HANSEATIC

Die Zeitschrift

GUT AUFGEKLÄRT
Das Pflegeneuausrichtungs-gesetz 2013
SEITE 06 | 07

TIPPS
Brandgefahr in der Weihnachtszeit – was hilft
SEITE 10 | 11

PANORAMA SEITE 05

REZEPTE SEITE 13

GESUNDHEIT SEITE 14

RÄTSEL SEITE 16

Lecker BRAT-APFEL S.13

Ausgabe 02/2012

www.hanseatic-pflegedienst.de

bvs

BLEIBEN SIE SITZEND IN BEWEGUNG

bvs – Ihr Sitzkompetenzzentrum
Bestellhotline: 040 22 85 35 96
www.bei-bvs.de

ERGO ist eine flexible Sitzgelegenheit.
Ob einzeln oder zu mehreren, zu Hause, am Küchentisch oder vor dem Fernseher – hier können sie sich niederlassen. In ERGO steckt die Grundidee des bewegten Sitzens: die patentierte ERGO TOP-Technologie von LÖFFLER.

Die Eckdaten:
Sitzhöhe: 420 - 570 mm
Sitzfläche: 370 mm

Weihnachtsangebot
269,-

APOTHEKE MARMSTORF

Naturheilmittel
Homöopathie
Verleih von Inhaliergeräten, Milchpumpen,
Blutdruckmessgeräten und Lichtduschen
Anmessen von Kompressionsstrümpfen bei Ihnen zu Hause

Marmstorfer Weg 139 a
21077 Hamburg
Tel.: 040 760 39 66
Fax: 040 760 93 34
www.apotheke-marmstorf.de

Impressum

Hanseatic - Die Zeitschrift
erscheint viermal jährlich.

Redaktion und Anzeigenplanung:
pm pflegemarkt.com GmbH
Oberbaumbrücke 1
20457 Hamburg
Tel.: +49(0)40 30 38 73 85-5
Internet: www.pflegemarkt.com

Vertretungberechtigter Geschäftsführer:
Herr Norbert Otto Sehner

Herausgeberin & Ansprechpartnerin für Angehörige & Patienten:
HANSEATIC Pflegedienst GmbH
Geschäftsführer: Thomas Seidel
Meckelfelder Weg 2 a
21079 Hamburg
Tel.: 040 / 769 11 66
Fax.: 040 / 76 91 09 59
www.hanseatic-pflegedienst.de

Autoren dieser Ausgabe:
Thomas Seidel, Marion Rullmann, Apotheke Marnsdorf, Jenny S., Martina Bliefernich , Thorsten Thater, Marcus Schröpfer

Beiträge, die mit vollem Namen oder auch Kurzzeichen des Autors gezeichnet sind, stellen die Meinung des Autors, nicht unbedingt auch die der Redaktion dar. Die Wiedergabe von Gebrauchsnamen, Warenbezeichnungen und Handelsnamen in dieser Zeitschrift berechtigt nicht zu der Annahme, dass solche Namen ohne weiteres von jedermann benutzt werden dürfen. Vielmehr handelt es sich häufig, um geschützte Warenzeichen.

Artdirector:
Anja Kernbach, mail@anjakernbach.de

Druck:
Barkow Druck Studio
Rungedamm 18b
21035 Hamburg

Fotos:
Titelfoto ©Thomas Seidel
S.3,4 © Thomas Seidel, S.5 ©Jenny S., S.9. © BMAS, S.11,12 © Fotolia, S.13 © Marcus Schröpfer, S.14 © Huriye Akinci Iriyari, S.18 Apotheke Marnsdorf,

Quellenangaben:
Ausführliche Quellenangaben zu allen Texten unter
www.hanseatic-pflegedienst.de

Ausgabe: 02/2012

Liebe Leserinnen, liebe Leser,

wir freuen uns Ihnen heute die zweite Ausgabe unserer Zeitschrift „HANSEATIC – Die Zeitschrift“ präsentieren zu können. In dieser Ausgabe stellen wir Ihnen unter anderem die Möglichkeiten der Urlaubs- und Verhinderungspflege vor, sowie unsere Abteilung „Dementenbetreuung“.

Ab dem 01.01.2013 gibt es einige gesetzliche Neuerungen, die die häusliche Pflege weiter stärken sollen. Darüber informieren wir Sie in dieser Ausgabe ausführlich und stellen Ihnen u.a. auch den neuen Schwerbehindertenausweis vor, der für behinderte und demenzkranke Menschen besondere Vorteile bringt.

Wir wünschen Ihnen eine besinnliche Weihnachtszeit und alles Gute für das Jahr 2013.

Ihr Thomas Seidel und das Team der HANSEATIC Pflegedienst GmbH

Inhalt

04 **Vorstellung**
Kristina Kotzur

05 **Panorama**
Die Guerilla-Stricker

06 | 07 **Gut aufgeklärt**
Pflegeneuausrichtungsgesetz 2013

08 | 09 Schwerbehindertenausweis 2013

10 | 11 **Tipps**
Brandgefahr zur Weihnachtszeit

12 **Tipps**
Rat & Tat bei Erkältung

13 **Gesund und lecker**
Rezept Bratapfel

14 | 15 **Gesundheitslexikon**
Winterdepression

16 **Rätsel**

18 | 19 **Vorstellung**
Stadt der Engel
In eigener Sache

Marion Rullmann

Die Abteilung „Betreuungsleistungen“ stellt sich vor

In der HANSEATIC Pflegedienst GmbH gibt es eine eigenständige Abteilung, die ausschließlich für Betreuungsleistungen zuständig ist. Auf dieses Angebot haben Menschen Anspruch, die an einer demenzbedingten Fähigkeitsstörung leiden, eine geistige Behinderung haben oder psychisch erkrankt sind.

Diese Abteilung wird geleitet von Frau Marion Rullmann, die von ihren vier Mitarbeiterinnen unterstützt wird. Die Betreuungsleistungen finden in Form von Begleitung und Förderung des Betroffenen sowie zur Entlastung der betreuenden Angehörigen/Bezugspersonen statt.

Die Betreuerinnen werden gezielt nach den Wünschen und Bedürfnissen der Kunden eingesetzt. Nach einem ausführlichen und unverbindlichen Beratungsgespräch werden gemeinsam die durchzuführenden Leistungen der Betreuerinnen besprochen. Dies können unter anderem sein: Spaziergänge, Beschäftigungen, Begleitungen zu Ärzten oder Behörden, gemeinsames Kochen oder Backen, Freizeitaktivitäten, Unterstützung beim Ausüben vorhandener Hobbys oder einfach nur für die Kunden Dasein. Dabei wird nach Möglichkeit immer auf die individuellen Wünsche und Fähigkeiten eingegangen.

Bei Anerkennung der Erkrankung durch die Pflegekasse werden die Kosten von der Pflegekasse übernommen.
Es besteht dann ein Anspruch auf 100,00 € oder auf 200,00 € pro Monat.

Für weitere Informationen steht Ihnen Frau Rullmann gern zur Verfügung. Sie berät sie gern ausführlich über das Leistungsangebot und unterstützt Sie bei der Antragstellung bei den Kostenträgern.

Von der Häkelblüte zur Straßenkunst

Seit 2005, der Geburtsstunde der Straßen-Strick-Kunst, verzieren Künstler und Begeisterte Laternenpfähle, Bäume, Fahrräder und ganze Häuser mit der bunten Wolle.

Was aber hat das auf sich und wer steckt dahinter?
Wir haben Jenny aus der Strick-Szene befragt und sie klärt uns auf:

Strick-Graffitis – was ist das?

Es gibt verschiedene Bezeichnungen für diesen Trend wie Strick-Graffitis oder Yarnbombing, eine Zusammensetzung aus den englischen Wörtern für Garn und Angriff. Diese beiden eher martialischen Begriffe zeigen die Verwandtschaft zu anderen Straßenkünsten und sprechen so junge Künstler und Interessierte an.
Der Sinn dahinter ist es die meist graue Welt ein wenig bunter und kuschliger zu machen, sagt Jenny.

Es gibt viele verschiedene Arten dieser Strick-Kunst. Es reicht von einfachen Häkelblüten über kleinere Ornamente, bis zum ganzen Häkelbild und nichts ist nicht „eingarnbar“! Ob man Bäume einhäkelt, Laternen einen Pulli strickt, oder Zäunen ein Kreuzstichmuster verpasst, ALLES ist erlaubt und damit hat man unbegrenzte Möglichkeiten sich selbst auszudrücken und Objekte auf seine Weise zu verschönern. Im Gegensatz zum klassischen Graffiti kann die Garn-Kunst leicht entfernt werden und löst daher nur wenig Unmut bei anderen aus.
Einige schöne Beispiele findet man unter anderem in Köln, wie die Aktion zum 10. Jahrestag des 11. Septembers oder die Aktion zum ersten Internationalen Yarnbombing - Tag.

Mittlerweile treffen sich in verschiedenen Städten Gruppen von Garn-Begeisterten, um neue Aktionen zu planen, Ideen auszutauschen und um voneinander zu lernen.

Yarnbombing ist eine tolle Chance die Generationen in Ihren Hobbys zu verbinden und gemeinsam neue Formen der Kunst mit Garn zu entwickeln.

Jenny S.

Das Pflegeneuausrichtungsgesetz 2013

Nach vielen Verhandlungsrunden ist nun schlussendlich über das PNG entschieden worden. Hier werden Sie über alle Änderungen in der ambulanten Versorgung informiert.

1. Beratungspflicht

Nach Eingang des Antrags auf Einstufung der Pflegebedürftigkeit ist die Pflegekasse verpflichtet, einen individuellen Pflegeberatungstermin durch einen Pflegeberater innerhalb von zwei Wochen vorzuhalten (auf Wunsch in der häuslichen Umgebung stattfindend). Ist dies nicht möglich, erhalten Antragsteller einen Beratungsgutschein für die Inanspruchnahme von Beratungsleistungen anderer Dienstleister.

2. Rehabilitation vor Pflege

Antragsteller von Pflegeleistungen erhalten zukünftig eine Rehabilitationsempfehlung, die konkrete Angebote, Ansprüche und Möglichkeiten für Empfänger aufzeigen.
Auch pflegende Angehörige erhalten einen vereinfachten Zugang zu Rehabilitationsmaßnahmen durch Angebote, in denen sie gleichzeitig Rehabilitationsmaßnahmen in Anspruch nehmen können, während die pflegebedürftige Person in der gleichen oder nahegelegenen Einrichtung versorgt werden kann.

3. Förderung von ambulanten Wohngemeinschaften:

- Förderung für den Aufbau einer Wohngemeinschaft
- Einmalig pro Bewohner 2.500 €, maximal aber 10.000 € für die gesamte Wohngemeinschaft
- Monatlicher Pauschalbetrag für Bewohner einer Wohngemeinschaft von 200 €, wenn sie eine Betreuungskraft eingestellt haben

4. Pflegegeldanspruch auch bei Kurzzeit- bzw. Verhinderungspflege:

Während der Inanspruchnahme von Kurzzeit- oder Verhinderungspflege besteht ein Anspruch auf 50% des Pflegegeldes.

5. Einbeziehung von Betreuungsleistungen im Pflegesachleistungsanspruch:

Die ambulante Pflege, die bisher pflegerische Leistungen wie die Grundpflege (z.B.: Körperpflege, Nahrungsaufnahme), Behandlungspflege (z.B. Wundversorgung, Injektionen) und hauswirtschaftliche Versorgung umfasste, wird um Betreuungsleistungen ergänzt. Pflegedienste können demnach gezielt Angebote machen, die auf die Bedürfnisse demenziell erkrankter Menschen zugeschnitten sind. Ihr Anspruch auf Betreuungsleistungen wird gleichzeitig mit der Einstufung der Pflegebedürftigkeit erhoben. Sollte schon eine Einstufung durch den Medizinischen Dienst der Krankenkassen erfolgt sein, kann eine Neueinstufung durch die pflegebedürftige Person beantragt werden.

6. Mehr Wahlmöglichkeiten für Pflegebedürftige und ihre Angehörigen:

Neben den sonst üblichen Leistungskomplexen (z.B. Ganzkörperwaschung) können Zeitkontingente (z.B. 1 Std. Hilfe) bei Pflegediensten gebucht werden. Sie erhalten zukünftig zwei Pflegeverträge des Pflegedienstes:
a. Berechnung nach Leistungskomplexen
b. Berechnung nach Zeitkontingenten

7. Leistungen der Pflegeversicherung bei Pflegestufe 0:

Viele, hauptsächlich demenziell Erkrankte, haben einen extrem hohen Betreuungsbedarf, jedoch einen zu geringen Pflegebedarf, um in die Pflegestufe I eingestuft zu werden. Bis dato gingen diese Menschen beim Pflegegeld und den Pflegesachleistungen leer aus und konnten nur zusätzliche Betreuungsleistungen beantragen. Ab Januar 2013 haben Menschen mit der Pflegestufe 0 einen monatlichen Anspruch auf 120 € Pflegegeld oder 225 € Pflegesachleistungen.

8. Anhebung der Leistungen für demenziell Erkrankte:

Demenziell Erkrankten in den Pflegestufen 0-III stehen ab 2013 folgende erhöhte Leistungen zu:

PNG 2013	Pflegegeld in €		Pflegesachleistungen in €	
	bisher	geplant	bisher	geplant
Pflegestufe 0	0	120	0	225
Pflegestufe I	235	305	450	665
Pflegestufe II	440	525	1100	1250
Pflegestufe III	700	700	1550	1550

Neuer Schwerbehindertenausweis 2013

Ab Januar nächsten Jahres gibt es einen neuen Schwerbehindertenausweis. Wussten Sie eigentlich, dass an Demenz erkrankte Menschen auch Anspruch auf einen Schwerbehindertenausweis haben?

Die Änderungen

Das große Scheckkartenformat wird zu einem kleineren Kreditkartenformat geändert. Neuantragsteller bekommen den neuen Ausweis direkt ausgestellt. Betroffene mit alten Ausweisen werden von den zuständigen Versorgungsämtern rechtzeitig angeschrieben. Bis Januar 2015 soll die Umstellung spätestens abgeschlossen sein.

Die Merkzeichen im Schwerbehindertenausweis:

Spezifische Merkzeichen auf dem Ausweis beschreiben die Art der Behinderung oder die Hilfestellung, auf die die Inhaber angewiesen sind. Diese sind ausschlaggebend für die Nachteilsausgleiche, die Inhaber durch den Ausweis erhalten können. Die Merkzeichen:

G = Erhebliche Beeinträchtigung der Bewegungsfähigkeit im Straßenverkehr
aG = außergewöhnliche Gehbehinderung
Gl = Gehörlos
B = Begleitung
Bl = Blind
H = Hilflos
RF = Rundfunkgebührenbefreiung; Ermäßigung der Telefongebühren
1. Kl = Schwerkriegsbeschädigte und Verfolgte

Warum ein Schwerbehindertenausweis?

Ein Schwerbehindertenausweis ist mit vielen Vorteilen für die Inhaber verbunden, mit dem Ziel die gesellschaftliche Teilhabe von behinderten und dementen Menschen zu fördern.

Per Gesetz stehen ihnen besondere Rechte und Nachteilsausgleiche zu.

Die Nachteilsausgleiche/Vorteile in Kürze:

Steuerliche

- Es können Pauschalbeträge geltend gemacht werden. Der Pauschalbetrag wird z.B. für Ausgaben rund um die Betreuung Demenzkranker gewährt.
- Absetzen von Dienstleistungen einer Haushaltshilfe
- Absetzen von Mehraufwendungen für Kuren, Heimkosten, häuslicher Pflege

Am Arbeitsplatz

- Besonderer Kündigungsschutz, sowie 5 zusätzliche bezahlte Urlaubstage

Rundfunk- und Fernsehgebühren; Telefon

- Mit „RF“ erhalten Sie eine Runfunkgebührenbefreiung

Krankenkasse

- Ab einem Behinderungsgrad von min 60% , Anerkennung als „chronisch krank“
- Mit „aG“ werden Fahrtkosten zu ambulanten Behandlungen übernommen KFZ und Kraftfahrsteuer
- Mit „H“ und „aG“ erhalten Sie Steuerbefreiung.
- Es gibt Kilometerpauschalen, die Sie geltend machen können
- Das Ordnungsamt stellt bei „aG“ einen Parkausweis aus

Personenverkehr

- Unentgeltliche Beförderung im Öffentlichen Personennahverkehr bei einem Grad der Behinderung von min 50%
- Möglichkeiten der „individuellen Beförderung“ für Menschen, die aufgrund ihrer Behinderung besondere Fahrzeuge oder Hilfen benötigen
- Bei „B“ ist im Nah- und Fernverkehr sowie bei Flügen innerhalb Deutschlands bei deutschen Fluggesellschaften eine Begleitperson kostenlos gestattet

Veranstaltungen

- Mit „B“ gibt es Eintrittsermäßigungen für Sie oder Begleitpersonen

Wo wird ein Schwerbehindertenausweis beantragt?

Der Antrag mit Lichtbild wird beim zuständigen Versorgungsamt gestellt. Dort erfahren Sie ebenfalls auf welche der genannten Vorteilsausgleiche Sie Anspruch haben (steuerliche Vorteile erfahren Sie beim Finanzamt). Für eine schnelle Bearbeitung kann ein beigefügtes ärztliches Gutachten, das die vorliegende Behinderung möglichst konkret beschreibt, hilfreich sein. Das Verfahren zur Bewilligung eines Schwerbehindertenausweises dauert manchmal mehrere Monate, jedoch gelten die Ansprüche vom Zeitpunkt der Antragstellung. Gegen einen negativen Bescheid kann Widerspruch eingelegt werden.

Der neue Schwerbehindertenausweis im Scheckkartenformat

Vorderseite

Rückseite

Brandgefahr in der Weihnachtszeit

Die Weihnachts- und Adventszeit ist die gemütlichste Zeit des Jahres. Licht und Kerzen strahlen in den Fenstern und geben dieser Jahreszeit ihre besondere Gemütlichkeit.

Damit das auch so bleibt, wollen wir Ihnen Tipps und Anregungen für den Umgang mit den häufigsten Brandgefahren zur Weihnachtszeit geben.

Kleine Mittel - große Wirkung

Eine der häufigsten Brandursachen stellen Kurzschlüsse von alten und unsicheren Lichterketten dar. Ein VDE-Siegel an Lichterketten belegt, dass es sich um eine qualitätsgeprüfte Lichterkette handelt. Kontrollieren Sie vor dem Aufbau der Lichterketten grundsätzlich, ob alle Glühlampen funktionieren und wechseln Sie defekte ggf. aus.
Durch diese Tatsache steigt nicht nur der Stromverbrauch, sondern die Geräte können überhitzen. Kaufen Sie sich daher Steckdosenleisten, die einen Schalter besitzen, um den Strom für die Geräte vollständig auszuschalten.

Um auch im Falle eines tatsächlichen Brandes handlungsfähig zu sein, empfiehlt es sich ein Feuerlöschgel (beispielsweise FireEx 600) zu kaufen und dieses im Wohnzimmer zu platzieren. Mit dieser Art von Löschgel können Sie kleine Brände durch einfaches Aufsprühen löschen, obwohl das Gel nur in einer kleinen Tube und so groß wie ein Haarspray ist.

Häufig bemerken die Bewohner nicht, dass es in einem anderen Raum brennt oder zu Rauchentwicklung kommt. Um dem vorzubeugen, können Sie Rauchmelder installieren, die Sie bei Gefahr warnen.

Tipp: Auch für Küchen gibt es mittlerweile sogenannte Thermorauchmelder, die nicht auf Rauch sondern auf die extrem aufsteigende Hitze reagieren.

1. Verwenden Sie abschaltbare Steckdosenleisten
2. Verwenden Sie nur VDE-geprüfte Lichterketten
3. Kaufen Sie sich ein Löschgel, um im Notfall reagieren zu können
4. Installieren Sie Rauchmelder in allen Räumen der Wohnung
5. Merken Sie sich die Notrufnummer 112 und legen ein Telefon in Ihre Nähe

Brandgefahr in der Weihnachtszeit

Das richtige Verhalten wenn doch ein Feuer entsteht.

Bleiben Sie unbedingt ruhig. Wenn der Brand noch klein ist, versuchen Sie mit dem Feuerlöscher, Löschgel oder zumindest mit einem Glas Wasser das Feuer zu löschen. Ansonsten greifen Sie zum Telefon und wählen den Notruf 112.

Weihnachten ist schön und das sollte so bleiben - wenn Sie die besagten Tipps bedenken, steht einem besinnlichen Weihnachtsfest nichts im Wege.

Wir wünschen allen ein
frohes, besinnliches und gefahrloses
Weihnachtsfest!

Notwendige Inhalte
eines Gespräches mit
dem NOTRUF 112:

1. **Wo** ist es passiert?
2. **Was** ist passiert?
3. **Wie viele** verletzte Personen?
4. **Welche** Verletzungen haben diese Personen?
5. **Warten** auf Rückfragen, also nicht sofort auflegen!

VDE Verband der Elektrotechnik Elektronik Informationstechnik e. V.

WINTERDEPRESSION

Wenn die dunkle Jahreszeit die Stimmung trübt.

Stimmungsschwankungen, verminderte Tatkraft und gesteigertes Schlafbedürfnis sind Symptome, die in den Wintermonaten viele Menschen einholen. Diese jahreszeitlichen Veränderungen von Stimmung und Aktivität werden in Fachkreisen „saisonal abhängige Depression“ (SAD) genannt. Was sich genau dahinter verbirgt und was Sie dagegen tun können, erfahren Sie im Folgenden.

Ursachen

Vermutet wird eine Störung von zwei Botenstoffen im Gehirn, welche die Stimmung und Leistungsfähigkeit des Menschen beeinflussen. Es handelt sich dabei um einen Mangel an Melatonin und einen Überschuss an Serotonin. Eine große Rolle spielt dabei das Licht, weshalb die Winter-Depression auch „Lichtmangel-Depression“ genannt wird. In den Wintermonaten wird es deutlich früher dunkel und zu wenig Tageslicht trifft die Netzhaut der Augen. Auf den Mangel an Tageslicht reagiert die Zirbeldrüse im Gehirn mit einer Melatoninausschüttung. Melatonin ist verantwortlich für die Aufrechterhaltung des Schlaf-Wach-Rhythmus‘. Durch den Überschuss an Melatonin im Gehirn kommt es zu Schlappheit, Müdigkeit und sinkender Laune.

Symptome

Die Winter-Depression kennt die gleichen Symptome wie die „normale“ Depression, jedoch meist weniger ausgeprägt. Typische Symptome einer Depression sind Freud- und Interessenlosigkeit, Niedergeschlagenheit, Mut-, Energie- und Hoffnungslosigkeit. Betroffene fühlen sich elend, leer, grübeln unentwegt und isolieren sich. Aber auch Reizbarkeit und gar Aggressivität können auftreten.

Das Besondere der Winter-Depression ist, dass sie im Gegensatz zur „normalen“ Depression nicht mit Appetitlosigkeit und Gewichtsverlust einhergeht, sondern durch ständigen Hunger und Gewichtszunahme gekennzeichnet ist. Schuld daran ist der Serotoninmangel, den der Körper mit großem Appetit auf Süßes auszugleichen versucht. Zudem tritt bei der Winter-Depression statt der Schlaflosigkeit ein vermehrtes Schlafbedürfnis auf, welcher wiederum mit dem Melatoninüberschuss zusammenhängt. Trotz ausreichend viel Schlaf fühlen sich Betroffene nicht erholt.

Diese beiden kennzeichnenden Symptome der Winter- Depression werden begleitet von starker Niedergeschlagenheit.

Was können Betroffene tun?

Da als Ursachen Licht- und Aktivitätsmangel angegeben werden, hilft therapeutisch Sonne. Viele Menschen zieht es daher in den Wintermonaten in den Sonnenurlaub. Wenn dies nicht möglich ist, sollte einfach das vorhandene **Lichtangebot** genutzt werden. Tägliche Spaziergänge bei Tageslicht sind die beste Methode, dem Licht- und Aktivitätsmangel entgegen zu wirken. Gerade an grauen Herbst- und Wintertagen kostet es Überwindung, die eigenen vier Wände zu verlassen. Doch nur so kann dem sonst drohenden Teufelskreis entflohen werden. Andernfalls wird die Mattigkeit und Lustlosigkeit die verminderte Aktivität verstärken. Bewegung und Tageslicht wird vermieden und die Niedergeschlagenheit wächst.

Menschen, die aufgrund von Immobilität die Wohnung nicht verlassen können, sollten zumindest darauf achten, Licht in die Wohnung zu lassen. Öffnen Sie gleich nach dem Aufwachen die Rollläden und Gardinen und es lassen es Tag werden in Ihrer Wohnung.

Künstliche Lichttherapie, bei der Betroffene künstlichem Licht ausgesetzt werden, das dem natürlichen Sonnenlicht nachempfunden ist, beschreibt eine weitere Möglichkeit, die Winterdepression zu behandeln. Schon im Herbst angewandt, kann bei vielen Betroffenen ein Rückfall verhindert werden. In Einzelfällen kann Lichttherapie leichte Nebenwirkungen wie Kopfschmerzen auslösen.

Garantiert nebenwirkungsfrei und empfehlenswert ist daher der einfache, tägliche und doch wirkungsvolle Spaziergang.

In dem Sinne: Carpe diem! –
Nutze den Tag (und sein Licht)!

intensiv lernen (ugs.)		Vornehmheit		US-Parlamentsentscheide		weibliches Nagetier	Windschattenseite	feuerfestes Mineral			Himmelsrichtung	Feiertag
									5			
Beruf in der Kfz-Industrie		narkotisiert			6						Eiweißgift	
jemenitische Münze				stehendes Gewässer				Zeitalter		Säuregehaltwert		
					Hundelaute		Brandrückstand					
aufgeschlossen		Balkenträger (Figur)		Weste ohne Ärmel						sehr gut, aus dem ...		
tolerieren, dulden						9	nordamerikanische Indianer		europ. Weltraumorg. (Abk.)			
				Briefanrede		kleine Vogelvoliere					2	
Wasservogel	lateinisch: Tor, Pforte		Vorname der Riefenstahl					US-Militärsender (Abk.)				künstliche Satelliten
kleiner Rundbau									griechischer Gott der Künste		tourist. Hochsaison	
Bruder von Vater oder Mutter						befestigtes Berberdorf		Wortteil: Afrika				
	8		Männername		Süßwasserfisch							
Stelle		weibliche Ziege						Quittungen		Ziffernkennung (engl.)		
ein Farbton		1			leichte Holzart		inneres Hohlorgan					
griech. Muse der Sternkunde	Vers	Oper von Verdi		laut schreien								
						Palästinenserorganisation				Zwerg der Edda		Substanz der Gene (engl.)
gefallsüchtig			4			modern	Abk.: europäische Norm		ermüdend		7	
französischer Frauenname				Gewinnerin								
Symbolfigur Frankreichs	3								afrikanische Palmenart			

raetselstunde.com

1	2	3	4	5	6	7	8	9

Auflösung Heft Ausgabe Nr. 01/2012: IMPLANTOLOGIE

LANDHAUS KÜCHE

Für mich gekocht. Für mich gebracht.
Von apetito

Wir bringen Ihnen Ihre Lieblingsgerichte direkt ins Haus!

- Abwechslungsreiche Auswahl leckerer Mittagsgerichte, Desserts und Kuchen
- Schon ab 4,99 €
- Meisterlich gekocht, mit erntefrischen Zutaten
- Zu Ihnen ins Haus gebracht an 365 Tagen im Jahr

Auf Wunsch jeden Tag

Einfach anrufen und bestelle

PROBIER-ANGEBO

selbst überzeugen!

0 40 - 89 20 00
kueche.de

Rufen Sie uns an!
www.landhaus

DIE APOTHEKE MARMSTORF

stellt sich vor.

Nachdem wir schon seit vielen Jahren mit dem **HANSEATIC Pflegedienst** zusammenarbeiten und einige von Ihnen mit Medikamenten und Hilfsmitteln versorgen, freuen wir uns über die Gelegenheit, uns hier einmal persönlich vorzustellen.

Die Apotheke Marmstorf blickt auf eine lange Tradition seit 1956 zurück. Der jetzige Inhaber, Thorsten Kunze, hat sie 1991 übernommen. Wir beraten und betreuen unsere Kunden immer individuell. So hat Herr Kunze speziell für die HANSEATIC-Patienten, eine feuchtigkeitsspendende Körperlotion entwickelt, die wir selbst herstellen und Ihnen zu einem günstigen Preis anbieten können. Wenn Sie Kompressionsstrümpfe benötigen, kommt unsere Kollegin Frau Trefzer gern zu Ihnen ins Haus, um Ihre Maße zu nehmen. Auch bei der Versorgung mit Inkontinenz-Artikeln (Windeln und Vorlagen) gehen wir stets auf die individuellen Wünsche der Patienten ein.

Ein Angebot für unsere HANSEATIC-Kunden: Wenn Sie regelmäßig unsere Apotheken-Umschau, Senioren-Ratgeber, Diabetiker-Ratgeber beziehen möchten, rufen Sie uns gern an. Wir lassen Ihnen die Lektüre dann über Ihren Pflegedienst zukommen.

Frau Berk ist unsere PTA.
Sie stellt regelmäßig die Urea-Pflegelotion her und kümmert sich bei einigen HANSEATIC-Patienten darum, dass sie jeden Tag die benötigten Arzneimittel in Ihrer Medikamenten-Box vorfinden.

Herr Lange ist unser Bote.
Einige von Ihnen kennen ihn persönlich. Für viele andere liefert er jeden Tag Medikamente und Verbandstoffe an den HANSEATIC Pflegedienst.

Herr Kunze ist Apotheker.
Er berät Sie gern bei Fragen zu Ihrer Medikation und arbeitet eng mit Frau Berger im Bereich der modernen Wundversorgung zusammen.

Wenn die private Pflegeperson ausfällt.

Was passiert dann?
Der größte Anteil der Pflege wird in Deutschland hauptsächlich durch Angehörige geleistet.

Neben der damit einhergehenden physischen Belastung darf nicht außer Acht gelassen werden, dass die Versorgung eines Angehörigen auch eine besonders große psychosoziale Belastung darstellt. Pflegende Angehörige brauchen daher Pausen, um aufzutanken und neue Kraft zu schöpfen.

Das Pflegeversicherungsgesetz regelt in §39 die Urlaubs- und Verhinderungspflege. Dem Versicherten steht ein **Jahresbetrag von 1.550€,** unabhängig von der Höhe der Pflegestufe, zur Verfügung. Die Urlaubs- und Verhinderungspflege ist für maximal 28 Tage und auf den Höchstbetrag (1550€) begrenzt. Sie kann allerdings auch Stundenweise erfolgen. Werden Leistungen weniger als 8 Stunden pro Tag erbracht, wird die Tagesgrenze nicht angerechnet, es zählt nur der Höchstbetrag. Die Leistung kann immer zusätzlich zum bestehenden Pflegegeld beansprucht werden.

Voraussetzungen:

Verhinderungspflege kann laut Gesetz in Anspruch genommen werden, wenn die „Pflegeperson wegen Erholungsurlaubs, Krankheit oder aus anderen Gründen“ (§39 SGBXI) die Pflege nicht fortführen kann. Ein Nachweis, warum die Pflegeperson verhindert ist, ist im Gesetz nicht vorgesehen, ebenso wenig wie die konkrete Nennung des Grundes.

Die Pflegeperson kann tageweise, aber auch stundenweise verhindert sein. Wichtig ist nur, dass die Pflegeperson in dieser Zeit die Versorgung des Pflegebedürftigen nicht übernehmen kann.

Die Ersatzpflege kann durch Pflegedienste oder Einzelpersonen erbracht werden.

Bekommt eine Pflegeperson Pflegegeld, so wird bei einer stundenweisen Inanspruchnahme der Urlaubs- und Verhinderungspflege das Pflegegeld ungekürzt an die Pflegeperson weiterhin gezahlt. Bei einer tageweise (also ab 8 Stunden) Inanspruchnahme und Abrechnung erhält die Pflegeperson weiterhin 50% des Pflegegeldes (dies gilt ab dem 01.01.2013).

Für weitere Fragen oder Auskünfte stehen wir Ihnen gerne zur Verfügung und beraten Sie diesbezüglich.

Damit die Lebensfreude nicht verloren geht: Tagespflege „Haus am Feuerteich"

- Von Montag bis Freitag, 8 bis 16 Uhr
- Entlastung für pflegende Angehörige
- Fahrdienst

040 7608176
www.johanniter.de/harburg

DIE JOHANNITER 60 Jahre
Aus Liebe zum Leben

HANSEATIC
DER PFLEGEDIENST

Wir haben Ziele und Visionen für eine zukunftssichere Versorgung unserer Kunden, aber auch ein attraktiver Arbeitgeber für unsere Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter zu sein. Sie können uns dabei gerne unterstützen!

Examinierte und motivierte Pflegekräfte (m/w)
sind willkommen, damit wir gemeinsam mehr erreichen können.

HANSEATIC Pflegedienst GmbH
Meckelfelder Weg 2, 21079 Hamburg
www.hanseatic-pflegedienst.de
Telefon: 040 - 769 11 66
Fax: 040 - 76 91 09 59
E-Mail: info@hanseatic-pflegedienst.de