

PFLEGEBOTE

DAS MAGAZIN ÜBER SOZIALES PFLEGE GESUNDHEIT VON IHREM AMBU

20
Jahre
1997-2017



Tipps zum
Essen & Trinken
bei Demenz

Seit über 20 Jahren in Reinickendorf und Spandau
Freundlich - gründlich - zuverlässig!

Telefon:

030 / 416 98 11
www.sozialstationmobil.de

Alles was wir für Sie tun...

Unser neuer Flyer, gedruckt bei unseren Mitarbeitern und im Büro, als PDF-Datei zum Download auf www.sozialstationmobil.de



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

Inhalt

Pflege im Überblick:	4
Essen & Trinken bei Demenz	6
Jean Paul	8
Rätsel & Humor	10
Kreuzworträtsel	11
Lese- und Buchtipp	12
Aus Ihrer Sozialstation: 20 Jahre Sozialstation Mobil	13
Pflegenotstand in Potsdam	14



Titelbild:

Küchenglück (Foto: Adobe Stock)



**Liebe Leserinnen,
liebe Leser,**

wieder erwartet Sie eine bunte Ausgabe Ihres PflegeBoten. Mit der Einführung des Pflegestärkungsgesetzes II zu Beginn des Jahres, der Umstellung auf Pflegegrade, wurde das Thema „Demenz“ in der Pflegeversicherung gestärkt.

Ausführlich beschäftigen wir uns mit dem Thema „Essen & Trinken“ und versuchen, einige Anregungen und Tipps zu geben, wie Sie Ihre an Demenz erkrankten Angehörigen bei der Ernährung unterstützen können.

Ein Blick werfen wir auf den Dichter und Schriftsteller Jean Paul, der eine Zeit in Berlin wirkte, aber dessen Erbe vor allem in Bayreuth erkennbar ist.

Und es gibt etwas zu feiern: Ihre Sozialstation Mobil ist nun schon 20 Jahre für Sie in Reinickendorf und Spandau im Auftrag der ambulanten Pflege unterwegs.

*Ihr Dr. Jan Basche
und das Team Ihrer Sozialstation Mobil GmbH*

IMPRESSUM

PflegeBote

Das Magazin über Soziales Pflege
Gesundheit von Ihrem Pflegedienst

www.pflegebote.de
8. Jahrgang 2017

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

Herausgeber: Sozialstation Mobil GmbH, Berlin /
Medienbüro Wachsmuth

Redaktion: Adresse siehe oben
Telefon: 030 / 626 088 27
Telefax: 030 / 626 088 29
E-Mail: redaktion@pflegebote.de

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

Autoren / Redakteure: Gerald Kaden, Umut Karakas, 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

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 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. ©WVG 2017

ONLINE GEDRUCKT VON
SAXOPRINT

Stellenmarkt

Pflegefachkräfte gesucht - Sie suchen eine neue Herausforderung in der ambulanten Pflege, wir bieten Ihnen neuen Arbeitsplatz:

Wir stellen **Examinierte Gesundheits- und Krankenpflegekräfte, Altenpflegekräfte (m/w)** ein in Voll- und Teilzeit.

Wir erwarten eine abgeschlossene Ausbildung/Examen, für ausländische Abschlüsse eine Anerkennung, erste berufliche Erfahrungen, Engagement, Verantwortungsbewusstsein, höfliches und zuvorkommendes Auftreten, Hohes Einfühlungsvermögen, Kommunikationsstärke, Teamfähigkeit, Führerschein Klasse B bzw. 3, Bereitschaft zu Weiterbildungen, Erste Hilfe Kurs, Gesundheitspass.

Wir bieten eine leistungsgerechte Bezahlung und Sozialleistungen, ein freundliches und qualifiziertes Team und bei Verfügbarkeit einen Pkw.

Senden Sie uns bitte Ihre aussagekräftigen Bewerbungsunterlagen (Anschreiben, Lebenslauf, Zeugnisse) an die

Sozialstation Mobil GmbH

Wilhelmsruher Damm 198

13435 Berlin

oder auch gerne als Onlinebewerbung per E-Mail an pflege@berlin.de

Sollten Sie noch Rückfragen haben, erreichen Sie uns unter

Tel.: 030 / 416 98 11

PFLEGE IM ÜBERBLICK

MDK veröffentlicht Flyer zu Pflegebegutachtung

Mit Einführung der neuen Pflegebegutachtung hat der MDK auch die Informationen für Versicherte und ihre Angehörigen aktualisiert. Erstmals werden die Informationen zur Pflegebegutachtung auch in leichter Sprache angeboten.

Wie läuft eine Pflegebegutachtung ab? Welche Fragen werden von den Gutachterinnen oder Gutachtern gestellt? Und was ändert sich durch die Einführung des neuen Begutachtungsverfahrens in der Pflege? Vor dem Besuch einer Gutachterin oder eines Gutachters haben Versicherte und ihre Angehörigen viele Fragen.

Damit sich Betroffene besser auf den Besuch vorbereiten können, hat der MDK ein neues Faltblatt "Informationen zur Pflegebegutachtung" herausgegeben. Darin wird kurz und verständlich informiert über



die Pflegebegutachtung. Kompakt und übersichtlich finden Interessierte zudem die wichtigsten Fakten zu den neuen Pflegegraden. In einer Checkliste sind alle Infos für die Vorbereitung des Hausbesuchs auf einen Blick zusammengefasst. Für Menschen mit kognitiven Einschränkungen oder Lernschwierigkeiten

liegt das Faltblatt auch in leichter Sprache vor. Der MDK Nordrhein setzt sich damit für ein barrierefreies Angebot von Informationen ein. Das Faltblatt gibt es außerdem auch in englischer, griechischer, italienischer, kroatischer, polnischer, russischer und türkischer Sprache.

Das Faltblatt "Informationen zur Pflegebegutachtung" steht unter www.pflegebegutachtung.de zum Herunterladen bereit. (Foto: obs/MDK Oberrhein)

GPS-Ortung für Demenzerkrankte nimmt zu

Immer mehr Pfegende von Menschen mit Demenz setzen Ortungssysteme ein, um die Angehörigen zu finden, wenn sie sich verlaufen. Rund 10.000 Geräte kommen pro Jahr dazu, berichtet der "Senioren Ratgeber". Studien der Charite zu GPS-Ortungshilfen zeigen, dass Hightech besorgte Angehörige

enorm beruhigt. Kommt der an Demenz erkrankte Vater oder Partner nicht heim, lässt sich seine Position per Handy oder am PC rasch ermitteln. Tipp: Einen Hersteller suchen, der den Sender verleiht. Erst im Alltag lässt sich ausprobieren, wie gut die Ortung klappt und ob die Akkulaufzeit reicht.

Neuer kostenloser Ratgeber zu Essen und Trinken

Essen und Trinken sind menschliche Grundbedürfnisse, die erheblich zu Gesundheit und Lebensqualität beitragen. Für viele pflegebedürftige Menschen bedeuten die täglichen Mahlzeiten eine enorme Herausforderung: Kau- oder Schluckbeschwerden, motorische Einschränkungen, Appetitlosigkeit oder Vergesslichkeit können die Nahrungsaufnahme erheblich erschweren und zum Beispiel Mangelernährung zur Folge haben.

Von den rund 1,8 Millionen Menschen in Deutschland, die zuhause gepflegt werden, bekommen die allermeisten von ihren Angehörigen Unterstützung, wenn sie Hilfe bei der Zubereitung und Einnahme von Mahlzeiten benötigen. Familienmitglieder brauchen dabei ein hohes Maß an Einfühlungsvermögen, aber auch spezifisches Pflegewissen, damit sie den besonderen Bedürfnissen und Bedarfen eines Pflegebedürftigen bei der Ernährung gerecht werden können. Vor diesem Hinter-

grund hat das ZQP einen kostenlosen Ratgeber für pflegende Angehörige mit Informationen und praktischen Hinweisen rund um das Thema Essen und Trinken entwickelt.

Der Ratgeber gibt einen Überblick, welche Grundregeln für eine richtige Unterstützung bei Essen und Trinken wichtig sind und bietet konkrete Handlungsanregungen. Darüber hinaus wird aufgezeigt, mit welchen Tricks und Hilfsmitteln pflegebedürftigen Menschen die Nahrungsaufnahme erleichtert werden kann. Ein Besteck mit verstärkten Griffen ist beispielsweise bei verminderter Kraft und Beweglichkeit der Hände hilfreich. Zudem finden pflegende Angehörige zahlreiche praxisrelevante Hinweise, wie sie mit konkreten Problemen bei der Nahrungsaufnahme umgehen können. Mehr zum neuen ZQP-Ratgeber auf www.zqp.de, es gibt eine kostenlose Printausgabe.



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



Help FM - Selbsthilferadio



Das Selbsthilfe-Radio, jeden Donnerstag

von 20:00 bis 21:00 Uhr auf dem Potsdamer Radiosender BHeins (Potsdam 95,3 MHz, Berlin und Brandenburg DAB+ Kanal 7B, www.BHeins.de)

Selbsthilfegruppen

im Wohnpflegezentrum am Jüdischen Krankenhaus, Schulstraße 97, 13347 Berlin. Telefonische Anmeldung erbeten. Infotelefon: 030 / 754 42 299. Die Gruppen

sind für 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. Donnerstag 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. Donnerstag im Monat, 14:00 Uhr

„Junge Alte helfen alten Alten mit Demenz“

Die SHG animiert zu ehrenamtlicher Tätigkeit. 4. Donnerstag im Monat, 14:00 Uhr
Weitere Selbsthilfegruppe im Netz unter [@www.sekis.de](http://www.sekis.de)



Foto: Adobe Stock

Tipps zum Essen & Trinken bei Demenz

Essen und Trinken im Alter ist bei den meisten Menschen problematisch. Im Fall einer Demenzerkrankung treten hier weitere Schwierigkeiten auf. Mit dem folgenden Artikel möchten wir hier eine Hilfestellung geben.

Fruchtscheiben

Zutaten:

Gelatine (2 Blatt)

Beeren, gefroren (60 Gramm)

Traubensaft (90 ml)

Puderzucker (2 TL)

Zubereitung:

Die Gelatine in kaltem Wasser einweichen, Beeren im Traubensaft erhitzen, süßen und durch das Sieb streichen.

Die ausgedrückte Gelatine unterrühren, bis sie sich auflöst. Die Masse in eine kalte Form füllen.

Abgedeckt im Kühlschrank fest werden lassen. In Scheiben geschnitten servieren.

Auch bei Schluckstörungen geeignet.

Das A und O ist sicher eine ausgewogene Ernährung, aber eine Vielzahl von älteren Menschen neigt zu einer relativ einseitigen Ernährung. Sollte hier die Einsicht für eine ausgewogene Kost nicht mehr da sein, kann mit der externen Zufuhr von Vitaminen und Mineralstoffen einem Mangel an bestimmten Stoffen vorgebeugt werden. Auch hochkalorische Trinknahrung bietet hier einen vollwertigen Ersatz.

Um den Demenzkranken zum Essen zu motivieren, bieten sich Speisen an, die der Betroffene gerne mag, dies ergibt sich aus der Biografie oder einem Gespräch mit Angehörigen.

Die Speisen kräftig würzen hilft ebenso wie kleine mundgerechte Portionen, so dass auch während des Laufens immer wieder ein "Happen" gegessen werden kann.

Da der Demenzkranke häufig abstreitet, noch nicht gegessen zu haben und die Erinnerung daran fehlt, können an den "Laufwegen" mundgerechte Speisen hingestellt werden, die mit der Hand gegessen werden können.

Falls ein Essen mit Besteck nicht mehr stattfindet, können kleine Bissen geeigneter Speisen auch mit der Hand gegessen werden. Süße Speisen, wie Pudding, Schokolade, Sahnkekuchen, Quark, Milchbreie für Kinder, Obstgläschen für Kinder, Grießbrei, Kindersäfte, Speisen mit Butter oder Sahne angereichert finden häufig auch großes Interesse beim Erkrankten. Sollte aber ein Diabetes vorliegen, bitte die Ernährung dringend mit dem Arzt abstimmen.

Speisen können mit Honig oder Fenchelhonig – der auch eine gute Stärkung des Immunsystems ist - gesüßt werden, Bananen klein drücken, mit Honig süßen. Durch Gemüse wie Gurken oder Paprika kann der Geruchssinn angeregt werden und der Teller dekoriert werden, das Auge isst auch bei Demenz mit.

Den Tisch mit kräftigen Farben decken, aber keine Motiv-Servietten mit Obst oder anderen Speisen nutzen, diese könnten gegessen werden. Bei Schluckstörungen sollten Getränke angepöckelt werden, entsprechende Mittel in der Apotheke besorgen.

Süße farbige Getränke (wie TriTop) begeistern, aber auf Apfel- und Birnensaft möglichst verzichten, der viele enthaltene Fruchtzucker kann von älteren Menschen schlecht verdaut werden. Auch auf mit Süßstoff gesüßte Speisen und Getränke verzichten, diese können zu Durchfall führen.

Es gibt ergonomisch geformtes verstellbares Besteck mit gummierten Griff, Teller mit Schiebekante, Nasenbecher, Trinkbecher mit Strohalm und viele weitere Hilfsmittel in den Sanitätshäusern.

Zum Essen soll man dem Erkrankten Zeit lassen, eine ruhige und freundliche Umgebung hilft, so wie feste Rituale und Zeiten. Achten Sie auf eine gute Beleuchtung und geben Hilfestellung beim Essen. Zu wünschen sind gemeinsame Mahlzeiten in ruhiger, freundlicher Atmosphäre. Feuchte Tücher zum Abwischen der Hände bereithalten. Auch Rituale wie etwa ein Spiel können helfen. So kann "ein Löffel für jeden, den Du magst" oder die Namen der Kinder, Enkelkinder zu Hilfe genommen werden. Füllen Sie zum Trinken zwei Gläser und stoßen miteinander auf verschiedene Dinge und Gelegenheiten an, jedes Mal wird ein oder mehrere Schlucke getrunken.

Regen Sie den Appetit des Demenzkranken an. Aktivieren der Sinne durch Kochdüfte oder den Duft frischer Kräuter und Gurken. Geschirrklopfen zeigt das baldige Essen an.

Im fortgeschrittenen Stadium der Demenz kann es zu Schluckstörungen kommen. Die Ernährung sollte nun umgestellt werden. Lassen Sie Eintopf und Kompott weg, denn Flüssiges, indem gleichzeitig Stücke enthalten sind, ist schwer zu schlucken. Reis durch Kartoffeln ersetzen, Fleisch pürieren und alle Speisen weich kochen. Aber besser als dünnflüssige sind mittels Dickungsmittel angepöckelte Getränke und Speisen. Püriertes lässt sich durch Geliermittel wieder zu einem appetitlich aussehenden Essen gestalten. | **Jörg Wachsmuth**

Das Wichtigste in Kürze:

- Durch eine Demenzerkrankung verändert sich das Hunger- und Durstgefühl. Über- oder Mangelernährung und Austrocknung können die Folgen sein.
- Regen Sie mit kräftig gewürzten und farblich ansprechenden Gerichten den Appetit an.
- Feste Essenszeiten helfen, das fehlende Hunger- und Durstgefühl auszutricksen.

Von Wunsiedel nach Bayreuth

Jean-Jacques Rousseau hat er bewundert, deswegen wählte er seinen Künstlernamen Jean Paul. Geboren war er als Johann Paul Friedrich Richter am 21. März 1763 im bayrischen Wunsiedel, am 14. November 1825 verstarb er in Bayreuth. Die Geschichte eines deutschen Schriftstellers, der an der Grenze von Klassik und Romantik wirkte.

Sein Vater war Lehrer, später Pastor. Das Elternhaus galt als konservativ, aber der verehrte Herr Lehrer und Pastor aus dem Nachbarorte brachte den gelehrigen Jean Paul mit der Aufklärung und ihren Gedanken in Kontakt.



Wohnhaus von Jean Paul in Bayreuth
(Foto: Wachsmuth / PflegeBote).

Autodidaktisch lernte er und verfügte bereits im Alter von fünfzehn Jahren über ein umfangreiches Bücherwissen, das er in Exzerptheften zusammentrug. Jean Paul besuchte 1779 das Gymnasium in Hof, wo er Johann Bernhard Hermann kennenlernte, ein enger Freund, der zum Vorbild vieler seiner Romanfiguren wurde. Wenig später starb sein Vater, was die Familie in schwere materielle Not stürzte.

Lustlos betrieb er das Studium der Theologie an der Universität Leipzig, er begann sich vielmehr als Schriftsteller zu verstehen: Seine ersten literarischen Experimente erschienen, Satiren im Stil von Jonathan Swift und Christian Ludwig Liscows. In gesammelter Form wurden sie 1783 als Grönländische Prozesse gedruckt. Der weitere Erfolg blieb aber aus und Jean Paul flüchtete vor Gläubigern in das Haus der Mutter. Wie er sich dort fühlte, beschreibt er später in dem Roman Siebenkäs. Erst als er ab 1787 als Privatlehrer Arbeit fand, linderte sich seine Notlage allmählich.

Seine Erfolge als Schriftstellerin begannen 1793 mit dem Roman „Die unsichtbare Loge“. Jean Paul schickte dem Schriftsteller Karl Philipp Moritz das Manuskript, der war begeistert. „Ach nein, das ist noch über Goethe, das ist was ganz Neues!“, so soll er gesprochen haben. Schnell fand sich ein Verlag in Berlin. „Die unsichtbare Loge“ wurde erstmals unter Jean Paul veröffentlicht. Seine Arbeiten zuvor hatte er unter dem Pseudonym J. P. F. Hasus geschrieben. Schnell widmete er sich dem Roman „Hesperus oder 45 Hundposttage“ (1795), es wurde der größte literarische Erfolg seit Goethes „Die Leiden des jungen Werthers“ (von 1774) und machte Jean Paul schlagartig berühmt. Johann Gottfried von Herder, Christoph Martin Wieland und Johann Wilhelm Ludwig Gleim äußerten sich enthusiastisch über „Hesperus“, Johann Wolfgang von Goethe und Friedrich Schiller fanden keinen Gefallen an dem Werk.



Jean Paul Denkmal in Bayreuth (Foto: Wachsmuth / PflegeBote).

In der Folge zog Jean Paul durch das Land, reiste nach Weimar oder wohnte in Coburg. Die Berlin-Reise stellte aber den Höhepunkt seines literarischen Ruhmes dar: Königin Luise, die ihn am „Kleinen Musenhof“ ihrer Schwester Charlotte in Hildburghausen kennengelernt hatte, war begeisterte Leserin seiner Werke. Dies brachte Jean Paul dazu, im Oktober 1800 ganz nach Berlin zu ziehen. Im Frühjahr 1800 lernte er auf dieser Reise Karoline Mayer kennen, die er ein Jahr später heiratete. 1804 siedelte die Familie, sie hatten zwei Kinder, nach Bayreuth um, die Jahre zuvor verbrachte man in Meiningen und Coburg. In Bayreuth führte er ein zurückgezogenes Leben, unterbrochen nur von einigen Reisen, wie nach Bamberg, um E. T. A. Hoffmann zu besuchen oder nach Heidelberg, dort wurde ihm nach einem ausgiebigen Punschgelage 1817 der Ehrendokortitel verliehen. Seine politischen Stellungnahmen, die z.B. in Cottas Morgenblatt erschienen, fanden bei patriotisch gesinnten Studenten lebhaften Widerhall. Jean Paul wurde eine Leitfigur der deutschen Burschenschaften. Bei Besuchen in Heidelberg (1817) und Stuttgart

(1819) erhob man ihn zum „Lieblingsdichter der Deutschen“. Jean Pauls literarische Werke, wie „Levana oder Erziehlehre“ (1807) und „Dr. Katzenbergers Badereise“ (1809) erlangten nicht mehr die Beachtung, die er mit „Hesperus“ hatte.

Bereits 1813 begann Jean Paul an seinem letzten großen Roman „Der Komet“ zu arbeiten. Der Tod seines Sohnes Max 1821 wurde zu einem Schicksalsschlag, von dem er sich nicht mehr erholte. Der Roman wurde aufgegeben, ist nur ein Fragment.

Seine letzten Lebensjahre waren von schweren Krankheiten gezeichnet. In Folge eines grauen Star erblindete er ab 1823 allmählich. An den Folgen einer Brustwassersucht verstarb er schließlich am 14. November 1825. Er ist auf dem Stadtfriedhof in Bayreuth beerdigt. | **Max**

Werner

EINMAL GUT GELACHT..

Nach so einigen Ehejahren wollte meine Frau, dass ich Pillen besorge, so dass es wieder so richtig ab geht im Bett. - Ich hab dann Diätpillen besorgt. War auch wieder falsch.

Worte der Weisheit

Nichts ist so kostbar wie die Freiheit und nichts so wertvoll wie Vertrauen.

Optimist: Das Glas ist halb voll.

Pessimist: Das Glas ist halb leer.

Mama: Wieso ist da kein Untersetzer?

Entschuldigung, Sie dürfen hier nicht fischen. - Ich fische nicht! Ich bringe nur meinem Wurm bei, zu schwimmen.

In einem Flugzeug sitzen 4 Leute: Trump, ein Egoist, der Papst und ein 10-jähriger Junge. Da kommt der Pilot und sagt: „Es gibt ein Problem mit der Maschine, ihr müsst leider alle abspringen. Ich habe aber nur 3 Fallschirme.“ Sagt der Egoist: „Ich bin der Beste, mich braucht die Welt noch.“ Der Egoist nimmt sich einen Fallschirm und springt. Sagt Trump: „Ich bin der intelligenteste Mensch der Welt, mich braucht die Welt auch noch.“ Er nimmt sich einen und springt. Da sagt der Papst zu dem Jungen: „Ich komme ja sowieso in den Himmel, also kannst du springen.“ Sagt der Junge: „Nicht nötig, Trump hat meinen Rucksack genommen.“

SUDOKU-RÄTSEL

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

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:

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

KREUZWORTRÄTSEL



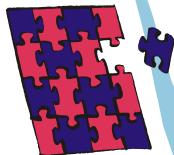
Waagrecht:

- 1 Walditis
- 3 Pflanze
- 8 Roller mit Elektromotor
- 10 e. Tonart
- 11 Kfz-Kz.: Mindelheim im Unterallgäu
- 13 lat.: Friede
- 14 lat.: wo
- 15 chin. Buddha, Religionsstifter
- 17 Kfz-Kz.: Schwarzwald-Baar-Kreis u. Voltsekunde
- 18 Abk.: Dt. Tourenwagen Masters
- 19 kühl, distanziert
- 23 fries. männl. Vorname
- 27 Abk.: Luftschutzgesetz
- 28 lat.: aus
- 29 griech. Göttin, Rachegöttin, Erinnye
- 30 intern. Kfz-Kz.: Ecuador

Senkrecht:

- 1 Abk.: internat. Raumstation
- 2 Längenmaß
- 4 Kfz-Kz.: Heilbronn
- 5 Münze
- 6 Abk.: Television, Fernsehen, Turnverein
- 7 Laubbaum
- 9 lat. weibl. Vorname
- 12 Virusforscher
- 16 erster PC-Typ
- 20 Abk.: nota bene, wohlgemerkt
- 21 Abk.: Rhesusfaktor
- 22 Kfz-Kz.: Bördekreis, neu BÖ
- 24 Abk.: Ruthenium
- 25 Kfz-Kz.: Bonn u. Baden
- 26 Abk.: Hilfsdienst

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

Udo Baer, Gabi Schotte-Lange

Das Herz wird nicht dement: Rat für Pflegende und Angehörige

Demenz ist deutlich mehr als nur ein Gedächtnisverlust. Sie beeinflusst die Gefühle, die gesamte Art, wie Menschen sich selbst und ihre Welt erleben.

Aber über ihr Herz können wir sie erreichen, falls wir nur wissen, wie es funktioniert.

Rücksichtsvoll, warmherzig und verständlich beschreiben die beiden Autoren Udo Baer und Gabi Schotte-

Lange das Innenleben, die Welt von Demenzkranken. Obwohl sie uns zu entgleiten scheinen, gibt es doch noch Wege, mit ihnen wieder in Kontakt zu treten. Dies sind Wege, die es auch den Erkrankten ermöglichen, ihre Würde zu behalten und weiterhin schöne Momente zu erleben. Das Abschlusskapitel lenkt dann den Blick auf die Pflegenden selbst und das, was sie zu ihrer eigenen persönlichen Unterstützung brauchen.

Eine Vielzahl positiver Stimme ge-

ben die Leser des Ratgebers wieder, stellvertretend hier eine Meinung dazu: „Das Buch gibt viele Beispiele,

was man machen und was man lieber lassen sollte. Es begleitet den Leser durch den Alltag mit einem an Demenz erkrankten Angehörigen. Man erfährt viel über die Gefühlswelt der Person und kann Vieles daraus später auch anwenden. Ich nehme die Tricks aus dem Buch gerne an.



Udo Baer, Gabi Schotte-Lange

**Das Herz wird nicht dement: Rat für
Pflegende und Angehörige.**

Taschenbuch,

125 Seiten

(9. Auflage 2017)

Beltz Verlag

ISBN: 978-3407859662

EURO 12,95

AUS IHRER SOZIALSTATION



Sozialstation Mobil GmbH

Wilhelmsruher Damm 198
13435 Berlin

Tel: 030 / 416 98 11

Fax: 030 / 416 96 12

@ www.sozialstationmobil.de

20 Jahre Sozialstation Mobil

Pflege so liebevoll, wie der Enkel mit seiner Oma umgeht, das bietet Ihnen auch die Sozialstation Mobil und zwar jetzt schon seit über 20 Jahren.

Im Berliner Handelsregister wurde unser Unternehmen am 28.02.1997 eingetragen, seitdem sind wir für Sie in unseren zwei Stammbezirken Reinickendorf und Spandau aktiv. Nicht nur die Noten des MDK haben uns in den letzten Jahren immer ein „Sehr gut“ in Sachen Pflege bescheinigt, freiwillig haben wir uns auch immer wieder der Überprüfung durch die RAL Gütegemeinschaft ambulante Pflege unterzogen. Qualität in der Pflege ist unser vorderstes Ziel, Sie sollen sich bei uns wohlfühlen. Oma und Enkel sehen Sie jetzt auch als Erkennungszeichen auf unseren Autos. Auf die kommenden 20 Jahre! (Fotos: PflegeBote / Mobil)



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

Pflegenotstand in Potsdam

In Potsdam finden viele Pflegebedürftige keine ambulante Hilfe mehr, manche bleiben zeitweilig völlig unversorgt. Das haben Recherchen des rbb-Inforadio ergeben.

So melden sich bei den Pflegestützpunkten in der brandenburgischen Landeshauptstadt täglich Patienten, die vergeblich Hilfe suchen. Die Kapazitäten der ambulanten Pflegedienste sind erschöpft, weil sie zu wenig Personal finden, dies ist zwar ein bundesweites Problem, aber es verschärft sich im Berliner Umland. In Potsdam kommt es zu einer extremen Situation durch die unterschiedliche Bezahlung von Pflegekräften in den Bun-

reden nicht von Lücken zwischen Angebot und Nachfrage, sondern von Gräben."

Ein anderes Problem besteht in den Vergütungssätzen für Pflegedienste. Die Vergütungssätze werden von den Pflegekassen auf Landesebene ausgehandelt. Die Stadt Potsdam wirft den Kassen in diesem Zusammenhang vor, ihrem Versorgungsauftrag nicht gerecht zu werden - sie sollen eigentlich ein ausreichendes pflegerisches Angebot sicherstellen. "Wenn immer mehr Pflegedienste das Weite suchen, wenn die Vergütung zu gering ist, kommen sie ihrem Versorgungsvertrag ganz eindeutig nicht nach. Aber die Stadt kann die Pflegekasse nicht dazu zwingen", so Kitzmann.



Potsdams Bauten beeindrucken, die ambulante Pflege leider nicht: Pflegenotstand im Süd-Westen (Foto:Adobe Stock)

desländern Berlin und Brandenburg. Im benachbarten Berlin verdienen Mitarbeiter mehr Geld und pendeln zum Arbeiten in die Stadt. Selbst der Mindestlohn in Berlin ist höher, in dem Bundesland gilt flächendeckend der abweichende Mindestlohn West in der Pflege von 10,20 € pro Stunde, in Brandenburg gilt der Tarif Ost von 9,50 €.

Die Bereichsleiterin für Gesundheitssoziale Dienste und Senioren Uta Kitzmann gegenüber dem Sender: "Wir

Auch der Bund und die Länder müssten mehr Verantwortung übernehmen, um den zunehmenden Pflegenotstand zu lindern, kritisiert Kitzmann. So müssten Pflegekräfte mehr Geld verdienen können - und bundesweit einheitliche Vergütungssätze gelten: "Bund und Länder müssen den Pflegeberuf endlich so attraktiv gestalten, dass wir eine Lösung für die Stadt Potsdam und das Land Brandenburg sehen. Ich sehe da im Moment keine positive Entwicklung."

Die Stadt Potsdam hat einen Runden Tisch gestartet, an dem Kommune, Kassen und Pflegedienste gemeinsam über Lösungen für die angespannte Lage beraten sollen. Die Stadt allein könnte nur an kleinen Stellschrauben drehen: günstigen Wohnraum für Pflegekräfte anbieten, die Parkmöglichkeiten für ambulante Dienste verbessern. Das sei aber, so Kitzmann, nur ein Tropfen auf dem heißen Stein. | **Bastian Schmidt**

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

Freundlich. Gründlich. Zuverlässig.



Wir übernehmen für Sie sämtliche Leistungen im Rahmen der Pflege- und Krankenversicherung:

- Hauswirtschaft (Einkauf, Kochen, Hausputz, Wäsche usw.)
- Hilfe bei der Körperpflege
- Ausführung ärztlicher Verordnungen (Medikamentengabe, Insulininjektionen, Kompressionsstrümpfe usw.)
- Pflege in Wohngemeinschaften als Alternative zum Heim
- Stundenweise Entlastung pflegender Angehöriger
- Verhinderungspflege („Urlaubspflege“)
- Beratungsbesuche bei Bezug von Pflegegeld
- Serviceleistungen (Fensterputzen, Gartenpflege, Begleitung zum Arzt usw.)



QR-Code scannen um zur Website zu gelangen



Wilhelmsruher Damm 198 • 13435 Berlin • ☎ 030.4169811
www.sozialstationmobil.de • e-mail: pflege@berlin.de