



**Vorträge** (die Teilnahme ist kostenfrei - Teilnehmerzahl begrenzt - Anmeldung erforderlich)

**Beginn jeweils 18:30 Uhr**

**16. Januar 2020**

Gereizter Darm – was tun?

**14. Mai 2020**

Ernährungsaspekte bei interstitieller Zystitis

**30. Juli 2020**

Diagnose Krebs – ausgewogene Ernährung während und nach der Therapie!

**22. Oktober 2020**

Metabolisches Syndrom, Fettstoffwechselstörungen und nichtalkoholische Fettleber - was kann die Ernährungsumstellung leisten?

Lieber Gast,

„Gesundheit ist nicht alles, aber ohne Gesundheit ist alles nichts.“

Arthur Schopenhauer

Mit unserer Themenreihe des „Gesunden Donnerstag“ möchten wir Sie über ernährungsmedizinische und ernährungsphysiologische Zusammenhänge aufklären und Sie in Ihrer Willens- und Umsetzungskraft unterstützen, alte Zöpfe zu überdenken und neue Lebensgewohnheiten im Alltag integrieren zu lernen.

Wir freuen uns auf Sie!

*Dr. med. S. Tapken & K. von Gadow*

Es laden ein:

**Dr. med. Sigrid Tapken**

Fachärztin für Urologie & Urogynäkologie

Kinder- u. Jugendurologie

Beratungsstelle der Deutschen

Kontinenzgesellschaft

Naturheilverfahren - Akupunktur

Andrologie - Sexualberatung

Spez. Mikrobiologische Therapie

Diät- und Ernährungsmedizin

Medikamentöse Tumortherapie

Basiskompetenz Palliativmedizin

zert. Moderatorin der LÄK-NRW

Dozentin für die Uni Bonn

[kontakt@urologin-tapken.de](mailto:kontakt@urologin-tapken.de)

[www.urologin-tapken.de](http://www.urologin-tapken.de)

**Katharina von Gadow**

Körper & Gesundheit

Praxis für Ernährungsberatung & -therapie

zert. Diät und Ernährungsberaterin VFED

Projektmanagerin Dr. Becker Klinikgruppe

Begleitende Kinesiologin AfK

Nordic Walking Trainerin NWCA

[bonn@koerpergesundheit.de](mailto:bonn@koerpergesundheit.de)

[www.koerpergesundheit.de](http://www.koerpergesundheit.de)