

Wut Trauer Freude Enttäuschung Hoffnung Ernüchterung Kränkung Ver-  
letzung Mut Wille Verantwortung Schwäche Verzweiflung Sturheit  
Angst Hass Zweifel Liebe Stärke Vertrauen Scham Rücksicht Schuld

auf  
über  
weiter

leben mit krebs

Informa-  
tionen

für Menschen mit  
oder nach einer  
Krebserkrankung

»STÄRKEN«

Veranstaltungen vom  
26.10. bis 09.11.2021

leben mit krebs

Information · Beratung · Unterstützung

Eine Initiative des

**UNIKLINIK  
RWTHAACHEN**  
Centrum für Integrierte  
Onkologie – CIO Aachen

## Veranstaltungen vom 26.10. bis 09.11.2021

Immer dienstags von 16:30 bis 18:00 Uhr online über Microsoft Teams

**26.10.2021**

### STÄRKE durch Komplementärmedizin

**Kann Traditionelle Chinesische Medizin (TCM) eine Krebstherapie unterstützen?**

Was verbirgt sich eigentlich hinter diesem Begriff? Ist Akupunktur TCM? Wann ist TCM sinnvoll? Kann sie auch schädlich sein? Was kann die TCM bei Krebs wirklich leisten und wann sollte ich sie in Anspruch nehmen? Wo bekomme ich Zugang zu traditioneller chinesischer Medizin?

Referentin: **Dr. med. Christine Gabriel**

MPH Fachärztin für Gynäkologie und Geburtshilfe, Ärztin für Naturheilverfahren und Akupunktur/TCM, in Aachen

**02.11.2021**

### STÄRKE durch die „richtige“ Ernährung

**Gibt es Krebsdiäten, die den Tumor stoppen?**

Was ist wissenschaftlich bekannt? Wann bzw. für wen kann eine Umstellung der Ernährung bei einer Tumorerkrankung sinnvoll sein? Kann Fasten die Verträglichkeit einer Chemotherapie verbessern? Gibt es praktische Tipps für die Ernährung während einer Krebstherapie oder für die Zeit danach?

Referent: **Univ.-Prof. Dr. med. Thorsten Cramer**

Leiter molekulare Tumorbiologie Uniklinik RWTH Aachen

**09.11.2021**

### STÄRKE durch gezielte Bewegung und Übungen fördern

**Was bewirken Bewegung und Sport bei einer Krebserkrankung?**

Welche Sportangebote gibt es für Erkrankte? Wann kann Bewegung schädlich sein? Welche Übungen kann man auch Zuhause machen? Wie kann man Motivation finden und Grenzen beachten? Hier bekommen Sie wertvolle Infos und ganz praktische Anleitungen.

Referenten: **Paula Kremer und David Uebis**

Physiotherapeut/in, Team Onkosport Uniklinik RWTH Aachen



Alle Veranstaltungen sind kostenlos und dauern ca. 90 Minuten

**Anmeldung per E-Mail bis spätestens zum jeweiligen Montag vor der Präsentation an: [ikuska@ukaachen.de](mailto:ikuska@ukaachen.de)**

Ort: online über Microsoft Teams

Eine Schritt-für-Schritt-Anleitung erhalten Sie nach Anmeldung per E-Mail.

Rückfragen an das CIO Aachen (Zentrum für integrierte Onkologie):

**Isabel Kuska, Tel.: 0241/80-37773**

## Liebe Interessierte!

Eine Krebserkrankung zu bewältigen, die Diagnose zu verkraften, die anstrengenden Therapien durchzustehen und den Weg in einen neuen Alltag zu finden, das ist eine enorme Herausforderung!

Mit unserer Veranstaltungsreihe „leben mit krebs“ wollen wir Sie auf diesem Weg unterstützen und Sie über alle Unterstützungsangebote in und um Aachen informieren. Außerdem wollen wir Ihnen jede Menge praktischer Tipps an die Hand geben.

Eingeladen und herzlich willkommen sind Patienten, Angehörige, Interessierte, Freunde, Bekannte, aber auch alle, die professionell mit Krebserkrankten arbeiten und Interesse an einer weiteren Vernetzung der Angebote im Aachener Raum haben.

„leben mit krebs“ ist eine Initiative des CIO Aachen (Centrum für integrierte Onkologie), um Patienten über die rein medizinische Behandlung hinaus bei der Bewältigung ihrer Krebserkrankung zu unterstützen.



Alle Veranstaltungen sind kostenlos und dauern ca. 90 Minuten; **Anmeldung per E-Mail bis spätestens zum jeweiligen Montag vor der Präsentation an: [ikuska@ukaachen.de](mailto:ikuska@ukaachen.de)**

Ort: online über Microsoft Teams; eine Schritt-für-Schritt-Anleitung erhalten Sie nach Anmeldung per Mail.

Rückfragen an das CIO Aachen (Zentrum für integrierte Onkologie): **Isabel Kuska, Tel.: 0241/80-37773**

## Ablauf der Veranstaltungen

Jede Veranstaltung beginnt mit einem einführenden Vortrag. Darin werden Sie verständlich und alltagsnah zum Thema informiert und erhalten erste hilfreiche Tipps: z.B. wo und bei wem gibt es weitere Unterstützung für Krebsbetroffene in der Region Aachen? Wo bekommt man aktuelle Informationen? Wie kann man lernen, mit Angst umzugehen? Was kann man mit und nach einer Krebserkrankung selber tun und was sollte man lieber lassen.

Die Vorträge sind interaktiv und Sie sind herzlich eingeladen, Ihre Erfahrungen, Ansichten und Fragen aktiv mit einzubringen.

Bei Interesse senden Sie uns bitte Ihre E-Mail-Adresse bis spätestens zum jeweiligen Montag vor der Präsentation an: [ikuska@ukaachen.de](mailto:ikuska@ukaachen.de)

Anschließend bekommen Sie von uns einen Link und eine Schritt-für-Schritt-Anleitung, mit der Sie ganz einfach und kostenlos teilnehmen können.

Für den Versand der Einladung speichern wir Ihre E-Mail-Adresse.

Ihre Daten werden für keinen anderen als den genannten Zweck verwendet und nicht an Dritte weitergegeben.

Ihre Einwilligung zum Erhalt des Veranstaltungshinweises können Sie jederzeit, auch zu einem späteren Zeitpunkt, unter folgender Kontaktmöglichkeit widerrufen: [psychoonkologie@ukaachen.de](mailto:psychoonkologie@ukaachen.de)

Wut Trauer Freude Enttäuschung Hoffnung Ernüchterung Kränkung Verletzung Mut Wille Verantwortung Schwäche Verzweiflung Sturheit Angst Hass Zweifel Liebe Stärke Vertrauen Scham Rücksicht Schuld

Weitere Infos erhalten Sie unter:

[www.lebenmitkrebs-aachen.de](http://www.lebenmitkrebs-aachen.de)

leben mit krebs

Information · Beratung · Unterstützung

Eine Initiative des  
**UNIKLINIK  
RWTHAACHEN**  
Centrum für Integrierte  
Onkologie – CIO Aachen