

## Information und Anmeldung über:

✉ Sächsische Krebsgesellschaft e. V.  
Psychosoziale Beratungsstelle  
Schlobigplatz 23  
08056 Zwickau

☎ 0375 – 28 14 05  
📄 0375 – 28 14 04  
🌐 info@skg-ev.de



Die Sächsische Krebsgesellschaft ist ein gemeinnütziger Verein, der auch auf Spenden angewiesen ist.

Spendenkonto - Sächsische Krebsgesellschaft e. V.  
**IBAN DE87 8704 0000 0255 0671 01**  
**BIC COBADEFFXXX**

Spenden sind steuerbegünstigt und auch online möglich!  
[www.skg-ev.de/spenden](http://www.skg-ev.de/spenden)  
Vielen Dank!



SÄCHSISCHE  
KREBSGESELLSCHAFT E.V.

## ERNÄHRUNG FÜR VON KREBS BETROFFENE UND IHRE ANGEHÖRIGEN



**GRUPPENANGEBOT  
IM NOVEMBER 2022**

### Kursinformation

Mit einer Krebserkrankung gehen für die Patienten und deren Angehörige zahlreiche Belastungen und Einschnitte im gewohnten Tagesablauf einher. Die Diagnose, meist verbunden mit zahlreichen Arztterminen, Untersuchungen und Behandlungen, verursacht oftmals Ängste, Anspannung, Unsicherheiten und starke Einschränkungen im Wohlbefinden.

Die Sächsische Krebsgesellschaft e. V. möchte Patienten und ihren Angehörigen die Möglichkeit geben, ihre Lebensqualität zu verbessern und mit Hilfe von Ernährungsempfehlungen und Tipps für die Praxis wieder mehr Zufriedenheit zu erlangen.

An drei Kurstagen lernen Sie die speziellen Ernährungs-Empfehlungen für Krebspatientinnen und Krebspatienten kennen und erhalten Informationen u. a. zu den Themen:

- Wie eine gesunde abwechslungsreiche Kost gesund und fit hält
- Warum Fett im Essen so wichtig ist
- Mythen der Ernährung
- Vitamine, Mineralstoffe und Ballaststoffe und deren Wirkung auf Stoffwechsel und Darm
- Bakterien, Magensäure, Gallensäfte

In praktischen Übungen probieren Sie verschiedene Rezept-Vorschläge aus und nehmen an der Verkostung teil.

### Kursleitung:



Frau **Manuela Petereit** ist gelernte Köchin, staatlich geprüfte Diätassistentin und Ernährungsberaterin der Deutschen Gesellschaft für Ernährung (DGE), spezialisiert auf Allergie und Gastroenterologie.

### Termine und Orte

**Dienstag, 15.11.22 09:00-15:00 Uhr**  
SHG Zwickauer Land, Pfarrscheune, Markt 7, Fraureuth

**Samstag, 19.11.22 09:00-15:00 Uhr**  
Zwickau, Haus der Vereine, Schlobigplatz 23, Mehrzweckraum

**Mittwoch, 30.11.22 09:00-15:00 Uhr**  
Zwickau, Haus der Vereine, Schlobigplatz 23, Mehrzweckraum

### Anmeldung

Die **Teilnehmerzahl** ist derzeit auf **10 begrenzt**, weshalb wir Sie um verbindliche **Voranmeldung** bitten (telefonisch, per E-Mail oder Fax). Die Kontaktdaten finden Sie umseitig.

Es handelt sich um ein **kostenfreies Angebot** der Sächsischen Krebsgesellschaft e. V. für interessierte **Tumorpatienten** und **ihre Angehörigen**.