

DEUTSCHE STIFTUNG FÜR
**JUNGE
ERWACHSENE
MIT KREBS**

YOUEX-Studie

BEWEGUNG UND SPORT

für junge Erwachsene mit Krebs

Ziel und Intention

Es besteht umfangreiche Evidenz zur Wirksamkeit körperlicher Aktivität bei Krebserkrankungen, insbesondere gegen die Fatigue-Symptomatik. Trotzdem fehlt es noch an spezifischen Bewegungsangeboten für junge Erwachsene mit Krebs. Ziel dieser Studie ist es eine Angebotsstruktur zu schaffen, die den „jungen“ Bedürfnissen der Zielgruppe entsprechen sowie Online- und Social Media-Plattformen einbeziehen.

*Du kannst übrigens
zwischen unseren
Bewegungsmodulen
frei wählen!*

Studieninformationen

Teilnehmer: zwischen 18-39 Jahre

Dauer: 12 Wochen (+ 1 Follow Up nach 24 Wochen)

Ort: ganz Deutschland

Inhalte: Individuelle Beratung, Durchführung von Bewegungsmodulen, Fatigue-Tagebuch, Evaluation über Fragebögen

Kosten: kostenfrei

Bewegungsmodule

Ein Startmodul wird bei Studienbeginn gewählt und kann über den Studienzeitraum gewechselt oder ergänzt werden.

Modul 1: Gemeinsam in Bewegung über Social Media

Modul 2: Home-Training über die Online-Trainingsplattform

Modul 3: Training am Wohnort in einer zertifizierten OnkoAktiv Trainings- und Therapieinstitution

Ein Gemeinschaftsprojekt von

OnkoAktiv
Netzwerk für onkologische Sport- und Bewegungstherapie

NCT | NATIONALES CENTRUM
FÜR TUMORERKRANKUNGEN
HEIDELBERG
getragen von:
Deutsches Krebsforschungszentrum
Universitätsklinikum Heidelberg
Thoraxklinik-Heidelberg
Deutsche Krebshilfe

**active
onco
kids** Netzwerk

Universitätsmedizin Essen

**UNIKLINIK
KÖLN**

CHARITÉ UNIVERSITÄTSMEDIZIN BERLIN
SPORTMEDIZIN

Du möchtest teilnehmen? Bitte nimm Kontakt zu uns auf!

Studienkoordination Heidelberg

Annelie Volland, Maximilian Köppel

Nationales Centrum für Tumorerkrankungen Heidelberg

E-Mail: annelie.volland@nct-heidelberg.de

Tel: 06221-56 36033

Studienkoordination Berlin

Verena Krell

Abteilung Sportmedizin – Charité – Universitätsmedizin

E-Mail: verena.krell@charite.de

Tel: 030 2093-46093