# Kein Stress mit dem Stress

Melanie Kohl will helfen, eine gesunde Karriere zu machen. Jetzt darf sich die Kamp-Lintforterin Vorbildunternehmerin nennen. Viele Kunden haben online für die 36-Jährige gestimmt

Von Karen Kliem

Kamp-Lintfort. Melanie Kohl weiß genau, was Stress ist. Sie war als Marketingleiterin in der Pharmaindustrie tätig: "An 150 Tagen im Jahr weltweit auf Dienstreise, das schlaucht", sagt sie. Sie hat irgendwann die Reißleine gezogen, sich weitergebildet und bringt nun Fachund Führungskräften - eben gestressten Menschen - mit Leistungsund Emotionschoaching bei, wie man "eine gesunde Karriere" machen kann. Ganz erleichtert und entspannt. Der Sprung in die Selbstständigkeit vor zweieinhalb Jahren hat ihr nun den Titel "Vorbildunternehmerin" eingebracht. Alles richtig gemacht, könnte man sagen.

#### Wissen, was die Kunden denken

Kunden hatten sie im April auf der Internetplattform Vorbildunternehmer.de vorgeschlagen. Die Kamp-Lintforterin hat die meisten Votings bekommen und weiß jetzt, wie ihre Kunden über sie denken. Und das liest sich durchaus akzeptabel: "Frau Kohl! Ihr Seminar war sehr professionell und einfach perfekt" heißt es da, oder "Sehr geehrte



Anzeige

für Achtsamkeit und emotionale Stärke", wie sie sich auf ihrer Homepage bezeichnet. Therapeutisch arbeitet sie nicht. Die Arbeit abnehmen kann sie auch niemandem. Aber sie kann, so glaubt sie, helfen, damit besser umzugehen. Yoga ist "Psychische

ihre unternehmerische Zukunft schen aktuell erleben, spült ihr die Klienten quasi vor eine wichtige Säule ihrer Seminare. die Tür. Burnout -"Psychische Gesundheit rückt zunehmend in den Fokus der Unterauch das ist ein Thema für die nehmen", glaubt sie, "schließlich ist Gesundheit auch ein Wirtschaftsfaktor." Und das fängt schon bei den Pausen an, ist sie überzeugt. "Akti-

> Melanie Kohl aus Kamp-Lintfort ist Vorbildunternehmerin. FOTO: MANUEL DA COSTA

ves Pausenmanagement steigert letztlich die Leistungsfähigkeit", er-

klärt die Kamp-Lintforterin der

Stulle am PC eine deutliche Absage.

Gesundheit rückt in

Melanie Kohl hat keine Sorgen um

den Fokus"

### **KOMPAKT**

Kamp-Lintfort

Sprechstunde. Die SPD-Fraktion im Rat der Stadt Kamp-Lintfort bietet am kommenden Donnerstag, 30. April wieder eine Sprechstunde im Rathaus an. Ab 17 Uhr wird der Stadtverordnete Michael Hänsel Fragen der Bürger beantworten. Bis 18 Uhr ist er im Fraktionszimmer (Raum 212, 2. Etage) erreichbar - auch telefonisch unter **2** 02842/ 912-441.

#### APOTHEKEN

• Adler-Apotheke, Rheinberg, Orsoy, Kuhstraße 19, @ 02844/2000.

Apothekennotdienste von 9-9 Uhr. Mehr Infos zu den diensthabenden Apotheken: 🕾 0800 00 22833, Mobilfunk: 22833, www.apotheken.de

#### LESERTELEFON



Haben Sie, liebe Leserinnen und Leser. Fragen oder Anregungen zu Ihrer Zeitung? Haben Sie ein Thema aus Kamp-

Lintfort, dem wir nachgehen sollen? Rufen Sie uns an! Gabi Gies wartet heute auf Ihren Anruf unter **2** 02841/ 14 07 43.

## Zwei Kinder können jetzt auf eigenen Beinen stehen

Filipa und Nuri wurden im St.-Bernhard-Hospital operiert

Kamp-Lintfort. Filipa ist acht Jahre alt, Nuri zwölf. Und beide teilen ein Schicksal: In ihren Heimatländern - Filipa stammt aus Angola, Nuri aus Afghanistan - erlitten sie Knochenbrüche, die schwere Folgen für sie hatten. Dr. Andreas Olk, Oberarzt des Kamp-Lintforter St. Bernhard-Hospitals, half und operierte beide Kinder. Ein langer Leidensweg ist beendet - und Schlimmeres verhindert.

"Menschen zu helfen, ist immer unser Ziel. In solchen Fällen nimmt Hilfe aber ganz andere Formen und Konsequenzen an. Wir freuen uns, den beiden jungen Menschen neue Perspektiven zu ermöglichen", erklärt Dr. Martin Grummel, Chefarzt der Orthopädischen Klinik I. Dort operierte Andreas Olk mit Unterstützung des gesamten OP-Teams die beiden Kinder. "Beide hatten bereits chronisch eine Osteomyelitis das ist eine bakterielle Entzündung des Knochenmarks - entwickelt. Dies kann unbehandelt zu einer Amputation der betroffenen Gliedmaße führen oder schlimmstenfalls zum Tod", erläutert der Oberarzt. Er



Maria Amvrazis, Birte Drescher vom Friedensdorf, Dr. Martin Grummel

und Dr. Andreas Olk mit Filipa und Nuri. ist Facharzt für Orthopädie auch Behandlungen in deutund Unfallchirurgie. Bei bei- schen Krankenhäusern.

den Kindern konnte er die Osteomyelitis zur Ausheilung bringen und ihnen ein normales Laufen ermöglichen.

### Rückkehr in die Heimat

Filipa lebt zurzeit noch im Friedensdorf in Oberhausen, damit ihr Bein nachversorgt werden kann. Voraussichtlich im Mai kann sie zu ihren Eltern nach Angola zurückkehren. Die Kinderhilfs-Oberhausener organisation engagiert sich seit 1967 für Kinder aus Kriegsund Krisengebieten. Sie organisiert sowohl Hilfe vor Ort als

Nuri konnte vor wenigen Tagen wieder nach Kabul fliegen. "Seine Behandlung stellte eine besondere Herausforderung dar. Es hatte sich bereits ein instabiles Falschgelenk, eine sogenannte Pseudarthrose, gebildet", so Andreas Olk. Dadurch war es zu einer Fehlstellung des Oberschenkels gekommen, die mit behoben werden musste. Auch dies gelang. "Mit diesen Eingriffen konnten wir zwei Kindern ein normales Leben ermöglichen, gesund und auf eigenen Beinen stehend", fasst Olk lächelnd zusammen.

## Lachen für den Weltfrieden

Rund um den Globus ist es am Sonntag drei Minuten lang lustig

Kamp-Lintfort. Sonntag, 3. Mai, ist Weltlachtag. Jawohl. Exakt um 14 Uhr Ortszeit verbinden sich dann Menschen auf der ganzen Welt mit einem dreiminütigen Lachen. So ist der Plan. Sie wollen damit ihre Verbundenheit zwischen den Na-

tionen und ihren Wunsch nach



Frieden und Freundschaft zum Ausdruck bringen. Lautstark zwerchfellund erschütternd selbstverständlich.

Heide Marie Wahl, seit 15 Jahren Lach-Wahl FOTO: ARCHIV und Motivationstrainerin aus Kamp-Lintfort, freut sich auf viele Mitlacher, die

sich zum globalen Lach-Ter-

min einfinden. Um 13.45 Uhr gibt sie am offenen Pavillon im Terrassengarten des Klosters Kamp eine kurze Einführung über die positiven Wirkungen und Nebenwirkungen des Phänomens Lachen. Ab 14 Uhr wird bei Sonnenschein am Springbrunnen gelacht, was die Lungen hergeben. Die Veranstaltung ist kostenlos, aber garantiert lustig.

