



## Augusta bewegt – wie bewegt Augusta?

Hinter dem Angebot „Sport und Krebs – Augusta bewegt“ steht ein umfassendes Förderprogramm für an Krebs erkrankte Menschen, die wir in Hattingen und Bochum im onkologischen Zentrum betreuen.

## Sport und Bewegung bei Krebs – geht das überhaupt ?

Ja, Sport und Bewegung sind sogar sehr wichtig, um Ihr Körpervertrauen zu stärken.

## Was darf denn ein Krebspatient machen? Was darf er nicht?

Moderater Sport – also kein Spitzen- oder Leistungssport – kann die onkologische Therapie und damit Ihre Genesung erheblich fördern.

## Wie fange ich an? Wo gehe ich hin?

Kontaktieren Sie uns

In Bochum      Lotsin Sarah Demmig und Lotse Heiko Wittstruck  
Tel 0234 517 24 40

In Hattingen    Lotsin Andrea Hauptmeier  
Tel 02324 502 53 13

## Muss ich etwas bezahlen?

Die Beratung durch die Lotsen von „Augusta bewegt“ ist selbstverständlich kostenfrei. Darüber hinaus vermitteln wir Ihnen die von den Krankenkassen reichhaltigen Angebote, die zu Ihrer Genesung beitragen können. Für Maßnahmen, die mit Kosten verbunden sind, suchen wir nach Unterstützungsmöglichkeiten.

## „Augusta bewegt“ hilft:

- » mit individueller Beratung
- » bei der Vermittlung von Terminen mit Therapeuten
- » bei Fragen zu Verordnungen und Kostenerstattungen
- » bei der Umsetzung der empfohlenen Maßnahmen

## Stabstelle für Planung und Koordination – Lotsen

### Koordinatoren AKA Bochum:

Sarah Demmig & Heiko Wittstruck

Sprechstunde Montag: 14.30 – 16.30 Uhr,

Station M41 (4. Etage, Haus 2)

Tel 0234 517 24 40, [augustabewegt@augusta-bochum.de](mailto:augustabewegt@augusta-bochum.de)

### Koordinatorin EvK Hattingen

Andrea Hauptmeier

Sprechstunde Dienstag: 14.30 – 16.30 Uhr,

Raum der Ergotherapie (EG)

Tel 02324 502 53 13, [augustabewegt@krankenhaus-hattingen.de](mailto:augustabewegt@krankenhaus-hattingen.de)