

GA-TELEFONAKTION ZUM THEMA BECKENBODENGESUNDHEIT

Hilfe für eine sensible Körperregion

Mag ein gesunder Beckenboden für viele Menschen auch selbstverständlich erscheinen: Zahlreiche Menschen klagen über Schmerzen, Harninkontinenz oder urogenitale Infektionen. Und Krankheitsbilder wie die Interstitielle Zystitis wollen erst einmal eindeutig diagnostiziert werden. Vier Expertinnen zu diesen Themen stehen GA-Lesern jetzt bei einer Telefonaktion mit der Arbeitsgemeinschaft Beckenbodengesundheit zur Verfügung. Die Arbeitsgemeinschaft ist seit 2010 mit Kollegen für Patienten regional und durch die wachsende digitale Kommunikation, überregional aktiv vernetzt. Alle Themen von Beckenbodenerkrankungen,

Blasen- und Darmbeschwerden, Harn- und Stuhlinkontinenz wie Schmerzen des Beckenbodens und Urogenitalbereiches können hier besprochen werden. Erreichbar sind sie am **kommenden Donnerstag, 11. September, von 18 bis 20 Uhr**. Alle Fragen zu Themen von Beckenbodenerkrankungen, Blasen- und Darmbeschwerden, Inkontinenz, Schmerzen des Beckenbodens und Urogenitalbereiches, chronische Urogenitalinfektionen sowie zu Fragen zur Versorgung der interstitiellen Cystitis (IC) können dabei gestellt und besprochen werden.

Die Arbeitsgemeinschaft Beckenbodengesundheit ist seit 2010 mit Kollegen für Patienten regional und durch

die wachsende digitale Kommunikation auch überregional aktiv vernetzt. „Wir Fachärztinnen und Physiotherapeutinnen treffen uns zum monatlichen Austausch zu Fallkonferenzen und Vorträgen mit Diskussionen, um voneinander zu lernen und den

Patientinnen und Patienten die bestmögliche Therapie anbieten zu können“, sagt Initiatorin Sigrid Tapken. Dies sind die vier Expertinnen am GA-Telefon:

■ **Dr. Annette Kohler:** Die Fachärztin für Frauenheilkunde und



Annette Kohler



Odilia Tigelmann



Jutta Dappert



Sigrid Tapken

spezialisierte Urogynäkologin ist engagiert bei der Deutschen Kontinenzgesellschaft, in eigener Praxis in Bonn-Beuel aktiv und übernimmt die operative Versorgung bei Beckenbodensenkungen und Harninkontinenz im Johanner Krankenhaus. Erreichbar ist sie während der Aktion am Donnerstag unter ☎ 0228/6688-267.

■ **Odilia Tigelmann** ist niedergelassene Fachärztin für Gynäkologie und Geburtshilfe und Mitglied der Bonner Arbeitsgemeinschaft Beckenbodengesundheit (BBG). ☎ 0228/6688-354.

■ **Jutta Dappert** arbeitet als Physiotherapeutin, Heilprak-

tikerin für Physiotherapie und spezialisierte Physio-Pelvic-Therapeutin in eigener Praxis in Bonn-Poppelsdorf. ☎ 0228/6688-323.

■ **Dr. Sigrid Tapken** vertritt als Fachärztin für Urologie und Urogynäkologie die Beratungsstelle der Deutschen Kontinenzgesellschaft und ist mit ihrer Praxis an der Bonner Quantiusstraße niedergelassen. Die Schwerpunktpraxis für die nicht operative Inkontinenzversorgung und schmerzhaften Beckenboden ist integriert in die Praxisgemeinschaft CUROS Urologisches Zentrum Köln/Bonn. Tapken ist Initiatorin der Telefonaktion, während der sie unter ☎ 0228/6688-425 erreichbar ist. *fa*

.....
Näheres unter: www.ag-bbg.de

Telefonaktion: Gesunder Beckenboden

Expertinnen an diesem
Donnerstag erreichbar

BONN. Mag ein gesunder Beckenboden für viele Menschen auch selbstverständlich erscheinen: Zahlreiche Menschen klagen über Schmerzen, Harninkontinenz oder urogenitale Infektionen. Vier Expertinnen zu diesen Themen stehen GA-Lesern jetzt bei einer Telefonaktion mit der Arbeitsgemeinschaft Beckenbodengesundheit zur Verfügung. Erreichbar sind sie an diesem Donnerstag, 11. September, von 18 bis 20 Uhr.

Dr. Annette Kohler ist Fachärztin für Frauenheilkunde, spezialisierte Urogynäkologin und engagiert bei der Deutschen Kontinenzgesellschaft. Kohler ist zudem in eigener Praxis in Bonn-Beuel aktiv und übernimmt die operative Versorgung bei Beckenbodensenkungen und Harninkontinenz im Johanniterkrankenhaus. Erreichbar ist sie während der Aktion am Donnerstag unter ☎ 02 28/66 88-267.

Dr. Odilia Tigelmann ist niedergelassene Fachärztin für Gynäkologie und Geburtshilfe und Mitglied der Bonner Arbeitsgemeinschaft Beckenbodengesundheit (BBG). ☎ 02 28/66 88-354.

Jutta Dappert arbeitet als Physiotherapeutin, Heilpraktikerin für Physiotherapie und spezialisierte Physio-Pelvica-Therapeutin in eigener Praxis in Poppelsdorf. ☎ 02 28/66 88-323.

Dr. Sigrid Tapken vertritt als Fachärztin für Urologie und Urogynäkologie die Beratungsstelle der Deutschen Kontinenzgesellschaft und ist mit ihrer Praxis an der Quantiusstraße niedergelassen. Die Schwerpunktpraxis für die nicht operative Inkontinenzversorgung und schmerzhaften Beckenboden ist integriert in die Praxisgemeinschaft Curo Urologisches Zentrum Köln/Bonn. Tapken ist während der Telefonaktion unter ☎ 02 28/66 88-425 erreichbar. *falds*

Das Bonngout ist zurück

Nach langer Renovierung hat das Café am Remigiusplatz wieder geöffnet

VON JOHANNA LÜBKE

BONN. Stammgäste werden das Café Bonngout am Remigiusplatz kaum wiedererkennen: Seitdem es im Januar 2024 zur Renovierung und Sanierung geschlossen wurde, hat sich hier viel verändert. Seit Ende August hat es als Café und Bistro wieder geöffnet, unter dem alten Namen, was zwischenzeitlich anders geplant war. Die Sanierung hat länger gedauert als erwartet. „Wir haben es nicht nur optisch schick gemacht, sondern komplett kernsaniert“, sagt Betriebsleiter Farid Asmailov. Nicht alles lief bei dem umfassenden Projekt nach Plan, unter anderem haben Brandschutzauflagen zu Bauverzögerungen geführt.

Theke jetzt dort, wo früher die Treppe war

Was nach dem Umbau direkt ins Auge fällt: Die Treppe, die früher zentral im Eingangsbereich lag, wurde versetzt, die Theke steht dort, wo früher die Treppe war. „So haben wir einen besseren Blick auf alle Gäste, auch die, die im Sommer draußen sitzen“, sagt Asmailov. Dadurch, dass der Treppenaufgang weniger Platz einnimmt, gibt es in der oberen Etage nun mehr Sitzplätze. Der obere Bereich kann nach dem Umbau auch separat genutzt und für Feiern gebucht werden. Die erste Buchungsanfrage für eine Feier mit 60 Personen sei schon reingekommen, so Asmailov. Durch seine gleichzeitige Betriebsleitung des Restaurants Rohmühle bei Oberkassel hat Asmailov viel Erfahrung mit der Eventgastronomie. Auch Weinverkostungen soll es im Bonngout in der oberen Etage künftig geben. Die Decke wurde oben deutlich höher gesetzt, auch unten um ein paar Zentimeter. As-



Farid Asmailov leitet das Bonngout am Remigiusplatz.

FOTO: BENJAMIN WESTHOFF

mailov: „Es wirkt alles geräumiger.“

Die Küche wurde ebenfalls umgestaltet und vergrößert, die Elektroanlagen und Heizungen wurden modernisiert und die Außenfassade erstrahlt jetzt in einem warmen Rot-Ton. Unter zusätzlichen Sonnenschirmen im Außenbereich können die Gäste nun Flammkuchen, Bowls und hausgemachte „Croustades de Bonngout“ genießen, Filoteig-Törtchen mit herzhafter Füllung. Auch das gastronomische Angebot hat sich verändert, „wir bieten leichte, mediterrane französische Küche und viele gute Weine“, so der Betriebsleiter.

Montags bis samstags gibt es von 10 bis 12 Uhr Frühstück, von Apfel-Porridge über Shakshuka bis verschiedene Eierspeisen. Montags bis Freitag gibt es einen „Smart Lunch“ mit einem wöchentlich wechselnden Mittagessen-Angebot. Darüber hinaus gibt es frisch zubereitete Bowls, französische Flammkuchen und eine Dessert- und Vorspeisenauswahl. Acht Leute arbeiten in der Küche, das Serviceteam befindet sich noch im Aufbau und wird aus 15 bis 17 Mitarbeitenden bestehen.

Das Bonngout liegt seit 1980 am Remigiusplatz und war in früheren

Jahren vor allem bei Studierenden ein beliebter Treffpunkt. Viele Bonnerinnen und Bonner haben schöne Erinnerungen an das Café in der Innenstadt. Einige der Stammgäste seien schon vorbeigekommen, erzählt Asmailov. „Sie haben sich sehr gefreut, dass wir wieder da sind.“ Und als sie all die Neuerungen gesehen hätten, sei mehrmals die Äußerung gefallen: „Jetzt wissen wir, warum das so lange gedauert hat.“

Das Bonngout befindet sich am Remigiusplatz 2-4, 53111 Bonn. Es ist montags bis samstags von 10 bis 23 Uhr geöffnet, an Sonn- und Feiertagen hat es geschlossen.

Einsatz für eine saubere Stadt

Aktionstag Bonn Picobello
findet am 11. Oktober statt

BONN. Der Aktionstag „Bonn Picobello“ bietet am Samstag, 11. Oktober, erneut die Gelegenheit, sich aktiv für die Sauberkeit im Stadtgebiet einzusetzen. Mit der gemeinsamen Aufräumaktion soll ein deutliches Zeichen gegen Vermüllung und für ein gepflegtes Stadtbild gesetzt werden.

Ursache für die zunehmende Verschmutzung in Parks, auf Wegen und öffentlichen Plätzen ist unter anderem der gestiegene „To-go-Verzehr“ sowie das achtlose oder vorsätzliche Wegwerfen von Müll – das sogenannte Littering. „Bonn Picobello“ ist Teil der europäischen Initiative „Let's Clean Up Europe“, an der sich Bonnorange seit 2004 beteiligt.

Viele Zielgruppen sind angesprochen

Mitmachen können Schulklassen, Familien, Freundeskreise, Unternehmen, Vereine, Nachbarschaften oder auch Einzelpersonen. Ort, Umfang und Zeitpunkt der Aktion werden dabei individuell festgelegt. Pädagogische Einrichtungen können bereits in der Woche vor dem Aktionstag aktiv werden.

Bonnorange unterstützt alle Teilnehmerinnen und Teilnehmer mit wiederverwendbaren Handschuhen und orangefarbenen Müllsäcken und kümmert sich um die Abholung des gesammelten Abfalls an vorher vereinbarten Stellen. Eine Anmeldung ist noch bis Freitag, 19. September, über das Formular im Internet unter www.bonnorange.de/picobello möglich. *tht*