

## Veranstaltet von:

### Arbeitskreis Onkologie

Landkreis Marburg-Biedenkopf/FB Gesundheitsamt  
Fachdienst Gutachten und Sozialmedizin  
Andrea Schrader ☎ 06421 405-4227  
E-Mail: SchraderA@marburg-biedenkopf.de

Universitätsstadt Marburg/FD Gesunde Stadt  
Linda Noack: ☎ 06421 201-1037  
E-Mail: Linda.Noack@marburg-stadt.de

## In Kooperation mit:

- Universitätsklinikum Gießen und Marburg (UKGM) am Standort Marburg
- Comprehensive Cancer Center Marburg
- Klinik Sonnenblick Marburg
- Schule für Diätassistenten des UKGM Marburg
- Urologisches Zentrum Mittelhessen
- Anneliese Pohl – Psychosoziale Krebsberatungsstelle Marburg
- Kehlkopfoperierte Mittelhessen e. V.
- Prostatakrebs-Selbsthilfegruppe Marburg
- Leben mit Krebs Marburg e. V.
- Deutsche ILCO e. V.
- Hirntumor-Selbsthilfegruppe Mittelhessen
- AOK – Die Gesundheitskasse in Hessen
- VfL 1860 Marburg e.V. und TV 1862 Biedenkopf e.V.

### Impressum

Herausgeber: Kreisausschuss Marburg-Biedenkopf  
Im Lichtenholz 60, 35043 Marburg  
Fachbereich Gesundheitsamt,  
Andrea Schrader

Foto Landrat: Markus Farnung  
Foto Stadträtin: Christopher Rommel  
Foto Titelseite: Christine, Adobe Stock

Marburg, Mai 2024

## Mitwirkende:



Gesundheit fördern  
Versorgung stärken



## 6. gemeinsamer Aktionstag „Aktiv gegen Krebs“

### „Was kann ich für mich tun?“

Vorträge und Workshops zu  
Therapieergänzung, Ernährung und Bewegung



Samstag, 31.08.2024

von 11:00 Uhr bis 14:00 Uhr

in der Klinik Sonnenblick

in Marburg

Wir danken allen für die freundliche Unterstützung und gute Zusammenarbeit bei der Vorbereitung und Durchführung des 6. Aktionstages „Aktiv gegen Krebs“!

### Schirmherrschaft:

Landrat Jens Womelsdorf und  
Stadträtin Kirsten Dinnebier

## Grußwort



Sehr geehrte Damen und Herren,

der Arbeitskreis Onkologie lädt zusammen mit der Universitätsstadt Marburg und dem Landkreis Marburg-Biedenkopf am Samstag, 31. August 2024, zum sechsten Aktionstag gegen Krebs ein.

In der Bundesrepublik erkranken jährlich etwa 500.000 Menschen an Krebs. Die Betroffenen finden nicht nur in externen, sich glücklicherweise stetig weiterentwickelnden Therapieformen und Versorgungsangeboten Unterstützung. Auch die Eigeninitiative der Patient\*innen und Erfahrungen der Selbstwirksamkeit können einen wichtigen Teil zur Genesung beitragen.

Dementsprechend macht der nunmehr sechste Aktionstag die Frage

**„Was kann ich für mich tun?“**

zum Thema und beantwortet diese im Rahmen verschiedener Vorträge und Workshops. Hierbei werden insbesondere die konkrete Bedeutung einzelner therapieergänzender Maßnahmen und auch der Bewegung sowie Ernährung im Zusammenhang mit der Onkologie vorgestellt. Und zwar immer mit dem Fokus darauf, wie die eigene Lebensqualität selbst aktiv gesteigert werden kann.

Ein „Markt der Möglichkeiten“ und Informationsstände bieten zudem einen Überblick über die zahlreichen Unterstützungsangebote in unserem Landkreis. Hierzu also laden wir Sie herzlich ein und wünschen Ihnen einen interessanten Aktionstag mit anregenden neuen Impulsen und Informationen!

Jens Womelsdorf  
Landrat des Landkreises  
Marburg-Biedenkopf

Kirsten Dinnebier  
Stadträtin der  
Universitätsstadt Marburg

## Programm

**11:00 Uhr**

**Eröffnung mit Grußworten von Landrat Jens Womelsdorf und Stadträtin Kirsten Dinnebier**

**Parallel dazu:**

**Markt der Möglichkeiten**

Informationsstände von Kliniken, Beratungsstellen, Selbsthilfegruppen und Sportvereinen

**11:20 Uhr–11:50 Uhr**

**Vortrag zum Thema:**

**Komplementäre Medizin und Bewegung – Ihre Bedeutung in der onkologischen Therapie**

(Prof. Dr. Ulf Seifart, Klinik Sonnenblick, Marburg)

**11:50 Uhr–12:20 Uhr**

**Vortrag zum Thema:**

**Ernährung – Ein wichtiger Therapiebaustein bei Krebs**

(Gabriele Nau, Ökotrophologin, UKGM Marburg)

**12:20 Uhr–13:00 Uhr**

**Pause mit Imbiss**

**13:00 Uhr–13:45 Uhr**

**3 Parallel-Workshops zu den Themen Ernährung und Bewegung:**

- Praktische Ernährungstipps – während und nach einer Krebstherapie (Dana Lang, Ernährungswissenschaftlerin, Marburg)

## Programm

- Beschwingt in die Bewegung kommen – Ein Ganzkörpertraining für alle (Anke Scheld, Smovey-Trainerin, Leben mit Krebs Marburg e. V.)
- Was ist Rehasport? Infos und Übungen zu Mobilisation und Koordination (Holger Dolfen, Rehasporttrainer, Marburg, Mitglied im Netzwerk OnkoAktiv am NCT Heidelberg e. V.)

**13:45 Uhr–14 :00 Uhr**

**Verabschiedung**

Es besteht die Möglichkeit, sich im Nachgang zur Veranstaltung für weitere Informationen zu wenden an:

Andrea Schrader,  
Fachärztin für Öffentliches Gesundheitswesen,  
Leitung des Arbeitskreises Onkologie, Gesundheitsamt  
*Kontakt umseitig*

und:

Annekatrein Menges-Beutel,  
Anneliese-Pohl – Psychosoziale Krebsberatungsstelle  
E-Mail: marburg@krebsberatung-hessen.de,  
Tel.: 06421 1664640

**Veranstaltungsort:**

**Klinik Sonnenblick, Amöneburger Straße 1–6,  
35043 Marburg, Haupteingang**

**Parkplätze kostenlos**

**ÖPNV: rmv.de**

**Anfahrt:**

