

## 24. Oktober 2012

### Bürgerschaftliches Engagement - Ehrenamt

In Hamburg gibt es mehr als 400.000 Menschen, die sich in ihrer Freizeit ehrenamtlich engagieren und mit ihrer Tätigkeit eine wichtige Funktion in unserer Gesellschaft wahrnehmen. Wir möchten allen Interessierten in dieser Veranstaltung Fragen rund ums Ehrenamt beantworten, wie z. B. „Wo kann ich mich engagieren?“, „Was kann ich tun?“, „Wie finde ich die passende Aufgabe?“, „Was bringt mir ein freiwilliges Engagement?“. Außerdem werden Einrichtungen und Personen aus dem Bezirk Hamburg-Nord vorgestellt, die ehrenamtlich die unterschiedlichsten Unterstützungsmöglichkeiten anbieten.

Ort: Bezirksamt Hamburg-Nord, Kundenzentrum

## 14. November 2012

### Depression – es kann jeden treffen!

Viele Menschen leiden unter Depressionen. Diese seelische Erkrankung kann wirklich jeden treffen: Junge wie Alte, Erfolgreiche wie auch jene, die sich im Alltag mühen müssen. Da sich eine Depression oft schleichend entwickelt, besteht die Gefahr, dass sie erst spät erkannt wird. Woran lässt sich eine Depression erkennen? Was tue ich, wenn ich Anzeichen einer Depression zu bemerken glaube? Welche Behandlungsmöglichkeiten gibt es? Wie verhalte ich mich als Angehöriger eines depressiv Erkrankten? Um diese und weitere Aspekte des Themas soll es an diesem Abend gehen.

Ort: Hamburg-Haus, Kleiner Saal

## 05. Dezember 2012

### Pubertät - „...mein Kind flippt aus, und ich bin nur noch peinlich...“

Gefühlsausbrüche, Stimmungsschwankungen, Launenhaftigkeit pubertierender Kinder und Jugendlicher lassen Eltern seit Generationen immer wieder verzweifeln. Was ist los auf der „Baustelle“ Pubertät? Warum ist jede Pubertät anders? Wie gelingt es in diesen stürmischen Zeiten, die Beziehung zwischen Eltern und Kindern zu halten und zu stärken? Erziehungsberater/innen stellen Ihnen Unterstützungsmöglichkeiten für Eltern, Kinder und Jugendliche vor.

Ort: Bezirksamt Hamburg-Nord, Kundenzentrum

## Veranstaltungsorte

### Eimsbüttel

Hamburg-Haus - Doormannsweg 12  
20259 Hamburg  
Metro-Buslinie: 20, 25 (Haltestelle Fruchttalallee)  
U-Bahn: Linie U2 (Haltestelle Emilienstraße)

### Hamburg-Nord

Kundenzentrum - Lenhartzstraße 28  
20249 Hamburg  
U-Bahn: Linien U1 und U3  
(Haltestelle Kellinghusenstraße),  
Busse: 114 (Bezirksamt),  
25, 118 (U-Kellinghusenstraße),  
22 (Tarpbekstraße)

Die Veranstaltungen beginnen um 19.00 Uhr

### Informationen

Aktuelle Informationen zu den Veranstaltungen sowie zu weiteren Themen aus den Bereichen Gesundheit, Umwelt und Verbraucherschutz erhalten Sie:

im Bezirksamt Eimsbüttel unter  
Tel. 4 28 01-22 12 - Fax 4 28 01 - 33 82  
E-Mail: frank.ruebenkoenig@eimsbuettel.hamburg.de

im Bezirksamt Hamburg-Nord unter  
Tel. 4 28 04 - 22 06 - Fax 42 79 04 - 6 21  
E-Mail: gesundheitsveranstaltungen@  
hamburg-nord.hamburg.de

überreicht durch:



**Gesundheit Umwelt Verbraucherschutz**  
**Programm 2012**

Eine Veranstaltungsreihe  
der Gesundheits- und  
Verbraucherschutzämter  
Eimsbüttel und Hamburg-Nord

Der Eintritt ist frei

### 08. Februar 2012

#### **ZEBAU Energie- und Modernisierungskampagne für Wohnungs- und Hausbesitzer**

In verschiedenen Vorträgen werden Informationen zu Förderbedingungen, Finanzierungsmöglichkeiten, Heizungstechnologien, Dämmmaßnahmen, dem Einsatz erneuerbarer Energien u.v.m. vermittelt. Eine begleitende Ausstellung der Partner dieser Kampagne gibt einen Überblick über Produkte, Dienstleistungsangebote und Förder- und Finanzierungspakete sowie erste Kontakt- und Beratungsmöglichkeiten. Anmeldung unter [www.modernisierungskampagne.de](http://www.modernisierungskampagne.de).

Ort: Hamburg-Haus, großer Saal,  
Achtung: diese Veranstaltung beginnt um 17.00 Uhr

### 15. Februar 2012

#### **Posttraumatische Belastungsstörungen**

Traumatische Erlebnisse wie Krieg, Katastrophen oder Unfälle sowie körperliche und sexuelle Gewalt können Menschen tief erschüttern. Viel später führen dann oft auch unbedeutende Auslöser bei den Erkrankten zu tiefgehenden Erinnerungen an frühere traumatische Ereignisse und können eine massive Beeinträchtigung der gesamten Lebensführung bewirken.

Herr Dr. med. Biesold, leitender Arzt der Abteilung für Psychiatrie und Psychotherapie am Bundeswehrkrankenhaus Hamburg, wird über posttraumatische Belastungsstörungen berichten, Hintergründe erläutern und Behandlungsmöglichkeiten aufzeigen.

Ort: Bezirksamt Hamburg-Nord, Kundenzentrum

### 28. März 2012

#### **Solarien – die unterschätzte Gefahr!**

Der regelmäßige Gang ins Sonnenstudio ist für viele Jugendliche und Erwachsene schon zum Alltag geworden. Sonnenbrände, frühzeitige Hautalterung und eine Risikoerhöhung beim schwarzen Hautkrebs sind die Folgen. Oft fehlt es auch an sachkundiger Beratung, qualifiziertem Personal und einer ausreichenden Gerätekenzeichnung. Wissenswertes über UV-Strahlung, warum man eigentlich braun wird, welche Risiken bestehen und auf was Sie achten sollten – darüber informiert dieser Vortrag.

Ort: Hamburg-Haus, Kleiner Saal

### 18. April 2012

#### **Makuladegeneration - was nun?**

Unter Makuladegeneration versteht man eine Durchblutungsstörung der Netzhaut des Auges, und zwar an der Stelle, mit der normalerweise fixiert wird. Diese Störung führt zu deutlicher Sehverschlechterung bis hin zur Erblindung. Eine Behandlung ist nur in seltenen Fällen möglich. In der Veranstaltung wird daher neben den medizinischen Aspekten vor allem auf die Chancen der Rehabilitation eingegangen, d. h. welche Möglichkeiten man hat, trotz der Sehverschlechterung weiterhin selbständig und mobil zu bleiben.

Ort: Bezirksamt Hamburg-Nord, Kundenzentrum

# Gesundheit Umwelt

### 23. Mai 2012

#### **Volkskrankheit Migräne**

Fachleute unterscheiden bis zu 200 verschiedene Formen von Kopfschmerzen, aber nur vier davon kommen besonders häufig vor. Die Migräne ist eine dieser vier Formen. Sie ist eine ernstzunehmende neurologisch-chronische Erkrankung. Was sind die Gründe für die quälenden Kopfschmerzen? Welche Bedeutung kommt dem Triggern zu und was passiert im Körper eines Migränepatienten?

Nur jeder Zweite kennt die Ursachen seiner Schmerzen. Eine exakte Diagnose ist Voraussetzung für eine wirkungsvolle Therapie. An diesem Abend soll es um Diagnosemöglichkeiten, Therapieansätze und die Selbsthilfe bei Migräne gehen.

Ort: Hamburg-Haus, Kleiner Saal

### 06. Juni 2012

#### **Fluglärm - Was ändert sich beim passiven Schallschutz im Lärmschutzbereich des Flughafens Hamburg?**

Die freiwilligen Lärmschutzprogramme des Flughafens sind mit Jahresende 2010 ausgelaufen. Ob zukünftig weitere freiwillige Lärmschutzprogramme aufgelegt werden, ist derzeit völlig ungewiss und hängt u. a. auch von dem durch den Gesetzgeber vorgegebenen Umfang des neuen Lärmschutzbereiches ab.

Dieser neue Lärmschutzbereich wird nach den Vorgaben des „Gesetzes zum Schutz gegen Fluglärm“ unter Berücksichtigung von Art und Umfang des voraussehbaren Flugbetriebs derzeit ermittelt. Sobald dieser Lärmschutzbereich festgelegt ist – dies wird voraussichtlich Ende 2011 durch Senat und Bürgerschaft beschlossen und im Gesetz- und Verordnungsblatt des Landes Hamburg veröffentlicht – können Anträge auf Förderung von Schallschutzmaßnahmen von Betroffenen gestellt und in den Bezirksämtern bearbeitet werden. Die Veranstaltung soll dazu dienen, Interessierten und Betroffenen aktuelle Informationen und Hinweise zu den Förderungsmöglichkeiten zu geben.

Ort: Bezirksamt Hamburg-Nord, Kundenzentrum

# Verbraucherschutz

### 12. September 2012

#### **Faszination Soziale Netzwerke - Warum Jugendliche Facebook, SchülerVZ & Co so sehr lieben und brauchen**

Wenn Kinder und Jugendliche den Computer nutzen, blicken Erwachsene schnell nicht mehr durch. Das gilt vor allem für Internetangebote, die für die Kids zum Alltag gehören, Eltern aber höchstens ab und zu nutzen, zum Beispiel Soziale Netzwerke (Facebook oder SchülerVZ). Aber warum lieben es die Kinder, stundenlang zu chatten oder Details aus ihrem Leben zu veröffentlichen? Wissen Kinder und Jugendliche, was „draußen“ im Netz los sein kann oder wie – und warum – sie sich und ihre persönlichen Daten schützen sollten? Wer darf was ins Netz stellen – und was nicht? Erfahrene Medienpädagoginnen informieren über die Faszination von und drohende Fallen in Sozialen Netzwerken. Angesprochen sind vor allem **Eltern von 9- bis 14-Jährigen**.

Ort: Hamburg-Haus, Kleiner Saal