

## Veranstalter

Prof. Dr. med. Anke Reinacher-Schick  
Dr. med. Stefanie Hegenberg  
Medizinische Klinik V, Hämatologie und Onkologie  
mit Palliativmedizin, St. Josef-Hospital

## Veranstaltungsort

Hörsaal-Zentrum, St. Josef-Hospital

## Kontakt

Maren Paprotta-Gür  
St. Josef-Hospital  
Gudrunstr.56  
44791 Bochum  
Telefon 0234/509-2738  
onkologie@klinikum-bochum.de

## Teilnahme

Die Teilnahme ist kostenfrei. Eine Anmeldung ist für die Planung der Workshops und die Beschaffung des benötigten Materials wünschenswert. Schicken Sie Ihre Anmeldung an [onkologie@klinikum-bochum.de](mailto:onkologie@klinikum-bochum.de)

## Hinweise zu Selbsthilfegruppen

- Frauenselbsthilfe Krebs, Landesverband NRW e.V.
- Arbeitsgemeinschaft für Krebsbekämpfung der Träger der gesetzlichen Kranken- und Rentenversicherung im Lande Nordrhein-Westfalen
- Deutsche Ilco e.V., Ruhr Emscher Lippe
- Krebsberatung Bochum
- Krebsgesellschaft NRW e.V.
- weitere Interessierte

# Leben! – mit Krebs Das Immunsystem

## Veranstaltung für Patient\*innen, Angehörige und Interessierte

5. November 2024, 17:30–19:30 Uhr  
Hörsaal-Zentrum St. Josef-Hospital  
Einlass ab 17 Uhr



# Leben! – mit Krebs

Liebe Patientinnen und Patienten, liebe An- und Zugehörige, liebe Interessierte, wir laden Sie sehr herzlich zur diesjährigen Veranstaltung „Leben! – mit Krebs“ ein.

Gemeinsam möchten wir auf das vielfältige Thema „Immunsystem“ schauen. Dr. Stefanie Hegenberg wird in die Grundzüge dieses komplexen Systems, in seine Wirkweise und Möglichkeiten seiner Unterstützung einführen und nicht zuletzt erklären, wie es möglich ist, Krankheiten im Rahmen der Immuntherapie zu behandeln.

Es wird aber nicht nur um die Erkrankung gehen, sondern auch darum, wie wir alle stabilisierend und fördernd auf das Immunsystem einwirken können. Dazu gibt es interessante Erkenntnisse, denen wir mit Ihnen in einem vertiefenden Workshop nachgehen möchten. Stützend für das Immunsystem können u.a. Bewegung, Ernährung und Stressreduktion sein.

Wir bieten Ihnen drei Workshops an. Bitte entscheiden Sie sich für den, der Sie im Moment am meisten anspricht. Unsere Referentinnen sind vertraut mit Menschen in allen Stadien einer Krebserkrankung sowie mit gesunden Menschen, so dass Sie ohne Angst vor Überforderung profitieren können, auch wenn es Ihnen gerade nicht so gut gehen sollte. Die Workshops sind angelegt auf praktische Anwendungen und aktives Mittun.

In den Workshops soll es um den Ausblick gehen, wie Sie selbstwirksam für sich sein können. So erklärt sich auch das Foto auf diesem Flyer. Schon der Blick aus dem Fenster in die Natur hat gesundheitsfördernde Wirkung. Wenn Sie mehr hören möchten: Seien Sie herzlich willkommen!

*Prof. Dr. Anke Reinacher-Schick, Klinikdirektorin der Medizinischen Klinik V, Klinik für Hämatologie und Onkologie mit Palliativmedizin, St. Josef-Hospital Bochum, im Namen des gesamten Teams*

# Programm

- 17:30 Uhr** **Begrüßung**  
*Prof. Dr. Anke Reinacher-Schick  
Selbsthilfegruppen und Workshop-  
leiter, Patientenbeirat RUCCC*
- 17:40 Uhr** **Vortrag und Austausch  
Das Immunsystem – Bedeutung  
und Wirkung**  
*Dr. med. Stefanie Hegenberg,  
Leitende Ärztin\**
- 18:15 Uhr** **Pause und Aufsuchen der Räume für  
die Workshops**
- 18:30 Uhr** **Workshops**
- WS 1 Bewegung – Bedeutung für  
das Immunsystem und während der  
Krebserkrankung**  
*Workshopleitung: Susanne Siebert  
(Physiotherapeutin)*
- WS 2 Ernährung – Immunstark  
durch die kalte Jahreszeit**  
*Workshopleitung: Juliane Böcker,  
Diätassistentin\**
- WS 3 Stressreduktion (Trend  
Achtsamkeit?! – Aktiv ausprobieren!)**  
*Workshopleitung; Janina Triebisch  
Psychologische Psychotherapeutin,  
M. Sc. Psychologin\**

*\* Klinik für Hämatologie, Onkologie mit  
Palliativmedizin, St. Josef-Hospital Bochum*