16. Bergkamener Gesundheitstag 2014 kommt bereits im Frühling

Der Bergkamener Gesundheitstag 2014 kommt ganz anders daher als seine 15 Vorgänger. Er findet nicht im Spätsommer, sondern im Frühling an einem Wochentag am 19. März statt. Und dann auch nicht unter freiem Himmel, sondern im Rathaus und Ratstrakt.

Zwei Gründe nennt Bürgermeister Roland Schäfer für diese Änderungen: Im September gebe es zu viele andere Veranstaltung und unter einem Dach sei man doch sehr wetterunabhängig.

Der umgebaute gelbe Schulbus.

Im Kern ist der Gesundheitstag 2014 die Wiederholung einer Gesundheitsaktion der Bergkamener Stadtverwaltung mit dem Katharinen-Hospital Unna. Von 11 bis 14 Uhr gibt es für die

Rathaus-Mitarbeiter Beratungen, Schnelltests oder Schnupper-Entspannungsangebote. Da der Betrieb in der Verwaltung normal weitergeht, erhalten die Mitarbeiter Besuch von den Gesundheitsexperten in ihren Büros. Dort demonstrieren sie einfache Entspannungsübungen, zeigen, wie man richtig am Computer sitzt und massieren, wenn es notwendig ist, die Schultermuskulatur.

Ab 14 Uhr sind alle Bergkamener willkommen

Präsentierten das Programm des Gesundheitstags 2014 (v.l.) Thomas Hartl (Stadtmarketing), Roland Schäfer, Johannes Valerius vom Katharinen-Hospital und Karsten Quabeck (Stadtmarketing).

Ab 14 Uhr sind bis 17 Uhr alle Bergkamenerinnen und Bergkamener herzlich willkommen. Mit den Physiotherapeuten gibt es im Ratsaal Bewegungsübungen. Vor dem Rathaus parkt der umgebaute gelbe amerikanische Schulbus, den das Katharinen-Hospital bei ihren Informationstouren einsetzt. Raucher können sich beraten lassen, wie sie ihre Sucht loswerden. Kostenloses Blutdruckmessen oder Zucker- und Cholesterin-Schnelltests stehen ebenfalls auf dem Programm wie die Beratung in

Ernährungsfragen und für werdende Eltern.

Teilnehmer des Gesundheitstages 2013 wurden mit dem Aufruf zur Teilnahme angeschrieben. Diese Institutionen haben bereits positives Interesse bekundet: der Pflegestützpunkt Kamen mit Infomaterial zur Wohn- und Pflegeberatung, die Selbsthilfegruppe Adipositas mit Infomaterial und die Volkshochschule Bergkamen.