

GESUNDHEITSLAND MECKLENBURG-VORPOMMERN

Ihr Gesundheits- und Seniorenmagazin

15 Jahre

GESUNDHEITSLAND

mit großem Jubiläumsgewinnspiel





VOLKSSOLIDARITÄT

Nordost

Pflegedienste • Betreutes Wohnen • Tagespflege
Physiotherapie • Fußpflege | Podologie
Kosmetik • onkologische Kosmetik
Ergotherapie • Sport- und Fitnesskurse • uvm.



Volkssolidarität NORDOST e.V.

📍 Heilige-Geist-Straße 2 | 17389 Anklam

📞 03971 290540

✉ nordost@volkssolidaritaet.de

🌐 www.vs-nordost.de



Gesundheit & Lebensfreude

Vorwort

Liebe Leserinnen und Leser,

Mecklenburg-Vorpommern ist ein Gesundheitsland. Damit das so bleibt und wir auch weiterhin auf eine qualitativ hochwertige Versorgung in allen unseren Regionen setzen können, ist eines der momentan dringlichsten Themen die Krankenhausreform. Denn besonders die veränderte Finanzierung ist eine große Chance für dünn besiedelte Flächenländer wie Mecklenburg-Vorpommern: Wo insbesondere kleinere Häuser bisher stark von Fallzahlen abhängig waren, wird künftig eine sogenannte Vorhaltepauschale die Finanzierung von Bereichen wie der Intensiv- und Notfallmedizin, aber auch der Geburtshilfe und Neonatologie, besser absichern – unabhängig davon, ob alle Betten belegt sind oder nicht. Das hatten wir als Landesregierung wiederholt gefordert. Dafür, dass unsere Landesinteressen auch weiterhin Berücksichtigung im Gesetzesentwurf finden, setze ich mich bei der derzeitigen Erarbeitung des Gesetzes zwischen Bund und Ländern in meiner Position als Vertreterin der Ostländer ein und suche den engen Austausch mit unseren Krankenhäusern im Land. Nur gemeinsam können wir die beschriebenen Chancen bestmöglich nutzen, aber auch die großen Herausforderungen, die mit der Krankenhausreform verbunden sind, bewältigen und unsere medizinische Versorgung zukunftsfest aufstellen.

Im Idealfall sollten Krankenhausaufenthalte natürlich möglichst gar nicht erst notwendig werden. Genau beim Thema Prävention setzt auch das Aktionsbündnis für Gesundheit M-V an, ein Zusammenschluss aus Vertreter*innen aus vielen Bereichen des Gesundheitswesens.



Stefanie Drese, Ministerin für Soziales, Gesundheit und Sport
(Foto: Ecki Raff)

Ein besonders wichtiger Bereich hierbei ist die Suchtprävention. Im September haben wir den neuen Suchtbericht unseres Landes vorgestellt, der leider deutlich zeigt, dass der Suchtmittelmissbrauch in M-V ein schwerwiegendes und dauerhaftes Problem ist. In vielen Bereichen, gerade bei der Alkoholsucht, haben wir Werte zu verzeichnen, die teils sehr deutlich über dem Bundesdurchschnitt liegen. Unsere zahlreichen Präventionsmaßnahmen müssen also noch bekannter werden – denn es gibt in MV bereits hervorragende Unterstützungsmöglichkeiten für Betroffene, für Angehörige und auch für Kinder suchterkrankter Eltern. Dazu gehören unter anderem unsere 25 Suchtberatungsstellen, unsere Landeskoordinierungsstelle für Suchtthemen (LAKOST), die Landeskoordinierungsstelle für Kinder und Jugendliche aus psychisch und suchtbelasteten Familien und die entsprechenden Regionalstellen in den Landkreisen und kreisfreien Städten. Sie alle stehen Betroffenen mit Rat und Tat zur Seite und sind kostenfrei und niedrigschwellig zugänglich. Auch eine Krankenkassenchipkarte ist zumeist nicht erforderlich. Denn eine gute gesundheitliche Versorgung macht auch aus, dass all diejenigen, die besondere Unterstützung benötigen, sie einfach und unkompliziert in Anspruch nehmen können.

Stefanie Drese
Ministerin für Soziales, Gesundheit und Sport

Inhalt

Barlachstadt Güstrow	6
Koserow und die neue Seebrücke	8
Honda präsentiert neue elektrifizierte Modelle	10
Die Sonneninsel Usedom	12
Die Insel Rügen	14
Ostseebad Zinnowitz	15
Wohlfühlen & verwöhnen lassen: Kaiserhof Heringsdorf	16
Wochenmarkt-Atmosphäre bei familia	17
Gesundheit & Lebensfreude mit der VoSo Nordost	18
Ein Klima zum Entspannen: Ostseeheilbad Graal-Müritz	20
Herzinfarkt: Wie gefährdet sind Sie?	22
28 Jahre Onkolog. Rehabilitation: Reha-Klinik Graal-Müritz	23
MSP-Intensivpflege GmbH: Kompetente Pflege mit Herz	24
Diakonie-Sozialstation Peene: Neue Wohngemeinschaft	26
Ein Beruf in der Pflege ist interessant und sinnvoll	27
Expertenrat: Worauf achten beim Rollatoren-Kauf	28
Lassen Sie sich bewegen – wohin Sie wollen	29
Kreiskrankenhaus Demmin	30
Apotheke Zu den drei Rosen: Gesundheit erhalten	32
Sanitätshaus Ostseewind: Ihr Gesundheitspartner	33
Pflege deine Leidenschaft: Universitätsmedizin Greifswald	34
Vitanas: Werde unser Pflegeheld	36
Fahrradhaus Wendt: Wir leben Fahrrad!	38
Ihre Sanitätshäuser in Neubrandenburg und Pasewalk .	39
Pflege in Not Mecklenburg-Vorpommern	40
Betreutes Wohnen Grimmek	42
Von zweien, die heimkehrten, der Pflege zu dienen	43
Pflegeambulanz Studier: Die Alternative zum Heim	45
Pflegedienst Gutezeit: Wir sind für Sie da!	46
Schwache Blase – kein Problem	47
Losgelöst: Schmerzen wirksam behandeln	48
Gesund essen im Alter	50
Barrierefreie Küchen für alle Lebenslagen – MP Küchen	51
Wenn Senioren Unterstützung im Alltag brauchen	52
Jubiläumsgewinnspiel: 15 Jahre Gesundheitsland MV ...	54

WARNOW TUNNEL

EINFACH FAHREN. BARGELDLOS!

Schnell und bequem per Lastschrift mit RFID, TAG oder OSCARD durch den Warnowtunnel. Jetzt anmelden und bei jeder Durchfahrt auch noch Geld sparen.

warnowquerung.de



Herausgeber:

DRUCKHAUS BORNA
 Abtsdorfer Straße 36 · 04552 Borna · Tel.: 03433 207328
 www.druckhaus-borna.de

Produktions- und Verlagsleitung:

Bernd Schneider (V.i.S.d.P.)

Gesamtherstellung:

DRUCKHAUS BORNA

Anzeigenleitung:

pr-agentur-vorpommern



Nicole Duda, Agenturleiterin
 Am Wietsoll 13 · 17126 Jarmen · Tel.: 039997 13952
 E-Mail: nicole.duda@gmx.de
 www.pr-agentur-vorpommern.de

Auflage:

10.000 Exemplare

Redaktionsschluss:

1. September 2023

Titel:

Tourismus- und Kur GmbH Graal-Müritz / André Pristaff

Fotos:

Frederik Röh (S.17), Nicole Duda (S.33, 42, 46), Jessica Mendle (S.40), Elisabeth Möbius (S.45), Adobe Stock: Syda Production (S.4, 22, 48 o.), Sebastian (S.12 HG), Patrick (S.15 o.), stylefoto24 (S.15 u.), Monkey Business (S.30), Yakobchuk Olena (S.42 u.), Tinnakorn (S.48 u.), nortongo (S.50 u.), Artenauta (S.54) soweit hier nicht genannt, die entsprechenden Autoren und Auftraggeber.

Rechte:

© 2023 – urheberrechtlich geschützt. Nachdruck der Beiträge, auch auszugsweise, sowie der vom Verlag gestalteten Anzeigen nur mit schriftlicher Genehmigung des Verlages.

Photovoltaik für Dein Zuhause

Investiere in eine nachhaltige Zukunft und profitiere von den Vorteilen einer Solaranlage auf Deinem Dach.

- ✔️ Direkt aus Greifswald
- ✔️ Sofort lieferbar
- ✔️ Viessmann-Markenqualität



MVPV AUS GREIFSWALD

Wir bei mvpv verstehen, dass jedes Projekt einzigartig ist. Daher bieten wir unseren Kunden eine individuelle Beratung und Planung an, um sicherzustellen, dass Deine neue Solaranlage perfekt auf Deine Bedürfnisse abgestimmt ist.

Unsere erfahrenen Experten arbeiten eng mit Dir zusammen, um sicherzustellen, dass Deine Solaranlage optimal auf Dein Dach passt und maximale Energieerzeugung bietet.



Jetzt zum
Konfigurator
oder Shop!



MVPV.DE IST EIN PROJEKT VON

Massivhaus M-V GmbH · Am Eisenpark 34 · 17491 Greifswald
Telefon: 03834 / 88 78 990 · Mail: kontakt@mvpv.de



**Barlachstadt
Güstrow**

Die Güstrower Altstadt prägen beeindruckende Kulissen und Fassaden. (Foto: Mathias Taslair)

Barlachstadt Güstrow Die Schöne in der Mitte Mecklenburgs

Die Kreis- und Barlachstadt Güstrow ist ein lebens- und liebenswerter Ort mit ihren 30.000 Einwohnern, mitten im Herzen Mecklenburgs gelegen und mit einem Angebot für jeden Geschmack. Ihre Gäste und Bürger schätzen neben der zentralen Lage die frische Luft in der einmalig schönen Landschaft, die unnachahmlichen Sehenswürdigkeiten wie das Renaissanceschloss oder den Güstrower Dom sowie die guten Verkehrsverbindungen zur Ostsee und den Metropolen Hamburg und Berlin.

Güstrow hat seinen eigenen Charme. Der Zauber der Altstadt wird ergänzt durch die Erlebnisvielfalt vor den Toren der Stadt. Dazu gehören neben dem Wildpark-MV mit seinen über 1.000 Tieren, dem Aquatunnel oder den Wiesenwelten auch das frisch sanierte Wellnessbad „OASE“ mit einer beachtlichen Saunawelt und das Barlach-Atelierhaus mit den berühmten Skulpturen des Künstlers Ernst Barlach.

Wer aktiv sein möchte, mietet sich ein Rad, Kanu oder auch Ruderboot. Die Radfernwege Berlin-Kopenhagen und Hamburg-Rügen führen durch Güstrow, zahlreiche Rad- und Wanderwege machen die reizvolle Landschaft erlebbar, Kanu- und Kutterfahrten auf dem Güstrower Insee ermöglichen die Erkundung Güstrows aus einer besonderen Perspektive.

Güstrow verbindet Natur und Kultur auf besondere Weise. In der historischen Altstadt lässt sich der mittelalterliche Stadtkern bequem zu Fuß entlang der „Europäischen

Route der Backsteingotik“ oder dem geführten „Altstadtrundweg“ entdecken. Malerische Hinterhöfe und historische Straßenzüge verbinden die beeindruckenden Sehenswürdigkeiten wie das Museum der Barlachstadt Güstrow, das Krippenmuseum, die Städtische Galerie Wollhalle, das Theater, die Pfarrkirche oder auch kleine Cafés und Restaurants. Dort, wo einst die Herzöge von Mecklenburg residierten, Wallenstein, Zar Peter der I. und August der Starke, Georg Friedrich Kersting oder Ernst Barlach

Kleine Cafés und Restaurants laden zum Verweilen und Genießen ein.

(Foto: Heiko Grunzig)





Der Insensee ist ein beliebtes Ausflugsziel im Süden der Barlachstadt.
(Foto: Heiko Grunzig)

und Uwe Johnsohn lebten, fängt heute der Charme Güstrows die Gäste und Bürger ein.

Die Barlachstadt ist nicht nur für einen unvergesslichen Urlaub schön, es lohnt sich auch zu jeder Jahreszeit ein Tagesausflug. Angebote wie geführte Stadt- und Nachtwächterführungen, Besuche der zahlreichen Museen sowie des Doms oder der Pfarrkirche, ein abwechslungsreiches Kulturprogramm oder genussvolles Essen in einem der lauschigen Restaurants in der Innenstadt oder am Insensee machen den Tag zu etwas Besonderem.

In Güstrow lässt es sich für alle Generationen vielfältig leben. Dabei aktiv und eigenständig zu sein, und das in jedem Alter, ermöglichen die Angebote der örtlichen Wohnungsanbieter.

Historisch und modern, dynamisch und trotzdem beschaulich – das ist Güstrow. Seit Jahrhunderten wird die Barlachstadt auch liebevoll das „Klein Paris des Nordens“ genannt – ein Ort, in dem man wohnen kann, wo andere Urlaub machen.

Güstrow lädt Sie zum Wohlfühlen und Entspannen in eine Stadt ein, die durch diese Verknüpfungen zu allen Jahreszeiten ihren Besuchern mit einem ganz besonderen Charme begegnet.

Wir freuen uns auf Sie!

Auf den geführten Genuss-Radtouren entdeckt man Güstrow und Umgebung mit allen Sinnen. (Foto: M. Behrens)



Veranstaltungen

April:

Österlicher Genussmarkt, Osterfest, Oster-Nacht

Mai:

Brunnenfest, Internationaler Museumstag

Juni:

VR Kinderfest, Güstrower Stadtfest, Mittsommerremise

Juli:

Lesung am Strand, Orgelkonzerte in Dom und Pfarrkirche

August:

Güstrower Insensee- und Lampionfest

September:

Einkaufsnacht, Kinderfest

Oktober:

Güstrower Kunstmacht, Blätterfest

November:

Vorweihnachtlicher Genussmarkt

Dezember:

Güstrower Weihnachtsmarkt, Weihnachtskonzert im Dom

Weitere Termine unter: www.guestrow-tourismus.de

Änderungen vorbehalten

Hörspaziergang
durch die Barlachstadt **GÜSTROW**
Stadtführung mit Audioguide

15 Hörbeiträge begleiten Sie auf Ihrer Tour. Und mit einem Stadtplan im Gepäck behalten Sie immer den Überblick. Dauer und Verlauf des Rundgangs bestimmen Sie selbst. Audioguideverleih ganzjährig in der **Güstrow-Information**.

☎ 03843 / 68 10 23 ■ www.guestrow-tourismus.de

© Dan Petermann

Koserow und die neue Seebrücke



Foto: Kurverwaltung Koserow



Foto: Andreas Dumke



Foto: Andreas Dumke

Eingerahmt von Ostsee und Achterwasser befindet sich das idyllische Ostseebad Koserow zentral in der Mitte der Insel Usedom. Beide Gewässer sind nur wenige Schritte voneinander entfernt. **Die schmalste Stelle der Insel**, am **Atelier Niemeyer Holstein**, ist nur wenige hundert Meter breit. Die höchste Erhebung an der Usedomer Ostseeküste, **der Streckelsberg**, ist 58 Meter hoch. Von dort aus hat man einen tollen Blick bis zum polnischen Teil der Insel nach Swinemünde oder auch in Richtung Rügen. Der gesamte Streckelsberg ist von einem dichten **Buchenwald** umsäumt. Ganzjährig lädt dieses Gebiet zum **Wandern und Radfahren** ein. Tolle Lichtspiele von Sonnenstrahlen, die durch die Baumkronen scheinen, kann man zu jeder Zeit beobachten. Die evangelische Kirche von Koserow befindet sich im alten Ortskern. Die alte **Feldsteinkirche** hat einen besonderen Charme und lädt im Sommer regelmäßig zur Veranstaltungsreihe „**Klassik am Meer**“ ein. Bekannte Schauspieler führen klassische Theaterspielstücke inmitten des Altarraumes und somit in ganz besonderer Atmosphäre auf. Koserow gehört zu den **Usedomer Bernsteinbädern** (Zempin, Koserow, Loddin und Ückeritz). Hier in der Inselmitte ist die Chance auf einen Bernsteinfund ganz besonders hoch. Es werden zahlreiche Bernstein-Schleifkurse und Bernstein-Wanderungen angeboten, sodass jeder Gast sich sein individuellen Urlaubssouvenir selbst anfertigen kann.

Die im Juni 2021 neu eröffnete **Koserower Seebrücke** ist ein echter Publikumsmagnet und lädt definitiv zu einem Besuch ein. Die 280 Meter lange und dreieinhalb Meter breite Seebrücke bindet direkt an den Seebrückenvorplatz an. Das Bauwerk inklusive Anleger für die **Fahrtgastschiffahrt**, Rampe und Aussichtsplattform ist auf insgesamt 67 Gründungspfählen errichtet worden. Auf dem Brückenkopf bietet eine **Sitzlandschaft** bis zu 150 Gästen Platz zum Verweilen. Weiterhin kann von dort aus, der Sonnenaufgang wie Sonnenuntergang beobachtet werden. Auch Veranstaltungen werden dort durchgeführt. Der **Glockenturm** auf dem Brückenkopf symbolisiert die

Glocken von Vineta. Es wurden dort zwei echte Kirchenglocken installiert, die aus der St.-Jakobi-Gemeinde Nestau (Niedersachsen) stammen. Die beiden Bronzeglocken wurden 1932 und 1978 gegossen. Jeden Mittwoch werden die Glocken geläutet und es wird die Sage von Vineta erzählt. Außerdem sind sie zu besonderen Anlässen, wie Hochzeiten oder am Ostersonntag, zu hören. Ergänzt wird die Seebrücke mit weiteren Sitzmöglichkeiten – den einzigartigen **Muschelstrandkörben**. Den Brückenkopf ziert zusätzlich die zweidimensionale Kunstinstallation „**Der Mann mit der Glocke**“.

Begeben Sie sich auf einer der ausgewiesenen Nordic Walking-Routen durch das Ostseebad Koserow. Abwechslungsreiche Strecken, die durch dichte Wälder, am Strand entlang oder durch die Achterwasser-Wiesen führen, erwarten Sie. Nordic Walking-Stöcke und Kartenmaterial können in der Kurverwaltung ausgeliehen werden.

Das Achterwasser selbst können Sie auf einem gemieteten Kajak erobern. Lautlos auf dem Wasser dahingleiten ist für Familien und Aktivurlauber immer eine willkommene Abwechslung.

Auch für Angler ist Koserow ein Paradies: Direkt von der neuen Seebrücke aus oder unterhalb vom Streckelsberg lässt es sich in der Ostsee angeln. Auch auf der Seite des Achterwassers gibt es beliebte Angelstellen.



Foto: Andreas Dumke



Foto: Andreas Dumke



Foto: Andreas Dumke


Bernsteinbäder
 U S E D O M

● Kontakt:

Kurverwaltung Koserow
 Hauptstraße 31 · 17459 Ostseebad Koserow
 Telefon: 038375 20415
 E-Mail: info@seebad-koserow.de
 Internet: www.seebad-koserow.de

Honda präsentiert neue elektrifizierte Modelle

Das Autohaus Lietze & Logall Anklam GmbH in Anklam ist Ihr Partner rund um Honda Neuwagen, Gebrauchtwagen und Vorführgewagen sowie Gebrauchte aller Marken.

Im Mai 1992 gründete Manfred Lietze zusammen mit Dietrich Logall das Unternehmen Autohaus Lietze & Logall

GmbH in Anklam und blickt nun schon auf eine langjährige und kundenorientierte Tätigkeit im Automobilbereich zurück. Als Vertragshändler mit insgesamt zwei Filialen an den Standorten Anklam und Greifswald (seit 2009) liegt der Schwerpunkt auf der Marke Honda, aber auch in Bezug auf andere Fabrikate verfügt das Autohaus über umfassende und kompetente Kenntnisse.

Zum Erfolgsrezept des Unternehmens gehört nicht nur die attraktive Honda Modellpalette, sondern auch das Bestreben, es immer ein wenig besser zu machen, als der Kunde es vielleicht erwarten würde. Die modern ausgestattete Werkstatt sowie das hoch qualifizierte Fachpersonal bieten beste Voraussetzungen für erstklassige, schnelle und zuverlässige Service- und Werkstatteleistungen für alle Marken. Um die Kunden in Greifswald und Umgebung noch besser betreuen zu können, wurde vor zehn Jahren das zweite Autohaus in Weitenhagen-Helmshagen an der Kreuzung eröffnet und nach neuestem Honda Standard eingerichtet. **Ebenso ist das Autohaus in Anklam KS-Autoglas Partner mit vollem Rundum-Service.**

1999 brachte Honda den Insight – eines der ersten Hybrid-Modelle überhaupt – auf den Markt. Honda ist Vorreiter in Bezug auf die Hybrid-Technologie.

Die aktuelle Modellpalette umfasst derzeit vom kleinsten, dem mega-geräumigen Jazz, bis hin zum größten, dem neuen CR-V, eine Palette von modernsten Hybrid-Fahrzeugen auf höchstem Standard mit beeindruckender Sicherheitsausstattung – sogar schon bei der einfachsten Ausstattung.

Am 28. Oktober werden beim Power Day die drei neuen Honda Modelle vorgestellt: der voll elektrische e:Ny1 und die Hybridmodelle ZR-V und CR-V. Letzterer wird ebenfalls als Plug-in-Hybrid erhältlich sein.

Mit der Einführung der neuesten Generation des Civic als Hybridmodell im letzten Jahr ist die Honda Automobili-palette bereits vollständig elektrifiziert.



Jetzt 3.000 € Preisvorteil¹⁾ sichern!

Unser HR-V Leasingangebot²⁾

299 € mtl. | Anzahlung **1.480 €**

1) Preisvorteil im Vergleich zur unverbindlichen Preisempfehlung von Honda Deutschland gegenüber dem Kauf eines vergleichbar ausgestatteten Fahrzeugs.

2) Ein unverbindliches Leasingangebot der Honda Bank GmbH, Hanauer Landstraße 222-226, 60314 Frankfurt am Main, auf Basis der unverbindlichen Preisempfehlung von Honda Deutschland für einen HR-V e:HEV Elegance. Fahrzeugpreis: 33.900,00 €; Preisvorteil¹⁾: 3.000,00 €; Gesamtkreditbetrag (Leasingbetrag): 30.900,00 €; Leasingsonderzahlung: 1.480,00 €; Laufzeit: 48 Monate; Gesamtfahrleistung: 40.000 km; Gesamtbetrag: 15.832,00 €; effektiver Jahreszins: 5,99 %; Sollzins, p.a. gebunden für die Vertragslaufzeit: 5,83 %; monatliche Leasingrate: 299,00 €.

Angebot gültig bis 15.11.2023, nicht mit anderen Aktionen kombinierbar.

Kraftstoffverbrauch HR-V e:HEV Elegance in l/100 km: Kurzstrecke (niedrig) 4,6; Stadtrand (mittel) 4,1; Landstraße (hoch) 4,6; Autobahn (Höchstwert) 7,1; kombiniert 5,4; CO₂-Emission in g/km: 122. Werte nach WLTP. Abb. zeigt Sonderausstattung.

AUTOHAUS Lietze & Logall GmbH

Honda Vertragshändler

in 17389 Anklam

Spantekower Landstraße 35a, Tel. 03971 - 831098

in 17498 Helmshagen bei Greifswald

Helmshäger Weg 6, Tel. 03834 - 501195

www.honda-lietze.de

Kreditvermittler der Honda Bank GmbH

In den beiden Autohäusern in Anklam

(rechts) und Helmshagen bei Greifswald

(unten) bietet das Autohaus

Lietze & Logall GmbH Honda Neuwagen,

Gebrauchtwagen und Vorführgewagen an.





Schnürsenkel

Wolgast
Koserow
Zinnowitz

Dünenstraße 10a | 17454 Zinnowitz
Tel. 038377 129973

SCHUHFANS AUFGEPASST!

Schnürsenkel Zinnowitz steht für hochwertige Markenschuhe, die in großer Zahl vorhanden sind. Kommen Sie vorbei, nehmen Sie sich Zeit, um in Ruhe unser breit gefächertes Sortiment zu durchstöbern... um möglicherweise Ihren „Traum-Schuh“ zu finden.

In einer angenehmen und eleganten Atmosphäre macht das Shopping sehr viel Spaß. Genießen Sie auf über 100 m² unser mannigfaltiges Angebot bei einer Tasse Kaffee oder einem Glas Sekt.

Schnürsenkel Zinnowitz steht für eine Mischung aus urbaner Eleganz und entspannter Ungezwungenheit. Da möchte man gerne reinkommen und sich wohlfühlen. Genießen Sie dabei Schuhe mit dem gewissen Etwas oder bequeme Schuhe mit Stil!

Wir führen zahlreiche Markenschuhe – sowohl für Damen als auch für Herren. Unsere Damenschuhe, ob Stiefel oder Pumps, zeichnen sich durch Anmut und Eleganz aus, gleich ob dezent oder extravagant. Unsere Herrenschuhe sind klassisch oder sportlich, aber immer stilvoll, dabei modern und zeitlos zugleich.

Die Markenschuhe vom Schnürsenkel Zinnowitz beinhalten für jede Gelegenheit die richtige Wahl.

Marken:

Gabor, Clarks, Charme, Floris van Bommel, Rovers, Gerry Weber, Lola Ramona, Pikolinos, Cristófoli, Kristofer, Accessoires von Voi, Sansibar, Gabor und Pflegemittel von Collonil

Des Weiteren gibt es noch einen **Schnürsenkel Koserow**
Bahnhofstraße 2a | 17459 Koserow
und einen **Schnürsenkel Wolgast**
Rathausplatz 9 | 17438 Wolgast



Die Sonneninsel Usedom

Wohlfühlen und Gesundheit



Strandidylle im Ostseebad Karlshagen (Foto: Usedom Tourismus GmbH / Ostseebad Karlshagen)

Die Sonneninsel Usedom ist ein Mekka für erholungssuchende und gesundheitsbewusste Urlauber. Schon allein die klimatischen Bedingungen sind Wellness pur. Das milde Reizklima, die prickelnde Ostseebrise und das gleichmäßige Rauschen der Wellen sind eine Wohltat für Leib und Seele. Sich bei einem ausgedehnten Spaziergang am kilometerlangen Strand den Wind um die Nase wehen zu lassen, macht den Kopf frei und wirkt ungemein belebend. Besonders in der kühleren Jahreszeit wirkt die Seeluft wie Champagner, wenn viele wertvolle Mineralien und Spurenelemente des Meerwassers in der Brandung zerstäubt werden.

Heringsdorfer Jodsole

Bereits im 19. Jahrhundert wussten die ersten Badegäste die gesundheitsfördernden Aspekte der Ostsee und des maritimen Klimas zu schätzen. Als eines der ältesten regionalen, natürlichen Heilmittel hat die Heringsdorfer

Jodsole eine langjährige Tradition. Seit über 90 Jahren wird sie direkt an der Heringsdorfer Seebrücke aus über 400 Metern Tiefe gefördert. Mit ihrem natürlichen Gehalt an wertvollen Mineralien und Spurenelementen ist die Vier-Prozent-jodhaltige Heringsdorfer Sole als Arzneimittel anerkannt und als einzige Trinksole in Mecklenburg-Vorpommern zugelassen. Unter dem Slogan „Gesundheit und Schönheit aus 408 Metern Tiefe“ kommen die spezifischen Eigenschaften der Sole vor allem für Wellness- und Beauty-Anwendungen zum Einsatz. In der OstseeTherme Usedom und in einzelnen Hotels ist ein Bad in mit Jodsole angereichertem Wasser ein besonderes Wohlfühlerlebnis. Heilsame Wirkung zeigt sie unter anderem bei Erkrankungen der Atemwege und der Haut, Herz-Kreislauf-Erkrankungen und rheumatischen Krankheitsbildern. Sie wird für Solebäder, Inhalationen und Trinkkuren gezielt als Therapie eingesetzt.



Foto: Usedom Tourismus GmbH / Andreas Dumke



Foto: Usedom Tourismus GmbH / Juliane Maier

„Thalasso“-Therapie

Das Meeresklima, das salzhaltige Wasser, die Algen, der Sand und der Wind: Das sind die Elemente, die bei der seit Jahrhunderten bewährten „Thalasso“-Therapie zum Einsatz kommen. Das Wort „Thalasso“ kommt aus dem Griechischen und bedeutet „Heilbehandlungen aus dem Meer“. „Thalasso“-Behandlungen mit kaltem oder erwärmtem Meerwasser sowie Packungen und Massagen mit Algenzusätzen, Schlick oder Sand wirken entschlackend, entgiftend und wohltuend auf das Herz-Kreislauf-System. Auch verschönern sie das Hautbild und schenken Augenblicke tiefer Entspannung.

Tiefgreifende Erholung und sanftes Training versprechen die Klimawanderungen, die unter der Anleitung eines Fitness-Coaches am Strand und im Küstenwald angeboten werden. Bei leichtem Ausdauertraining, gezielten Atemübungen und beim Wassertreten wird – ähnlich wie bei Kneipp-Anwendungen – der Kreislauf angeregt, die Durchblutung gefördert und Stress abgebaut.

Rehabilitation

Acht Reha-Kliniken gibt es allein auf der Insel. Sie sind Fachzentren, wenn es darum geht, Beschwerden zu lindern oder sich zu kurieren. Stationär oder ambulant: Mit höchstem medizinischem Standard werden die Patienten in den Einrichtungen betreut.

Kur- & Heilwald

Salzige Seeluft, würziger Duft von Kiefern und Buchen, Licht- und Schattenspiel der majestätischen Bäume: Der Kur- und Heilwald in Heringsdorf ist ein großes Gesundheitsstudio in der Natur. Die natürlichen Schätze des Küstenwaldes verströmen ihre heilsame Wirkung, erfrischen und machen den Kopf frei. Auf dem Waldspaziergang animieren Heilwaldstationen zu gezielter Bewegung und stellen die Beweglichkeit auf die Probe. Orte der Meditation vermitteln Stille und Ruhe.

Usedom Tourismus GmbH

Ask & Embla

Skandinavische Mode



Die Modeboutique Ask & Embla steht, wie der Name erahnen lässt, für unkomplizierte und extravagante Mode aus Skandinavien, hauptsächlich aus Dänemark. Weibliche Natürlichkeit, Schönheit von fließenden Stoffen und der Hang zu etwas Besonderem, das verbinden viele mit skandinavischer Mode.

Unsere Kunden schätzen die einzigartigen Schnitte, die gepaart mit besonderen Mustern auf natürlichen, elegant verarbeiteten Materialien für einen ganz persönlichen Stil stehen. Die breit gefächerte Mode der Marken MASAI, Sandwich, Pont Neuf, Yest, Soya Concept, Sophia Perla, 2Biz, Hosen der Firmen Stehmann und Robell, Active Wear von Key West und Festmode von Olimara und Christina Barros steht vor allem für interessante Gewebe- und Garnstrukturen und hebt sich von der üblichen Meterware ab.

Als Inhaberin bin ich selbst begeistert von den Stoffen, den Farben und der Verarbeitung – mit Leidenschaft verkaufen wir Mode für die moderne Frau, die einen entspannten und individuellen Stil bevorzugt. Auch wenn sich unsere Mode nicht speziell an Frauen mit großen Größen richtet, ist unsere Mode so gestaltet, dass sie auch von kurvigen Frauen getragen werden kann.

Passend zu unseren Kollektionen werden die Outfits mit ausgefallenen Accessoires wie Schmuck, Taschen und Tüchern abgerundet.

Seit einiger Zeit gehören die Kerzen von Max Benjamin zum Angebot, die nicht nur in unserem Geschäft für eine besondere Atmosphäre sorgen, sondern auch die Herzen vieler Kunden im Sturm erobert haben.

Das Geschäft befindet sich im Allee Center und bietet für fast jeden Geschmack und für jedes Portemonnaie etwas, vom schönen Einzelstück bis zum kompletten Outfit ist sicher auch für Sie etwas dabei.

Ich freue mich auf Sie!

Ihre Susanne Hoppe, Inhaberin der Modeboutique Ask & Embla

Ask & Embla

Allee Center, Bahnhofstraße 2a, 17459 Koserow

Tel. 0171 8838273



Die Insel Rügen

Das perfekte Reiseziel für Aktivurlauber



Wandern in Schwarze (Foto: TZG / Christian Thiele)

Mit einer Fläche von knapp 1.000 Quadratkilometern bietet Rügen als Deutschlands größte Insel ausreichend Platz und Abwechslung für Aktivurlauber. In einzigartiger Landschaft – an den Stränden, auf dem Wasser und in den Wäldern – finden sich für Freizeitsportler vielfältige Betätigungsmöglichkeiten, eine ideale Kombination aus Strand- und Erholungsurlaub und Aktivangeboten mit Radfahren,

Wandern und Wassersport – das alles in Verbindung mit salzhaltiger Meeresbrise, mit überdurchschnittlich vielen Sonnenstunden und einem milden Reizklima. Wanderfreunde können wählen zwischen leichten und moderaten Touren durch den Nationalpark Jasmund mit seinen Hügeln, der Kreideküste und dem Steinstrand. Oder sie begeben sich auf Entdeckertouren. Auf der Halbinsel Mönchgut bietet die offene Landschaft einzigartige Ausblicke von den knapp 70 Meter hohen Zickerschen Alpen auf die Boddengewässer, Nehrungen und Buchten. Die beiden Halbinseln Mönchgut und Jasmund sind beliebte Ziele von Wandertouristen. Aber auch die etwas rauere Halbinsel Wittow im Norden, die Granitz zwischen Binz und Sellin und die kleinen Schwesterinseln Ummanz und Hiddensee laden zu abwechslungsreichen Touren voller Überraschungen ein.

800 Kilometer Rad- und Wanderwege in einzigartiger Natur

Auch zum Radfahren bietet die Insel Rügen durch ihre Größe und Vielfalt optimale Voraussetzungen. Besonders zu empfehlen sind die Region Mönchgut-Granitz mit den Seebädern und die Halbinsel Wittow im Norden mit dem Kap Arkona. Dort findet sich ein gut ausgebautes Radwegenetz. Unterwegs laden Museen, Ausflugsziele, Restaurants und Cafés zum Verweilen ein. Für längere Touren stehen Elektrofahrräder zum Ausleihen bereit. Auch Hiddensee und Ummanz sind als radlerfreundliche Inseln bekannt. Zahlreiche Gastgeber haben sich darauf eingestellt und beherbergen gern und mit entsprechendem Service die Rad- und Wanderfreunde.

Tourismuszentrale Rügen

• Mehr Informationen:

www.ruegen.de



Hurra, hier spart die ganze Familie!

Sonn- & feiertags zahlen alle Familienmitglieder, die Kinder unter 12 Jahren in Filme (FSK 0, 6 und 12) vor 18 Uhr begleiten, selbst auch nur den Kinderpreis.

Der Kinderpreis gilt bundesweit. Der CineExtra-Preis nur im CineStar Greifswald und Stralsund. Tickets und weitere Infos unter cinestar.de

CineStar Stralsund | Frankenstraße 7 | 18439 Stralsund
CineStar Greifswald | Lange Straße 40-42 | 17489 Greifswald

Noch ein Hurra:
CineExtra für nur 6 €!

Großes Kino zum kleinen Preis: Jeden Sonn- und Montag einen **ausgewählten Film für nur 6 €** genießen!

CineStar
So macht Kino Spaß.

Sonn- & feiertags Kinderpreis für alle!
Auch für 3D-Filme!

Ostseebad Zinnowitz

Urlaub für die Sinne auf der Insel Usedom

Vor über 700 Jahren gegründet gehört Zinnowitz zu den schönsten Seebädern der Insel Usedom. Den Titel „Seebad“ erhielt der Ort 1851 vom königlichen Landrat von Swinemünde. Entsprechend entstanden zu Beginn des 20. Jahrhunderts viele Hotels und Pensionen in der beeindruckenden Bäderarchitektur.

Die Flaniermeile und erster Anlaufpunkt für die Gäste ist die großzügig angelegte Promenade: Von klassizistischen Erkern über Fachwerkbauten bis hin zu einem kleinen Romantikschlösschen haben sich die Baumeister des 19. Jahrhunderts hier verwirklicht. Eingebettet ist auch der Musikpavillon – hier wird regelmäßig gesungen, getanzt und musiziert.

Der Ortskern ist zwischen Ostsee und Achterwasser gelegen und wird von schönen Buchen-, Eichen- und Nadelwäldern umgeben. Der feine und



flach abfallende Sandstrand lädt zum Baden und zur Erholung ein.

Gesundheit & Wellness

Lassen Sie es sich gut gehen, egal zu welcher Jahreszeit: Strand, Natur und Ruhe sind die Wohlfühlfaktoren, die Ihnen Usedom gratis bietet. Nicht nur für Allergiker ist das milde Reizklima eine Wohltat.

Wer sich gezielt um die Fitness seines Körpers kümmern will, kann in Zinnowitz aus zahlreichen Angeboten wählen. Mehrere Hotels haben großzügige Wellnessbereiche. Die Bernsteintherme etwa bietet neben Badespaß im 850 Quadratmeter großen Meerwasserbad eine Saunalandschaft, Hamam und ver-

schiedenste Wellnessanwendungen an. Lassen Sie die Seele im 32 Grad warmen Thermalbad baumeln und schalten Sie in der Saunalandschaft mit eigenem Strandzugang ab!

Aktiv in den Tag

Zinnowitz lädt Sie ein, Ihren Urlaub aktiv zu gestalten. Der Strand bietet den perfekten Ort, um sich sportlich zu betätigen: Training mit Blick aufs Meer!

Der kleine Hafen von Zinnowitz liegt ganz idyllisch in einer natürlichen Bucht am Achterwasser. Hier finden Sie unseren Yacht- und Segelclub und einen Wasserwanderrastplatz für Segler und Kanuten.



Strandbuchhandlung Zinnowitz



Morgen und für immer von Ermal Meta – hanserblau

Eine große Geschichte von Familie und Verrat, Liebe und Flucht im Europa des 20. Jahrhunderts: Der international beachtete Debütroman des Sängers und Songwriters Ermal Meta über den erstaunlichen Aufstieg eines albanischen Bauernjungen zum gefeierten Pianisten.

„Kajan legte die Hände auf ihre Schultern und blickte sie an. Noch nie hatte er etwas gesehen, das so schön war wie Elizabeta. Jedes Mal, wenn er sie sah, konnte er sein Glück kaum fassen.“ Albanien 1943: Kajan lebt mit seinem Großvater in einem kleinen Bergdorf, der Krieg ist weit weg. Bis der deutsche Deserteur Cornelius auftaucht. Er gibt Kajan Klavierunterricht und nach dem Krieg gelingt dem Bauernjungen der Aufstieg zum berühmten Pianisten.

Preis: 25,00 Euro



Fünf Sommer mit dir von Carley Fortune – Penguin TB Verlag

Fünf Sommer zu zweit am See. Fünf Sommer voller Sehnsucht und Glück. Fünf Sommer, die nie hätten enden sollen. Eine unwiderstehliche Friends-to-Lovers-Liebesgeschichte an einem funkelnden kanadischen See – der große New-York-Times-Bestseller! Unendlich viele Erinnerungen verbindet Percy mit Barry's Bay, dem idyllischen Ort in Kanada, an dem sie die Sommer ihrer Jugend in einem Cottage am See verbracht hat. Fünf unvergessliche Sommer, in denen sie und der Nachbarsjunge Sam unzertrennlich waren: Eisessen am Steg, Wettswimmen und Sterne zählen am See. Doch die Sache mit den Erinnerungen ist: Sie gehören der Vergangenheit an. Aber als Percy erfährt, dass Sams Mutter gestorben ist, kann sie nicht anders, als sofort nach Barry's Bay zu fahren.

Preis: 13,00 Euro



Station Eleven von Emily St. John Mandel – Ullstein TB

„Die Grippe war damals wie eine Neutronenbombe auf der Erde explodiert und es folgte eine Schockwelle – die ersten unsäglichen Jahre, als alle sich auf Wanderschaft begaben, bis den Leuten klar wurde, dass es keinen Ort auf der Welt gab, an dem das Leben so weiterging wie zuvor...“ Zwanzig Jahre nach dem Kollaps der Zivilisation zieht Kirsten mit einer Schauspieltruppe durch die Landschaften einer verwüsteten Welt. Sie geben Shakespeare-Stücke in den Siedlungen, die seither entstanden sind. Ein Neuanfang scheint endlich möglich. Doch in St. Deborah by the Water, an den Ufern des Lake Michigan, erhebt sich eine ungeahnte Gefahr. Ein gewaltbereiter Prophet bedroht die sprießenden Hoffnungen der Überlebenden auf eine sichere Welt.

Preis: 14,99 Euro

Inh.: Matthias Hausmann · Neue Strandstraße 29 · 17454 Zinnowitz · Telefon: (03 83 77) 4 22 76 · Fax: (03 83 77) 3 75 64
info@strandbuchhandlung.de

www.strandbuchhandlung.de

Wohlfühlen und verwöhnen lassen im Hotel Kaiserhof Heringsdorf



Das Hotel Kaiserhof in Heringsdorf direkt an der Ostsee verwöhnt seine Gäste nicht nur mit elegant und komfortabel eingerichteten Zimmern und Suiten, auch ein reiches Wellness- und Entspannungsprogramm lässt einen den Alltag vergessen und den Aufenthalt auf der Sonneninsel Usedom so richtig genießen.

Vitalgarten auf drei Etagen

Auf mehr als 1.700 Quadratmetern dreht sich alles nur um Ihr Wohlbefinden. Steigern Sie bei einer Wellnessbehandlung Ihr Wohlbefinden auf die wohl angenehmste Weise. Wir haben über 30 Jahre Erfahrung in naturheilkundlichen Behandlungen. Lassen Sie sich rundum verwöhnen! Unser Schwimmbad verfügt über eine Gegen-

stromanlage sowie einen integrierten Whirlpool. Ein auf dem Dach gelegener Außenpool mit Liegeterrasse erlaubt saisonal einen grandiosen Blick auf die Ostsee. Die Farblichtsauna, eine finnische Sauna, Meeresklimakabine und ein Dampfbad runden unser Angebot ab.

Thalassotherapie: einmalig im Norden

Thalasso International finden Sie in Deutschlands Norden einmalig im Hotel Kaiserhof Heringsdorf. Das Meerwasser mit seinen wertvollen Mineralien, 80 Arten von Meeresalgen, hochkonzentrierten Mineralien, Vitaminen, Aminosäuren, Spurenelementen und Oligoelementen sowie gehaltvoller Schlick – diese Elemente bestimmen den Kern der Methode von Thalasso

International. Alle Behandlungen haben eine hohe regenerative und heilende Wirkung – kurzum: sie machen fit und vital!

Wann dürfen wir Sie verwöhnen? Für Fragen und zur Terminvereinbarung stehen wir Ihnen sehr gern telefonisch unter 038378 65906 oder auf kaiserhof-usedom.de zur Verfügung!



Meeresgrünchen
für die Seele

WOHLFÜHLEN UND ENTSPANNEN AN DER OSTSEE



HOTEL KAISERHOF Heringsdorf

WELLNESS UND ENTSPANNUNG

Ihr Wohlergehen liegt uns am Herzen. Genießen Sie unseren Vitalgarten mit Thalassotherapie, Wellnessbehandlung, Naturheilpraxis, Physiotherapie und Kosmetik. Reservieren Sie gleich Ihren Termin unter vitalgarten@kaiserhof-usedom.de.

Hotel Kaiserhof Heringsdorf
Kulmstraße 33 · 17424 Heringsdorf · kaiserhof-usedom.de



Wochenmarkt-Atmosphäre bei familia

Der Wochenmarkt im Supermarkt: Im familia-Warenhaus in Anklam gibt es täglich eine Auswahl wie auf dem Wochenmarkt. Frisches Obst, knackiges Gemüse, Eier und Backwaren gehören ebenso zu einem Wochenmarkt wie regional produzierter Honig. „Der Wochenmarkt steht für Frische, Regionalität und Persönlichkeit – Attribute, die wir uns auch bei familia zuschreiben“, sagt familia-Warenhausleiter Thomas Noack. „Wir machen uns für Lieferanten aus der Nachbarschaft stark, die Gutes produzieren oder Besonderes verarbeiten und mit einem ehrlichen Konzept überzeugen. Ihre Produkte erzählen eine Geschichte und stärken die regionale Wertschöpfung – und überzeugen geschmacklich!“



Jeder Tag wie Wochenmarkt

Insgesamt sind es mehr als 10.000 Artikel des familia-Sortiments, die aus Norddeutschland stammen. Manche kommen auch direkt aus der Region, zum Beispiel der Honig der Berufsimkerei Triphahn aus Demmin, das Leinöl der Inselmühle Usedom Manufaktur und die Lassaner Säfte der Mosterei Nowack. Die Obst- und Gemüseabteilung bietet

viel Regionales und zudem Exotisches aus aller Welt. „Die Auswahl ist riesig – perfekt für alle, die gerne mit frischen Zutaten kochen“, sagt Thomas Noack.

An den Verwöhntresen gibt es frische Fleisch- und Wurstwaren sowie Käsespezialitäten mit fachkundiger Beratung. Besonders beliebt sind beispielsweise die Frischkäsekreationen, die täglich frisch vor Ort hergestellt wer-

den. Wachsender Nachfrage erfreuen sich auch die Fleisch- und Wurstwaren vom Strohschwein. Die Aufzucht erfolgt in Offenstallhaltung in Norddeutschland und unter vorgegebenen Kriterien bezüglich Futtermittel, Bewegungsfreiheit und Transportzeiten.

Nur bei familia

Mehr als 700 Produkte tragen das Logo der Qualitätsmarke Hofgut. Hohe Qualitätsansprüche, erfahrene Hersteller und bewährte Rezepturen machen Hofgut so besonders. Genuss in Bio-Qualität verspricht die Marke Biogreno. Die schmackhaften und natürlichen Produkte tragen das EU-Bio-Logo und entsprechen damit den streng kontrollierten Bestimmungen der EG-Öko-Verordnung.



Anklam

Silostraße 2 | Mo. bis Sa. 7 – 20 Uhr

Gesundheit & Lebensfreude mit der Volkssolidarität NORDOST



Das Team der VS Nordost wächst jedes Jahr kontinuierlich und ist mit großer Freude für Sie da!

Mit ihren maßgeschneiderten Angeboten für Jung und Alt ist die Volkssolidarität Nordost mit ihren 750 Mitarbeiter*innen insbesondere auch für alle Senioren in der Region ein verlässlicher Ansprechpartner, wenn es darum geht, bei zunehmender Hilfs- und Pflegebedürftigkeit bis ins hohe Alter ein selbstbestimmtes Leben in den eigenen vier Wänden zu ermöglichen. Dabei richtet sie ihre vielfältigen Leistungen ganz individuell nach Ihren persönlichen Bedürfnissen aus. Die betreuten Wohneinrichtungen bieten hierfür die idealen Voraussetzungen. So wohnen Sie in Ihrem privaten barrierefreien Appartement, welches Sie nach Ihren eigenen Vorstellungen einrichten und gestalten können. Eine „Hausdame“ steht Ihnen als ständiger Ansprechpartner für Ihre Anliegen zur Verfügung und kann Sie bei der Bewältigung Ihres Alltags unterstützen, wie z.B. beim Kontakt mit Behörden oder der Vermittlung weiterer Dienstleistungen. So kann die VS Nordost Ihre Einkäufe oder Arztfahrten organisieren und auch die Mahlzeiten können Sie ganz nach Wunsch in der Gemeinschaft oder der eigenen Wohnung genießen. Profitie-

Die Heilige-Geist-Straße 2 in Anklam: Neben der Geschäftsstelle auch Sitz einer modern eingerichteten Physiotherapie.



Wohnen, Pflege, Aktivitäts- und Gesundheitsangebote bei der Volkssolidarität Nordost im Überblick

- Ambulante Pflegedienste in Anklam, Greifswald, Wolgast, Insel Usedom, Neubrandenburg, Neustrelitz, Grimmen, Stralsund und Barth
- Tagespflegen für Senioren in Greifswald, Neubrandenburg, Grimmen, Stralsund und Ribnitz-Damgarten
- Betreutes Wohnen, Seniorenresidenzen, Pflege-WGs und Seniorenwohngruppen in Anklam, Greifswald, Wolgast, Stralsund, Grimmen, Barth und Richtenberg
- Physiotherapien in Anklam, Greifswald, Wolgast
- Podologien und Fußpflegen in Greifswald, Neubrandenburg und Wolgast
- Ergotherapie, Kosmetik und onkologische Kosmetik in Greifswald
- Sport-, Tanz- und Gesundheitskurse wie z.B. Salsa, Zumba, Fit im Alter, Rückenschule oder Trampolinfitness
- Begegnungsstätten, Klubs und Veranstaltungsräume in Ahlbeck, Anklam, Greifswald, Lassan, Usedom Stadt, Wolgast, Zinnowitz, Neubrandenburg, Neustrelitz, Grimmen, Stralsund, Tribsees und Richtenberg
- Sprechstunden für Reisen und Events in zahlreichen Einrichtungen
- Catering und Mahlzeiten-Lieferservice in Anklam und Greifswald

ren Sie auch von den Vorteilen der vereinseigenen Gesundheitsangebote wie z.B. Physiotherapie, Kosmetik, Fußpflege oder Sportkurse. Für zusätzliche Sicherheit rund um die Uhr sorgt der eigene Hausnotruf. Darüber hinaus warten in allen Einrichtungen die unterschiedlichsten geselligen und kulturellen Veranstaltungen sowie viele weitere Angebote auf Sie.

Im August 2023 erstmalig in Ribnitz-Damgarten: Das große Sommerfest der VS Nordost mit über 1.500 Gästen sorgte für zahlreiche tolle Momente.



Das könnte
**Ihr neues
Zuhause**
sein

NEUERÖFFNUNG

Seniorenresidenz „Haus Lebensfreude“

Pflegeheim muss nicht sein!

Im „**Haus Lebensfreude**“,
Am Stadtquartier 4,
17406 **Usedom**,
sind ab sofort 36
altersgerechte und
moderne **Wohnungen**
bezugsfertig.

*Wir möchten, dass Sie
sich mit uns wohlfühlen.*

Wohnen Sie selbstbestimmt und
rundum **liebervoll versorgt** in
Ihren **eigenen 4 Wänden** –
auf Wunsch bieten wir Ihnen:

- Tagespflege
- 24-h-Betreuung
- Urlaubs- und
Verhinderungspflege

mare  pflege
GmbH

• Ihr Pflegedienst auf Usedom •

mare-pflege GmbH

Ahlbecker Chaussee 11 • 17429 Seebad Bansin

Tel.: 038378 336688 • E-Mail: info@mare-pflege.de • www.mare-pflege.de



Foto: Falcon Crest Luftbilder

Ein Klima zum Entspannen Im Ostseeheilbad Graal-Müritz kann man in Meer und Wald baden

Die mecklenburgische Ostseeküste: Das sind kilometerlange Strände ohne spürbare Gezeiten, Steilküsten und Küstenwälder sowie Ostseeheilbäder, die auf eine lange Geschichte zurückblicken. In diesem Klima lässt sich wunderbar urlauben.

Eines der schönsten Ostseeheilbäder ist Graal-Müritz. Allein seine Lage macht es besonders reizvoll: Umgeben von 12.000 Hektar Wald und Moor sowie in nächster Nähe zur Hansestadt Rostock gelegen, lassen sich von hier aus spannende Ausflüge zur Halbinsel Fischland-Darß-Zingst oder nach Rostock-Warnemünde planen.

Ein weiteres Highlight ist die 350 Meter lange Seebrücke. Am Abend flaniert man darauf über das Meer und genießt den Sonnenuntergang.

Läuft man weiter durch den heimeligen Ort mit seiner Bäderarchitektur und den schilfgedeckten Büdner-Häusern erreicht man auf alten Alleenstraßen den schönen Rhododendronpark. Er ist einer der fünf größten Parks seiner Art in Deutschland. Hier blühen auf 4,5 Hektar über 2.500 Azaleen- und Rhododendronarten.



Foto: DOMUSimages, Alexander Rudolph



Foto: DOMUSimages, Alexander Rudolph



Foto: Tourismus- und Kur GmbH Graal Müritz



Foto: DOMUSimages, Alexander Rudolph

Neben der wunderschönen Umgebung findet man im Ostseeheilbad Graal-Müritz durch die Brandungsaerosole der Ostsee und den dichten Wald ein einzigartiges Bioklima zur Rehabilitation und zur Prävention u. a. bei Atemwegserkrankungen. Gesundheitsorientierte Angebote zur Rehabilitation werden in den fünf Kurkliniken angeboten ebenso wie Sport- und physiotherapeutische Angebote sowie Wellnessurlaub.

Während man sich direkt am Strand die salzige Luft um die Nase wehen lassen kann, lockt der 13 Hektar große Kurwald mit einem „grünen Klassenzimmer“, in dem Klein und Groß Wissenswertes über Flora und Fauna an der mecklenburgischen Küste lernen, dem Klangwald, in dem man auf der Pfeifenwippe Töne erzeugen und an den Gongwänden erkunden kann, wie die verschiedenen Holzarten klingen, sowie dem Entspannungswald. Hier lässt sich beim Waldbaden die positive Wirkung des achtsamen Aufenthalts unter Bäumen am eigenen Leib erfahren, auf Wunsch begleitet.

Unter www.graal-mueritz.de lassen sich weitere Informationen und alle Angebote entdecken.



Foto: Tourismus- und Kur GmbH Graal Müritz



Foto: Tourismus- und Kur GmbH Graal Müritz

Tourismus- und Kur GmbH Graal-Müritz

Rostocker Straße 3

18181 Ostseeheilbad Graal-Müritz

T: 038206 7030 | F: 038206 70320

Internet: graal-mueritz.de

facebook.com/graal.mueritz

instagram.com/graal.mueritz



GRAAL-MÜRITZ
DAS OSTSEEHEILBAD
MIT TRADITION



Foto: Manfred Wigger

Herzinfarkt

Wie gefährdet sind Sie?



Jährlich sterben mehr als 45.000 Menschen am Herzinfarkt und 65.000 durch plötzlichen Herztod in Deutschland, weil viele der Betroffenen zu spät oder gar nicht von ihrer Herzkrankung und den Risikofaktoren, die sie verursacht haben, wussten. Um Menschen vor diesen lebensbedrohlichen Herznotfällen zu schützen und bei der Einschätzung des Risikos für das erstmalige oder erneute Auftreten eines Herzinfarkts zu helfen, hat die Deutsche Herzstiftung ihren Herzinfarkt-Risiko-Test (www.herzstiftung.de/risiko) erneuert und erweitert. Neu ist, dass der Test das Herzalter bestimmt.

„So lässt das Testergebnis leicht erkennen, ob Handlungsbedarf besteht“, erklärt Prof. Dr. med. Heribert Schunkert, der stellvertretende Vorstandsvorsitzende der Deutschen Herzstiftung. Zudem kann der Test sowohl von herzkranken als auch von gesunden Menschen ohne diagnostizierte Herzkrankheit zur Einschätzung ihres persönlichen Risikos genutzt werden kann. Bei bereits herzkranken Menschen wird anstelle des Herzalters das Risiko für einen erneuten Herzinfarkt geschätzt. Insgesamt ist die Auswertung durch die neu hinterlegten Risiko-Scores noch differenzierter als in der Vorgängerversion. Der Risiko-Test wurde wissenschaftlich von einem Münchner Kardiologenteam unter der Leitung von Prof. Dr. med. Heribert Schunkert, Ärztlicher Direktor des Deutschen Herzzentrums München (DHM) und Dr. med. Fabian Starnecker, Assistenzarzt der Klinik für Herz- und Kreislauferkrankungen des DHM, entwickelt. Interessierte können den Onlinetest auf der Webseite über www.herzstiftung.de/risiko durchführen. „Dem Herzinfarkt geht in den meisten Fällen eine langjährige Erkrankung der Herzkranzgefäße, die koronare Herzkrankheit, voraus, die wiederum durch Risikofaktoren wie Bluthochdruck, Fettstoffwechselstörungen, also hohes Cholesterin, Rauchen oder Diabetes verursacht wird. Der Risikotest hilft schnell und einfach dabei, diese Risiken aufzudecken“, erläutert Prof. Schunkert.

Krankenhausentlassung – und jetzt?

Einfach in den besten Händen

Wir, der Häusliche Kranken- & Pflegedienst Grimmek GmbH, helfen Ihnen mit unserem umfangreichen Angebot gern. Wir decken den Bereich Anklam und Umgebung bzw. Wolgast und Umgebung ab. Des Weiteren bieten wir Ihnen in Anklam ein betreutes Wohnen an, je nach Bedarf.



...näher am Menschen.



**HÄUSLICHER
KRANKEN- & PFLLEGEDIENST
Grimmek** – Partner aller Kassen –

Büro Anklam
Akazienstraße 44
17389 Anklam
Telefon: 03971/832196

Wohngemeinschaft
Ravelinstraße 14
17389 Anklam
Telefon: 03971/2414660

Büro Wolgast
Sophienweg 7a
17438 Wolgast
Telefon: 03836/237143

krankenpflege.grimmek@t-online.de | www.pflege-grimmek.de

Berechnung des individuellen Risikos

Das persönliche Risikoprofil wird anhand von 23 schnell zu beantwortenden Fragen ermittelt. Neben Alter und Geschlecht wird z. B. nach Gewicht, Vorerkrankungen, Blutdruck, Cholesterin, Nikotinkonsum, Ernährung, Bewegung und Medikamenten gefragt. Am Ende steht das Ergebnis mit einer individuellen Einschätzung des Risikos angegeben. Sowohl für Menschen ohne als auch Menschen mit vorbestehenden Herz-Kreislauf-Erkrankungen gibt der Test an, wie hoch das Risiko im Vergleich zum durchschnittlichen Risiko ist. Das Ergebnis wird mithilfe von wissenschaftlich geprüften Risiko-Scores errechnet. „Ein schlechtes Testergebnis bedeutet jedoch nicht, dass man dem Herzinfarkt hilflos ausgeliefert ist, sondern es dient als Aufforderung, etwas für die Gesundheit zu tun“, betont Dr. Starnecker und rät: „Am besten sollte man einen Internisten oder Kardiologen aufsuchen, um gemeinsam eine Strategie gegen den Herzinfarkt zu entwickeln.“

Auf gesunden Lebensstil achten

Der Risiko-Test soll nicht den Arztbesuch ersetzen, sondern bei der Einschätzung des persönlichen Risikos für Herz-Kreislauf-Erkrankungen helfen, um möglichst frühzeitig gegensteuern zu können. Ziel ist es, Wege aufzuzeigen, das Herz länger jung zu halten, gesund zu bleiben und auch das Risiko für einen erneuten Herzinfarkt zu minimieren. Der Test liefert Herzgesunden wie auch bereits Erkrankten wichtige Hinweise, ob vielleicht noch mehr für die eigene Herzgesundheit getan werden sollte.

Deutsche Herzstiftung

28 Jahre Onkologische Rehabilitation in der Reha-Klinik Graal-Müritz



Ganzheitliche Rehaabehandlung direkt an der Ostsee.

(Foto: Klinik Graal-Müritz GmbH)

Vor nunmehr 28 Jahren eröffnete am 2. Mai 1995 die Klinik Graal-Müritz als Fachklinik für Onkologie und Ganzheitsmedizin. Seitdem erhalten zahlreiche Patienten, umgeben von der wunderschönen Landschaft direkt an der Ostsee, eine ganzheitliche Rehaabehandlung zur physischen und psychischen Stabilisierung im Umgang mit deren Erkrankung. Dabei werden die idealen klimatischen Gegebenheiten im Ostseeheilbad Graal-Müritz und der umgebenden Region mit Meer, Strand, Küstenwald, Heide und Moor in optimaler Weise genutzt. Im Mittelpunkt des Handelns stehen dabei die Patienten sowie deren individuelle und auf die Erfordernisse gerichtete Betreuung und Behandlung. Das fundierte und aktuelle Behandlungskonzept wird von einem qualifizierten, hoch motivierten und multiprofessionellen Ärzte- und Therapeutenteam nach wissenschaftlich anerkannten, ganzheitlich ausgerichteten schulmedizinischen Methoden umgesetzt. Frau Dr. med. Heike Fritsche-Huth, Internistin und ärztliche Direktorin der Klinik Graal-Müritz, liegen Krebspatienten ganz besonders am Herzen. Eine Aufgabe, der sie sich seit Eröffnung der Klinik mit voller Hingabe widmet und von deren Erfahrung die Patienten bis heute profitieren. Fort- und Weiterbildungsmöglichkeiten und eine angenehme Arbeitsatmosphäre bilden die Basis der motivierten, qualifizierten Mitarbeiter. Qualität, Teamarbeit, Transparenz, Kooperation, Sicherheit und Hygiene ermöglichen die Verwirklichung der Vision der onkologischen Rehabilitation in der Klinik Graal-Müritz.

Regenerieren, entspannen und aktivieren – Ihre Gesundheit in guten Händen.

Ihre Gesundheit in guten Händen



Onkologische Heilbehandlung im Ostseeheilbad Graal-Müritz

Nach vorne schauen

Die Klinik Graal-Müritz hilft Ihnen nach der Akut-Therapie wieder Kraft zu tanken. Wir sind spezialisiert auf die Behandlung von **allen Tumorerkrankungen**, die als **Anschlussheilbehandlung (AHB)** und **Anschlussrehabilitation (AR)** durchgeführt werden. Fordern Sie noch heute weitere kostenlose Informationen unter Tel. (03 82 06) 75-0 an.



Klinik Graal-Müritz

Fachklinik für Onkologie und Ganzheitsmedizin

Lindenweg 16, 18181 Ostseeheilbad Graal-Müritz, Telefon (03 82 06) 75-0, Fax -1 75

www.krebsrehaclinic.de

MSP-Intensivpflege GmbH

Kompetente Pflege mit Herz



24 Stunden Tag und Nacht
Rufen Sie uns an



zusammen mit kompetenten Kolleginnen und Kollegen Klienten, welche eine intensivpflegerische Versorgungsform benötigen. Die Klienten leben z.B. in zwei Wohngemeinschaften in der Nils-Bohr-Straße 23 in Greifswald mit insgesamt neun Plätzen, in der betroffene Menschen familiär zusammenleben. Dort besteht neben der Intensivpflege und -therapie auch die Möglichkeit der Hämodialyse. Alle Zimmer und Pflegebäder sind barrierefrei auf zwei Etagen. Angehörige sind jederzeit herzlich willkommen und haben die Möglichkeit, in dem hellen und gemütlichem Wohnbereich zu verweilen. Die Versorgung der Bewohner erfolgt durch qualifiziertes Pflegefachpersonal – rund um die Uhr und immer auf Basis neuester medizinischer Standards und Erkenntnisse.



Die Vorstellung, als Mensch völlig machtlos und von Technik abhängig zu sein, ist sicherlich eine Situation, an die man sich als Betroffener nur schwer gewöhnen kann. Die physischen, psychischen und sozialen Veränderungen können das Selbstbild und Selbstwertgefühl erheblich beeinträchtigen.

Trotz der Komplexität einer solchen Situation zeigen Erfahrungsberichte, wie betroffene Menschen mit Hilfe technischer Medizin, professioneller Pflege, Fürsorge und der Möglichkeit, im eigenen zu Hause zu leben, wieder ihren Lebensmut fanden. Sie entdeckten neue Lebensziele und Beschäftigungen und haben sich mit ihrer neuen Lebenssituation arrangiert. Um einen solchen Neuanfang realisieren zu können, besteht der Bedarf einer interdisziplinären und individuellen Planung. Kein Aufwand ist zu groß, dem Patienten ein Stück Normalität und Lebensfreude zurückzugeben.

Der Intensivpflegedienst in der Hansestadt Greifswald betreut beatmete und intensivpflegebedürftige Klienten in außerklinischen, betreuten Wohngemeinschaften in einem lebenswerten und privaten Umfeld.

Die Klienten werden 24 Stunden am Tag, entweder in den Räumen der Familie des Klienten oder in Wohngemeinschaften, versorgt. Die Pflegekräfte kümmern sich in Absprache mit den Ärzten um die Überwachung der Vitalfunktionen und Pflege der Klienten.

Pflegedienstleiter René Klüber und der fachliche Leiter Alexander Sümnick, beides Atmungstherapeuten, betreuen

zusammen mit kompetenten Kolleginnen und Kollegen Klienten, welche eine intensivpflegerische Versorgungsform benötigen. Die Klienten leben z.B. in zwei Wohngemeinschaften in der Nils-Bohr-Straße 23 in Greifswald mit insgesamt neun Plätzen, in der betroffene Menschen familiär zusammenleben. Dort besteht neben der Intensivpflege und -therapie auch die Möglichkeit der Hämodialyse. Alle Zimmer und Pflegebäder sind barrierefrei auf zwei Etagen. Angehörige sind jederzeit herzlich willkommen und haben die Möglichkeit, in dem hellen und gemütlichem Wohnbereich zu verweilen. Die Versorgung der Bewohner erfolgt durch qualifiziertes Pflegefachpersonal – rund um die Uhr und immer auf Basis neuester medizinischer Standards und Erkenntnisse.

Die Mitarbeiter vom MSP Intensivpflegedienst sind speziell für diese Anforderungen geschult und freuen sich auf die Möglichkeit, mit den Klienten ein modernes, lebensbejahendes und gemütliches Zuhause zu schaffen. Einerseits steht die optimale medizinische Versorgung zwar im Vordergrund, andererseits werden aber alle anderen Aspekte des Lebens mit einbezogen.

Darüber hinaus betreut das Team von MSP seine Klienten im Umkreis von 50 Kilometern im Raum Greifswald auch in der eigenen Häuslichkeit und bietet zusätzliche Betreuungsleistungen. Nach über neun Jahren beschäftigt der überaus renommierte Intensivpflegedienst circa 50 Mitarbeiter.

Eine wichtige Voraussetzung für gute Pflege und Therapie ist eine kontinuierliche Fort- und Weiterbildung. Diese wird bei MSP ganz großgeschrieben. Neben den permanent erforderlichen Fortbildungen zu verschiedenen Themen rund um die Intensivpflege- und Therapie absolvieren die Mitarbeiter entsprechende Zusatzqualifikationen im Bereich der außerklinischen Beatmungs- und Intensivpflege. Dies ist notwendig, um den pflegerischen und medizinischen Herausforderungen im Alltag jederzeit kompetent begegnen zu können. Wichtigster Grundsatz vom MSP-Intensivpflege-

*Mit Spaß in der Pflege
und mit Herz und Kompetenz.*



MSP-Intensivpflege GmbH • Am Koppelberg 8 • 17489 Greifswald
Tel.: 03834 - 831 86 36 • Fax: 03834 - 831 86 37
info@msp-intensivpflege.com • www.msp-intensivpflege.com

– Anzeige –

dienst ist eine hochwertige medizinisch-pflegerische Versorgung bei einer größtmöglichen Lebensqualität in familiärer Atmosphäre zu ermöglichen. Dazu benötigt man neben Fachkompetenz vor allem eins: Das Herz auf dem richtigen Fleck zu haben und die Energie zu besitzen, mit den anvertrauten Klienten das Leben bestmöglich und lebenswert zu meistern.



Ein großer Vorteil von ambulanten Intensivpflegediensten wie z.B. der MSP-Intensivpflege und von ihnen versorgten Wohngemeinschaften ist, dass fachlich wie menschlich eine hochkompetente Begleitung, Therapie und Versorgung mit einem deutlich höheren Personalschlüssel als in jeder stationären (Intensiv-) Pflegeeinrichtung möglich ist. Denn ein gute und intensive Pflege benötigt eine entsprechende personelle Stärke.

Mit Herz und Kompetenz: Wir haben immer mehr als nur ein Ohr für die Wünsche, Bedürfnisse und Sorgen unserer Klienten und Angehörigen!

● Wichtige Entscheidungskriterien bei der Wahl einer außerklinischen Intensivversorgung sollten sein:

- Anzahl versorgter Klienten pro Mitarbeiter
- ein möglichst breites Spektrum an therapeutischen Möglichkeiten
- fachlich gut qualifizierte und einfühlsame Mitarbeiter
- eine schöne und familiäre Umgebung (wenn gewünscht)
- ein gutes Bauchgefühl (wenn Sie auf Ihren Bauch hören...)

Die MSP-Intensivpflege setzt sich im Rahmen der Initiative „Pflege in Not“ für eine Verbesserung der Pflegesituation von Pflegebedürftigen sowie eine verbesserte Finanzierung von Pflegeeinrichtungen ein. Denn derzeit können sich viele Pflegebedürftige eine adäquate pflegerische Versorgung nicht mehr leisten und außerdem sind im Land viele der Pflegeeinrichtungen durch aktuelle, unausgegrenzte Gesetzgebungen und damit in der Folge durch eine unzureichende Refinanzierung ihrer Leistungen in ihrer Existenz bedroht.



● Entlastungsleistungen in der Pflege: Wozu man den Entlastungsbetrag nutzen kann und warum Beratung so wichtig ist

Die große Mehrzahl der Pflegebedürftigen wird zu Hause versorgt. Zur Finanzierung der häuslichen Pflege gibt es verschiedene Leistungen der Pflegeversicherung. Doch die meisten davon stehen nur Menschen mit Pflegegrad 2 bis 5 zur Verfügung, viele sind auch zweckgebunden, wie etwa Gelder für Hilfsmittel oder Umbauten in der Wohnung. Eine Ausnahme bildet hier der sogenannte Entlastungsbetrag von 125 Euro pro Monat. Er steht nicht nur jedem zu, der einen Pflegegrad hat, sondern kann auch recht flexibel eingesetzt werden. Man darf damit zum Beispiel Unterstützung im Alltag wie eine Haushalts- oder Einkaufshilfe finanzieren. Das Geld kann aber auch für Tages- und Nacht- sowie Kurzzeitpflege, für bestimmte Leistungen der Pflegedienste und bei Pflegegrad 1 auch für ein Pflegeheim verwendet werden.

Erst beraten lassen, dann in Anspruch nehmen

Trotz der vielen Möglichkeiten wird der Entlastungsbetrag Studien zufolge von ca. 80 Prozent der Pflegebedürftigen nicht genutzt. „Die Crux ist, dass er an sehr enge Voraussetzungen geknüpft ist, die auch noch zwischen den Bundesländern variieren“, erklärt Frank Herold von der „compass private pflegeberatung“. Erstattet werden nämlich nur Leistungen von Anbietern, die nach dem jeweiligen Landesrecht anerkannt sind – und die sind manchmal gar nicht so leicht zu finden. „Deshalb sollte man sich immer beraten lassen, damit man nicht etwas in Anspruch nimmt, was nachher nicht finanziert wird“, rät Herold. compass bietet ein Beratungstelefon unter 0800 1018800 für alle Anrufer sowie aufsuchende Beratung und Beratung per Videogespräch für Privatversicherte. Anerkannte Anbieter, Pflege- und Betreuungsdienste finden sich außerdem im Internet, etwa mit der Pflegesuche unter www.pflegeberatung.de.

Auch Ansparen ist möglich

Man muss also manchmal etwas Aufwand betreiben, um ein geeignetes Entlastungsangebot zu finden. Das kann sich aber lohnen, denn immerhin geht es um insgesamt 1.500 Euro pro Jahr. „Erfahrungsgemäß werden die Entlastungsleistungen vor allem für zwei Dinge genutzt: Unterstützung im Haushalt und die stundenweise Betreuung von Menschen mit Demenz“, erzählt der Pflegeexperte. „Wer an dieser Stelle keinen Bedarf hat, kann den Entlastungsbetrag aber auch ansparen. Denn er verfällt nicht einfach, sondern bleibt jeweils bis zum 30. Juni des Folgejahres abrufbar.“ Maximal lasse er sich also über 1,5 Jahre ansparen: „Dann kann man ihn auf einen Schlag etwa für eine Kurzzeitpflege nutzen.“ *djd*



Diakonie 
Sozialstationen
Peene

Diakonie-Sozialstation Peene

Neue ambulante Wohngemeinschaft ab 2024 in Jarmen

Nach Loitz, Demmin und Gützkow gibt es bald auch in Jarmen eine ambulante, selbstbestimmte Wohngemeinschaft für Menschen mit erhöhtem Pflege- und Betreuungsbedarf. Mitte 2024 wird es in Jarmen eine weitere Wohngemeinschaft geben.

In der Goethestraße 24 entsteht eine barrierefreie Wohngemeinschaft für zwölf Bewohner*innen. Neben dem eigenen Zimmer gibt es auch einen Gemeinschaftsraum, in dem Platz für alle ist. Ein Garten lädt zum Verweilen ein.

Das Angebot richtet sich an die Menschen, die eine eingeschränkte Alltagskompetenz haben: An die Menschen, die nicht mehr alleine leben möchten oder auch nicht mehr alleine leben können! Und es richtet sich an betroffene Angehörige, die aus ganz unterschiedlichen Gründen schon jetzt oder auf Dauer mit der Betreuung und Pflege ihrer Angehörigen an ihre Grenzen kommen.

Die eigenen vier Wände mit den eigenen Möbeln

Einerseits so viel Ruhe und Privatsphäre wie gewünscht – und dann, bei Bedarf, spontan in Gesellschaft

sein oder auch sofort die notwendige Unterstützung und Hilfe zu erhalten. Sich mit vorhanden Fähigkeiten in die Gemeinschaft einzubringen und sein zu lassen, was nicht so gut klappt.

Ein neues Zuhause eröffnet neue Möglichkeiten

Der Alltag in einer ambulant betreuten Wohngemeinschaft ist geprägt von weitgehender Normalität. Auch Angehörige und Freunde können weiterhin zu diesem Leben dazugehören, **sollen sie sogar!** Und wie in einer Privatwohnung kann selbstverständlich auch zu **jeder Zeit Besuch empfangen** werden.

Was ist anders als in einem Heim?

Die ambulante Wohngemeinschaft unterscheidet sich erheblich von einer stationären Einrichtung. Während die Leistungen zur Behandlungspflege in der Regel von den Krankenkassen getragen werden, die Pflegeleistungen zumindest zum großen Teil aus der Pflegeversicherung zu finanzieren sind, sind die Betreuungsleistungen als Eigenanteil zu sehen.

Die Bewohner*innen oder deren Angehörige sollten sich, je nach per-

sönlichen Ressourcen, in die Gesamtorganisation einbringen! Ein Pflegedienst stellt das Personal für die vereinbarte Betreuung und Pflege.

Die Aufgabenbereiche werden durch die Mieter*innengemeinschaft klar festgelegt.

Diese bestimmt den Tagesablauf, entscheidet über Anschaffungen und auch, wer in die Wohngemeinschaft einzieht. Wenn Bewohner*innen nicht mitentscheiden möchten, kann dieses ebenso eine Person des Vertrauens sein.

Wer mehr über die Wohngemeinschaft erfahren möchte, kann sich gerne unverbindlich in unseren Einrichtungen erkundigen oder sich sogar auf die Warteliste setzen lassen:

- **Diakonie-Sozialstation Loitz / Demmin**
Frau Schröder, Tel. 039998 12087
- **Diakonie-Sozialstation Jarmen**
Frau Suhrbier, Tel. 039997 10365
- **Diakonie-Sozialstation Gützkow**
Frau Buntrock, Tel. 038353 214

Oder Sie schauen hier nach:
www.diakonie-peene.de

Ein Beruf in der Pflege ist interessant, sinnvoll und zukunftsorientiert. Und wir müssen es ja wissen 😊

Aus diesem Grund empfehlen wir eine Ausbildung in der Pflege

Suchst du nach einer Tätigkeit, die dich herausfordert und erfüllt? Aus unserer Sicht wärest du in der ambulanten Pflege dann genau richtig! Wir, die **Diakonie-Sozialstationen Peene gGmbH**, bieten dir die **Ausbildung zur Pflegefachfrau / Pflegefachmann (m/w/d)**.

Deine Voraussetzung:

- **Sozialkompetenz und Freude bei der Arbeit für und mit Menschen**
- Realschulabschluss oder ähnlich anerkannter Abschluss

Bewerbungen immer jeweils bis spätestens 1. März oder auch zwischen- durch, falls du z. B. innerhalb des Ausbildungszeitraums umziehen musst.

- Ausführliche Bewerbung
- Lebenslauf mit Lichtbild
- Abschlusszeugnis des letzten Schuljahres und Halbjahreszeugnis aktuell
- Wenn vorhanden: Nachweise über Praktika

So ist die Ausbildung strukturiert:

Die Ausbildung beginnt jährlich im September, die Bewerbung muss uns sieben Monate vorher vorliegen. Die Pflegeausbildung nach dem Pflegeberufegesetz besteht aus der Theorie, hauptsächlich vermittelt von Pflegeschulen, sowie praxistheoretischem und praktischem Unterricht in einer Ausbildungseinrichtung, einem „Träger der praktischen Ausbildung“, das wären wir und anderen Einrichtungen aus den unterschiedlichen Pflegebereichen. Theorie und Praxis wechseln sich ab.

Der überwiegende Teil der praktischen Ausbildung erfolgt bei uns, mit uns schließt du auch deinen Ausbildungsvertrag. Du absolvierst aber auch Praktika in weiteren Einrichtungen, also im Krankenhaus, in stationären Pflegeeinrichtungen, in



der psychiatrischen Pflege und in der Versorgung von Kindern und Jugendlichen.

Die Dauer der Ausbildung beträgt drei Jahre bei einer Vollzeitausbildung. Sie ist aber auch als Teilzeitausbildung möglich. Sie beträgt dann, je nach Wochenstunden, bis zu fünf Jahren. Mit dieser Ausbildung ist es dir später auch möglich, dich weiterzubilden. Entweder auf einem Spezialgebiet, wie z. B. „Operationstechnische Assistent*in“, oder auf der Leitungsebene zur „Leitenden Pflegefachkraft“.

Es gibt jede Menge Möglichkeiten, dich weiterzuentwickeln oder dich zu spezialisieren. Wir weisen aber auch darauf hin, dass wir immer nur begrenzte Ausbildungskapazitäten haben, was die Anzahl der Auszubildenden betrifft.

Hast du Lust? Du kannst dich weiter informieren auf pflegeausbildung.net, die mit dem tollen Motto

MACH KARRIERE ALS MENSCH!

werben oder informiere dich bei uns.

Wie wäre es mit einem Schnupperpraktikum? Einem gut bezahlten Ferienjob? Dann kannst du erleben, dass

die Arbeit als Pflegefachkraft eine wunderbare und erfüllende Tätigkeit ist. Uns geht es jedenfalls so. 😊

Anfrage für ein Praktikum:

- **Diakonie-Sozialstation Jarmen, Demminer Straße 55**
Ambulante Pflege, Servicewohnen
Pflegedienstleiterin Frau Suhrbier: suhrbier@diakonie-peene.de oder Tel. 0399987 10365
- **Diakonie-Sozialstation Loitz, Lange Straße 60**
Ambulante Pflege, Servicewohnen und Wohngemeinschaften in Loitz und Demmin
Pflegedienstleiterin Frau Schröder: schroeder@diakonie-peene.de oder Tel. 039998 12087
- **Diakonie-Sozialstation Gützkow, Kirchstraße 12**
Ambulante Pflege und Wohngemeinschaft
Pflegedienstleiterin Frau Buntrock: buntrock@diakonie-peene.de oder Tel. 038353 214

Weitere Infos zur Ausbildung:

Stefanie Brühning, Koordinatorin für Praxisanleitung: bruehning@diakonie-peene.de oder Tel. 038353 779803

Expertenrat: Worauf achten beim Rollatoren-Kauf?

Aus dem Straßenbild ist er nicht mehr wegzudenken – der Rollator. Vielen Menschen bringt er Mobilität und Selbstständigkeit zurück. Inzwischen gibt es zahlreiche Modelle am Markt, die neben funktionellen auch optische Unterschiede aufweisen. Wie findet man nun den richtigen Rollator und worauf sollte man bei der Anschaffung achten? Wir haben mit dem GHD-Rehabfachberater Olaf Gabelin gesprochen.

Herr Gabelin, es gibt unzählige verschiedene Rollatoren-Modelle am Markt. Von günstig bis sehr teuer, eher funktionell oder sportlich-schick. Worauf sollte man in erster Linie bei der Anschaffung achten?

Tatsächlich hat sich der Rollatorenmarkt in den letzten Jahren rasant entwickelt. Das ist gut für den Anwender, macht aber die Auswahl nicht einfacher. Das wichtigste Kriterium ist die Verkehrssicherheit und billig heißt nicht immer gut. Deshalb rate ich dazu, den Rollator nicht im Discounter, sondern in einem Fachgeschäft zu kaufen. Zum einen erhalten Sie hier immer eine fundierte Beratung und können sich zum anderen auf Qualität und Service verlassen.

Wie sieht es mit Gewicht und Größe aus?

Das sind ebenfalls wichtige Punkte. Sie sollten sich vor dem Kauf in jedem Fall genau überlegen, wo Sie den Rollator hauptsächlich nutzen. In der Wohnung, draußen, auf eher ebenen und asphaltierten Wegen, überwiegend auf Kopfsteinpflaster oder gar auf Wald- und Feldwegen. Für Outdoor-Rollatoren, also für Rollatoren, die Sie außerhalb der Wohnung einsetzen, gibt es unterschiedliche Bereifungen. So dämpfen Luft- und Softreifen Stöße auf Waldwegen oder Kopfsteinpflaster und schonen die Gelenke. Wenn es um das Gleichgewicht des Nutzers allerdings nicht so gut bestellt ist, kann es bei den weichen Luftreifen zu Unsicherheiten kommen. Viele Rollatoren werden standardmäßig mit TPE Vollgummireifen ausgeliefert. In der Regel sind diese für die meisten Nutzer die

geeignete Wahl. Das Gewicht des Rollators ist auch nicht unerheblich, denn Sie müssen mit ihm auch mal eine Bordsteinkante oder eine leichte Steigung überwinden. Gegenüber älteren Standardmodellen aus Stahl bieten Carbon oder Aluminium sehr viele Vorteile. Carbon ist ein besonders leichtes, aber sehr robustes Material. Carbon-Rollatoren sind demzufolge nicht nur superleicht, sondern auch besonders stabil und sicher. Die Größe des Rollators richtet sich nach der Körpergröße. Wichtig ist hier, dass sich die Rollatorgriffe auf die Körpergröße einstellen lassen. Für sehr großgewachsene Menschen gibt es ebenso wie für schwere Nutzer spezielle Ausführungen.

Apropos individuelle Einstellungen. Wie ist denn ein Rollator optimal eingestellt und weshalb ist die richtige Einstellung so wichtig?

Die Handgriffe und die Sitzfläche des Rollators sollten unbedingt auf die Körpergröße des Nutzers abgestimmt sein. Die Sitzhöhe ist bei den meisten Rollatoren nur minimal oder gar nicht einstellbar. Deshalb sollten Sie hier schon beim Kauf darauf achten bequem Platz nehmen zu können. Die Handgriffe wiederum lassen sich individuell einstellen. Sind die Griffe zu niedrig, führt das zu einer gebeugten Haltung und unnatürlichen Bewegungen. Das sieht man leider viel zu häufig. Um die Handgriffe des Rollators auf die richtige Höhe zu bringen, lassen Sie die Arme gerade herabhängen. Die Griffe sollten dann höchstens drei Finger breit über dem Handgelenk eingestellt werden. Wenn Sie dann hinter dem Rollator zwischen den Hinterrädern stehen und den Rollator an den Handgriffen fassen, sollten die Ellenbogen leicht gebeugt sein. So können die Beine durch die Arme entlastet werden und Sie haben den Rollator sicher im Griff. Einen kleinen, aber hilfreichen Tipp habe ich an dieser Stelle noch: Markieren Sie Ihre ermittelte Höhe mit einem Permanentmarker. So können Sie die richtige Höhe auch nach einem Transport immer schnell wiederfinden. Das



Alber GmbH, Albstadt (Foto: Adobe Stock / sururu)

Sitzbrett ist optimal eingestellt, wenn Sie darauf bequem und ohne Anstrengung sitzen können.

Über welche Ausstattung sollte ein Rollator verfügen?

Auch hier sollten Sie berücksichtigen, wie Sie den Rollator nutzen werden. Für bestimmte Krankheitsbilder gibt es Sonderausstattungen, aber auch ein Sitzbrett, ein Rückengurt, eine Einkaufstasche oder ein Regenschirm können sehr sinnvoll sein. Für die Sicherheit im Dunkeln empfehlen sich auf jeden Fall Lampen und Reflektoren. Auch an ein transportables Sicherheitsschloss sollten Sie denken, für den Fall, dass der Rollator mal draußen vor der Tür bleiben muss. Wichtig für das Überwinden von Bordsteinkanten oder Hindernissen ist eine sogenannte Ankipphilfe. Bei den meisten höherwertigen Rollatoren ist diese bereits integriert. Sollte Ihr Rollator nicht darüber verfügen, lässt sich diese auch unkompliziert nachrüsten. In jedem Fall sollten Sie die Kompetenz des Fachhandels nutzen und sich ausführlich beraten lassen.

Eine Beratung erhalten Sie in den Sanitätsfachgeschäften der OTB und GHD. Eine Übersicht der Filialen finden Sie unter www.otb.info/filialen oder Sie vereinbaren einen Termin unter 0800 8004844 (gebührenfrei).

Im Interview: Rehabfachberater Olaf Gabelin, GHD Gesundheits GmbH Deutschland & OTB GmbH

Lassen Sie sich bewegen – wohin Sie wollen

Um weiter selbstbestimmt und aktiv am Leben teilhaben zu können, ist Mobilität eine wichtige Voraussetzung. Es gibt viele Möglichkeiten, um das Leben mit einem Rollstuhl zu erleichtern. Ob unterwegs, daheim oder im Urlaub.

Ein Zusatzantrieb verwandelt Ihren Rollstuhl in einen elektrisch fahrbaren Rollstuhl

Das Fahren eines Rollstuhls ist meist mit hohem Kraftaufwand verbunden. Bedingt durch Alter oder gesundheitliche Einschränkungen kann diese Kraft oft nicht aufgebracht werden. Elektroantriebe können fehlende Körperkraft ausgleichen. Mit einem Zusatzantrieb verwandeln Sie einen manuellen Rollstuhl in einen kompakten, faltbaren Elektrorollstuhl. So bewältigen Sie auch längere Strecken und Steigungen ohne Anstrengung und fremde Hilfe. Auch der Transport im Auto ist kein Problem. Die Komponenten sind schnell und ohne Werkzeug abzunehmen und finden selbst im kleinsten Kofferraum Platz.

Schiebe- und Bremshilfen für ein kraftschonendes Schieben

Auch für die Begleitperson kann das Schieben eines Rollstuhls mühsam sein. Nachträglich an den vorhandenen Rollstuhl angebracht, bietet eine elektrische Schiebe- und Bremshilfe bedarfsgerechte Unterstützung. Sie lässt sich jederzeit leicht montieren und wieder entfernen. So wird das Schieben, aber auch das Bremsen eines Rollstuhls kinderleicht.

Treppensteighilfen für unproblematisches Überwinden

Für das Überwinden von Treppen gibt es mobile Treppensteighilfen. Diese können entweder mit einem Sitz versehen sein oder auch direkt am Rollstuhl angebracht werden, sodass ein Umsetzen des Rollstuhlfahrers nicht notwendig ist. Integrierte Sensoren erleichtern die Steuerung und garantieren neben einer sanften Fortbewegung das höchste Maß an Sicherheit.

Aktivantrieb für Aktivrollstühle geben Unabhängigkeit

Auch für Aktivrollstühle gibt es effiziente und smarte elektrische Unterstützung. Die mit modernster Elektronik und Software ausgestatteten Elektromotoren stellen bei jeder Anschubbewegung genügend Extra-Power zur Verfügung, um bequem längere Strecken oder spielend Steigungen zu überwinden. Der am Greifreifen angeordnete Fahrsensor ermittelt dazu permanent und präzise die richtige Dosis an Unterstützung. So bleibt man als Rollstuhlfahrer aktiv in Bewegung und kommt schnell und entspannt an sein Ziel! Bei der Vielzahl an Möglichkeiten zahlt sich die Expertise von Fachberatern aus. Vertrauen Sie bei der Auswahl des Hilfsmittels auf Spezialisten. Rehafachberater wissen, was zu Ihnen passt.

Die Rehafachberater der OTB und GHD in MV helfen Ihnen bei der Auswahl des richtigen Hilfsmittels. Vereinbaren Sie einen kostenfreien Beratungstermin unter 0800 8004844 (gebührenfrei).

Quelle: Alber GmbH, Albstadt

Für ein Leben voller Bewegung

Elektromobilität für Ihren Rollstuhl



©Alber GmbH, Albstadt

Unsere Sanitätsfachgeschäfte & orthopädische Werkstätten in Mecklenburg-Vorpommern

Dammchausee 30
18209 Bad Doberan
Tel.: 038203 / 40 670

Wiesenweg 1
17489 Greifswald/
OT Mesekehagen
Tel.: 038351 / 53 61 51

Wismarsche Straße 32
18057 Rostock
Tel.: 0381 / 60 92 132

Hufelandstraße 1
17438 Wolgast
Tel.: 03836 / 60 01 00

Trelleborger Straße 10B
18107 Rostock
Tel.: 0381 / 72 43 53

Gützkower Straße 89
17489 Greifswald
Tel.: 03834 / 59 57 60

Bauermeisterplatz 2A
18311 Ribnitz-Damgarten
Tel.: 03821 / 2545

Am Kauffhof Süd 7
17033 Neubrandenburg
Tel.: 0395 / 5719120

www.otb.info
www.gesundheitsgmbh.de





Kreiskrankenhaus Demmin

Individuell und engagiert für Ihre Gesundheit

„Die beste Krankheit taugt nichts“, sagt ein altes Sprichwort. Aber die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter des Kreiskrankenhauses Demmin tun alles, um Ihnen den Aufenthalt hier so angenehm wie möglich zu machen. Wir alle möchten, dass Sie keine Schmerzen mehr haben und gesund werden.

Das Kreiskrankenhaus Demmin hat sich einer ganzheitlichen Medizin verschrieben. Unser Rezept: moderne medizinische Geräte, bewährte Behandlungsmethoden, Ihr Vertrauen in uns und in sich selbst. Die Ärzte, das Pflegepersonal, das Personal des medizinisch-technischen und des Funktionsdienstes, die technischen Mitarbeiter und das Küchenpersonal sind für Sie da – aber auch Ihre Mitwirkung ist gefragt und erforderlich. Wenn Sie Fragen, Ängste oder Probleme haben, dann wenden Sie sich bitte vertrauensvoll an Ihren Arzt oder Ihre Ärztin oder an das Pflegepersonal.

Um Ihnen auch zukünftig die beste Medizin zu bieten, erfolgt ein Erweiterungsbau. Dieser beinhaltet die Restrukturierung des Krankenhauses – so sollen Wirtschaftlichkeit und Attraktivität erhöht und Arbeitsabläufe erleichtert sowie besser strukturiert werden. Für diesen Anbau, durch welchen der Standort um weitere 3.800 m² auf vier Etagen wachsen soll, sind vier Jahre Bauzeit

mit jeweils zwei Bauabschnitten geplant. Der erste umfasst den Neu- bzw. Anbau, durch dessen Fertigstellung das Krankenhaus um einen Operationssaal sowie sechs Betten für die Intensivstation sowie sechs Betten für die Intensivstation reicher wird. Im zweiten Bauabschnitt wird eine komplett neue Bettenstation (20 Betten, verteilt auf Zweier- und Isolierzimmer) eingerichtet. Die Gynäkologie wird in den Erweiterungsbau umziehen und kann sich, neben mehr Platz, auch über vier moderne Kreißsäle freuen. Vorgesehen ist zudem eine Vergrößerung und Modernisierung der Patienten- und Notaufnahme. Im Zuge des letzten Bauabschnittes sollen zwei neue Eingriffsräume für den kardiologischen Bereich entstehen. Bei eventuellem Mehrbedarf in der Zukunft wird die Statik des neu entstehenden Gebäudes so konzipiert sein, dass zu einem späteren Zeitpunkt problemlos ein zusätzliches Geschoss mit weiterer Bettenstation angebaut werden kann. Die umfangreichen Baumaßnahmen sollen Ende 2023 abgeschlossen sein.

Kreiskrankenhaus Demmin GmbH

Lehrkrankenhaus der
Universitätsmedizin Greifswald
Wollweberstraße 21, 17109 Demmin
Telefon: 03998 438-0
info@kkh-demmin.de
www.kkh-demmin.de



(Foto: sepy - stock.adobe.com)





Werden Sie ein Teil von uns!

Arbeiten im Kreiskrankenhaus Demmin!

Wir freuen uns auf Ihre Bewerbung als:

Pflegefachkraft (m/w/d)

Die Stelle ist ab sofort unbefristet in Vollzeit oder Teilzeit zu besetzen.



Das Kreiskrankenhaus Demmin ist ein modernes Haus der Grund- und Regelversorgung mit 193 stationären Betten in den Fachkliniken Innere Medizin, Allgemein-/Viszeralchirurgie sowie Orthopädie/Unfallchirurgie, Gynäkologie und Geburtshilfe, Kinder- und Jugendmedizin, Anästhesie und Intensivmedizin, Belegbetten für Urologie und Augenheilkunde, einem ambulanten Behandlungszentrum und einer Rheumatologischen Tagesklinik.

Wir suchen qualifizierte und examinierte Unterstützung in all unseren Fachabteilungen des Hauses.

Unser Haus besticht mit Freundlichkeit, Engagement und Zuverlässigkeit gegenüber unseren Mitarbeitern. Ein vertrauensvolles Miteinander liegt uns am Herzen. Unsere Vergütung ist dem TVÖD-Ost angelehnt. Hier werden nicht nur Überstunden gutgeschrieben, sondern auch entlohnt. Eine Altersvorsorge, vermögenswirksame Leistungen und auch Zusatzurlaub sind Ihnen sicher. Eine langfristige und zukunftsorientierte Anstellung in unserem Haus ist von großer Bedeutung.

Fachbereiche wie:

- Kardiologie
- Innere Medizin
- Allgemein-, Unfall- und Viszeralchirurgie
- Operationsdienst
- Notfallpflege
- Intensivpflege
- Rheumatologie

warten auf Sie als zuverlässiges Teammitglied.

Kontakt

Bei Fragen wenden Sie sich bitte an
Doreen Schulz
Tel. 03998 – 438-1912

Wir freuen uns auf Ihre Bewerbung!

Senden Sie uns Ihre Bewerbung bevorzugt per Mail an:

personal@kkh-demmin.de

oder per Post an:

Kreiskrankenhaus Demmin GmbH
Personalabteilung
Wollweberstraße 21
17109 Demmin

Weitere Informationen finden Sie auf unserer Karriereseite:

kkh-demmin.de/karriere

Apotheke Zu den drei Rosen

Gesundheit erhalten



Den Grundstein für die Apotheke Zu den drei Rosen in Jarmen legte 1836 der Apotheker Gustav Adolf Behncke. Auch fast 200 Jahre nach der Gründung steht die schnelle, wohnortnahe Arzneimittelversorgung sowie die umfassende Beratung der Kunden und Patienten im Mittelpunkt.

Vor zwei Jahren übernahm der Apotheker Markus Oelze die Apotheke von dem langjährigen Besitzer Andreas Portugal. Seitdem hat sich vieles verändert. Der junge Unternehmer und Vater von zwei Kindern renovierte im

vergangenen Jahr die Jarmener Apotheke von Kopf bis Fuß. Helle und moderne Räume erfreuen die Kunden und Angestellten.

Für das 20-köpfige Team aus qualifiziertem pharmazeutischen und nicht-pharmazeutischen Personal hat das Anliegen der Kunden stets oberste Priorität! Neben einer patientenindividuellen und fachkompetenten Beratung zu Arzneimitteln und Medizinprodukten bietet die Apotheke auch gezielt Beratungen zum Thema Darmgesundheit und Ernährung durch das speziell geschulte Personal an.

Die Apotheke Zu den drei Rosen mit einer Filiale in Tutow bietet mehr als 10.000 Artikel auf Lager an und wird täglich vom Großhändler neu beliefert.

Seit einigen Monaten hat die Jarmener Apotheke sich zur Phytothek-Apotheke zertifiziert. Davon gibt es in Deutschland nur 900 Filialen. Darauf ist der Greifswalder Unternehmer be-

sonders stolz. Eine Phytothek-Apotheke spezialisiert sich auf pflanzliche Arzneimittel – auch Phytopharmaka genannt – und bietet ein großes Spektrum zur schonenden Behandlung Ihrer Beschwerden an.

Zudem ist die Apotheke professioneller Partner bei der individuellen Bereitstellung von Arzneimittel für Heimbewohner oder ihrer Angehörigen in der Häuslichkeit. Denn neben der Zeitersparnis stellt diese Variante der Arzneimittelversorgung für den Patienten einen großen Sicherheitsgewinn dar. Die Verblisterung erfolgt als Herstellung im Sinne der Apothekenbetriebsordnung und unterliegt daher den hohen Qualitätsanforderungen für Apotheken. Dies spiegelt sich in der strengen Prozessdurchführung und Kontrolle sowie dem umfangreichen Qualitätsmanagement wider.

Die Apotheke Zu den drei Rosen freut sich auf Ihren Besuch.



Apotheke | Zweig-Apotheke

Zu den drei Rosen | Tutow

Umfassende Beratung oder „nur noch schnell“ was abholen?

Bei uns sind Sie an der richtigen Adresse.

Sie wollen sicher sein, dass Ihre Arzneimittel zusammenpassen?

Sprechen Sie uns an oder entscheiden Sie sich für ein Kundenkonto – die Überprüfung erfolgt dann automatisch bei jeder Abgabe.

Keine Lust, zweimal kommen zu müssen?

Bei Bestellungen bis 12:00 liefern wir i.d.R. noch am selben Tag.* Alternativ bestellen Sie über unseren Webshop. Ob selber abholen oder liefern lassen – Sie entscheiden, was zu ihrem Tag passt.**

* Die Lieferung am selben Tag gilt für Lagerartikel oder Artikel, welche bei unseren Großhändlern vorrätig sind. Bei Bestellungen nach 12:00 erfolgt die Lieferung am nächsten Tag zwischen 15:00 und 18:00.

** Lieferungen grundsätzlich nur innerhalb des Liefergebiets der Apotheke im Rahmen des Botendienstes. Wenn Sie sich unsicher sind, ob dies für Sie zutrifft, sprechen Sie uns bitte an.



„Zu den drei Rosen“
Demminer Straße 9
17126 Jarmen
039997 1560

Zweig-Apotheke
Dammstraße 76
17129 Tutow
039999 70639

Inh. Markus Oelze e.K.

www.apothekezudendreirosen.de

www.apotheke-jarmen.shop

Find us on

@apotheke.zu.den.drei.rosen

Sanitätshaus Ostseewind

Ihr Gesundheitspartner in Jarmen

Das Sanitätshaus Ostseewind im Herzen der Stadt Jarmen heißt Sie herzlich willkommen.

Tauchen Sie ein in eine Welt, in der nicht nur hochwertige Versorgung im Mittelpunkt steht, sondern auch eine Atmosphäre, die Sie sofort willkommen heißt. Das Ziel von Geschäftsführer Felix Redieß und seinem Team ist es, Ihre Zufriedenheit zu gewährleisten und den Kunden in jeder Hinsicht bestmöglich zu unterstützen. Im Sanitätshaus Ostseewind finden Sie nicht nur Produkte, sondern eine Gemeinschaft, die für Ihr Wohlbefinden da ist. Engagierte Fachberater- und Beraterinnen stehen den Kundinnen und Kunden mit individueller Beratung jeden Tag zur Seite.

Geschäftsführer Felix Redieß eröffnete im Juni 2020 in der Jarmener Georg-Kohnert-Straße sein eigenes Sanitätshaus. Spezialisiert hat der junge Unternehmer sich anfangs nur auf Kompressionsstrümpfe. Im Mai 2021 zog er dann in die neuen Räumlichkeiten an den Neuen Markt in Jarmen, den örtlichen Dreh- und Angelpunkt der kleinen Stadt an der Peene.

Schnell erweiterte er sein Sortiment und stockte dieses mit Bandagen auf. Die Nachfrage nach weiteren Hilfsmitteln der Kunden wuchs von Tag zu Tag. Heute, drei Jahre später, können die



Kunden aus vielen Reha-Hilfsmitteln wie z.B. Rollatoren, Pflegebetten, Rollstühlen und Badewannenliftern wählen.

Alle Produkte werden direkt im Sanitätshaus oder bei Ihnen daheim individuell maßgenommen und ausgewählt. Dabei wird sich selbstverständlich nach der entsprechenden Diagnose beziehungsweise der ärztlichen Verordnung gerichtet.

Das Sanitätshaus bietet den Kundinnen und Kunden, die nicht mobil sind, Hausbesuche bis zu hundert Kilometer

an. Die Kundinnen und Kunden sind für diesen Service mehr als dankbar.

Besonders stolz ist Geschäftsführer Felix Redieß auf die inzwischen enge Kooperation mit vielen Pflegediensten und Pflegeheimen in und aus der Region.

Das Team vom Sanitätshaus Ostseewind nimmt sich die Zeit, auf Ihre individuellen Bedürfnisse einzugehen. Denn sie wissen, dass es bei der Gesundheit um mehr als nur Produkte geht – es geht um Vertrauen und persönliche Betreuung.

- **Pflegebetten & Rollstühle**

- **Rehatechnik**

- **Individuelle Bandagen**

- **Medizinische Kompressionsversorgung**

- **Passgenaue Schuheinlagen**



Öffnungszeiten Filiale Jarmen:

Mo und Do
9:00 – 17:00 Uhr

Di, Mi und Fr
9:00 – 12:00 Uhr

Gerne auch nach telefonischer Vereinbarung in der Filiale oder bei Ihnen zu Hause.

**WIR KOMMEN
AUCH ZU IHNEN
NACH HAUSE**

Neuer Markt 10 · 17126 Jarmen | Fon: 039997 884245 | E-Mail: sh-ostseewind@gmx.de

Pflege deine Leidenschaft

Deine Ausbildung bei der Universitätsmedizin Greifswald



Die Universitätsmedizin Greifswald bietet als Maximalversorger der Region zahlreiche medizinische Leistungen an. Um unsere Teams im klinischen sowie in den zentralen Bereichen zu stärken, sind wir regelmäßig auf der Suche nach jungen Menschen, die in einem gesicherten Umfeld und mit langfristiger Perspektive arbeiten möchten.

Generalistische Pflegeausbildung

Das Pflegeberufegesetz fasst die bisher getrennt geregelten Pflegeausbildungen der Altenpflege und der Krankenpflege seit 2020 zusammen. Alle Auszubildenden erhalten zwei Jahre lang eine gemeinsame, generalistisch ausgerichtete Ausbildung. Die Lernenden werden zielgerichtet auf die Veränderungen in der Gesundheitsversorgung vorbereitet. Im Fokus der Ausbildung steht die Versorgung Menschen aller Altersgruppen in den

verschiedensten Settings der Krankenversorgung (Krankenhaus, Langzeitpflege, ambulante Versorgung).

- Die Lernenden können ihren Vertiefungsansatz frei wählen.
- Auszubildende, die im dritten Ausbildungsjahr die generalistische Ausbildung fortsetzen, erwerben den Berufsabschluss „Pflegefachfrau“ bzw. „Pflegefachmann“.
- Zusätzlich ist interessant, dass die Ausbildung für aufbauende Studiengänge aufbaufähig ist. Zudem wird die generalistische Pflegeausbildung in allen EU-Mitgliedsstaaten anerkannt.

Voraussetzungen

- gesundheitliche Eignung zur Ausübung des Berufes, ggf. Hauttest
- abgeschlossene Realschulausbildung oder Abitur mit guten Leistungen
- Die Bewerber sollten über gute Noten und Kenntnisse in den naturwissen-

schaftlichen Fächern, Deutsch, Englisch und Sozialkunde verfügen.

- Vorherige pflegerische Praktika sind empfehlenswert.

Ausbildungsverlauf und Rahmenbedingungen

Die Ausbildung zur generalistischen Pflegefachkraft (Pflegefachfrau, Pflegefachmann) dauert drei Jahre. Sie beginnt mit einem Probehalbjahr jeweils am 1. September des Kalenderjahres und umfasst 2.100 Theoriestunden und 2.500 Stunden praktische Ausbildung.

Im 1. Ausbildungsjahr findet ein höherer Anteil von Theorie, in Kooperation mit dem Lernort Praxis statt. Ab dem 2. Ausbildungsjahr wechseln Theorie und Praxis im vier- bis sechswöchigen Rhythmus.

Die Vermittlung erfolgt über sogenannte Lernsituationen. Die praktische Ausbildung findet in den Klinikbereichen der Universitätsmedizin Greifswald statt, der theoretische Unterricht im Gebäude der Beruflichen Schule.

Die Ausbildung endet mit einer kompetenzbasierten, staatlichen Abschlussprüfung im praktischen, mündlichen und schriftlichen Bereich.

Ansprechpartnerin:

Elisa Zscherper

Tel.: 03834 8622402

E-Mail: [elisa.zscherper@](mailto:elisa.zscherper@med.uni-greifswald.de)

med.uni-greifswald.de

Mehr Informationen unter:

www.pflegedeineleidenschaft.de



○ Ausbildungsberufe der Universitätsmedizin Greifswald

- **Generalistische Pflegeausbildung** („Pflegefachfrau / -mann“, Schwerpunkt Altenpflege oder Gesundheits- und Kinderkrankenpflege)
- **Kranken- und Altenpflegehilfe**
- **Hebamme** (Studium)
- **Medizinische*r Fachangestellte*r** im ambulanten OP
- **Medizinisch-Techn. Laborassistent**
- **Diätassistent**
- **Medizinische Dokumentation**
- **Orthoptik**
- **Logopädie**
- **Operations-Technische Assistenz**
- **Anästhesie-Technische Assistenz**
- **Zahnmedizinische Fachangestellte*r** (ZFA)
- **Pharmazeutisch-kaufmännische*r Angestellter** (PKA)
- **Fachinformatiker** (Fachrichtungen Systemintegration und Anwendungsentwicklung)
- **Kaufmann / Kauffrau** im Gesundheitswesen

PFLEGE AUSBILDUNG

& Studium in Greifswald

*beides mit Vergütung und
starken Karrierechancen



Universitätsmedizin
GREIFSWALD



PFLEGE

Deine Leidenschaft

www.pflege-deine-leidenschaft.de



Scan me

Vitanas – Werde unser Pflegeheld

Seit dem 1. April 2023 hat das Senioren Centrum Vitanas in Ueckermünde eine neue Leitung: Carolin Krumrei, 37 Jahre jung und Mutter von drei Kindern, ist gelernte Kinderkrankenschwester und begann 2017 ihre Arbeit als Pflegedienstleitung im Hause Vitanas. Christine Schmidt, die ehemalige Centrumsleitung, war fast 30 Jahre im Dienst und war ein gutes Vorbild für Carolin Krumrei. Sie freut sich auf die neue Herausforderung mit einem tollen Team.

Seit Jahren zeichnet sich ein stetig steigender Bedarf an gut ausgebildeten Fachkräften im Gesundheitswesen ab. Um dem Fachkräftemangel entgegen zu wirken, hat man die „generalistische Pflegeausbildung“ gestartet. Diese Ausbildung führt die drei bisherigen Pflegefachberufe in den Bereichen „Altenpflege“, „Gesundheits- und Krankenpflege“ und „Gesundheits- und Kinderkrankenpflege“ zusammen und befähigt die Auszubildenden zur Pflege von Menschen aller Altersstufen in allen Versorgungsbereichen. Die zu-

künftigen Pflegefachfrauen bzw. -fachmänner sind nach der Ausbildung vielseitig einsetzbar.

Noch nie war der Bedarf an gut ausgebildetem Personal so hoch. Ob im In- oder Ausland, in der ambulanten oder stationären Pflege – jeder kann seinen persönlichen Lebensraum umsetzen. Und nach der Ausbildung können Pflegefachkräfte ihre Karriere mit vielen Weiterbildungen stetig vorantreiben, z. B. in speziellen Fachgebieten sowie in Leitungsfunktionen – qualifizierte Fachkräfte sind immer gefragt.

Die Ausbildung startet mit einem zehnwöchigen Orientierungseinsatz. Anfänglich werden erst vor allem die elementaren Themen im Pflegealltag bearbeitet, später liegen die Schwerpunkte im Training von gutem Zeitmanagement, der Arbeit im interdisziplinärem Team und der Befähigung zum selbstständigen Arbeiten. Schrittweise lernen die Azubis die Behandlungspflege, die verschiedenen Prophylaxen und auch die palliative



Versorgung. Abwechslungsreiche Projekte und teambildende Maßnahmen sorgen auch für den notwendigen Spaß beim Lernen.

Im Vitanas Senioren Centrum warten engagierte Praxisbegleiter auf interessierte Auszubildende. Wer sich noch nicht sicher ist, ob dieser vielseitige und interessante Beruf der Richtige ist, kann ein Praktikum absolvieren.

Im nächsten Jahr feiert das Haus in Ueckermünde sein 30-jähriges Bestehen. Zu diesem Anlass gibt es ein großes Fest mit vielen Attraktionen und einen Rückblick auf die Geschichte des Centrums.



Hier fühle ich mich zuhause!



- Sie wohnen in einem geräumigen und komfortablen Zimmer oder Doppelzimmer.
- Richten Sie sich Ihr neues Zuhause ein und bringen Sie Ihre eigenen Möbel mit.
- Gestalten Sie unseren schönen Garten mit.
- Genießen Sie Kaffee und Kuchen in unserem Café.
- Lassen Sie sich in unserem Friseursalon verwöhnen.
- In der hauseigenen Küche kochen wir für Sie täglich frisch und gesund.
- Freuen Sie sich auf ein abwechslungsreiches Freizeitprogramm.

Jetzt informieren:
☎ (039771) 201-0

Vitanas Senioren Centrum Am Tierpark

Am Tierpark 6 | 17373 Ueckermünde

☎ (039771) 201 - 0 | www.vitanas.de/amtierpark



AMEOS Einrichtungen in Vorpommern

Wir bieten Ihnen hochwertige medizinische und pflegerische Betreuung mit Menschlichkeit und Fürsorge in Anklam und Ueckermünde an.

AMEOS Klinikum Anklam

24h-Notfallambulanz (03971 834 5110)
Hospitalstraße 19 • 17389 Anklam
Tel.: 03971 834 0 • Fax: 03971 834 5108
Mail: info@anklam.ameos.de

AMEOS Klinikum Ueckermünde

24h-Notfallambulanz (039771 41 120)
Ravensteinstraße 23 • 17373 Ueckermünde
Tel.: 039771 41 0 • Fax: 039771 41 709
Mail: info@ueckermuende.ameos.de

Vor allem Gesundheit

ameos.eu

GESTALTE MIT UNS GESUNDHEIT

Starte jetzt deine Ausbildung bei AMEOS in Vorpommern.

Wir bilden folgende Berufe aus:

- Pflegefachkraft (m/w/d)
- Operationstechnische Assistenz (m/w/d)
- Anästhesietechnische Assistenz (m/w/d)
- Kaufleute im Gesundheitswesen (m/w/d)
- Medizinische Fachangestellte (m/w/d)
- Erzieher (m/w/d)

Sende deine Bewerbung an:

AMEOS Klinika Vorpommern
Personalabteilung
Ravensteinstraße 23
17373 Seebad Ueckermünde

Bei uns warten faire Konditionen auf dich:

- Ein attraktives Ausbildungsgehalt
- Unterstützung bei der Wohnungssuche
- Attraktive Angebote für Mitarbeitende bei über 200 Top Marken



JETZT BEWERBEN

und beraten lassen:

039771 41 655

ausbildung.vorpommern@ameos.de



Fahrradhaus Wendt

Wir leben Fahrrad!

Fahrräder für die ganze Familie? Welches Fahrrad passt? Im Fahrradhaus Wendt finden Sie die Antworten auf Ihre Fragen! Egal ob es sich um Kinder- und Jugendfahrräder, City- und Urban-Bikes, Trekking- und Cross-Bikes, Mountainbikes oder Rennräder handelt, hier wird jeder fündig. Fahrradhaus Wendt verfügt über eine faszinierende Sortimentstiefe und -breite in allen Bereichen der Zweiradbranche. Die Qualität der Ware und der dazugehörige Service lassen keine Wünsche offen.

Im größten Zweiradhaus von Neubrandenburg wird Ihnen eine einzigartige Auswahl an Produkten und Marken zu attraktiven Preisen in allen Bereichen geboten. Auf 800 m² Verkaufsfläche erwarten Sie neben der Werkstatt das Servicecenter und eine Riesenauswahl an Produkten.

Auf Wunsch können Sie, Arbeitnehmer und Selbstständige, Ihr Fahrrad im Fahrradhaus Wendt leasen.

Welche Vorteile bieten die Elektrofahräder vom Fahrradhaus Wendt?

Durch Einsatz elektronischer Unterstützung wird der Nutzen des Fahrrads im Alltag und in der Freizeit deutlich erweitert. Sie können:

- größere Distanzen zurücklegen
- entspannter bergauf fahren
- mehr Gepäck mitnehmen...

Im Alltag können Sie Ihr Elektrofahrzeug für den täglichen Weg zur Arbeit nutzen, auch wenn dieser bisher zu lang oder zu steil war, um ihn mit dem herkömmlichen Rad zu bewältigen. Für den Weg zum Supermarkt sind unsere Elektrofahräder ebenso geeignet.

In der Freizeit können Sie das Elektrofahrzeug für erholsame Touren nutzen, bei denen auch steilere Anstiege nicht zum schweißtreibenden Problem werden. Durch die Möglichkeit, unterschiedliche Unterstützungsgrade zu wählen, wird die Überbrückung von Leistungsunterschieden möglich. Dies ist

für viele Kunden ein zentrales Argument für die Nutzung von Elektrofahrzeugen.

Service wird im Fahrradhaus Wendt großgeschrieben

Sie haben sich ein neues Fahrrad ausgesucht und möchten gerne noch Zubehör? Einen anderen Lenker, Sattel oder andere Bereifung, einen Fahrradhelm? Kein Problem. Die im Fahrradhaus Wendt gekauften Zubehörteile werden natürlich auch montiert. Ebenso können Sie auch Ihr individuelles Rad komplett zusammenstellen.

Ist Ihr Fahrrad verkehrssicher?

Auch das prüfen die kompetenten Mitarbeiter im Fahrradhaus Wendt gern und helfen Ihnen, die Verkehrssicherheit wieder herzustellen.

Sie sehen, im Fahrradhaus Wendt stimmt nicht nur das Angebot, sondern auch der Service.

Wir leben Fahrrad! Ihr Fahrradhaus Wendt Neubrandenburg



SCHNELL HIN!

Hier erwarten Sie unsere Werkstatt, unser Servicecenter und eine Riesenauswahl unserer Produkte auf 800 m² Verkaufsfläche.



Fahrräder

Kinder- und Jugend-Fahrräder, Trekking- und City-Räder, Mountainbikes, Rennräder

E-Bikes

für den täglichen Weg zur Arbeit, den Einkauf im Supermarkt oder für erholsame Touren in der Freizeit

Werkstatt / Service

Wartung, Reparatur, Komplettreinigung, Überprüfung der Verkehrssicherheit, Verkauf von Zubehör

JobRad

hochwertige Fahrräder und E-Bikes zu günstigen Konditionen leasen

Fahrradhaus Wendt Neubrandenburg

Woldegker Straße 27 . 17033 Neubrandenburg . Tel: 0395 5826475
E-Mail: fahrradhaus@wendt-gmbh.net . Web: www.wendt-gmbh.net
Öffnungszeiten: Montag - Freitag 8.00 - 18.00 Uhr . Samstag 9.00 - 12.00 Uhr

Ihre Sanitätshäuser in Neubrandenburg und Pasewalk

Kompetenz, Erfahrung, Einfühlungsvermögen – und ein umfassendes Sortiment an hochwertigen Produkten: Darauf können Sie bei uns zählen.

Wir bilden unsere Mitarbeiter zu zertifizierten Beratern für Medizinprodukte aus. Durch regelmäßige Schulungen sind sie stets über die neuesten Produktentwicklungen und gesetzlichen Voraussetzungen über die aktuellen Vorsorgemöglichkeiten informiert.

Um Ihnen die bestmögliche Versorgung zu gewährleisten, arbeiten wir auch sehr eng mit Ärzten, Krankenschwestern, Ergo- und Physiotherapeuten, der häuslichen Krankenpflege und den pflegenden Angehörigen zusammen. So finden Sie in Ihren Sanitätshäusern Wendt in Neubrandenburg und Pasewalk ganzheitliche Beratung und individuellen Service.

Service wird bei uns großgeschrieben. Der Reparatur- und Kundenservice steht bei uns an erster Stelle. Mit unseren 17 Mitarbeitern sind wir täglich von Montag bis Freitag an zwei Standorten, Neubrandenburg und Pasewalk, für Sie im Einsatz.

Ihr Sanitätshaus Wendt
www.wendt-gmbh.net

Was Sie von uns erwarten können:

- Mobilitäts- und Alltagshilfen
- Gehhilfen und Rollatoren
- manuelle Rollstühle, Elektrorollstühle
- Elektromobile
- Behindertenfahrräder
- Zusatzantriebe
- behindertengerechter Fahrzeugumbau
- Bewegungsgeräte
- Hilfsmittel für Bad und WC
- lymphologische & phlebologische
- Kompressionstrumpfversorgung
- Sportbandagen und Fitnessartikel
- Produkte für gesundes Sitzen und Schlafen
- Vorsorge- und Gesundheitschecks
- alles rund um die häusliche Pflege
- Pflegehilfsmittel
- Epithesen-Versorgung
- Vermietung von Hilfsmitteln
- Bandagen und Orthesen
- Orthopädietechnik
- Sanivita Online-Shop: www.sanivita.de/wendt

Ihre Sanitätshäuser in Neubrandenburg und Pasewalk

**Sanitätshaus
WENDT**

Orion^{METRO}

Perfekt für ... Einsteiger.

Einfach mal raus aus den vier Wänden und eine kleine Runde drehen. Um kurze Wege sicher und bequem zurückzulegen, steht Ihnen der Orion^{METRO} stets zu Diensten.

Sie wollen auf einen Scooter umsteigen? Dann empfehlen wir Ihnen diesen zuverlässigen Partner.



Sanitätshaus Wendt Neubrandenburg

Woldegker Straße 27 . 17033 Neubrandenburg

Tel: 0395 7616533 . Fax: 0395 7760666

E-Mail: info@wendt-gmbh.net . Web: www.wendt-gmbh.net



Easy Rider²

Der modern sportlich gestaltete Easy Rider² ist ein Dreirad mit einem Sitz, der Ihnen deutlich mehr Unterstützung und Komfort bietet als ein herkömmlicher Sattel. Die niedrige Sitzeinheit ermöglicht Ihnen ein einfaches Hinsetzen – ein ‚Aufsteigen‘ ist nicht notwendig. Durch den tieferen Schwerpunkt fahren Sie sehr sicher und stabil mit der Optik eines sportlichen Liegerades. Der Easy Rider² kann auf Wunsch mit einem Elektromotor geliefert werden.

Sanitätshaus Wendt Pasewalk

Lindenstraße 23 . 17309 Pasewalk

Tel: 03973 215650 . Fax: 03973 215652

E-Mail: info@wendt-gmbh.net . Web: www.wendt-gmbh.net

Pflege in Not Mecklenburg-Vorpommern

Die Pflegebranche schlägt Alarm



PFLEGE in NOT
Mecklenburg-Vorpommern

immer größer für die Mitarbeiter. Zusammen mit dem Bündnis fordert sie Steigerungen bei den Leistungen für Pflegebedürftige, eine Anwerbung von Azubis aus dem Ausland, Entlastungsleistungen für Angehörige und mehr Angebote für Bedürftige.

Menschen ohne Pflege verwaarloosen, Arbeitnehmer am Arbeitsplatz fehlen. Pflegedienste müssen bereits heute eine Triage vornehmen. Personalmangel und Unwirtschaftlichkeit bestimmen die Triage. Aufwendige Patienten bleiben in der Folge unversorgt oder müssen durch Angehörige versorgt werden. Jeder Angehörige, der keinen Pflegedienst findet, wird mindestens zeitweise am Arbeitsplatz fehlen und zwar auf lange Zeit. Damit wird dieser Angehörige in einer Zeit, welche so oder so bereits von Personalmangel geprägt wird, als Arbeitnehmer nicht den Unternehmen zur Verfügung stehen. Darunter wird die Wirtschaftskraft in Deutschland nachhaltig geschädigt.

Das Hauptanliegen des Netzwerkes „Pflege in Not“ ist es, der Bevölkerung ein stärkeres Bewusstsein über die Auswirkungen eines mangelhaften Gesundheits- und Pflegewesens näher zu bringen. Denn die Bürger*innen sind die Wähler und diese bestimmen mit ihrer Stimme, welchen Stellenwert eine Demografie- und zukunfts-feste Pflege in der Politik bekommt. Es geht um die Eltern, Geschwister und Familienangehörige aller Bürger*innen und auch um die eigene pflegerische Versorgung.

Das Netzwerk Pflege in Not macht seit längerem darauf aufmerksam, dass sich jeder Bürger jetzt damit mit beschäftigen muss, wo und wie ein Angehöriger wie Oma, Opa oder Eltern bei Pflegebedürftigkeit versorgt wird. Denn auf einmal stehen viele Pflegeeinrichtungen mitten in der Insolvenzgefahr.

Seit einigen Monaten geht das Netzwerk Pflege in Not (dieses besteht aus privaten Pflegediensten) auf die Straßen dieses Landes, um auf die schwierige Lage aufmerksam zu machen. Das größte Problem ist die Unterfinanzierung durch die Kassen, Personalnot, Bürokratie und neue Gesetze, die das Pflegerisiko und seine Kosten immer weiter auf die Pflegebedürftigen selbst und ihre Angehörigen verlagern. Dies hat zu einer Situation geführt, die die Beschäftigten von ambulanten Pflegediensten nicht mehr hinnehmen wollen und können.

Zwischen 700 und 1.000 Menschen folgen regelmäßig den Demonstrationen des Netzwerkes. Bei allen Protestaktionen geht der Blick immer in die Landeshauptstadt Schwerin, welchen Einfluss die regierende Partei nimmt, dass endlich Lösungen erarbeitet werden und die Kostenträger ihre Blockadehaltung aufgeben und sich an einen Tisch mit den Pflegediensten setzen.

Mitte des Jahres hatte sich das Netzwerk mit einem Brandbrief an die SPD-Fraktion im Landtag MV gewandt.

Die Existenz vieler privaten Pflegedienste steht auf der Kippe und das nicht, weil Tariflöhne gezahlt werden. Die Inhaber der Pflegedienste befürworten die Lohnerhöhungen, aber dies muss auch refinanziert werden. Ein weiteres Problem sind die Leistungen, die von den Pflegekassen übernommen werden, diese werden immer geringer. Der Anteil, den die Pflegebedürftigen selbst zahlen müssen, hingegen immer höher. Der Pflegende selbst oder die Angehörigen reduzieren die Leistungen, die sie in Anspruch nehmen und erhalten so immer weniger professionelle Hilfe.

„Wenn Preise runtergedrückt werden und die Qualität dadurch sinkt, gerät die Pflege unter Druck“, sagt Jessica Mendle, Geschäftsführerin des Pflegedienstes Ora Cura aus Greifswald. Die Belastungen werden



AKADEMIE MAIK LANGER

Sitz: Berlin, Stralsund



*„Es gibt nur eins, was auf Dauer teurer ist als Bildung: keine Bildung.“
John F. Kennedy*

Seminare, Beratungs- und Coachingleistungen in Ihrem Unternehmen

Die Akademie setzt sich aus Dozenten der Bereiche Recht, Pädagogik und Sozialpädagogik, Pflege und Betriebswirtschaftslehre zusammen.

Fort- und Weiterbildungen

Die Akademie Langer ist ein privates Bildungsunternehmen als Geschäftszweig der Wirtschaftskanzlei East-Bridge, Inhaber Maik Langer. Wir bieten Fort- und Weiterbildungen

in den Bereichen Gesundheit, Pflege und Betreuung an.

Bildung und Qualifizierung entscheiden heute maßgeblich über unternehmerische und persönliche Erfolge im Wirtschaftsleben.

KONTAKT

info@akademie-langer.de
www.akademie-langer.de

WIRTSCHAFTSKANZLEI MAIK LANGER

Sitz: Berlin, Stralsund

- Aufbau und Sanierung von Pflegediensten
- Beratung zu Finanzierung von Pflegediensten
- Beratung zum Qualitätsmanagement
- Bundesweites Angebot
- Erstellung von Webseiten
- Beratung von Social Media Marketing
- Neukundenakquise in der Pflege unter Einsatz der Digitalisierung

KONTAKT

info@maiklanger.de
www.maiklanger.de
Tel.: 030 4431 7381
Fax: 030 4431 7425



MAIK LANGER

Dipl. Wirtschaftsjurist
Dozent für Pflege- und soziale Berufe,
Spezialist für den Aufbau von Pflegeeinrichtungen

Betreutes Wohnen Grimmek

Eine gute Entscheidung für Ihre Pflege



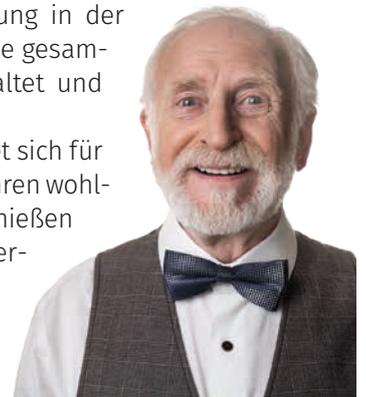
Der Pflegedienst Grimmek ist aus der Hansestadt Anklam schon lange nicht mehr wegzudenken. Seit elf Jahren betreibt Robert Grimmek, Geschäftsführer des Häuslichen Kranken- & Pflegedienstes, seinen ambulanten Pflegedienst in der Akazienstraße sowie in der Ravelinstraße ein Betreutes Wohnen.

Ebenfalls ist er seit 15 Jahren in Wolgast und Umgebung mit seinem ambulanten Pflegedienst vertreten mit dem Ziel, pflegebedürftige Menschen in ihrem gewohnten Um-

feld die Pflege und Betreuung zuteilwerden zu lassen, die der Klient braucht, um sich wohlfühlen. Denn Pflege bedeutet Vertrauen.

Ab November dieses Jahres übernimmt er das komplette Areal in Anklam in der Ravelinstraße mit 22 altersgerechten Wohnungen – mit großer Küche und Terrasse auf ca. 1.100 Quadratmetern. Hier können die zukünftigen Bewohner ihr neues Zuhause geschmackvoll einrichten und mit ihrer persönlichen Atmosphäre ausstatten. Robert Grimmek und sein Team garantieren Ihnen Sicherheit, eine freundliche Betreuung sowie individuelle Dienstleistungen nach Bedarf – bis hin zur Pflege. Selbstverständlich ist Ihre Wohnung in der Ravelinstraße ebenso wie die gesamte Anlage barrierefrei gestaltet und ausgebaut.

„Betreutes Wohnen“ eignet sich für Menschen, die unabhängig ihren wohlverdienten Ruhestand genießen wollen, ohne auf schnell verfügbare Hilfe zu verzichten. Es ist auch ideal, für jüngere Menschen mit Einschränkungen.



Unser Leistungsangebot

- 24-Stunden Rufbereitschaft / Betreuung
- Häusliche Versorgung
- Urlaubs- u. Verhinderungspflege
- Nachsorge bei Krankenhausbehandlung
- Pflegeberatung nach § 37 SGB XI
- Qualifiziertes & examiniertes Personal
- Betreutes Wohnen
- Unterstützung bei MDK-Überprüfung

Häusliche Grundpflege

- Körperpflege & Hygiene
- Ernährung & Nahrungsaufnahme
- Mobilität, Bewegung u. Transfer
- und vieles mehr...

Hauswirtschaftliche Versorgung

- Einkäufe & Besorgungen
- Reinigung der Wohnung
- Wäschedienste
- und vieles mehr ...

Service

- Essen auf Rädern
- Begleitung und Fahrdienst zu Arztbesuchen etc.
- Hilfe bei Antragsstellungen/ Formalitäten



**HÄUSLICHER
KRANKEN- & PFLGEDIENST
Grimmek GmbH**

Betreutes Wohnen

... näher am Menschen.

Ihr Ambulanter Pflegedienst für Pflege und Betreuung



**Ärztlich verordnete
Behandlungspflege**

- Wundversorgung und Verbandswechsel
- Medikamentengabe
- Infusionen und Injektionen
- PEG-Versorgung
- Dekubitusbehandlung
- Katheterpflege und Blasenspülungen
- Krankenhausnachsorge
- Blutdruckkontrolle/-überwachung
- und vieles mehr...

Einfach in den besten Händen

Wir nehmen uns Zeit für Sie. Testen Sie uns auf Herz und Nieren. Wir stehen im permanenten Austausch mit Ihrer Familie, Therapeuten und Ärzten, um ggf. Ihre Betreuung anzupassen oder stetig zu verbessern.

Standort: Wohngemeinschaft Ravelinstraße 14
17389 Anklam
Vorpommern-Greifswald
Telefon: 03971/2414660

Kontakt: Büro Anklam
Akazienstraße 44
17389 Anklam
Telefon: 03971/832196
krankenflege.grimmek@t-online.de

www.pflege-grimmek.de

Von zweien, die heimkehrten, der Pflege zu dienen

„din & min“ – Ihr Pflegedienst in Demmin. Unser Name entstammt aus einer Sage, die von der Entstehung unserer altehrwürdigen Hansestadt handelt: Es gab einmal zwei sich sehr nahestehende Prinzessinnen, die gemeinsam ein Haus erbauten. Nach der Fertigstellung gelobten sie feierlich: „Dat Hus is din und min!“ Der Geschichte nach geht der Stadtname Demmin darauf zurück.

Viele Jahre später gab es wieder zwei in Demmin geborene Schwestern: Cornelia Buchmüller und Juliane Bunsen, die in ihrer Heimatstadt und der ländlichen Umgebung die Versorgung älterer, kranker und hilfsbedürftiger Menschen gewährleisten wollten. Die eine, Cornelia Buchmüller, war tätig als Pflegedienstleiterin in einem Pflegeheim und die zweite, Juliane Bunsen, als Industriekauffrau im Münsterland. Beide hatten schon immer eine innige Verbindung und die konkrete Idee eines ambulanten Pflegedienstes. Diese Idee setzten sie 2013 nach langer und intensiver Planung schließlich in die Tat um und gründeten das gemeinsame Unternehmen din & min und gelobten: „Dieses Unternehmen ist din und min!“

Seitdem steht bei ihnen der Mensch im Mittelpunkt: „Hier stehen wir helfend, beratend, pflegend und begleitend zur Seite. Wir wollen die, die wir mit unserem Team betreuen, auch gut betreuen. Und das geht oft am besten im eigenen, gewohnten Zuhause, denn nicht umsonst lautet ein Grundsatz: ambulant vor stationär!“ Vertrauen zwischen Pflege-



Am Hanseufer 2 • 17109 Demmin
 Telefon: 03998 2856030
 Mail: info@pflagedienst-din-min.de
 Internet: www.pflagedienst-din-min.de

kraft und Klient ist die Grundlage für eine gute Pflege. Pflege soll auch Hilfe zur Selbsthilfe sein. Das Pflegeteam orientiert sich stets an der Ganzheitlichkeit des Menschen in seiner Individualität und seiner biografischen Besonderheiten. Es findet immer eine aktive Mitbestimmung des Klienten bei der Gestaltung der Pflege unter Berücksichtigung seiner eigenen Ressourcen statt. Die Familienangehörigen sind daher ein wichtiger unterstützender Faktor und werden unter fachlicher Anleitung, Beratung und Begleitung in die Betreuung mit einbezogen. Gute Ergebnisse erzielt man nur durch hohe Qualität. Und die erreicht man durch sach- und fachgerechtes Handeln und den adäquaten Einsatz von Hilfsmitteln für den Klienten und der Pflegekraft.





▶ Mit Eröffnung des Warnowtunnels im Jahre 2003 fand 2023 das 20. Jubiläum des ersten privat finanzierten Straßenbauprojektes Deutschlands statt.

Die schnellste Verbindung über die Warnow ist unter ihr hindurch – schon in den 1960er Jahren gab es Pläne zur Errichtung einer festen Querung der Warnow. Bis zur Umsetzung vergingen jedoch noch einige Jahrzehnte, bis das Fernstraßenbauprivatfinanzierungsgesetz im Jahre 1994 den rechtlichen Grundstein für dieses Pilotprojekt legte. 1999 begann der Bau des Tunnels mit einer Investitionssumme von 220 Mio. EUR. Dreieinhalb Jahre später konnte das Bauwerk mit seinen sechs Tunnelelementen und einer Gesamtlänge von 790 m durch den damaligen Bundesverkehrsminister Dr. Manfred Stolpe eröffnet werden.

Zwanzig Jahre später blicken wir zurück auf eine erfolgreiche Zeit. Heute benutzen im Schnitt 14.000 Fahrzeuge täglich den Tunnel. Viele Rostockerinnen

und Rostocker schätzen die Zeitersparnis bei der Fahrt auf die jeweils andere Seite der Stadt, sei es zum Einkaufen, auf dem Weg zur Arbeit oder „schnell mal an die Ostsee“. Auch Urlauber nehmen diese Route gern und erreichen so zum Beispiel staufrei Warnemünde. Durch regelmäßige Modernisierungsmaßnahmen und Investitionen gelangen die Nutzer stets sicher an ihr Ziel, denn der Warnowtunnel ist mit den modernsten Sicherheitssystemen und Anlagen ausgestattet. Die Meilensteine haben wir in den letzten zwanzig Jahren auch nicht aus den Augen gelassen. So fuhr zum Beispiel im Juli 2023 das 80-millionste Fahrzeug durch den Tunnel.

Am 16.09.2023 fand ein großes Geburtstagsfest anlässlich des Jubiläums auf dem Betriebsgelände der Warnowquerung statt. Viele Vereine und Organisationen bereiteten ein Mitmachangebot vor, wie zum Beispiel der Rostocker Zoo, die Rostock Seawolves, Rostock Piranhas, Rostock Griffins und viele mehr. Auch musikalische Beiträge waren dabei. Ein Highlight: Emilia Sismey, bekannt aus dem KiKA-Fernsehen und mit dem Hit „Outside And Inside“

als „Songwriterin des Jahres 2022“ gekürt. Das wichtige Thema Fahrsicherheit im Straßenverkehr wurde unter anderem mit einem Fahrsimulator vor Ort vermittelt. Die Gäste konnten weiterhin einer Rede der Rostocker Oberbürgermeisterin Eva-Maria Kröger lauschen, an einem Gewinnspiel teilnehmen oder sich von Bodypainting-Weltmeisterin Claudia Kraemer in bunte Kunstwerke verwandeln lassen.

Wir bedanken uns bei allen Tunnelfahrerinnen und Tunnelfahrern für die vergangenen 20 Jahre und wünschen auch für die Zukunft eine gute und sichere Fahrt.

Warnowquerung GmbH & Co. KG
Zum Südtor 8
18147 Rostock

Tel.: 0381-63 722-31
Fax: 0381-63 722-99
mail: info@warnowquerung.de

Pflegeambulanz Studier

Die Alternative zum Heim

Pflegebedürftigkeit kann jeden treffen. Ob Einschränkungen im fortgeschrittenen Alter, eine Behinderung oder ein Schicksalsschlag: Wird ein Mensch pflegebedürftig, ist das stets eine große Herausforderung. Ein Einschnitt im Leben – sowohl für den pflegebedürftigen Menschen als auch für die Angehörigen. Von der Körperpflege über die Ernährung bis zur Mobilität werden individuelle Hilfen im Alltag unumgänglich. Jedoch möchten die meisten pflegebedürftigen Menschen dabei nicht auf ihre Umgebung und ihr vertrautes Zuhause verzichten.

Deshalb gibt es die Pflegeambulanz Studier in Jarmen. Mit ihrer ganzheitlichen Pflege ermöglicht sie Senioren und pflegebedürftige Menschen ein Leben in ihrer gewohnten häuslichen Umgebung. Mit viel Einfühlungsvermögen und Fachkompetenz wird zu-

sammen mit den Angehörigen genau die Hilfe gesucht, die zu ihnen passt.

Zudem ist der Pflegedienst seit sieben Jahren auch mobil in der Region unterwegs und betreut mit liebevoller Zuwendung die Klienten zu Hause. Das erfahrene und zuverlässige Team ist bei Bedarf rund um die Uhr für sie da. Dabei werden nicht nur die pflegerischen Versorgungen übernommen, sondern die fleißigen Helfer kümmern sich auch um organisatorische Belange, die in einem Pflegefall auf den Klienten zukommen. Dazu gehört beispielsweise die Beantragung der Pflegestufe, die Klärung der Kosten und wer diese trägt.

Weiterhin betreut die Pflegeambulanz Studier unter anderem Klienten im Betreuten Wohnen „Haus Josefine“ in Jarmen und im „Haus am Dom“ in Greifswald.



Michael Studier



Haus am Dom
in Greifswald

Haus Josefine
in Jarmen

Die Alternative zum Pflegeheim

Betreutes Wohnen im Haus Josefine in Jarmen und im Haus am Dom in Greifswald

UNSER WOHNKONZEPT: IHR SORGLOS-PLUS-PAKET

Grundmiete:

- » Heizkosten sowie Kosten für Warm- & Kaltwasser | Energiekosten
- » Kosten für Gemeinschaftsantenne
- » Benutzung der Gemeinschaftsräume & Schwesternrufanlage

Versorgung:

- » Mahlzeiten (Frühstück, Mittag, Kaffee, Abendessen) über einen Catering-Service | Zwischenmahlzeiten für Diabetiker
- » Wohnungsreinigung und Wäscheservice
- » Selbstverständlich sind Pflegedienst und Caterer durch Sie frei wählbar



WIR SUCHEN VERSTÄRKUNG FÜR UNSER PFLEGETEAM!

Für unser Pflegeteam in der ambulanten Pflege sowie im Betreuten Wohnen suchen wir noch engagierte Pflegeprofis!

Mehr Infos auf www.pflege-studier.de oder auf Instagram.



@PFLEGEAMBULANZ_STUDIEN

KONTAKTIEREN SIE UNS: Tel.: 039 997 109 69 · www.pflege-studier.de

Pflegedienst Gutezeit

Wir sind für Sie da!

Wo die mögliche Fürsorge Ihrer Verwandten aufhört, ist fachmännische Kranken- und Altenpflege gefordert. Der Pflegedienst Frank Gutezeit aus der Hansestadt Anklam steht seit 25 Jahren für hohe Qualität, Zuverlässigkeit und absolute Flexibilität in der ambulanten Pflege.

Das Ziel von Inhaber Frank Gutezeit und seinem Team ist es, pflegebedürftige Menschen in Ihrem gewohnten Umfeld die Pflege und Betreuung zuteilwerden zu lassen, die der Klient braucht, um sich wohlfühlen. Respekt und Vertrauen im Umgang mit pflegebedürftigen Menschen ist dem Pflegedienst besonders wichtig.

Zum Leistungsangebot gehört die Häusliche Krankenpflege nach SGB V, hauswirtschaftliche Versorgung, Urlaubs- und Verhinderungspflege, Intensivmedizinische Betreuung in der Häuslichkeit und Essen auf Rädern.

In den Räumlichkeiten des Pflegedienstes in der Anklamer Mühlenstraße wurde Anfang April dieses Jahres eine neue Tagespflege eröffnet, die Platz für ca. 25 Personen bietet.

Geschäftsführer Frank Gutezeit ist der Meinung, dass der Wunsch zu Hause wohnen zu bleiben und trotzdem liebevolle und menschenwürdige Pflege zu bekommen, durchaus realisierbar ist und unterstützt gehört. Deshalb möchte er „nicht-gewollte“ Heimeinweisungen verhindern und eine Alternative in Form seiner Tagespflege anbieten.



Tagespflege Frank Gutezeit in Anklam

Das Team rund um den Geschäftsführer ist nicht nur fachlich kompetent, sondern auch sehr einfühlsam. Nach kurzer Zeit wird dem Klienten die externe Hilfe nicht mehr auffallen, sondern er wird sie ganz selbstverständlich wahrnehmen.

Pflegebedürftige Personen sollen so die Chance bekommen, nicht in ein Pflegewohnheim umziehen zu müssen. Ihre Angehörigen wiederum werden entlastet, um die Verbindung von Pflege und alltäglicher Verantwortung zu ermöglichen.



Unsere Alternative zum Pflegeheim

Häusliche Krankenpflege nach SGB V

Leistungen der Pflegeversicherung nach SGB XI

Erbringung von zusätzlichen Betreuungsleistungen nach § 45 SGB XI
Hauswirtschaftliche Versorgung

Pflegeberatungsbesuche nach §37 Abs. 3 SGB XI

Essen auf Rädern

Medizinische Fußpflege

Hausnotruf
24 Stunden Rufbereitschaft

Urlaubs- und Verhinderungspflege

Vermittlung zur/zum

- Behinderten- und Krankentransport
- Krankengymnastik/Massagen
- Friseur
- Wäschedienst

Intensivmedizinische Betreuung in Ihrer Häuslichkeit
(MSP-Intensivpflege GmbH)

Wohngruppen

In Anklam, Pasewalker Str. 18, besteht eine Wohngruppe für Menschen mit Demenz und anderen Beeinträchtigungen. Eine Zweite ist in Planung.

Tagespflege Anklam

In unserer Tagespflege versorgen wir Sie von Montag bis Freitag von 08.00 – 16.00 Uhr

Rufen Sie uns an und sprechen Sie mit uns über Ihre Wünsche.
(0176 117389-01 / -02 / -04)



FRANK GUTEZEIT Häusliche Kranken- und Seniorenpflege

Postanschrift:
OT Groß Jasedow 22, 17390 Klein Bünzow
Tel./Fax: 039724 / 23583
hkpgutezeit@gmx.de

Büro:
Mühlenstraße 18f 17389 Anklam
Tel./Fax: 03971 / 2412229
Mobil: 0176 / 117389-01 und -04

Büro Gützkow:
Masowstr. 22, 17506 Gützkow
Tel.: 038353 / 669941

Schwache Blase – kein Problem

Entspannt das Leben genießen



Foto: Monkey Business Img. / shutterstock / akz-o

Drei Viertel der über 50-Jährigen in Deutschland sagen von sich selbst, dass sie eine Blasenschwäche haben. Sie können ihren Harndrang zumindest in bestimmten Situationen nicht kontrollieren und verlieren ungewollt Urin. Das ergibt eine aktuelle Umfrage der Deutschen Seniorenliga. Zwar nimmt die Zahl der Betroffenen mit steigendem Lebensalter zu, dennoch kann Blasenschwäche bereits bei jüngeren Männern und Frauen zu ungewolltem Leidensdruck führen. Dazu trägt auch der Umgang mit dem Gesundheitsproblem bei.

Der Mehrheit der Betroffenen ist es peinlich, über das Thema zu sprechen. Häufig werden nicht einmal die engsten Angehörigen eingeweiht.

„Immer in Sorge zu sein, ob eine Toilette in der Nähe ist, und Angst vor einem sichtbaren feuchten Fleck auf der Kleidung zu haben, schränkt die Lebensqualität erheblich ein“, sagt Detlef Röseler, Geschäftsführer der auf Inkontinenzprodukte spezialisierten Ontex Healthcare Deutschland GmbH. So gab in der Umfrage der Deutschen Seniorenliga die Hälfte der Betroffenen an, dass die Blasenschwäche sie wirklich belastet.

Produkte aus dem Supermarkt und der Drogerie reichen oft nicht aus, um das Problem in den Griff zu bekommen und aktiv am Alltag teilzunehmen. Deshalb beginnen viele Betroffene irgendwann damit, ihren Alltag nach der Blasenschwäche auszurichten und bleiben lieber zu Hause.

„Den ersten Schritt zur Lösung des Problems machen Betroffene, indem sie mit einem Arzt offen über die Blasenschwäche reden“, so Röseler. Der Mediziner kann herausfinden, welche Ursachen dahinterstecken. Sollte es eine Erkrankung sein, muss diese behandelt werden. Der Arzt kann Hinweise zur Stärkung der Blase geben, therapeutische Maßnahmen können die Blasenschwäche lindern. Ein wichtiger Teil sind zudem Inkontinenzprodukte, die der Arzt je nach Schweregrad verordnen kann. „Moderne saugfähige Inkontinenzprodukte sind Alltagshilfen, die das Leben mit Blasenschwäche komfortabler machen und den Stress erheblich reduzieren können“, sagt Detlef Röseler. Die Produkte gibt es in unterschiedlichen Formen und Ausführungen. Eine telefonische Beratung durch den Fachhändler hilft, das passende Produkt zu finden. Mehr Informationen unter: www.inkontinenz.de akz-o

Unser Leistungsangebot

- 24-Stunden Rufbereitschaft / Betreuung
- Häusliche Versorgung
- Urlaubs- u. Verhinderungspflege
- Nachsorge bei Krankenhausbehandlung
- Pflegeberatung nach § 37 SGB XI
- Qualifiziertes & examiniertes Personal
- Betreutes Wohnen
- Unterstützung bei MDK-Überprüfung

Häusliche Grundpflege

- Körperpflege & Hygiene
- Ernährung & Nahrungsaufnahme
- Mobilität, Bewegung u. Transfer
- und vieles mehr...

Hauswirtschaftliche Versorgung

- Einkäufe & Besorgungen
- Reinigung der Wohnung
- Wäschedienste
- und vieles mehr...

Service

- Essen auf Rädern
- Begleitung und Fahrdienst zu Arztbesuchen etc.
- Hilfe bei Antragsstellungen/ Formalitäten



**HÄUSLICHER
KRANKEN- & PFLGEDIENTST
Grimmek GmbH**

... näher am Menschen.

Ihr Ambulanter Pflegedienst für Pflege und Betreuung



**Ärztlich verordnete
Behandlungspflege**

- Wundversorgung und Verbandswechsel
- Medikamentengabe
- Infusionen und Injektionen
- PEG-Versorgung
- Dekubitusbehandlung
- Katheterpflege und Blasenspülungen
- Krankenhausnachsorge
- Blutdruckkontrolle/-überwachung
- und vieles mehr...

Einfach in den besten Händen

Wir nehmen uns Zeit für Sie. Testen Sie uns auf Herz und Nieren. Wir stehen im permanenten Austausch mit Ihrer Familie, Therapeuten und Ärzten, um ggf. Ihre Betreuung anzupassen oder stetig zu verbessern.

Standort: Büro Wolgast
Sophienweg 7a
17438 Wolgast
Vorpommern-Greifswald
Telefon: 03836/237143

Kontakt: Büro Anklam
Akazienstraße 44
17389 Anklam
Telefon: 03971/832196
krankenpflege.grimmek@t-online.de

www.pflege-grimmek.de

Losgelöst

Schmerzen wirksam behandeln



Bauch-, Rücken-, Kopf-, Hals-, Ohren-, Zahnschmerzen, kaum eine Stelle im Körper ist vor Schmerzen gefeit und doch träumen viele von einem schmerzfreien Leben. Was möchte uns der Körper mit einem Schmerzsignal mitteilen und ist der Impuls immer gerechtfertigt? Wann spricht man vom chronischen Schmerz und was hat die Psyche damit zu tun? Muss man immer gleich zu einem schmerzstillenden Mittel greifen oder gibt es auch Alternativen die subtiler und wirken?

Egal wo man hinhört und mit wem man für einen kurzen Plausch ins Gespräch kommt, irgendwann landend man beim Thema Schmerz. Schon kleine Kinder beklagen sich berechtigterweise über Schmerzen die oftmals von Schürf- und Schnittwunden kommen und begeben sich dann nur zu gern in tröstende Arme ihrer Eltern. Sobald Gewebe gequetscht, gerieben, geschädigt wird oder droht geschädigt zu werden, meldet sich der Körper mit einem Schmerzsignal. Immer mehr Kinder und Jugendliche beklagen sich auch über Kopfschmerzen, am häufigsten sind dies Spannungskopfschmerzen, aber auch Rückenschmerzen, die aufgrund von Haltungsfehlern, Bewegungsmangel und auch psychischem Druck z.B. durch Schulstress entstehen. Das Digitale Zeitalter fordert seinen Tribut und hinterlässt Spuren. Stundenlanges Zocken am Rechner, Tik-Tok-Videos auf dem Handy schauen und mit Freunden chatten sind alles Beschäftigungen, bei denen der Körper keine natürliche Haltung einnehmen kann. Muskeln, die dauerhaft nicht genutzt werden, erschlaffen und die Stabilität im Körper sinkt. Bei exzessiven Ausflügen in die digitale Welt kommt bei vielen Kindern und Jugendlichen auch noch der Schlafmangel hinzu.

Um hier durch Haltungsschäden entstandenen Schmerzen entgegenzuwirken, gibt es nur eins, und zwar sein Verhalten zu ändern. Ob es nun das Aneignen eines

verantwortlichen Nutzungsverhaltens in Sachen digitale Medien oder das Einbauen regelmäßiger Arbeitspausen ist, gerade wenn man viel am Schreibtisch arbeitet und erst recht, wenn man viel Druck im Job hat, der auf die Psyche geht. Mit Weitblick ist es sinnvoll, sich hier einen achtsamen Umgang anzueignen. Kurzfristig und im Akutfall helfen natürlich Schmerzmittel zum Einnehmen, Wärmepflaster zum Schmerzlösen des betroffenen Areals durch Wärmeeinwirkung, auch entzündungshemmende, schmerzlindernde Salben sowie kühlende Roller mit entspannenden ätherischen Ölen können hier hilfreich sein. Homöopathische Präparate zeigen gerade in der Therapie von Kindern sehr gute unterstützende und schmerzlindernde Eigenschaften und kommen oftmals ganz ohne die Applikation von Alkohol aus. Frühzeitig eingesetzt kann hier schon viel abgewendet werden und eine Heilung ohne Einsatz von Antibiotika ist die schonendste und damit eine absolut erstrebenswerte Therapieform.

Trendsetter CBD

Ganz ungebrochen und noch immer groß im Trend liegen aktuell CBD (Cannabidiol) Produkte, auf Hanfbasis. Sie haben beruhigende, entzündungshemmende und schmerzlindernde Eigenschaften und das in den unterschiedlichsten Darreichungsformen – ob als Kaugummi, Kapseln, Salbe, Spray oder Öl. Natürlich macht es immer Sinn, sich mit seinem Hausarzt oder dem Apotheker zu besprechen, inwiefern der Einsatz von CBD als Therapie sinnvoll ist. Bei bestimmten Krankheitsbildern gibt es Cannabis sogar auf Rezept. Hier wägt der behandelnde Arzt Nutzen und Risiko genau ab, um bestenfalls im Sinne des Patienten zu entscheiden.

Wann spricht man von chronischen Schmerzen?

Bei dauerhaften Schmerzen, die länger als drei Monate bestehen, sprechen Mediziner von chronischen Schmerzen. Die gilt es nach Möglichkeit zu vermeiden, denn die Diagnose wird hier zunehmend komplexer, da sich der Körper immer versuchen wird zu schützen, um Schmerzen und Abnutzung zu vermeiden. Durch das Einnehmen einer Schonhaltung und der Einschränkung seiner Bewegungsabläufe läuft man Gefahr, sich weitere Probleme aufzuladen. Am Ende braucht es dann ein ganzes Team an Experten, um aus diesem Irrgarten der Schmerzen wieder rauszukommen. Ganz gut ist man in diesem Fall in einem Schmerzzentrum aufgehoben. Hier arbeiten unterschiedliche Experten aus den verschiedenen Fachbereichen Hand in Hand, um einer jahrelangen Schmerz-Odyssee hoffentlich ein Ende zu bereiten. Aber soweit muss es ja erst gar nicht kommen.



medicalpress



Foto: Adobe Stock/Tierney

Ihr ambulanter Pflegedienst – Herzlich Willkommen bei Pusteblume 24



Vor einem Jahr eröffnete Kati Vilbrandt ihren **Pflegedienst Pusteblume 24** in Lühhmannsdorf. Der Name Pusteblume symbolisiert Lebenskraft, Lebensenergie und Lebensfreude. Ihr freundliches Team, das mittlerweile aus sieben Mitarbeitern besteht, besteht durchweg aus ausgebildeten Fachkräften und Pflegehilfskräften mit langjähriger Erfahrung. Im Mittelpunkt ihrer Arbeit steht der kranke, pflege- und hilfsbedürftige Mensch.

Durch ihre Arbeit werden Kati Vilbrandt und ihr Team einen Beitrag leisten, um das Lebensgefühl aller Pflegekunden und Angehörigen zu erhalten, **neue Lebenskraft und Energie zu wecken und neue Lebensfreude** zu ermöglichen. Ihre Arbeit soll einerseits begleiten und unterstützen, andererseits aber auch aktivieren und fördern. Insbesondere in der ambulanten Pflege ist dies ein wichtiger und zentraler Baustein eines effektiven, klientenorientierten Pflegekonzeptes und trägt entscheidend zur **Stabilisierung des Gesundheitszustandes** der Erkrankten in ihrem sozialen Umfeld bei.

Kati Vilbrandt, 43 Jahre jung, Ehefrau und Mutter zweier Kinder, hat **ihr Berufsleben der Pflege gewidmet**. Die junge Unternehmerin ist gelernte Pflegefachkraft und hat erfolgreich die Ausbildung zur Pflegedienstleitung, Praxisanleiterin und zur Palliativschwester absolviert. Darüber hinaus ist sie ehrenamtlich in der Feuerwehr Lühhmannsdorf tätig, arbeitet aktiv im Gemeinderat mit und ist aktives Mitglied in der Tanzgruppe „Halligallühs“. Von ihren Mitarbeitern wird sie sehr geschätzt und wurde zur Top-Chefin erklärt.

Das Büro des Pflegedienstes Pusteblume findet man in Lühhmannsdorf im Gemeindehaus in der Ortsmitte. In der ländlichen Umgebung wird das Wort Zusammenhalt und Fürsorge großgeschrieben und deshalb ist es umso wichtiger, auch den Lebensabend in der gewohnten Umgebung zu genießen. Der Fuhrpark, mit dem die engagierten Mitarbeiter und Kati selbst zu den Klienten fahren, umfasst fünf Autos. Im Umkreis von 20 Kilometern versorgen sie die Patienten in deren Häuslichkeit.

Das erklärte Ziel vom **Pflegedienst Pusteblume 24** ist es, pflegebedürftigen Senioren, die sich dafür entscheiden, den Pflegedienst in Anspruch zu nehmen, jedwedes Gefühl der Angst oder der Bedrückung zu nehmen, das von der Aussicht, auf einen Betreuungsdienst angewiesen zu sein, ausgelöst werden könnte. Gleiches gilt selbstverständlich auch für die Angehörigen der Pflegekunden. Eine erkrankte Person empfindet die pflegerische und medizinische Versorgung häufig als sehr belastend.

Im Dienst am Kunden verpflichtet sich das Team des Pflegedienstes dem Grundwert des Respekts vor der Persönlichkeit eines jeden Pflegekunden. Das Ziel der Arbeit geht dabei über die Sicherstellung und Aktivierung des häuslichen Lebens pflege- und versorgungsbedürftiger Mitmenschen hinaus.

Kati Vilbrandt möchte sich noch sehr herzlich bei der Wirtschaftskanzlei Maik Langer für die außerordentliche Unterstützung ihres **Pflegedienstes Pusteblume 24** bedanken.



Giesekehäger Reihe 33
17495 Karlsburg, OT Lühhmannsdorf

Telefon: 0162 · 1092083
E-Mail: info@pflegedienst-pusteblume24.de

Gesund essen im Alter

Mangelernährung kann gefährliche Folgen haben



Wer im Alter fit bleiben möchte, sollte auf eine gesunde und mineralstoffreiche Ernährung achten. (Foto: djd / Verband der Kali- und Salzindustrie / Getty Images / evgenyatamanenko)

Um auch im Alter möglichst lange fit und gesund zu bleiben, kann man einiges tun – zum Beispiel sich regelmäßig bewegen, soziale Kontakte und Hobbys pflegen. Besonders wichtig aber ist eine ausgewogene und vielseitige Ernährung.

Hoher Bedarf an Nähr- und Mineralstoffen

Zwar sinkt im Alter der Energiebedarf des Körpers, nicht aber der Bedarf an Nähr- und Mineralstoffen. Wenig Fette und Kohlenhydrate, dafür vitamin-, ballast- und eiweißreich essen – das ist optimal für eine gesunde Versorgung. Obst, Gemüse oder Salat sowie Milchprodukte wie Joghurt, Quark oder Käse sollten daher regelmäßig auf dem

Speiseplan stehen – ebenso wie Vollkornbrot oder Haferflocken, ein Stück Fisch, Fleisch oder Eier. Als gesundes Extra sind etwa Nüsse oder Trockenobst gut geeignet. Bei einer Mangelernährung baut der Körper ab, wird anfälliger für Infektionen und Krankheiten. Ein besonderes Augenmerk sollte man zudem auf eine ausreichende Versorgung mit Salz haben – unter www.kalisalz.de gibt es dazu Informationen. Denn viele Senioren haben einen Natriummangel. Neben Medikamenten – etwa Entwässerungsmittel oder Antidepressiva – können zu salzarmes Essen, besonders in Verbindung mit zu geringer Flüssigkeitsaufnahme, einen Salz-mangel auslösen. Und der kann gefährliche Folgen haben.

Natriummangel ist bei Senioren weit verbreitet

So ist ein zu niedriger Natriumspiegel im Blut die häufigste Elektrolytstörung in der Notaufnahme überhaupt. Jeder 20. ältere Patient in der Hausarztpraxis leidet an einem Natriummangel. Doch häufig wird der weder vom behandelnden Arzt noch von den Angehörigen oder den Patienten selbst erkannt. Man schiebt die Symptome auf das zunehmende Alter oder – noch schlimmer – man diagnostiziert eine beginnende Demenz. Ein Mangel an dem Mineralstoff Natrium kann nämlich genau solche Symptome verursachen. „Das sind Aufmerksamkeitsstörungen bis hin zur Verwirrtheit, Konzentrationsstörungen, Gangunsicherheit“, erklärt Dr. Dag Schütz, Klinikdirektor am evangelischen Krankenhaus Essen-Mitte. djd



WARNOW TUNNEL

EINFACH FAHREN. BARGELDLOS!

Schnell und bequem per Lastschrift mit RFID, TAG oder OSCARD durch den Warnowtunnel. Jetzt anmelden und bei jeder Durchfahrt auch noch Geld sparen.

warnowquerung.de

Mehr Informationen zu Salz in den Lebensbereichen Gesundheit, Ernährung und mehr:

www.vks-kalisalz.de

> Rubrik „Unser Lebensstoff“

Ihre Gesundheit in guten Händen

FOCUS

TOP

REHAKLINIK

2023

ONKOLOGIE

100% NEUBEWERTUNG DURCH DIE AKKREDITIERUNGSGESAMTHEIT FÜR DIE QUALITÄT IN DER REHABILITATION

28 Jahre

1995-2023

www.klinik-graal-mueritz.de

Lindenweg 16 • 18181 Ostseeheilbad Graal-Müritz

Barrierefreie Küchen für alle Lebenslagen – MP Küchen

Besonderes Augenmerk liegt beim barrierefreien Wohnen auf der Küche. Als natürlicher Lebensmittelpunkt ist sie auch für Menschen mit Behinderung und körperlichen Einschränkungen oft der Raum, in dem viel Zeit beim Kochen, Essen, Reden oder Spielen verbracht wird. Die Grundvoraussetzung für die barrierefreie Nutzung der Küche sind ausreichende Bewegungsflächen.

MP Küchen aus Anklam hilft Ihnen genau bei der Planung und Umsetzung Ihrer barrierefreien Küche. Arbeitsflächen, Kochfeld, Küchengeräte und Schränke sollten so angeordnet sein, dass die Lauf- bzw. Fahrwege möglichst kurz sind. Auch sollte alles in der Küche in individuell bequemer Zugriffshöhe bzw. ergonomisch optimaler Arbeitshöhe leicht erreichbar sein. Liftsysteme können hier ebenfalls hilfreich sein.

Aufgrund der höheren Kosten lohnt sich die Planung und Anschaffung einer barrierefreien Küche vor allem für jene, die Wohneigentum besitzen. Aber auch in geeigneten Mietwohnungen, welche in dieser Form ausgestattet sind, ist der Einbau einer barrierefreien Küche realisierbar, denn mittlerweile haben sich auch Bauunternehmen im Rahmen von Betreutem Wohnen auf solche Projekte spezialisiert.

Das Küchenstudio gehört zu den Top-Adressen in Mecklenburg-Vorpommern und über die Landesgrenzen hinweg. Ihre individuellen Küchenwünsche lassen Geschäftsführer Matthias Petzold und seine sympathischen



(Foto: www.mp-kuechen-anklam.de / www.haecker-kuechen.de)

Mitarbeiter wahr werden. In der umfangreichen Küchenausstellung werden Küchen für jeden Geschmack und jedes Budget präsentiert. Ende letzten Jahres eröffnete Matthias Petzold seinen Anbau und erweiterte somit sein 300m² großes Küchenstudio um weitere 150m².

Eine barrierefreie Küche stellt besondere Ansprüche an die Küchenplanung, da sich die Küche an den individuellen Anforderungen von beeinträchtigten Menschen anpassen muss. Das Team von MP Küchen aus Anklam gibt Ihnen gern wertvolle Hinweise zur Planung von barrierefreien Küchen.

jetzt noch mehr Ausstellungsfläche

Jedem seine Traumküche!

MP KÜCHEN
Anklam

Einzigartig • Kreativ • Persönlich

5 JAHRE GARANTIE
0% FINANZIERUNG

Ihr **Miele**
IMMER BESSER
Fachhändler

MP Küchen

Johannes-Gutenberg-Str. 1 • 17389 Anklam
Telefon: 03971-2935815 • E-Mail: mp@kuechen.de • www.mp-kuechen-anklam.de
Öffnungszeiten: Mo – Fr 9.00–18.00 Uhr

Wenn Senioren Unterstützung im Alltag brauchen

Webportale vermitteln zwischen Senioren, Angehörigen und Senioren-Assistenten



Begleitung auf Augenhöhe: Geschulte Senioren-Assistentinnen finden Interessenten auf speziellen Vermittlungsportalen. (Foto: djd / Büchmann / Seminare / Michael Dicke)

In Deutschland werden rund 80 Prozent aller pflegebedürftigen Seniorinnen und Senioren in ihren eigenen vier Wänden betreut. Hierbei ziehen sie sowohl ambulante Pflegedienste als auch Unterstützung von Angehörigen heran. Weil diese Dienste sich meist auf die medizinische und pflegerische Versorgung konzentrieren, fallen dabei zahlreiche alltagsrelevante Aufgaben oftmals durchs Raster. Diese Dinge müssen stattdessen von Angehörigen übernommen werden: Sie stehen dabei vor der gewaltigen Herausforderung, die eigene Familie und den Beruf nicht zu vernachlässigen und sich fürsorglich um ältere Verwandte zu kümmern. Damit diese Aufgabe nicht zur Überforderung wird, gibt es spezielle Services wie die sogenannte Senioren-Assistenz. Sie soll Seniorinnen und Senioren ein Stück Lebensqualität zurückgeben und die Angehörigen entlasten.

Vermittlungsportal listet qualifizierte Helferinnen und Helfer auf

Die Senioren-Assistenz ist noch eine recht neue Dienstleistung in der nicht pflegerischen Alltagsunterstützung, die inzwischen in allen Bundesländern angeboten wird. Der Name macht sichtbar, dass es nicht um die Betreuung älterer Menschen geht, sondern um eine partnerschaftliche, assistierende Begleitung auf Augenhöhe. Den Seniorinnen und Senioren wird dadurch nicht nur Wertschätzung und Unterstützung zuteil, sondern auch die soziale Teilhabe am gesellschaftlichen Leben. Die Fachkräfte drücken den Menschen kein Programm auf, sondern schauen genau hin, was diese an Zuwendung benötigen und stellen sich darauf ein. Die 120-stündige qualifizierte Ausbildung zur selbstständigen Senioren-Assistentin und zum Senioren-Assistenten nach dem sogenannten Plöner Modell wurde von Ute Büchmann entwickelt. Geschulte Helferinnen und Helfer finden Interessenten auf dem Vermittlungsportal www.die-senioren-assistenten.de. Aktuell verzeichnet das Portal etwa 700

Einträge aus allen Bundesländern. Seniorinnen und ihren Familien ist es damit möglich, qualifizierte Helfer zu finden, während die Senioren-Assistentinnen die Chance bekommen, sich am Markt zu präsentieren und ihr Netzwerk zusammen mit Kolleginnen aus dem Portal auszubauen.

Regionales Netzwerk sorgt für Ersatz, wenn mal jemand ausfällt

Über das Vermittlungsportal entstehen zudem regionale Netzwerke, die eine kontinuierliche Unterstützung sicherstellen, auch wenn einmal eine Assistentin ausfällt. Die Ausbildungsstätten dieses Anbieters befinden sich in oder in der Nähe von Kiel, Hamburg, Düsseldorf, Leverkusen, Berlin und Nürnberg. Wer sich für eine Tätigkeit in der Senioren-Assistenz interessiert, findet unter www.senioren-assistentin.de alle Informationen rund um die Ausbildung.

djd



Die Senioren-Assistenz ist noch eine recht neue Dienstleistung in der nicht pflegerischen Alltagsunterstützung. Qualifizierte Helferinnen und Helfer sind auf speziellen Vermittlungsportalen zu finden. (Foto: djd / Büchmann / Seminare / Michael Dicke)



Täglich an Tabletten denken? Nimm's leichter mit unserer individuellen Wochenpackung!

Wer regelmäßig mehrere Medikamente einnimmt, muss darauf achten, alle Präparate in der richtigen Dosierung und zum richtigen Zeitpunkt einzunehmen. Das ist manchmal nicht einfach.

Dabei unterstützen wir Sie!

Hier in Ihrer Apotheke verpacken wir alle Ihre Tabletten für eine Woche individuell nach Ihren Einnahmezeitpunkten. Dabei kontrollieren wir natürlich, dass unbeabsichtigte Wechselwirkungen und Kontraindikationen unter den Medikamenten ausgeschlossen werden.

Wir sortieren Ihre Medikamente nach Ihren individuellen Einnahmezeitpunkten (nüchtern, morgens, mittags, abends, zur Nacht) für 7 Tage.

**Übrigens:
Auch interessant
für Pflegedienste!**



Apothekerin Katja Köhn

Heimversorgung · Manuelle Verblisterung
Marktplatz 2 · 17033 Neubrandenburg
Tel.: 0395 55 84 23 45 · Fax: 0395 55 84 23 46
Mail: heimbelieferung@pluspunkt-apotheke.de

Jubiläumsgewinnspiel

Wir feiern 15 Jahre Gesundheitsland Mecklenburg-Vorpommern – feiern und gewinnen Sie mit! Beantworten Sie bitte folgende Fragen, die Anfangsbuchstaben ergeben das Lösungswort.

Wie nennt man medizinisch die Fußpflege?	<input type="text"/>
Wie heißt das unterste Körperteil am menschlichen Körper?	<input type="text"/>
Wie nennt man die tiefste Art der Zuneigung?	<input type="text"/>
Was ist Senioren bis ins hohe Alter das Wichtigste?	<input type="text"/>
Was benötigen ältere Menschen häufig als Unterstützung?	<input type="text"/>
Überbegriff für Scooter?	<input type="text"/>



Schicken Sie Ihre Lösung mit dem Stichwort „15 Jahre Gesundheitsland MV“ bis zum **3. März 2024** an: nicole.duda@gmx.de – Absender und Telefonnummer bitte nicht vergessen!

Die Gewinner werden per Los ermittelt. Eine Barauszahlung ist nicht möglich. Der Rechtsweg ist ausgeschlossen. **Viel Glück und herzlichen Dank** an die Sponsoren!



Und das gibt es zu gewinnen:



- Hauptpreis:**
100,- € Gutschein
 im Fahrradhaus Wendt in Neubrandenburg


- 2. Hauptpreis:**
100,- € Gutschein
 im Sanitätshaus Wendt in Neubrandenburg


- 25,- € Gutschein**
 in der Apotheke „Zu den drei Rosen“ in Jarmen


- 20,- € Gutschein**
 bei der Pluspunktapotheke Neubrandenburg


- 20,- € Gutschein**
 vom Sanitätshaus Ostseewind in Jarmen


- 20,- € Büchergutschein**
 von der Strandbuchhandlung Zinnowitz


- 20,- € Tankgutschein**
 vom Autohaus Honda Lietze & Logall in Anklam


- Küchenwaage**
 von MP Küchen Anklam


- eine Kühltasche, zwei Trinkflaschen, eine Tasche,
 ein Fußpflege-Set und Lippenpflege**
 vom Sanitätshaus OTB


- Schreibset**
 vom Pflegedienst Pustebume24



GUTES TUN EINFACH MACHEN



// AMBULANTE PFLEGE



ADRESSE

SoPHi Greifswald GmbH
Heinrich-Hertz-Straße 20 b
17491 Greifswald

TELEFON & FAX

Zentrale: +49 3834 8040-111
Telefax: +49 3834 8040-199

ONLINE

Email: post@sophi-greifswald.de
Web: www.sophi-greifswald.de

MSP

Intensivpflege
GmbH

IHR FACHPFLEGEDIENST

*mit Spaß in der Pflege
und mit Herz
und Kompetenz.*

Organisation der
Überleitung in die
Häuslichkeit (Klärung
der Kostenübernahme,
Anpassung des Wohn-
raums)

Medizinische
Diagnostik,
Blutgasanalysen,
Atmungstherapie

Wundmanagement
durch Wundexperten –
Psychosoziale Betreuung
von Betroffenen und
Angehörigen

Häusliche Intensiv-
und Beatmungspflege für
Erwachsene und Kinder

Anleitung und
Beratung von Klienten
und Angehörigen,
Organisation von
Ergo-, Physio- und
Logotherapie

Dialyse für Bewohner
der von MSP betreuten
Wohngemeinschaften



24 Stunden Tag und Nacht
Rufen Sie uns an

MSP-Intensivpflege GmbH • Am Koppelberg 8, 17489 Greifswald
Tel.: 03834 - 831 86 36 • Fax: 03834 - 831 86 37
info@msp-intensivpflege.com • www.msp-intensivpflege.com