

Stationen zum Teil noch in Planung

1.6. Rostock	Eröffnungsveranstaltung	Musik, Vorträge
2. und 3.6. InfoStand Stralsund	InfoStand mit Quiz	Alter Markt, Walken mit anderen Vereinen
5.6. Neubrandenburg	InfoStand mit Quiz/Aktion mit Vereinen vor Ort	Walken oder Rad Tour
7.6. Waren	InfoStand mit Quiz/Aktion mit Vereinen vor Ort	Walken oder Rad Tour
9.6. Güstrow	InfoStand mit Quiz/Aktion mit Vereinen vor Ort	Walken oder Rad Tour
11. und 12.6. Rostock	Start mit Pilgergruppe auf der Via Baltika	Wandern
13.6. Bad Doberan	InfoStand mit Quiz/Aktion mit Vereinen vor Ort	
17.6. Schwerin	Sportfest der Vielfalt	Aktive Teilnahme
19.6. Wismar	InfoStand mit Quiz/Aktion mit Verein vor Ort	
21.6. Rostock	Firmenlauf	Info Stand, Laufgruppe
24.6. Ahlbeck	Sportfest	Teilnahme und Infostand

25. bis 27.6. Zinnowitz / Lubmin	Streckenwanderung Richtung Greifswald InfoStand	Wandern oder Radfahren
28.6. Greifswald	Staffel-Marathon Stadion Greifswald	Lauf und Info
29.6. Greifswald	Wanderung am Fluß mit Drachboot Abschluß	Wanderung und Bootsfahrt
30.6. Greifswald	Abschlußveranstaltung	Info, Musik, Fest

Uta - Unterwegs trotz alledem ist:

Gemeinsam "unterwegs sein" mit Betroffenen von Kopf-Hals-Mund-Krebs Informationen anbieten zu Kopf-Hals-Mund-Krebs und den Folgen Inklusion fördern durch gemeinsame Aktionen

*Zweckgebundene Spenden für Uta- Unterwegs trotz alledem bitte auf das Konto:
Selbsthilfenetzwerk*

Kopf-Hals-Mund-Krebs e.V.

DE19 8005 5500 0201 0289 05

UTA



Unterwegs trotz alledem
Gemeinsam unterwegs
in Mecklenburg-Vorpommern
im Juni 2023

Selbsthilfenetzwerk
Kopf-Hals-M.U.N.D. -Krebs e.V.
Thomas Mann Str. 40
53111 Bonn
Tel.: 0228/33889285
E-Mail: uta@kopf-hals-mund-krebs.de



Kopf
Hals
M.U.N.D.
Krebs e.V.

Gemeinsam Initiative ergreifen:

Selbsthilfenetzwerk
Kopf-Hals-Mund-Krebs e.V.

Uni Greifswald mit HNO, MKG und dem
BIZ

Uni Rostock

Krebsgesellschaft Mecklenburg-
Vorpommern

AOK Bundesverband

Rotary Club Greifswald

Wir danken unseren Partnern, die dazu
beitragen, dass dieses Projekt realisiert
werden kann



Das Selbsthilfenetzwerk Kopf-Hals-Mund
Krebs e.V. unterstützt Betroffene,
Angehörige und Nahestehende bundesweit
bei Fragen zum Leben mit und zur
Bewältigung der Erkrankung.

Uta - Unterwegs trotz alledem will:

mit gemeinsamem Sport aus der Isolation
helfen und neue Lebensfreude bringen

informieren, dass die Impfung von Jungen
und Mädchen gegen das HPV-Virus mithilft,
Schleimhauttumoren zu verhindern

aufzeigen, dass durch den Verzicht auf
Rauchen und Alkohol viele Tumoren erst gar
nicht entstehen würden

auf Symptome hinweisen, bei denen ärzt-
liche Untersuchungen unbedingt notwendig
sind

deutlich machen, wie wichtig Nachsorge
und Selbsthilfe sind, falls man betroffen ist!



Fakt ist:

Jährlich erkranken ca. 14.000 Menschen
an Tumoren

der Mundhöhle (Mundhöhlenkarzinom),
d.h. Tumoren von Lippen, Zunge, Mund-
boden, Gaumen, Mandeln, Speicheldrüsen,
Kiefer

des Rachens (Pharynxkarzinom)

der Nase

der Nasennebenhöhle

des Ohrs

Leider werden die Tumoren oft erst spät
erkannt, daher kommt es verstärkt zu
schweren Behandlungsfolgen:

Gesichtsentstellungen

Mundtrockenheit

Sprechprobleme

Kau- und Schluckprobleme

**Einschränkungen der Beweglich-
keit in den oberen Extremitäten**

Dies verringert die Lebensqualität. Häufig
kommt es zur (Selbst-)Isolation und
Vereinsamung.