



Nr. 6 • Dezember 2014 / Januar 2015 3. Jahrgang

forum bochum

GESUNDHEIT UND LEBENSQUALITÄT FÜR UNSERE STADT

Kostenlos!
Zum Mitnehmen



Weihnachtsmarkt

Bochumer City wieder schmuck

Elektroschock innovativ

St. Josef: Interner Cardio-Defibrillator

Trauerarbeit mit Kindern

Palliativnetz Bochum e.V. steht zur Seite



Frank-Dagobert Müller und Team am neuen, größeren Firmengelände am Wallbaumweg in Langendreer.

Bekannte Firma, bekannter Name, bewährte Qualität

Diesem Mann ist sein Beruf quasi in die Wiege gelegt worden. Urgroßvater, Großvater, Vater ... – Frank-Dagobert Müller lebt und liebt das Dachdeckerhandwerk in vierter Generation und war als ältester Sohn über 30 Jahre im väterlichen Betrieb in Langendreer tätig.

Tradition startet neu durch

Jetzt, da sich die Altfirma nur noch verwaltungstechnischen Aufgaben widmet, führt der Dachdeckermeister die Familientradition im eigenen Unternehmen erfolgreich fort. Dabei kann Frank-Dagobert Müller nicht nur auf die eigenen Stärken, sondern auch auf die Erfahrung des „alten“ Personalstamms bauen, das gemeinsam mit ihm im neuen Betrieb noch einmal begeistert durchstartet: geballte Kompetenz rund um das Thema Bedachung – vom

Kleinstauftrag bis zum Großprojekt.

Flach-, Spitz- oder Walm-dach, Solaranlagen und Photovoltaik, Dämmung und Energiesparmaßnahmen, aber auch Fassaden, Dachbegrünung sowie Klempnerarbeiten.

Spezialist für Naturschiefer

„Wir führen alle Arbeiten oberhalb der letzten Geschossdecke durch“, erzählt der geprüfte Sachverständige für das Bauhandwerk. Dabei liegt ihm neben der fachlichen Kompetenz vor allem eines am Herzen: „Wir halten ein, was dem Kunden versprochen wurde!“

Ein besonderes Spezialgebiet ist die Ausführung von Arbeiten mit Naturschiefer: „Aus der Erde geschlagen bis aufs Dach! Schiefer ist eine dekorative und langlebige Art der Dach- und Wandeindeckung mit jahrhundertelanger Tradi-

tion“, erläutert der Fachdozent für Schieferarbeiten an der Handwerkskammer Dortmund. „Manche Unternehmen bieten das gar nicht mehr an!“

Schwerpunkt Schimmelbekämpfung

Eine weitere Kernkompetenz bildet die Bekämpfung von Schimmel. „Ein brisantes Thema, für Mieter und Vermieter gleichermaßen“, weiß Frank-Dagobert Müller.

„Allzu schnell heißt es da ‚falsch gelüftet‘ oder ‚unsachgemäß gedämmt‘. Wir gehen den Ursachen für Schimmelbildung präzise auf den Grund, beispielsweise mit Langzeitmessgeräten, die den Temperaturverlauf in der Wohnung minutiös aufzeichnen und Aufschluss über Verursachung und Behebung geben. Schließlich möchten wir, dass Sie sich unter Ihrem Dach geborgen, zu Hause und wohl fühlen.“



*Für Ihr Dach...
egal ob steil oder flach*

Frank-Dagobert Müller Dach-Wand-Abdichtungs GmbH & Co KG
Tel. 02 34 / 9 27 88 44-8 +++ Mobil 0 15 78/ 27 27 707
www.dagobert-mueller.de

Editorial

Wir steuern mit Riesenschritten auf den Jahreswechsel zu. Für viele immer wieder der Anlass für Reflexionen, gute Wünsche und einige Überlegungen für die Zukunft. Zeit für gute Vorsätze ist natürlich auch noch: Weg mit den Fettpölsterchen, den Glimmstängeln und dem Stress im Job, dafür mehr Sport, mehr Zeit für sich selbst und ein bisschen gesünder leben – fast jeder startet mit guten Vorsätzen ins neue Jahr. Oft hält die Euphorie jedoch nicht lange an. Die Gründe sind zahlreich: keine Zeit, keine Lust oder das berühmte Verschieben auf morgen.

Mit Sekt und Silvester kommt für viele Menschen auch ein Motivationsschub: Neues Jahr, neues Glück – auf in die nächste Runde, ein besserer Mensch zu werden. Der Jahreswechsel ist ein beliebter Zeitpunkt, Bilanz zu ziehen und neue Vorhaben anzugehen. Dabei braucht man eigentlich keinen besonderen Anlass, um unliebsame Gewohnheiten auf den Prüfstand zu stellen. Psychologen raten, sich auch während des Jahres häufiger einmal die Zeit zu nehmen, innezuhalten und sein Verhalten zu reflektieren. Schließlich kann man gute Vorsätze nicht nur im Januar beschließen. Und wenn so gar nichts hilft und wirkt, denken Sie daran: Es gibt für alles eine App...oder irgendwas von ratiopharm. Natürlich kein ganz ernst gemeinter Ratschlag.

Vielmehr der Tipp, sich nicht allzu verbissen in alles Neues zu stürzen und die Umsetzung der guten Vorsätze mit Geduld, Zeit und vielleicht auch mit einer Portion Humor anzugehen.

Aber ganz gleich, was Sie sich für 2015 vorgenommen haben, das Team von forum Bochum wünscht Ihnen für die Gestaltung Ihres persönlichen 2015 viel Glück und Erfolg. Dazu ein entspanntes und ruhiges Weihnachtsfest, einen guten Rutsch und kommen Sie gut und vor allem gesund in das neue Jahr!

Wir gehen 2015 mit forum Bochum mittlerweile ins vierte Jahr und hoffen, dass Sie uns als Leser weiterhin treu bleiben. Gleichzeitig gilt unser Dank allen Partnern, die uns dabei helfen und unterstützen, unser Gesundheitsmagazin von Bochumern für Bochumer alle zwei Monate auf den Markt zu bringen. Und wenn Sie uns nach unseren guten Vorsätzen fragen: Wir wollen Sie weiterhin gut informieren, mit spannenden, fundierten, bunten und interessanten Themen aus dem Gesundheitsbereich in unserer Stadt.

Also: Auf ein Neues in 2015 – zuvor wünschen wir Ihnen aber viel Spaß beim Blättern und Lesen der letzten Ausgabe im Jahr 2014!

Andrea Schröder

Eberhard Franken

Nils Rimkus

Aus dem Inhalt



Gesundheitsstadt Bochum

- Interview: Pflegestärkungsgesetz ist Schritt in die richtige Richtung 4
- Erneut zertifiziert: Schlaflabor im Bergmannsheil bürgt für Qualität 5
- „Gesunde“ Innovationen: Neue Agentur zur Weiterentwicklung des Gesundheitsstandortes Bochum 9
- Neu: ATA-Ausbildung in Augusta Akademie 12
- Bochumer Weihnachtsmarkt lockt wieder mit vielen Attraktionen 16
- Online-Umfrage für Physiotherapeuten: hsg-Projekt soll bedarfsorientiertes Schulungskonzept entwickeln 21

Rat, Service, Wissen

- SMS am Steuer: tödliche Gefahr, weil Unfallrisiko steigt 6
- Ohne Job und arm – Risiko ist in Deutschland am höchsten 10
- Folgen von Schlaganfällen und Schädel-Hirn-Traumata – neuer Online-Ratgeber 11
- LWL-Uniklinikum Bochum erhält Gütesiegel für Leistungen 13



- FBZ hilft Kindern mit psychischen Problemen 18
- Positive Entwicklung: Weniger Schlaganfälle in Bochum 20
- Palliativnetz Bochum hilft Kindern nach Todesfall bei Trauerarbeit 23
- Studie zu prosozialem Verhalten: Städter sehen häufiger weg als Dorfbewohner 25

Fördern, Unterstützen, Spenden

- Stadtwerke-Azubis sammeln für Donezk 22
- Sparkasse: Kinderhospiz freut sich über Spende von 1200 Euro 24

Innovative Medizin

- St. Josef-Hospital: Zweitmeinungssprechstunde für Diabetes-Patienten, denen Amputation droht 25
- Elektroschockgerät sitzt unterm Oberarm 27

- Bücher, Spiele, Tipps & Mehr:** Verlosung 28

- Zu guter Letzt: Japan kann auch Whisky – und wie!** 30

- IMPRESSUM 30



Leistungsverbesserungen: Pflegende Angehörige profitieren vom neuen Gesetz.

fobo-Bild: Bamer GEK

Das Pflegestärkungsgesetz ist ein Schritt in die richtige Richtung

Ein Interview mit Knappschafts-Geschäftsführerin Bettina am Orde

Der Bundesrat hat am 7. November das Pflegestärkungsgesetz gebilligt. Die Knappschaft begrüßt es, dass mit dem neuen Gesetz deutliche Leistungsverbesserungen für Pflegebedürftige und ihre Angehörigen ab dem 1. Januar 2015 einhergehen. Im Interview äußert sich Knappschafts-Geschäftsführerin Bettina am Orde zum Pflegestärkungsgesetz.

Frau am Orde, Sie vertreten eine der größten Pflegekassen in Deutschland. Wie beurteilen Sie das neue Gesetz?

Die neuen Regelungen sind Schritte in die richtige Richtung. Die Knappschaft begrüßt es insbesondere, dass vor allem demenziell erkrankte Menschen zukünftig mehr und höhere Leistungen erhalten. Positiv sehen wir auch, dass zukünftig pflegende Angehörige stärker entlastet werden können.

Welche Leistungen werden denn zusätzlich zur Verfügung gestellt?

Das ist zum Beispiel der Zuschlag für

Mitglieder in ambulanten Wohngruppen, die Anschubfinanzierung für die Gründung ambulant betreuter Wohngruppen, oder die Leistungen der Tages- und Nachtpflege sowie der Kurzzeitpflege. Diese Leistungen konnten bisher nur bei Vorliegen einer Pflegestufe gezahlt werden, jetzt auch bei Vorliegen einer demenziellen Erkrankung.

Was sind eigentlich die neuen niedrigschwelligen Entlastungsleistungen?

Das sind vor allem Unterstützungsleistungen im Haushalt, insbesondere bei der hauswirtschaftlichen Versorgung, zum Beispiel beim Reinigen der Wohnung.

Das Gesetz soll zum 1. Januar 2015 in Kraft treten, kann man diese neue Leistung dann schon nutzen?

Jede Kasse muss erst überprüfen, wer welche Leistungen bekommen darf. Dies kann auch von Bundesland zu Bundesland unterschiedlich sein, was die tatsächliche Auszahlung von Geldern hinauszögern kann. Wir als eine der größten und

aktivsten Pflegekassen bundesweit werden jedenfalls zusehen, dass unsere Versicherten ihre Leistungen so schnell wie möglich bekommen!

Wie viel Geld bekommt man von der Knappschaft für diese Entlastungsleistungen?

Das ist abhängig von der jeweiligen Pflegestufe und dem Ausmaß einer demenziellen Erkrankung, entweder 104 Euro monatlich oder 208 Euro im Monat.

Kann man, wie bisher auch, niedrigschwellige Betreuungsangebote, z.B. den Besuch eines Demenz-Cafés nutzen?

Ja, die Beträge von 104 bzw. 208 Euro stehen sowohl für die Entlastungsleistungen als auch für die niedrigschwelligen Betreuungsangebote zur Verfügung.

Ist das alles oder können für Betreuungs- und Entlastungsleistungen noch zusätzliche Mittel eingesetzt werden?

Ja, wir sprechen hier von einer Umwidmung der Sachleistungsbeträge. Das bedeutet,

dass demnächst bis zu 40 Prozent des für die jeweilige Pflegestufe vorgesehenen Betrages – soweit dieser nicht verbraucht ist – auch für niedrigschwellige Betreuungs- und Entlastungsleistungen genutzt werden kann, neben den genannten Beträgen von 104 bzw. 208 Euro.

Die Tages- und Nachtpflege, also die teilstationäre Pflege, soll ausgebaut und flexibler genutzt werden können. Wie muss man sich das vorstellen?

Die Leistungen der teilstationären Pflege werden demnächst uneingeschränkt neben dem Pflegegeld oder der Pflegesachleistung der jeweiligen Pflegestufe zur Verfügung gestellt.

Es erfolgt keine Anrechnung. Der Vorteil ist, dass damit für den Pflegebedürftigen unterm Strich mehr Geld zur Verfügung steht.

Gibt es noch weitere Gestaltungsmöglichkeiten?

Ja, für die Kurzzeitpflege können demnächst zusätzlich nicht verbrauchte Mittel der Verhinderungspflege eingesetzt und die Leistungsdauer dadurch verlängert werden. Verhinderungspflege bedeutet, dass ein Angehöriger beispielsweise dann durch einen Pflegedienst gepflegt wird, wenn man selbst verhindert ist. Also beispielsweise durch Urlaub oder Krankheit. So können beispielsweise Leistungen bis zu 3.224 Euro für bis zu acht Wochen im Kalenderjahr für die Kurzzeitpflege genutzt werden, wenn die Verhinderungspflege nicht in Anspruch genommen wurde. Zukünftig kann die Verhinderungspflege bis zu sechs Wochen anstatt der bisherigen vier Wochen genutzt werden.

Sie sagten eingangs, dass auch die pflegenden Angehörigen entlastet werden sollen. Wo sehen Sie solche Entlastungsmöglichkeiten?

Die neuen Entlastungsleistungen können dazu beitragen, dass pflegende Angehörige weniger hauswirtschaftliche Arbeiten im Haushalt des Pflegebedürftigen durchführen müssen.

Auch sind beispielsweise die flexibleren Nutzungsmöglichkeiten bei den teilstationären Leistungen für mich ein wichtiger Beitrag zur Entlastung der Angehörigen sowie zur besseren Vereinbarkeit von Pflege, Familie und Beruf.

Zahlreiche Leistungsbeträge sind um vier Prozent angehoben worden. Wie wird das alles finanziert?

Am 1. Januar werden die Beiträge in der



Knappschafts-Geschäftsführerin Bettina am Orde. fobo-Bild: Knappschaft/Melanie Garbas

sozialen Pflegeversicherung bei allen Pflegekassen um 0,3 Beitragssatzpunkt angehoben. Der Beitragssatz für Versicherte beträgt dann 2,35 Prozent, für kinderlose Versicherte 2,60 Prozent der beitragspflichtigen Einnahmen.

Können auch die Pflegebedürftigen von dem neuen Gesetz profitieren, die stationär versorgt werden?

Auf jeden Fall. Hier ist wichtig, dass zukünftig Betreuungs- und Aktivierungsangebote allen pflegebedürftigen Bewohnern sowie Versicherten der Stufe 0 zur Verfügung stehen. Zudem wird die Knappschaft eine größere Anzahl von Vergütungszuschlägen mit den stationären Einrichtungen vereinbaren, weil demnächst eine Betreuungsperson für 20 anspruchsberechtigte Personen zur Verfügung steht, bisher lag der Betreuungsschlüssel bei 1 zu 24.

Wie wirken sich die höheren Leistungen eigentlich bei der Knappschaft aus?

Die Knappschaft versorgt derzeit rd. 143.000 Pflegebedürftige. Allein die Anhebung der Beträge bei den Pflegesachleistungen, dem Pflegegeld, der Tages- und Nachtpflege sowie der vollstationären Pflege wird beispielsweise Mehrausgaben von ca. 47 Millionen Euro nach sich ziehen. Bei den zusätzlichen Betreuungs- und Entlastungsleistungen für Angehörige veranschlagen wir die Mehrkosten mit etwa 17 Millionen Euro.

Dr. Wolfgang Buschfort

Erneut zertifiziert: Schlaflabor im Bergmannsheil bürgt für Qualität

Zum wiederholten Mal hat sich das Schlaflabor im Berufsgenossenschaftlichen Universitätsklinikum Bergmannsheil erfolgreich einer Qualitätsprüfung gestellt. Nach eingehender Begutachtung erteilte die Deutsche Gesellschaft für Schlafforschung und Schlafmedizin (DGSM) dem Schlaflabor die erneute Akkreditierung und bestätigt damit, dass die Einrichtung alle nötigen Qualitätsanforderungen erfüllt. Das Schlaflabor gehört zur Klinik für Pneumologie, Allergologie, Schlaf- und Beatmungsmedizin (Komm. Direktorin: Priv.-Doz. Dr. Andrea Koch).

„Die erneute Akkreditierung für die maximal erreichbare Zeit von zwei Jahren durch die bundesweit maßgebliche Einrichtung ist eine positive Bestätigung unserer Arbeit“, sagt Dr. Heiko Knoop, Leiter des Schlaflabors im Bergmannsheil. Die Abteilung bietet eine umfassende und fachübergreifende Versorgung von schlafbezogenen Atmungsstörungen (sog. Schlafapnoe). Je nach Krankheitsbild werden Spezialisten aus der neurologischen und kardiologischen Klinik im Bergmannsheil sowie der HNO-Klinik im St. Elisabeth-Hospital in Bochum hinzugezogen. Neben Neurologie und Pneumologie bildet die LWL-Klinik Bochum den dritten Pfeiler des Zentrums für Schlafmedizin. Im Rahmen der aktuellen Akkreditierung wurden unter anderem die Qualität der aufgezeichneten Schlafmessungen, die Plausibilität der ärztlichen Diagnosen und Aspekte der Ablauforganisation geprüft.



Dr. Heiko Knoop mit Arzthelferin Andrea Remsing (li.) und Dorothee Podbregar, leitende MTA des Schlaflabors. fobo-Bild: Volker Daum/Bergmannsheil

SMS am Steuer: Tödliche Gefahr

Unfallrisiko steigt ums 23-fache / Gefahr wird von Autofahrern unterschätzt



Gefährliche Begegnung auf der Landstraße: Der eine schaut auf sein Handy, textet, ist im „Blindflug“ unterwegs. Der andere ist ahnungslos und sieht die tödliche Gefahr nicht kommen. Das Unfallrisiko erhöht sich beim Schreiben und Lesen einer SMS laut Deutschem Verkehrssicherheitsrat (DVR) auf das 23-fache. Viele Autofahrer unterschätzen das Risiko.

fobo-Bild: © Fotocollage DVR / Fotolia

Endlich auf dem Heimweg. In guter Tradition rasch noch eine SMS an die Liebsten senden: „Bin gleich zu Hau...“ Für Sekunden kein Gespür für das eigene Fahrzeug, keinen Blick für den Gegenverkehr. Das kann fatale Folgen haben.

Denn so oder ähnlich ereignen sich immer wieder schwere Unfälle. Wie riskant die Nutzung von Textnachrichten beim Autofahren wirklich ist, wird von vielen Autofahrern unterschätzt: Beim Schreiben und Lesen von SMS während der Fahrt erhöht sich das Unfallrisiko auf das 23-fache. Dies ergab eine Studie, die im US-Bundesstaat Virginia durchgeführt wurde. Beim Telefonieren wächst das Risiko „nur“ auf das

Sechsfache. Darauf weist der Deutsche Verkehrssicherheitsrat (DVR) hin.

Bei der Nutzung von SMS wird der Blick längere Zeit vom Verkehrsgeschehen abgewendet. Autofahrer sollten bedenken, dass eine Blickabwendung von nur fünf Sekunden bei Tempo 50 zu einem „Blindflug“ von beinahe 70 Metern führt. Auch wer dabei immer wieder kurz auf die Straße schaut, kann leicht etwas übersehen.

5 Sekunden bei 50 km/h: „Blindflug“ über 70 Meter

Bei der Autobahnrichtgeschwindigkeit von 130 km/h legt ein Fahrzeug in dieser Zeit sogar 180 Meter zurück. Wie viele Unfälle sich in Deutsch-

land aufgrund von Ablenkung durch Textnachrichten ereignen, kann nicht beziffert werden, denn bei der polizeilichen Unfallherhebung wird dies in Deutschland bisher nicht untersucht. Bekannt geworden sind jedoch mehrere Fälle, bei denen im Fahrzeug von tödlich Verunglückten das Telefon mit einer angefangenen Kurznachricht gefunden wurde.

Unterschätzte Gefahren

Vor allem junge Fahrerinnen und Fahrer verkennen die Gefahr: Wer es gewohnt ist, sich im Alltag permanent über soziale Medien wie Facebook, Twitter oder WhatsApp auszutauschen, möchte offenbar auch im Auto nicht darauf

verzichten. Bei einer im Auftrag des Reifenherstellers Goodyear durchgeführten Befragung gab jede dritte junge Frau (30 Prozent) zwischen 18 und 24 Jahren an, auch während der Fahrt SMS-Nachrichten zu schreiben. Bei den jungen Männern bekannte sich jeder vierte (23 Prozent) zu diesem gefährlichen Verhalten.

Dabei ist die Rechtslage eindeutig: Wer ein Fahrzeug führt, darf ein Mobiltelefon nicht benutzen, wenn es hierfür aufgenommen oder gehalten werden muss. So steht es in Paragraph 23 Absatz 1a der Straßenverkehrsordnung (StVO). Dabei wird der Begriff „Benutzen“ sehr weit ausgelegt: Der Gesetzgeber versteht darunter nicht nur das Telefonieren, sondern auch das Schreiben von SMS oder das Einwählen in Internetdienste. Das Verbot gilt nicht, wenn das Fahrzeug steht und der Motor ausgeschaltet ist. Autofahrern, die dies missachten, droht ein Bußgeld von 60 Euro und ein Punkt im Flensburger Fahreignungsregister.

Informationssysteme reduzieren Ablenkung

Einige Fahrzeughersteller bieten bereits Informationssysteme an, mit denen sich Autofahrer durch eine elektronische Stimme SMS- und Twitter-Nachrichten vorlesen lassen können. Auch eine Sprachsteuerung des Telefons kann die Ablenkungsgefahr reduzieren. Der DVR weist jedoch darauf hin, dass dies die Ablenkung allenfalls vermindert, sie aber nicht beseitigt. Am sichersten fährt nach Meinung des DVR, wer zum Schreiben und Lesen von SMS – ebenso wie für das Telefonieren – einen Parkplatz ansteuert und sich dort gefahrlos der Nachricht widmet.

Deutscher Verkehrssicherheitsrat (DVR)

Erwachsenenbildung macht gesünder, glücklicher und selbstbewusster

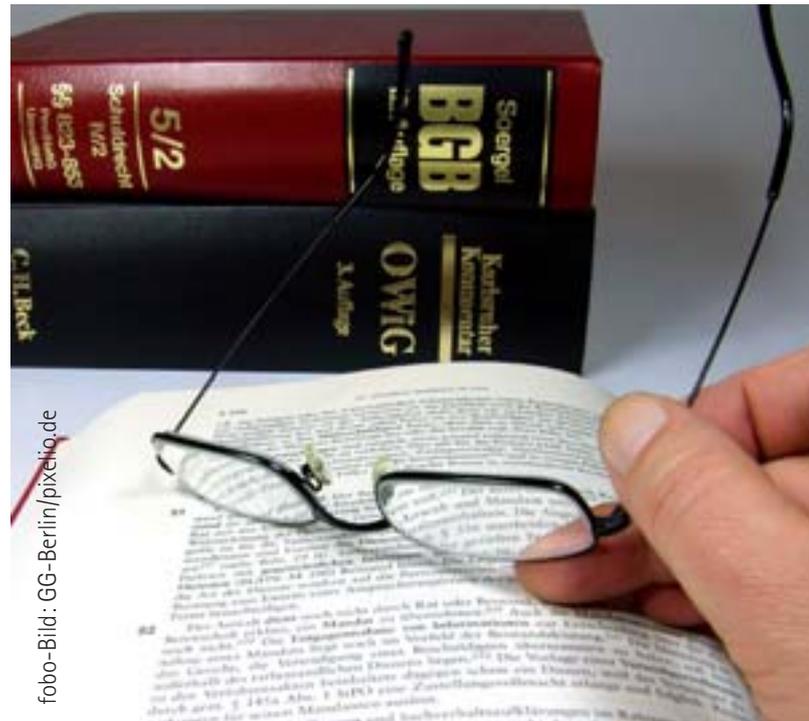
Europaweite Studie „Benefits of Lifelong Learning“ (BeLL)

Die Studie „Benefits of Lifelong Learning“ (BeLL) untersuchte den Nutzen der Teilnahme an allgemeiner Weiterbildung in Europa. Eines der wichtigsten Ergebnisse ist: Erwachsene erleben durch die Teilnahme an Erwachsenenbildungskursen positive Veränderungen. Das gilt für alle teilnehmenden europäischen Länder und Weiterbildungseinrichtungen.

► Das „DIE“

Das Deutsche Institut für Erwachsenenbildung – Leibniz-Zentrum für Lebenslanges Lernen e.V. (DIE) ist die zentrale Einrichtung für Wissenschaft und Praxis der Weiterbildung in Deutschland und Mitglied der Leibniz-Gemeinschaft. Seine Arbeit dient dem gesellschaftspolitischen Ziel, das Lernen und die Bildung Erwachsener auszuweiten und erfolgreicher zu machen. Damit will es die Voraussetzungen schaffen für die persönliche Entfaltung, die gesellschaftliche Teilhabe und die Beschäftigungsfähigkeit. Um diese Ziele zu erreichen betreibt das DIE eigene Forschung. Es unterstützt die Praxis durch den Transfer von Wissen und wissenschaftliche Serviceleistungen.

Die Ergebnisse zeigen, dass der Nutzen, den Lernende mit ihrer Teilnahme an allgemeiner Erwachsenenbildung verbinden, den Erwerb spezifischer Fähigkeiten und Kenntnisse einschließt und zugleich darüber hinausgeht. Die BeLL-Studie führt drei zentrale Benefit-Bereiche auf: Der erste Bereich umfasst die persönliche Entwicklung, die sich z.B. in Form einer erhöhten Selbstwirksamkeit oder dem Anstieg von erlebter Sinnhaftigkeit des eigenen Lebens zeigt. Der zweite Bereich bündelt Veränderungen im (sozialen) Lernverhalten und spiegelt sich z.B. im Anstieg des eigenen sozialen Engagements und einer generellen Lern- und Veränderungsbereitschaft. Der dritte Bereich verweist auf positiv erlebte Veränderungen im Hinblick auf Familie, Beruf, mentales Wohlbefinden und Gesundheit. Insgesamt fühlen sich die Befragten den Anforderungen und Herausforderungen des Lebens besser gewachsen. Die Studie unterstreicht damit den positiven Stellenwert lebenslangen Lernens sowohl für den Einzelnen als auch für die Gesellschaft. Dabei spielen freiwillige Teilnahme, indivi-



fobo-Bild: GG-Berlin/pixnio.de

duelle Bildungsinteressen und die Verwirklichung persönlicher Lernprojekte eine wesentliche Rolle.

Das Projekt BeLL wurde von der Europäischen Kommission gefördert und vom Deutschen Institut für Erwachsenenbildung – Leibniz Zentrum für Lebenslanges Lernen e.V. (DIE) koordiniert. Als empirische Datenbasis dienten 8.646 Fra-

gebögen und 82 Interviews aus Spanien, England, Deutschland, Schweiz, Italien, Finnland, Tschechien, Rumänien, Slowenien und Serbien, die über einen Zeitraum von zwei Jahren gesammelt und ausgewertet wurden. Beate Beyer-Paulick

► Die detaillierten Ergebnisse sind nachzulesen unter www.bell-project.eu.

Wir zeigen individuelle Wege auf



www.neuzeit-hypnose.de
info@neuzeit-hypnose.de

Alte Laerfeldstr. 85
44803 Bochum
Tel.: 02335/7309337

Unsere Coaching-Themen

- Entwicklungen persönlicher Fähigkeiten
- Beziehungsklärungen
- Konfliktlösungen
- Gewichtsreduktion
- Rauchentwöhnung
- Burn-out-Prävention

Unsere Coaching-Werkzeuge

- Systemisches Coaching
- Hypnose-Coaching
- Ho'oponopono

Generation 60plus lernt sich mit Zwiebeln und Wirsing besser kennen

Neue Gemeinschaft im Wichernhaus will nicht mehr nur für sich alleine kochen

Gemeinsam Leckereres zubereiten, sich dabei austauschen und hinterher zusammen essen – das sind die Ziele des neuen Kochclubs 60plus. Schon das erste Treffen im Wichernhaus machte Fremde zu Bekannten und inspirierte die Bochumerinnen und Bochumer über 60 zu neuen Gerichten.

Alle dürfen mitbestimmen

Mit Kartoffelauflauf und Obstsalat waren die Speisen für das erste Treffen noch vorgegeben, künftig entscheiden die Teilnehmenden natürlich selbst, was in die Pfanne oder den Ofen kommt. „Alle sollen mitbestimmen, wir wollen nichts vorgeben“, sagt Doris Brandt von der Offenen Altenarbeit der Inneren Mission, die den Kreis gemeinsam mit Almut Meschenat vom Sozialdienst des Wichernhauses und Sylvia Pratzler als Ehrenamtliche ins Leben gerufen hat.

Die Aufgaben verteilten die neun Frauen und zwei Männer unkompliziert untereinander: Möhren raspeln, Kartoffeln schälen, abspülen. Unterhaltungen überlagerten das Brutzeln



Spaß beim Möhrenraspeln: Karl-Heinz Gerhold und Eugenie Klossek im neuen Kochclub 60plus. fobo-Bild: Ehlert

des Öls in der Pfanne, dessen Duft sich schnell mit dem von Zwiebeln mischte.

„Für mich alleine koche ich nur unregelmäßig“, erzählt

Hildegard Bremer aus Bochum-Gerthe beim Obstschneiden. Die 64-Jährige erfuhr aus der Zeitung von dem neuen Club und schloss sich voller Neu-

gier an. Hier möchte sie in Gemeinschaft die Freude am Kochen wieder ausleben. „Wir haben einen großen Bedarf gesehen“, sagt Almut Meschenat. „Außerdem ist es eine gute Möglichkeit, Menschen zusammenzubringen.“

Gerichte werden diskutiert

Noch bevor der goldgelbe Auflauf aus dem Ofen auf den Tisch kam, diskutierte die Runde das Essen für den nächsten Monat. Schnell stand jahreszeitlich passend der Wirsing fest, nur das genaue Rezept verlangte einen längeren Erfahrungsaustausch. Denn auch den Einkauf regeln die Teilnehmer selbst, bekommen auf Wunsch aber motorisierte Unterstützung.

Der Kochclub trifft sich jeden letzten Freitag im Monat von 10 bis 12.30 Uhr. Ort ist das Wichernhaus, Wichernstraße 8, 44791 Bochum, das über eine moderne große Küche verfügt und barrierefrei ist. Die Teilnahme ist kostenlos, der Preis für die Zutaten wird geteilt. Weitere Informationen und Anmeldung zu den monatlichen Kochtreffen bei Doris Brandt unter 0234/684951. Felix Ehlert

**Stoltenberg
Zahnärzte**

Wittekindstr. 42

44894 Bochum - Werne

☎ 0234 – 261470

Mo. – Do.: 7.15 – 20.00 Uhr

Fr.: 7.15 – 17.00 Uhr



Informieren Sie sich
ausführlich:

www.sanfter-laser.de



**Karies entfernen,
ohne Bohrer**



**Fast immer:
ohne Spritze**



**Biostimulation:
bessere Heilung**



**Lippenherpes:
sofort ohne Schmerzen**

„Gesunde“ Innovationen für und in Bochum

Neue Agentur zur Weiterentwicklung des Gesundheitsstandortes Bochum



Stellten das Konzept der Agentur Gesundheitscampus Bochum vor (v.l.): Prof. Dr. Andreas Ostendorf (Ruhr-Universität Bochum), Birgit Fischer (Verband Forschender Arzneimittelhersteller e.V.), Prof. Dr. Rolf Heinze (Ruhr-Universität), Oberbürgermeisterin Dr. Ottilie Scholz, Johannes Peuling (Agentur Gesundheitscampus Bochum) und Jörg Holstein (Visus GmbH).
fobo-Bild: Agentur Gesundheitscampus

Selbstbestimmtes Leben im Alter, passgenaue Versorgungs- und Therapiekonzepte, frühzeitige Erkennung von potenziell tödlichen Krankheiten – das alles sind Themen, die die Gesundheit und das Wohlbefinden von Menschen stark bewegen. Lösungen für diese Herausforderungen in Bochum zu finden, damit auch noch Arbeitsplätze zu schaffen, das sind die Aufgaben der neuen Agentur Gesundheitscampus Bochum mit ihrem Netzwerk, initiiert durch die Wirtschaftsförderung Bochum GmbH.

Bei der Vorstellung der Agentur durch Dr. Ottilie Scholz und Agenturleiter Johannes Peuling nutzte Bochums Oberbürgermeisterin die Gelegenheit, die Bedeutung der Gesundheitswirtschaft für den Standort herauszustellen und betonte, dass die im Januar gegründete Wirtschaftsförderung Bochum GmbH nicht nur eine organisatorische Neuformation bedeute, sondern auch neue

Instrumente zur Unterstützung von Unternehmensentwicklung und Wertschöpfung gefragt sind. Die Agentur Gesundheitscampus Bochum ist ein solches Instrument.

Expertenbeirat

Unterstützt werden Peuling und sein Team von einem hochkarätig besetzten Expertenbeirat, welcher zurzeit aus den Mitgliedern Birgit Fischer, Hauptgeschäftsführerin beim Verband forschender Arzneimittelhersteller, Jörg Holstein, Geschäftsführer der Bochumer VISUS GmbH sowie Prof. Dr.-Ing. Andreas Ostendorf, neuer Prorektor für Forschung, Transfer und Wissenschaftlicher Nachwuchs sowie Lehrstuhl für Laseranwendungstechnik der Ruhr-Universität Bochum, besteht.

Diese drei stellten weitere Innovationsthemen vor, die die Agentur systematisch bearbeiten wird: Von der Proteindiagnostik, mit der beispielsweise

zukünftig Krebs noch frühzeitiger erkannt und zielgenauer therapiert werden kann, über telemedizinische Ansätze bis hin zu innovativen Laserverfahren zur Herstellung von Mikroimplantaten.

Bochum und seine Umgebung positionieren sich als Referenzraum zur Entwicklung und Erprobung von medizinischen, technologischen, strukturellen und logistischen Versorgungsinnovationen. Das heißt, hier sollen Pilotvorhaben entwickelt und getestet werden, die dem Patienten nutzen dienen. Dabei kann die Agentur auf wichtige Partner wie die Ruhr-Universität, die Bochumer Fachhochschulen oder Einrichtungen des Gesundheitscampus NRW zurückgreifen.

Die Themen werden ab Anfang 2015 in quartalsweise stattfindenden Netzwerkveranstaltungen diskutiert, zudem sind Workshops zu unternehmerischen Themen wie zum

Beispiel Zulassungsverfahren von Medizinprodukten, Finanzierung von Forschungs- und Entwicklungsprojekten, weitere Angebote der Agentur an das Netzwerk und die Bochumer Unternehmen der Gesundheitswirtschaft.

Eine erste Veranstaltung der Agentur wird bereits im Frühjahr 2015 durchgeführt. Prof. Dr. Rolf Heinze von der Ruhr-Universität forscht seit Jahren an Lösungen für den Wunsch von älteren Menschen, möglichst lange und selbstbestimmt in den eigenen vier Wänden leben zu können. Unterstützung versprechen hier zum Beispiel technisch-medizinische Assistenzsysteme, die den Alltag erleichtern. „Bochum hat die Chance, das Leben im Alter neu zu definieren. Durch die wissenschaftliche Kompetenz und das gesundheitswirtschaftliche Know-how können wir hier vor Ort innovative Wege beschreiten, um altersgerechtes Leben neu zu denken“ ist sich Heinze sicher.

Netzwerk weiter ausbauen

Die Agentur ist eine Weiterentwicklung der Vorgänger-Initiative medlands.RUHR, welche in der regionalen Fachwelt ausgezeichnet vernetzt ist und bereits einige Innovationsprojekte beispielsweise im Reha- und Prothetikbereich auf den Weg gebracht hat.

Nun gilt es, das Netzwerk rund um die Agentur noch weiter auszubauen. Dafür engagiert sich auch die Oberbürgermeisterin: „Mit der Agentur Gesundheitscampus schaffen wir eine Plattform, um zentrale Themen für Bochum voran zu bringen. Hierbei sind wir auf Mithilfe angewiesen. Daher rufe ich alle interessierten Unternehmer und Einrichtungen des Gesundheitssektors auf, sich einzubringen!“ Marc Otten

Ohne Job und arm – Risiko ist in Deutschland am höchsten

Institut der Universität Duisburg-Essen wertet EUROSTAT-Daten aus

Arm durch Arbeitslosigkeit – diese Gefahr ist in Deutschland im Vergleich zu den Nachbarländern extrem hoch. Mehr als zwei Drittel aller Arbeitslosen (69,3 Prozent) sind hier von Armut bedroht. Selbst in den von der Wirtschafts- und Finanzkrise stark betroffenen südeuropäischen Ländern sind Menschen ohne Job nur im EU-Durchschnitt gefährdet (46,6 Prozent). In Frankreich (35,7%) und Dänemark (36,3 %) ist die Betroffenheit nur halb so hoch wie in Deutschland. Das zeigt eine Auswertung, die das Institut Arbeit und Qualifikation (IAQ) der Universität Duisburg-Essen (UDE) jetzt im Informationsportal www.sozialpolitik-aktuell.de veröffentlicht hat.

Anhand von Daten von EUROSTAT (Statistisches Amt der Europäischen Kommission) hat das IAQ die Armutsrisikoquoten in der Europäischen Union analysiert. Die Gefährdungsschwelle ist statistisch auf 60 Prozent des nationalen mittleren Ein-

kommens festgesetzt. Armut fällt deshalb in den einzelnen Ländern sehr unterschiedlich aus: Während in Deutschland 2013 eine alleinstehende Person mit weniger als 979 Euro Einkommen im Monat als „arm“ gilt, liegt die Schwelle in Spanien schon bei 676 Euro und in Polen bei 258 Euro. In diesem Zusammenhang spricht man deshalb von einer relativen Armut.

In SÜdeuropa werden junge Arbeitslose eher von Eltern unterstützt

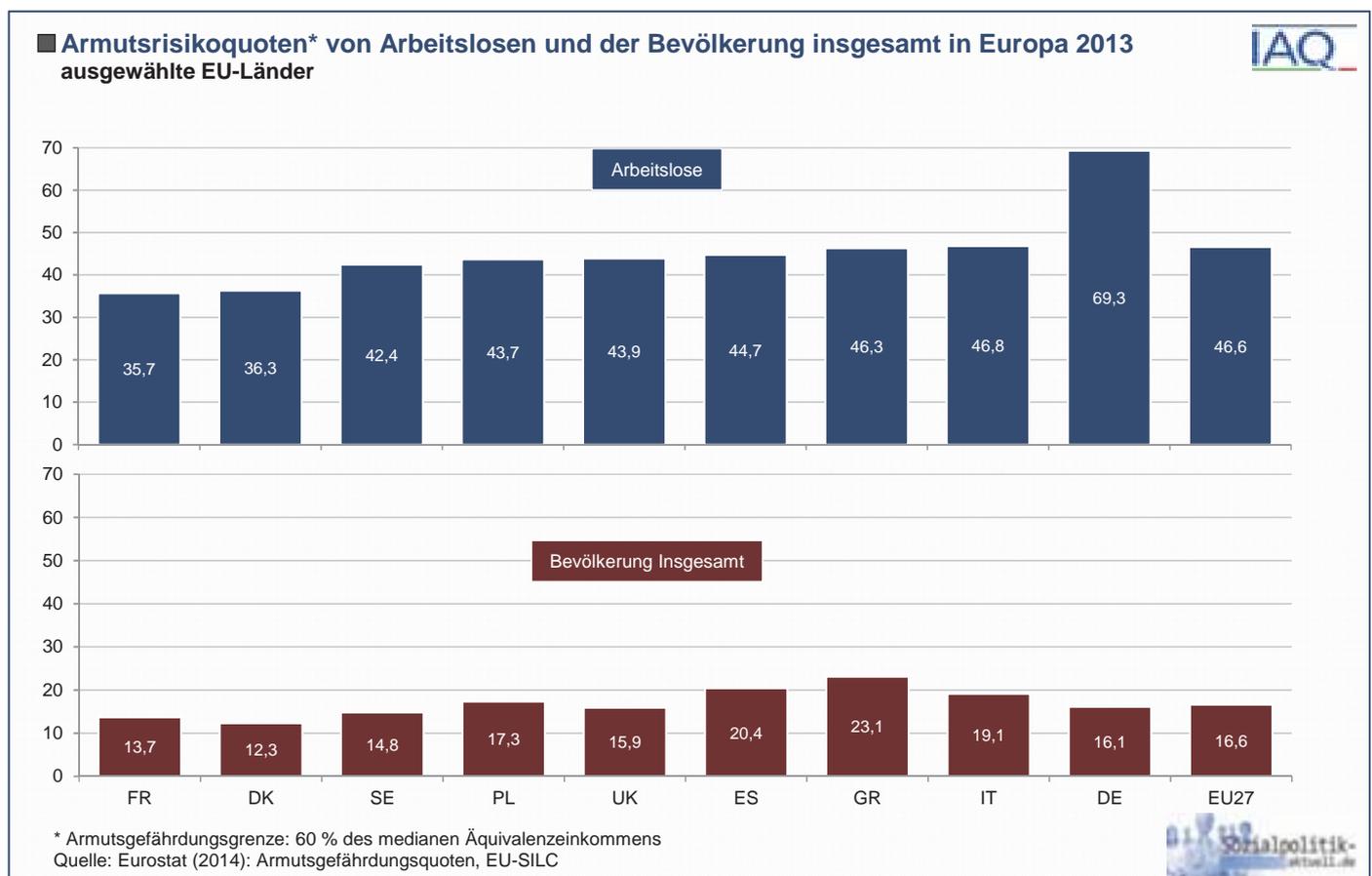
Hartz-Reformen verantwortlich für Armut-Risiko von Arbeitslosen
Dass Arbeitslose in Deutschland extrem von Armut betroffen sind, ist nach Einschätzung von Prof. Dr. Gerhard Bäcker vor allem auf die Hartz-Reformen der letzten Jahre zurückzuführen. Denn im Jahr 2005 hatte die Risikoquote noch 40,6 Prozent betragen und entsprach damit dem EU-Mittel. „Die Grundsicherung, also Hartz IV/SGB II, reicht nicht zur Existenzsicherung aus. Denn mit 690 Euro im Bundesdurchschnitt liegt diese ein-

schließlich Unterkunft um knapp 300 Euro niedriger als der der EU-Schwellenwert“, so Bäcker. Auch die Versicherungsleistung Arbeitslosengeld falle nur bescheiden aus: Im Schnitt erhalten Männer 968 Euro und Frauen 720 Euro. Zugleich liegen für 42,6 Prozent der Frauen und für 18,9 Prozent der Männer die Leistungen unterhalb von 600 Euro.

In SÜdeuropa werden junge Arbeitslose eher von Eltern unterstützt

Entscheidend sei zudem, dass gerade in den südeuropäischen Ländern die arbeitslosen jungen Menschen noch sehr häufig im Elternhaushalt leben und von ihren Eltern unterstützt werden. Dies sei in Deutschland eher selten der Fall. Ulrike Bohnsack/UDE

► http://www.sozialpolitik-aktuell.de/tl_files/sozialpolitik-aktuell/_Politikfelder/Europa-Internationales/Datensammlung/PDF-Datien/abbX9_Grafik_Monat_11_2014.pdf



Folgen von Schlaganfällen und Schädel-Hirn-Traumata – neuer Online-Ratgeber

Ruhr-Uni Bochum: Patienten und Angehörige können sich informieren

Forscher der Ruhr-Universität Bochum (RUB) haben einen Ratgeber zu erworbenen Hirnschädigungen verfasst. Patienten und Angehörige finden darin allgemein verständliche Antworten auf häufig gestellte Fragen zu Ursachen und Folgen von Schlaganfällen und Schädel-Hirn-Traumata. Das Team vom NeuroPsychologischen Therapie Centrum der RUB stellt den Ratgeber kostenlos im Internet unter www.rub.de/np-ratgeber zur Verfügung.

Was ist eine Apraxie? Kann man nach einem Schlaganfall noch Auto fahren? Wie therapiert man Aufmerksamkeitsstörungen? Basierend auf Fragen, mit denen Betroffene und Angehörige häufig im Alltag konfrontiert sind, haben die RUB-Forscher die Inhalte für den Ratgeber zusammengestellt. Er enthält auch ein Wörterbuch mit Erklärungen für viele Fachbegriffe. Außerdem arbeiten die Psychologen zurzeit an Podcasts, die verschiedene Themen noch einmal in einer anderen Form aufbereiten. „Es ist uns ein Anliegen, Patientinnen und Patienten sowie ihre Angehörigen dabei zu unterstützen, über Ursachen,

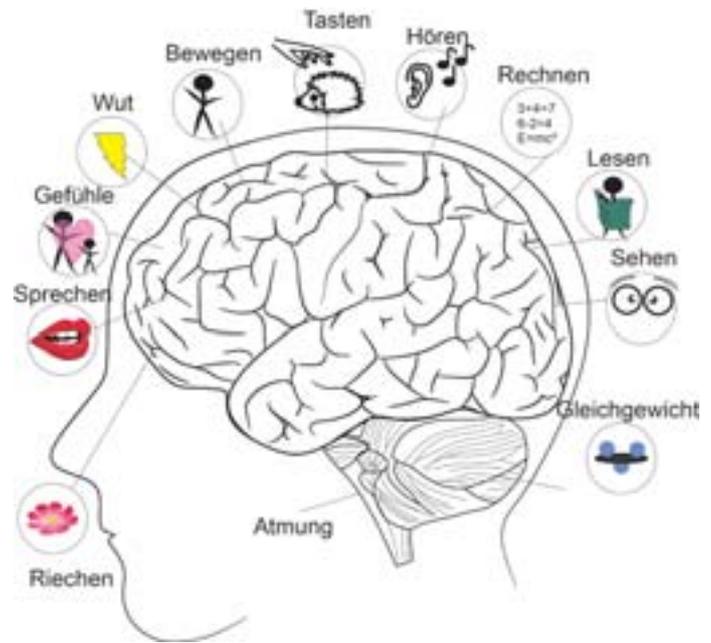
Symptome, Diagnostik und Behandlungsmöglichkeiten gut informiert zu sein“, sagt Prof. Dr. Boris Suchan, Leiter des Therapiezentrums.

Echtes Gemeinschaftswerk

Prof. Boris Suchan und Dr. Patrizia Thoma verfassten den Online-Ratgeber gemeinsam mit Studierenden und weiteren wissenschaftlichen Mitarbeitern. „Es ist faszinierend zu sehen, wie engagiert die Studierenden an diesem Projekt mitarbeiten“, erzählt Suchan. „Allerdings ist die Webseite noch lange nicht fertig.“ Sie wird ständig aktualisiert, erweitert und so angepasst, dass die Inhalte allgemein verständlich sind. „Da es ein Projekt für Betroffene und Angehörige ist, möchten wir natürlich auch deren Meinungen und Ideen in den Ratgeber integrieren. Das ist ein Grund, warum wir das Projekt jetzt schon bekannt machen wollen“, so der RUB-Forscher weiter. Den Ratgeber hat sein Team in Zusammenarbeit mit der Helios Klinik Holthausen evaluiert.

Über das NeuroPsychologische Therapie Centrum

Das NeuroPsychologische The-



Der Online-Ratgeber ist mit erklärenden Illustrationen bestückt. Fobo-Grafik: RUB, Grafik: Bierstedt

rapie Centrum (NTC) ist eine neue Einrichtung an der Ruhr-Universität Bochum. Zurzeit besteht es aus einer Forschungs- und Lehrambulanz, in der Wissenschaftler neue Therapien für Menschen mit erworbenen Hirnschädigungen entwickeln. Geplant ist aber auch eine Weiterbildungsambulanz, in der Patienten mit erworbenen Hirnschädigungen von Psychologischen Psychotherapeuten

behandelt werden, die speziell dafür ausgebildet sind, neuropsychologische Probleme zu therapieren. Die Forschungs-, Lehr- und Weiterbildungsambulanz befindet sich noch im Aufbau. Eine offizielle Eröffnung folgt. Julia Weiler

- Infos Neuropsychologisches Therapie Centrum: <http://www.rub.de/np-ambulanz>
- www.rub.de/np-ratgeber





Dr. Schuhmann

- Faltenbehandlung - Botox
- Brustchirurgie
- Lidstraffung • Facelift
- Körperperformung
- Bauchdeckenstraffung
- Fettabsaugung

Chefarzt Dr. med. Karl Schuhmann
 Klinik für Plastische/Ästhetische Chirurgie Ev. Krankenhaus Hattingen

Bredenscheider Straße 54 · 45525 Hattingen
 4. Etage - im Ambulanten Zentrum am EvK
 Telefon 02324/502-511 · Fax 02324/502-423
www.dr-schuhmann.de · E-Mail: info@dr-schuhmann.de



Dirk Alexander

Briefmarken · Münzen

Wir kaufen jederzeit

- Münz – Sammlungen
- bessere Einzelmünzen
- moderne Aboware
- Medaillen und Münzen aller Gebiete weltweit
- von Klassik bis Thalerzeit
- Edelmetalle aller Art

unter anderem

- Briefmarken Posten und Nachlässe (Sammelgebiete vor 1950)

Bei größeren Objekten sind jederzeit Hausbesuche möglich. Wir zahlen faire, marktgerechte Preise. Sprechen Sie uns vertrauensvoll an!



Castroper Hellweg 49 · 44805 Bochum · Tel. 0234 / 58 40 650
info@philatelie-alexander.de · www.philatelie-alexander.de



Begehrt: Eierlikör aus der Apotheke

Gäste des kleinsten Weihnachtsmarktes begeistert

Kunsthandwerkliche Arbeiten aus Afrika, südafrikanischer Wein, Gewürze, Fruchtebrot und natürlich auch Glühwein gibt's wieder auf Bochums kleinstem Weihnachtsmarkt, der wahrscheinlich auch der kleinste in ganz NRW ist, vom 4. bis zum 19. Dezember (immer werktags 12 bis 18 Uhr). Die Erlöse des Marktes vor dem Haupteingang der Augusta Kliniken, an der Bergstraße 26, fließen erneut in die sozialen Projekte des Fördervereins Augusta Afrika e.V.

In drei Holzhütten bieten Chef de Cuisine Ralf Meyer und das Team der Augusta Gourmet-Küche verschiedene warme Speisen, Waffeln, und selbstgebackene Plätzchen an. Natürlich gibt es auch wieder den heiß begehrten Eier- bzw. Kaffeeликör, den die Mitarbeiter der Apotheke ebenso produziert haben wie den leckeren Fruchtee. Kunsthandwerk und Wein aus Südafrika runden das Angebot ab.

Der von ehrenamtlichen Mitarbeitern, auch von Chefärzten betreute Markt ist an

zwei Adventssonntagen (7. und 14.12., jeweils 14 bis 18 Uhr) geöffnet und stimmt auch musikalisch auf die Weihnachtszeit ein: Am 4. Dezember singt gegen 17 Uhr der Augusta-Mitarbeiterchor und am 12. Dezember, ca. 17 Uhr, spielt das Musikkorps der Bogestra.

Am Gesundheitszentrum Bochum wird das Stahl-Objekt des Überlinger Künstlers Jochen Schimpfle-Andresen wieder einen der größten Weihnachtsbäume der Stadt einrahmen, der traditionell zum ersten Advent illuminiert wird.

Frauenklinik informiert über Geburt

Um den Ablauf einer Geburt, den Einfluss von Gebärlagen auf die Entbindung, aber auch um die Zeit danach, das Wochenbett, geht es bei einem Informationsabend der Frauenklinik der Augusta-Kranken-Anstalt an der Bergstraße 26 für Interessierte sowie werdende Eltern. Am Donnerstag, 8. Januar 2015, um 18.30 Uhr, informieren die Augusta-Experten über diesen Themenkomplex.



Im Anschluss an die Veranstaltung besteht die Möglichkeit zu persönlichen Gesprächen und

Führungen – auch durch den neuen Kreißaal – in kleinen Gruppen. Eine Anmeldung ist nicht erforderlich. Treffpunkt ist vor dem Kreißaal.

Am 5. Februar informieren die Experten an gleicher Stelle und zur gleichen Zeit über „Elternzeit, Elterngeld und Co.“ mit Sozialberatung für Schwangere.

Neu: ATA-Ausbildung in Augusta Akademie

Den Ausbildungsgang zum Anästhesietechnischen Assistenten (ATA) bietet nun auch die Augusta Akademie an: Zu Beginn des Schuljahres startete in Bochum-Linden der erste Lehrgang für den seit 2005 existierenden Beruf. Ausbildungsleiterin Annette Hipler und Einrichtungsleiter Dipl.-Psych. Uwe Machleit begrüßten 26 Auszubildende.

Gleichzeitig startete auch der Lehrgang für Operationstechnische Assistenten (OTA), von denen kurz zuvor ein Jahr-



gang seinen Abschluss feierte.

Die Besonderheit dieses gerade begonnenen Kurses ist, dass für beide Ausbildungen zum großen Teil ein gemeinsamer Unterricht stattfindet, weil der überwiegende Teil der Lerninhalte identisch ist.

Die OTAs übernehmen nach ihrer Ausbildung Aufgaben von Pflegekräften im Krankenhaus-OP. Der Weg dorthin ist allerdings lang. „Die Ausbildung“, so Machleit, „dauert drei Jahre und umfasst mindestens 1.700 Stunden Theorie und 3.400

Stunden Praxis.“ Dabei werden konsequent die Empfehlungen der Deutschen Krankenhausgesellschaft umgesetzt.

Praktische Erfahrungen sammeln die Auszubildenden auf den Stationen sowie in den Notaufnahmen, OP-Abteilungen und Zentralsterilisationen der Augusta Kliniken in Bochum und Hattingen.

„OTAs wie ATAs sehr gesucht“, erklärt Annette Hipler, „Eine Weiterbeschäftigung nach der Ausbildung ist schon fast sicher.“

LWL-Universitätsklinikum Bochum erhält Gütesiegel für herausragende Leistungen

Auszeichnung durch Deutsche Gesellschaft für Bipolare Störungen e.V.

Weil das LWL-Universitätsklinikum Bochum für Psychiatrie, Psychotherapie, Präventivmedizin und Psychosomatische Medizin im Landschaftsverband Westfalen-Lippe (LWL) sich seit Jahren um die Behandlung und Versorgung bipolar erkrankter Menschen bemüht, hat die Deutsche Gesellschaft für Bipolare Störungen e.V. (DGBS) diese Leistung mit einem Gütesiegel belohnt.

In einer Feierstunde Mitte November (13.11.) überreichte Prof. Dr. Martin Schäfer, DGBS-Vorstand und Direktor der Klinik für Psychiatrie, Psychotherapie, und Suchtmedizin der Kliniken Essen-Mitte, Siegel und Urkunde an die Vertreter des Bochumer Klinikums, Prof. Dr. Georg Juckel, Ärztlicher Direktor des LWL-Universitätsklinikums Bochum, und Oberärztin Dr. Idun Uhl.

Betroffene ermutigen

Seit 2013 zeichnet die DGBS deutsche Kliniken, die sich im Einsatz um bipolar erkrankte Menschen besonders hervorgetan haben, mit einem Gütesiegel aus. Voraussetzung ist unter anderem eine leitliniengemäße Behandlung der Erkrankung, regelmäßige Schulungen des Klinikpersonals und Angehörigenseminare sowie die Zusammenarbeit mit Selbsthilfegruppen. „Dieses Prädikat zeigt uns, dass die Erkrankung in der Öffentlichkeit wahrgenommen wird“, sagt Prof. Georg Juckel. „Wir wollen weiterhin darauf aufmerksam machen und Betroffene ermutigen, sich behandeln zu lassen.“

Häufig werden bipolare Störungen erst spät erkannt und behandelt. Die Erkrankung offenbart sich bei den meisten

Patienten im Jugendlichen- und jungen Erwachsenenalter. Erste Symptome zeigen sich allerdings häufig schon vorher. Eine bipolare Störung, umgangssprachlich auch als „manische Depression“ bezeichnet, ist eine schwere psychiatrische Erkrankung. Bipolar Erkrankte leiden oftmals unter extremen Stimmungsschwankungen.

Häufige Suizid-Versuche

Je nach Ausprägung der Störung können manische und depressive Episoden direkt ineinander übergehen; es können aber auch lange symptomfreie Zeiten dazwischen liegen. Die Lebensführung ist meist stark beeinträchtigt. Jeder vierte Erkrankte versucht mindestens einmal, sich das Leben zu nehmen; die Suizid-Rate liegt bei 15 Prozent der bipolar erkrankten Menschen.

Um Betroffenen mit speziellen Angeboten möglichst früh und zeitnah helfen zu können, hat das LWL-Universitätsklinikum im vergangenen Jahr die Ambulanz für Bipolare Störungen in Bochum, kurz: BiBo, eröffnet. Aber auch nach der Entlassung aus dem stationären oder teilstationären Bereich fördert die Klinik den optimalen Übergang in die ambulante Behandlung. „Unser Bestreben ist es, die Angebote unseres Behandlungsprogramms immer weiter auszubauen und zu optimieren“, so Dr. Idun Uhl, Leiterin des Klinik-Tracks „Affektive Störungen“. „Der Ausbau des triadischen Netzwerks zwischen Patienten, Angehörigen und Profis wird uns immer ein wichtiges Anliegen sein.“

Die Zusammenarbeit mit der DGBS ist für die Arbeit der Experten im LWL-Universitätsklinikum Bochum sehr



Ausgezeichnet durch die DGBS – das LWL-Universitätsklinikum Bochum freut sich (v.l.n.r.): Oberärztin Dr. Idun Uhl, Pflegedirektorin Marion Brand, Ambulanzärztin Dr. Aleksandra Kulik, Ärztlicher Direktor Prof. Dr. Georg Juckel, DGBS-Vorstand Prof. Dr. Martin Schäfer und Kaufmännischer Direktor Heinz Augustin. fobo-Bild: LWL

wertvoll. Die 2000 Mitglieder zählende DGBS verfolgt das Ziel, die Bedürfnisse von Menschen mit einer Bipolaren Störung in Öffentlichkeit und

Gesundheitspolitik zur Geltung zu bringen sowie die Forschung, Fortbildung und Selbsthilfe zu fördern.

➤ Infos unter www.dgbs.de



„Folgen Sie uns auf Facebook“

www.facebook.com/BOGESTRA



www.bogestra.de

BOGESTRA Für Menschen mit Zielen

Überleben sichern, Lebensqualität verbessern

Aktuelle Studie zu Unfallopfern mahnt professionelle Begleitung an



fobo-Bild: McRommy / pixelio.de

Am Leben, aber manchmal ohne Job, ohne Geld und schmerzgeplagt: Auch wenn schwere Unfälle heutzutage im Vergleich zu früher nur noch halb so oft tödlich enden, muss in der Folge die Lebensqualität der Betroffenen verbessert werden. Knapp ein Drittel der Schwerverletzten kann den bisherigen Beruf nicht mehr ausüben, wie eine aktuelle Studie zur Lebensqualität dieser Patienten aus Deutschland zeigt. Gut 60 Prozent leiden auch zwei Jahre nach dem Unfall noch an dauerhaften Schmerzen, 30 Prozent klagten über psychische Probleme.

„Es reicht nicht aus, das Überleben zu sichern, wir müssen auch alles tun, um die Lebensqualität zu erhalten“, sagte Professor Dr. med. Bertil Bouillon, Präsident der Deutschen Gesellschaft für Unfallchirurgie (DGU) zum Abschluss des Deutschen Kongresses für Orthopädie und Unfallchirurgie (DKOU) 2014 in Berlin, wo er die neue Studie erstmals vorstellte. Er ist Koautor und einer der Kongresspräsidenten

der weltweit drittgrößten Veranstaltung für Unfallchirurgen und Orthopäden.

Bouillon nennt als Beispiel einen jungen Tontechniker, der nach einem Motorradunfall schwere Verletzungen an Kopf, Bauch, Wirbelsäule und Oberarm erlitten hatte. Mehreren Operationen folgte eine – weitgehend erfolgreiche – Rehabilitation. Allerdings leidet der 27-Jährige seit dem Unfall an einer Hörstörung: Wie spätere Untersuchungen ergaben, ist dies vermutlich auf eine Behandlung mit Antibiotika zurückzuführen, die er wegen einer Lungenentzündung im Krankenhaus bekam. Der Mann kann deshalb nicht mehr in seinem Beruf tätig sein.

Bei Notfallbehandlung spätere Situation mitdenken

„Bei einer Therapie müssen wir immer auch Nutzen und mögliche Folgen für den Patienten abwägen und diese auf seine individuelle Lebenssituation und Erfordernisse abstimmen“, erklärt Bouillon, Direktor der Klinik für Orthopädie, Unfall-

chirurgie und Sporttraumatologie in den Kliniken der Stadt Köln, Köln-Merheim. „Der behandelnde Orthopäde und Unfallchirurg ist nicht nur für den Notfall verantwortlich, sondern auch für die spätere Lebensqualität seines Patienten.“

Die Studie ergab, dass zwei Drittel der Unfallopfer schwerer Unfälle sich noch zwei Jahre nach dem Ereignis in unterschiedlichen Lebensbereichen stark beeinträchtigt fühlen – von chronischen Schmerzen bis hin zu eingeschränkter Mobilität. Immerhin 70 Prozent konnten in ihren früheren Beruf zurückkehren; 30 Prozent klagten jedoch über sozioökonomische Probleme.

Stark beeinträchtigt – noch nach zwei Jahren

Ebenfalls knapp ein Drittel litt unter einer psychischen Störung. Eine große Mehrheit der Unfallopfer musste nach dem ersten Krankenhausaufenthalt weitere Male stationär behandelt werden; 35 Prozent erhielten nach zwei Jahren immer noch Medikamente, die

im Zusammenhang mit den Unfallverletzungen standen.

Die Wissenschaftler um Bouillon hatten insgesamt 129 Personen befragt. Die meisten waren Opfer von schweren Verkehrsunfällen. Sie hatten dabei vor allem Verletzungen an Beinen, Brust, Arm- und Schulterbereich sowie am Kopf erlitten. Das Überleben stand bei ihrer Behandlung zunächst im Mittelpunkt.

Die Sterberate dieser schwerverletzten Unfallopfer hat sich in den letzten Jahren durch zahlreiche Initiativen wie beispielsweise die Schaffung von Traumazentren sogar halbiert. „Das ist extrem erfreulich, aber darauf dürfen wir uns nicht ausruhen“, erklärt Bouillon.

Die Studie macht deutlich, dass weitere Fortschritte in der Unfallchirurgie nun durch eine langfristige Betrachtung und individualisierte Behandlung zu erzielen sind. „Auch psychische und sozioökonomische Folgen eines Unfalls sollten künftig ein noch stärkerer Bestandteil der Rehabilitation sein“, fordert Bouillon, „Wir Unfallchirurgen sollten bei der Therapie nicht lebensbedrohlicher Verletzungen eventuelle Spätfolgen im Blick haben. Daher fragen wir heute beispielsweise schon bei jedem Unfallopfer nach dessen Beruf oder Hobbies.“ Denn erleben die Betroffenen hierin als Folge ihres Unfalls Einschränkungen, verschlechtert das die Lebensqualität: „Je weniger Einschränkungen bleiben, umso besser.“

Anne-Katrin Döbler/DKOU

► Quelle:

Kaske et al.: „Quality of life two years after severe trauma: A single centre evaluation“, *Injury, Int. J. Care Injured* 45S (2014) S. 100–105, <http://dx.doi.org/10.1016/j.injury.2014.08.028>

Zu Weihnachten an andere denken

Sozialpädagogin Bärbel Abramsen betreut die Weihnachtspaketaktion, mit der die Caritas wieder möglichst vielen Menschen eine Freude bereiten möchte. Auch in diesem Jahr ruft der Caritasverband für Bochum und Wattenscheid wieder zum „Freude schenken“ auf. In der Zentrale des katholischen Wohlfahrtsverbands in der Bochumer Innenstadt warten rund 1.500 leere Kartons darauf, mit Geschenken befüllt zu werden. In der Adventszeit sollen die Weihnachtspakete dann an bedürftige und einsame Menschen verteilt werden.

„Leider kann es sich nicht jeder leisten, sich und seinen Lieben ein schönes Weihnachtsfest zu bereiten“, weiß Caritas-Mitarbeiterin Bärbel Abramsen, die die Aktion betreut. „In unserer Sozialberatung treffen wir immer wieder auf Menschen, denen es richtig schlecht geht und die hart zu kämpfen haben, um über die Runden zu kommen. Vor allem Alleinerziehende mit kleinen Kindern fühlen sich oft im Stich gelassen. Aber auch immer mehr ältere Menschen müssen jeden Euro zweimal umdrehen.“

Wer sich an der Weihnachtspaketaktion beteiligen möchte, kann ab sofort in der Caritas-Geschäftsstelle (Huestraße 15, Bochum-Innenstadt) und im Caritas-Zentrum Wattenscheid (Propst-Hellmich-Promenade 29, Wattenscheid-Mitte) Kartons erhalten. Zu jedem Leerpaket gibt es einen Aufkleber, auf dem der Spender ankreuzen kann, für wen das Päckchen sein soll (Mädchen, Junge, Frau, Mann, Seniorin, Senior oder für eine Familie). Außerdem liegt eine Liste mit Geschenkideen bei.



Bärbel Abramsen.

fobo-Bild: Caritas

FÜR IHRE BEDÜRFNISSE. NACH IHREN WÜNSCHEN.



**Angebot für Menschen mit
Behinderungsgrad ab 50 %,
Nachlass auch auf Fahrhilfen ab Werk.¹**

Besonders für Sie. Der Golf* mit Fahrhilfen für Menschen mit Handicap.

Ihrem Wunsch nach Mobilität sollte nicht nur entsprochen werden, man sollte ihn übertreffen. Deshalb gibt es für den Golf neben den individuell auf Ihr Handicap abgestimmten Sondereinbauten optional zahlreiche neue Assistenzsysteme. Zusammen mit dem vergrößerten Innenraum erlebt man so ein ganz neues Raum- und Fahrgefühl. **Weitere Informationen erhalten Sie unter www.volkswagen-mobil.de oder bei uns.**

* Kraftstoffverbrauch des Golf in l/100 km: kombiniert 5,2–3,2, CO₂-Emissionen in g/km: kombiniert 122–85.

¹ Die Volkswagen AG gewährt Menschen mit Behinderung in dem Zeitraum 01.01.2014 - 31.12.2014 beim Kauf von nahezu allen fabrikneuen Fahrzeugen der Marke Volkswagen einen Nachlass von 15 % auf den zum Zeitpunkt der Bestellung gültigen Listenpreis, inklusive Fahrhilfen. Voraussetzung: Grad der Behinderung mind. 50 %, Conterganschädigung oder eine im Führerschein eingetragene erforderliche Fahrhilfe. Abbildung zeigt Sonderausstattungen.



Das Auto.

Ihr Volkswagen Partner

Autohaus Wicke GmbH

Hattinger Straße 875-885, 44879 Bochum
Tel. +49 234 942050, www.vw-wicke.de



Weihnachtliches Flair mit Nervenkitzel

Bochumer Weihnachtsmarkt lockt wieder mit vielen Attraktionen

Wir sind sehr gut aufgestellt und dürfen selbstbewusst behaupten, dass der Bochumer Weihnachtsmarkt zu den schönsten im Revier gehört. Und nicht nur der fliegende Weihnachtsmann ist eines der Alleinstellungsmerkmale“, erklärt Mario Schiefelbein, Geschäftsführer der Bochum Marketing GmbH.

Die Organisatoren schaffen spielend den Spagat zwischen traditionellen Angeboten und den Sprung ins moderne mediale Zeitalter. Der mittelalterliche Markt rund um die Pauluskirche, die Riesenweihnachtsmänner, das historische Holzriesenrad von 1921 auf dem Boulevard, die Kinderbäckerei, Führungen über den Weihnachtsmarkt und das Haus der guten Tat gehören zu den bewährten und beliebten Aktionen des Weihnachtsmarktes.

Parallel dazu sorgt Bochum Marketing für eine digitale Weihnachtszeit und bietet auf dem Dr.-Ruer-Platz erstmals ein kostenloses WLAN-Netz an. Die Nutzung ist ganz einfach: Das mobile Endgerät wird

mit dem offenen WLAN von Bochum Marketing verbunden. „Das wird insbesondere die Gäste aus dem benachbarten Ausland erfreuen“, glaubt BoMa-Pressesprecher Christian Gerlig.

Verkaufsoffener Sonntag am 7.12.

Am 20. November hat der vorweihnachtliche Hüttenzauber in der Innenstadt begonnen. Insgesamt leuchten 33 Markttag lang die Einkaufsstraßen auf dem Weihnachtsmarkt, täglich von 11 bis 22 Uhr. Der Bochumer Einzelhandel lädt am 7. Dezember von 13 bis 18 Uhr zum verkaufsoffenen Sonntag ein. Am Dienstag, 23. Dezember, wird dann der letzte Glühwein in diesem Jahr ausgegeben.

2014 findet der mittlerweile 44. Weihnachtsmarkt in Bochum statt. Seit 1971 wird der Weihnachtsmarkt von städtischer Seite zentral organisiert. Davor gab es keinen klassischen Weihnachtsmarkt wie heutzutage. Die Märkte in den 50er- und 60er-Jahren besaßen mehr Kirmes-

Charakter. Die Bochumer Einkaufsstraßen wurden zur Weihnachtszeit schon immer festlich geschmückt, was Fotos aus dem Stadtarchiv belegen. Nach dem Zweiten Weltkrieg wurde zur Weihnachtszeit vielfach Glockenschmuck aufgehängt und Märchenfiguren an verschiedenen Stellen in der Innenstadt aufgestellt.

20.000 LEDs für die Kortumstraße

Zwischen dem Südring und dem Boulevard gibt es eine neue Weihnachtsbeleuchtung. 16 blaue Kugeln und 32 Lichtschläuche zieren die Einkaufsstraße. Die Kugeln erinnern an übergroße Eiskristalle und haben einen Durchmesser von 80 Zentimetern.

„Die Bochum Marketing GmbH investiert damit auch dieses Jahr wieder einen mittleren fünfstelligen Betrag in neue Optik und Technik. Die alten Motive in der Kortumstraße waren 25 Jahre im Einsatz und wurden noch konventionell mit Glühbirnen betrieben“, unterstreicht Mario Schiefelbein.



Bus-Touristiker parken kostenlos

Busunternehmen können zum diesjährigen Weihnachtsmarkt erstmalig kostenlos auf dem Festplatz an der Castroper Straße parken. Der extra für Bus-Touristiker bereitgestellte Parkplatz wurde stellenweise von der Stadt Bochum hergerichtet.

Insgesamt stehen fast drei Dutzend Busparkplätze zur Verfügung. Unternehmen, die ihren Besuch für die Weihnachtsmarktsaison angekündigt haben, können nicht nur kostenlos parken, sondern werden zudem persönlich begrüßt. Der Ausstieg der Reisenden erfolgt direkt am Bochumer Weihnachtsmarkt, an der Viktoriastraße in unmittelbarer Nähe des Husemannplatzes und am Südring.

Fliegender Weihnachtsmann

Dass der Weihnachtsmann mit seinem Schlitten von Rentieren durch die Lüfte gezogen wird, haben viele Kinder schon gehört. Auf dem Bochumer Weihnachtsmarkt können sie den „Fliegenden Weihnachtsmann“ sogar sehen: Zweimal pro Tag schwebt er auf einer 125 Meter langen Strecke über den Dr.-Ruer-Platz und erzählt unterwegs eine Weihnachtsgeschichte.

Übrigens stammt der wagemutige Weihnachtsmann alias Falko Traber aus

einer berühmten Artistenfamilie und bietet erneut eine besondere Showeinlage an den Wochenenden, die in dieser Form deutschlandweit einzigartig ist: Dann wird er zusätzlich an einem Seil über 84 Meter Luftlinie vom Dach des Sparkassengebäudes heruntergleiten. „Flugzeiten“ des „Fliegenden Weihnachtsmannes“: täglich um 17 und 19 Uhr, zusätzliche Showeinlage am Freitag, Samstag und Sonntag

Nach der Show begrüßt der Weißbärtige von der Sparkassen-Weihnachtsbühne aus die Besucher. Besondere Freude bereiten dem Weihnachtsmann dabei Kinder, die gemeinsam mit ihm ein Gedicht aufsagen oder ein Lied singen. Hinter den Weihnachtsmännern auf der Bühne verstecken sich Frank Hoffmann – unter den Bochumern vor allem als „Clown Zimbo“ bekannt – sowie TV-, Event- und Messe-Moderator Björn Haas.

Märchenwald mit Bühne

Der in sich geschlossene Märchenwald befindet sich inmitten von mehr als 100 Tannenbäumen auf der Seite vom Modehaus Baltz, Ecke Hellweg. Jedes der neun Märchen ist liebevoll in kleinen Holzhütten zur Schau gestellt. Zu jedem Märchen erklingt die passende Geschichte.

Der Märchenwald verfügt in diesem Jahr wieder über eine eigene kleine Bühne. An den Wochenenden gibt es abwechselnd samstags oder sonntags ab 14 Uhr ein Kinderprogramm.

„Haus der guten Tat“

Alljährlich unterstützt der Bochumer Weihnachtsmarkt gemeinnützige Institutionen und bietet ihnen eine Präsentationsplattform an. Wert legt Bochum Marketing dabei auf die Gemeinnützigkeit und das persönliche Engagement von Bochumern bei den Aktionen.

Das „Haus der guten Tat“ befindet sich wieder auf dem Husemannplatz, Hüttennummer 424. Unterstützt werden die Bochumer Kinderheime Overdyck und St. Vinzenz sowie den Kindergarten „Linden“ in Gambia/Westafrika. Begünstigt werden ebenfalls das Evangelische Kinder- und Jugendhaus Wattenscheid und der Caritasverband für Bochum. Im „Haus der guten Tat“ können Weihnachtsmarktbesucher den Wunschzettel eines Kindes aussuchen und selber erfüllen. Die feierliche Übergabe der Geschenke an die Verantwortlichen findet am Dienstag, 16. Dezember 2014, ab 15 Uhr an der Sparkassen-Weihnachtsbühne auf dem Dr.-Ruer-Platz statt.

Das FBZ hilft, wenn Kinder unter psychischen Problemen leiden

Experten stehen bei Angsterkrankungen zur Seite – Strategien entwickeln

Ängste, Traurigkeit, Aggressionen und Kummer gehören zum Leben – auch bei Kindern. Diese Gefühle können aber auch dazu führen, dass Kinder bestimmte Situationen vermeiden. Die Experten des Forschungs- und Behandlungszentrums für psychische Gesundheit (FBZ) helfen den Kindern, ihre Sorgen zu meistern.

Möglichst früh handeln

Etwa jedes fünfte Kind leidet unter psychischen Erkrankungen. Stellt man sich den Blick in ein Klassenzimmer vor, dann ist diese Zahl sehr beeindruckend.

Nur wenige dieser Kinder finden den Weg zu einem Hilfsangebot wie dem des FBZ. Denn noch immer sind psychische Erkrankungen in der Gesellschaft mit Scham, Schuld und Schrecken verbunden. Aber gerade bei Kindern sollten Eltern, Verwandte, Lehrer und Trainer nicht die Augen verschließen. „Je früher man Probleme erkennt und behandelt, desto weniger schwerwiegend werden sie. Oftmals lösen sich die Störungen auch vollständig. Das erspart den Kindern möglicherweise einen lebenslangen Leidensweg“, schildert die Diplom-Psychologin Karen Krause, Ambulanzleiterin des Zentrums für Kinder- und Jugendpsychotherapie (KIJU-ZPT) am FBZ in der Massenbergstraße 9 -13.

Kein Grund für Schuldgefühle

Derzeit leiden rund zehn Prozent aller Jungen und Mädchen im Alter von acht Jahren an Angsterkrankungen. Der Leidensdruck der Kinder ist oftmals hoch und wird von den Erwachsenen häufig



Die Diplom-Pädagogin Wibke Spredemann und die beiden Diplom-Psychologen Karen Krause und Thomas Jensch zeigten Kindern beim diesjährigen Türöffner-Tag an verschiedenen Stationen, wie Gefühle entstehen. fobo-Bild: Molatta

unterschätzt. Kinder, die an Angsterkrankungen leiden, haben ein höheres Risiko, im Erwachsenenalter psychisch krank zu werden.

„Leider stellen wir oft fest, dass bei den Erwachsenen noch immer eine große Hürde vor der Psychotherapie besteht. Viele Eltern fragen sich, was sie falsch gemacht haben und ziehen eher andere Lösungen in Betracht, als an die Ursache des Problems zu gehen. Heute weiß man aber, dass bei psychischen Störungen ganz viele Gründe wie etwa das Temperament des Kindes, die Umwelt, die genetischen Faktoren zusammenwirken. Es gibt also keinen Grund mehr für Schuldgefühle“, erklärt die Diplom-Psychologin.

Verhaltenstherapeutischer Ansatz

Angewendet wird im KIJU-ZPT die evidenzbasierte Verhaltenstherapie, die frei nach dem Motto funktioniert: Was ist das Problemverhalten des Kindes? Durch welches Verhalten kann es gelöst werden?

Wenn bei einem Kind eine Angsterkrankung festgestellt wurde, wird ihm in der Therapie erklärt, wie es seine Angst besiegen kann. Dazu wird ihm veranschaulicht, wie die Angst entsteht und warum es auf bestimmte Dinge mit Furcht reagiert. Gemeinsam mit dem Kind und den Eltern entwickelt der Psychotherapeut schrittweise Strategien gegen die Angst.



Je früher man Probleme erkennt und behandelt, desto weniger schwerwiegend werden sie“, sagt Karen Krause, Ambulanzleiterin des Zentrums für Kinder- und Jugendpsychotherapie.

fobo-Bild: Molatta

Das Kind übt dann in kleinen Mutproben, schwierige Situationen zu meistern. Der Umfang einer solchen Verhaltensthera-

pie entspricht gewöhnlich 16 Sitzungen von 50 Minuten und dauert ein Jahr lang. Therapiert werden neben Ängsten alle weiteren Störungen wie etwa Depressionen, Essstörungen und Zwänge.

Lange Wartezeit auf einen Therapieplatz

Regelmäßig bietet das FBZ eine Sprechstundenwoche an. Kinder, Jugendliche und Eltern sollen die Möglichkeit haben, ohne lange Wartezeiten Informationen über ein Störungsbild sowie die Therapie zu erfahren. „Nicht immer empfehlen wir eine Therapie, manchmal reichen auch andere Maßnahmen aus wie etwa Hausaufgabenhilfe oder ähnliches. Ob eine Krankheit vorliegt, testen wir durch strukturierte Interview-Verfahren. Ab acht Jahren kommen auch die Selbsteinschätzungen der Kinder hinzu“, so Krause.

Wenn sich dann für die Aufnahme einer Therapie entschieden wird, dauert es meist ein halbes Jahr, bis ein Platz frei wird. Hinzu kommen fünf Probesitzungen, in denen der Patient prüfen soll, ob er mit seinem Therapeuten zurecht kommt. Danach prüft ein Gutachter der Krankenkasse anonym, ob die Therapie nötig ist. Für dieses Verfahren vergehen meist nochmals drei Monate.

Die Psychotherapie unterscheidet sich grundlegend vom gewöhnlichen Arztbesuch, weil von der Diagnose bis zur

Therapie sehr viel Zeit ins Land zieht: Wenn das Kind leidet, sollte man in jedem Fall zügig handeln.

Harald Gerhäußer

➤ Hintergrund

- Das FBZ, Massenbergstraße 9-13, bietet vom 24. bis 28. November die nächste Sprechstundenwoche an. Im Rahmen einer Sprechstunde können sich Kinder und Jugendliche sowie ihre Eltern vor Ort beraten lassen. Anmeldung für einen Termin unter Tel. 3 22 81 78.
- Für die Kidsstudien „Kinder helfen Forschern“ zum Beispiel zum Thema Ängste bedarf es zeitgleich immer auch Kinder im Alter von null bis 18 Jahren ohne solche Probleme. Wer Interesse hat, die Forschung zu unterstützen, kann sich über kidsstudien@rub.de oder Tel. 3 22 11 48 informieren.
- Unter dem Titel „Mutig werden mit Till Tiger“ bietet das FBZ auch ein Gruppenprogramm für sozial unsichere, ängstliche und schüchterne Kinder von sechs bis zwölf Jahren an. Ziel der Gruppe ist es, das Selbstbewusstsein zu stärken. Weitere Informationen: www.kiju-zpt.rub.de.

INKLUSIVE GERÄTE-PAKET VON: **Miele** IMMER BESSER



SIEMATIC S2 IN SIMILAQUE, MIT SILESTONE UND MIELE-GERÄTEN. GEBURTSTAGSPREIS: **13.900€**

SieMatic

5 Jahre Küchen Rochol

WIR FEIERN GEBURTSTAG UND SAGEN DANKE!

Jeder Mensch ist anders, jede SieMatic auch – erleben Sie in unserer neuen Ausstellung die Stilvielfalt der Marke SieMatic und die beinahe unendlichen Variationsmöglichkeiten. Besuchen Sie uns am Castroper Hellweg 49 in Bochum.

Wir freuen uns auf Sie mit besonderen Geburtstagsangeboten und Ausstellungsküchen, die wir wegen der Messeneuheiten 2015 zu einmalig günstigen Konditionen anbieten. Exklusiv bei uns: SieMatic S2 in SimiLaque matt oder hochglänzend (wie abgebildet) inkl. Silestone Arbeitsplatte, Edelstahl-Spüle und SieMatic Armatur. Miele Elektrogeräte-Paket mit Induktionskochfeld, Geschirrspüler, Dunstesse, Kühlschrank und Backofen. Geburtstagspreis: **13.900€ inkl. Lieferung & Montage durch hauseigene Monteure**. Die abgebildete Zusammenstellung ist beliebig änder- und erweiterbar. Dieses Angebot ist befristet bis zum 31. Juli 2014.

Küchen Rochol

Küchen Rochol GmbH / Castroper Hellweg 49 / 44805 Bochum / Telefon 0234.777 44 30 www.kuechen-rochol.de/ Montag - Freitag: 10 - 19 Uhr / Samstag: 10 - 16 Uhr



Augusta: Schwestern entbinden fast gleichzeitig

Gleiches Krankenhaus, gleiches Zimmer, fast der gleiche Geburtstermin – und beide Babys sind Jungen: Die Schwestern Marija Ivanova (rechts) und Todorka Neuhaus wurden am 18. und 21. Oktober in der Augusta Geburtsklinik von ihrem jeweils ersten Kind entbunden und freuen sich nun, dass ihre Söhne Nicolai (links) und Marlon gemeinsam aufwachsen werden. Das ist nämlich überhaupt kein Problem, weil die Schwestern in der Stadtmitte in benachbarten Häusern leben. Beim Fototermin zeigten sich die Cousins als ruhige und freundliche Kinder, was (wie alle Eltern wissen) sicher nicht immer so sein wird. Nicolai brachte 3300 Gramm auf die Waage, Marlon sogar 4330. Die Familie stammt aus Bulgarien, lebt aber schon seit zehn Jahren in unserer Stadt.

Foto: eb-en

Ab 1. Dezember: Ganz im Zeichen der Gesundheit

„Medicoach“ eröffnet in Langendreer/Werne, an der Industriestraße 40. Die Gesundheit stärken, das eigene Wohlbefinden verbessern – das steht im Mittelpunkt bei „Medicoach“, dem neuen Gesundheitsstudio-Konzept, welches das Bochumer Unternehmen „Family Fitness“ ab 1. Dezember neu an



der Industriestraße 40 in Langendreer präsentiert. „Derzeit laufen noch die umfangreichen Umbauarbeiten“, verraten die Geschäftsführer Axel Seide und Angela Parpart. „Medicoach“ will die Generation 40+ ansprechen, die in angenehmer Atmosphäre und unter fachkundiger Anleitung aktiv etwas

für die Gesundheit tun will. Angeboten werden gelenkschonendes Gerätetraining zum Muskelaufbau, ein Cardioreich zur Verbesserung der Ausdauer, aber auch Power Plate sowie zahlreiche Kurse und Rehasport.

**Infos telefonisch:
MEDICOACH
0234 / 92729200**



Wir sagen danke.



Positive Entwicklung: Weniger Schlaganfälle in Bochum

In Bochum ist die Zahl der durch Schlaganfall bedingten Todesfälle in 2013 leicht gesunken. Starben laut aktuellsten Zahlen des Amtes für Statistik im Jahr 2012 noch 172 Menschen an einem Schlaganfall, so waren es 2013 nur 169. „Der positive Trend der vergangenen zehn Jahre setzt sich in Bochum jedoch fort“, so Petra Klimmek, Regionalgeschäftsführerin der IKK classic. „Seit dem Jahr 2004 ist die Zahl der Todesfälle (194) um 12,9 Prozent zurückgegangen.“

In erster Linie betrifft die Erkrankung ältere Menschen. „Mehr als 86 Prozent der Betroffenen waren zum Zeitpunkt des Schlaganfalls 70 Jahre alt oder älter“, so Petra Klimmek. Ausgelöst wird ein Schlaganfall, wenn Blutgefäße verstopft sind oder platzen. Es entsteht ein plötzlicher Sauerstoffmangel, der die Hirnfunktion und damit die Steuerung des Körpers stark beeinträchtigt.

Je schneller geholfen wird, desto größer ist die Überlebenschance

Symptome eines Schlaganfalls sind Sprach- und Sprechstörungen, Sehstörungen mit plötzlicher Erblindung eines Auges, herabhängender Mundwinkel, halbseitige Lähmungserscheinungen und/oder Taubheitsgefühle einer Körperseite. „Bei einem Schlaganfall ist es besonders wichtig, so schnell wie möglich Hilfe zu holen. Je schneller der Patient behandelt wird, desto größer ist die Chance, dass er den Schlaganfall überlebt“, so Petra Klimmek.

Warum die Zahl der durch Schlaganfall verursachten Todesfälle seit Jahren sinkt, ist nicht eindeutig klar. Gründe hierfür sind sicherlich die bessere Information der Bevölkerung und die sogenannten „Stroke Units“, die seit Mitte der 1990er Jahre in den Krankenhäusern von NRW aufgebaut wurden. In diesen Schlaganfall-Spezialstationen arbeiten interdisziplinäre Behandlungsteams, die über eine entsprechende diagnostische Infrastruktur und viel Erfahrung verfügen und so die unverzügliche Akutbehandlung eines Schlaganfalls gewährleisten. In Bochum hat beispielsweise das St. Josef-Hospital eine solche Einheit.



Die Projektgruppe aus dem Studienbereich Physiotherapie (von links nach rechts): Melanie Joswig, Jana Vogelsang, Tobias Braun, Christin Surmund, Prof. Dr. Christian Grüneberg, Anna-Lena Schattner, Josua Lesemann, Alina Rieckmann. fobo-Bild: hsg

Online-Umfrage für Physiotherapeuten

hsg-Projekt soll bedarfsorientiertes Schulungskonzept entwickeln

Eine Projektgruppe aus dem Studienbereich Physiotherapie der Hochschule für Gesundheit (hsg) hat am 13. November 2014 ein Projekt gestartet, in dem ein anwendungsorientiertes Schulungskonzept entwickelt wird.

Darin soll erhoben werden, wie Messinstrumente in der physiotherapeutischen Behandlung eingesetzt werden. Außerdem soll der Schulungsbedarf zu diesem Thema ausgelotet werden. Dafür werden deutschlandweit alle Physiotherapeutinnen und Physiotherapeuten aufgerufen, an einer Online-Umfrage teilzunehmen.

Standardisierte Messverfahren

Assessments, auch Messinstrumente genannt, sind Verfahren, die Merkmale und Eigenschaf-

ten auf systematische Weise erfassen und auf einer definierten Skala festhalten. Sie werden zur Diagnostik, Ergebnismessung und Prognosestellung eingesetzt.

„Die Verwendung von standardisierten Messverfahren kann die Qualität der physiotherapeutischen Versorgung verbessern sowie die interprofessionelle Zusammenarbeit und die Kommunikation mit Patienten erleichtern“, erklären die Studenten Alina Rieckmann und Josua Lesemann den Grundgedanken des Projektes.

Fragebogen modifiziert

Bereits im letzten Jahr erfolgte im Rahmen einer Vorstudie eine erste regionale Erhebung unter den Kooperationspartnern des Studiengangs Physiotherapie der hsg.

Im Zusammenhang mit dem Forschungsprojekt modifizierte die Arbeitsgruppe der Physiotherapeuten und Studierenden des siebten Semesters den Fragebogen und erarbeitete mögliche Publikationszugänge. Die Projektleitung liegt bei Prof. Dr. Christian Grüneberg, Dekan des Departments für angewandte Gesundheitswissenschaften der hsg und Leiter des Studiengangs Physiotherapie, sowie dem wissenschaftlichen Mitarbeiter Tobias Braun.

„Wir möchten mit dem Projekt möglichst viele Physiotherapeutinnen und Physiotherapeuten deutschlandweit erreichen. Der Wunsch nach bedarfsorientierten Assessments, zum Beispiel zum prognostischen Verlauf oder zur Ergebniskontrolle, ist groß. Insgesamt müssen wir Physiotherapeutinnen und Physiotherapeu-

ten unser Handeln gegenüber Kostenträgern, Patientinnen und Patienten sowie anderen Berufsgruppen noch sichtbarer machen. Die Ergebnisse der Befragung sollen Aufschluss darüber geben, wie welche Assessments verwendet werden und welche Anforderungen in einem Schulungskonzept zur Verwendung von Assessments berücksichtigt werden sollten“, beschreibt Prof. Dr. Christian Grüneberg das Projekt.

Anonyme Auswertung

Die Umfrage ist unter www.physio-assessment.de freigeschaltet und bis zum Sonntag, 11. Januar 2015, abrufbar. Der Fragebogen wird anonym ausgewertet und dient ausschließlich wissenschaftlichen Zwecken. Regionale Unterschiede sollen bei der Analyse eine Rolle spielen.



Kai Krischnak, Lisanne Bühmann, Jutta Kreutz, Marc Finken und Anna Lena Maass bei der Übergabe des Spendenschecks im Atrium der Stadtwerke. fobo-Bild: STWBO

Stadtwerke-Azubis sammeln für Donezk-Hilfe

Erlös aus dem Trödelmarkt gespendet

Exakt 1084 Euro sind durch den Imbissverkauf der Auszubildenden und die Standgebühren der teilnehmenden Mitarbeiter beim vergangenen Stadtwerke-Trödelmarkt zusammengekommen.

Die Jugend- und Auszubildendenvertreter Lisanne Bühmann und Marc Finken übergaben stellvertretend im Stadtwerke-Atrium den großen Scheck an Jutta Kreutz von der Initiative „Gesellschaft Bochum-Donezk e.V.“

Kai Krischnak, Leiter der Stadtwerke-Unternehmenskommunikation, und Anna Lena Maass, die den Trödelmarkt organisiert hatte, begleiteten die Spendenübergabe. Das Geld soll z.B. für Medikamente und den Wiederaufbau der Krankenstation für leukämiekranken Kinder eingesetzt werden, wenn die Gesellschaft Bochum-Donezk sicher ist, dass es zweckgebunden dort ankommt.

Aufgrund der aktuellen politischen Lage in Bochums Partnerstadt können die Mitglieder der Donezk-Hilfe ihre Transporte nicht in Richtung Ukraine schicken. Die Sammelstelle ist aktuell geschlossen, weil das Lager voll ist.

„Unsere einzige Möglichkeit, unseren Freunden und den Bedürftigen und Kranken in Donezk zu helfen, besteht zurzeit darin, mit unseren Projekten weiterzumachen. Deshalb werden wir wie in jedem Jahr am 6. und 7. Dezember unsere Tombola auf dem Bochumer Weihnachtsmarkt durchführen. Dafür benötigen wir aber noch schöne Gewinne und vor allem weihnachtliches Dekomaterial, Krippenfiguren und selbstgebackene Plätzchen“, so Jutta Kreutz.

Wer Dinge dieser Art abzugeben hat und/oder beim Verpacken helfen möchte, kann sich bei Monika Grawe melden, Tel. 0234- 580880.

Auszeichnung für Exoskelett-Forschung am Bergmannsheil

Dr. Mirko Aach und Oliver Cruciger erhalten für ihre Forschungsarbeit zum neurorobotalen Bewegungstraining den mit 10.000 Euro dotierten Herbert-Lauterbach-Preis 2014 des Klinikverbundes der gesetzlichen Unfallversicherung. Die beiden Chirurgen des Berufsgenossenschaftlichen Universitätsklinikums Bergmannsheil in Bochum konnten durch eine interdisziplinäre Pilotstudie nachweisen, dass so genannte Exoskelettsysteme bei der Rehabilitation von Querschnittgelähmten helfen.

Prof. Dr. Thomas Schildhauer, Ärztlicher Direktor und Direktor der Chirurgischen Klinik im Bergmannsheil in Bochum: „Die Studienergebnisse sind eindeutig: Regelmäßiges Training mit HAL-Exoskelettsystemen steigert die Mobilität, intensiviert den Muskelaufbau und fördert das Nervensystem rückenmarkverletzter Patienten.“ Das in Japan entwickelte Exoskelettsystem HAL (Abkürzung für Hybrid Assistive Limb) ist ein leichter Roboteranzug, der den Körper stabilisiert und durch Nervenimpulse des Patienten gesteuert wird. Nachdem HAL in Bochum europaweit erstmals systematisch erprobt wurde, testen mittlerweile auch die BG-Kliniken in Berlin, Frankfurt und Halle den Roboteranzug in ihren Rehazentren.

Innovative Technologien kommen zum Einsatz

„Die BG-Kliniken sind ein Innovationstreiber für die Rehabilitation von Schwerverletzten in Deutschland“, so Reinhard Nieper, Geschäftsführer des Klinikverbundes der gesetzlichen Unfallversicherung. „Bei uns kommt schon heute Technologie zum Einsatz, die für viele andere noch nach Zukunftsmusik klingt.“ Mit dem Herbert-Lauterbach-Preis würdigen die BG-Kliniken jedes Jahr herausragende wissenschaftliche Leistung in der Akut- und Rehamedizin. Im Fokus stehen dabei Themen, die für die medizinische Versorgung von Versicherten der Berufsgenossenschaften und Unfallkassen wichtig sind, wie etwa schwere Verletzungen bei Arbeitsunfällen oder Berufskrankheiten.



fobo-Bild: eb-en

Gretas Mapapu ist ein Bochumer Junge

Palliativnetz Bochum hilft Kindern nach Todesfall bei Trauerarbeit

Greta war gerade im Urlaub. Eine heitere, unbeschwerter Zeit sollte es werden. Stattdessen schlug nach wenigen Tagen eine schlimme Nachricht wie eine Bombe in ihrem jungen Leben ein: Der Vater der Elfjährigen war überraschend an den Folgen einer Operation gestorben.

Ihr Kummer war riesengroß, und tiefe Trauer lähmte nicht nur das Kind, sondern auch die Mutter, die Großeltern und große Teile des Freundeskreises. „Ich war zeitweise völlig überfordert“, gesteht Mutter Leonie, „und war froh, dass eine speziell geschulte Trauertherapeutin des Palliativnetz Bochum e.V. meine Tochter und mich an die Hand genommen hat.“

„Wie bringe ich es ihr schonend bei“

Leonie arbeitet in leitender Funktion in einem Pflegedienst, gehört also zu den Profis im Umgang mit Krankheit und Tod. „Ich helfe den Menschen und spreche auch oft schwierige Themen an“, sagt sie. „Aber jetzt ging es um mich persönlich und ich war regelrecht gelähmt.“ Kurz vor dem Tod ihres Mannes hatte sie noch an seinem Bett gestanden und mit ihm gesprochen. Nun war der allererste Gedanke: „Wie sage ich das bloß meiner Tochter? Wie bringe ich es ihr so schonend wie möglich bei?“

Dass Kinder mit dem Tod anders umge-

hen als Erwachsene, lernt Leonie von der Trauertherapeutin. „Manche von Gretas Reaktionen waren mir völlig unverständlich, und ich war froh, dass mir jemand erklärte, was da gerade mit meiner Tochter geschieht, und uns bei der Trauerarbeit half.“ Und nicht nur das. „In dieser Situation benötigt man einen Menschen, der einfach da ist“, sagt Leonie, „der Möglichkeiten aufzeigt oder auch einfach Dinge

erledigt, die man in seiner tiefen Trauer selbst nicht schaffen kann.“

Greta war z.B. angetan von dem Therapeuten-Vorschlag, ihrem Vater einen letzten Brief zu schreiben und den Sarg zu bemalen. „Ich selbst fand das höchst befremdlich“, erinnert sich Mutter Leonie, „aber es gibt Bilder meiner malenden Tochter, die – es ist kaum zu glauben – ein konzentriertes und zufriedenes Kind zeigen.“ Greta wurde in das Geschehen einbezogen, erklärt die Therapeutin des Palliativnetzes. „Sie durfte mitentscheiden und war auf diese Weise ein wichtiger Teil des Trauer-Teams.“

In die Trauerarbeit einbeziehen

Für ihre ganz persönliche Trauerarbeit hat Greta jetzt immer und überall den Mapapu dabei, eine Mama-Papa-Puppe, die ganz individuell nur für sie aus einem T-Shirt ihres Vaters gefertigt wurde. Papa war Anhänger des VfL Bochum, und auch Greta liebt und spielt selbst Fußball. Deshalb ist der Mapapu blau-weiß – und trägt des VfL-Logo auf seiner Brust. Gretas Freundinnen kennen und lieben alle diesen hübschen Kerl, den es nur ein einziges Mal gibt. Und es ist dann immer ein bisschen so, als würde Greta als Trost einen Teil ihres Vaters bei sich tragen.

eb-en

➤ Palliativnetz Bochum e.V.

Das Palliativnetz Bochum e.V. hat sich vorgenommen, die Betreuung von Kindern, deren Eltern im Sterben liegen oder gerade gestorben sind, menschlicher zu gestalten und ihnen und ihren Angehörigen zu helfen, mit ihrem großen Verlust fertig zu werden. Ziel ist es, ein ganzes Team von liebevollen, professionellen Helfern zusammenzustellen, das sich sozial, psychologisch und seelsorgerisch um die Belange der trauernden Kinder kümmert. Der Einsatz einer professionellen Trauertherapeutin, die Anfertigung des MaPaPu – all das wird durch Spenden der Bochumer Bevölkerung finanziert.

➤ Konto Palliativnetz Bochum e.V.

Nationalbank Bochum
IBAN DE71360200300006426662
BIC NBAGDE33XXX



Birgit Schyball, Vorsitzende des Kinderhospizdienstes Ruhrgebiet e.V. freut sich über die Spende der Sparkassen-Mitarbeiter, überreicht von Personalratschef Frank Kenkmann. Foto: Sparkasse Bochum

fobo-Bild: SpK Bochum

Kinderhospiz freut sich über Spende von 1200 Euro

Spende der Sparkassen-Mitarbeiter

Zwei Familien mit einem lebensbedrohlich erkrankten Kind verlebten dank einer Spende vieler Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter der Sparkasse Bochum einen Urlaub auf Norderney.

Auf dem Sparkassen-Sommerfest auf dem Gelände der Fiege-Brauerei hatte der Personalrat um Spenden für den Kinderhospizdienst Ruhrgebiet gebeten. Dabei kamen 1202,62 Euro zusammen, die Personalratschef Frank Kenkmann jetzt der Vorsitzenden Birgit Schyball überreichte. Bereits seit zwei Jahren ist die regelmäßige Unterstützung des Hospizdienstes eine Herzensangelegenheit für den Sparkassen-Personalrat.

Im Jahr 2000 wurde der erste ambulante Kinderhospizdienst für Familien im Ruhrgebiet in Witten gegründet. In

seinem Zuständigkeitsbereich im Umkreis von 30 bis 40 Kilometern leben rund 400 erkrankte Kinder. Drei Viertel dieser Kinder leiden an einer seltenen, genetisch bedingten Stoffwechselerkrankung. Ein Drittel ist an Krebs erkrankt.

Großes Team an Helfern für den Alltag

Etwa 40 geschulte Ehrenamtliche stehen den Familien zur Seite, entlasten die Eltern, kümmern sich um die Kranken und die Geschwisterkinder. Neben der Unterstützung im Alltag versuchen sie immer wieder auf sehr kreative Weise, glückliche Momente zu schenken und individuelle Wünsche zu erfüllen.

„Mal ist es ein gemeinsamer Urlaub, ein schönes Fest, ein Ausflug, ein Besuch im Fußballstadion, was den Familien, dem

einzelnen Kind und letztlich auch uns große Freude bereitet“, erzählt Birgit Schyball: „Denn es gibt nichts Schöneres als ein Kind lächeln zu sehen!“

- ▶ Kontakt und Info:
- ▶ Kinderhospizdienst Ruhrgebiet
Am Herbeder Sportplatz 17
58456 Witten
Tel: 02302-27 77 19
Fax: 02302-27 77 21
- ▶ Bankverbindungen:
Volksbank Sprockhövel
BLZ 452 615 47
Konto 19 19 19 19
IBAN:
DE83452615470019191919
BIC: GENODEM1SPO
- ▶ National-Bank
BLZ 360 200 30
Konto 85 300 33
IBAN:
DE32360200300008530033
BIC: NBAGDE3E

Forscherin des Bergmannsheils ausgezeichnet

Für ihre Arbeit an innovativen, keimtötenden Titanoberflächen ist Dr. Christina Sengstock, Mitarbeiterin der Chirurgischen Forschung am Bergmannsheil (Leitung: Prof. Dr. Manfred Köller) mit dem Förderpreis der Sophia & Fritz Heinemann-Stiftung ausgezeichnet worden.

Diese mit 15.000 Euro dotierte Auszeichnung wird für herausragende Arbeiten von jungen Nachwuchswissenschaftlern vergeben.



Ziel der Arbeit von Dr. Christina Sengstock ist es, neue Ansätze zur Entwicklung antibakteriell

wirkender Materialien zu finden. Solche Materialien spielen bei medizinischen Implantaten eine große Rolle. Die Forscher im Bergmannsheil arbeiten dabei eng mit Materialwissenschaftlern der Ruhr-Uni zusammen (Prof. Dr. Alfred Ludwig, Institut für Werkstoffe). Jetzt ist es erstmalig gelungen, eine antimikrobiell-wirkende Nanostruktur aus dem Implantatmetall Titan nachzubilden. Solche Nanostrukturen finden sich auch in der Natur: auf Oberflächen von Zikadenflügeln. Das antimikrobielle Prinzip beruht hier auf winzigsten, mit dem Auge nicht sichtbaren Nanosäulen. Diese Nanosäulen sind in der Lage, Zellwände von anheftenden Bakterien mechanisch zu zerstören. In Versuchsreihen bestätigte sich die Vermutung der Forscher, dass die Oberfläche des Implantat-Metalls den gewünschten, keimtötenden Effekt wie das natürliche Vorbild der Zikadenflügel hervorruft.

Städter sehen häufiger weg als Dorfbewohner

Studie der SRH Hochschule Heidelberg zu prosozialem Verhalten

Studierende der SRH Hochschule Heidelberg untersuchten die „Auswirkungen der Bevölkerungsdichte auf prosoziales Verhalten gegenüber Kindern“. Die Feldstudie zur Zivilcourage fördert alarmierende Ergebnisse zutage.

Ein Mädchen sitzt weinend am Straßenrand, eine Schürfwunde am Knie, ganz allein. Die Passanten müssen sich entscheiden: helfend beispringen oder einfach weiterlaufen? Eine alarmierend hohe Zahl der Testpersonen wird die zweite Option wählen. Zu diesem Ergebnis kamen die Studierenden an der Fakultät für Angewandte Psychologie der SRH Hochschule Heidelberg, die diese vertraute Situation zum Anlass einer Feldstudie genommen haben.

In drei unterschiedlich großen Orten untersuchten sie die „Auswirkungen der Bevölkerungsdichte auf prosoziales Verhalten gegenüber Kindern“

– ob also prosoziales Verhalten mit der Bevölkerungsdichte korreliert. „Prosozial“ nennt die Sozialpsychologie ein beobachtbares Verhalten, das für die Mitmenschen unternommen wird oder sich an deren Wohlergehen orientiert.

460 Passanten getestet

460 Passanten wurden getestet, die Ergebnisse zeigen ein deprimierendes Bild: Je größer die Stadt, desto weniger sahen sich die Fußgänger veranlasst, dem Kind beizustehen. Im konkreten Fall halfen in Karlsruhe (ca. 300.000 Einwohner) nur 7% aller Passanten dem augenscheinlich notleidenden Mädchen, wohingegen in einem Dorf (ca. 6.000 Einwohner) zumindest 30% aller Vorbeigehenden Hilfe leisteten.

„Mich hat vor allem ergriffen, dass in der Stadt sogar Mütter mit ihren Kindern an dem Mädchen vorbeigelaufen

sind, obwohl sie sicherlich wollen würden, dass ihrem Kind in einer vergleichbaren Situation auch geholfen wird“, so Silke Adomeit, Studentin an der SRH Hochschule Heidelberg und Mitverantwortliche der Feldstudie.

Prof. Dr. Frank Musolesi, Dekan der Fakultät für Angewandte Psychologie an der SRH Hochschule Heidelberg, diskutiert die Ergebnisse der Studie mit seinen Studierenden anhand unterschiedlicher Theorien: „Zum einen könnte die so genannte ‚pluralistische Ignoranz‘ für das doch sehr ernüchternde Ergebnis verantwortlich sein. Das bedeutet, ein Zuschauer stuft die Situation aufgrund der Untätigkeit anderer Zeugen als unbedenklich ein. Andererseits besteht aber auch eine gewisse Furcht, sich in der Öffentlichkeit zu blamieren sowie die Gefahr einer auftretenden Reizüberflutung



Je größer die Stadt, desto weniger Passanten bleiben bei dem verletzten Mädchen stehen. fobo-Bild: SRH Hochschule Heidelberg

in Großstädten, die einem gewissermaßen Scheuklappen anlegt.“ J. von Greiffenstern

➤ Weitere Informationen: <http://www.hochschule-heidelberg.de/de/fakultaet-fuer-angewandte-psychologie>

Zweite Meinung, wenn Amputation droht

St. Josef-Hospital bietet neue Sprechstunde für Diabetes-Patienten

Viele Diabetes-Patienten nehmen langwierige und schwierige Therapien in Kauf. In ungünstigen Fällen müssen sogar Amputationen erwogen werden. Wann dies ratsam ist und ob es Alternativen gibt, kann nicht jeder Patient überblicken. Das St. Josef-Hospital in Bochum leistet Abhilfe: In der Abteilung für Diabetologie können Patienten ab sofort eine qualifizierte ärztliche Zweitmeinung über Diagnosen und Therapien einholen.

Bundesweit werden jährlich mehr als 60.000 Gliedmaßen amputiert. Zwei Drittel davon betreffen Diabetes-Patienten. Hauptursache sind Wunden an Füßen und Beinen, das sog. „Diabetische Fußsyndrom“.

Es entsteht durch irreparable Nervenschäden als Folge eines langjährigen Diabetes mellitus. Die Schäden führen dazu, dass Patienten Druckstellen, Blasen und kleine Wunden an Beinen und Füßen nicht spüren. Wenn gleichzeitig die Durchblutung gestört ist, heilen betroffene Stellen nicht mehr. Sie entwickeln sich zu chronischen Wunden und im weiteren zu abgestorbenem Gewebe. Irgendwann kann dann eine Amputation notwendig werden.

Dieser Schritt ist jedoch nicht immer zwingend erforderlich, betont der Abteilungsleiter für Diabetologie im St. Josef-Hospital, Prof. Juris Meier: „Viele Amputationen können wir abwenden, wenn Patienten

rechtzeitig alternative Behandlungen prüfen. Es gibt heute zahlreiche Möglichkeiten, um die Gefäßversorgung der Beine wieder zu verbessern. Sogar bei schweren Wundinfektionen können wir ein krankes Bein retten. Oft lohnt sich eine konservative Behandlung, z.B. mit Antibiotika oder speziellen Wundverbänden.“

Studien belegen, dass in qualifizierten medizinischen Zentren zur Behandlung des Diabetischen Fußsyndroms die Zahl der Amputationen gesunken ist. Aus diesem Grunde hat das St. Josef-Hospital mit seinem zertifizierten Diabetes-Zentrum eine spezielle Sprechstunde eingerichtet. Dort können Patienten, denen eine Amputati-

on von Beinen oder Füßen ange-raten wurde, eine unabhängige Zweitmeinung einholen.

In einem interdisziplinären Team prüfen erfahrene Ärzte der Gefäßchirurgie (Prof. Achim Mumme), Radiologie (Prof. Odo Köster) und Diabetologie (Prof. Juris Meier) alternative Behandlungsmethoden. „Natürlich können wir nicht alle Amputationen verhindern“, betont Prof. Mumme. „Ich bin aber sicher, dass wir viele von ihnen zumindest zeitlich verschieben und immer wieder auch ganz vermeiden können.“

Interessierte können einen Termin für eine Zweitmeinung auch kurzfristig unter 0234 / 509-3271 (Mo.-Fr., 8 - 13 Uhr) vereinbaren. Jürgen Frech

Was tun im Trauerfall?

Der Bestatter des Vertrauens steht den Hinterbliebenen zur Seite



Der Schmerz über den Verlust eines geliebten Menschen ist nicht in Worte zu fassen.

Foto: Ralf Rudzynski

Der Schmerz sitzt unbeschreiblich tief, wenn ein geliebter Mensch stirbt. In den meisten Fällen kommt der Tod unerwartet und plötzlich. Umso härter trifft es die Hinterbliebenen.

So bitter und traurig diese Stunden auch sind, erfordern sie trotzdem ein hohes Maß an Fassung und Konzentration. Es gelten in Deutschland gewisse Bestimmungen, die im Todesfall einzuhalten sind. Wer jetzt – auf sich alleine gestellt – richtig handeln will, der darf bestimmte Formalitäten nicht außer Acht lassen.

Totenschein

Sofern der Tod zu Hause eingetreten ist, muss zunächst ein Arzt benachrichtigt werden, der den Totenschein ausstellt. Diese Formalität entfällt freilich, wenn es sich um einen Unfalltod handelt oder der Angehörige in einem Krankenhaus oder einem Altenheim verstorben ist.

Anschließend muss die Sterbeurkunde beantragt werden. Dazu muss man das zuständige Standesamt aufsuchen, bei dem man die Geburtsurkunde und den Personalausweis des Verstorbenen vorlegen muss. War der Tote verheiratet, benötigt das Standesamt außerdem die Heiratsurkunde.

Ist nun auch die Sterbeurkunde ausgestellt, sollte man umgehend gleich mehrere Kopien machen lassen. Schließlich gibt es meistens noch andere Vorgänge, die es zu erledigen gilt. So benötigt man einen „Durchschlag“ der Sterbeurkunde zum Beispiel für die Vorlage beim Lebensversicherer.

96 Stunden

Totenschein und Sterbeurkunde sind zwingend erforderlich, um die Bestattung in die Wege zu leiten. Sie erfolgt hierzulande im Regelfall innerhalb von 96 Stunden nach dem Tod. Insofern also ist für die Ausstellung der benötigten Urkunden höchste Eile geboten. Sollte der Verstorbene die Art der von ihm gewünschten Bestattung nicht zu Lebzeiten bestimmt haben, müssen

die Hinterbliebenen auch in dieser Frage eine Entscheidung treffen.

In schweren Stunden

Bei all diesen Punkten ist es gewiss nicht einfach, den Überblick zu behalten. Zumal man gerade in diesen schweren Stunden auch Ruhe benötigt, um das Geschehene überhaupt erst einmal zu verarbeiten. Auf Wunsch steht den Hinterbliebenen ein Bestatter des Vertrauens zur Seite.

Er kann die anstehenden Formalitäten erledigen und sich ferner um die komplette Organisation der Beisetzung kümmern. Er behält die Übersicht und entlastet die Angehörigen und Freunde.

Mit seiner einfühlsamen Art ist der Bestatter des Vertrauens zudem eine Hilfe in weiteren Dingen wie Kündigungen von Verträgen, Bankverbindungen oder Mitgliedschaften. Er hat ein offenes Ohr für die Hinterbliebenen und gibt diesen dadurch den Raum zu trauern. **rud.**

Denken Sie über eine Patientenverfügung nach?

Diese enthält verbindliche Informationen über die Einleitung oder Unterlassung einer medizinischen (Weiter-)Behandlung, für den Fall, dass Sie Ihre Entscheidung nicht mehr selbst äußern können.

Gern senden wir Ihnen kostenlos einen Vordruck zu. Rufen Sie uns einfach an.

Telefon 0234-9580004

Fordern Sie auch unsere kostenlose Hausbroschüre an.

Bestattungen Lichtblick
Grüner Weg 44a
44791 Bochum
www.bestattungen-lichtblick.de



Bestattungen Lichtblick

PREISBEWUSST & WÜRDEVOLL



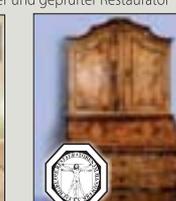
Auch der letzte Weg verdient Würde und Beachtung.

Geburt Leben Sterben

Wir beraten Sie gern im Trauerfall!

Herner Straße 372
44807 Bochum
Tel.: 0234-53566
mail@agethen-bestattungen.de
www.agethen-bestattungen.de

www.Reininghaus-Seifert.de
Inh.: Siegfried Seifert · Tischlermeister, geprüfter Bestatter und geprüfter Restaurator

 <p>TISCHLEREI • Möbel nach Maß • Treppen • Innenausbau • Neue CNC-Technik</p>	 <p>BESTATTUNGEN • Erster und einziger Bestatter in Bochum-Stiepel mit: - Eigener Trauerhalle - Eigenen Verabschiedungsräumen</p>	 <p>RESTAURATIONEN • Aufarbeitung • Instandsetzung • Mit alten Werkstoffen und Farben</p>
---	---	---

Kemnader Straße 86 · 44797 Bochum
Tel.: 0234 - 47 10 97 · Fax: 0234 - 462325
info@reininghaus-seifert.de · www.reininghaus-seifert.de

Elektroschockgerät sitzt unterm Oberarm

St. Josef-Hospital setzt innovatives und schonendes Verfahren ein

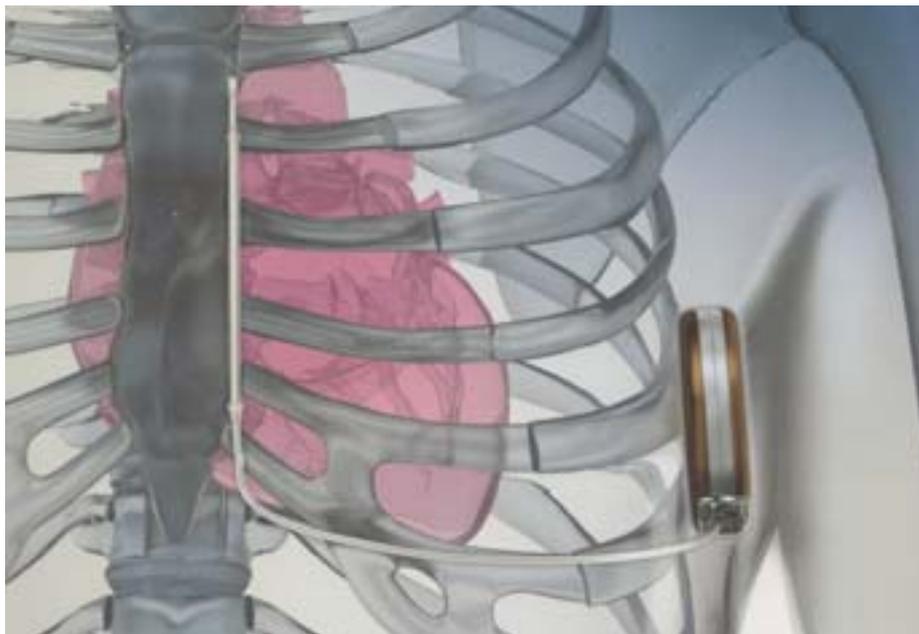
Die Universitätsherzkllinik im St. Josef-Hospital setzt erstmals ein neues, schonendes Elektroschockgerät (Interner Cardio-Defibrillator, kurz ICD) ein. Dabei liegen das Gerät und die kleine Sonde direkt unter der Haut. Diese wird durch so genanntes „Tunneln“ im Hautfett fixiert. Vorteil für den Patienten: Kein Anteil liegt mehr im Brustraum, ein größerer Eingriff wird vermieden. Darüber hinaus sind mechanischer Stress auf die Sonde und Keiminfektionen ausgeschlossen.

Der erste so versorgte Patient ist ein 44-jähriger Bochumer. Bei einem Fußballspiel wurde er plötzlich bewusstlos, Herzstillstand! Ein anwesender Arzt führte eine Herzmassage durch. Der Rettungsdienst stellte Kammerflimmern fest. Elektroschocks (Defibrillation) ließen das Herz wieder schlagen. Der Patient erholte sich im St. Josef-Hospital. Kardiologie-Oberärztin Andrea Bittlinsky: „Um eine erneute Rhythmusstörung zu verhindern, setzten wir ein Elektroschockgerät ein. Unser Patient stimmte zu.“ Beteiligt waren neben der gefäßchirurgischen Abteilung des St. Josef-Hospitals auch ein ausgewiesener Verfahrensexperte, Prof. Dr. Joachim Winter von der Universität Düsseldorf. Nach einer Rekonvaleszenz arbeitet der Patient inzwischen wieder und ist auch schon auf dem Fußballplatz anzutreffen.

„Für die Patienten ein Segen“

Kardiologie-Klinikdirektor Prof. Dr. Andreas Mügge ist von der Therapieform überzeugt: „Das neue Gerät ist für die Patienten ein Segen. Es schaltet lebensbedrohliche Rhythmusstörungen von vornherein aus. Nicht zu unterschätzen ist auch ein schöneres kosmetisches Ergebnis unter dem Oberarm statt wie bislang sichtbar auf dem Brustkorb. Die langfristige Sicherheit des Systems durch die Lage unter der Haut tut ein Übriges.“

Experten sehen weitreichende Einsatzmöglichkeiten: Bei einer lebensbedrohlichen Herzrhythmusstörung, dem Kammerflimmern, tritt ein Herz-Kreislaufstillstand ein und der Patient wird bewusstlos. Hier ist schnelle Hilfe durch sofortige Herzdruckmassage und den Rettungsdienst nötig. Eine Defibrillation durch den Notarzt kann die Rhythmusstörung beenden. Wenn der Patient sich stabilisiert und nach einem Klinikaufenthalt entlassen wird, spricht



Kardiologie-Oberärztin Andrea Bittlinsky lässt im Beisein von Klinikdirektor Prof. Dr. Andreas Mügge den ersten ICD-Patienten Marc Maurer einen mechanischen und elektrischen Test in Form von Wischbewegungen auf mögliche Störungen durchführen. fobo-Bild: V. Psaltis

man vom überlebten plötzlichen Herztod. Gleichwohl kann bei Betroffenen erneut Kammerflimmern auftreten.

Risiken sinken bei neuem Defibrillator

In diesen Fällen wurde bisher ein ICD durch die Vene implantiert. Hierzu wurde in einer Operation eine spezielle Sonde bis ins Herz vorgeschoben und verankert. Diese Geräte sind lange erprobt und werden auch künftig Patienten vor dem plötzlichen

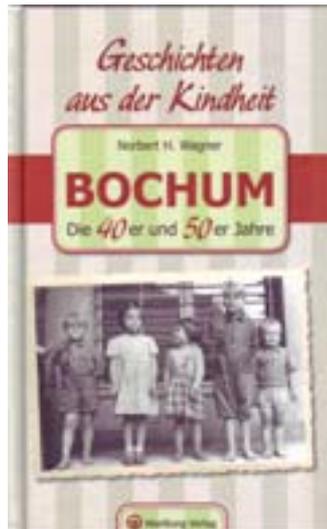
Herztod bewahren. Vereinzelt können dabei jedoch Komplikationen auftreten. Da die Geräte bei jedem Herzschlag einer Belastung ausgesetzt sind, können die feinen elektrischen Leiter auf Dauer beschädigt werden. Überdies können sich bakterielle Infekte an der Sonde ansiedeln. Dann ist eine komplizierte Operation nötig. Diese Risiken können fortan durch die neue Defibrillator-Therapie bei vielen Patienten vermieden werden. Vassilios Psaltis

Erinnerungen – ans Früher, ans Mannsein

Hömma, weisse dat noch ...

Bei den Geschichten aus der Kindheit – aus dem Bochum der 40er und 50er Jahre – werden Erinnerungen wach.

„Hömma, weisse dat noch ...“, wie die Berliner Symphoniker unter der Leitung von Herbert von Karajan in der Nord-Süd-Halle aufgetreten sind? Als kleine Steppkes marschierten wir am 10. April 1945 neben den einziehenden amerikanischen Truppen her und bekamen Kaugummis und Schokolade. Die folgenden Jah-



re waren kein Zuckerschlecken, wir hatten Hunger und froren.

Später dann, als es aufwärts ging, suchten wir am Wochenende den Himmel nach zurückkehrenden Brieftauben ab, den Rennpferden des Berg- und Hüttenarbeiters. Und dann ging's zum VfL oder zur Radrennbahn. Kommen Sie mit auf eine Reise in Ihre Kindheit!

➤ [Wartburg Verlag 11 Euro](#)

Alles, was ein Mann wissen muss

Nach dem großen Bestseller „Alles, was ein Mann wissen muss“ gibt es nun

den wunderschönen Bildband „Alles, was ein Mann wissen muss in 428 Bildern“!

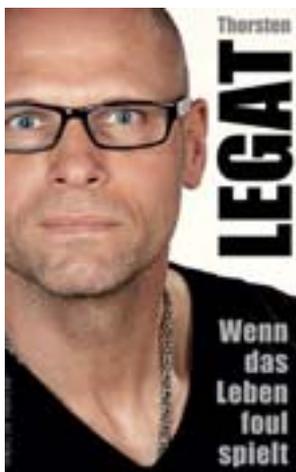
Männer interessieren sich nur für die wirklich wichtigen Dinge im Leben. Jeder Mann war irgendwann einmal an dem Punkt, an dem er einfach wissen wollte: Wie übersteht man einen Krokodilangriff? Wie entstehen Polarlichter? Wie ist die Air Force One aufgebaut? Sein gesammeltes Wissen präsentiert Oliver Kuhn nun in diesem Buch. Faszinierend und lehrreich. Dieses Buch ist der unverzichtbare Begleiter für jeden Mann!

➤ [Droemer-Knaur, 19,99 Euro](#)

Verlosung

Auch in der letzten Ausgabe in 2014 können Sie wieder Bücher gewinnen. Jeweils drei Exemplare von „Wenn das Leben foul spielt“ und „Spott der kleinen Dinge“ liegen bereit, um sechs Teilnehmern der Verlosung eine Freude zu bereiten. Wer sich für das Panini-Sammelalbum „Bochum sammelt Bochum“ interessiert, der kann eins von fünf Alben mit jeweils 20 Stickers zu 5

Sticker gewinnen. Bitte schicken Sie eine Postkarte an die Adresse des Verlages (siehe Impressum) mit dem Stichwort „Foulspiel“, „Spott“ oder „Panini“. Alle bis zum 15.12.2014 bei uns eingegangenen Postkarten (Poststempel) nehmen an der Verlosung teil. Die Gewinne werden rechtzeitig vor Weihnachten noch auf den Weg gebracht. Der Rechtsweg ist ausgeschlossen.



[Wenn das Leben foul spielt](#)
Verlag die Werkstatt, 19,90 Euro

Er galt bei den Fans als Kultspieler mit einem Ruf wie Donnerhall. In ihrer Liste „Die härtesten Hunde aller Zeiten“ führte ihn die Zeitschrift „11 Freunde“ unangefochten auf Rang eins, und auch außerhalb

des Fußballplatzes gab er sich nicht gerade zimperlich. Doch wenn Thorsten Legat jetzt zurückblickt, erscheint vieles in einem völlig neuen Licht.

In seiner Autobiografie berichtet er erstmals von traumatischen Erlebnissen in der Kindheit: vom gewalttätigen Vater, einem alkoholabhängigen Bergmann, der ihn regelmäßig misshandelte.

Diese Erfahrungen verfolgten Legat in seiner Karriere: In Fitnessstudios trimmte er sich zum Kraftpaket, auf dem Platz sah er Gegenspieler als Feinde. Brutale Fouls, wie sie ihm das Leben spielte, hatte er dennoch nicht nötig: Der „härteste Hund aller Zeiten“ sah als Spieler keine einzige Rote Karte.

Ein beeindruckendes Buch über eine außergewöhnliche Lebensgeschichte.

[Spott der kleinen Dinge](#)
[Henselowsky Boschmann 9,90 Euro](#)

Lässt sich unser Schicksal in 40 Zeilen fassen? Der Autor meint: ja. Seine Glossen streifen so furchtlos wie komisch durch die Abgründe des Menschseins. Warum sprechen Frauen mit Hunden? Wer ist der Chef von Gott? Was singt man in der Seifenoper? Eigentlich erzählt Lars von der Gönna aus einem Alltag, den jeder kennt. Doch er tut es mit jener Liebe auf den zweiten Blick, die eine Welt schönster Absurditäten enthüllt.



Lars von der Gönna geboren 1967 in Herten/Westfalen, wuchs in einer Familie aus Generationen von Gärtnern auf. Seit 2000 ist er Kulturredakteur der WAZ.

[Bochum sammelt Bochum](#)
[Sammelalbum, 1,50 Euro](#)

Die ganze Stadt auf 228 original Panini-Bildern – so etwas hat es noch nie gegeben. Rathaus, Bergbau-Museum, Jahrhunderthalle, Jupp Tenhagen in einem Tütchen. Bauwerke und kulturelle Highlights. Sport- und TV-Stars und natürlich ganz viel VfL und überhaupt ganz viel Sport aus Bochum – dieses Sammelalbum soll eine richtige Chronik von Bochum sein.

Die Stickers (5 Stück) gibt es im Zeitschriftenhandel, sie kosten 50 Cent pro Tüte.

Notdienste

Apothekennotdienst:

Kurzwahl von jedem Handy (69 Cent/Min): 22 833; Tel. (kostenlos) 0800/00 22 833, www.aponet.de

Ärztlicher/Fachärztlicher

Notdienst: 0180/5044 100

Die Notfallnummer gilt:

Montag, Dienstag, Donnerstag 18 Uhr bis 8 Uhr des Folgetages; Mittwoch und Freitag 13 bis 8 Uhr am Folgetag; sowie Samstag, Sonntag und an Feiertagen ganztägig

Notfallpraxis am St. Josef-Hospital, Gudrunstraße 56, 44791 Bochum (Dienstzeiten: s.o.)

Kinder- und Jugendärztlicher Notdienst: 0180/5044 100, täglich am Mo, Di, Do: 18-21 Uhr, Mi, Fr: 16-21 Uhr, nach 21 Uhr übernimmt die Klinik für Kinder- und Jugendmedizin die Bereitschaft; Infos: www.kind-bochum.de

Notrufnummern: Feuerwehr/Rettungsdienst 112, Polizei 110

Zahnärztlicher Notdienst: Tel. 0234/77 00 55

Kindernotruf: 24 Stunden erreichbar über Tel. 0234/910-5463, Jugendamt Stadt Bochum, Tel.: 910-2985

Tierärztlicher Notdienst:

Zentraler Notrufdienst, Tel. 01805/12 3411.

Notdienste: Tierschutzverein: Mo bis Fr 8 bis 17 Uhr, Tel. 29 59 50, sonst Notrufnummer 110

Entstörungsdienst: Strom, Öffentliche Beleuchtung: Tel. 960 1111; Gas/Wasser: Tel. 960 2222; Fernwärme: Tel. 960 3333

Kurierdienst für Notfallmedikamente: Tel. 0176 / 28 11 72 13

Giftnotruf Berlin: Tel. 030/19240

Alten- und Pflegeheim „Haus Gloria“

Lothringer Straße 21 a, 44805 Bochum
Telefon (02 34) 86 37 12, www.haus-gloria.de
(direkt im Zentrum von Bochum-Gerthe neben der ev. Kirche)
Haus Gloria I, Wasserstraße 297, 44789 Bochum

Sie suchen für sich oder einen Angehörigen einen Pflegeplatz vor Ort, an dem Sie betreut in familiärer Atmosphäre leben können?

Dann sprechen Sie uns an. Wir helfen Ihnen weiter.

Frau Strauch oder Herr Wuttke unter Telefon (02 34) 86 37 12

Bei uns sind Sie auch willkommen, wenn noch keine Pflegestufe vorliegt oder Sie nur einen Kurzzeitpflegeplatz suchen.

Giftzentrale Bonn:

Tel. 0228/19240

Telefonseelsorge:

Tel. 0800-111 0 111 oder 0800-111 0 222, rund um die Uhr, anonym, gebührenfrei, Chat-Beratung: www.telefonseelsorge.de

Prisma – Beratung für

Suizidgefährdete: Vereinbarung eines persönlichen Termins: Mo-Fr: 9-13 Uhr; Tel. 0234/58513

Aids-Hilfe Bochum:

Harmoniestraße 4, 44787 Bochum, Tel. 0234/51919 zu den Öffnungszeiten: Di - Fr von 10 bis 13 Uhr, Do von 16 bis 20 Uhr

Selbsthilfegruppe für Krebsbetroffene e.V. Bochum

und Beratungsstelle: Westring 43, 44787 Bochum, Tel. 0234/68 10 20

Madonna e.V.: Treffpunkt und Beratung für Sexarbeiterinnen, Alleestraße 50 (im Hof), 44793 Bochum, Tel. 0234-68 57 50

Schwangerenkonfliktberatung:

pro familia, Bongardstr. 25, 44787 Bochum, Tel. 0234/12 3 20, donum vitae, Am Kortländer 1, 44787 Bochum, Tel. 0234/640 89 04

Verein für psychosoziale

Betreuung e.V.: Ovelackerstraße 5, 44892 Bochum, Tel. 0234/28 2 07

Krisenhilfe Bochum e.V.:

Viktoriastr. 67, 44787 Bochum, Tel. 0234/96 47 80, Öffnungszeiten: Mo-Do: 9-17 Uhr, Fr: 9-15 Uhr

Suchtnotruf bundesweit/24

Std.: Tel. 01805/31 30 31

Medizinische Flüchtlings-

hilfe e.V.: Dr.-Ruer-Platz 2, 44787 Bochum, Tel. 0234/904-1380

Deutsche Stammzellspenderdatei
Heimat für Lebensretter

Deutsche Stammzellspenderdatei (DSD)
Jetzt als Stammzellspender registrieren!

www.deutsche-stammzellspenderdatei.de

Japan kann auch Whisky – und wie!

Der Schmerz ist riesengroß bei den Schotten. Mit der neuesten Ausgabe seiner Whisky Bible hat Jim Murray die Nordeuropäer schwer verletzt und in eine tiefe Krise gestürzt.

Warum das? Whisky-Papst Murray hat einen japanischen Tropfen zum besten Whisky der Welt gekrönt: den Yamazaki Single Malt Sherry Cask von 2013. Schon Mitte der 1920er Jahre hatte man in Japan damit begonnen Whisky, zu brennen. Das war Masataka Taketsuru zu verdanken, dem Nachkommen einer Dynastie, die seit Anfang des 18. Jahrhunderts Sake produzierte. Taketsuru hatte schottischen Brennern über die Schulter geschaut und die Kunst des Brennens nach Japan gebracht. Maltwhisky aus Schottland war also Vorbild für japanischen Whisky. Er ist wegen seiner guten Qualität in Japan selbst ziemlich beliebt, wird inzwischen aber auch im Ausland angeboten. Die größte Whisky-Brennerei der Welt befindet sich übrigens im japanischen Osaka.

Davon können in Europa die Schweizer, Österreicher, Franzosen und die Deutschen nur träumen, die ebenfalls in einigen Brennereien Malt Whisky herstellen: Das sind z.B. die Brennerei Sonnenschein in Herbede und seit einigen Jahren auch die Brauerei Uerige in Düsseldorf.

Dass jenes gehaltvolle Getränk also in-

zwischen fast überall gebrannt wird, sorgt dafür, dass Jim Murray mehr Auswahl hat und irgendwann vielleicht einen Single Malt aus NRW zum Sieger ausrufen könnte. Nach dem Yamazaki-Schock kann den

schottischen Whisky-Lieberhaber auch ein großes Glas des (schottischen) Vorjahressiegers Glenmorangie Ealanta darüber nicht wirklich hinwegtrösten.

eb-en



IMPRESSUM

Forum Verlag – Rimkus, Franken, Schröder GbR
Hauptstr. 146
44892 Bochum
Fon +49(0)234.92002.0
Fax +49.(0)234.92002.19
redaktion@forum-bochum.com
www.forum-bochum.com

Redaktion
Nils Rimkus (nir), Andrea Schröder (aschro),
Eberhard Franken (eb-en)

Forum Bochum erscheint zweimonatlich
mit einer Auflage von 10.000 Exemplaren.

Nachdruck – auch auszugsweise – nur mit
schriftlicher Genehmigung des Verlages.

Aus Gründen der Lesbarkeit wurde in
den Texten die männliche Form gewählt.
Gleichwohl beziehen sich die Angaben
auf Angehörige beider Geschlechter.

Druck: Zimmermann Druck + Verlag GmbH, Balve

Titelfoto: hsg-Gebäude, Eberhard Franken

L.u.P. GmbH • Labor- und Praxisservice

DIE L.U.P. GMBH - IHR PRAXISPARTNER



Über 20 Jahre Laboranalytik in den
Bereichen Klinische Chemie, Hämatologie
und Endokrinologie machen unser
Zentrallabor zu einem kompetenten
regionalen Partner für 1.000 Arztpraxen
im Ruhrgebiet und Bergischen Land.
Für eine flexible und kundennahe Logistik
führen wir den Probentransport mit einem
eigenen Fahrdienst durch; in die Bochumer

Innenstadt fahren wir umweltfreundlich per
Fahrrad.

Betriebswirtschaftliche Leistungen, wie
Buchführung, Einkauf und Weiterbildungen
etc. runden unser Leistungsprofil ab.

Besuchen Sie uns im Internet unter
www.lupservice-gmbh.de oder sprechen
Sie uns direkt unter 0234 – 30 77 300 an.

L.u.P. GmbH
Labor- und Praxisservice
Universitätsstraße 64 - 44789 Bochum

**Wir haben ein Herz für den
Nachwuchsfußball bei Langendreer 04**

Wir sind 04 !

**Förderverein
Grün - Weiß - Rot**

Fußball mit Tradition

Grün-Weiß-Rot - Verein zur Förderung des Amateurfußballs bei Langendreer 04 zu Bochum

Grewing
Eisproduktion - Eisbedarf
Feinkost Groß- & Einzelhandel - Weinimport

*Aufgrund großer
Nachfrage
gibt es bei uns
jetzt auch den
Direktverkauf
an Privat*

Somborner Str. 29,
D-44894 Bochum
T.: 0234 32 44 09 44
F.: 0234 32 44 09 45
info@grewing-eis.de
www.grewing-eis.de

Unser Eis hat Tradition

Handwerklich produziertem Speiseeis nach original italienischer Rezeptur. In unserem Unternehmen vereint sich moderne, sowie die traditionelle, norditalienische Eismacherkunst.

Unsere Maxime ist die Herstellung von qualitativ hochwertigem Speiseeis aus frischen Früchten, echter Milch und Sahne, möglichst wenig Emulgatoren und Pasten - denn weniger ist bekanntlich mehr...

Als Highlight

- für Ihr Betriebsfest
- für Schul- und Kindergartenfeste
- oder einfach eine bleibende Erinnerung an Ihre Familienfeier

Bei uns bekommen Sie

- Eisvitrinen in Größe nach Wahl, inkl. Eisportionierer
- Eissorten nach Wahl
- Anlieferung und Abholung

Selbstverständlich erhalten Sie auch das komplette Zubehör: Eishörnchen, Eisbecher, Eislöffel, Eisspaten, Schirmchen, Servietten, Eisdekoration (Streußel, Raspel, Soßen), Sahnemaschine, Sahne, Sonnenschirm/Pavillon.

Sie kümmern sich um Ihr Vergnügen, wir kümmern uns um den Rest.

Und wenn Ihnen die riesige Auswahl an unseren Eissorten nicht reicht - auf Vorbestellung erfüllen wir auch Ihren ganz besonderen Wunsch.



**Ihr Magazin für Gesundheit und Lebensqualität
in unserer Stadt**

**forum
bochum**

forum Verlag - Schröder Rimkus Franken GbR
Hauptstr. 146 - 44892 Bochum
Tel. 0234-929920 - redaktion@forum-bochum.com
www.forum-bochum.com



SPARKASSEN MASTERS

BOCHUM 2015

2 WOCHENENDEN | 8 HALLEN

03.-11. JANUAR 2015



www.sparkasse-bochum.de

Samstag 03./Sonntag 04.01.

QUALIFIKATION

VORRUNDE IN 7 HALLEN

Freitag 09.01.

BUDENZAUBER

ENDRUNDE RESERVEMANNSCHAFTEN

Samstag 10.01.

FAMILIENFEST

ENDRUNDE 1. SENIORENMANNSCHAFTEN MIT BUNTEM KINDERPROGRAMM

Sonntag 11.01.

FINALSHOW

ENDRUNDE FRAUENMANNSCHAFTEN UND FINALRUNDE

