

Ein 2-tägiges Tanz-Event mit Tanztraining, sowie Fachvorträgen

Datum:

Freitag 06.11.2026: 14.00 bis 18.15 Uhr

Samstag 07.11.2026: 09.30 bis 15.00 Uhr

Ort:

St. Bruder Klaus Saal,
Offenburger Str. 29c
78050 Villingen-Schwenningen.

Parkmöglichkeiten umliegend vorhanden.

Zielgruppe:

- > An Krebs erkrankte Menschen, die mehr über die Krankheit Krebs wissen wollen und wie man damit leben kann
- > an Krebs erkrankte Menschen mit Spaß an Bewegung, egal ob Tänzer oder Anfänger, ob fit oder eher erschöpft
- > Partner, Angehörige oder Freunde von Krebserkrankten, die begleiten, sich selbst informieren und selbst etwas tun wollen.

**Für die Teilnahme fällt ein
Selbstkostenanteil von
15 Euro pro Person an.**

Anmeldung & Informationen

Anmeldung zum Tanzworkshop:

Wir bitten um eine verbindliche Anmeldung an unten genannte Kontaktdaten spätestens **bis zum 30.10.2026.**

Die Teilnehmerplätze sind begrenzt.

Telefon: 07721 93-4390

E-Mail: krebsberatungsstelle@sbk-vs.de

**Psychosoziale Krebsberatungsstelle (KBS)
Schwarzwald-Baar-Heuberg**

Hauptstelle in VS-Villingen

Gesundheitsamt
Herdstraße 4, EG
78050 Villingen-Schwenningen

Außensprechstunde im Landkreis Rottweil

Hochbrücktorstraße 14
78628 Rottweil

Außensprechstunde im Landkreis Tuttlingen

Gartenstraße 22
78532 Tuttlingen

KBS_INF_001_06/2026 ©Abteilung U



**SCHWARZWALD-BAAR
KLINIKUM**

Gibt Halt.



INFORMATION

Tanzworkshop bei Krebs

**Jeder kann was für sich tun -
Bewegung bei Krebs!**

AKADEMISCHES
LEHRKRANKENHAUS DER
UNIVERSITÄT FREIBURG

Die Philosophie des Tanzworkshops

Viele Patientinnen und Patienten mit Krebs und ihre Angehörigen stellen sich die Frage, was sie in der Bewältigung der Erkrankung selbst tun können. Dabei sind die Ziele sehr unterschiedlich. Oft geht es darum, die schulmedizinischen Therapien zu unterstützen, Nebenwirkungen zu vermindern und v.a. darum, selbst aktiv werden zu können. Informationen sind dabei wichtig. Sie helfen zu verstehen und Entscheidungen zu treffen. Sie helfen, Therapien aktiv mitzugestalten und Nebenwirkungen zu vermindern.

Deshalb hat die Stiftung Perspektiven schon vor vielen Jahren eine Workshop-Reihe entwickelt, zu der Patientinnen und Patienten und ihre Angehörigen eingeladen sind, das Tanzen für sich zu entdecken und gleichzeitig fundierte Informationen in Form von Fachvorträgen zu bekommen. Informationen sind wichtig. Sie helfen zu verstehen, Entscheidungen zu treffen, Therapien aktiv mitzugestalten und Nebenwirkungen zu vermindern.“

Programm

Freitag 06.11.26

14.00–14.30 Uhr:

Eröffnung mit Kaffee & Tee

14.30 –14.45 Uhr:

Begrüßung Prof. Paul Graf La Rosée

14.45 –15.30 Uhr:

Vortrag – Krebs und Immunsystem

Prof. Jutta Hübner

15.30–16.15 Uhr:

Tanzen – Die ersten Schritte

Marianna Margolina

16.15 –16.45 Uhr:

Pause mit Obst & Getränken

16.45–17.30 Uhr:

Vortrag: Schlafstörungen - wo kommen sie her und was kann man dagegen tun.

Prof. Jutta Hübner

17.30–18.15 Uhr:

Tanzen – Den Tag entspannt ausklingen lassen

Marianna Margolina

Samstag 07.11.26

09.30-10.00 Uhr:

Ankommen mit Kaffee & Tee

10.00–10.45 Uhr:

Tanzen – Wiederholung & neue Schritte

Marianna Margolina

10.45– 11.15 Uhr:

Musik: Die eigene Stimme / eigenen Klang erfahren

Angela Gräfin La Rosée

11.15 – 11.45 Uhr:

Pause mit Obst & Getränken

11.45 – 12.30 Uhr:

Tanzen – Langsam kommen die Schritte in den Füßen an

Marianna Margolina

12.30–13.30 Uhr:

Mittagspause inkl. Essen

13.30 – 14.15 Uhr:

Vortrag: Was ist Heilung?

Prof. Paul Graf La Rosée

14.15 - 15.00 Uhr:

Tanzen mit Silke Riedinger

Referentinnen und Referenten

Prof. Dr. med. Jutta Hübner

Professorin für Integrative Onkologie

Fachärztin für Innere Medizin, Hämatologie und Internistische Onkologie, Palliativmedizin, Chirotherapie, Naturheilkunde. Universitätsklinikum Jena. Stiftung Perspektiven, Stifterin.

Marianna Margolina

Trainerin Leistungssport, Trainerin Breitensport & Trainerin Prävention

Silke Riedinger

Tanztrainerin Tanzschule Seidel aus Villingen

Angela Gräfin La Rosée

Sängerin, Villingen-Schwenningen. Vorstand im Förderverein „Mit Krebs Leben e.V.“

Prof. Dr. med. Paul Graf La Rosée

Facharzt für Innere Medizin, Hämatologie, Internistische Onkologie, Palliativmedizin. Chefarzt Klinik für Innere Medizin II, Sprecher des Onkologischen Zentrums Schwarzwald-Baar Klinikum Villingen-Schwenningen

Stiftung Perspektiven

FSH  **Frauenselbsthilfe Krebs**
Landesverband Baden-Württemberg/Bayern e.V. *mutig bunt aktiv*

AOK 
AOK Baden-Württemberg
Die Gesundheitskasse.

Mit Krebs Leben e.V.

Schwarzwald-Baar-Heuberg

DKG 
KREBSGESELLSCHAFT
Zertifiziertes
Onkologisches
Zentrum