

## Das CCC München unterstützt den Schul-Projekttag „Krankheit Krebs“

Das Thema „Krankheit Krebs“ war 2017 beim Projekttag der Mittelschule an der Wittelsbacherstraße in München ein Versuch, die Schülerinnen und Schüler der 8. Jahrgangsstufe für einen gesunden Lebensstil zu begeistern. Die Experten des CCC München gestalteten vier Workshops mit den Inhalten: Ernährung, Bewegung, Onkologie und Psycho-Onkologie.

Ziel war zum einen, den Schülerinnen und Schülern Achtsamkeit und Respekt für die Gesundheit des eigenen Körpers und der Psyche beizubringen und zum anderen zu vermitteln, dass jeder die eigene Gesundheit durch seine Ernährung und den persönlichen Lebensstil selbst gestaltet.

Mittlerweile ist aus dem Versuch ein Projekt geworden, an dem sich immer mehr Schulen unterschiedlicher Arten beteiligen. Informieren Sie sich bitte weiter auf der Homepage des CCC München.

Das CCC München Comprehensive Cancer Center ist der Zusammenschluss der Krebszentren CCC München<sup>LMU</sup> im Klinikum der Universität München und dem CCC München<sup>TUM</sup> im Klinikum rechts der Isar. Das CCC München gehört seit 2014 zu den von der Deutschen Krebshilfe ausgezeichneten und geförderten 13 Onkologischen Spitzenzentren Deutschlands.



## Informationen und Kontakt

### CCC München Comprehensive Cancer Center Krebszentrum München

Geschäftsstelle  
Pettenkoflerstraße 8a, 80336 München

Tel. 089 4400 57430

Fax 089 4400 57432

[ccc-muenchen@med.uni-muenchen.de](mailto:ccc-muenchen@med.uni-muenchen.de)

[www.ccc-muenchen.de](http://www.ccc-muenchen.de)

Homepage:



Wenn Sie unsere Arbeit unterstützen möchten, freuen wir uns über eine Spende.

### Vielen Dank!

#### Spendenkonto des CCC München

Klinikum der Universität München  
Bayerische Landesbank München

Konto 20 20040

BLZ 700 500 00

IBAN DE38 7005 0000 0002 0200 40

SWIFT/BIC BYLADEMMXXX

Verwendungszweck 80234024

Hinweis zum **Datenschutz**: [www.ccc-muenchen.de/de/impressum/datenschutz.html](http://www.ccc-muenchen.de/de/impressum/datenschutz.html)



gefördert durch  **Deutsche Krebshilfe**  
HELLEN. FORSCHEN. INFORMIEREN.

Ausgezeichnet und gefördert als Onkologisches Spitzenzentrum durch die Deutsche Krebshilfe  
Spendenkonto Deutsche Krebshilfe  
Kreissparkasse Köln  
IBAN: DE65 3705 0299 0000 9191 91  
SWIFT/BIC: COKSDE 33XXX



**CCC MÜNCHEN**  
COMPREHENSIVE  
CANCER CENTER

*macht Schule*



CCC München macht Schule

**Grundlagen einer  
gesunden Lebensführung  
als Schulprojekt**

gefördert durch  **Deutsche Krebshilfe**  
HELLEN. FORSCHEN. INFORMIEREN.



## Sehr geehrte Damen und Herren!

Die Sorge um die Gesundheit der Kinder und Jugendlichen geht uns alle an. Ihr Wohlbefinden gehört zu den zentralen Zielen unserer Gesellschaft und darf nicht dem Zufall überlassen werden! Einen wichtigen Beitrag dazu kann eine früh beginnende und nachhaltige Gesundheits-erziehung in der Schule leisten.

Zu einem fitten Leben gehört nicht nur, Übergewicht, Rauchen und übermäßigen Alkoholkonsum zu vermeiden. Ein gesundes Leben erfordert eine ausgewogene Ernährung, moderate sportliche Betätigung und einiges mehr. Nicht zuletzt ist die psychische Gesundheit ein zentraler Punkt für ein glückliches Leben. Und damit kann gar nicht früh genug begonnen werden.

Es ist einfacher und kostengünstiger, die Kinder und Jugendlichen gesund zu erhalten, als gesundheitliche Fehlentwicklungen später zu kurieren. Deshalb unterstützt das CCC München Projekte in Schulen, die den Schülerinnen und Schülern vermitteln, dass ein gesunder Lebensstil vorteilhaft ist und Spaß macht.

Wir wollen die Schülerinnen und Schüler dazu befähigen, selbst Entscheidungen für eine gesunde Lebensgestaltung treffen zu können.

Prof. Dr. V. Heinemann  
Direktor des CCC München

Prof. Dr. H. Algül  
Stv. Direktor des CCC München

Dr. J. Holch  
Projektinitiator  
Klinikum der Universität München LMU

### Ernährung

Welche Ernährung ist vorteilhaft für eine langanhaltende Gesundheit?

### Bewegung und Sport

Mit körperlicher Bewegung kann man vielen Krankheiten entgegenwirken. Auch Krebs.

### Onkologie

Was ist Krebs und wie entsteht er?  
Kann Krebs geheilt werden?  
Vorbeugen gegen Krebs in 12 Schritten.

### Herz-Kreislauf-Erkrankungen

Die häufigste Todesursache in Deutschland, und wie man ihr entgegenwirken kann.

### Psycho-Onkologie

Welche Auswirkungen hat die Diagnose Krebs auf den Patienten und sein Umfeld? Was trägt zur seelischen Gesundheit bei?



## Ziele

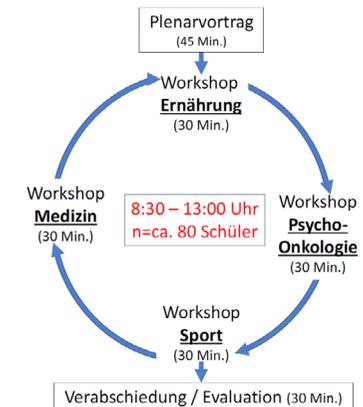
Kenntnisse und Fähigkeit vermitteln, die die Entwicklung einer gesundheitsfördernden Lebensweise unterstützen.

Kinder und Jugendliche überzeugen, dass es vorteilhaft ist, gesund zu sein.

Die Schülerinnen und Schüler motiviert und befähigt, ein verantwortungsvolles Verhalten und Wertschätzung für ihre persönliche Gesundheit zu übernehmen.

## Projekttablauf

Nach einem Plenarvortrag durchlaufen die Schülerinnen und Schüler vier Workshops in Kleingruppen:



## Kooperationspartner

