

Gesundheit in Meerbusch

## Kulinarische Reisen gehen weiter

22. Januar 2021 um 15:52 Uhr | Lesedauer: 3 Minuten



Andrea Stallmann ist Expertin für gesunde Ernährung und möchte auch Patienten und Ärzte ansprechen. Foto: Stallmann

**Bösinghoven. Andrea Stallmann übernimmt die Abenteuer Küche in Bösinghoven von Petra Gesthuysen-Mieden. Die zertifizierte Diätassistentin und Ernährungsberaterin aus Krefeld hat bereits viele neue Ideen, was sie dort bieten möchte.**

Von Christoph Baumeister

Elf Jahre lang leitete Petra Gesthuysen-Mieden die Abenteuer Küche in Bösinghoven und nahm in dieser Zeit zahlreiche Menschen mit auf kulinarische Reisen. „Es hat mir riesigen Spaß gemacht, Jung und Alt das Kochen und die gesunde Ernährung näher zu bringen. Doch jetzt ist Zeit für ein neues Kapitel“, sagt die 59-Jährige.

Seit fast einem Jahr konnte Gesthuysen-Mieden wegen der Corona-Pandemie keine Kurse mehr anbieten. Deshalb entschloss sie sich jetzt, das Studio an die zertifizierte Diätassistentin und Ernährungsberaterin Andrea Stallmann zu übergeben. „Es wäre sehr schade gewesen, die Abenteuerküche komplett zu schließen. Umso glücklicher bin ich darüber, eine Nachfolgerin gefunden zu haben, die das Ganze mit ebenso großer Leidenschaft fortführen wird, wie ich es zuvor getan habe“, sagt Gesthuysen-Mieden.



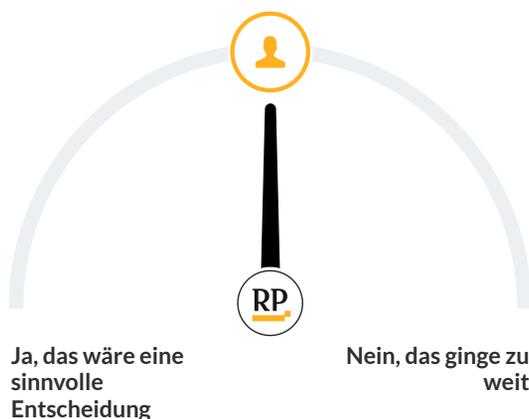
Mit ihrer Praxis Essgenuss bietet Stallmann seit vielen Jahren sowohl für Privatpersonen als auch für Firmen individuelle Ernährungsberatung, Präventionskurse und Kochevents an. Ihre Maxime ist, „Gesundheit und Genuss zu verbinden“. Genuss und die richtige Ernährung müssten dabei kein Gegensatz sein. „Viele Leute denken, dass sich gesund und lecker ausschließen. Doch wenn man weiß, wie es geht, kann man beides wunderbar vereinen“, sagt die 55-Jährige.

Die Krefelderin kann auf einen enormen Erfahrungsschatz in ihrem Gebiet zurückblicken. Ihre Ausbildung zur Diätassistentin absolvierte sie an der Uniklinik in Köln. Danach war sie am Augusta-Krankenhaus in Düsseldorf sowie im Maria-Hilf-Krankenhaus in Krefeld tätig. Nach der Geburt ihrer beiden Kinder arbeitete sie als Diätassistentin im Krefelder Rehasentrum Salvea. In der Folge bildete sie sich stets weiter, unter anderem als Ernährungsberaterin bei der Deutschen Gesellschaft für Ernährung, als Diätassistentin für Allgemeine Pädiatrie an der Hochschule Hannover, Ernährungsmedizin in der Onkologie an der Uniklinik Freiburg, an der Kölner Sporthochschule in Bereich Sporternährung oder im Bereich Ernährungspsychologie an der Hochschule Fulda.

Seit mehr als zehn Jahren führt sie mit ihrem Team erfolgreich die Praxis Essgenuss, inzwischen an drei Krefelder Standorten und einem weiteren in Düsseldorf. Den Wunsch, eine eigene Küche für verschiedene Koch-Events zu haben, bestand bei Stallmann schon lange. Deshalb schlug sie sofort zu, als sie davon hörte, dass sie Räumlichkeiten an der Von-Arenberg-Straße 5 zu haben sind. Nach ein paar kleineren Umbauarbeiten würde sie am liebsten gleich durchstarten, Ideen hat sie bereits viele im Kopf. Sie möchte mit Unternehmen und Vereinen zusammenarbeiten, ebenso mit Kindern und Übergewichtigen, aber auch einfach mit Menschen, die sich für das Thema bewusste Ernährung begeistern können. Zudem plant sie Kurse für Singles, die sich beim gemeinsamen Kochen auch näher kennenlernen können. Des Weiteren möchte sie unbedingt auch einen Stammtisch mit Kochabend für Ärzte initiieren. „Kulinarische Medizin – das fände ich sehr spannend, denn so könnten die Teilnehmer ihren Patienten wichtige und praktische Ernährungstipps mit auf den Weg geben“, sagt Stallmann.

LIVE ABSTIMMUNG • 7.329 MAL ABGESTIMMT

### Frage der Woche: Sollte es eine Impfpflicht für bestimmte Gruppen geben?



**RP ONLINE**

OPINARY



Doch natürlich bremst auch sie die Corona-Lage erst einmal aus. Da Stallmann jedoch – anders als ihre Vorgängerin Gesthuysen-Mieden – zertifizierte Diätassistentin ist, darf sie die Abenteuer Küche zumindest auch in den aktuellen Zeiten zu therapeutischen Zwecken öffnen. „Es gibt viele Risiko-Patienten, die die Gefahr an Corona zu erkranken, durch die richtige Ernährung um ein Vielfaches reduzieren können“, betont Stallmann. Die Krankenkassen würden einen Teil der Kosten für diese Form der Ernährungstherapie sogar übernehmen.

---

