



Unternehmerinnen-Netzwerk Drensteinfurt UND

Unternehmerinnen-Netzwerk Drensteinfurt e.V.

Kompetenz & Kooperation

PRESSEMITTEILUNG | Drensteinfurt, 2. März 2021

## Einladung zum Online-Vortrag des Unternehmerinnen-Netzwerks

### Gute Ernährung in Zeiten von Corona

Mittlerweile ist in vielen Studien belegt: Vor, während und nach einer Corona-Erkrankung spielt die richtige Ernährung eine immens wichtige Rolle. Nachgewiesenermaßen steigt das Risiko für einen schweren COVID-19-Verlauf und das sog. Post-COVID-Syndrom, wenn man an bestimmten Grunderkrankungen leidet. Der *guten und richtigen Ernährung in Zeiten von Corona* widmet sich deshalb ein Online-Vortrag, zu dem das Unternehmerinnen-Netzwerk Drensteinfurt (UND e.V.) am Dienstag, den 16. März 2021 um 19 Uhr, alle Interessierten einlädt. Diätassistentin Verena Schemmann aus Sendenhorst informiert kompetent, worauf es in Sachen Ernährung jetzt besonders ankommt.

Der Vortrag – mit Möglichkeit zur Diskussion und Fragen – dauert eineinhalb bis zwei Stunden. Die Teilnahmegebühr beträgt 12 Euro pro Person.

Anmelden kann man sich per Mail: [Vortrag@unternehmerinnen-drensteinfurt.de](mailto:Vortrag@unternehmerinnen-drensteinfurt.de). Die Anmeldung muss bis Montag, den 15. März, eingegangen sein. Die Angemeldeten erhalten eine Bestätigungsmail mit dem Hinweis auf Zahlungsmöglichkeit. Die Zugangsdaten zum Einloggen in die Videoplattform erhalten Sie nach Eingang der Teilnahmegebühr kurz vor dem Vortrag. Mit dem Einladungslink gibt es auch einen Testlink, um zu schauen, ob alles funktioniert. Das Programm muss man nicht unbedingt herunterladen, es funktioniert auch, wenn man über den Browser geht.

Die Fachgesellschaften der Ernährungstherapie haben bereits im vergangenen Jahr auf die Bedeutung der Ernährung als entscheidendes Therapieelement bei einer Erkrankung mit SARS-CoV2 hingewiesen. Beispielsweise spielt eine altersgerechte Versorgung mit Vitamin D eine wichtige Rolle. Auch Menschen mit Vorerkrankungen tragen ein besonderes Risiko, das ist mittlerweile hinlänglich bekannt: Das sind Übergewicht oder Adipositas, Diabetes, Bluthochdruck oder Herzinsuffizienz. Das Positive daran – man kann mit der richtigen Ernährung vorbeugen und im Falle einer Infektion mithilfe der Ernährung aktiv unterstützen. Insbesondere in Quarantäne ist das ein wichtiges Wissen.

Geboten ist die Ernährungstherapie nach überstandener Erkrankung auch in der anschließenden Phase der Rekonvaleszenz und Rehabilitation; es dauert z. T. sehr lange, bis COVID-19-Patienten wieder genesen sind, vom Status „gesund“ sind sie nach der Krankenhausentlassung zumeist noch weit entfernt.

Das Unternehmerinnen-Netzwerk will mit seinen diesjährigen Vorträgen über den Kreis der Mitglieder hinaus einen Service mit hohem Nutzwert für die Öffentlichkeit bieten. Geplant sind weitere Online-Veranstaltungen, u.a. ein Vortrag „Schöner wohnen“ und eine Autorenlesung zu Ostern.



Verena Schemmann

„Das Virus SARS-CoV-2 kann nicht nur die Lunge und die Atemwege angreifen, sondern den gesamten Organismus. Nur ein intaktes Immunsystem, das u.a. auf einer guten Ernährung beruht, bietet die Voraussetzungen dafür, Viren auf körpereigene Weise entgegenzutreten.“

#### Weitere Informationen:

Luise Richard - Redaktionsbüro  
Vorsitzende des UND e.V.

Mühlenstraße 8 | 48317 Drensteinfurt | Tel.: 02508-993734 | [info@redaktionsbuero-richard.de](mailto:info@redaktionsbuero-richard.de)

■ Redaktionsbüro Luise Richard ■ Mühlenstraße 8 ■ 48317 Drensteinfurt ■ Tel.: 02508-993734 ■ [info@redaktionsbuero-richard.de](mailto:info@redaktionsbuero-richard.de)