

UM.Update

Unser Magazin für das #TeamUM

Juli 2025



#TeamUM Gesund

Weiterbildung als Schlüssel
zur Gesundheit

Fort- und Weiterbildung neu geregelt

Die neue Fortbildungsordnung
für Pflegefachpersonen

Epidemiologie

Masterstudiengang
mit Perspektive

FORT- UND WEITERBILDUNG
Chance für die Zukunft

Hallo #TeamUM

Das Editorial und Titelbild für diese Ausgabe des UM.Updates kommt von Eva Quack. Als Leiterin der Abteilung Fort- und Weiterbildung verantwortet und unterstützt sie mit aktuellen Angeboten das #TeamUM, wenn es um dynamische Veränderungsprozesse und effizientes Weiterkommen geht.

Liebe Leser:innen, liebes #TeamUM, unsere tägliche Arbeit in der Universitätsmedizin ist geprägt von hoher Fachlichkeit, von Empathie und: von ständigem Wandel. Wir sind gefordert, mit den Entwicklungen Schritt zu halten. Fort- und Weiterbildungen sind hier Chance und Zukunftssicherung zugleich und ein fester Bestandteil unseres Berufsverständnisses. Gleichzeitig sind sie ein Zeichen von Wertschätzung: Wir investieren in Ihre Kompetenz, weil Sie das Rückgrat unserer Versorgung sind.

Von der Möglichkeit zur Fort- und Weiterbildung habe ich selbst immer wieder profitiert: Nach meiner Ausbildung zur Krankenschwester habe ich erst Pflegepädagogik, dann Erwachsenenbildung studiert und konnte mich bei immer neuen beruflichen Anforderungen neben dem Job stetig weiterbilden. Als Leiterin der Fort- und Weiterbildung und als Vorgesetzte freue ich mich darum umso mehr, heute meine Kolleg:innen auf ihren ganz persönlichen Karrierewegen begleiten und unterstützen zu können.

Berufsbegleitend lernen hilft, den zukünftigen Herausforderungen souverän begegnen zu können und dabei gesund und motiviert zu bleiben. Gerade in der UM, wo Praxis, Forschung und Lehre eng verknüpft sind, gehört lebenslanges Lernen zur DNA unseres Handelns – praxisnah, wissenschaftlich fundiert und orientiert an den Bedarfen unserer Klinik.

In diesem Sinne: Bleiben Sie bildungshungrig!

Herzliche Grüße
Eva Quack



Eva Quack – Leiterin der Abteilung Fort- und Weiterbildung an der UM

Im Heft

SCHWERPUNKTTHEMA WEITERBILDUNG

- 02 Editorial**
- 03 Betriebliches Gesundheitsmanagement**
Weiterbildung als Schlüssel zur Gesundheit
- 04 Steckbrief Petra Fickus**
Leiterin der Weiterbildung in den Gesundheitsfachberufen
- 05 „Epi“(-demiologie)**
Masterstudiengang mit Perspektive
- 06 Fort- und Weiterbildung neu geregelt**
Die neue Fortbildungsordnung für Pflegefachpersonen
- 07 Steckbrief Katharina Roos**
Onkologische Fachpflegerin
- 08 Gesundheit geht durch den Magen**
Neustart als Diätassistentin

LEBEN UND ARBEITEN AN DER UM

- 09 Alles nur eine Phase!**
Und das Familienservicebüro ist von Anfang an dabei
 - 10 Frank Hamm – Genießer, Läufer und Tumorpatient**
Eine Patientengeschichte
 - 11 Verlinkt**
#TeamUM online
 - 11 Bilderrätsel**
 - 12 TeamUM Events**
-

Betriebliches Gesundheitsmanagement



Weiterbildung als Schlüssel zur Gesundheit

Mit unserem Wissen sorgen wir für die Gesundheit unserer Patient:innen und geben jeden Tag unser Bestes, um diesem Ziel gerecht zu werden. Doch wer kümmert sich eigentlich um die Gesundheit der rund 9.000 Mitarbeitenden an der UM? Dem Betrieblichen Gesundheitsmanagement (BGM) liegt dieses Anliegen in ganz besonderer Weise am Herzen. Initiiert vom Medizinischen Vorstand und unter der Leitung und Organisation des Instituts für Arbeits-, Sozial-, und Umweltmedizin (ASU) mit Direktor Prof. Dr. Pavel Dietz bündelt diese zentrale Anlaufstelle seit kurzem Angebote für alle Kolleg:innen an der UM. Im Gespräch mit Dr. Barlo Hillen, leitender Mitarbeiter des BGM, haben wir einen Einblick erhalten.

UM.Update: Was ist das BGM und was ist das Ziel?

Barlo Hillen: Allem voran verfolgen wir im BGM-Team das Ziel, die Gesundheit aller Mitarbeitenden der UM systematisch zu fördern und zu schützen. Insgesamt basiert das ganzheitliche BGM dabei hauptsächlich auf drei Säulen: dem Arbeits- und Gesundheitsschutz, dem betrieblichen Eingliederungsmanagement und der betrieblichen Gesundheitsförderung. Daher kommen wir mit den entsprechenden internen Akteuren regelmäßig im BGM-Steuerkreis zusammen und bringen bedarfsgerechte Maßnahmen gemeinsam auf den Weg.

Ein Augenmerk liegt also auf der Gesundheitsförderung. Welche Maßnahmen können Sie den Kolleg:innen empfehlen?

Die Maßnahmen zur betrieblichen Gesundheitsförderung möchten wir nach und nach ausbauen. Hier stehen freiwillige Maßnah-

men im Fokus, die das Wohlbefinden im Alltag verbessern und die individuelle Gesundheitskompetenz stärken. Es gibt bereits sehr gute Fortbildungsangebote, beispielsweise zur Förderung der mentalen oder physischen Gesundheit, wie etwa Resilienz-Screenings, Achtsamkeitstrainings oder Stressbewältigungskurse, die vergünstigte Möglichkeit der Nutzung des Allgemeinen Hochschulsports der JGU oder Yoga in der Mittagspause.

Gibt es Trends, die Sie verfolgen?

Im BGM bauen wir einerseits auf der Gesetzeslage auf und andererseits vor allem auf der vorliegenden Evidenz zu gesundheitsförderlichen Maßnahmen. Somit möchten wir auf lange Sicht ein ganzheitliches System etablieren, welches nachhaltig und fortlaufend die Arbeitsbedingungen an der UM optimiert und einen Gesundheitseffekt bei allen Mitarbeitenden bewirkt. Dazu berücksichtigen wir auch immer Daten zu gesundheitsrelevantem Verhalten, zu Risikofaktoren für bestimmte Erkrankungen und zum aktuellen Krankheitsgeschehen in unserer Gesellschaft.

Herr Hillen, was machen Sie für Ihre Gesundheit?

Persönlich habe ich große Freude an Bewegung und treibe regelmäßig Sport, am liebsten an der frischen Luft. Auch gesunde Ernährung interessiert mich, so dass ich dies im Blick behalte. Am wichtigsten ist jedoch für mich mein eigenes Bewusstsein darüber, dass vor allem ich für mein gesundheitsrelevantes Verhalten verantwortlich bin.



#TeamUM Gesund: Dr. Barlo Hillen (r.) mit Prof. Dr. Pavel Dietz, Soziologin Theresa Dicks und Sportwissenschaftler Leonardt Berger (l.).

Das **BGM-Team** ist jederzeit unter BGM@unimedizin-mainz.de erreichbar.

In Kürze:

Eine Webseite mit allen Angeboten des BGM ist in Vorbereitung. Weiterführende Informationen gibt es vorerst hier:



unimedizin-mainz.de/asu/ueber-uns/ag-gesundheitsmanagement-und-praevention



Steckbrief Petra Fickus

Leiterin der Weiterbildung in den Gesundheitsfachberufen



An der UM seit ...

1981

Im Rückblick auf 44 Jahre kann ich sagen, ...

... dass meine Arbeit auf der Intensivstation und insbesondere meine Tätigkeit in der Lehre mich inspiriert haben, mich ständig weiterzuentwickeln. Die Leidenschaft für meinen Beruf ist meine Antriebsfeder.

Mein Lieblingsort an der UM ist ...

der Park, besonders, wenn die Magnolien blühen.

Folgendes Zitat von Apple-Gründer Steve Jobs spricht mich persönlich sehr an: „Die einzige Möglichkeit, großartige Arbeit zu leisten, ist zu lieben, was man tut.“

UM.Update: Was waren Ihre ersten beruflichen Schritte?

Petra Fickus: Ich bin nach meiner Ausbildung als Krankenschwester nach Mainz an die UM gekommen, um meine Fachweiterbildung im Bereich der Intensivpflege zu absolvieren. Danach war ich auf verschiedenen Intensivstationen der UM tätig. Nach meinem Studium der Pflegepädagogik wechselte ich als Lehrerin in die Weiterbildung. Seit elf Jahren leite ich die Weiterbildungsstätte mit drei unterschiedlichen Schwerpunkten: Intensivpflege und Pflege in der Anästhesie, Neonatologische und Pädiatrische Intensivpflege sowie Fachpflege für Psychische Gesundheit.

Was macht Ihren Verantwortungsbereich besonders?

Die Fachweiterbildung „Anästhesie und Intensivmedizin“, so hieß der Kurs damals, hat ihren Ursprung in der Universitätsmedizin Mainz. Nach und nach haben sich weitere Fachdisziplinen etabliert. Für mich war es besonders spannend, wie sich dieser Fachbereich und auch die anderen Disziplinen über die Jahre weiterentwickelt haben. Zum heutigen Zeitpunkt sind die Fachweiterbildungen durch die Weiterbildungsordnung und die Rahmenvorgaben der Landespflegekammer RLP geregelt.

Wovon profitieren die Kolleg:innen, wenn sie eine Fachweiterbildung machen?

Im Rahmen der Fachweiterbildungen erhalten die Teilnehmenden kontinuierliche Lernbegleitungen und Praxisanleitungen in ver-

schiedenen praktischen Versorgungs- und Lernsituationen. Durch eine geplante Rotation lernen die Teilnehmenden verschiedene Fachdisziplinen der Universitätsmedizin kennen. Die Verknüpfung von praktischen und theoretischen Lerninhalten fördert die Kompetenzentwicklung der Pflegefachpersonen und sorgt für eine hochqualitative Patientenversorgung in diesen besonders komplexen Bereichen.

Was ist Ihre Stärke?

Meine Stärke im Beruf ist meine Teamfähigkeit. Die Zusammenarbeit in einem Team an einem gemeinsamen Ziel nutzt allen Beteiligten und nicht zuletzt dem Erfolg des Unternehmens. Ich habe das große Glück, in einem tollen Team zu arbeiten.

Was wünschen Sie sich für Ihren Bereich für die Zukunft?

Da für mich bald das Renteneintrittsalter naht, wünsche ich mir für die Zukunft den Erhalt der Bedeutung der zweijährigen Fachweiterbildungen und parallel dazu die Weiterentwicklung dieser im Sinne einer Akademisierung.

„Epi“(-demiologie)

Masterstudiengang mit Perspektive



Joshua Ziegeler und Pascal Kemmerer mit Oliver Bayer (Bildmitte).

Hoch über den Dächern von Mainz, in einem der berühmten Bonifazius-Türme, befindet sich das Institut für Medizinische Biometrie, Epidemiologie und Informatik der UM, kurz IMBEI. Mit rund hundert Dozierenden und einer exklusiven Zahl an Studierenden bietet das Institut seit 20 Jahren den Masterstudiengang für Epidemiologie an. Über den „MSE“ (Master of Science in Epidemiology) oder „Epi“ – wie ihn die Studierenden liebevoll abkürzen –, sprachen wir mit Pascal Kemmerer und Joshua Ziegler.

„Es kann schon mal vorkommen, dass man sich während des Studiums für eine Übung zur Datenerhebung auf einem Friedhof wiederfindet. Von der Fragestellung bis hin zum Vorstellen der Ergebnisse in konferenzzähnlichen Situationen wird der gesamte Arbeitsprozess einer epidemiologischen Forschung simuliert“, so Pascal Kemmerer, wissenschaftlicher Mitarbeiter im IMBEI und Studierender im Master für Epidemiologie. Sein Kollege Joshua Ziegler studiert ebenfalls Epidemiologie und ist auch wissenschaftlicher Mitarbeiter im Institut: „Durch die verschiedenen Wahlmodule kann jeder den eigenen Schwerpunkt setzen. Ich kann die Sachen machen, die ich wirklich spannend finde, und das ist das Reizvolle.“

„Der Studiengang ist sehr intensiv, wir genießen eine herausragende Betreuung.“

Nach seinem Studium der Psychologie an der Johannes Gutenberg-Universität Mainz sah Pascal Kemmerer den Mehrwert für sich, sein Wissen in Forschungsmethoden zu vertiefen und sich zu spezialisieren. Joshua Ziegler studierte ebenfalls in Mainz – aber Linguistik – und fokussiert sich mittlerweile im IMBEI auf Strahlenepidemiologie: „Der Studiengang ist sehr intensiv, wir genießen eine herausragende Betreuung. Dadurch, dass die Gruppen sehr heterogen sind, kommt viel Input aus unterschiedlichen Disziplinen zusammen.“ Pascal ergänzt: „Es ist ein extrem sinnstiftendes Studium und zudem sind wir die ganze Zeit von Expert:innen auch

aus der UM umgeben. Hier waren schon Gastprofessor:innen, zum Beispiel aus dem RKI, dem DKFZ und dem Bundesamt für Strahlenschutz.“ Beide berichten, dass sich der Masterstudiengang mit dem Beruf gut kombinieren lässt und durch das breitgefächerte Angebot den eigenen Horizont erweitert.

„Es geht niemals um einen Ansatz, es gibt immer mehrere Ansätze.“

Nach Abschluss des Masters arbeiten die meisten Epidemiolog:innen in der Forschung, für die Industrie, bei Pharmaunternehmen oder in Behörden. Das Spektrum der Tätigkeitsfelder ist sehr breit. Die Absolvent:innen können gesundheitliche Herausforderungen auf nationaler und internationaler Ebene sicher analysieren, Studien planen, durchführen und deren Ergebnisse umsetzen. „Es geht niemals um einen Ansatz, es gibt immer mehrere Ansätze. Wer Lust hat, wissenschaftliche Fragen zu stellen und sich im Studium seinen Methodenkasten zu erarbeiten, ist bei uns genau richtig“, so Oliver Bayer, der neben seiner Kollegin Michaela Seibert Teil der Studiengangskoordination ist.

Voraussetzung für den Master of Science in Epidemiology in Vollzeit ist ein Bachelorabschluss. Der postgraduale berufsbegleitende Masterstudiengang kann von Berufstätigen mit Masterabschluss oder höher studiert werden. Die Bewerbungsfrist für das berufsbegleitende Studium ist der 30.8.2025.

Mehr Informationen gibt es hier:



unimedizin-mainz.de/imbei/msc-epidemiology/infos-fuer-studieninteressierte



Fort- und Weiterbildung neu geregelt

Die neue Fortbildungsordnung

Mit dem Ziel, eine bestmögliche Pflegequalität zu erreichen, haben Pflegefachpersonen nun sowohl das Recht als auch die Pflicht, sich fortzubilden. Möglich macht das in Rheinland-Pfalz die bundesweit erste Fortbildungsordnung für Pflegefachpersonen, die zum 1. Juli in Kraft getreten ist. **Stephanie Groß** leitet den Geschäftsbereich Ausbildung, Fort- und Weiterbildung an der UM. Der GB umfasst neben den Ausbildungszentren der UM die Abteilung für Fort- und Weiterbildung sowie die Weiterbildung in den Gesundheitsfachberufen. Wir haben nachgefragt, wie sie zu der neuen Fortbildungsordnung steht.

UM.Update: Welche Chancen sehen Sie in der neuen Fortbildungsordnung?

Stephanie Groß: Grundsätzlich befürworte ich alle Maßnahmen, die dazu dienen, die Professionalisierung in der Pflege voranzutreiben. Die Chance sehe ich in der Erweiterung des Fachwissens und der eigenen Fähigkeiten. Man ist immer up to date was etwa neue Expertenstandards, Therapieansätze und Ähnliches angeht. Das wirkt sich wiederum positiv auf die professionelle pflegerische Versorgung unserer Patient:innen aus, sie profitieren von unserem Fachwissen. Gerade im Gesundheitswesen, mit neuen Technologien und dem rasanten pflegerischen und medizinischen Fortschritt, ist dies signifikant. Ich persönlich würde mir wünschen, dass es diese Regelung flächendeckend – sprich über die Landesgrenzen hinaus – und nicht nur in RLP gilt.

Wie unterstützt die UM hierbei?

Die Abteilung für Fort- und Weiterbildung bietet u. a. für Beschäftigte im Pflegedienst ein umfassendes, facettenreiches Programm. Hier ist für alle etwas dabei. Die derzeitigen Fortbildungsangebote haben wir bereits an die neuen Vorgaben der Pflegekammer RLP angepasst und so um die Fortbildungsklassen und die Ausweisung der Fortbildungspunkte ergänzt. Das erleichtert das Sammeln von Punkten. Wir berücksichtigen hierbei die Interessen und Ziele unserer Mitarbeitenden und bieten eine Vielzahl an Formaten, wie Tagesseminare, Workshops und Weiterqualifikationen an. Ein besonderes Augenmerk liegt in der Auswahl der Themen und der Dozent:innen. Und selbstverständlich sind alle Formate für unsere Mitarbeitenden kostenlos.

Gibt es noch etwas, was Sie den Kolleg:innen mitgeben möchten?

Weiterbildung bietet auch immer die Möglichkeit, sich mit neuen Herausforderungen und Themen auseinanderzusetzen, und fördert die eigene Neugier und Motivation. Haben Sie Freude am Lernen und profitieren Sie von den Erfahrungen anderer.

Stephanie Groß
Leiterin des Geschäftsbereichs Ausbildung,
Fort- und Weiterbildung



Worum geht es?

Die Ordnung besagt, dass mindestens 40 Fortbildungspunkte im Zweijahreszyklus gesammelt werden sollen. Hiervon ausgeschlossen sind Auszubildende und Personen, die den Beruf nicht mehr ausüben. Sollte eine Unterbrechung der Berufstätigkeit aufgrund von Mutterschutz, Eltern- oder Pflegezeit erfolgen, verlängert sich der Fortbildungszyklus um die nachgewiesene Unterbrechungszeit. Mitglieder, die im geprüften Fortbildungszyklus weniger als 40 Punkte nachweisen, können die fehlenden Punkte innerhalb eines Jahres nachholen und einreichen.

Die benötigten Fortbildungen können bei Fort- und Weiterbildungsinstituten oder in UM-internen Schulungen erworben werden.

Eine Mustervorlage für die Bescheinigung der Teilnahme an verschiedenen Fortbildungsformaten gibt es im DMS unter den Dokumentennummern D55877, D55878 und D55879.

Ausführliche Informationen stellt die Landespflegekammer zur Verfügung:



[pflegekammer-rlp.de/pflegebildung/
fortbildung/#Fragen](https://pflegekammer-rlp.de/pflegebildung/fortbildung/#Fragen)

Katharina Roos

Onkologische Fachpflegerin



An der UM seit ...

12 Jahren

Zusatzqualifikationen...

Onkologische Fachpflegerin, Breast Nurse, Pelvic Nurse, Palliative Care Nurse, ERAS Nurse, Sexualtherapeutin und Sexualpädagogin

Fort- und Weiterbildungen sind für mich ...

kein Extra – sie sind essenziell, um mit Fachlichkeit und Menschlichkeit wirken zu können.



Wir gratulieren zum ersten Platz beim Wettbewerb „Deutschlands beliebteste Pflegeprofis“ für Rheinland-Pfalz.

„Mein Beruf ist für mich nicht nur ein Job – er ist meine Berufung. Die Arbeit mit Patient:innen erfüllt mich jeden Tag aufs Neue.“

UM.Update: Warum haben Sie sich für diesen Beruf entschieden?

Katharina Roos: Schon früh war mir klar: Ich möchte Menschen in schweren Zeiten begleiten – da sein, wenn Worte fehlen, Halt geben, wenn das Leben aus der Spur gerät. Die Onkologie berührt mich bis heute. Sie fordert Fachwissen, Mitgefühl und Stärke. Ich sehe meine Aufgabe nicht nur im Pflegerischen, sondern darin, Beziehung zu gestalten – auf Augenhöhe, mit Respekt und Herz.

Warum sind Fort- und Weiterbildungen für Sie wichtig?

Ich bin überzeugt: Man hat nie „ausgelernt“. Alle Patient:innen und Angehörigen bringen eigene Herausforderungen mit. Fortbildungen helfen mir, ganzheitlich zu begegnen – nicht nur als Fachkraft, sondern als Mensch. Wissen allein reicht nicht – es braucht Haltung, Achtsamkeit und Offenheit. Jede Weiterbildung war ein Türöffner – zu mehr Tiefe, mehr Verständnis und mehr Menschlichkeit.

Wie verändert Weiterbildung Ihren beruflichen Alltag – und Sie selbst?

Weiterbildung verändert nicht nur mein Wissen – sie verändert mein Handeln, meine Haltung, meine Sprache. Ich komme mit neuen Ideen zurück – manchmal Tools, manchmal feinerem

Gespür. Ich wachse mit jeder Erfahrung, nehme Menschen heute differenzierter, aufmerksamer und mutiger wahr. Und ich spüre: In der Bereitschaft, mich weiterzuentwickeln, liegt echte Kraft.

Welche Weiterbildungen empfehlen Sie besonders?

Alle haben mich geprägt – als Fachkraft und als Mensch. Besonders wichtig war die onkologische Fachweiterbildung: Sie war mein Fundament und hat mir geholfen, Haltung zu entwickeln für existenzielle Situationen. Tiefgreifend war auch die Sexualtherapie-Weiterbildung. Sexualität betrifft die Lebensqualität vieler Menschen – sensibel und offen beraten zu können, ist essenziell für eine wirklich ganzheitliche Versorgung.

Was ist Ihre Stärke und Superpower?

Ich höre zwischen den Zeilen – erkenne Bedürfnisse, bevor sie ausgesprochen werden. Ich schaffe Räume, in denen Menschen sich sicher fühlen – in denen Wahrheiten Platz haben, auch ohne Worte. Empathie ist mein Kompass, Fachwissen mein Handwerkszeug, das Herz meine Kraftquelle.



Gesundheit geht durch den Magen

Neustart als Diätassistentin

Vor drei Jahren hat Çiğdem Toprak Bits und Bytes eingetauscht gegen Nährwerttabellen und Anatomieunterricht. Mit 43 hat die Diplominformatikerin und Mutter von zwei Kindern eine Ausbildung zur Diätassistentin begonnen – am Ausbildungszentrum für Ernährung und Diätetik an der Mainzer Unimedizin.

Das Thema Ernährung hat sich in ihr Leben hineingeschlichen: Als Çiğdem Topraks Vater an Magenkrebs erkrankt, muss auch sein Speiseplan umgestellt werden. Sie versucht, sich zu informieren, liest viel – aber die wenigsten Ratschläge sind verlässlich oder evidenzbasiert. Eine Diätassistentin unterstützt schließlich die Familie nach der OP und begleitet die Therapie. Die Erfahrung, wie eine nach der Magen-OP des Vaters individuelle Ernährungstherapie Gesundheit und Lebensqualität verbessert, macht Çiğdem Toprak neugierig und sie stößt auf das Mainzer Ausbildungszentrum für Ernährung und Diätetik. Also schlägt Çiğdem Toprak noch einmal ein neues Kapitel in ihrem Leben auf.

Ernährung ist ein Schlüssel bei Therapie und Prävention

Diätassistent:innen entwickeln Ernährungstherapien und tragen zur Prävention von ernährungsassoziierten Erkrankungen bei. Dazu erfassen sie den Ernährungszustand von Patient:innen, stellen Ernährungsdiagnosen, planen geeignete Interventionen und passen die Therapie fortlaufend an. Çiğdem Toprak ist inzwischen im dritten Ausbildungsjahr und steht kurz vor dem Examen. „Das hohe Niveau der Ausbildung hat mich beeindruckt“, erklärt sie ihre Entscheidung für die Ausbildung an der UM. „Man lernt hier in einem akademischen Umfeld mit engem Bezug zu Praxis.“

Die Ausbildung vermittelt wissenschaftlich fundierte Kenntnisse zur Planung und Umsetzung krankheitsspezifischer ernährungsbezogener Maßnahmen.

Eine Fähigkeit ist für Diätassistent:innen besonders wichtig: gut zuhören zu können. „Im Gespräch mit den Patient:innen erkennt man ihre Probleme aber auch ihre Ressourcen – darauf baut die Ernährungstherapie auf“, weiß Çiğdem Toprak. Dafür werden auch Beratungs- und Kommunikationstechniken vermittelt. In



Çiğdem Toprak in der Lehrküche – auch Kochen und Küchentechnik sind Teil der Ausbildung zur staatlich geprüften Diätassistentin.

den Fächern Krankheitslehre und Diätetik stehen die komplexen Mechanismen im Magen-Darm-Trakt und das Zusammenspiel mit anderen Organen auf dem Lehrplan. Hintergrundwissen, das Çiğdem Topraks besonders interessiert.

Ausbildung mit Vielfalt und Perspektive

Wie fühlt sich der berufliche Neustart für Çiğdem Toprak an, jetzt kurz vor dem Examen? „Genau richtig! Unser Jahrgang hier am Ausbildungszentrum ist so bunt gemischt, da kommen die verschiedensten Perspektiven zusammen und ich – als Frau und Mutter, mit Mitte 40 – kann meine eigenen wertvollen Beitrag dazu leisten!“ Das analytische Denken, das sie als Informatikerin geschult hat, kann sie in der evidenzbasierten Diätetik gut gebrauchen. „Das Schöne an meinem neuen Beruf ist aber die Arbeit mit Menschen. Das eigene Handeln wird direkt sichtbar – das ist sehr sinngebend.“

Alles nur eine Phase!

Und das Familienservicebüro ist von Anfang an dabei



Leben ist bekanntlich das, was passiert, wenn man gerade dabei ist, andere Pläne zu machen. Und dann muss das Ganze auch noch mit dem Job unter einen Hut passen! Dabei unterstützt an der Universitätsmedizin Mainz das Familienservicebüro. Annette Diehl ist das Gesicht dahinter.

„Junge Familien zu begleiten und zu beraten – das ist einfach schön“, erklärt Annette Diehl die Begeisterung für ihre Arbeit. Seit 2019 ist sie im #TeamUM dabei und hat das Familienservicebüro aufgebaut. Warum die Sozial- und Gesundheitspädagogin die Arbeit an der Mainzer Unimedizin besonders erfüllt? „Die Menschen hier – in der Krankenversorgung und in vielen anderen Bereichen – erweisen unserer Gesellschaft einen großartigen Dienst. Und ich kann wiederum sie unterstützen!“

Das tut Annette Diehl auch, wenn sie das Sommerferienprogramm für Grundschulkindern der Beschäftigten organisiert oder wenn ein KiTa-Platz gefunden werden muss. „Die sind in Mainz Mangelware, auch für unsere Mitarbeitenden und obwohl wir mit den UNImediminis und dem Kinderhaus Villa Nees eigene KiTa-Einrichtungen haben!“ Ihr Tipp an alle Eltern: „Meldet Eure Kinder nach der Geburt schnell bei allen KiTas im Stadtbereich oder Wohnort an!“



Persönliche Beratung schafft Durchblick

In anderen Lebensphasen ist das Glück weniger leicht zu greifen – etwa, wenn plötzlich Angehörige gepflegt werden müssen. „Das Thema wird immer wichtiger und ist von vielen Ängsten begleitet“, weiß Annette Diehl. Sie hat sich zum Betrieblichen Pflege-Guide weitergebildet und unterstützt mit Informationsmaterial, bei der Vermittlung von Kurzzeit-Pflegeplätzen und vor allem: mit viel persönlicher Beratung.

Die ist Annette Diehl wichtig, egal ob es um Elterngeld oder den Anspruch auf Pflegezeit geht. „Man kann sich im Netz informie-

ren, aber das Angebot ist oft überwältigend. Ein Beratungsgespräch schafft Klarheit, und man kann sich auch mal was von der Seele reden.“ Annette Diehl ist vertrauensvolle Ansprechperson – etwa für Kolleg:innen, die berufliche Nachteile fürchten, wenn sie ihre Arbeitszeit für mehr Familienzeit reduzieren.



Annette Diehl bietet Unterstützung in vielen Lebensphasen – und wenn es bei der Kinderbetreuung mal einen richtigen Engpass gibt, rollt die KidsBox los.

Job und Privatleben in Balance – in jeder Lebensphase

Familiengründung, Kinderbetreuung, Pflege von Angehörigen – Annette Diehl denkt noch ein Stück darüber hinaus: „Eigentlich müsste es ja *Service für Beruf, Familie und Lebensphasen* heißen. Denn es gibt Zeiten im Leben, in denen Familie keine große Rolle spielt, aber man trotzdem eine gute Balance zwischen Privatem und Beruflichem sucht und sich Beratung und Unterstützung wünscht.“ Das nächste Projekt wartet also schon auf Ideenhaberin, Anpackerin und Vertrauensmensch Annette Diehl.

Alle Infos zum Familienservicebüro und den Angeboten gibt es online:

unimedizin-mainz.de/familienservicebuero



Frank Hamm – Genießer, Läufer und Tumorpatient

Eine Patientengeschichte



Blickt entspannt in die Zukunft – Frank Hamm im Gespräch mit der Unternehmenskommunikation.

Frank Hamm ist Kultur- und Weinbotschafter in Rheinhessen, Autor, Wanderblogger, Halbmarathonläufer – und Patient an der Unimedizin. Im September letzten Jahres kontaktierte er mit besorgniserregenden Symptomen seinen Hausarzt, der ihn für weitere Untersuchungen an die UM überwies. Nach einer achtstündigen OP bestätigte sich die Krebsdiagnose sehr schnell. Sein Glück im Unglück: Der Tumor sitzt am Gallengang und er hat nicht gestreut.

„Ich sehe das als Glücksfall. Denn im Pankreasbereich ist es oft zu spät“, so Frank Hamm und erzählt weiter: „Ich hatte starke Magenkrämpfe. Mein Hausarzt hat dann festgestellt, dass meine Leber- und Nierenwerte um ein Zwanzigfaches erhöht sind und mich direkt in die Notaufnahme der Unimedizin Mainz verwiesen.“ Frank Hamm wurde stationär aufgenommen, es folgten verschiedene Untersuchungen und der Rat, operativ nachzuschauen, was in der Nähe der Galle los ist. Nach der OP bekam er die Diagnose: Gallengangskarzinom. „Ich bin dem Tumortod von der Schippe gesprungen!“, so Hamm, dem ein etwa 1,5 Zentimeter großer Tumor in den Gallengängen und mehrere Lymphknoten entfernt wurden. Eine Chemotherapie in Form von Tabletten hat er erst vor Kurzem beendet.

„Das Leben ist wunderbar. Ich genieße es.“

Das Erlebte verarbeitet er im Schreiben auf seinem Blog. Dort hält er fest, wie es ihm nach der OP ergangen ist und wie die Chemotherapie verläuft. Welche Komplikationen die Tabletten mit sich bringen, wie er mit den unterschiedlichen Nebenwirkungen umgeht oder was es bedeutet, Tabletten umstellen zu

müssen. Und er beschreibt, wie er – trotz allem – das Leben weiterhin genießt. Nicht mal ein halbes Jahr nach seiner OP hält er seinen ersten Lauf bei Sonnenaufgang fest, beschreibt achtsame Momente in der Natur und den Wiedereinstieg in den Alltag. In einem seiner aktuellen Blogeinträge hält er fest: „Doch insgesamt geht es mir gut, und ich befinde mich auf dem Weg der Gesundheit. Das Leben ist wunderbar. Ich genieße es.“ Was dem 64-Jährigen durch die schwere Zeit seiner Erkrankung geholfen hat? Frank Hamm antwortet schnell: das Schreiben und seine Frau, die ihm viel Beistand und Kraft geben konnte, obwohl es auch für sie eine harte Zeit gewesen ist.

„Ich bin dem Sozialdienst der Unimedizin so dankbar.“

Frank Hamm befindet sich auch weiterhin in Betreuung der UM und hat regelmäßige Besprechungstermine und Nachkontrollen vor Ort. Er erinnert sich besonders gerne an die gute Betreuung durch den Sozialdienst: „Ich bin dem Sozialdienst der Unimedizin Mainz so dankbar. Sie haben sich gut um mich gekümmert und mir vieles erzählt, was ich gar nicht wusste! Dadurch habe ich dann einen Schwerbehindertenantrag gestellt und kann nun in die Frührente!“ Frank Hamm hat noch eine Reha vor sich, dann kann er mit seiner Frau den Ruhestand genießen. „Ich habe großes Glück, dass wir das machen können! Denn ich habe viele Fälle gesehen, die ganz anders geendet sind, als meiner“, so Hamm. Und er hat noch sehr viel vor: Zunächst hat er sich für 2026 beim 14. Marathon Deutsche Weinstraße angemeldet.



Ich bin dem Sozialdienst der Unimedizin Mainz so dankbar. Sie haben sich gut um mich gekümmert und mir vieles erzählt, was ich gar nicht wusste! Dadurch habe ich dann einen Schwerbehindertenantrag gestellt und kann nun in die Frührente.

Frank Hamm, Tumorpatient

Frank Hamm bloggt unter:

derentspannen.de

Verlinkt #TeamUM online



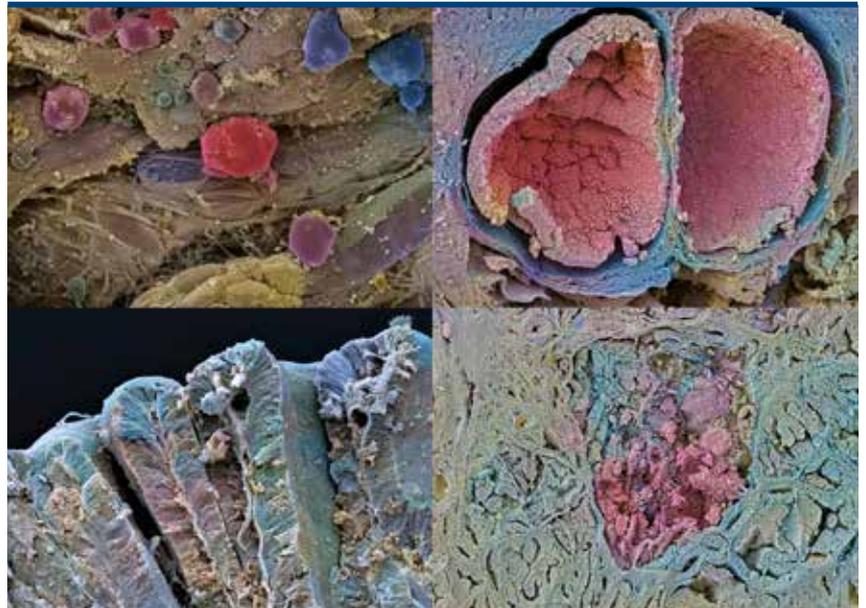
#TeamUM auf die Ohren



Gleich zwei Podcasts der UM sind auf Sendung gegangen: unsere Video-Reihe „Inside Universitätsmedizin Mainz“ – kurz „InsideUM“ – und aus unserem Zentrum für Orthopädie und Unfallchirurgie (ZOU) der Podcast „Knochenschrauber“.

feld.ly/jofr67e

PATHArt – making the invisible visible



Mit beeindruckend präzisen Aufnahmen aus dem Inneren des menschlichen Körpers ist der Pathologe und Anatom Univ.-Prof. Dr. Maximilian Ackermann von der Universitätsmedizin Mainz mit dem Lennart Nilsson-Preis ausgezeichnet worden. Der Preis des Karolinska Instituts in Stockholm gehört zu einer der weltweit bedeutendsten Auszeichnungen für wissenschaftliche Fotografie.

intussusception.org

Bilderrätsel



Die Arbeitswelt befindet sich in einem ständigen Wandel, geprägt von technologischen Fortschritten, demografischen Veränderungen und gesellschaftlichen Entwicklungen. Fort- und Weiterbildungen sind hier essentiell, um sich neuen Herausforderungen zu stellen und um Veränderung aktiv mitzugestalten – das haben wir in dieser Ausgabe mehrmals festgestellt. Unser Bilderrätsel passt gut in diesen Kontext: Es zeigt eine herausfordernde Arbeitswelt in Bewegung und hat auch etwas mit der Fort- und Weiterbildung zu tun. Haben Sie diesen Ausschnitt eines Gemäldes schon einmal an der UM gesehen? Wenn ja – wo?

Wir sind gespannt auf Ihre Beobachtung und freuen uns über Ihre Antwort:
pr@unimedizin-mainz.de.

Auflösung UM.Update #22:

Im letzten Heft war die Nahaufnahme einer Bestrahlungsampel im Gebäude 210 (UG) zu sehen. Zahlreiche Rückmeldungen kamen vor allem aus der Klinik und Poliklinik für Radioonkologie und Strahlentherapie – vielen Dank fürs Mitmachen!

Sommerfest



Donnerstag
28. August
2025

- 15:30 bis 22:00 Uhr
- im Park der Universitätsmedizin Mainz
- für alle Mitarbeitenden

Das #TeamUM ist bunt – unter diesem Motto feiern wir Diversität und Toleranz bei unserem diesjährigen Sommerfest im Park der UM. Freuen Sie sich auf ein abwechslungsreiches Programm und feiern Sie mit uns die Vielfalt.

**Save the Date –
weitere Infos folgen in Kürze im Intranet.**



Neustart@UM



Eine sich verändernde Krankenhauslandschaft und eine herausfordernde wirtschaftliche Situation: Die Universitätsmedizin Mainz steht vor großen organisatorischen und baulichen Veränderungen. Viele Maßnahmen sind seit Beginn des Jahres 2024 angestoßen und ein umfassender Transformationsprozess ist eingeleitet.

Bleiben Sie auf dem Laufenden rund um die Zukunftsprojekte der Universitätsmedizin Mainz – mit den aktuellsten internen Mitteilungen zum Neustart@UM und zum Fortschritt unserer Projekte.



intern.unimedizin-mainz.de/neustart

Impressum

Dies ist die dreiundzwanzigste Ausgabe des UM.Update. Für unser nächstes Magazin stehen wir schon wieder in den Startlöchern. Senden Sie uns Ihre Themenvorschläge und Anregungen bis zum 18. August 2025 an folgende E-Mail-Adresse: pr@unimedizin-mainz.de
Ihre Stabsstelle Unternehmenskommunikation



Hier finden Sie das UM.Update online:

unimedizin-mainz.de/newsroom/publikationen

i. S. d. P.: Dr. Renée Dillinger-Reiter – Stabsstelle Unternehmenskommunikation der Universitätsmedizin

Texte: Ebru Esmen, Martha Lubosz, Sven Müller

Bilder: Universitätsmedizin Mainz
Peter Pulkowski, Dominik Gruszczyk, Markus Schmidt,
[canva.com](https://www.canva.com), [Truffelpix-adobestock.com](https://www.truffelpix-adobestock.com)

Layout und Satz: Andrea Bock, Stefan Kindel,
Tanja Stollhof;

FOLGEN SIE UNS AUF

