

# Wohlfühlen trotz Krebs – Was kann ich für mich tun?



**Samstag | 11.06.2016 | 14.00 – 18.00 Uhr**  
**Marien Hospital Herne | Hörsaal 1–3**  
**Hölkeskampring 40 | 44625 Herne**

Mitten in der

**ST. ELISABETH GRUPPE**   
KATHOLISCHE KLINIKEN RHEIN-RUHR

# Vorwort

Liebe Patientinnen und Patienten,  
liebe Angehörige,

die Diagnose Krebs ist eine schwere Belastung für Geist und Körper. Nach dem ersten Schock folgen oft Gedanken der Angst und Verzweiflung. Zwar haben sich die medikamentösen Therapiemöglichkeiten in den letzten Jahren erheblich weiterentwickelt, dennoch sind onkologische Therapien zur Behandlung von Krebs oft kräftezehrend.

Sie können einiges tun, um sich trotz Krebserkrankung in Ihrem eigenen Körper wohler zu fühlen. Dazu gehören sportliche Betätigung und Übungen, die Ihnen dabei helfen, Körper und Geist zu entspannen. Auch die richtige Ernährung ist wichtig. Dabei geht es nicht um irgendwelche „Krebsdiäten“, sondern um Tipps und Rezepte, die Ihnen zeigen, wie man kalorienreicher kocht und so leichter zunimmt.

Wir möchten alle, die an diesen Themen interessiert sind, zu der interaktiven Veranstaltung „Wohlfühlen trotz Krebs – Was kann ich für mich tun?“ einladen. Zum Ende der Veranstaltung können Sie sich außerdem an unterschiedlichen Infoständen beraten lassen.

Wir würden uns sehr freuen, Sie zur Veranstaltung begrüßen zu dürfen!

**Prof. Dr. Dirk Strumberg**

*Direktor der Medizinischen Klinik III – Hämatologie / Onkologie*

**Dr. Wael Hozaeel**

*Oberarzt Medizinische Klinik III – Hämatologie / Onkologie*

**Susanne Ernst-Behn**

*Psychoonkologin Medizinische Klinik III – Hämatologie / Onkologie*

# Programm

- 14.00 –  
14.30 Uhr
- Überblick über das Programm I**  
**Aufteilung der Teilnehmer in Gruppen**  
Prof. Dr. Dirk Strumberg  
*Chefarzt*  
*Medizinische Klinik III – Hämatologie / Onkologie*  
Dr. Wael Hozaeel  
*Oberarzt*  
*Medizinische Klinik III – Hämatologie / Onkologie*

Die Teilnehmer werde in drei Gruppen aufgeteilt und durchlaufen alle drei Programmpunkte. Die einzelnen Veranstaltungen dauern jeweils 30 Minuten.

- 14.30 –  
16.30 Uhr
- „Zunehmen – Ja bitte!“ –**  
**Fett- und kalorienreiche Rezepte leicht gemacht**  
Dirk Jahner  
*Leiter*  
*Verpflegungsmanagement,*  
*Standort Marien Hospital Herne*
- „Die Macht der Vorstellungskraft“ –**  
**Hilfreiche Bilder für Körper und Seele**  
Susanne Ernst-Behn  
*Psychoonkologin*  
*Medizinische Klinik III – Hämatologie / Onkologie*
- „In Bewegung bleiben“ –**  
**Sportliche Übungen zum Fit bleiben**  
Elke Bergau  
*Leiterin*  
*Zentrum für Prävention, Therapie, Rehabilitation*  
*und sportmedizinische Diagnostik,*  
*Standort Marien Hospital Herne*

16.45 – 17.00 Uhr	<b>Schlussworte</b> Dr. Wael Hozaeel <i>Oberarzt</i> <i>Medizinische Klinik III – Hämatologie / Onkologie</i>
17.00 – 18.00 Uhr	<b>Imbiss</b> Gemeinsamer Ausklang der Veranstaltung

Nach den Veranstaltungen haben die Teilnehmer die Gelegenheit, sich an folgenden Ständen beraten und informieren zu lassen:

#### **BIA-Messungen**

Erfahren Sie, in welchem Verhältnis Muskulatur, Fett und Wasser aktuell in Ihrem Körper zueinander stehen  
*B. Braun – Sharing Expertise*

**Infostand zu Angeboten rund um  
„Mit Krebs den Alltag bewältigen“**  
*St. Elisabeth Gruppe –  
Katholische Kliniken Rhein-Ruhr*

Alle Referenten sind Mitarbeiter im Marien Hospital Herne –  
Universitätsklinikum der Ruhr-Universität Bochum.

## Information

Marien Hospital Herne –

Universitätsklinikum der Ruhr-Universität Bochum

Medizinische Klinik III – Hämatologie / Onkologie

Chefarztsekretariat Anke Bazynski

Hölkeskampring 40 | 44625 Herne

Fon 02323-499-1641

Fax 02323-499-1642

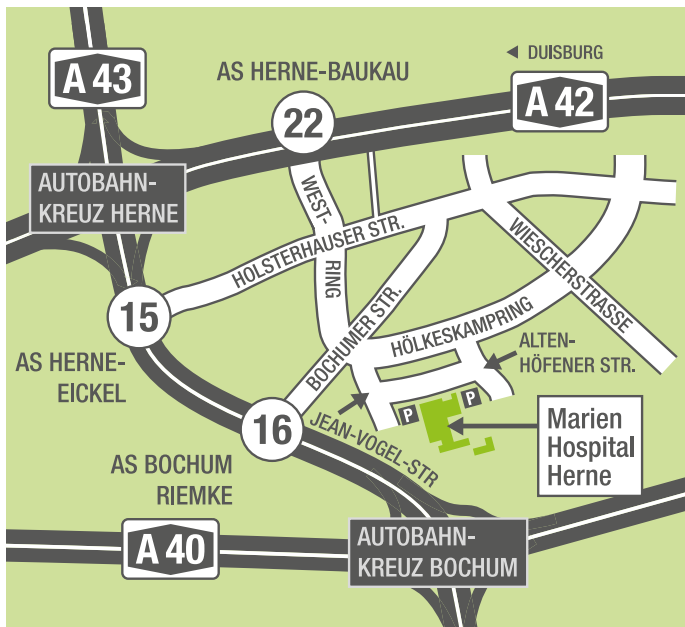
[onkologie@marienhospital-herne.de](mailto:onkologie@marienhospital-herne.de)

## Sponsoren:



Die Veranstaltung wird mit einer Gesamtsumme von 2.700,00 € unterstützt.

## Kontakt / Anmeldung



### Veranstaltungsort

Marien Hospital Herne –

Universitätsklinikum der Ruhr-Universität Bochum

Hörsaal 1–3

Hölkeskampring 40 | 44625 Herne

### Anmeldung

Bitte verwenden Sie zur Anmeldung die beiliegende Antwortkarte oder die darauf angegebenen Kontaktdaten.