



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.

Ein Gemeinschaftsprojekt von



Du kannst übrigens zwischen unseren Bewegungsmodulen frei wählen!

Studieninformationen

Teilnehmer: zwischen 18-39 Jahre

Erkrankung: Alle Krebserkrankungen

Dauer: 12 Wochen (+ 1 Follow Up)

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



Du möchtest teilnehmen? Bitte nimm Kontakt zu uns auf!

Studienkoordination Heidelberg
Annelie Voland, Maximilian Köppel
Nationales Centrum für Tumorerkrankungen Heidelberg

Kontaktdaten zur Studienteilnahme
E-Mail: annelie.voland@nct-heidelberg.de
Tel: 06221-56 36033