

Biokrebs Community

Die Biokrebs Community ist ein geschützter Raum für Menschen, die ihren Weg mit und nach Krebs bewusst gestalten möchten.

Hier verbinden sich fundiertes Wissen aus der integrativen Onkologie, ehrlicher Austausch und stärkende Impulse für den All-

tag – persönlich, vertrauensvoll und auf Augenhöhe.

Freuen Sie sich auf Vorträge, Austauschgruppen, Live-Formate und Inhalte, die Orientierung geben, neue Perspektiven eröffnen und Gemeinschaft erlebbar machen.

Vielleicht ist genau jetzt der richtige Zeitpunkt, Teil der Community zu werden: <https://www.mein-biokrebs.de>.

Das erwartet Sie in der Biokrebs Community

- ✓ Austausch auf Augenhöhe
- ✓ Live-Vorträge & Community-Termine
- ✓ Regelmäßige Austauschgruppen
- ✓ Impulse für Körper, Geist & Seele
- ✓ Wissen aus Naturheilkunde & integrativer Onkologie
- ✓ Orientierung & Begleitung im Alltag
- ✓ Und das Beste: Vereinsmitglieder der GfBK erhalten 50% Rabatt auf das Abo



Wirksamkeit von Yoga-Interventionen bei Brustkrebspatientinnen

Die Charité – Universitätsmedizin Berlin untersucht in einer aktuellen Onlinestudie, wie Yoga und Entspannungsübungen die Lebensqualität und das Stressempfin-



Kann Yoga die Lebensqualität bei Brustkrebs erhöhen? © stock.adobe.com / Svitlana

den von Brustkrebspatientinnen verbessern können. Verschiedene wissenschaftliche Studien zeigen, dass regelmäßige Yoga- und Achtsamkeitsübungen helfen, Stress zu reduzieren und das Wohlbefinden zu steigern.

Im Rahmen der Studie werden zwei verschiedene Yoga-Interventionen angeboten: körperbetontes Yoga und meditatives Yoga. Die Teilnahme erfolgt über acht Wochen mit wöchentlichen Onlinekursen und täglicher Eigenpraxis. Zusätzlich gibt es eine Wartelisten-Kontrollgruppe, die nach vier Monaten ebenfalls an einem Yogakurs teilnehmen kann. Teilnehmerinnen profitieren von kostenlosen Kursen, die sie auch nach der Studie selbstständig weiter-

führen können. Die Studie richtet sich an Frauen zwischen 18 und 75 Jahren mit nichtmetastasiertem Brustkrebs (Stadium I–III), deren Primärtherapie seit mindestens drei Monaten abgeschlossen ist. Die Teilnahme umfasst Onlinekurse, kurze Tagebucheinträge und Onlinefragebögen zur Messung von Stress und Lebensqualität. Einige Teilnehmerinnen können zusätzlich an einer Langzeit-EKG-Messung oder einem Interview teilnehmen. Interessierte können sich ab sofort anmelden. Für Fragen und Anmeldung steht Miriam Rösner, Study Nurse der Hochschulambulanz für Naturheilkunde, zur Verfügung: Telefon +49 30 80 50 56 82, E-Mail: yomastudie@charite.de oder naturheilkunde.studien@immanuel.de.

Krebs ganzheitlich begegnen

Impulse für Körper, Geist und Seele – Patienten-Informationstag am 18. Oktober 2026 in Heidelberg

Was kann stärken, wenn Krebs das Leben verändert? Beim diesjährigen Patienten-Informationstag der GfBK am 18. Oktober 2026 stehen Impulse, Begegnung und Austausch rund um die ganzheitliche Krebsmedizin vor allem aus Sicht der Betroffenen im Fokus. Von 9:15 bis 12:30 Uhr erwarten die Teilnehmenden Vorträge, Gesprächsinseln und Raum für persönliche Fragen – mit Beiträgen von Dr. med. György Irmey, Annette Merklin, Dr. med. Achim Zinggrebe und Dr. med. Susanne Bihlmaier. Themen sind Lebensfreude, ärztliche und persönliche Erfahrungen, gesundes Essen sowie stärkende Perspektiven im Umgang mit Krebs. Am Nachmittag folgen weitere Vorträge und eine Podiumsdiskussion: Marlene Assmann-Khoueiry spricht über ein leichteres Leben mit schwerer Diagnose, Christine Schmid über die Stimme als Kraftquelle. Zum Abschluss kommen Patienten und Mitarbeitende der GfBK miteinander ins Gespräch.

Wir freuen uns auf Ihre Teilnahme. Auf der Innenseite des Covers in dieser Ausgabe finden Sie alle wichtigen Informationen.



Heidelberg: Hier findet am 18.10.2026 der Patiententag statt. © stock.adobe.com / Freesurf

Dr. Charles Fernando gewinnt den Excellence Award



© GfBK

Unser langjähriger Kassenprüfer und treuer Referent bei den IBKM-Kursen (Fachfortbildungen für Therapeuten) sowie unseren Kongressen hat Großes erreicht: Wir gratulieren Dr. Charles Fernando ganz herzlich zum Gewinn des begehrten Excellence Awards beim Internationalen Speaker Slam in Mastershausen!

Als promovierter Naturwissenschaftler und Apotheker überzeugte er die Jury im

Feld von 170 Speakern aus 21 Nationen. Mit seinem Vortrag „Die Gene entscheiden nicht“ brachte er ein Thema auf den Punkt, das uns allen am Herzen liegt: Gene sind nur der Bauplan, wir selbst sind die Architekten unseres Lebens. Charles zeigte mit viel Herzblut und wissenschaftlicher Tiefe, wie stark wir unsere Genaktivität durch Lebensstil und Umwelt positiv beeinflussen können. Wir sind stolz, ihn in unseren Reihen zu haben!