entwickeln. Auch Angehörige können die Beratung in Anspruch nehmen.

### Ernährungsberatung

Bei einer Krebserkrankung kann es zu ungewolltem Gewichtsverlust oder Ernährungsproblemen kommen. Oft stellen sich für die Betroffenen auch allgemeine Fragen rund um das Thema Ernährung. Das Beratungsgespräch bietet Ihnen die Möglichkeit, Ihre Fragen zu stellen und individuelle Lösungen für Ihren Bedarf zu finden.

### Sportmedizinische Beratung und Betreuung

Durch regelmäßige Bewegung können krankheits- und therapiebedingte Belastungen reduziert werden. Wir beraten Sie bei Ihren Fragestellungen rund um Sport und Bewegung und bieten Ihnen individuelle Trainings- und Betreuungsmöglichkeiten – egal ob vor Ort oder mit Angeboten, die Sie Zuhause nutzen können.

### Sozialrechtliche Beratung

Unterstützung für Patientinnen und Patienten und ihre Angehörigen bei Belastungen oder Schwierigkeiten, die ihnen durch Krankheit oder Behinderung entstanden sind und die ihr Leben in psychischer, physischer, beruflicher und finanzieller Hinsicht beeinträchtigen.

### Palliativmedizinische Beratung

Für Patientinnen und Patienten mit einer chronischen, nicht mehr heilbaren Erkrankung und ihre Angehörigen. Ein frühzeitiger Kontakt kann helfen, Beschwerden im körperlichen, psychischen und sozialen Bereich rechtzeitig anzusprechen und die weitere Versorgung zu planen.

### Termine: nach Vereinbarung

## ANWENDUNGEN

### Komplementäre Pflegemaßnahmen

Mit einer kleinen Auswahl an ätherischen Ölen oder rhythmischen Einreibungen nach Wegman/Hauschka möchten wir Ihnen helfen, körperliche Symptome der Krebserkrankung und/oder der Behandlung zu lindern.

Die pflegerischen Maßnahmen erfolgen nach ärztlicher Anordnung. Bitte melden Sie sich im Vorfeld für einen Beratungstermin in der Naturheilkundlichen Sprechstunde an.

Mit Hilfe komplementärer Pflege körperliche Symptome der Krebserkrankung lindern.



## KONTAKT UND ANMELDUNG

☎ 0176 1532 3792  
✉ klaus-bahlsen-zentrum@mh-hannover.de

**Wenn Sie zu Ihrem Termin in die MHH kommen,** melden Sie sich bitte im Sekretariat der Sportmedizin, Gebäude K8 - Ebene S0 - Raum 1031, sofern nicht anders vereinbart.

Weitere Informationen  
[www.mhh.de/klaus-bahlsen-zentrum](http://www.mhh.de/klaus-bahlsen-zentrum)

