



## Onkofit

Die Diagnose Krebs ist ein einschneidendes Ereignis für die betroffene Person und deren Umfeld. Die Krankheit und die damit verbundenen Behandlungen belasten den ganzen Menschen sowohl auf körperlicher, geistiger und seelischer Ebene.

Viele Begleit- und Folgeerscheinungen der Krankheit und deren Behandlung werden durch Bewegungsprogramme wie zum Beispiel dem «Onkofit» nachweislich reduziert. Studien belegen eindrücklich den Benefit für Krebspatientinnen und -patienten in Bezug auf die Regeneration, Prognose und das Müdigkeitssyndrom «Fatigue». Aus diesen Gründen empfehlen wir unseren Patientinnen und Patienten eine Teilnahme an unserem Bewegungsprogramm «Onkofit».

Unser Programm richtet sich an Patientinnen und Patienten mit einer Krebsdiagnose und hat zum Ziel ihre Leistungsfähigkeit und ihr Wohlbefinden zu verbessern.

Voraussetzung: Körperliche Belastbarkeit von 1 Stunde (mit kurzen Pausen) in Form von mittlerer Gymnastik oder moderatem Gehtraining.

Termine: Entnehmen Sie bitte unserer Webseite unter [www.stgag.ch/veranstaltungen](http://www.stgag.ch/veranstaltungen)



Ort: Physiotherapie (Gymnastikraum) am Kantonsspital Frauenfeld oder bei guter Witterung auch draussen im Freien

Gruppengrösse: Minimum 5 Personen, Maximum 8 Personen

Sie bringen mit: Bequeme Sportbekleidung, Turnschuhe, Frottiertuch, Getränk

Gruppenführung: Diplomierte Physiotherapeutin

Kosten: Ärztlich verordnet, werden die Kosten von Ihrer Krankenkasse übernommen

Anmeldung: Sekretariat Physiotherapie am Kantonsspital Frauenfeld unter Tel. +41 (0)52 723 71 54 oder per E-Mail [physiotherapie.ksf@stgag.ch](mailto:physiotherapie.ksf@stgag.ch)

Zusammenarbeit: Thurgauische Krebsliga  
[thurgau.krebsliga.ch](http://thurgau.krebsliga.ch)



thurgauische krebsliga  
Kompetenzentrum



**Spital Thurgau**

BRUSTZENTRUM THURGAU