

## **„Gesundheit geht durch den Magen!“**

### **2. Gesundheitstag im Krankenhaus Tabea in Blankenese**

**Von SuperFoods bis Clean Eating: Eine ausgewogene, kräftigende Ernährung gilt als unablässig für die Gesundheit. Doch was steckt hinter aktuellen Ernährungstrends oder renommierten Heilpflanzen? Verhelfen sie wirklich bei Jedem zu mehr Gesundheit und Wohlbefinden? Das Krankenhaus Tabea und dessen Spitzenkoch Peter Könemann, der zuvor Küchenchef im Atlantic Hotel Kempinski war, widmen sich im Rahmen des zweiten, kostenlosen Gesundheitstages am 31.05.2017 ab 17.00 Uhr allen Fragen zum Thema gesunde Ernährung. In der Cafeteria Elbblick der Klinik werden dafür verschiedene Stände mit saisonalen und regionalen Produkten aufgebaut: Besucher können dort beispielsweise Motti- oder Chili-Kresse probieren, eigens von Herrn Könemann kreierte Rezepte kennenlernen oder erfahren, wieso etwa Wassermelone als typische Sommerfrucht nicht nur ein wichtiger Lieferant von Flüssigkeit, sondern auch Vitaminen und Eisen ist.**

**Hamburg Blankenese.** Am 31. Mai 2017 ab 17.00 Uhr gibt es in der Cafeteria des Krankenhaus Tabea zum zweiten Mal ein buntes Markttreiben: Im Rahmen des Gesundheitstages stellt Küchenchef Peter Könemann gemeinsam mit seinem Team an Ständen und Probierstationen eine große Auswahl an saisonalen und regionalen Produkten vor. Während die Besucher von frischem Thunfisch über unterschiedlichste Kresse-Arten bis hin zu Matcha Tee alle Zutaten in Augenschein nehmen können, erklären Könemann und sein Team die gesundheitlichen Aspekte der Produkte und ihre Zubereitung: „Viele Patienten im Krankenhaus Tabea fragen mich, was sie Gesundes kochen können, sobald sie wieder in den eigenen vier Wänden sind. Nach dem ersten Gesundheitstag, der ein voller Erfolg war, möchten wir nun erneut zeigen, wie gesunde Ernährung funktionieren kann“, sagt Könemann. Die Besucher können eine Reihe selbst kreierter Rezepte des Spitzenkochs, der schon Küchenchef im Atlantic Hotel Kempinski und im Übersee-Club war, sowohl probieren als auch als Rezeptkarte für die eigene Küche mit nach Hause nehmen.

Das Tabea und Peter Könemann verfolgen mit dem Gesundheitstag die ganzheitliche Auffassung von medizinischer Versorgung, die nicht nur auf optimale Therapie und Diagnostik beschränkt ist. „Patienten müssen sich wohlfühlen, um möglichst schnell wieder fit zu sein. Da spielt die Ernährung eine entscheidende Rolle – Gesundheit geht eben auch durch den Magen“, betont er.

Interessierte Patienten sowie Besucher der Klinik sind herzlich zum Gesundheitstag eingeladen. Der Eintritt ist frei.

**Wo: Krankenhaus Tabea - Kösterbergstraße 32 - 22587 Hamburg Blankenese**

**Wann: Mittwoch, der 31.05.2017 ab 17.00 Uhr**