

Neue Selbsthilfegruppe „Diagnose Hautkrebs“ im Kreis Unna in der Kapelle Heil

Unter dem Motto „Sich gegenseitig Mut machen und unterstützen“ lädt die neue YOKO Selbsthilfe Hautkrebs Kreis Unna in Kooperation mit der Selbsthilfeorganisation Melanom Info Deutschland – MID e.V. zu einer Informationsveranstaltung zum Thema Hautkrebs ein. Das Treffen findet am Montag, 07. Oktober 24 um 18 Uhr in der Kapelle Heil, Westenhellweg 140, 59192 Bergkamen, statt.

An diesem Abend werden Herr Prof. Dr. med. Thilo Gambichler aus dem Christlichen Klinikum Mitte (CKU), Birgit Neumann (Initiatorin und Betroffene), sowie Christine Stuhldreier-Hochstein (Betroffene und Vorstandsmitglied von Melanom Info Deutschland e.V.) anwesend sein. Ziel der Informationsveranstaltung ist es, den Betroffenen u.a. Informationen über die Krankheit, oder Behandlungsmöglichkeiten zu geben. Gleichzeitig soll in Bergkamen eine neue Selbsthilfegruppe gegründet werden: Die YOKO Selbsthilfe Hautkrebs Kreis Unna. Betroffenen soll durch gegenseitigen Austausch und gemeinsame Treffen Mut gemacht werden. Egal ob die Diagnose Hautkrebs ganz frisch erhalten wurde, man sich in einer laufenden Therapie befindet oder die Erstdiagnose eine Weile her ist: wir freuen uns darauf, Betroffene und Angehörige begrüßen zu dürfen.

Die Gruppeninitiatorin und MID e.V. freuen sich ganz besonders, dass Herr Prof. Dr. med. Thilo Gambichler zu Gast sein wird. Er bereichert den Abend mit seiner umfangreichen Expertise im Bereich Dermatologie und Phlebologie und hält u.a. einen Vortrag über das Merkelzellkarzinom (MCC) und steht für Fragen bereit.

- Was ist eigentlich YOKO? YOKO ist japanisch und heißt „Sonnenkind“. So heißen die lokalen Selbsthilfegruppen von Melanom Info Deutschland e.V., von denen es mittlerweile bundesweit 16 Standorte gibt. Denn die UV-Strahlung ist die häufigste Ursache für Hautkrebs.

Die nächsten Termine finden am 04. 11.2024 und am 06.01.2025 jeweils um 17:30 Uhr statt.

Kontakt und Ansprechpartnerin:

Birgit Neumann

Mail: yoko-kreis.unna@melanominfo.com

Telefon: 0157 / 50 95 53 48

**Pflege- und Wohnberatung im
Bergkamener Rathaus:
Kostenfrei und neutral**



Elke Möller. Foto: Max
Rolke / Kreis Unna

Mit Eintritt eines Pflegefalles stehen Betroffene und Angehörige vor vielen Fragen. Hilfe gibt es vor Ort in den Sprechstunden der Pflege- und Wohnberatung im Kreis Unna. In Bergkamen findet die nächste Sprechstunde der Pflege- und Wohnberatung am Donnerstag, 19. September in der Zeit von 10 bis 12 Uhr statt.

Die Pflegeberaterin Elke Möller ist im Rathaus Bergkamen, Rathausplatz 1, in Raum 600 zu erreichen und bietet eine individuelle und kostenfreie Beratung an. Ein Beratungstermin sollte vorher vereinbart werden.

In der Beratung geht es um alle Fragen rund um das Thema Pflege, wie zum Beispiel zu den verschiedenen Leistungen der Pflegeversicherung oder der Begutachtung durch den Medizinischen Dienst. Ebenfalls informiert die Beraterin über ortsnahe Betreuungs- und Pflegeangebote und deren Finanzierung. Informationen gibt es auch zu Entlastungsangeboten für pflegende Angehörige. Die Beratung ist kostenlos und unabhängig.

Terminvereinbarung

Um eine vorherige Terminvereinbarung unter Fon 08 00 27 20 02 00 (kostenfrei) wird gebeten. Wer den Termin nicht wahrnehmen kann, erreicht die Pflege- und Wohnberatung im Kreis Unna im Severinshaus, Nordenmauer 18 in Kamen, unter Fon 0 23 07 2 89 90 60 oder Fon 08 00 27 20 02 00 (kostenfrei).

Weitere Informationen gibt es im Internet unter www.kreis-unna.de (Suchbegriff Pflege- und Wohnberatung). PK | PKU

Mobiler Gesundheitskiosk auf dem Bergkamener Wochenmarkt: Eine Anlaufstelle für alle

Gesundheit kann herausfordernd sein. Nicht nur eine Krankheit selbst, sondern auch das Drumherum: Hilfe für Ratsuchende gibt es von den Gesundheitslotsen des „Mobilen Gesundheitskiosks“.

Vor Ort können Sie sich zu allen Fragen rund um die Gesundheit unbürokratisch und kostenlos in der Sprechstunde beraten lassen. Die Gesundheitslotsen beraten Sie zu Angeboten unter Berücksichtigung Ihrer individuellen Situation. Es geht zum Beispiel um Themen wie: „Was tue ich, wenn ich eine Verordnung bekommen habe? Ich habe Fragen zu Angeboten rund um meine Erkrankung“.

Darum kümmern sich am kommenden Donnerstag, 19. September, von 8 bis 12 Uhr auf dem Bergkamener Wochenmarkt die beiden Gesundheitsberaterinnen Mercan Karadag und Jana Krethen.

Auch außerhalb der offenen Sprechstunden können Termine vereinbart werden, unter gesundheitskiosk@kreis-unna.de.

Interessierte können zu den allgemeinen Öffnungszeiten der Kreisverwaltung Unna telefonisch beraten werden und Termine vereinbaren, unter den folgenden Telefonnummern: Fon 0 23 03 27 – 35 53 oder unter Fon 0 23 03 27 – 42 52 sowie unter Fon 0 23 03 27 – 27 59.

Weitere Infos und Kontakte sowie aktuelle Termine gibt es unter www.kreis-unna.de und dem Stichwort „Mobiler Gesundheitskiosk“. PK | PKU

Workshop in der Ökologiestation zur Beschleunigung von Luftreinhaltemaßnahmen in Großstädten

Das Umweltzentrum Westfalen gGmbH veranstaltet einen Workshop mit dem Titel „Vorfahrt für Gesundheit“. Dabei wird erörtert, wie Luftreinhaltemaßnahmen in Großstädten schneller umgesetzt werden können, um die Lebensqualität und Gesundheit der Bevölkerung zu verbessern. Geleitet wird die Veranstaltung von Oliver Wendenkampf.

Teilnehmende erwartet eine Diskussion darüber, wie der Schutz der Luft in städtischen Räumen verbessert werden kann. Der Workshop richtet sich sowohl an Fachleute als auch an interessierte Bürgerinnen und Bürger, die mehr über praktische Maßnahmen zur Luftreinhaltung erfahren möchten.

Der Workshop findet am Montag, 16. September 2024, von 19:00 bis 21:00 Uhr in der Ökologiestation des Kreises Unna (Dr.-

Detlef-Timpe-Weg 1, 59192 Bergkamen) statt.

Eine Anmeldung ist erforderlich und bis Donnerstag, 12. September 2024, möglich. Interessierte können sich bei Sandrine Seth vom Umweltzentrum Westfalen unter der Telefonnummer 02389 980911 oder per E-Mail an sandrine.seth@uwz-westfalen.de anmelden.

mobiler Gesundheitskiosk am Dienstag im Multikulturellen Forum an der Buchfinkenstraße: Anlaufstelle für alle

Gesundheit kann herausfordernd sein. Nicht nur eine Krankheit selbst, sondern auch das Drumherum: Hilfe für Ratsuchende gibt es von den Gesundheitslotsen des „Mobilen Gesundheitskiosks“.

Vor Ort können Sie sich zu allen Fragen rund um die Gesundheit unbürokratisch und kostenlos in der Sprechstunde beraten lassen. Die Gesundheitslotsen beraten Sie zu Angeboten unter Berücksichtigung Ihrer individuellen Situation. Es geht zum Beispiel um Themen wie: „Was tue ich, wenn ich eine Verordnung bekommen habe? Ich habe Fragen zu Angeboten rund um meine Erkrankung“.

Die nächste Sprechstunde in Bergkamen mit Jana Krethen ist am Dienstag, 10. September, von 9.30 bis 11 Uhr im Multikulturellen Forum, Buchfinkenstraße 8, in Weddinghofen.

Auch außerhalb der offenen Sprechstunden können Termine vereinbart werden, unter gesundheitskiosk@kreis-unna.de. Interessierte können zu den allgemeinen Öffnungszeiten der Kreisverwaltung Unna telefonisch beraten werden und Termine vereinbaren, unter den folgenden Telefonnummern: Fon 0 23 03 27 – 35 53 oder unter Fon 0 23 03 27 – 42 52 sowie unter Fon 0 23 03 27 – 27 59.

Weitere Infos und Kontakte sowie aktuelle Termine gibt es unter www.kreis-unna.de und dem Stichwort „Mobiler Gesundheitskiosk“. PK | PKU

YOGA für „Eingerostete“ und solche, die es NICHT werden wollen

Am Sonntag, den 06.10., von 11:00 bis 15:00 Uhr können Teilnehmende viele Aspekte des klassischen- authentischen Yoga kennenlernen und erleben, die normalerweise in der „Muckibude“ so nicht vermittelt werden. Alle Übungen und Techniken sind von Anfängern wie Fortgeschrittenen und auch körperlich leicht eingeschränkten Personen durchführbar. Kursleiter Lucas Wilkmann ist zertifiziert in drei Yoga-Verbänden, spiritueller Wegbegleiter für Menschen auf dem Meditationsweg, authentisch ernannter Zenlehrer mit abgeschlossenem Koan-Studium und besitzt, durch die Heilpraktiker-Praxis-Erfahrung in eigener Praxis von über 33 Jahren, auf dem Gebiet der Knochen und Gelenke (Chiropraktik, Osteopathie und Ortho-Bionomy), eine fundierte Anatomie-Basis für die Körperübungen des Yoga. Zusätzlich ist er Autor, Produzent von verschiedenen CDs und DVDs zu den Themen „Yoga, Qi Gong, Zen und Taiji“ sowie Fachreferent in diversen Fortbildungen im Ausland.

Das Besondere: Hier geht Yoga in die Tiefe. Erleben Sie vier Stunden lang die Übungen. Sie können gezielt Wünsche übermitteln, Übungen wiederholen und haben eine individuelle Beratung durch Lucas Wilkman.

Falls vorhanden: Yogamatte, Decke, Sitzkissen, Meditationsbänkchen, dicke Socken u.a. mitbringen.

Der Kurs kostet 45 Euro und eine Anmeldung ist bis zum 11.09. beim Umweltzentrum Westfalen, Sandrine Seth, 02389 9809 11, sandrine.seth@uwz-westfalen.de notwendig.

**50 Jahre Luftrettung in
Lünen: Fliegende Gelbe Engel
laden zum Tag der offenen Tür
ein**



Seit 1974 ist Lünen die Heimat des Rettungshubschraubers „Christoph 8“. Die gemeinnützige ADAC Luftrettung feiert das Jubiläum der fliegenden Gelben Engel am Samstag, 24. August 2024 zusammen mit ihren Partnern mit einem Tag der offenen Tür am St. Marien Hospital.

In diesem Jahr feiert „Christoph 8“ mit Standort am St. Marien Hospital Lünen sein 50-jähriges Bestehen. Bis 1978 stellte die Bundeswehr mit einer Bell UH-1D die Luftrettung sicher, anschließend wurden Piloten des Bundesgrenzschutzes (heutige Bundespolizei) eingesetzt. Seit April 2005 betreibt die ADAC Luftrettung gGmbH den Standort in Lünen. Im vergangenen Jahr flog die Crew 1.011 lebensrettende Einsätze. Der Rettungshubschrauber „Christoph 8“ leistet damit einen wesentlichen Beitrag zur schnellen medizinischen Hilfeleistung bei Unfällen, akuten Erkrankungen und in lebensbedrohlichen Situationen. Bis heute flogen die Luftretter in Lünen über 50.800 Einsätze.

Seit ihrer Gründung im Jahr 1974 hat sich die Luftrettungsstation Lünen zu einem unverzichtbaren Bestandteil der medizinischen Notfallversorgung in der Region entwickelt.

Frédéric Bruder, der Geschäftsführer der ADAC Luftrettung, lobt die hohe Professionalität und das große Engagement der Crew in Lünen sowie die vertrauensvolle Zusammenarbeit mit den Partnern von Krankenhaus, Rettungsdiensten, Feuerwehren und Polizeidienststellen sowie der Trägergemeinschaft Kreis Unna. „Wenn Patientinnen und Patienten aus der Luft notfallmedizinisch versorgt werden müssen, können sich die Menschen in der Region auch in Zukunft auf ‘Christoph 8’ verlassen. Wir sind da“, betont Bruder.

„Wir sind sehr stolz, dass unsere Anästhesisten und Anästhesistinnen des St. Marien Hospital Lünen bereits seit Jahrzehnten die ärztliche Besatzung des Rettungshubschraubers ‘Christoph 8 stellt’,“ berichtet Clemens Galuschka, Geschäftsführer des St. Marien Hospitals. „Wir bedanken uns bei der ADAC Luftrettung für die erfolgreiche Zusammenarbeit der letzten Jahre und freuen uns auf die gemeinsame Zukunft.“

Wie schnell fliegen die Gelben Engel? Über welche Notrufnummer wird ein Rettungshubschrauber alarmiert? Was muss man tun, um Pilot, Notarzt oder Notfallsanitäter auf einem ADAC Rettungshubschrauber zu werden? Beim Tag der offenen Tür in Lünen haben Besucherinnen und Besucher von 11 bis 17 Uhr die Möglichkeit, einen Blick hinter die Kulissen des Rettungsdiensts und seiner Partner zu werfen. Hier lassen sich die „Gelben Engel der Lüfte“ hautnah erleben und die Crew persönlich kennenlernen.

„Christoph 8“ fliegt von Sonnenaufgang, frühestens 7 Uhr bis Sonnenuntergang zu Verletzten und Hilfebedürftigen. Insgesamt sind an der Station in Lünen 28 Teammitglieder im wechselnden Einsatz – 15 Notärzte und Notärztinnen des St. Marien Hospitals, drei Notfallsanitäter (TC HEMS) und zehn Piloten und Pilotinnen der ADAC Luftrettung. Die leitende Crew von „Christoph 8“ besteht aus Stationsleiter und leitender TC HEMS Thomas Kade, Notarzt Stefan Unterbusch sowie leitender Pilot Gerrit Lohmeier.

Am Luftrettungsstandort in Lünen ist eine kleine, wendige

EC135 im Einsatz: Sie ist als schneller Notarztzubringer im urbanen Umfeld ideal für die Primärversorgung und den -transport von Menschen in Not geeignet. Bei Verkehrs- und Freizeitunfällen wird „Christoph 8“ besonders häufig alarmiert. Der Einsatzradius liegt bei 50 bis 70 Kilometern, die Einsatzgeschwindigkeit bei rund 220 km/h. Die Maschine kann so 70 Kilometer in nur 20 Minuten Flugzeit zurücklegen.

Neben der Ausstellung verschiedener Rettungsmittel, zahlreicher Fahrzeuge und dem Einblick in die Arbeit der Hundestaffel warten auch unterschiedliche Mitmachaktionen, Informationsstände und zahlreiche Kinder-Attraktionen wie Hüpfburg, Malwerkstatt und Ballonkünstler auf die Gäste. Mit dabei sind unter anderem DRK, Polizei, DLRG, THW und die Feuerwehr.

Der Tag der offenen Tür beginnt am Samstag um 11 Uhr und wird um 12 Uhr im Beisein von Landrat Mario Löhr und Bürgermeister Jürgen Kleine-Frauns offiziell eröffnet. Jeweils um 13 Uhr und 15 Uhr sind Vorführungen der Hilfsorganisationen geplant. Für das leibliche Wohl ist gesorgt. Parallel findet am Freitag, 23. und Samstag, 24. August am St. Marien Hospital ein Symposium zum Thema „Akut- und Notfallmedizin“ für Fachleute unter der wissenschaftlichen Leitung von Priv.-Doz. Dr. med. Christine Meyer-Frießem statt.

Weitere Infos zum Tag der offenen Tür finden sich unter:
Tag der offenen Tür Lünen – ADAC Luftrettung

Noch mehr Infos zu Christoph 8 und zur ADAC Luftrettung gibt es hier:

<https://luftrettung.adac.de/stationen/christoph-8/>

Mobiler Gesundheitskiosk erstmals am 15. August im Treff International an der Jahnstraße

Gesundheit kann herausfordernd sein. Nicht nur eine Krankheit selbst, sondern auch das Drumherum: Hilfe für Ratsuchende gibt es von den Gesundheitslotsen des „Mobilen Gesundheitskiosks“.

Vor Ort können Sie sich zu allen Fragen rund um die Gesundheit unbürokratisch und kostenlos in der Sprechstunde beraten lassen. Die Gesundheitslotsen beraten Sie zu Angeboten unter Berücksichtigung Ihrer individuellen Situation. Es geht zum Beispiel um Themen wie: „Was tue ich, wenn ich eine Verordnung bekommen habe? Ich habe Fragen zu Angeboten rund um meine Erkrankung“.

Erstmals berät Frau Mercan Karadag am Donnerstag, 15. August, von 14 bis 16 Uhr im Treff International, Jahnstraße 93, in Oberaden.

Auch außerhalb der offenen Sprechstunden können Termine vereinbart werden, unter gesundheitskiosk@kreis-unna.de. Interessierte können zu den allgemeinen Öffnungszeiten der Kreisverwaltung Unna telefonisch beraten werden und Termine vereinbaren, unter den folgenden Telefonnummern: Fon 0 23 03 27 – 35 53 oder unter Fon 0 23 03 27 – 42 52 sowie unter Fon 0 23 03 27 – 27 59.

Weitere Infos und Kontakte sowie aktuelle Termine gibt es unter www.kreis-unna.de und dem Stichwort „Mobiler Gesundheitskiosk“. PK | PKU

Pflege- und Wohnberatung im Bergkamener Rathaus: Kostenfrei und neutral



Elke Möller. Foto: Max
Rolke / Kreis Unna

Mit Eintritt eines Pflegefalles stehen Betroffene und Angehörige vor vielen Fragen. Hilfe gibt es vor Ort in den Sprechstunden der Pflege- und Wohnberatung im Kreis Unna. In Bergkamen-Rünthe findet die nächste Sprechstunde der Pflegeberatung am Donnerstag, 13. Juni in der Zeit von 10 bis 12 Uhr statt.

Die Fachberaterin Elke Möller ist dort im Gemeindebüro an der Christuskirche, Rünther Str. 42 zu erreichen. Der Zugang ist barrierefrei und erfolgt über den Seiteneingang. Ein Beratungstermin sollte vorab vereinbart werden.

Bei der Beratung geht es um alle Fragen zum Thema Pflege, wie zum Beispiel zu den Leistungen der Pflegeversicherung oder der Begutachtung durch den Medizinischen Dienst. Hilfe bei der Antragstellung wird gegeben. Ebenfalls erhält man Informationen über Betreuungs- und Pflegeangebote und deren Finanzierung, spezielle Hilfen für Menschen mit Demenz sowie Entlastungsangebote für pflegende Angehörige.

Terminvereinbarung

Um eine vorherige Terminvereinbarung unter Fon 08 00 27 20 02 00 (kostenfrei) wird gebeten. Wer den Termin nicht wahrnehmen kann, erreicht die Pflege- und Wohnberatung im Kreis Unna im Severinshaus, Nordenmauer 18 in Kamen, unter Fon 0 23 07 2 89 90 60 oder Fon 08 00 27 20 02 00 (kostenfrei). Weitere Informationen gibt es im Internet unter www.kreis-unna.de (Suchbegriff Pflege- und Wohnberatung). PK | PKU

**mobiler Gesundheitskiosk in
 der OGS der Gerhart-
 Hauptmann-Grundschule: Eine
 Anlaufstelle für alle**



Die Gesundheitslotsen des Kreises Unna.

Gesundheit kann herausfordernd sein. Nicht nur eine Krankheit selbst, sondern auch das Drumherum: Hilfe für Ratsuchende gibt es von den Gesundheitslotsen des „Mobilen Gesundheitskiosks“.

Vor Ort können Sie sich zu allen Fragen rund um die Gesundheit unbürokratisch und kostenlos in der Sprechstunde beraten lassen. Die Gesundheitslotsen beraten Sie zu Angeboten unter Berücksichtigung Ihrer individuellen Situation. Es geht zum Beispiel um Themen wie: „Was tue ich, wenn ich eine Verordnung bekommen habe? Ich habe Fragen zu Angeboten rund um meine Erkrankung.“

Urlaubsbedingt kann die offene Sprechstunde derzeit nicht an allen Standorten wie gewohnt angeboten werden.

Die Gesundheitslotsin Jana Krethen berät am Freitag, 14. Juni, von 9.30 bis 11.30 Uhr in der OGS Gerhart-Hauptmann-Schule, Am Friedrichsberg 33 in Bergkamen.

Auch außerhalb der offenen Sprechstunden können Termine vereinbart werden, unter gesundheitskiosk@kreis-unna.de. Interessierte können zu den allgemeinen Öffnungszeiten der Kreisverwaltung Unna telefonisch beraten werden und Termine vereinbaren, unter den folgenden Telefonnummern: Fon 0 23 03 27-35 53 oder unter Fon 0 23 03 27-42 52.

Weitere Infos und Kontakte sowie aktuelle Termine gibt es unter www.kreis-unna.de und dem Stichwort „Mobiler Gesundheitskiosk“. PK | PKU

Sozialpsychiatrischer Dienst des Kreises Unna informiert: Aktionswoche Alkohol

„Wem schadet dein Drink?“ – das ist die zentrale Frage, die im Mittelpunkt der Aktionswoche Alkohol steht. Die Woche läuft vom 8. bis zum 16. Juni. Darauf weist der Sozialpsychiatrische Dienst hin und bietet dazu offene Sprechstunden im Kreis Unna an. Zudem gibt es eine neue Podcast-Folge zum Thema.

Die offenen Sprechstunden finden statt am:

Montag, 10. Juni 2024 von 14 bis 16 Uhr, Sprechstunde für Eltern von Jugendlichen in Lünen im Gesundheitsamt, Viktoriastraße 5, Raum 306

Dienstag, 11. Juni 2024 von 9 bis 11 Uhr im Gesundheitshaus Lünen, Roggenmarkt 18-20, 1. OG

Dienstag, 11. Juni 2024 von 14 bis 16 Uhr in Unna im Gesundheitshaus, Massener Straße 35, 1. OG

Mittwoch, 12. Juni 2024 von 9 bis 12 Uhr in Werne im Buntten Haus, Fürstenhof 27

Donnerstag, 13. Juni 2024 von 14 bis 16 Uhr im Gesundheitsamt

Podcast zum Thema

Die Aktionswoche Alkohol ist eine alle zwei Jahre stattfindende Präventionskampagne, die dazu anregen soll, sich mit dem Thema Alkohol auseinanderzusetzen. In diesem Jahr unter der zentralen Fragestellung: „Wem schadet dein Drink?“ Damit werden die Auswirkungen des Alkoholkonsums auf Dritte in den Fokus gerückt.

Passend dazu ist am 3. Juni eine Podcast-Folge erschienen: Dabei geht es um eine betroffene Frau, deren Mann zu viel Alkohol getrunken hat. Sie erzählt, wie es ihren Blick auf die Droge verändert und ihr Leben beeinflusst hat. Dazu gibt es Tipps zu Hilfsangeboten für betroffene Angehörige. Dieser und weitere Podcasts zum Thema „Alkohol“ sind unter www.kreis-unna.de/podcast zu finden.

Mehr zur Aktionswoche gibt es unter www.aktionswoche-alkohol.de. PK | PKU