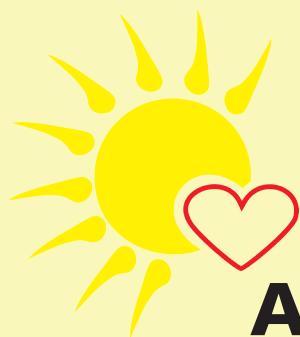


PFLEGERUNDSCHAU



**Ambulantes
Pflegezentrum**

Ausgabe 02/2014

VORSTELLUNG

Pflegedienst Kaminsky
in Brand

S.4

GUT AUFGEKLÄRT

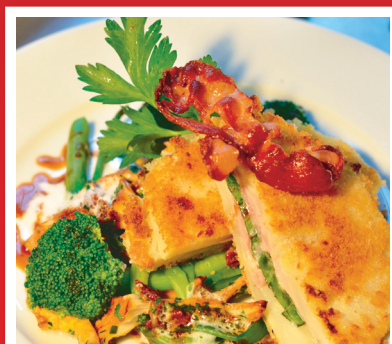
Heute an morgen denken

S.6

TIPPS

Mein Erbe
tut Gutes

S.14



Lecker Sellerie!

REZEPT

Cordon Bleu von
Sellerie, Basilikum
und Roquefort

S.11



www.pflegedienst-kaminsky.de
Teuchern: 03 44 43 - 25 99 71
Zeitz: 03 44 1 - 76 65 48 2
Ermsleben: 03 47 43 - 53 11 08.

STANDORTE: TEUCHERN, ZEITZ, OSTERFELD, ERMSLEBEN

Impressum

Die Pflegerundschau
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

Vertretungsberechtigter Geschäftsführer:
Herr Norbert Otto Sehner

Herausgeberin & Ansprechpartnerin für Angehörige & Patienten:
Ambulanter Krankenpflegedienst Kaminsky
Markt 18
06682 Teuchern
Tel.: +49 (0) 34443 259971
info@pflegedienst-kaminsky.de

Autoren dieser Ausgabe :
Ambulanter Krankenpflegedienst Kaminsky, Martina Bliefernich, Frau Schnell, 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.

Grafische Gestaltung:
Anja Kernbach, mail@anjakernbach.de

Druck:
Barkow Druck Studio
Rungedamm 18b
21035 Hamburg

Fotos:
Titelfoto © Artanika - Fotolia.com
S. 4, 17, 20 © Ambulanter Krankenpflegedienst Kaminsky; S. 5 © Europäische Zentralbank; S. 9 © Herr Schnell; S. 10 © MP2 - Fotolia.com; S. 11 © Marcus Schröpfer; S. 12 © anton_novik - Fotolia.com; S. 13 © poriac - Fotolia.com; S. 16 © absolutimages-Fotolia.com; S. 19 © MOTOMed

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

Ausgabe: 02/2014

Auflösung Rätsel Heft Ausgabe Nr. 01/2014:
NEBENWIRKUNGEN




**Menschen
setzen Zeichen**

Vor rund 5.000 Jahren erschufen Menschen dieses Steingrab als Signal für künftige Generationen.
Mit einem Testament zugunsten der Alzheimer-Forschung setzen auch Sie ein bleibendes Zeichen.
Unsere kostenlose Broschüre können Sie bestellen unter:
0800 / 200 400 1



Kreuzstr. 34 · 40210 Düsseldorf
www.alzheimer-forschung.de

116 117
DIE NUMMER, DIE HILFT!
BUNDESWEIT.

Der ärztliche
Bereitschaftsdienst
der Kassenärztlichen
Vereinigungen



**Ambulantes
Pflegezentrum**

Liebe Leserinnen und Leser,

auch mit unserer zweiten Ausgabe möchten wir Sie über Pflege und Gesundheit informieren, aber auch einen kurzen Rückblick über das vergangene Quartal geben. Wie Ihnen sicherlich bekannt ist, haben Unbekannte in der Nacht des 28.07.2014 unseren Stützpunkt in der Oberstraße 11 in Teuchern in Brand gesetzt. Es musste umgeplant und neu organisiert werden. Hier möchten wir uns in aller Form für das Verständnis und die Toleranz unserer Patienten für Verzögerung in der Versorgung bedanken.

Wir freuen uns, dass die erste Ausgabe unserer Pflegerundschau so gut angenommen wurde und hoffen, dass auch diese Ausgabe für Sie informativ und aufschlussreich ist.

Im Oktober 2014 planen wir einen 3-tägigen Ausflug in das Landsitzhotel Templin. Templin ist die größte Stadt des Landkreises Uckermark und liegt in Brandenburg. Hier möchten wir gemeinsam mit interessierten Patienten 3 erholsame Tage verbringen und uns eine kleine Auszeit gönnen. Für den Transport und Ihre Versorgung während der Dauer des Aufenthaltes sorgen wir. Über die Einzelheiten (Kosten, Zeitpunkt, Voraussetzungen) der Reise informieren wir Sie gern persönlich unter der Telefonnummer 034743-531108.

Inhalt

04	Vorstellung Pflegedienst Kaminsky in Brand	11	Rezept: Cordon Bleu von Sellerie, Basilikum und Roquefort
05	Panorama Die neue 10-€-Banknote ab September	12 13	Gesundheits-Lexikon Veränderung der Nägel
06 07	Gut aufgeklärt Heute an morgen denken	14 15	Tipps Mein Erbe tut Gutes
08 09	ANUBIS hilft, wenn Freunde gehen	16	Rätsel
10 11	Gesund und lecker Sellerie	17	Vorstellung Bergtheater Thale
		18 19	MOTOMed

Pflegedienst Kaminsky in BRAND

In der Nacht vom 28. auf den 29. Juli ereignete sich in Teuchern gegen 02:00 Uhr bereits das siebte Unglück in Folge.

Die ersten sechs spielten sich im **ländlichen Bereich** der Kleinstadt ab, doch dieser führte die Helfer zu uns ins **Stadtzentrum**. Ein **Feuer** brach im **Dachstuhl** unseres Pflegedienstes aus und breitete sich auf das **gesamte Gebäude** aus. Alle **neun Feuerwehren** des Ortes und **freiwillige Feuerwehren** benachbarter Städte rückten an. Insgesamt **53 Männer** und **Frauen** waren im Einsatz, um die Flammen zu bekämpfen. Nach **dreieinhalb Stunden** war das Feuer dann endlich **gelöscht**. Nach Ende der Löscharbeiten stand das komplette **Erdgeschoss** unter **Löschwasser**. Glücklicherweise wohnte niemand in dem Gebäude, **verletzt** wurde auch **keiner**.

Während die **Helfer** unter Akkord und erschöpft von den vorherigen Einsätzen mit den Flammen, Schutt und Schauspieligen **kämpften**, hatten auch unser Hausverwalter **Sebastian Ressel** und unsere Pflegedienstleiterin **Andrea Kle-**



be alle Hände voll **zu tun**, denn trotz des Unglücks mussten unsere **Kunden** weiter nach Plan **versorgt** werden. Dafür wurde kurzerhand ein benachbarter **Parkplatz** zur **Ein-**

satzzentrale unseres Pflegedienstes umfunktioniert. Ich bin sehr **stolz** auf meine **Mitarbeiter** und freue mich über ihr **Engagement** und den **kühlen Kopf**, den sie trotz des Unglücks bewahrt haben. Mich erreichte die Unglücksnachricht im Urlaub. Deshalb freue ich mich umso mehr, dass alles so **gut geklappt** hat.

Leider müssen wir aufgrund des Brandes den **Verlust** unseres gesamten **Bürobestandes** hinnehmen. Doch wir geben nicht auf und führen unsere Arbeit „einfach“ an **anderen Örtlichkeiten** fort. Wir sind **umgezogen** und unsere Kunden finden uns jetzt am **Markt 18 in 06682 Teuchern**.

Kay Kaminsky

Neue 10-€-Banknote ab September

Darauf sollten Sie achten!

Sie erinnern sich vielleicht noch, dass im **Mai letzten Jahres ein neuer 5-€-Schein** in den Umlauf gebracht wurde. Gleiches wird dieses Jahr mit dem **10-€-Schein** passieren. Am **23. September** kommt die neue Banknote auf den Markt und wird auch Ihnen früher oder später in die Hände geraten.

Die Einführung **neuer Geldscheine** bietet natürlich auch für **Betrüger** ein leichtes Spiel, **Fälschungen** zu verbreiten. Sind erst einmal zwei unterschiedliche Scheine auf dem Markt, lässt sich manchmal auch ein dritter unbemerkt untermischen.

Wichtig ist es daher, schon frühzeitig die **Erkennungsmerkmale** der Originale zu verinnerlichen, damit Sie Fälschungen erkennen und dem Banknoten-Wechsel unbesorgt entgegengehen können.

So erkennen Sie ein Original:



Fühlen: Fühlbares Relief



Die Banknoten bestehen aus einem **baumwollfasernden Spezialpapier**, welches sich durch seine **griffige Struktur** gut erkennen lässt und des Weiteren über ein **fühlbares Relief** auf der **Vorderseite** verfügt.

Sehen: Porträt-Wasserzeichen



Wenn Sie die Banknote **gegen das Licht** halten, wird das **Porträt** der Europa **sichtbar**.

Kippen: Smaragd-Zahl und Porträt-Hologramm



Wenn Sie die Banknote **kippen**, erscheint im **silbernen Streifen** die **mythologische Gestalt** Europa und auf der **Smaragd-Zahl** bewegt sich ein **Lichtbalken** auf und ab.

Nehmen Sie sich die **Zeit** und prüfen Sie jede 10-€-Banknote auf diese **drei Merkmale**. Dann sind Sie auf der **sicheren** Seite und lassen **Betrüger keine Chance**.

Die neue Banknote kann kommen!

HEUTE an MORGEN denken

Bestattungsvorsorge

Der **Tod** ist etwas, mit dem man sich nicht gerne auseinandersetzt, doch gehört er wie die **Geburt** zum **Leben** dazu. Auf ein neues Leben bereitet man sich gerne vor: Krankenhausauswahl, Hebammensuche, Geburtsvorbereitungskurs, Kinderwagen, die Vorbereitungsliste ist schier endlos lang.

Anders sieht es mit den Vorbereitungen für das **Ausscheiden** aus dem Leben aus. Nur wenige planen bewusst, was nach dem Tod mit Ihnen geschehen soll, dabei sind ebenso viele Dinge zu regeln wie bei einer Geburt. Allein schon die Auswahl der **Bestattungsart** ist eine persönliche Angelegenheit, die sich jeder Mensch anders vorstellt und sie daher auch selbst wählen sollte. Grundsätzlich stellt sich die Frage, ob man **verbrannt** oder **beerdigt** werden möchte?

Doch damit ist es längst nicht getan, denn neben den klassischen, gewinnen zunehmend **moderne Beisetzungsformen** wie Seebestattung, Baumbestattung, Luftbestattung, Weltraumbestattung oder Diamantenbestattung an Bedeutung.

Je nach Bestattungsart muss ein **Bestattungsort** gewählt, ggf. die **Grabpflege** organisiert, ein **Grabstein** gekauft und eine **Trauerfeier** arrangiert werden.

Doch **wer trifft** diese Entscheidungen? Und eine Frage, die bis jetzt noch gar nicht gestellt wurde: **Was kostet** das eigentlich?

Laut **Stiftung Warentest** belaufen sich **Bestattungskosten** im Durchschnitt auf rund **4.500 Euro**, wobei die **Preise** regional und je nach Ausführung sehr **stark schwanken**.

In den meisten Fällen bleibt die gesamte **Organisation** und **Finanzierung** der Bestattung an den **Angehörigen** hängen, die in Ihrer **Trauer** völlig **überfordert** sind. Entscheidungen in dieser Situation zu treffen, sind schwierig, daher lohnt es, sich zu **Lebzeiten** schon **Gedanken** über den eigenen Tod zu machen, um sicherzustellen, dass die **eigenen Wünsche** und **Vorstellungen** erfüllt werden und die Belastung der Angehörigen so niedrig wie möglich gehalten wird.



Bestattungsvorsorge ist das Stichwort

Diese können Sie mit dem Bestatter Ihres Vertrauens treffen. Die **GBI** in Hamburg bietet **seit 60 Jahren** einen eigenen **Vorsorgevertrag** mit **Preisgarantie** und **Bankbürgschaft**. Auch viele Jahre im Voraus abgeschlossen, werden die Verträge in **genau** der Form **umgesetzt**, in der sie vereinbart wurden und das **ohne Kostensteigerung**.

Informationen beim **GBI 040 - 24 84 00**, oder in einer unserer Filialen oder im Internet: www.gbi-hamburg.de/home/vorsorge/

Andere Bestatter in Deutschland arbeiten oft mit dem **Bundesverband Deutscher Bestatter** zusammen und bieten über diesen **zwei** weitere **Möglichkeiten** an sich finanziell **abzusichern**:

1. Treuhandvertrag

Hierbei schließen Sie mit einem Bestatter Ihrer Wahl einen **Vorsorgevertrag** ab, dessen eingezahltes Kapital über ein **Bestattungsvorsorge-Treuhandvertrag** als **Treuhandvermögen** angelegt wird. Im

Todesfall wird das **Treuhandvermögen** einschließlich der Zinsen an Ihren Bestatter zur Erfüllung Ihres **Vorsorgeauftrages** ausgezahlt.

2. Sterbegeldversicherung

Sie werden vom **Kuratorium Deutsche Bestattungskultur e.V.** gemeinsam mit der **Nürnberger Versicherung** angeboten. Durch günstige Konditionen einer **Gruppenversicherung** sind **Einmalbeiträge** ebenso wie jährliche oder überschaubare **monatliche Beiträge** möglich.

Informationen erhalten Sie unter: **Bundesverband Deutscher Bestatter e.V., 0211 / 16 00 8-10** oder im Internet: www.bestatter.de/bestattungsvorsorge/

Hinweis: Eine frühzeitige Bestattungsvorsorge ist aber auch wichtig, um sich das Geld auch im Falle einer möglichen **Pflegebedürftigkeit** vor dem unberechtigten **Zugriff** des **Sozialamtes** zu sichern.



ANUBIS hilft, wenn Freunde gehen

Den Abschied in Würde gestalten

Jeden Morgen begrüßen sie uns freudig. **Gutgelaunt, begleiten** sie uns jeden Tag durch Dick und Dünn. Sie **spielen** mit uns, **hören** uns zu, **kuscheln** mit uns, **trösten** uns und schenken uns ihre bedingungslose **Liebe** und ihr **Vertrauen**. **Haustiere** sind heute längst zu **Familienmitgliedern** geworden.

Das tiefe Gefühl eines jeden **Tierfreunds** beschreibt **Karl Gutzkow** in seinem Gedicht: „Das Tier erkennt die tiefsten Tiefen uns’res Wesens, und hält zu uns, selbst wenn die ganze Welt uns auch verlässt. Die Treue eines Tieres kann uns rühren, weil Treue unter Menschen doch so selten ist.“

Der Wunsch, das geliebte Tier auch **nach dem Tod würdevoll** zu behandeln, nimmt zu. Viele Tierhalter informieren sich deshalb frühzeitig über die Möglichkeiten der **Bestattung** oder **Einäscherung**. In Städten wie Hamburg haben Tierhalter kaum die Möglichkeit, ihr Tier auf dem eigenen Grundstück zu begraben“, erklärt **Jürgen Schnell**, der Anfang **März 2011** einen **Franchisebetrieb** von **ANUBIS- Tierbestattungen** eröff-

nete. Hier steht **Tierfreunden** aus **Hamburg** und Umgebung ein umfangreiches **Dienstleistungsangebot** zur Verfügung. Von der **Beratung** im Todesfall über **Abholung** des verstorbenen Tieres bis zur **Bestattung** oder **Einäscherung**. Selbstverständlich können Sie Ihr verstorbenes Tier auch persönlich bringen. Zum Angebot von ANUBIS gehört auch eine große Auswahl an **Särgen, Urnen** und **Accessoires**.

Sie erreichen ANUBIS-Tierbestattungen rund um die Uhr an 7 Tagen die Woche unter **040 – 769 00 769**.
<http://www.anubis-tierbestattungen.de/hamburg/willkommen>

ANUBIS ist **deutschlandweit** an **19 Standorten** tätig. Interessierte an Informationen zu ANUBIS-Tierbestattungen **außerhalb Hamburgs**, werden von Herrn **Schnell** an die jeweiligen **regionalen Partner** weitergeleitet.



Jürgen Schnell

Himmelgarten – Sterbevorsorge für Haustiere

Heute an morgen denken

Und dann ist er plötzlich da, der Tag des **Abschieds** von meinem geliebten Tier. Es ist schwer, die **richtigen Entscheidungen** zu treffen, wenn uns Schmerz und Trauer erfüllen.

Himmelgarten bietet Ihnen die Möglichkeit, **Vorsorge** zu treffen. Ganz **individuell** nach Ihren Wünschen und Möglichkeiten.

Das sind Ihre Vorteile:

- Sie können schon heute** die Bestattung Ihres Tieres in **Ruhe** bedenken und müssen dann nicht unter Druck entscheiden.
- Sie haben die **Sicherheit**, unabhängig von Ihrer finanziellen Situation, den letzten Gang Ihres Lieblings **angemessen** gestalten zu können.
- Auch wenn Sie **vor** Ihrem Tier sterben sollten, sind alle von Ihnen gewünschten **Details** bei Himmelgarten **hinterlegt** und für Ihre Erben einsehbar.

- Sie können die monatliche Rate selbst bestimmen**, je nach **Tiergröße** ab **€ 3,00** pro Monat.
- Das Geld wird **treuhänderisch** korrekt **verwaltet** und fließt nicht in eine Firmenkasse. Das ist **einmalig** in Deutschland.

Himmelgarten arbeitet **bundesweit** und exklusiv mit **ANUBIS-Tierbestattungen** zusammen.

Gerne beantworten wir Ihre Fragen in einem persönlichen Gespräch.

Himmelgarten Jürgen Schnell
Rüterstraße 92
22041 Hamburg
Tel.: **040 / 769 00 770**
info@himmelgarten.com
www.himmelgarten.com

Nehmen Sie gerne an unserer **Gutscheinaktion** auf Seite 16 teil und gewinnen Sie einen **25€ Preisnachlass** auf unseren **Himmelgarten-Vorsorgevertrag**.

SELLERIE

Der natürliche Blutdrucksenker

Als **Suppengrün** ist er die **Basis** jeder **Suppe** und dominiert den Geruch, der der kochenden Flüssigkeit zu entnehmen ist. So **würzig**, wie er riecht, schmeckt er auch. Dies ist dem hohen Gehalt an **ätherischen Ölen** und **Bitterstoffen** im Sellerie zu verdanken. Vom Aussehen unterscheiden sich **zwei Arten** des Selleries: **Stangen- und Knollensellerie**. Obwohl sie in ihrer Erscheinung so verschieden sind, wirken sich die Inhaltsstoffe beider Arten gleichermaßen auf die **Gesundheit** aus.



enwände, was wiederum zu einer Weitung der Gefäße und einer **Absenkung des Drucks**, mit dem das Blut durch die Gefäße fließt, führt. Seine **diuretische, harntreibende Wirkung** sorgt zusätzlich dafür, dass **gespeicherte Flüssigkeit** aus dem Körper über die Nieren **abtransportiert** wird.

Des Weiteren soll er den Körper **entschlacken** und reinigen, indem er die **Sekretion der Verdauungsdrüsen** und den **Gallenfluss fördert** und damit die **Verdauung** ankurbelt.

Trotz der vielen positiven und Körper „reinigenden“ Wirkungen ist der Sellerie nicht für jedermann ein Wunderheilmittel. Sellerie ist nämlich der **häufigste Auslöser für Allergien** im Erwachsenenalter und steht ebenfalls in Verbindung mit diversen **Kreuzallergien**, da er sehr **potente Allergene** enthält.

Neben **vielen Vitaminen** und **essenziellen Mineralstoffen**, die der Sellerie enthält, ist er vor allem bekannt als **natürlicher Blutdrucksenker**, der im Gegensatz zu verschreibungspflichtigen Medikamenten **keine Nebenwirkungen** mit sich bringt. Seine Inhaltsstoffe sorgen für eine **Entspannung der Arteri-**

CORDON BLEU von Sellerie, Basilikum und Roquefort

Die **Selleriescheiben** in Salzwasser gar, aber nicht zu weich kochen. Abschrecken und abtrocknen.

Eine Selleriescheibe mittig mit **Basilikum, Kochschinken** und etwas **Roquefort** belegen und die andere Scheibe darauf legen.

Die zusammengeklappten Scheiben in **Mehl** wälzen, durch verquirltes **Ei** ziehen und mit Semmelbröseln panieren.



2 Pers.

CORDON BLEU

VON SELLERIE, BASILIKUM UND ROQUEFORT

- 4 Scheiben Sellerie (1 cm dick)
- 2 Scheiben Kochschinken
- 2 Scheiben Roquefort
- 2-4 Basilikumblätter
- 1 Ei
- Mehl
- Semmelbrösel (Paniermehl)

Öl in der Pfanne erhitzen und ca. 2 Min. von jeder Seite goldbraun braten. Abtropfen und servieren.

Dazu passen sehr gut **Pfifferlinge** in **Rahm**. Wer keinen **Blauschimmelkäse** mag, nimmt einen würzigen anderen Käse.

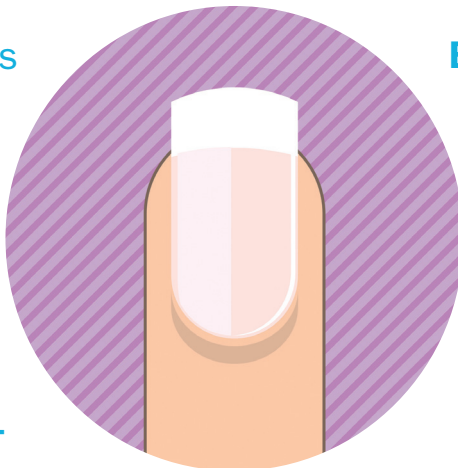
Guten Appetit!



VERÄNDERUNG der NÄGEL

Welche Erscheinungen sind unbedenklich und bei welchen sollte der Arzt aufgesucht werden?

Die Nägel bestehen aus 100 bis **150 Lagen Hornzellen**, die bereits unter der Haut im sogenannten **Nagelbett** beginnen. Im **Alter** verändert sich die Struktur der Nägel. Sie werden **sensibler** und **brüchiger**, weshalb sie besonders **gepflegt** werden sollten.



Weisse Punkte

Jeder hatte wahrscheinlich schon mal **weiße Punkte** auf den Nägeln, die mal öfter und mal seltener auftreten. Es hält sich hier das Gerücht, dass dies aufgrund einer Mangelerscheinung auf trete. Vielmehr entstehen die Punkte jedoch durch **kleine Verletzungen** des unter der Haut liegenden **Nagelbetts**. Ursache können kleine **Stöße** oder das **unsanfte Zurückschieben** des Nagelbettes sein. Daher sind die Punkte völlig **unbedenklich** und wachsen meistens innerhalb von vier Monaten raus.

Brüchige Nägel

Brüchige oder für **Risse** anfällige Nägel resultieren meistens aus **Wassermangel**. Wer sich häufig die Hände einseift oder gar desinfiziert, **trocknet** nicht nur die Haut sondern auch die **Nägel aus**. Den gleichen Effekt hat der häufige Kontakt mit **Chemikalien**, wie in **Reinigungsmitteln**. Daher sollten die Nägel mit einer **feuchtigkeitsspendenden Creme gepflegt** und **kurz gefeilt** werden. Eine **Ölkur** kann ebenfalls zur Besserung beitragen. Dazu die Nägel einige Minuten in ein Schälchen mit Oliven-, Mandel oder Jojoba-Öl halten. Noch effektiver ist die Kur, wenn Sie das **Öl** in die **Nägel einmassieren** und über **Nacht einwirken** lassen (Stoffhandschuhe schützen die Bettwäsche vor Ölflecken).

Rillen

Längsrillen sind **erblich** bedingt oder entstehen **im Alter**. Daher sind sie völlig **unbedenklich**. **Querrillen** hingegen deuten auf eine **Wachstumsunterbrechung** hin, die aufgrund einer **schweren Infekti-**

on oder **Erkrankung** auftreten kann. Daher sollte in diesem Fall ein **Arzt** befragt werden.

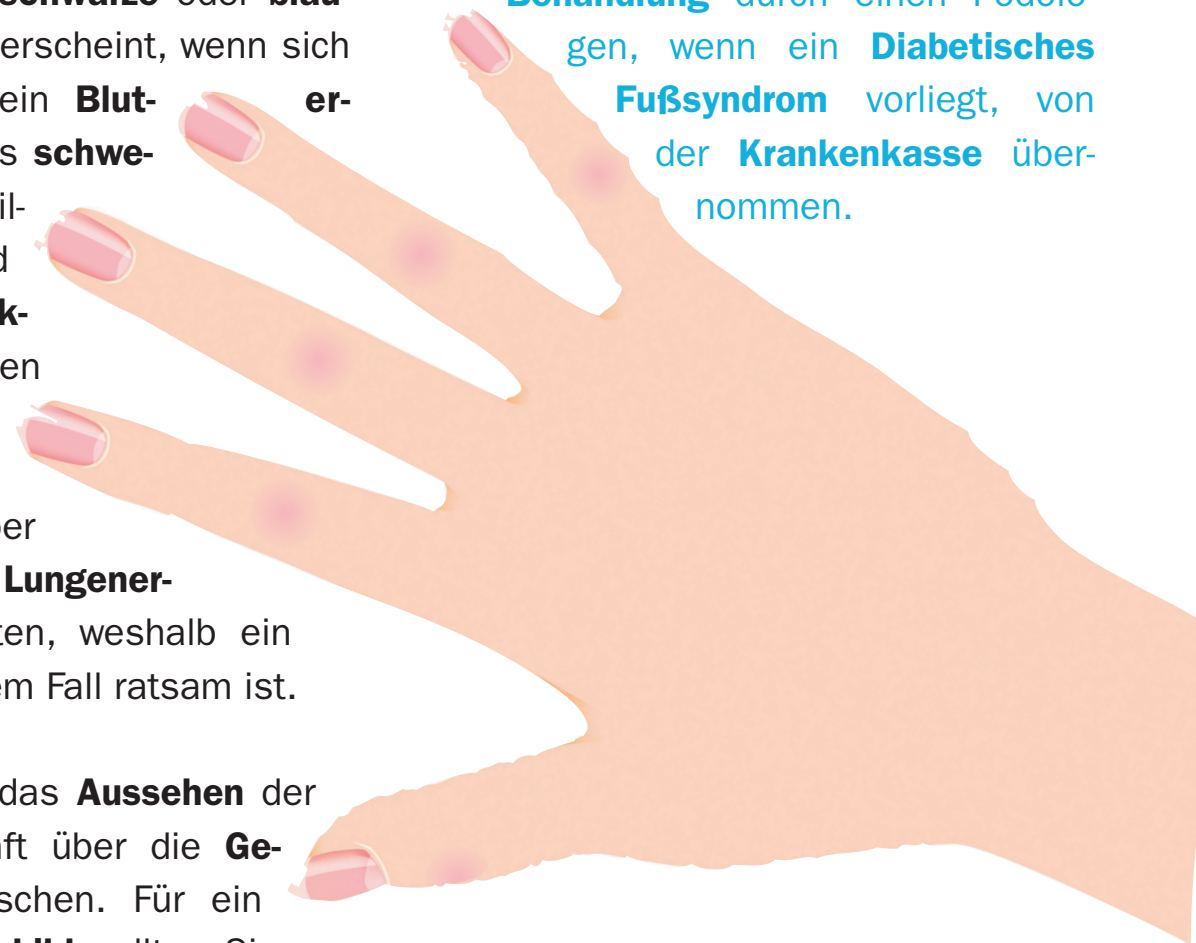
Verfärbung

Die typische **gelbe Verfärbung** bei **Rauchern** ist als **unbedenklich** zu bewerten. **Zitronensaft** soll ein nützliches Hausmittel zur Bekämpfung der Gelbverfärbung sein. Eine **schwarze** oder **bläulich-lila Verfärbung** erscheint, wenn sich unter dem Nagel ein **Bluterguss** aufgrund eines **schweren Stoßes** gebildet hat. Diese sind ebenfalls **unbedenklich** und wachsen raus. Eine **dauerhaft bläuliche** Verfärbung kann aber auch bei **Herz- oder Lungenerkrankungen** auftreten, weshalb ein **Arztbesuch** in diesem Fall ratsam ist.

Insgesamt gibt das **Aussehen** der Nägel also Auskunft über die **Gesundheit** der Menschen. Für ein **gutes Erscheinungsbild** sollten Sie in jedem Fall **gepflegt** sein.

Wichtiger Hinweis für Diabetiker:

Diabetiker sollten die **Nagelpflege** einem **Spezialisten** überlassen. Minimale **Verletzungen**, die z. B. beim Kürzen der Fußnägel entstehen, können aufgrund von diabetesbedingten **Wundheilungsstörungen** fatale Folgen haben. Speziell ausgebildete **Podologen** sind hier zu Rate zu ziehen. In der Regel wird die **Behandlung** durch einen Podologen, wenn ein **Diabetisches Fußsyndrom** vorliegt, von der **Krankenkasse** übernommen.



Mein Erbe tut Gutes

Das Prinzip Apfelbaum

Anderen **helfen**, einen guten Zweck **unterstützen**, etwas vom eigenen Glück **abgeben**. Diesen Wunsch hegen viele Menschen. Die **Unterstützung** nahestehender Menschen in der Familie ist dabei häufig das **Naheliegendste**. Doch immer mehr Menschen möchten nicht nur die eigene nächste Generation in der Familie unterstützen, sondern auch der **Gesellschaft** etwas **zurückgeben**. **Ehrenamtliches Engagement** ist hierbei ein geeigneter Weg auch anderen etwas **Gutes** zu tun. Dies setzt allerdings den eigenen **aktiven Einsatz** voraus und ist daher nur zu **Lebtagen** von Dauer. Schön wäre es doch, etwas **Bleibendes** zu hinterlassen, das selbst nach dem eigenen Tod noch Früchte trägt.

„**Das Prinzip Apfelbaum**“ setzt genau an dem Wunsch des symbolischen **Früchtetragens** an. Ein Apfelbaum versinnbildlicht dabei unseren **Zyklus vom Wachstum, Leben, Tod und neuem Leben**. Er wird im Herbst eingepflanzt, gefriert im Winter, um dann im Frühling wieder aufzublühen und **Früchte** zu tragen. Eine Möglichkeit, Ihren ganz per-

sönlichen Apfelbaum zu pflanzen, der auch nach Ihrem Tod Früchte trägt, ist in einem **Testament** das **Erbe** für eine **gemeinnützige Organisation** einzusetzen.

Gemeinnützige Organisationen leisten überall auf der **Welt** wichtige und wirkungsvolle Arbeit. Sie kümmern sich um **krank** und **Not** leidende Menschen, setzen sich für den **Umweltschutz** und **nachhaltige Entwicklung** ein, kommen in **Katastrophengebieten** zum Einsatz und dienen tagtäglich selbstlos der **Gesellschaft**. Nur durch **Spenden, ehrenamtliches Engagement** und **Zuwendungen** ist das alles möglich. Auch ein **Testament** kann diese wichtige Arbeit unterstützen und dafür sorgen, dass Ihr Einsatz auch noch nach Ihrem Tod Früchte trägt.

Die Initiative „**Mein Erbe tut Gutes. Das Prinzip Apfelbaum**“ möchte Menschen bei ihrem Vorhaben, mit ihrem Erbe Gutes zu bewirken, unterstützen.

Sie bietet grundlegende **Informationen** und **Orientierung** an, wie man mit

einem **Testament** die Arbeit gemeinnütziger Organisationen unterstützen kann.

Sie geben Ihnen **Tipps** voraus man achten sollte und wie man in solch einem Vorhaben vorgeht.

Zu den **Initiatoren** der Organisation gehören:



Egal ob Sie bereits eine Organisation im Sinn haben, der Sie Ihr Erbe vermachen möchten oder noch auf der Suche sind, „**Mein Erbe tut Gutes**“ unterstützt Sie unverbindlich mit allgemeinen **Informationen** und leitet Sie auf Wunsch an die richtigen **Ansprechpartner** in der Organisation Ihrer Wahl weiter.



Mein Erbe
tut Gutes.

Das Prinzip Apfelbaum

**Initiative „Mein Erbe tut Gutes.
Das Prinzip Apfelbaum“
Oranienstraße 185
10999 Berlin
Telefon: (030) 29 77 24 36
Telefax: (030) 29 77 24 19
E-Mail: info@mein-erbe-tut-gutes.de**

meinen, mutmaßen	▼	Edelgas	ital. Rechtsgelehrter † 1220	mildtätig
biblischer Riese (A.T.)	7	▼	▼	▼
ehemaliger Schah Persiens	▼	▼	9	▼
Sumpfgelände	▼	2	▼	▼
▼	▼	▼	Jüngling der griech. Sage	▼
Bankansturm	▼	englisch: bei	▼	▼
altnord. Sagensammlung	▼	▼	4	▼
▼	▼	▼	▼	▼
Metallbarren	afrik. Rinderkrankheit	Lieblingschüler Buddhas	▼	▼
einfältig, unbefangen	▼	▼	▼	▼
▼	8	▼	Unterdrückung	▼
begeisterte Anhänger	▼	▼	Fremdwortteil: doppelt	▼
Rufname Warhols † 1987	▼	▼	▼	Stück für acht Instrumente
▼	▼	▼	▼	1
auf Umwegen	▼	▼	Zugtier-Halsbügel	Hauptstadt Estlands
Beutung schmälern	Wortteil: Leben	Körperstellung	▼	▼
▼	▼	▼	chem. Zeichen für Neon	hasten
Abendmahlsbrot	▼	die Psyche betreffend	▼	▼
▼	▼	▼	elektr. Informationseinheit	▼
▼	▼	▼	▼	Kosewort für Großvater
▼	▼	▼	▼	5
▼	▼	▼	▼	Kfz-Z. Remscheid
▼	▼	▼	▼	▼

1 2 3 4 5 6 7 8 9

Himmelgarten

Gutschein-Aktion

Gegen Vorlage dieses Abschnittes, mit samt des Lösungswortes, erhalten Sie bei Abschluss eines Himmelgarten-Vorsorgevertrages (Info's und Adresse siehe S. 9) einen Nachlass von € 25,00.

Lösungswort: _____

Dieser Gutschein ist einzulösen bis 31.12.2014



BERGTHEATER THALE

„Erdachtes vergeht, Erlebtes bleibt“

Kurt Haberstich

Deshalb möchten wir **jeden Monat** etwas mit Ihnen **erleben**.

Am **16. August 2014** waren wir gemeinsam mit Patienten beim **Konzert der AMIGOS im Harzer Bergtheater Thale**. Es hat allen Beteiligten eine riesige **Freude** bereitet. Damit das nicht zu einer Eintagsfliege wird, möchten wir

ein wenig **Regelmäßigkeit** in gemeinsame **Höhepunkte** bringen und Sie auf diesem Weg bitten, mit uns **gemeinsam** zu **planen** und zu **organisieren**. Sei es die **Einkaufsfahrt**, ein **Konzert** oder der **Museumsbesuch** – **kontaktieren** Sie uns und wir **planen** unser **Erlebnis** für den nächsten Monat.



MOTOmed

Gerade in der ambulanten Pflege sind die Pflegekräfte auf die aktive Mitarbeit der Patienten angewiesen.

Häufig sind die **wohnlichen Voraussetzungen** nicht optimal für die **körperlichen Einschränkungen** der Patienten. Hier sind wir auf ein **Hilfsmittel** gestoßen, was wir Ihnen gern vorstellen möchten. In der **Praxis** nutzen bereits **3 Patienten** das **Gerät** und konnten schon nach kurzer Trainingsphase erste **Erfolge** verzeichnen.

Bewegung ist die **Voraussetzung** für Ihr **Wohlbefinden**. Bringen Sie mit dem **MOTOmed Schwung** in Ihr Leben. Egal ob **motorbetrieben**, **motorunterstützt** oder aktiv mit eigener **Muskelkraft**. Der **MOTOmed Bewegungstrainer** eignet sich besonders für Menschen mit **Bewegungseinschränkungen** und **Rollstuhlfahrer**.

Sanft, sicher und motorbetrieben trainieren

Das **MOTOmed Bewegungstherapiegerät** bewegt schonend Ihre **Beine** oder **Arme**. Sie können sowohl **passiv**, motorunterstützt als auch **aktiv** mit eigener Muskelkraft **trainieren**. Die **Bewegungen**

sind **rund und geführt**, ähnlich dem **Radfahren**. **Trainiert** wird – je nach Modell – bequem vom **Stuhl** oder **Rollstuhl** aus oder liegend im **Bett**.

Anerkanntes Hilfsmittel

Das **MOTOmed** ist von den gesetzlichen **Krankenkassen** in Deutschland als **Hilfsmittel** anerkannt. Für Patienten mit **neurologischen** Erkrankungen können die Kosten für die **Anschaffung** daher unter bestimmten Voraussetzungen **übernommen** werden.

Herr R. aus Reinstedt nutzt den **MOTOmed Beintrainer** seit **11 Monaten**, nach einem **Schlaganfall** ist er aufgrund einer **Halbseitenlähmung** auf den **Rollstuhl** angewiesen. Herr R. **trainiert** täglich ca. **25 Minuten** an seinem **MOTOmed** und konnte sein **Gewicht** um 8 Kilogramm **reduzieren**. Die **Gewichtsreduktion** ist jedoch lediglich ein **positiver Nebeneffekt**, Herr R. nutzt das **MOTOmed** um **Spastiken** zu **reduzieren**, den **Lymphödemen** entgegenzuwirken und **Schmerzen** in den **Knie- und Hüftgelen-**

ken zu **minimieren**. In allen genannten Bereichen kann Herr R. gute bis sehr gute **Erfolge** verzeichnen.

Auch **Herr K.** aus Frose nutzt seit ca. **einem Monat** den **MOTOmed Arm- und Beintrainer** täglich. Wie auch Herr R. erlitt er vor **6 Jahren** einen **Schlaganfall** und erkrankte weiterhin an **Diabetes**. Da er auf den **Rollstuhl** angewiesen ist, sind die Möglichkeiten der körperlichen Ertüchtigung stark eingeschränkt. Herr K. führt **täglich** ein **Armtraining** von ca. **20 Minuten** und ein **Beintraining** von **15 Minuten** durch. Seit dem Training konnte er die **Beweglichkeit** des **Schultergelenks** der gelähmten Seite **steigern** und seinen **Blutzucker** von durchschnittlich 10,5 bis 12,5 mmol/l auf 7,1 bis 8,5 mmol/l **reduzieren**.

Selbst für Patienten, die sich selbst gar nicht mehr bewegen können, bietet das **MOTOmed** eine Möglichkeit der Bewegung, um beispielsweise die **Versteifung** von **Gelenken** zu **verhindern**. So nutzt **Herr S.** aus Landsberg das **MOTO-**

MOTOmed
anders bewegen

med, um den Folgen der **Multiplen Sklerose** entgegenzuwirken. Herr S. kann sich aus eigener Kraft gar nicht mehr bewegen und wird **passiv** durch den **MOTOmed-Bein-Trainer bewegt**.

Testen Sie unverbindlich

Testen Sie Ihr gewünschtes **MOTOmed-Modell zu Hause**. Nähere Informationen erhalten Sie beim **MOTOmed Beratungsteam** unter der **gebührenfreien Telefonnummer 0800 - 668 66 33** oder bei Ihrem Pflegedienst.



Hol' dir dein up!grade

**Nutze deine Chance
& bewirb dich jetzt!**

Wir suchen examinierte Pflegekräfte!



*Teuchern: 034443 - 259969
Zeitz: 03441 - 7662155*

**NEUER JOB
+
NEUES AUTO**



**Ambulanter
Krankenpflegedienst
Kaminsky**

www.pflegedienst-kaminsky.de

Oberstraße 11
06682 Teuchern

Gutenbergstr. 6
06712 Zeitz

Schlossberg 6
06721 Osterfeld

Lange Straße 59
06463 Ermsleben