

Liebe Patientinnen und Patienten,

Sie sind von einer Erkrankung betroffen, die Sie vor große Herausforderungen stellt. Die „Förderinitiative für Krebskranke in der Uni-Frauenklinik“ möchte Ihnen gemeinsam mit der Frauenklinik des Universitätsklinikums Essen helfen, Ihr Schicksal zu meistern, damit Sie körperlich und seelisch genesen können und Ihren Weg zurück in den Alltag finden.

Ihre Chancen auf eine Heilung sind heute besser denn je. Wir wollen die Klinik ideell und materiell unterstützen, damit Sie auf medizinischer und menschlicher Ebene die für Sie bestmögliche Behandlung erhalten – auch über die medizinische Grundversorgung hinaus.

Dazu entwickeln wir ständig neue Angebote, die sich an den Bedürfnissen der Patientinnen und Patienten ausrichten, wie etwa diesen Kochkurs.

Ihre



Sibylle Marcin, Vorsitzende

Die Förderinitiative Krebskranke in der Uni-Frauenklinik Essen ermöglicht psychosoziale Angebote, wie Yoga, Kunsttherapie, Patientenseminare und gemeinsame Aktionen, um Betroffene bei der Bewältigung ihrer Krebserkrankung zu unterstützen. Kommen Sie gerne auf uns zu!

Über die Förderinitiative

Die Förderinitiative möchte Patientinnen und Patienten der Universitätsfrauenklinik mit Wissen und Sachverstand, aber auch mit menschlicher Wärme und Verständnis helfen.

Unter uns sind Betroffene, Mediziner, Lehrer, ein Diakon, eine Soziologin, eine Biologin, Betriebswirte, eine Sporttherapeutin und ein Finanzexperte, die zusammen mit den Oberärzten der Universitätsfrauenklinik (Direktor: Univ.- Prof. Dr. med. Rainer Kimmig) ein Team bilden, das Ihnen gerne mit Rat und Tat zur Seite steht.

Die Förderinitiative ist selbstlos tätig und verfolgt ausschließlich gemeinnützige Zwecke. Sie finanziert ihre Maßnahmen durch Beiträge und Spenden ihrer Unterstützer oder Dritter und ist eingebettet in die Stiftung Universitätsmedizin Essen.

Informationen und Kontakt

Förderinitiative für Krebskranke in der Uni-Frauenklinik
(1. Vorsitzende: Sibylle Marcin)

In Kooperation mit der:

Stiftung Universitätsmedizin Essen
Hufelandstr. 5545147 Essen
Tel: 0201/723-4699
Fax: 0201/723-5526
E-Mail: foerderinitiative.frauenklinik@uk-essen.de
www.universitaetsmedizin.de

Spendenkonto:

IBAN: DE 0937 0205 0005 0005 0005
BIC: BFSWDE33
Stichwort: Frauenklinik Krebskranke



Universitätsmedizin Essen

Kochkurs „Gesunde Ernährung bei Krebs“

Was soll man beachten – was tut gut?



Kochen mit
Claudia Metz
Diätassistentin,
VM/DGE Lehrkraft
an der Schule für
Diätassistenten Essen

Theorie von
Dr. med. Sandra Blomeyer
Fachärztin für Innere Medizin
und Gastroenterologie
Universitätsklinikum Essen



In Kooperation mit
 Stiftung Universitätsmedizin Essen



Ernährung ist das A und O

Eine ausgewogene Ernährung ist das A und O für einen gesunden und leistungsfähigen Körper. Wir benötigen unter anderem Kohlenhydrate, Fette und Proteine um alle Zellen auf Trapp zu halten.

Sich mit der eigenen Ernährung auseinanderzusetzen ist immer eine gute Idee. Insbesondere, wenn der Körper krank wird, ist eine Versorgung mit vielen Nährstoffen wichtig. Seit einigen Jahren haben sich viele ganz unterschiedliche Ernährungsformen wie etwa Low Carb, Low Fat, Vegetarismus oder das Intervallfasten etabliert. Doch worauf gilt es bei einer Krebserkrankung zu achten? Was darf unbedingt auf den Speiseplan und welche Lebensmittel sollten eher gemieden werden? Wie werden die Gerichte am besten zubereitet? Diese und andere Fragen möchten wir gemeinsam beim Kochkurs klären.

Der Kochkurs für Krebspatienten

Die Förderinitiative lädt Patientinnen und Patienten der Universitätsfrauenklinik zum gemeinsamen Kochen ein:

Der Kurs findet regelmäßig statt.

Die genauen Termine erfragen Sie bitte bei S. Marcin, Tel. 02369 24196 sibylle@marcin.de oder foerderinitiative.frauenklinik@uk-essen.de

Um eine Spende wird gebeten.

Kochen, 16:00 – ca. 19:30 Uhr:

Treffpunkt: 15:45 Uhr vor der Lehrküche für Diätassistenten
Universitätsklinikum Essen
Hufelandstrasse 55, 45147 Essen

Theorie, 16:15 – ca. 17:45 Uhr:

Hohlweg 8, 45147 Essen

Praxis trifft Theorie

Beim gemeinsamen Kochen kommt nur das auf den Tisch, was gut tut! Das sind natürlich gesunde und nährstoffreiche Lebensmittel, die den erkrankten Körper stärken und bei der Genesung unterstützen – doch genauso wichtig ist der Genuss. Mit Claudia Metz, Diätassistentin, VM/DGE Lehrkraft an der Schule für Diätassistenten Essen, entstehen aus frischen Zutaten leckere Gerichte zum Nachkochen. Selbstverständlich erfolgt nach dem Zubereiten das gemeinsame Essen!

Was hinter den einzelnen Nährstoffen steckt und wie sie auf den Körper und die Krebszellen wirken erklärt Dr. med. Sandra Blomeyer, Fachärztin für Innere Medizin und Gastroenterologie des Universitätsklinikums Essen.

Die Teilnahme an den wechselnden Terminen befähigt Sie, sich zuhause kulinarisch zu verwöhnen und Ihrem Körper dabei etwas Gutes zu tun.

Wir freuen uns auf Sie!