

# Großes Interesse an Gesundheit

Dr. Adriane Kalsow ist Chefärztin am Klinikum Dahme-Spreewald und Vorstandsmitglied bei GeSoNet. Wir sprachen mit ihr über die aktuellen Themen bei GeSoNet und die bevorstehende 3. Lange Nacht der Gesundheit.

## Frau Dr. Kalsow, womit befasst sich derzeit das Netzwerk GeSoNet?

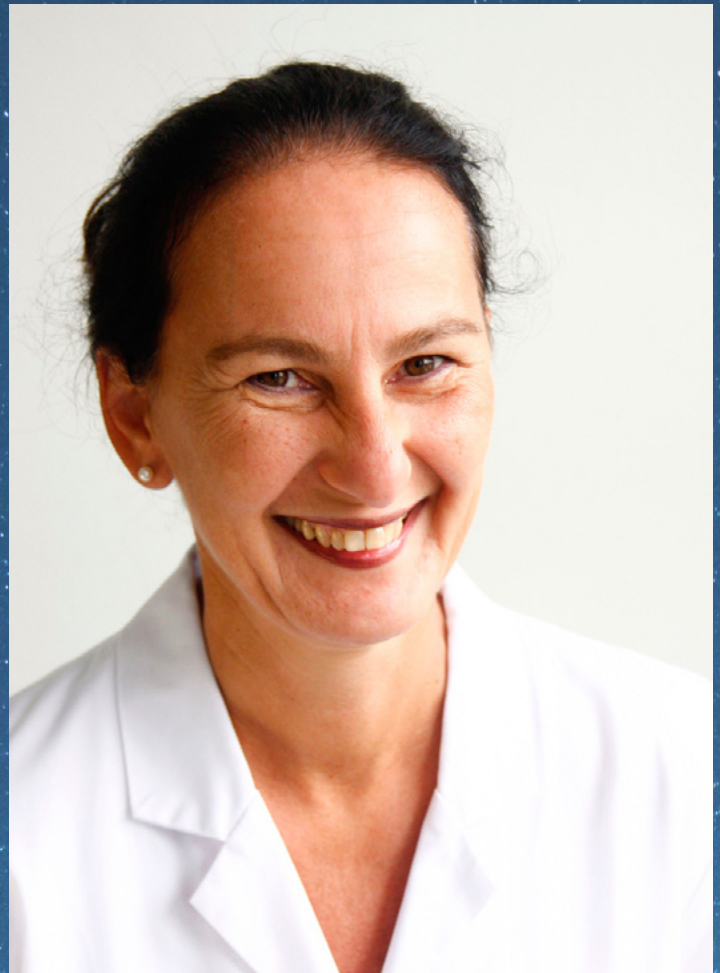
Aktuell sind wir dabei nicht länger nur als Veranstalter der Langen Nacht der Gesundheit wahrgenommen zu werden. Wir wollen die Bedürfnisse der KWer Bevölkerung in Bezug auf die gesundheitliche und soziale Versorgung erfassen und punktgenau thematisieren. Dazu haben wir im letzten halben Jahr eine Umfrage gestartet. Es geht um Fragen, wie die Erreichbarkeit von Gesundheitseinrichtungen auch für Menschen mit Bewegungseinschränkungen. Konkret: Wie ist der Zugang zu Gesundheitseinrichtungen, wie die Anbindung an den öffentlichen Nahverkehr, wie ist die Parkplatzsituation usw. Ein zweites wichtiges Thema für uns ist die Gewinnung beruflichen Nachwuchses vor allem im Pflegebereich. Das Klinikum Dahme-Spreewald verfügt über eine eigene Krankenpflegeschule. Aber es fällt immer schwerer, genügend Jugendliche für einen Beruf in der Pflege zu begeistern. Und das trotz steigender Bevölkerungszahlen in der Region. Da muss unbedingt etwas gemacht werden!

## Die Lange Nacht der Gesundheit findet schon zum 3. Mal statt. Wie wurde sie bisher angenommen?

Die Idee zur Langen Nacht fanden wir von Anfang an toll. Da gab es eher die Frage, ob wir in der Lage sein würden eine so große Veranstaltung auch zu organisieren und wen wir damit ansprechen. Nach der 2. Langen Nacht hat sich herausgestellt, dass die Königs Wusterhausener – Junge, Alte und Familien – sehr am Thema Gesundheit interessiert sind. Gerade in Bezug auf Familien mit Kindern haben wir daher unsere Schlussfolgerungen gezogen und den Beginn des Abends auf 16 Uhr vorverlegt.

## Was dürfen die Besucher der 3. Nacht der Gesundheit am 23. September erwarten?

Eine Menge! An insgesamt 13 Standorten über die Stadt verteilt kann man die Gesundheits- und Sozialwirtschaft hautnah erleben. Das



Themenspektrum reicht von ätherischen Ölen und ihrer Wirkung, über verschiedenen Arten des Yoga, Naturkosmetik, gesunde Ernährung, Tanz, ganzheitliche Therapien, Brustkrebs, den Umgang mit demenzkranken Menschen, Schnarchen, Zahnpflege und Zahnersatz bis hin zu richtigen Erste-Hilfe-Maßnahmen und der Simulation eines Überschlagsunfalls. Für die Kinder gibt's wieder das beliebte Lampion-Basteln mit anschließendem Umzug. Es lohnt sich also auch in diesem Jahr wieder bei der Langen Nacht der Gesundheit dabei zu sein!



**sabelusXXL**  
Ihre großen Familienapotheken.



• Dauerhafte Tiefpreise für über 1000 rezeptfreie Medikamente!

• Top Beratung

• Freundlicher Service

Sie finden uns 6x in der Region



www.sabelus.de

Sabelus XXL Apotheke  
Eichenallee 4  
Königs Wusterhausen  
Inhaber Knut Sabelus

Tel.: 03375 / 2 56 90

Sabelus XXL Apotheke  
Karl-Liebknecht-Str. 179  
Zeesen  
Inhaber Knut Sabelus

Tel.: 03375 / 52 83 20

Sabelus XXL Apotheke  
Am Kleingewerbegebiet 2  
Wildau  
Inhaber Knut Sabelus

Tel.: 03375 / 52 60 00

Sabelus XXL Apotheke  
Stubenrauchstr. 60b  
Zossen  
Inhaber Knut Sabelus

Tel.: 03377 / 20 36 50

Sabelus XXL Apotheke  
Buntzelstr. 117  
Berlin-Bohnsdorf  
Inhaber Adelheid Sabelus

Tel.: 030 / 6 76 33 13

Sabelus XXL Apotheke  
Albert-Tanneur-Str. 32  
Ludwigsfelde  
Inhaber Adelheid Sabelus

Tel.: 03378 / 51 82 80

## IMPRESSUM

**Herausgeber:**  
Netzwerk für Gesundheits- und Sozialwirtschaft Königs Wusterhausen e.V.

in Kooperation mit der

ELRO-Verlagsgesellschaft mbH  
Königs Wusterhausen

**Redaktion:**  
Lisa Schulze (GeSoNet)  
Vesa Elbe (ELRO-Verlag)

**Gestaltung & Druck:**  
ELRO-Verlag (www.elroverlag.de)

**Auflage:**  
25 00 Exemplare (vorab)

**Verteilung:**  
Über Mitglieder GeSoNet

**Kontakt:**  
gesonet@klinikum-ds.de



# LANGE NACHT DER GESUNDHEIT

IN KÖNIGS WUSTERHAUSEN  
23. SEPTEMBER ✦ 16 BIS 22 UHR

„GESUND  
UND  
MUNTER“



INFORMIEREN ✦ KENNENLERNEN ✦ HINTER DIE KULISSEN SCHAUEN

# 3. LANGE NACHT DER GESUNDHEIT

23. SEPTEMBER  
16 BIS 22 UHR

## PROGRAMM:

⌚ 16:00 Uhr

**Eröffnung der 3. Langen Nacht der Gesundheit im Klinikum Dahme-Spreewald**

### 1 Klinikum Dahme-Spreewald GmbH

Köpenicker Straße 29

**Info-Abend Brustkrebs**

**Vorträge:**

⌚ 16:30 Uhr

- Begrüßung (Dr. med. Rüdiger Müller, Chefarzt Gynäkologie und Geburtshilfe)
- Mammographie-Screening zur Brustkrebs-Früherkennung (Dipl.-Med. Irina Göttling, Prof. Dr. med. Katja C. Siegmann-Luz; Verantw. Ärztinnen Mammographie-Screening Brandenburg Ost)

⌚ 17:00 Uhr

- Gezielte Therapien mit Antikörpern (Dr. med. Rüdiger Müller, Chefarzt Gynäkologie und Geburtshilfe)

⌚ 17:30 Uhr

- Ein besonderer Beruf: Die Aufgaben der Breast Care Nurse und die Bedeutung der Dokumentation (Ines Schmidt, Breast Care Nurse; Heike Rädisch, Dokumentation)

⌚ 18:00 Uhr

- Chemotherapie: Strategien bei Nebenwirkungen (Gabi Rohland, Mireille Bredow, Beate Leichsenring)

⌚ 18:30 Uhr

- Gesprächsrunde: Brustkrebs – mitten im Leben (Kristin Fischmann, Psychologin, Psychoonkologie, Achenbach-Krankenhaus)

### Parallel:

- LAGO Brandenburg (Uta Kilian-Zech, Projektkoordinatorin)
- Präsentationen, Informations-Broschüren, Flyer zu Kosmetikkursen von DKMS-Life, individuelle Gespräche, Austausch

### Führungen Herzkatheter - Labor / Hybrid-Angiographie -Anlage

⌚ 16:30 / 17:30 / 18:30 Uhr

- Führungen durch die Hybrid-Angiographie-Anlage/ Erläuterungen zum Herzkatheter-Labor

### außerdem:

- Filme zur Endovaskulären Aortentherapie

### Tag der Patientensicherheit

⌚ 16:30 – 19:00 Uhr

- Informationen rund um Sicherheit im Klinikum Dahme-Spreewald: Patientenarmbänder, Hygiene, Arzneimitteltherapiesicherheit, OP-Checklisten, Notfallmanagement, Berichtssystem über kritische Vorkommnisse (CIRS)

### 2 Volkssolidarität

Kirchplatz 11

⌚ 17:00 Uhr

- Kompaktkurs Demenz: Tipps zum Umgang mit demenzkranken Menschen (in Kooperation mit der Alzheimer Gesellschaft Brandenburg e.V.)

⌚ 18:30 Uhr

- Gesunder Abendsnack für die fleißigen Bastler

⌚ 19:00 Uhr

- Championbasteln für Kinder

⌚ 19:30 Uhr

- Ich geh' mit meiner Laterne...  
Lampionumzug für die Kleinen

### 3 Sport- und Gesundheitszentrum Rückenbalance

Gerichtsstraße 7

#### Große Neueröffnung

⌚ 16:30 – 21:00 Uhr

- Führungen durch das Gebäude
- Vorstellung Faszienzirkel
- Vorstellung Rückenkompetenzzentrum

### 4 Schloss Apotheke & Reformhaus

Scheederstraße 1C

⌚ 17:00 – 21:00 Uhr

- Wissenswertes rund um Naturkosmetik und gesunde Ernährung

⌚ 18:00 Uhr

- Vortrag: Naturkosmetik, was ist das? (Dr. Arndt Fleischer)

### 5 Egosano – Praxis für Naturheilkunde

Am Amtsgarten 6, bei Lebenswelten e.V.

⌚ 17:00 / 19:00 Uhr

- Bewegungskompetenz – nur ein anderes Wort für Fitness? Zurück zur Natur! Warum wir von unseren kleinen Kindern lernen können

⌚ 18:00 / 20:00 Uhr

- Tanztherapie – die bewegte

Psychotherapie; u. a. mit den Themen: Wie denkt der Körper mit? Ich fühle, also bin ich! Einheit Körper, Geist, Seele und ihre gegenseitige Beeinflussung

### 6 Alge Bistro Gaia

Bahnhofstraße 7

#### Willkommen im ersten

#### veganes Bistro in Königs

#### Wusterhausen!

#### Lassen Sie sich überraschen...

### 7 Praxis für Naturheilkunde

Bahnhofstraße 7B

#### Informationsabend über Diagnostik und ganzheitliche Therapien in unserer Praxis

⌚ 16:30 Uhr

- Begrüßung mit gesundem Snack und Getränken

⌚ 17:00 – 22:00 Uhr

- Sind Sie optimal mit Mineral- und Mikronährstoffen versorgt? Wir zeigen Ihnen, wie Sie in wenigen Sekunden Klarheit über toxische Belastungen (z.B. Schwermetalle) und den Mineralstatus in Ihren Zellen bekommen.
- Stressbelastungstest: Wie ist Ihr biologisches Alter? Und was will Ihr Herz Ihnen sagen? Lassen Sie sich überraschen. Wir messen und beraten Sie über die zahlreichen medizinischen und systemischen Auswertungsparameter.
- Warum die Ohrakupunktur nach NADA Sie sofort entspannen kann? Probieren Sie es aus!
- Sie haben Rückenschmerzen? Eine Schiefstellung des Körpers hat zahlreiche gesundheitliche Folgen. Wir klären Sie auf und richten Sie wieder aus.

### 8 Mein Wasserhaus

Bahnhofstraße 13

⌚ 16:30 Uhr

- Vortrag: „Ätherische Öle – Hausapotheke für's Immunsystem“
- Brainlight - Tiefenfeldentspannung und Wellness für zu Hause: Aktiv gegen Stress, Schlafstörungen, Depressionen & Burnout

⌚ 17:00 Uhr

- Vortrag: „Berner Physikalische Gefäßtherapie für zu Hause: Anwendungen bei Durchblutungsstörungen, Bandscheibenvorfall, Knochenbrüchen oder Erkältung“

⌚ 17:30 Uhr

- Aurafotografie und Energiefeldmessung

⌚ 18:30 Uhr

- Vortrag: „Chronischer Wassermangel – Ursprung vieler Krankheiten – Notsignale des Körpers erkennen“

⌚ 20:00 Uhr

- Vortrag: „Wasser und Säure-Basen-Haushalt – Gesund und entspannt durch den Winter“

### außerdem:

- den ganzen Abend stehen Ihnen Tests zu Bemer und Brainlight zur Verfügung

### 9 Märkische Apotheke

Friedrich-Engels-Straße 1

⌚ 16:30 – 22:00 Uhr

- Kribbeln, Brennen, taube Füße? Wir beantworten Ihre Fragen zur Polyneuropathie und stellen die Behandlung mit dem HiToP®191-Heimgerät vor.

### 10 Balance Yoga Spa

Eichenallee 1A

⌚ 16:30 Uhr

- Informationen zu Kinderyoga und zur Kinderyogalehrerausbildung

⌚ 17:00 Uhr

- Informationen zur Yogalehrerausbildung im Balance Yoga Spa

⌚ 17:30 Uhr

- Aerialyoga – nur Fliegen ist schöner

⌚ 18:00 Uhr

- Yin Yoga mit Ralf Höhle

⌚ 19:00 Uhr

- Vortrag: „Lerne den Charakter eines Menschen in seinem Gesicht zu erkennen... als alternativer Weg zur Menschenerkenntnis“ (Frank Hübner)

⌚ 20:00 Uhr

- Vortrag: „Ätherische Öle – Begleiter auf dem Weg zu mehr Mut und Vertrauen, Grundsteine für Aufrichtigkeit und Persönlichkeitsentfaltung“

### 11 Praxis Dr. Kerstin Schneider

Luckenwalder Straße 10

#### Erfahren Sie Wissenswertes und stellen Sie Ihre Fragen:

⌚ 17:00 – 18:00 Uhr

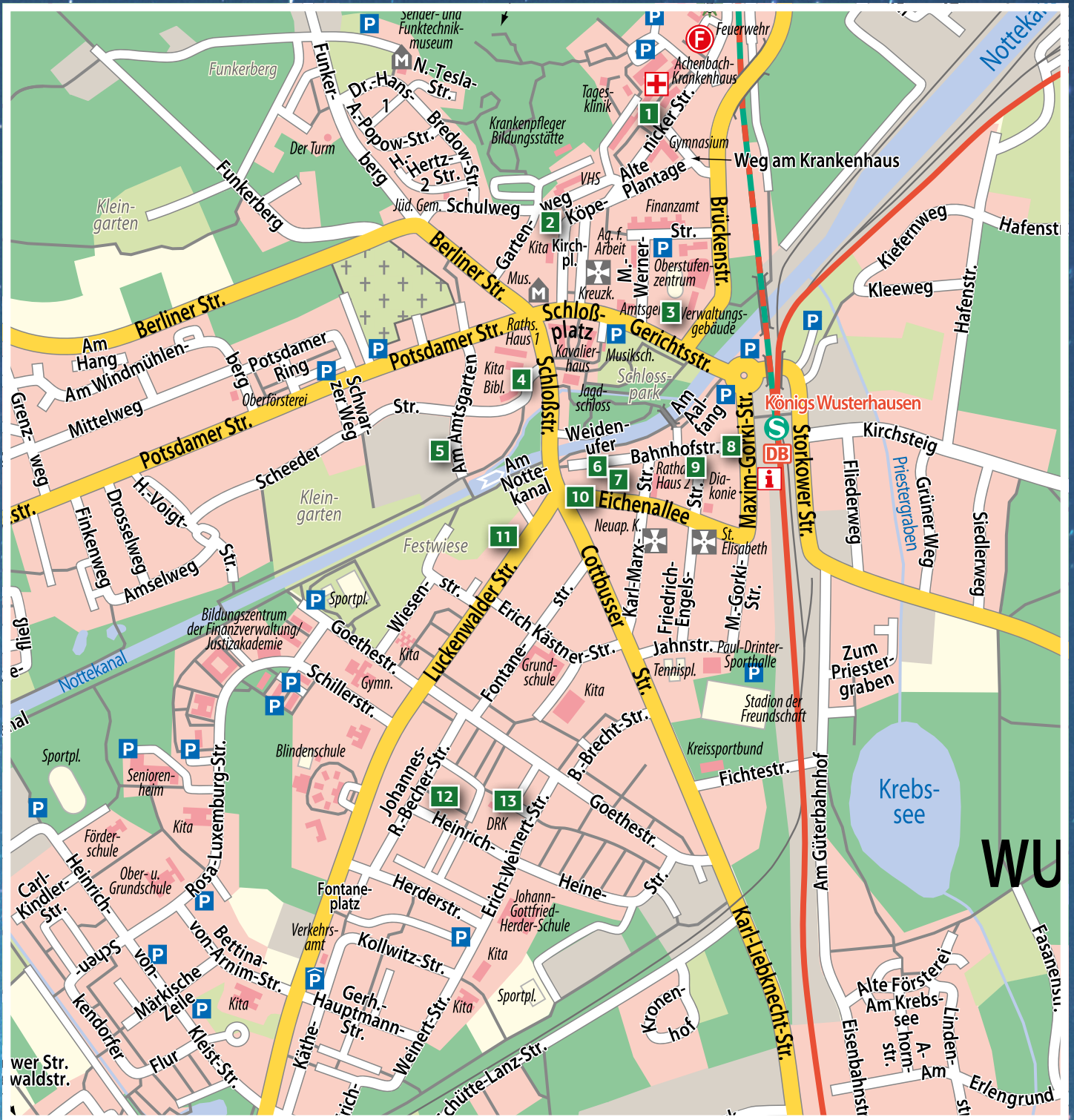
- Ist Schnarchen behandelbar?

⌚ 18:30 – 19:30 Uhr

- Mundgeruch – Wer ist schuld, Magen oder Zähne?

⌚ 20:00 – 21:00 Uhr

- Verträglichkeit von Zahnersatz



**außerdem:**

- ⌚ **16:30 – 21:00 Uhr**
- „Welcher Fußstyp sind Sie?“ Fußtypenbestimmung in wenigen Sekunden mit pedagog-EasyStep in Kooperation mit der Schelchen GmbH

**12 Fleming Dental Königs Wusterhausen**

- Johannes-R.-Becher-Straße 12A  
 ⌚ **16:30 – 21:00 Uhr**
- Tag der offenen Tür im Dental-Labor: Rundgang durch das Labor, Besichtigung der Arbeitsplätze und Information über die unterschiedlichen Arten von Zahnersatz

**13 Deutsches Rotes Kreuz**

- Erich-Weinert-Straße 46  
 ⌚ **17:00 – 20:00 Uhr**
- Technik zum Anfassen für Mutige – Überschlagsimulator: Alltag „Autounfall“ ..., Überprüfen des KFZ-Verbandskasten (Kontrolle und Tausch), Erste Hilfe-Tipps für Notfälle unterwegs oder zu Hause, DRK Glücksrad
  - Betreuungs- und Entlastungsleistungen nach dem neuen Pflegestärkungsgesetz II: individuelle Beratung durch die DRK Hauskrankenpflege, Blutdruck und Blutzucker

- messen und bewerten, Hausnotruf Beratung
- Gesunde Lebensweise: gesunde und leichte Kost für den Abend schnell gemacht - Buffet zum Ausprobieren und Nachmachen, Gesundheitstipps für den Alltag
- Eine Kur kann helfen: Erschöpfte Mütter und Väter erhalten Informationen und Beratung

*In dieser Zeit gibt es die Möglichkeit der Kinderbetreuung im Haus.*

**SHUTTLE:**

Um Wege zu verkürzen und damit einzelne Stationen besser zu erreichen sind, steht Ihnen auch in diesem Jahr ein kostenloses Shuttle zur Verfügung. Bitte melden Sie sich bei Bedarf einfach unter Telefon **0171 380 6114** bei KW-Ambulance.