

Presse-Information

14/2022 (B)

„Bewegung ist die beste Medizin“

Neue Krebspräventionskampagne startet im Mai 2022

Bonn (ws) – Laufschuhe, Hanteln und Schwimmbrillen in Tablettenverpackungen, Menschen beim Sport und der griffige Slogan „Bewegung ist die beste Medizin“: das sind die Bausteine der neuen Kampagne, mit der Deutsche Krebshilfe, Deutscher Olympischer Sportbund (DOSB) und Deutsche Sporthochschule Köln auf die Möglichkeiten der Krebsprävention aufmerksam machen möchten. Gemeinsam wollen die drei Partner-Organisationen Menschen dazu motivieren, sich mehr zu bewegen und somit etwas für ihre Gesundheit zu tun. Ab Mai sind die Kampagnenmotive in den Hauptbahnhöfen von fünf deutschen Großstädten in Form von Bodenplakaten platziert. Kurze und prägnante Clips laufen auf Infoscreens und Videostations in Bahnhöfen und Einkaufszentren. Die Motive und Clips gibt es unter www.bewegung-gegen-krebs.de.



Deutsche
Sporthochschule Köln
German Sport University Cologne

„Kein Medikament und keine Heilpflanze wirken derart umfassend auf unseren Organismus wie körperliche Aktivität: Sie wirkt positiv auf den Bewegungsapparat, auf die Psyche sowie auf das Herz-Kreislaufsystem und den Stoffwechsel“, sagt Prof. Dr. Wilhelm Bloch von der Deutschen Sporthochschule Köln. Zusammen mit einer gesunden Ernährung beugt Bewegung Übergewicht und Adipositas vor. Sie wirkt zudem präventiv gegen einige Krebserkrankungen. „Es ist wissenschaftlich erwiesen, dass sich das Risiko für Brust- und Darmkrebs durch regelmäßige körperliche Aktivität um 20 bis 30 Prozent reduzieren lässt. Bei weiteren Tumorarten gehen Experten ebenfalls von einem risikosenkenden Effekt aus“, so Gerd Nettekoven, Vorstandsvorsitzender der Deutsche Krebshilfe.

Doch obwohl die Menschen in Deutschland in den vergangenen Jahren aktiver geworden sind, erreichen nur rund ein Drittel der Frauen und weniger als die Hälfte der Männer die von der Weltgesundheitsorganisation (WHO) empfohlene wöchentliche Mindestzeit von zweieinhalb Stunden gemäßigter Bewegung. Dazu gehören beispielsweise Joggen, Walken, Radfahren, Schwimmen, Reiten, Gymnastik oder Tanzen.

Mit der neuen Kampagne „Bewegung ist die beste Medizin“ möchten die drei Kooperationspartner mehr Menschen motivieren, aktiver zu werden. Ob im

beruflichen Alltag oder in der Freizeit – die Möglichkeiten, sich selbst etwas Gutes zu tun, sind nahezu unbegrenzt: „Gemeinsam können wir mit hoher Durchdringlichkeit das wichtige Thema Krebsprävention durch Sport und Bewegung weiter in die Fläche tragen. Die Sportvereine vor Ort stehen mit ihren vielfältigen Bewegungsangeboten allen Bewegungsinteressierten zur Verfügung“, sagt Michaela Röhrbein, Vorstand Sportentwicklung des DOSB. Um langfristig gesundheitsschädlichen Folgen von Bewegungsmangel für alle Menschen in Deutschland entgegenzuwirken, appelliere der DOSB zusammen mit der Deutschen Sportjugend (dsj) zudem an die Bundesregierung, einen Bewegungsgipfel durchzuführen. Die Deutsche Krebshilfe bekräftigt diesen Appell: „Die Krebsprävention ist eine gesamtgesellschaftliche Herausforderung, die der Unterstützung aller bedarf“, so Gerd Nettekoven.

Allgemeine Gesundheitssportangebote finden Interessierte über die bundesweite Suchmaschine SPORT PRO GESUNDHEIT unter www.suche.service-sportprogesundheit.de

Weitere Informationen, Trainingspläne und Tipps zum Thema „Bewegung und Krebs“ gibt es ebenfalls unter www.bewegung-gegen-krebs.de. Zusätzlich finden hier Krebspatient*innen Informationen zu Sport- und Bewegungsangeboten in der Krebsnachsorge. Auch das INFONETZ KREBS – der Informations- und Beratungsdienst – der Deutschen Krebshilfe hilft Betroffenen gerne bei der Suche nach entsprechenden Angeboten unter 0800 / 80 70 88 77.



Quelle: Deutsche Krebshilfe / markenzeichen GmbH

Download der Plakatmotive als JPG und PDF:

https://www.krebshilfe.de/fileadmin/Downloads/PDFs/Bewegung_gegen_Krebs/Deutsche_Krebshilfe_-_Bewegung_gegen_Krebs-2022_Plakate_A3_Web.zip

Bonn, den 2. Mai 2022