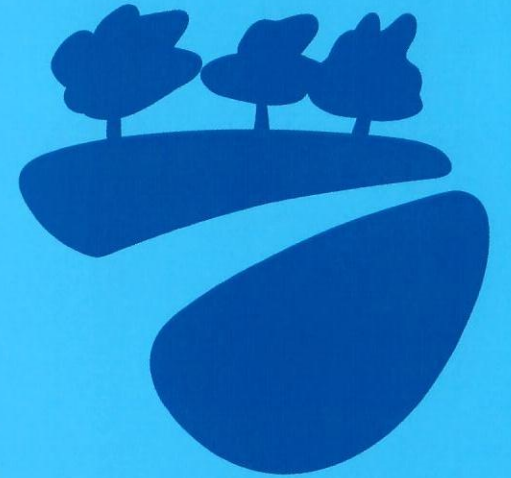


Einladung

Mit COPD gemeinsam bewegen

Mein Atem, mein Weg

Siegen



Samstag, 06. Juli 2019

Altes Zeughaus am Oberen Schloss, Siegen

Beginn: 11:30 Uhr

Die Veranstaltung erfolgt mit
freundlicher Unterstützung der



Treffpunkt



Altes Zeughaus
Burgstraße 18, 57072 Siegen

Die Teilnahme ist kostenlos.

Bei Fragen wenden Sie sich bitte an Ihr Praxisteam.

Anmeldung zu „Mein Atem, mein Weg“ Siegen

Samstag, 06. Juli 2019

Altes Zeughaus am Oberen Schloss, Siegen

Beginn: 11:30 Uhr

Die Teilnahme ist kostenlos.

Anrede

Nachname, Vorname

Straße, Hausnummer

Postleitzahl, Ort

Ich bringe eine Begleitperson mit.

Einwilligung in die Datennutzung



Ich willige ein, dass die BERLIN-CHEMIE AG, Glienicke Weg 125, 12489 Berlin, meine hier angegebenen Daten einschließlich der gesundheitsbezogenen Daten zum Zweck der Bearbeitung der Anmeldung und der Durchführung der Veranstaltung, ggf. unter Einbeziehung von Dienstleistern, erhebt, speichert und nutzt.

Ihre Daten werden durch die BERLIN-CHEMIE AG unter Einbindung des F.-Mail-Dienstes „Gmail“ (der Google Ireland („Google“) verarbeitet und dabei auch in Länder außerhalb der EU übermittelt. Wir haben mit Google die sog. Standardvertragsklauseln abgeschlossen und gewährleisten so ein angemessenes Datenschutzniveau. Soweit sich aufgrund der Tatsache, dass ich an der Veranstaltung teilgenommen habe, Hinweise darauf ergeben, dass ich an der Atemwegserkrankung COPD leide, bezieht sich meine Einwilligung auch auf diese Angabe.

Ihre Einwilligung ist freiwillig. Sie können auch ohne die Erteilung der Einwilligung an der Veranstaltung teilnehmen. Sie können Ihre Einwilligung jederzeit mit Wirkung für die Zukunft mit dem Stichwort „Widerruf – Mein Atem, mein Weg“ widerrufen. Sie sind jederzeit berechtigt, Auskunft über Ihre bei uns gespeicherten Daten zu verlangen. Ferner haben Sie das Recht, die Berechtigung unrichtiger Daten bzw. unter den gesetzlichen Voraussetzungen Löschung, Sperrung oder Einschränkung der Verarbeitung zu verlangen. Bitte wenden Sie sich dazu an unseren Datenschutzbeauftragten: BERLIN-CHEMIE AG, Datenschutzauftraggeber, Glienicke Weg 125, 12489 Berlin, dpo.germany@berlin-chemie.de. Zudem haben Sie das Recht, eine Beschwerde bei der zuständigen Aufsichtsbehörde, der Berliner Beauftragten für Datenschutz und Informationsfreiheit, einzulegen.

Pflichtangaben

TeilnehmerInnen der oben genannten Veranstaltung sind nicht über die Veranstalter versichert. Es wird ausdrücklich darauf hingewiesen, dass seitens der Veranstalter insbesondere kein Unfallversicherungsschutz für die TeilnehmerInnen der Veranstaltung vorgesehen wird. Die Teilnahme an der Veranstaltung erfolgt freiwillig und **auf eigene Gefahr**.

Bewegung bei COPD

Darum geht es

Wer sich bewegt, bleibt gesund. Das ist unbestritten und gilt insbesondere auch für Patienten mit COPD.

Dabei geht es nicht um ein intensives Fitnesstraining, sondern um einfache Übungen.

Mit regelmäßiger Bewegung

- ✓ wird die Muskulatur kräftiger; die Durchblutung der Lunge verbessert sich.
- ✓ steigt die Sauerstoffaufnahme ins Blut und die Sauerstoffversorgung der Muskeln und aller Organe. Dies reduziert das Gefühl von Luftnot.
- ✓ verbessert sich im Verlauf die Leistungsfähigkeit des Herz-Kreislauf-Systems und der bei vielen Patienten erhöhte Blutdruck sinkt.

Zudem lenkt körperliche Aktivität vom Rauchen ab und hilft so, damit aufzuhören. Gemeinsame Bewegung motiviert und lädt zum Erfahrungsaustausch ein.

Die Bewegungsinitiative „Mein Atem, mein Weg“ möchte Sie unterstützen, sich mit dem wichtigen Thema Bewegung bei COPD intensiver auseinanderzusetzen.

Programm

Mein Atem, mein Weg

Siegen
Samstag, 06. Juli 2019
Beginn: 11:30 Uhr

Treffpunkt

Altes Zeughaus
Burgstraße 18, 57072 Siegen

Strecken

Die Strecken führen durch den Park Oberes Schloss. Es stehen frei wählbare Streckenlängen von 1,0 km, 2,0 km, 3,0 km und 4,0 km zur Auswahl.

Woher weiß ich, dass ich mitmachen kann?

Das Programm ist speziell auf Menschen mit COPD ausgerichtet. Sie müssen jedoch keine Angst haben, dass es zu anstrengend wird – der Spaziergang wird von Ihrem Praxisteam begleitet.

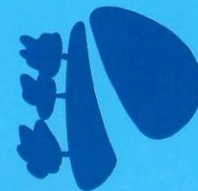
Verpflegung

Im Anschluss an die gemeinsame Bewegung ist für einen kleinen Imbiss gesorgt.

Und was ist, wenn es regnet?

Dann laufen wir trotzdem und versorgen Sie mit Regencapes.

Wir freuen uns auf Ihre Anmeldung!



Mein Atem, mein Weg
Siegen

Bitte geben Sie
diese Anmeldung
in Ihrer Praxis ab.