

Gesundheit im Wandel – und mitten im Dorf

Gesundheit betrifft uns alle – doch was wir unter „gesund“ verstehen, hat sich über die Jahrzehnte stark verändert. In den 1980er-Jahren galt ein Kinderjoghurt als „wertvoll wie ein kleines Steak“. Später rückten Vitamine und Ballaststoffe in den Fokus, heute schwören viele auf Supplements oder träumen unter dem Schlagwort „Longevity“ von einem besonders langen Leben. Unser Verständnis von Gesundheit wandelt sich stetig – und doch bleibt eines gleich: Gesundheit ist die Basis unseres Lebens, unseres Wohlbefindens und unseres sozialen Miteinanders. Denn ein gesunder Körper allein genügt nicht. Erst das Zusammenspiel von Körper, Seele, Geist und Umfeld macht uns wirklich gesund.

Das „Gesunde Dorf“ – ein Ort für Austausch und Inspiration

Mit der neuen Veranstaltungsreihe „**Gesundes Dorf**“ bringen das Gemeinschaftskrankenhaus Havelhöhe (GKH), das Kladower Forum und die Sportfreunde Kladow die großen Fragen rund um Gesundheit direkt in die Mitte des Ortsteils. Einmal im Monat laden Ärztinnen und Ärzte des GKH zu Fachvorträgen, Diskussionen und Begegnungen ein.

Immer **am dritten Montag im Monat** werden im **Kladower Forum (Kladower Damm 387)** medizinische Themen vorgestellt, neue Entwicklungen diskutiert und wertvolle Impulse für den Alltag gegeben. Der Eintritt ist frei, eine Anmeldung nicht

nötig – Beginn ist jeweils um **18 Uhr**.

„Gesundes Dorf“ versteht sich als Einladung, Gesundheit aus verschiedenen Perspektiven zu betrachten – und vielleicht die eigene Antwort auf die Frage zu finden: *Was bedeutet Gesundheit für mich persönlich?*

Auftakt mit Schmerzen

Den Anfang der Reihe machte **Dr. med. Nina Klinger**, Leiterin der integrativen Schmerzmedizin des GKH. Unter dem Titel „*Chronische Schmerzen und wie wir ihnen begegnen können*“ sprach sie über einen Aspekt, der viele betrifft, aber selten offen besprochen wird.

„Ich habe es als große Bereicherung erlebt, dass der Austausch außerhalb des Krankenhausgeländes stattfinden konnte“, sagte Nina Klinger im Anschluss. „Der Dialog zwischen Menschen, die hier leben, und jenen, die hier arbeiten, ist unglaublich wertvoll.“

Der Abend war geprägt von intensiven Gesprächen – über Schmerzen, aber auch über die seelische Stärke, die es braucht, um nicht vom eigenen Körper oder von stressigen Lebensumständen beherrscht zu werden.

Wer Rat oder Unterstützung sucht, erreicht die Abteilung **Integrative Schmerzmedizin** des GKH montags bis freitags von **9:30 bis 12:30 Uhr** telefonisch unter **030 / 365 01-160** oder per Mail an **schmerztherapie@havelhoehe.de**.



NICOLAISCHE BUCHHANDLUNG

BERLINS ÄLTESTE BUCHHANDLUNG | GEGRÜNDET 1713

GROSSE AUSWAHL AN
ADVENTSKALENDERN, KALENDERN UND WEIHNACHTSGESCHENKEN!

KLADOWER DAMM 386 | TELEFON 030 - 36 54 101

KLADOW@NICOLAISCHE-BUCHHANDLUNG.DE | WWW.NICOLAISCHE-BUCHHANDLUNG.DE

Begegnung und Verantwortung

Beim zweiten Termin im August 2025 sprach **Dr. med. Christian Grah** über das Thema „*Warum Gesundheit einzigartig ist – und trotzdem Gemeinschaft braucht*“. In kleiner Runde wurde intensiv diskutiert, wie sehr die Gesundheitseinrichtungen die Lebensqualität in Kladow und Umgebung prägen – und wie jede und jeder Einzelne dazu beitragen kann. Dr. Grah empfahl allen, sich mit dem **Patenschaftsprogramm der Havelhöhe gAG** vertraut zu machen, das lokale Gesundheitsstrukturen gemeinsam und nachhaltig stärken soll: www.gag-havelhoehe.de/de/patenschaften/

Klimaschutz im Krankenhaus – Gesundheit und Umwelt verbinden

Auch das Thema Nachhaltigkeit spielt eine zentrale Rolle, das Krankenhaus Havelhöhe setzt klare Zeichen im Umwelt- und Klimaschutz. Klimamanager Maurizio Bär stellte konkrete Maßnahmen aus den Bereichen Mobilität, Energie, Ernährung, Abfallvermeidung und sozialer Zusammenarbeit vor – und zeigte eindrucksvoll, dass Klimaschutz im Krankenhausalltag beginnt, aber weit über dessen Mauern hinauswirken kann.

Gesundheit beginnt nicht erst im Behandlungszimmer. Im Gemeinschaftskrankenhaus Havelhöhe lautet das Motto: Wer das Klima schützt, schafft die Grundlage für ein gesundes Dorf. Das ambitionierte Projekt „**Climate Friendly Hospital 2030**“ macht vor, wie modernes Klinik-Management und Klimaengagement Hand in Hand gehen können. Was der Umwelt guttut, kommt nicht nur der Erde zugute, sondern wirkt sich unmittelbar auch auf das Wohlbefinden jedes einzelnen Menschen aus.

Energie: Durch Blockheizkraftwerke, erneuerbare Energien und umfangreiche Sanierungen spart das GKH CO₂ und sorgt zugleich für eine stabile und saubere Energieversorgung.

Ernährung: In der Krankenhausküche wird täglich frisch und klimafreundlich gekocht – mehr Gemüse, weniger Fleisch,

konsequenter Einsatz regionaler Produkte. Der Effekt: besser fürs Klima, besser fürs Herz, besser für alle.

Medizinische Produkte: Gemeinsam mit Fachgesellschaften sucht das GKH nach klimafreundlichen Medikamenten und Materialien. Weniger Schadstoffe bedeuten: mehr Schutz für Umwelt und Gesundheit.

Unternehmenskultur: In Klima-Workshops und Symposien stehen nicht nur technische Lösungen, sondern auch nachhaltiges Bewusstsein im Vordergrund. Jede und jeder kann mit kleinen Schritten Großes bewirken.

Alle Termine, die Themen, genaue Informationen und alles Wissenswerte zur Vortragsreihe des GKH, des Kladower Forum und der Sportfreunde Kladow sind immer aktuell auf der Website des Kladower Forum nachzulesen. Bleiben Sie gesund!

Oliver Schmidt

*Seit 10 Jahren
Fußpflege bei Ihnen zu Hause.*

*Genießen Sie das wohltuende Gefühl
perfekt gepflegter Füße.*



Isabel Ramos de Kläke

Telefon: 030 / 302 88 26

Mobil: 0171 915 65 25

Bestattungshaus Cladow



Erd-, Feuer und Seebestattungen
Bestattungsvorsorge
Erledigung aller Formalitäten

Parnemannweg 31
14089 Berlin
Fax: 030 365 00 839
Email: info@bestattungshaus-cladow.de

Tel.: 030 365 00 838

24 Std. telefonisch erreichbar

Sie denken darüber nach Ihre Immobilie zu verkaufen?



Ihr Maklerteam freut sich
auf Ihre Kontaktaufnahme!

- ✓ individuelle Beratung
von A-Z, inklusive:
- ✓ Marktwertermittlung
mit Bankenabgleich
- ✓ Finanzierungs - und
Handwerkervermittlung
- ✓ Unterlagencheck,
Behördengänge

Erfahren Sie mehr unter:
www.breamimmobilien.de



breamimmobilien



Mitglied im

Mobil: +49 (0)179 110 76 58

Email: info@breamimmobilien.de