

PFL EGE BOTE

DAS MAGAZIN ÜBER SOZIALE

Beratungszentrum der Sozialstation Biedermann
Müllerstraße 143 - im Centrum für Gesundheit
Berlin-Wedding (U-Seestraße)



**Die neue Definition
der Pflegebedürftigkeit**

Pflegereport 2016

Bus-Knoten ZOB Berlin

↳ Häusliche Krankenpflege

↳ Hauspflege, Seniorenpflege

↳ Pflege in Wohngemeinschaften

↳ Altenpflege

↳ Betreutes Wohnen

↳ Soziale Beratung

↳ Pflegeüberleitung

↳ Hausnotruf

↳ RAL Gütezeichen

Telefon:

030/461 30 10

PRAXIS FÜR
ERGOTHERAPIE
ARSEN BEREZETSKY



Telefon / Fax 030 - 54 98 22 97 - Mail info@physio.berezetsky.de

Helene-Weigel-Platz 10 - 12681 Berlin 2. OG

Beratung mit Herz: wo wenn nicht bei uns?
Ihre Die Herz Apotheke in Berlin-Wedding



PHARMATOP



TREFFPUNKT GESUNDHEIT

Die Herz Apotheke

in der Badstrasse

Ala Al Helo

Badstraße 57/58

13357 Berlin

Tel. +49-30-4614050

Fax. +49-30-4614079

www.herz-apotheke-berlin.de

Inhalt

Pflege im Überblick:	4
Pflegebedürftigkeit wird neu definiert	6
Bus-Knoten Berlin - Der ZOB am Funkturm	8
Rätsel & Humor	10
Kreuzworträtsel	11
Lese- und Buchtipp mit Gewinnspiel	12
Aus Ihrer Sozialstation	13
Pflegereport 2016	14



Titelbild:

Senioren-Selfie (Foto: iStock)



**Liebe Leserinnen,
Liebe Leser,**

dieses Jahr wird geprägt sein von den Änderungen, die das Pflegestärkungsgesetz 2 mit sich bringt, das uns allen ab dem 1. Januar 2017 weitreichende Änderungen in der Pflege bringt. Endlich ist es dem Gesetzgeber gelungen, den Begriff der Pflegebedürftigkeit so neuzufassen, dass auch die Demenzerkrankungen einbezogen sind.

Aus den gewohnten drei Pflegestufen werden nun fünf Pflegegrade. Wir erinnern uns an das Versprechen von Bundesgesundheitsminister Hermann Gröhe, niemand werde schlechter gestellt werden. Dennoch finden sich einige Fallstricke im Gesetztestext, die es nun noch rechtzeitig zu entfernen gilt.

Wer auf Fernreisen steht, hat seit einigen Jahren die Möglichkeit, auch innerhalb Deutschlands den Bus zu nehmen. Wir blicken auf regen Busverkehr am Berliner ZOB unter dem Funkturm.

Und nun viel Spaß mit der aktuellen Ausgabe des PflegeBoten!

*Ihre Caroline Dreßler-Benz, Ihr Michael Biedermann
und das Team Ihrer Sozialstation Biedermann GmbH*

IMPRESSUM

PflegeBote

Das Magazin über Soziales Pflege
Gesundheit von Ihrem Pflegedienst

www.pflegebote.de
7. Jahrgang 2016

Verlag: BES Service GmbH,
Schulstraße 97 13347 Berlin
Telefon: 030 / 75 44 23 00
Telefax: 030 / 75 44 23 01

Herausgeber: Sozialstation Biedermann GmbH,
Berlin / Medienbüro Wachsmuth

Redaktion: Adresse siehe oben
Telefon: 030 / 626 088 27
Telefax: 030 / 626 088 29

E-Mail: redaktion@pflegebote.de

Chefredakteur (Vi.S.d.P.): Jörg Wachsmuth (joerg.wachsmuth@pflegebote.de)

Autoren / Redakteure: Gerald Kaden, Umut Karakas, Björn Kähler, Bastian Schmidt, Jörg Wachsmuth, Max Werner

Herstellung: Medienbüro Wachsmuth

Anzeigen: Es gilt Anzeigenpreisliste Nr. 3 (gültig ab Februar 2013)

Homepage: www.pflegebote.de,
gehostet von Goldvision.com

Herausgebers oder der Redaktion wieder. Für unverlangt eingesandte Manuskripte und Unterlagen wird keine Haftung übernommen. Nachdruck - auch auszugsweise - ist nur mit schriftlicher Genehmigung der Redaktion und Quellenangabe gestattet. Postzustellung und Nachbestellung: Gegen eine Gebühr von 3,00 Euro pro Heft kann der PflegeBote per Postzustellung bezogen werden. ©WMG 2016

Der PflegeBote erscheint alle drei Monate und wird an die Kunden der herausgebenden Pflege- und Sozialstationen kostenlos abgegeben und bei Ärzten, Apotheken und weiteren relevanten Einrichtungen und Geschäften ausgelegt. Namentlich gekennzeichnete Beiträge geben die Meinung des Autors, aber nicht unbedingt die des

ONLINE GEDRUCKT VON
SAXOPRINT

Stellenmarkt

Pflegefachkräfte gesucht - Sie suchen eine neue Herausforderung in der ambulanten Pflege, wir bieten Ihnen neuen Arbeitsplatz: Wir stellen **Examierte Pflegefachkräfte (m/w) und Pflegehelfer (m/w)** ein. Senden Sie uns Ihre aussagekräftigen Bewerbungsunterlagen. Adresse unten.

Du suchst einen **Ausbildungsplatz** in einer zukunftssicheren Branche mit guten Qualifizierungs- und Aufstiegschancen? Du möchtest Dich außerdem sozial engagieren, arbeitest gern mit anderen bzw. für andere Menschen, bist zuverlässig, verantwortungsbewusst, gewissenhaft und einfühlsam?

Dann ist die **Ausbildung zur examinierten Altenpflegerin / zum examinierten Altenpfleger** genau das Richtige für Dich!

Die Sozialstation Biedermann GmbH sucht Schulabgänger, Umschüler (mit oder ohne Bildungsgutschein) und alle weiteren Interessierten als AltenpflegeschülerInnen für die 3-jährige Vollzeitausbildung.

Fühlst Du Dich angesprochen?

Sende Deine Bewerbungsunterlagen (Anschreiben, Lebenslauf, (Arbeits-) Zeugnisse) unter Angabe der Referenznummer APS 08/2014 Pfb an die Sozialstation Biedermann GmbH, z. H. Herrn Bösnecker.

Sozialstation Biedermann GmbH

Iranische Straße 2-4, 13347 Berlin

Telefon: 030/461 30 10,

Online-Bewerbung an:

recruiting@sozialstation-biedermann.de

PFLEGE IM ÜBERBLICK



Hälfte der Deutschen sagt Ja zu Organspende Nur jeder Fünfte hat einen Spenderausweis

50 Prozent der Deutschen wären grundsätzlich bereit, Organe zu spenden. Aber: Nur 20 Prozent besitzen einen Organspendeausweis. Fast zwei Drittel der deutschen Bevölkerung wissen nicht, dass man sich mit dem Organspendeausweis auch gegen eine Organspende entscheiden kann. Diese Ergebnisse einer vom Fernsehsender SAT.1 beauftragten repräsentativen GfK-

Studie dokumentieren den großen Aufklärungsbedarf beim Thema Organspende. Mehr als 10.000 Menschen warten derzeit in Deutschland auf ein Spenderorgan. Im Jahr 2015 gab es aber nur 877 Spender. Bis zu drei Menschen sterben täglich wegen fehlender Organe. Die Organspendeausweise können über die Krankenkassen kostenlos bezogen werden. (Foto: BZgA)

Frauen ernähren sich bewusster als Männer

Frauen nehmen sich mehr Zeit zum Essen als Männer und achten bewusster auf ihre Ernährung. Das ist das Ergebnis einer Umfrage im Auftrag der "Apotheken Umschau". Dabei geben deutlich mehr Frauen als Männer an, sich "immer viel Zeit" zum Essen zu nehmen (Frauen: 64,1 %; Männer: 54,5 %). Fast jede Dritte (27,3 %) achtet auch gezielt darauf, sich möglichst kohlenhydratarm zu ernähren (Männer: 15,9 %). Männer hingegen

essen überdurchschnittlich häufig vor dem Fernseher (45,2 %; Frauen: 34,2 %) oder unter Zeitdruck (19,8 %; Frauen: 14,8 %).

Pflege: bessere Beratung

Das Zentrum für Qualität in der Pflege (ZQP) hat nach zweijähriger Arbeit einen Qualitätsrahmen für Beratung in der Pflege vorgestellt, der Politik und Praxis eine lange vermisste Grundlage für Beratungsangebote bieten soll.

Experten über Vor- und Nachteile von Rollatoren

Ein Rollator kann gebrechlichen Menschen Sicherheit geben, sollte nach Expertenmeinung aber möglichst nur vorübergehend oder in bestimmten Situationen eingesetzt werden.

Denn wer über einen längeren Zeitraum ein solches Hilfsmittel nutzt, läuft Gefahr, das normale Gehen zu verlernen. Der Körper gewöhnt sich an die Stütze, Reflexe, die das Fallen verhindern sollen, werden geschwächt.

"Der Rollator vermittelt ein falsches Gefühl von Sicherheit", sagt Dr. Ellen Freiberger vom Institut für Biomedizin des Alterns in Nürnberg. Und DAK-Ärztin Elisabeth Thomas betont: "Bevor der Rollator verord-



net wird, wäre es besser, alle Maßnahmen auszuschöpfen, um sich möglichst lange ohne Hilfsmittel fortzubewegen."

Krankengymnastik, aber auch Kurse zur Sturzprävention könnten helfen. Braucht ein Mensch dann doch ei-

nen Rollator, sollte dieser exakt eingestellt werden, um beispielsweise Haltungsprobleme zu verhindern. Zudem benötigt der Nutzer eine gute Einführung in die Handhabung. "Die meisten Unfälle passieren, weil die Feststellbremse nicht genutzt wird und der Wagen einfach wegerollt", erläutert Professor Ralf-Joachim Schulz vom St.-Marien-Hospital in Köln.

Er sieht den Rollator als Hilfsmittel, insgesamt aber als "einen Segen", denn viele ältere Menschen würden sich ohne Gehhilfe nicht mehr aus dem Haus trauen. Hier verleiht der Rollator nicht nur Sicherheit, sondern ermöglicht ein Stück Mobilität, das dem Nutzer mehr Freiheit ermöglicht. (Foto: E. Whiterose)



mehr im Netz www.pflegebote.de oder facebook.com/pflegebote und twitter.com/pflegebote



Selbsthilfegruppen

im Wohnpflegezentrum am Jüdischen Krankenhaus, Schulstraße 97, 13347 Berlin. Telefonische Anmeldung erbeten. Infotelefon: 030 / 754 42 299. Die Gruppen richten sich an Betroffene und Angehörige.

„Nervenschwäche und Burn-out“

Verdacht auf ein Burn-out, oder kurz davor? Ziel ist es, bereits

vor der akuten Phase Hilfestellung zu geben. 1. Montag im Monat, 14:00 Uhr

„Vergesslich im Alter“

Für Senioren und ihre Angehörigen mit Vergesslichkeit und früher Demenz. 2. Montag im Monat, 14:00 Uhr

„Mit Demenz selbstbestimmt und würdig leben“

Für Pflegebedürftige und Angehörige in Pflegeeinrichtungen

und Wohngemeinschaften, die das Gefühl haben, trotz WBGV bevormundet zu werden. 3. Montag im Monat, 14:00 Uhr

„Junge Alte helfen alten Alten mit Demenz“

Die SHG animiert zu ehrenamtlicher Tätigkeit. 4. Montag im Monat, 14:00 Uhr

Weitere Selbsthilfegruppe im Netz unter [@www.sekis.de](http://www.sekis.de)

Pflegebedürftigkeit wird neu definiert

Mit dem 2. Pflegestärkungsgesetz, das am 1. Januar 2017 in Kraft tritt, wird auch der Begriff der Pflegebedürftigkeit in Deutschland neu definiert. Auf den ersten Blick scheinen die Versprechen der Politik ein Paradies für Pflegebedürftige zu versprechen, bei den Details gibt es aber massive Probleme.



Bundesgesundheitsminister Hermann Gröhe freut sich über seine Pflegereform (Foto: Bundesregierung / Laurence Chaperon)

Der Bundesgesundheitsminister Hermann Gröhe darf sich auf die Schulter klopfen, mit dem Pflegestärkungsgesetz, das in zwei Schritten in Kraft tritt, ist es ihm gelungen, Pflege in Deutschland neu zu definieren. Das Ziel, auch Personen mit eingeschränkter Alltagskompetenz, also vor allem Demenz, stärker an der Pflege teilhaben zu lassen, ist gelungen. Ab 2017 wird die Pflegebedürftigkeit nicht mehr in Pflegestufen gemessen, sondern in

Pflegegrade eingeteilt. Die Aufschläge für eingeschränkte Alltagskompetenz fallen dann weg und werden in die neuen fünf Pflegegrade integriert. Und auch bei der Überprüfung der Pflegebedürftigkeit durch den Medizinischen Dienst der Krankenversicherungen (MDK) wird das Kriterium Demenz erstmalig intensiv beachtet.

Niemand wird schlechter gestellt, hat Gröhe den Bürgern versprochen. Das stimmt, soweit es das Jahr 2016 betrifft. Ab dem 1. Juli 2016 werden Neubeurteilungen durch den MDK auch schon nach den neuen Kriterien durchgeführt, aber dennoch Pflegestufen vergeben.

Zum 1. Januar 2017 besitzen dann alle bisherigen Pflegebedürftigen einen Pflegegrad, wobei dies sich durch eine geschickte Überführung des neuen Systems zu meist positiv auswirkt.

Die Probleme entstehen erst im kommenden Jahr, warnen Pflegeverbände und Sozialstationen. Die Konzentration auf Demenz hat dazu geführt, dass die Pflegebedürftigen, die fit im Kopf sind, aber deren Mobilitätseinschränkungen massiv sind, deutlich schlechter gestellt werden.

Als Beispiel wird der ab dem Hals abwärts Querschnittsgelähmte genannt, wie etwa im erfolgreichen Kinofilm „Ziemlich beste Freunde“. Er ist auf eine Versorgung rund um die Uhr angewiesen, sein Gehirn und die Sprache aber nicht betroffen. Bisher wäre es vermutlich eine Pflegestufe 3 und Umständen mit Härtefallregelung. Ab dem kommenden Jahr würde ein solcher Patient in einen niedrigen Pflegegrad einsortiert werden, da bei der Einstufung auch die geistigen Fähigkeiten eine massive Rolle spielen. Finanziell wird es also bei denselben Symptomen unterschiedlich viel Geld von der Pflege-

	Ohne eingeschränkte Alltagskompetenz	Mit eingeschränkter Alltagskompetenz
Pflegestufe 0 , aber festgestellte eingeschränkte Alltagskompetenz	.	Pflegegrad 2
Pflegestufe 1	Pflegegrad 2	Pflegegrad 3
Pflegestufe 2	Pflegegrad 3	Pflegegrad 4
Pflegestufe 3	Pflegegrad 4	Pflegegrad 5
Pflegestufe 3 und Härtefall	Pflegegrad 5	Pflegegrad 5

Überleitung der Pflegestufen in Pflegegrade (Grafik: BPA)

versicherung geben, je nachdem, ob die Pflegebedürftigkeit 2016 oder erst 2017 eingetreten ist. Hier bleibt der Politik noch bis zur Sommerpause die Möglichkeit zur Nachbesserung, warnen die Verbände, sonst dürften sich die Gerichte damit beschäftigen. Die Pflege wäre dann sicher auch etwas für das Bundesverfassungsgericht in Karlsruhe.

Aber versuchen wir zunächst einen Überblick zu bekommen. Die bisher drei Pflegestufen werden zu fünf Pflegegraden, dabei wird Demenz in die Beurteilung einfließen. Zunächst soll niemand schlechter gestellt werden, so das Versprechen der Politik, größtenteils wird dies eingehalten. Die Pflegestufe I+ (mit eingeschränkter Alltagskompetenz) wird zum neuen Pflegegrad 3, dies bedeutet in der Ambulanten Pflege einen Anstieg der Sachleistungen um 88% pro Monat von derzeit 689 € auf künftig 1.298 €, das sind satte 609 € mehr. Bei den Erhöhungen leer ausgehen allerdings diejenigen, die eine Pflegestufe III bzw. Pflegestufe III mit Härtefall besitzen, der Spitzensatz bleibt hier auch 2017 nach der Umstellung auf Pflegegrad 5 bei 1.995,00 €. Immerhin bei einer stationären Unterbringung im Heim wird es noch 10,00 € im Monat geben,

also 2.005,00 €. Um ganze 294,00 € oder 28% dagegen sinken hier die Leistungen in der Pflegestufe I ohne eingeschränkte Alltagskompetenz von 1.064€ auf nur noch 770 € (Pflegegrad 2). Auch in der demenzfreien Pflegestufe II gibt es im Heim künftig 68,00 € weniger pro Monat.

Bereits bei der Beantragung der Pflegebedürftigkeit sind die Gutachter des MDK angehalten, konkrete

Empfehlungen für die Hilfsmittel- und Pflegehilfsmittelversorgung abzugeben. Stimmt der Versicherte den Vorschlägen zu, gelten diese als Leistungsantrag.

Um den MDK zu entlasten, sollen vom 1. Juli 2016 bis zum 31. Dezember 2018 keine sogenannten Wiederholungsbegutachtungen durchgeführt werden, und der MDK hat künftig nur noch 25 Arbeitstage, um eine beantragte Begutachtung durchzuführen, dies gilt aber erst ab dem 1. Januar 2018. Und nach dem Anstieg des Beitrags zur Pflegeversicherung um 0,2% verspricht das Ministerium nun Beitragsstabilität bis 2022. (Grafiken: BPA) | **Jörg Wachsmuth**

Künftige Sachleistungen bei ambulanter Pflege

	Sachleistungen nach § 36 SGB XI bisher	Ab 2017	Veränderung absolut	Veränderung prozentual
Pflegestufe I ohne e. AK	468 €	Pflegegrad 2: 689 €	+ 221 €	+ 47 %
Pflegestufe I mit e. AK	689 €	Pflegegrad 3: 1.298 €	+ 609 €	+ 88 %
Pflegestufe II ohne e. AK	1.144 €	Pflegegrad 3: 1.298 €	+ 154 €	+ 13 %
Pflegestufe II mit e. AK	1.298 €	Pflegegrad 4: 1.612 €	+ 314 €	+ 24 %
Pflegestufe III ohne e. AK	1.612 €	Pflegegrad 4: 1.612 €	+/- 0 €	+/- 0 %
Pflegestufe III mit e. AK	1.612 €	Pflegegrad 5: 1.995 €	+ 383 €	+ 24 %
Pflegestufe III und Härtefall ohne e. AK	1.995 €	Pflegegrad 5: 1.995 €	+/- 0 €	+/- 0 %
Pflegestufe III und Härtefall mit e. AK	1.995 €	Pflegegrad 5: 1.995 €	+/- 0 €	+/- 0 %



Busknoten Berlin

Der ZOB am Funkturm

Seit 2013 ist der Fernbusverkehr in Deutschland liberalisiert. Neue Busanbieter und Strecken gingen in Betrieb, auf den Autobahnen fahren grüne, blaue, weiße und gelbe Busse. Dazu kommen zahlreiche ausländische Anbieter, die Ziele in Europa mit Deutschland verbinden. Vor allem günstiger als die Bahn ist der Bus. Man braucht deutlich mehr Zeit, dafür sind die modernen Fahrzeuge mit bequemen Sitzen, Steckdosen, Getränke- und Snackverpflegung, aber vor allem mit kostenlosem mobilem Internet ausgestattet. Die Deutsche Bahn klagt nun über massive Umsatzrückgänge im Bahnverkehr, ist aber selber Inhaber der größten Busflotte in Deutschland.



Wildes Treiben am ZOB vor dem ICC(Foto: PflegeBote)

Bereits in den 1930er Jahren wurde der Omnibusfernverkehr als eine Gefahr für die mächtige Reichsbahn erkannt, so wurde zum 1. April 1935 ein Personenbeförderungsgesetz (PBefG) in Kraft gesetzt, das bis zur Novellierung Ende 2012 neue Buslinien verhinderte,

wenn dieselbe Verkehrsleistung bereits durch andere Verkehrsmittel (Eisenbahn, bestehende Buslinien) in befriedigendem Umfang erbracht wurde. So wurden vor allem Bahnstrecken geschützt und der Busverkehr weitgehend auf Regionalverbindungen beschränkt, die im Zubringerdienst der Bahn standen.

Geschichtlich bedingt gab es während der Teilung ein großes Netz von Bussen ab Berlin (West) nach Westdeutschland. Die Linien waren als Alternative zu der von der DDR betriebenen Reichsbahn gedacht. Auch nach der Wiedervereinigung durfte Berlin-Linienbus sein Netz weiterbetreiben und ausbauen.

Ziel war der bis heute größte Busbahnhof in Deutschland, der Zentrale Omnibus-Bahnhof unter dem Funkturm im Charlottenburger Westend am Messedamm. Der 1966 eröffnete Busbahnhof verfügt über insgesamt



Taxistand am Zugang zum ZOB (links), die Busse warten auf ihre Abfahrt (rechts) (Fotos: PflegeBote)

35 Haltestellen, einen Wartebereich, einen Kiosk, Verkaufsstellen mehrerer Buslinien, ein Hotel und zwei Restaurants, einen Autoverleih, Parkplätze, eine Taxivorfahrt und seit einem halben Jahr einem Container von McDonalds. Die Busbetriebe schätzen vor allem die Nähe zu Stadtautobahn und AVUS. Betrieben wird er von einer Tochter der BVG.

Das Fahrgastaufkommen hat in den letzten Jahren stark zugenommen, inzwischen irren zwischen Ringbahn und U-Bahnhof Kaiserdamm täglich Menschen aus der ganzen Welt mit ihren Rollkoffern und fragend suchend nach den Fernbussen.

Am Ende der Kapazität ist er ebenfalls, weswegen nach etlichen Überlegungen nun der Umbau und die Renovierung am Standort geplant ist. Noch im Juni sollen die dreijährigen Baumassnahmen beginnen, 3,7 Millionen Euro sind dafür geplant. Die dann 37 Bushaltestellen sollen besser genutzt werden können, als es heute der Fall ist.

Derzeit wird der ZOB in Berlin von 55 Busunternehmen regelmäßig und zehn weiteren Unternehmen ihn Gelegenheitsverkehr angefahren. Jährlich kommt es zu einem Zuwachs von 20%. Gut 12 Millionen Passagiere wurden im vergangenen Jahr am ZOB abgefertigt. | **Bastian Schmidt**

Nutzungsentwicklung ZOB Berlin

Jahr	An- und Abfahrten
2012	64.000
2013	99.870
2014	175.000
2015	210.000

Der ZOB Berlin zählte 2012 3,2 Millionen Fahrgäste, zwei Jahre später (2014) waren es schon 9 Millionen.

Anteil von Bussen am Fernverkehr (Bahn und Bus)

2012	2,2 %
2013	5,9 %
2014	11,0 %

2014 wurden von 28 Bus-Anbietern insgesamt 249 Linien bedient.

EINMAL GUT GELACHT..

Mein Hund jagte immer Leuten auf dem Fahrrad hinterher, bis ich ihm das Fahrrad wegnahm!

Sitzen zwei Doofe in der Wüste. Nach ein paar Stunden sagt der eine: "Rutsch mal 'n Stück, ich will auch im Sand sitzen! "

*Kann ein Känguru höher als ein Haus springen?
Ja! Weil ein Haus nicht springen kann.*

Wenn ich die Namen von Liebespaaren in Bäume eingritz sehe, denke ich nicht: "Ach, wie süß!"

Nein, ich denke: "Erstaunlich, wie viele Leute ein Messer zu einem Date mitbringen"

Vater zur Tochter:" Was wünschst du dir zum Geburtstag?" - Tochter: „Ein Einhorn!“ - Vater: „Bitte was Realistisches!“ - Tochter: „Ok, dann wünsche ich mir einen Freund, mit dem ich ausgehen und knutschen kann.“ - Vater: „Welche Farbe soll das Einhorn haben?“

Worte der Weisheit

„Du musst die Veränderung sein,
die du in dieser Welt sehen möchtest.“ -Gandhi

Auf dem Amt:

„Donnerwetter“, rief der Vorgesetzte, als er den neuen Beamten-Kollegen schlafend vorfand, „der hat sich bei uns aber wirklich schnell eingearbeitet.“

SUDOKU-RÄTSEL

					4	7		
4	3					9		1
		6		7	1			
6						5	9	
	1				5			3
	7						4	
	8		4		2		3	7
2								9
		1			3		5	

ANLEITUNG: Das Spiel besteht aus einem Gitterfeld mit 3 × 3 Blöcken, die jeweils in 3 × 3 Felder unterteilt sind, insgesamt also 81 Felder in 9 Zeilen und 9 Spalten. In einige dieser Felder sind schon zu Beginn Ziffern zwischen 1 und 9 eingetragen („Lösungszahlen“).

Ziel des Spiels ist es, die leeren Felder des Rätsels so zu vervollständigen, dass in jeder der je neun Zeilen, Spalten und Blöcke jede Ziffer von 1 bis 9 genau einmal auftritt. Viel Spaß!

Eine Lösung zum SUDOKU:

2	5	4	3	6	8	1	9	7
6	1	8	9	5	7	3	4	2
7	3	9	2	1	4	6	8	5
9	4	1	6	8	2	5	7	3
3	7	2	5	4	9	8	1	6
8	9	5	7	3	1	4	2	6
4	2	3	1	7	6	9	5	8
1	9	6	8	2	5	7	3	4
5	8	7	4	9	3	6	2	1

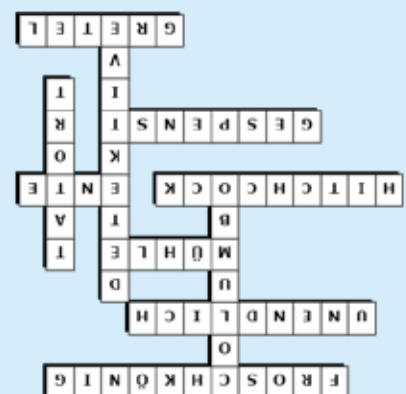
KREUZWORTRÄTSEL



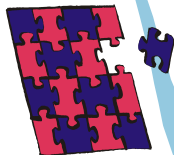
Märchen, Film & TV

1. Was klappert am rauschenden Bach...
2. Schwester von Hensel
3. Wer wartet am Brunnen
4. Wie lang ist die Geschichte von Michael Ende
5. Sonntag, 20:15 Uhr,, ARD
6. Donald Duck ist eine...
7. Hui Buh ist ein...
8. Die drei Fragezeichen sind...
9. Peter Falk spielte die Hauptrolle in...
10. "Die Vögel" ist von Alfred...

Lösung:



Leben in Würde e.V.



Sie schaffen es nicht mehr allein zu Haus? Aber ins Heim möchten Sie auch nicht? Dann fragen Sie uns!



Wir haben als gemeinnütziger Verein bereits in mehreren Bezirken Pflege-Wohngemeinschaften aufgebaut und bieten aus Erfahrung ehrliche, unabhängige Beratung zu allen Fragen rund um dieses Thema. Dabei arbeiten wir mit unterschiedlichen Pflegediensten zusammen und begleiten Sie gern auf Ihrem Weg in ein zunehmend beliebtes Angebot der Pflegeversicherung.

In kleinen, gemütlichen Wohneinheiten sind rund um die Uhr kompetente Fachpflege und vielfältige Freizeitangebote gewährleistet.

**Rufen Sie einfach an:
(030) 75 44 22 97**

Leben in Würde e.V.
Schulstraße 97 - 13347 Berlin
Tel: 030 / 75 44 22 97 - Fax: 030 / 75 44 23 01
E-Mail: info@verein-leben-in-wuerde.de -
<http://www.verein-leben-in-wuerde.de>

LESETIPP_s

Bettina Rath:

Momente des Erinnerns - Buchreihe hilft bei der Pflege Demenzkranker

Zeitzeugen-Erinnerungen aus der Kindheit und Jugend haben sich als erfolgreiches Mittel erwiesen, um die Gemüter von Demenzkranken zu erfreuen und positiv zu aktivieren. Die Psychologin und Diplomaltenpflegerin Bettina Rath hat lange nach geeigneten Vorlesetexten gesucht. Dabei stieß sie auf die populär-geschichtliche Buchreihe Zeitgut,

die Zeitzeugen-Erinnerungen aus Deutschland im 20. Jahrhundert veröffentlicht.

Beim Vorlesen dieser Texte stieß sie auf ein erstaunlich positives Echo. Ihre sonst oft unkonzentrierten Patienten hörten begeistert zu, und die eigenen Erinnerungen erwachten. Aus diesen Beobachtungen entstanden die „Vorlesebücher für die Altenpflege“ mit authentischen Zeitzeugen-Erinnerungen.

Aus dem Fundus der Reihe Zeitgut wurden Texte ausgewählt. Bereits vier Vorlesebücher mit Schilderungen aus den Jahren zwischen 1920 bis 1955 sind veröffentlicht, die Zeit, in der die heutigen Senioren ihre eigene Kindheit und Jugend erlebten.



Die Bände „Momente des Erinnerns“ sind sehr gut für das Vorlesen in der häuslichen Pflege einzusetzen. Wie im Pflegeheim gibt es auch hier vielfach Spannungen durch Sinnverluste und innere Leere bei den alten, pflegebedürftigen Menschen. Gelingt es, die durchaus

noch vorhandenen Erinnerungen aus dem Langzeitgedächtnis zu aktivieren, können Gefühle von Glück und Zufriedenheit wieder auftauchen.

Momente des Erinnerns

Vorlesebücher für die Altenpflege

Idee: Bettina Rath.

Band 1 bis 4, Zeitgut Verlag, Berlin.

Je Band 128 Seiten, Fadenheftung, größere Schrift, Abbildungen.

Alle 4 Bände im Schuber 39,60 Euro.

Einzelband je 12,90 Euro.

Gewinnen Sie einmal Band 4 der Reihe „Momente des Erinnerns“, senden Sie eine Postkarte mit Ihrer Adresse an: **PflegeBote c/o BES Service GmbH, Schulstraße 97, 13347 Berlin** (Einsendeschluss ist der 30. Mai 2016, der Rechtsweg ist ausgeschlossen)

AUS IHRER SOZIALSTATION

Bitte recht freundlich!



Erste Station Potsdamer Platz. Gruppe aufgebaut, Fotograf aufgestellt. Lächeln. Fotos. Einpacken und weiter. Auch das Haus der Kulturen der Welt, die „Schwangere Auster“, Goldelse und Amtsgericht Wedding waren Ziele. Natürlich wurden auch beim Jüdischen Krankenhaus foto-

Ab zum Fotoshooting an einem sonnigen Herbsttag. Bus und ein PKW der Sozialstation Biedermann machten sich inklusive Fotograf E. Whiterose und den Inhabern der Sozialstation, den Geschwistern

grafierte. Eine Auswahl der Fotos findet sich im Fotokalender 2016 der Sozialstation Biedermann, andere Bilder werden Sie sicher im Pflegeboten oder auf Plakaten und Flyern finden. Schon geplant Fotokalender 2017. Dann mit Fotos bereits im Sommer und sicher mit mehr Zeit. Wegen der Königsberger Klopse zum Mittag wurde das Shooting auf den Vormittag beschränkt. Spaß hat es trotzdem gemacht.

(Fotos: E. Whiterose (oben), Wachsmuth (unten))



Caroline und Michael auf zu verschiedenen Locations in Berlin.



Sozialstation Biedermann GmbH

Iranische Straße 2-4, 13347 Berlin,
Eingang: Heinz-Galinski-Straße 1

Tel.: 030 / 461 30 10

Fax: 030 / 4900 0909

info@sozialstation-biedermann.de

Beratungcenter der Sozialstation Biedermann

Müllerstraße 143, 13353 Berlin
beim AOK Centrum für Gesundheit

Tel.: 030 / 498 731 73

Im Internet unter
sozialstation-biedermann.de



facebook.com/
SozialstationBiedermann

Wichtige Telefonnummern

Polizeiruf 110
Feuerwehr 112

Zentraler Behördenruf
115 (Ortstarif)

Kassenärztlicher Notdienst
116 117

Zahnärztlicher Notdienst
030 / 89 00 43 33

Telefonseelsorge e.V.
0800 111 0 111

Kirchliche Telefonseelsorge
0800 111 0 222

Berliner Krisendienst Mitte
030 / 390 63 10 (16-23 Uhr)

**Pflegestützpunkt
Berlin GmbH**

Pflegeberatung
030 / 754 42 299

Wegweiser e.V.
(Patientenschutzverein)

030 / 754 42 298

Leben in Würde e.V.

030 / 75 44 22 97

**Wohnpflegezentrum am
Jüdischen Krankenhaus**
030 / 4994 33 00

LISA - Hausnotrufsystem
030 / 19 705

Taxiruf
0800 22222 55

Pflege-Report 2016: Pflegende Angehörige kennen Unterstützungsangebote, nutzen sie aber wenig

Die meisten pflegenden Angehörigen kennen die zusätzlichen Unterstützungsangebote der gesetzlichen Pflegeversicherung. Genutzt werden sie aber häufig nur von einer Minderheit. Das ergibt eine aktuelle Befragung des Wissenschaftlichen Instituts der AOK (WiDO) unter 1.000 pflegenden Angehörigen im Rahmen des Pflege-Reports 2016. Gleichzeitig sagt jeder vierte Pflegehaushalt, der weder Pflegedienst noch Tagespflege oder Kurz- und Verhinderungspflege in Anspruch nimmt, dass er genau diese Leistungen eigentlich benötige.

Unter den Nutzern der zusätzlichen Entlastungsleistungen ist die Zufriedenheit hoch, und das professionelle Pflegepersonal wird als kompetent eingestuft. Allerdings werden mit Ausnahme des Pflegedienstes (Nutzung durch 64%) alle anderen Angebote von weniger als jedem fünften Befragten in Anspruch genommen.



Als Gründe werden zum Beispiel Kosten, mangelnde Erreichbarkeit oder schlechte Erfahrungen angegeben. Die am häufigste genannte Ursache ist jedoch: Viele Pflegebedürftige wollen nicht von einer fremden Person gepflegt werden.

Antje Schwinger, Pflegeexpertin des WiDO und Mitherausgeberin des Reports, sieht hier Barrieren. "Wir müssen die Bedürfnisse der Betroffenen noch besser verstehen und gleichzeitig mit guter Beratung und niedrigschwelligem Angeboten überzeugen. Allerdings zeigt sich hier auch ein tief sitzendes Selbstverständnis von familiärer Pflege, in das Pflichtgefühl und Scham mit hineinspielen."

Martin Litsch von der AOK fordert eine Straffung bei den Regelungen. "Die Pflegeversicherung hat sich bewährt. Aber wir müssen ihre Leistungen noch einfacher

und flexibler gestalten." Zum Beispiel könne man die beiden Leistungen "Verhinderungspflege" und "Kurzzeitpflege" zusammenlegen. "Statt hier zwei verschiedene Regelungen und Budgets vorzusehen, sprechen wir uns für die Bündelung aus. Es geht um 3.224 Euro für 14 Wochen je Kalenderjahr. Pflegende Angehörige wissen selbst am besten, wie sie während einer Auszeit das Geld am sinnvollsten einsetzen können."

Die Arbeitsleistung von pflegenden Angehörigen veranschaulicht der Chef des AOK-Bundesverbands mit einer einfachen Rechnung. "Wenn man die Stundenzahl, die pflegende Angehörige aufwenden, mit dem heutigen Mindestlohn multipliziert, dann liegt die Wertschöpfung bei sage und schreibe rund 37 Milliarden Euro pro Jahr. Eine gewaltige Summe, wenn man bedenkt, dass die Pflegeversicherung selbst nur ein Einnahmenvolumen von rund 26 Milliarden Euro umfasst."

Der spezifische Versorgungsmix aus familiärer und professioneller Pflege biete zwar gute Voraussetzungen für die Bewältigung des steigenden Pflegebedarfs, so die Mitherausgeberin des Reports, Prof. Adelheid Kuhlmei, aber dazu müssten die vorhandenen Potenziale auch voll ausgeschöpft werden. "Entwicklungsmöglichkeiten für die professionelle Pflege liegen in der gemeinsamen Ausbildung von Gesundheits-, Kranken- und Altenpflege sowie der weiteren Akademisierung." Man wisse aus anderen Ländern, dass die Akademisierung der Pflege- und anderer Gesundheitsberufe sich äußerst positiv ausgewirkt habe. "Bildung und Aufwertung, das ist die zentrale Botschaft, die wir dem Report entnehmen können." Zugleich betont Kuhlmei, Pflege endlich als gesamtgesellschaftliche Aufgabe zu sehen: "Das Engagement der Städte und Gemeinden ist bisher noch sehr unterschiedlich ausgeprägt." Spätestens mit dem Pflegegestärkungsgesetz müsse es aber auch auf kommunaler Ebene zu Veränderungen kommen." Mehr Unterstützungsmöglichkeiten sieht Kuhlmei noch an anderer Stelle: "Pflege ist überwiegend noch Frauensache. Die Gleichstellungsdebatte sollte auch auf diesen Bereich ausgeweitet werden." | **AOK Presse**

(Foto:AOK Mediendienst)

Beratung - Betreuung - Unterstützung

**Beratungs- und
Schulungsangebote**

Freizeitangebote

Entlastung Angehöriger

Hilfe und Betreuung

Pflegestützpunkt Berlin GmbH

Tel.: (030) 75 44 22 99 - www.pflege-stuetzpunkt-berlin.de

Wenn Sie als Familienangehörige z.B. Demenzkranke oder Menschen mit geistiger Behinderung betreuen, übernehmen wir im Rahmen der stundenweisen Entlastung als neuer Hilfeform der Pflegeversicherung vorübergehend die komplette Versorgung. Zu den Leistungsvoraussetzungen sprechen Sie uns bitte an.

Unsere Zentrale im Wohnpflegezentrum am Jüdischen Krankenhaus Berlin:
Pflegestützpunkt Berlin GmbH - Schulstraße 97 - 13347 Berlin

Mehr Unabhängigkeit, mehr Sicherheit! LISA Hausnotruf

Haben Sie schon über die Leistungen eines Hausnotrufs nachgedacht?
Der "Rote Knopf" am Armband gibt Ihnen mehr Sicherheit und ermöglicht es,
länger die Unabhängigkeit in den eigenen vier Wänden zu erhalten.

Im Notfall sind wir für Sie da, jederzeit, 24 Stunden am Tag.

Und die monatlichen Grundgebühren für den Hausnotrufmelder und den Sender
werden für Pflegebedürftige, die ein solches Gerät benötigen, sogar durch
die Pflegeversicherung übernommen.

Fragen Sie uns, wir beraten Sie gerne!

030 / 19 705

LISA - Life Science Assistance - Flughafen Tempelhof Bauteil 3 - 12101 Berlin
Serviceruf 030 / 19 705 - Verwaltung 030 / 69 56 98 0 - FAX 030 / 69 56 98 20

Über 25 Jahre - Ihr ambulanter Fachpflegedienst in Berlin



Wir stellen ein:
Krankenschwestern
-pfleger
Altenpflegerinnen
und bilden aus:
Altenpflegerinnen

SOZIALSTATION BIEDERMANN

**Rund um die Uhr
für Sie erreichbar
030 / 461 30 10**

- Häusliche Kranken- und Altenpflege
- Hauspflege, Seniorenpflege
- Gerontopsychiatrische Pflege
- Pflege in Wohngemeinschaften
- Verhinderungspflege
- Betreutes Wohnen
- Soziale Beratung
- Pflegeüberleitung
- Hausnotruf
- RAL Gütezeichen
- MDK geprüft



facebook.com/

SozialstationBiedermann

**Beratungcenter der
Sozialstation Biedermann**
Müllerstraße 143
13353 Berlin - Wedding
am AOK - Centrum für Gesundheit
 Seestraße



Sozialstation Biedermann GmbH

Iranische Straße 2-4

13347 Berlin

Tel. 030 / 4 61 30 10

Fax 030 / 49 00 09 09

info@sozialstation-biedermann.de

www.sozialstation-biedermann.de