

Unser Themenabend am 25.05.2016

„Krebs bewegt uns ! Sport – Motor für das Immunsystem,,  
hat Mitglieder und Freunde unseres Vereins in der Tat bewegt, zu den interessanten Vorträgen von Prof. Dr. Briese und Ron Beier zu kommen und einen anregenden, gemeinsamen Abend zu verbringen.

Prof. Briese führte uns sehr eindringlich und anschaulich vor Augen, wie wichtig Sport sowohl als Prävention zur Stärkung des Immunsystems ist und ebenso in der Rehabilitation als ein wichtiger Faktor der nichtmedikamentösen Behandlung angesehen wird.

Gerne beantwortete er auch ganz locker Fragen, was er persönlich an sportlichen Aktivitäten unternimmt. Wussten Sie, dass der Ausdruck Sport erst ab einer körperlichen Belastung von 30% benutzt wird oder dass Schlaganfall und Diabetes, erforschter Maßen, eher mit Sport als mit Medikamenten zu behandeln sind? Oder auch, dass sich bei geringer Bewegung der Lactatspiegel erhöht und Lactate Energiegewinner für Tumorzellen sind?

Wer dachte, über das Thema Sport schon genug gehört zu haben, war auf dem Holzweg!

Ron Beier gab uns viele neue Denkanstöße zum Thema Gesundheit, zu Ansichten über Gesundheit und Krankheit in der Vergangenheit und der Gegenwart und wie wir heute mit dem Verständnis von Gesundheit und Menschsein umgehen. Die Antwort auf viele diese Fragen lautet: Gleichgewicht!

Bei einem kleinen Imbiss gab es für alle die Möglichkeit, sich zwanglos auszutauschen und mit humorvollen Liedern des Künstler-Duos „Ambra“, Matthias Kaye und Thommy Lehner, wurde unser Abend auch kulturell abgerundet.

31.05.2016