

Ausgabe 32 / 2017-18 Deutschland-Ausgabe

PFLLEGEBOTE

DAS MAGAZIN ÜBER SOZIALES PFLEGE GESUNDHEIT IN DER AMBULANTEN PFLEGE

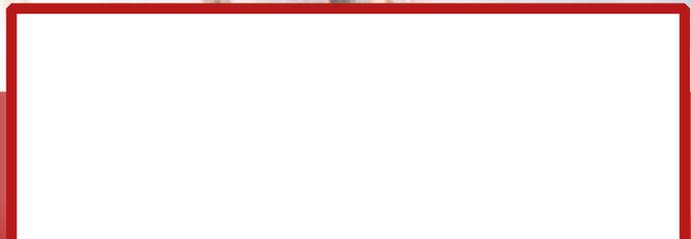
**Entlastung für
pflegende
Angehörige**



pflegebote.de

**Die Geschichte der
Olympischen Winterspiele**

Dieser PflegeBote wurde Ihnen
freundlich überreicht von:



Neukunden
-20% RABATT



Security Tech Germany

Professional Serie



4 Kanal Videoüberwachung 1080p Full HD inkl. Montage und Errichten.

- 4x Abus 1080p Dome Kameras
- 1x 4 Kanal DVR mit 2 TB HD ca. 12 Tage Aufzeichnung
 - Kabel und Material
- inkl. Kostenlos DynDns Adresse weltweit erreichbar !



PELICE
IT-Sicherheitstechnik

MP-Security GmbH

Trachenbergring 93 - 12249 Berlin

Tel.: 030/ 214592-440 - Fax: 030/ 214592-441

www.pelice-it.de - info@pelice-it.de

Pflege im Überblick:	4
Entlastung für pflegende Angehörige	6
Die Geschichte der Olympischen Winterspiele	8
Humor & Rätsel	10
Literaturtipp	12
Pflege mit Herz	13
Stellenmarkt	14
Impressum	14

Titelbild:



Schlittenfahrt
(Foto: Adobe Stock)



Social-Media:

facebook.com/PflegeBote
twitter.com/PflegeBote
pflgebote.de



Liebe Leserinnen, liebe Leser,

shon wieder ist ein Jahr vergangen. Daher sprechen wir Ihnen, unseren Leserinnen und Lesern, ein Dankeschön für Ihre Treue aus.

Ein Dankeschön, das aber auch den Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern in der Pflege gilt. Einige von Ihnen begleiten Sie bereits seit vielen Jahren. Auch dafür sagen wir „Danke“.

Was wird uns das kommende Jahr bringen? Sportlich eine Fußball-Weltmeisterschaft und Olympische Winterspiele.

In dieser Ausgabe des PflegeBoten wollen wir uns als Vorbereitung zunächst auch der Geschichte der Olympischen Winterspiele widmen. Diese ist durchaus eine interessante, aber lesen Sie selbst!

Außerdem zeigen wir auf, welche Angebote es für die Entlastung von pflegenden Angehörigen gibt. Ein Thema, zu dem wir Sie auch jederzeit gerne persönlich beraten können.

*Ihr Jörg Wachsmuth
und das Team des PflegeBoten*

PS: Die Print-Ausgabe des PflegeBoten für Ihre Kunden?

Jetzt schon bestellen - Wir bieten 5, 10, 20, 50 und 100 Exemplare im Paket. Inklusive Stempelfläche auf der Titelseite - Mail an redaktion@pflgebote.de mit Ihrer Anfrage!

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 einen 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

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

Help FM - Selbsthilferadio



Das Selbsthilfe-Radio, jeden Donnerstag von 20:00 bis 21:00 Uhr auf dem Potsdamer Radiosender BHeins (Potsdam 95,3 MHz, www.BHeins.de) mehr unter [@www.sekiz.de](http://www.sekiz.de)

Wie sich die Deutschen morgens wecken lassen



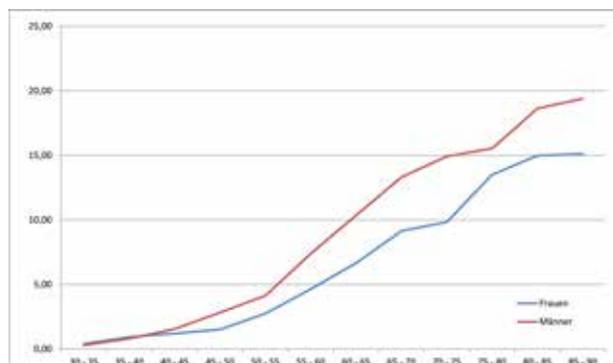
Der klassische Wecker ist auf dem Rückzug. Die Mehrheit der in Deutschland lebenden Menschen lässt sich vom Handy wecken, wie eine aktuelle Umfrage der Fördergemeinschaft Gutes Hören zeigt. Demnach gibt bei nur 26 % der Befragten aller Altersgruppen ein Wecker beim Aufwecken den Ton an, während 34 % dafür Handy oder Smartphone nutzen. Für dieses Ergebnis sind vor allem Umfrageteilnehmer unter 35 Jahre verantwortlich, von denen mehr als die Hälfte das Mobiltelefon nannten. An vierter Stelle behauptete sich mit 12% der Radiowecker, während immerhin 19% von selbst aufwachen und damit die drittgrößte Gruppe bilden, die sich vor allem aus Personen zusammensetzt, die älter als 55 Jahre sind.

Die Umfrageergebnisse legen den Schluss nahe, dass jüngere Menschen mit ihrer Affinität zu neuen Technologien diese auch vielseitig nutzen und damit traditionelle Hilfsmittel wie den Wecker mit der Zeit überflüssig machen. Das Prinzip des Weckens durch ein akustisches Signal bleibt aber natürlich auch in jungen Jahren erhalten, um die täglichen Verpflichtungen pünktlich beginnen zu können. Die Grundlage dafür ist der Umstand, dass die Ohren auch im Schlaf stets auf Empfang und einsatzbereit sind. Sie übernehmen somit eine grundlegende Funktion, die vor allem in frühen und früheren Zeiten lebenswichtig war: Das Gehör warnt vor herannahenden Gefahren und schützt Menschen und Tiere auf diese Weise rund um die Uhr.

Altersdiabetes ist ein Männerproblem

Männer erkranken ab dem 40. Lebensjahr zunehmend häufiger an Diabetes als Frauen. Das ergab eine Analyse von Abrechnungsdaten der hkk Krankenkasse. Demnach ist der Unterschied ab dem 65. Lebensjahr besonders groß. Während in dieser Altersklasse 13,3 % der Männer betroffen sind, sind es bei den Frauen lediglich 9,1 %. Männer sollen ihren Blutzuckerspiegel ab dem 35. Lebensjahr alle zwei Jahre überprüfen zu lassen, um frühzeitig einer Diabeteserkrankung vorzubeugen. Nach heutigem Wissensstand sind für eine erfolgreiche Vorbeugung von Typ-2-Diabetes insbesondere

Ernährung und Lebensstil entscheidend. Neben der Vermeidung von Übergewicht ist regelmäßige Bewegung von großer Bedeutung. Typ-2-Diabetes ist eine weit verbreitete chronische Stoffwechselerkrankung, deren Hauptmerkmal die gestörte Regulierung des Blutzuckerspiegels ist. Folge ist eine chronisch erhöhte Blutzuckerkonzentration, die unbehandelt zu Schäden an Blutgefäßen und Nerven führen kann. Damit steigt auch die Wahrscheinlichkeit für Begleit- und Fol-



geerkrankungen wie Herzinfarkt, Schlaganfall, Nierenfunktionsstörungen, Schädigungen der Netzhaut und das diabetische Fußsyndrom. Die Wahrscheinlichkeit, an Typ-2-Diabetes zu erkranken, nimmt bei Männern wie Frauen mit dem Lebensalter zu (siehe Grafik).

Auch Hunde bekommen Demenz

Bei der Therapie demenzkranker Menschen leisten Hunde unschätzbare Dienste. Wer weiß schon, dass unsere vierbeinigen Freunde selber an Demenz erkranken können? Umgangssprachlich spricht man von Hunde-Alzheimer. Über 20 % der Hunde über neun Jahre und 68 % im Alter ab 15 Jahren sind betroffen. Hunde-Demenz erkennen, ist nicht einfach. Sie kommt schleichend und äußert sich in vielen Symptomen, die nicht eindeutig zuzuordnen sind.

Erkrankte Hunde wirken etwa orientierungslos, lassen die gewohnte Lebhaftigkeit vermissen, leiden an

Schlafstörungen, lernen schlechter, sind ängstlich, manchmal aggressiv. Vielfach ist ein demenzkranker Hund nicht mehr stubenrein. Für Hundehalter ist es schmerzlich, wenn kein Interesse an Streicheleinheiten besteht.

Es gibt keinen Test, mit dem sich eine Diagnose stellen lässt. Eine gründliche Anamnese ist nötig.

Der Tierhalter und seine Beobachtungen sind von großer Bedeutung. Ist der Hund orientierungslos, weil



Seh- oder Hörkraft nachlassen? Ist die ungewohnte Müdigkeit Folge einer Herzerkrankung? Oder liegen andere Beeinträchtigungen vor? Mit dem Ausschließen von Krankheiten kommt der Tierarzt schrittweise der Demenz auf die Spur. (Foto: BfT/ Andrea Klostermann)

Entlastung für pflegende Angehörige: Welche Angebote gibt es?

Verbesserungen, vor allem für pflegende Angehörige, standen bei den letzten Änderungen der Pflegegesetzgebung mit im Focus. Nicht zu unterschätzen ist, was trotz Unterstützung durch professionelle Pflegedienste noch auf den Schultern der Angehörigen an Verantwortung und Leistung ruht. Die Belastung ist enorm, Auszeiten für sich selber wie Urlaub und Freizeit sind selten. Dabei gibt es zahlreiche Entlastungsangebote, diese werden aber nur von wenigen pflegenden Angehörigen in Anspruch genommen.

Bereits 2016 stellte der AOK-Pflegereport fest: „Jeder vierte Pflegehaushalt, der weder Pflegedienst noch Tagespflege oder Kurz- und Verhinderungspflege in Anspruch nimmt, sagt, dass er genau diese Leistungen eigentlich benötigt“, aber nicht einmal vier Prozent nahmen Tages- und Nachtpflege in Anspruch.

Häufig wollen die Pflegebedürftigen nicht durch Fremde gepflegt werden oder es fehlt ein ortsnahes Angebot. Nicht zuletzt sind da die finanziellen Aspekte. Vielen ist nicht klar, wie sie bei Suche und Beantragung vorgehen können. Daher verzichten sie darauf, die zahlreichen Angebote wie Tagespflege, Verhinderungspflege oder Betreuungs- und Entlastungsleistungen in Anspruch zu nehmen. Von den derzeit rund 1,8 Mio. Pflegebedürftigen, die zu Hause betreut werden, nutzen nur 67.000 Leistungen der Tages- und Nachtpflege. Fragen, die im Raum stehen: Wie kann den Pflegenden in ihren individuellen Situationen geholfen werden? Welche Leistungen können sie entlasten?

Hilfreich sind Pflegeberater, die bei den Pflegekassen, in privaten und staatlichen Pflegestützpunkten sowie bei den zahlreichen Sozialstationen zu finden sind. Sie bringen Licht in den Dschungel der Pflegeleistungen, bieten eine individuelle Beratung und helfen bei der Beantragung.

Die Pflegeberater informieren in häuslicher Umgebung die Pflegebedürftigen und ihre Angehörige gezielt über Leistungen, unterstützen bei der Auswahl von Leistungsangeboten und erstellen auf Wunsch gemeinsam mit den Betroffenen einen individuellen Versorgungs-

plan und helfen bei dessen Umsetzung und Fortschreibung. Welche Pflegeleistungen kommen in Frage?

Freistellung oder Reduzierung der Arbeitszeit

Angehörige, bei denen eine akut auftretende Pflegesituation zu organisieren ist, können eine bis zu 10-tägige Auszeit (kurzzeitige Arbeitsverhinderung) von ihrer Beschäftigung nehmen. Es besteht Anspruch auf Pflegeunterstützungsgeld. Unter bestimmten Voraussetzungen können sie sich bis zu 6 Monate vollständig von der Arbeit freistellen lassen (Pflegezeit) oder ihre Arbeitszeit um bis zu 24 Monate reduzieren (Familienpflegezeit). Finanzielle Unterstützung erhalten pflegende Angehörige beim Bundesamt für Familie und zivilgesellschaftliche Aufgaben (BAFzA). Es gibt ein zinsloses staatliches Darlehen.

Pflegesachleistung

Das bekannteste ist die regelmäßige Unterstützung durch Pflegedienste, die nach Beantragung eines Pflegegrades mit der Pflegesachleistung finanziert werden. Neben der Pflegesachleistung wird ggf. noch ein anteiliges Pflegegeld gezahlt.

Pflegekurse und Pflegehilfsmittel

In kostenlosen Pflegekursen oder individuellen Schulungen werden hilfreiche Handgriffe durch Pflegeprofis



Vorlesen und in Fotoalben mit Erinnerungen schwälgen sind auch ein Teil von Angeboten im Rahmen der Betreuungs- und Entlastungsleistungen (Foto: Adobe Stock)

gezeigt. Das reicht von rückschonenden Tipps zum richtigen Heben und Tragen über Informationen zu Gesundheit und Hygiene bis zum Einsatz von Pflegehilfsmitteln.

Tagespflege

Eine Auszeit für einen kompletten Tag verspricht die Tagespflege. Abhängig von Pflegegrad und Budget können die pflegebedingten Kosten für einzelne Tage im Monat oder für eine tägliche Betreuung während der Berufstätigkeit der Pflegeperson übernommen werden. Neben der Tagespflege besteht der volle Anspruch auf Pflegegeld oder Pflegesachleistung.

Kurzzeitpflege / Verhinderungspflege

Die Kurzzeitpflege bietet eine vorübergehende Betreuung und Pflege in einem zugelassenen Pflegeheim für bis zu 8 Wochen im Kalenderjahr. Eine Entlastung der Pflegenden und den Verbleib des Pflegebedürftigen in seiner gewohnten Umgebung bietet die Verhinderungspflege (auch Ersatzpflege genannt), sie kann bis zu 6 Wochen im Kalenderjahr beanspruchen und auch stun-

den- und tageweise in Anspruch genommen werden. Das Pflegegeld wird während der Kurzzeit- oder Verhinderungspflege zur Hälfte weitergezahlt. Es gibt eine Übertragungsmöglichkeit zwischen den Leistungen der Verhinderungspflege und der Kurzzeitpflege.

Betreuungs- und Entlastungsleistung

Die zusätzlichen Betreuungs- und Entlastungsleistungen in Höhe von monatlich 125 EUR stehen allen Pflegebedürftigen zu und können für Betreuungs- und Entlastungsangebote verwendet werden.

Der richtige Weg zu den Pflegeleistungen

Voraussetzung für die Entlastung der pflegenden Angehörigen ist aber auf jeden Fall die Einstufung in einen Pflegegrad. Die dafür notwendigen Schritte sollten Pflegebedürftige und ihre Angehörigen nicht alleine, sondern mit professioneller Unterstützung gehen. Ihre Sozialstation Biedermann hilft Ihnen gerne dabei. Rufen Sie uns an 030 / 461 30 10. | **von Bastian Schmidt**



Die Winterspiele wurden erstmalig 1924 ausgetragen, damals im französischen Chamonix. Wenn es nach dem Gründer der Olympischen Spiele, Pierre de Coubertin, gegangen wäre, dann hätte es die Winterspiele nie gegeben. Zwar fanden 1908 in London und 1920 in Antwerpen auch Wintersportarten Einzug in die Sommerspiele, die Rede ist von Eiskunstlaufen, aber Coubertin wollte die Nordischen Spiele seines Freundes und mit IOC-Gründer den Schweden Gustav Balck schützen.

So konnten die Winterspiele erst nach seinem Rückzug in den Olympischen Kalender aufgenommen werden. Zunächst fanden Sommer- und Winterspiele im selben Jahr statt, erst seit den Spielen von Lillehammer 1994 wechseln sich die Sommer- und Winterspiele im zwei Jahres-Rhythmus ab.

Nur die Spiele 1936 fanden bisher in Deutschland statt. Garmisch-Partenkirchen wurde der Austragungsort, der

ebenso wie die Sommerspiele im gleichen Jahr in Berlin, von Adolf Hitler und seinem Nazi-Regime geschickt zu Propagandazwecken ausgenutzt wurden.

Es muss überzeugt haben, den vier Jahre später wären die Spiele beinahe wieder in den Deutschen Alpen gewesen. Wegen des Chinesisch-Japanischen Krieges gab Japan die für Sapporo geplanten Spiele zurück. Das IOC vergab die Winterspiele 1940 dann zunächst an St. Moritz, wegen eines Streits über die Ski-Wettbewerbe, entzog das Olympische Komitee dann die Spiele dem Schweizer Skiort, der bereits die zweiten Olympischen Winterspiele von 1928 ausgetragen hatte, wieder. Wegen des Zweiten Weltkriegs fanden dann die Spiele 1940 und 1944 dann aber überhaupt nicht statt.

St. Moritz war es dann auch, wo nach dem Krieg 1948 die ersten Winterspiele wieder stattfanden. Während

Die Geschichte der Olympischen Winterspiele

Im Februar wird es wieder olympisch. Zwischen dem 9. und 25. Februar 2017 werden in der südkoreanischen Stadt Pyeongchang die insgesamt 23. Olympischen Winterspiele ausgetragen. Grund genug einen Blick auf das Sportfest zu werfen, dessen Erfindung quasi im alten Griechenland zu finden ist.

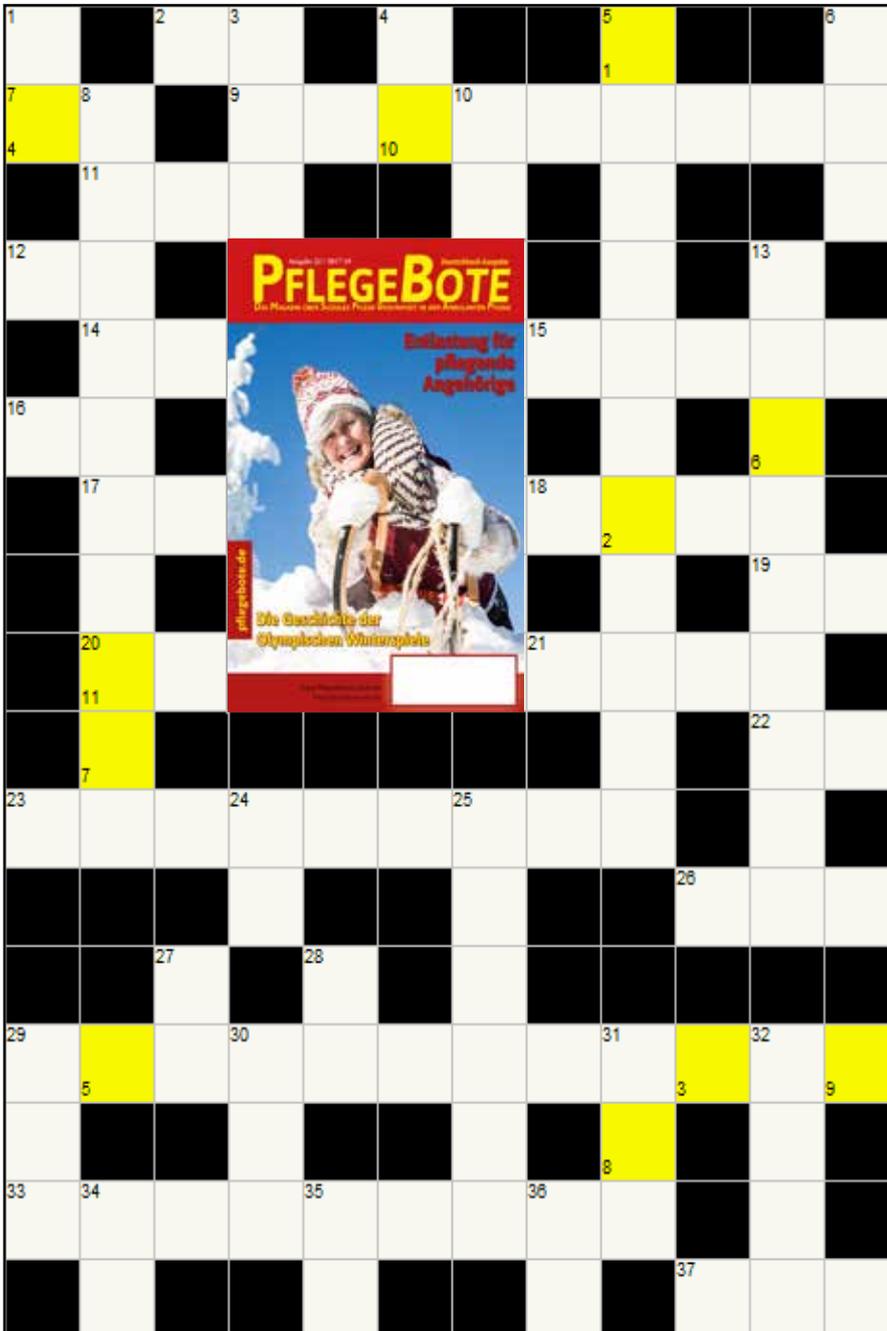
das in den italienischen Dolomiten gelegene Cortina d'Ampezzo noch bis 1956 auf seine Spiele warten musste. Ursprünglich war es schon für die wegen des Krieges ausgefallenen Spiele 1944 vorgesehen. Die Olympiade 1956 war die erste Olympiade, die im Fernsehen übertragen wurde. Die außergewöhnlichsten Leistungen 1956 war, dass infolge Schneemangels Gebirgsjäger über Kilometer Schnee auf Lastwagen oder Schultern zu den Pisten transportieren mussten.

Auch Innsbruck kam in den Genuß der doppelten Spiele. 1964 bei seinen regulären Winterspielen und dann noch einmal als Ersatz Austragungsort für die Spiele 1976, als nach einem ablehnenden Referendum der Bevölkerung Denver die Austragung an das IOC zurück gab.

Nun ist das ungefähr 130km von der südkoreanischen Hauptstadt liegende Pyeongchang Austragungsort.

Nach 2010 und 2014 war es der dritte Anlauf bei der Bewerbung. „Frieden und Gedeihen“ ist die Bedeutung des Namens des 43.000 Einwohner Städtchens. Die Höhe von 700m lässt ihn als schneesicher geltend. Es werden wohl 88 Nationen an den Spielen teilnehmen. Ecuador, Eritrea, Kosovo, Malaysia, Nigeria und Singapur dürften ihre ersten Spiele bestreiten. Auch Nordkorea hat sich qualifiziert, die Mannschaft darf daher die Demilitarisierte Zone nach Südkorea überqueren. Ob Russland teilnimmt ist wegen des, durch den McLaren-Report bekannt gewordenen Staatsdopings, noch unklar. Das Motto aber steht fest: Passion. Connected. (zu Deutsch Leidenschaft und Verbundenheit) | von **Jörg Wachsmuth**

Schweden-Kreuzworträtsel



Waagerecht

- 2 Kfz-Kz.: Böblingen
- 7 Kfz-Kz.: Bergstraße
- 9 engl. weibl. Vorname
- 11 Kfz-Kz.: Republik San Marino
- 12 Kfz-Kz.: Kempten/Allgäu
- 14 Kfz-Kz.: Freiburg
- 15 alkohol. Getränk
- 16 port. Längenmaß
- 17 int. Kfz-Kz.: Libanon
- 18 nicht nahe
- 19 Kfz-Kz.: Kirchdorf an d. Krems/OÖ
- 20 Abk.: Neues Testament, Teil d. Bibel
- 21 Kerbtier
- 22 Kfz-Kz.: Bördekreis, neu BÖ
- 23 alte türk. Goldmünze, Münze
- 26 Abk. e. Skisportdisziplin
- 29 Narkotiseur
- 33 veralt.: Kaffeehauswirtin
- 37 Olympiakürzel: Norwegen

Senkrecht:

- 1 Abk.: Büstenhalter
- 3 Abk.: Bundesgrenzschutz
- 4 Kfz-Kz.: Elbe-Elster
- 5 klangvoll
- 6 Abk.: Bundesnachrichtendienst
- 8 Kartenspiel
- 10 Kfz-Kz.: Neusiedl am See/B
- 13 Hauptst. v. Kentucky/USA
- 24 Kfz-Kz.: Mansfelder Land
- 25 Tierkrankheit
- 27 Kfz-Kz.: Südafrika
- 28 Abk.: Drucksache
- 29 Autom. Scharfabstimmung Radio
- 30 engl. Fluss z. Lyme Bay
- 31 engl. sie
- 32 ital. Ort am Gardasee
- 34 Abk.: Auswärtiges Amt
- 35 Abk.: Fernsehen, Turnverein

Eine Lösung zum SUDOKU:

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

Hier das Lösungswort des Schweden-Kreuzworträtsel eintragen:

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----	----

Senden Sie bis zum 31. Januar 2018 eine Postkarte mit dem Lösungswort und Ihrer Anschrift an den PflegeBoten und **gewinnen** Sie einen von 3 Einkaufsgutscheinen für C&A (im Wert von 20 €). Der Rechtsweg ist ausgeschlossen, im Zweifel entscheidet das Los.

PflegeBote, Trachenbergring 93, 12249 Berlin

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

Sudoku

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!

Worte der Weisheit

Die meisten Leute feiern Weihnachten, weil die meisten Leute Weihnachten feiern.

Kurt Tucholsky (1890-1935)

Witze-Ecke

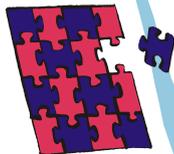
Die Krankenschwester fragt: „Wer wird denn da operiert?“ - „Ein Mann, der vor einer Stunde einen Golfball verschluckt hat“, entgegenet der Assistenzarzt. - „Und wer ist das, der dort auf der Bank wartet?“ - „Das ist der Besitzer des Balles. Er wartet auf den Ball, um weiterspielen zu können.“

„Ach, Oma, die Trommel von dir war wirklich mein schönstes Weihnachtsgeschenk bisher.“ - „Tatsächlich?“, freut sich Oma. - „Ja, Mami gibt mir seit Weihnachten jeden Tag einen Euro, wenn ich aufhöre zu spielen!“

Einsatzbesprechung im ostfriesischen Raumfahrtzentrum. Der Raumschiffkapitän informiert seine Astronauten: „Männer, unser erster Raumflug führt uns zur Sonne.“ Meint ein Astronaut: „Aber ist es da nicht fürchterlich heiß?“ Darauf der Kapitän: „Aber, aber, wir landen natürlich nachts!“

Zwei Rentner sitzen auf einer Parkbank. Kommt eine junge Frau vorbeigejoggt. Sagt der eine: „Bei der möchte ich noch mal 20 sein.“ Sagt der andere: „Bist du blöd, für fünf Minuten Spaß noch mal 45 Jahre arbeiten!“

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>

LITERATUR

Uli Zeller

Frau Franke sagt Danke

Dankbarkeit tut einfach gut. Das gilt auch für Menschen mit Demenz, weiß Uli Zeller aus seiner beruflichen Erfahrung als Krankenpfleger.

Und so geht es bei vielen Geschichten in diesem Buch um die Frage: Wofür kann ich dankbar sein?

Kurze, humorvolle Episoden in einfachen Sätzen sorgen dafür, dass die von Demenz Betroffenen nicht überfordert werden. Zwischendurch gibt es kleine Rätsel oder Reime zum Ergänzen. Das macht Spaß, trainiert das Gedächtnis und schenkt Erfolgserlebnisse.

Durchweg positiv sind daher auch die Lesermeinungen zum Buch: „In „Frau Franke sagt Danke“ finde ich kurze Geschichten - ideal zum Vorlesen. Darin begegnet man ganz alltäglichen Situationen. An vieles kann man sich erinnern, beispielsweise an die am frühen Morgen täglich zugestellte Zeitung. Daran, wie Kaffee duftet - und wie ein Honig-

brot schmeckt. Immer wieder hebt der Autor Dinge hervor, für die man dankbar sein darf. Auch die vor-

lesenden Personen können sich dabei dessen bewusst werden, nicht nur die Zuhörer. Dankbar sein für das, was man hat statt unzufrieden sein wegen Dingen, die fehlen.“

Das Buch enthält viele hilfreiche Tipps im

Umgang mit Demenzerkrankten. Dass der Autor im Umgang mit solchen Patienten sehr erfahren ist, spürt man sofort.

Uli Zeller

Frau Franke sagt Danke - Mutmachgeschichten zum Vorlesen (für Menschen mit Demenz)

Taschenbuch,

192 Seiten

(1. Auflage 2017)

Brunnen Verlag

ISBN: 978-3-7655-4306-

EURO 10,00



FAST-Regel bei Schlaganfall



Um einen möglichen Schlaganfall schnell zu erkennen, hilft die sogenannte FAST-Regel. Darauf weist das Patientenmagazin „HausArzt“ hin. F steht für Face (Gesicht): Bitten Sie die betroffene Person, zu lächeln. A (Arme): Sie soll gleichzeitig beide Arme heben und die Handinnenflächen nach vorne strecken. S (Sprache): Lassen Sie den Betroffenen einen einfachen Satz nachsprechen. Ist die Person auch nur in einem Punkt beeinträchtigt, gilt T - Time (Zeit): „Jetzt

zählt jede Minute“, betont Professor Wolf-Rüdiger Schäbitz, Chefarzt der Neurologie am Evangelischen Klinikum Bethel in Bielefeld. „Je schneller ein Patient professionell versorgt wird, desto besser sind seine Chancen, zu überleben und mögliche Folgeschäden gering zu halten.“ Daher gelte es, sofort die Notfallnummer 112 zu wählen.

Die Akutbehandlung sollte am besten in einer „Stroke Unit“ im

Wintermodus

Im Dezember und dann manchmal bis in den März ist die Winterzeit. Schnee, Eisglätte manchmal auch Blitzeis. Bitte seien Sie vorsichtig, wenn Sie draußen unterwegs sind und seien Sie Nachsichtig. Pflege ist ein Dienst vom Menschen am Menschen. Die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter der ambulanten Pflegestationen sind täglich für Sie da, aber das Wetter kann auch Ihnen mitunter Probleme bereiten. Haben Sie Verständnis, wenn auch sie bei Schnee und Eis manchmal nicht zur gewohnten Zeit bei Ihnen sein können.

Krankenhauserkrankungen stattfinden, wie Dr. Alexander Nave von der Forschungsgruppe Schlaganfall der Berliner Charité sagt. Dabei handelt es sich um eine spezialisierte Schlaganfall-Station mit einem umfassenden, fachübergreifenden Therapiekonzept.

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

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.

Damals war der Traumberuf DJ, wie wäre es jetzt mit einem Traumjob in der Pflege.

Wir können auch Party!



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 examinerten Altenpflegerin / zum examinerten 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 Vollzeit-ausbildung. Fühlst Du Dich angesprochen? Sende Deine Bewerbungsunterlagen (Anschreiben, Lebenslauf, [Arbeits-] Zeugnisse) an die Sozialstation Biedermann GmbH:

Sozialstation Biedermann GmbH

Iranische Straße 2-4, 13347 Berlin
Telefon: 030/461 30 10,
Online-Bewerbung an: arbeiten@sozialstation-biedermann.de

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

Wir stellen **Examierte 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 pflge@berlin.de

Sollten Sie noch Rückfragen haben, erreichen Sie uns unter

Tel.: 030 / 416 98 11

mehr Jobs? im Netz auf jobEMPIRE.de

PflegeBote

Das Magazin über Soziales Pflege
Gesundheit von Ihrem Pflegedienst

www.pflegebote.de
8. Jahrgang 2017

Verlag und Redaktion:

Wachsmuth Medien GmbH,
Trachenbergring 93,
12249 Berlin

Telefon: 030 / 626 088 27

Telefax: 030 / 626 088 29

E-Mail: redaktion@pflegebote.de



Herausgeber: Wachsmuth Medien GmbH

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

Autoren / Redakteure: Jan Basche, Belemir Çelebi, Gerald Kaden, Umut Karakas, Bastian Schmidt, Jörg Wachsmuth, Max Werner
Lektorat: Oliver Springer
Layout: Wachsmuth Medien GmbH

Vertrieb (Anzeigen): BES Service GmbH,
Schulstraße 97 13347 Berlin, Telefon: 030 / 75 44 23 00, Telefax: 030 / 75 44 23 01

Anzeigen: Es gilt Anzeigenpreisliste Nr. 4
(gültig seit Juli 2017)

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. ©WMG 2017

ONLINE GEDRUCKT VON

SAXOPRINT



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

Du brauchst Energie ? Wir haben Energie!

P-POWER ENERGY

**wechseln
& sparen**

Unsere P-Power Vorteile:

- günstige Preise bei Strom und Gas
- Garantierte Ersparnis gegenüber Ihrem Grundversorger
- Überall in Deutschland verfügbar
- zuverlässige Energieversorgung
- qualifizierter Kundenservice
- wir übernehmen alle Formalitäten
- Preisgarantie
- faire, transparente Abrechnung
- WhatsApp-Servicenummer
- Strom & Gas für Privat und Gewerbe



**Energie
bekommen...**

**ist so einfach, zu P-Power wechseln
am Telefon 030 / 214 592 450
oder im Netz p-power.de**

**Ihre
Stromversor-
gung ist sicher!
Ohne Unterbre-
chung zu P-Power
wechseln!**

Deutschlandweit

Strom & Gas für Privat und Gewerbe

