

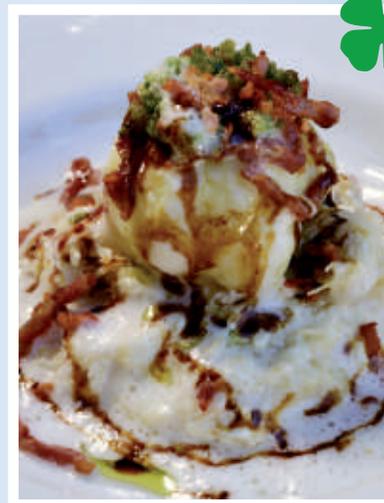
Pflegestation

sanitas GmbH



Wir sind für Sie da!

- ❁ VORSTELLUNG
Behandlungspflege S.4
- ❁ GUT AUFGEKLÄRT
Wohnraumanpassung S.5
- ❁ PANORAMA
Barrierefrei die
Tierwelt erleben S.8



REZEPT
Rahmkraut S.11





**Menschen
setzen Zeichen**

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



Alzheimer Forschung Initiative e.V. Kreuzstr. 34 · 40210 Düsseldorf
www.alzheimer-forschung.de

116 117
DIE NUMMER, DIE HILFT!
BUNDESWEIT.

Der ärztliche
 Bereitschaftsdienst
 der Kassenärztlichen
 Vereinigungen

Impressum

Das Pflegemagazin
 erscheint viermal jährlich.

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

Vertretungsberechtigter Geschäftsführer:
 Herr Norbert Otto Sehner

Herausgeberin & Ansprechpartnerin für Angehörige & Patienten:
 Pflegestation Sanitas GmbH
 Kaiserin-Augusta-Str. 86
 12099 Berlin
 Telefon 030-752 88 23
 Email: info@pflegestation-sanitas.de

Autoren dieser Ausgabe:
 Roger Becker, Martina Bließernich, Charlene Groß, Renate Jungkeit,
 Marcus Schröpfer

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

Gestaltung:
 Anja Kernbach, mail@anjakernbach.de

Druck:
 Barkow Druck Studio
 Rungedamm 18b
 21035 Hamburg

Fotos:
 Titelfotos © Pflegestation Sanitas GmbH
 S. 6,7 © KENGURU Inc.; S. 8,9 © Wuppertaler Zoo; S. 10 © Ianklatum - Fotolia.com; S.11 © Marcus Schröpfer; S. 13 © aleutie - Fotolia.com; S. 14 © Changing Places UK; S. 15 © ArjoHuntleigh; S. 18 © Pflegestation Sanitas GmbH

Quellenangaben:
 Ausführliche Quellenangaben zu allen Texten unter www.pflegestation-sanitas.de

Ausgabe: 01/2014

Auflösung Heft Ausgabe Nr. 04/2013:
 BETHLEHEM

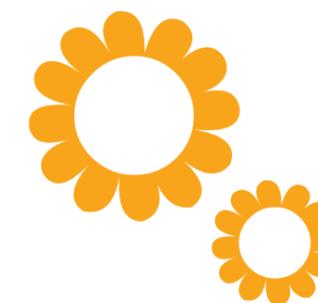
Liebe Leserinnen und Leser,

nach und nach hält nun der Frühling Einzug und mit den länger werdenden Tagen erscheint eine neue Ausgabe unserer Zeitschrift.

Neben einigen Frühlingseindrücken wollen wir Ihnen in dieser Ausgabe unter anderem erklären, was eine so genannte Behandlungspflege ist und wie wir Ihnen, falls notwendig, in Zusammenarbeit mit Ihrem Arzt diesbezüglich gerne behilflich wären.

Wie immer hoffen wir, Sie mit unserer Zeitschrift ein wenig unterhalten zu dürfen und wünschen Ihnen auf diesem Weg schöne, hoffentlich meist sonnige Frühlingstage.

Ihr Pflegeteam der Pflegestation Sanitas GmbH



Inhalt

04	Vorstellung Behandlungspflege	12 13	Gesundheits-Lexikon Schlafstörungen im Alter
05	Gut aufgeklärt Wohnraumanpassung	14 15	Tipps Toiletten für alle
06 07	Panorama Das Kenguru-Auto	16	Rätsel
08 09	Barrierefrei die Tierwelt erleben	18 19	Vorstellung Park mit Dame
10 11	Gesund und lecker Das Sauerkraut Rezept: Rahmkraut		





Behandlungspflege

Was ist das?

Unter einer **Behandlungspflege** versteht man **medizinisch orientierte Verrichtungen**, welche nicht über die Pflegeversicherung sondern über die **Krankenversicherung verrechnet** werden.

Zur **Verrichtung** einer Behandlungspflege braucht es eine **Verordnung** durch den behandelnden **Arzt** und eine **Genehmigung** durch die zuständige **Krankenkasse**.

Ausgeführt werden darf die Behandlungspflege nur durch **dreijährig examiniertes Pflegepersonal**.

Typische Verrichtungen der Behandlungspflege sind:

- ✿ **Medikamentengabe**
- ✿ **Injektion (z.B. Insulingabe)**
- ✿ **Kompressionsverbände oder –strümpfe an- bzw. ablegen**
- ✿ **Wundversorgung**

und andere **ähnliche Verrichtungen**.

Da der Pflegedienst die bewilligte Behandlungspflege **direkt** mit der **Krankenkasse abrechnet**, entstehen dem Versorgten keine Kosten, allerdings müssen die **Zuzahlungen für Medikamente** und **Verbandsmaterialien** natürlich auch hier getragen werden. Einige Krankenkassen erheben zudem noch **Verordnungsgebühren**.

Was und **wie oft** etwas bei der Behandlungspflege genau **geleistet** werden soll, wird vom behandelnden **Arzt** festgelegt. Die **Pflegekräfte** dienen hierbei also als **ausführendes Organ** des **Arztes**, mit dem **Ziel**, häufige **anstrengende Arztgänge** oder gar eine **stationäre Behandlung** zu **vermeiden**. Die **Behandlungspflege** wird immer dann **verordnet**, wenn der Patient nicht in der Lage ist, die **notwendige Behandlung selbst durchzuführen**.

Neben der **Absprache** mit den **Patienten** selbst ist hier also vor allem die **genaue Kommunikation** mit den behandelnden **Ärzten** notwendig, so dass eine **erfolgreiche** und **schnelle Behandlung** gewährleistet ist.

Nicht jeder Pflegedienst hat die **Berechtigung**, diese **Behandlungspflege** nach den **Qualitätsstandards**, die von den **Krankenkassen** festgelegt werden, zu leisten. Die **Pflegestation Sanitas** hat **zusätzlich zur Versorgung** über die Pflegeversicherung auch diese **Berechtigung**. **Gerne helfen wir Ihnen oder Ihren Angehörigen, sollten Sie im Zuge einer medizinischen Behandlung unserer Hilfe bedürfen**.

WOHNRAUMANPASSUNG

Ihr Anspruch auf Leistungen zur Wohnraumanpassung (§40 SGB XI)

Pflegebedürftige Personen, die Leistungen nach dem Pflegeversicherungsgesetz erhalten, haben Anspruch auf **Zuschüsse zu Maßnahmen**, die der **Verbesserung** des **individuellen Wohnumfeldes** dienen. Der Anspruch kann bei der zuständigen **Pflegekasse** mittels eines **Antrags** geltend gemacht werden.

Voraussetzung für die Gewährung des Zuschusses ist, dass durch die Maßnahmen die Pflege oder die **selbstständige Lebensführung** des Pflegebedürftigen erst möglich oder **erleichtert** wird. In der Regel **prüft** der **MDK** die **Notwendigkeit** der Maßnahmen. Die **Höhe** des Zuschusses hängt von den **Gesamtkosten** der **Wohnraumanpassung** ab. Pro Maßnahme darf der Betrag **2.557 EUR** nicht übersteigen, wobei die pflegebedürftige Person sich an den Kosten zu beteiligen hat. Der **Eigenanteil** sollte **ca. 10%**, jedoch **nicht mehr als die Hälfte** der monatlichen **Bruttoeinnahmen**, betragen.

Sollte nach einer wohnraumanpassenden Maßnahme eine **Verschlechterung** des **Gesundheitszustandes** der

pflegebedürftigen Person eintreten oder **nimmt** die **Pflegebedürftigkeit zu** (Höherstufung der Pflegestufe), kann eine **erneute**, erforderliche Maßnahme der **Wohnraumanpassung** bis zum **Höchstbetrag** von **2.557 EUR** bezuschusst werden.

Kann die vorhandene Wohnung nicht an die Bedürfnisse des Pflegebedürftigen angepasst werden und ist ein **Umzug erforderlich**, kann im Rahmen der **Umzugskosten** ebenfalls diese **Leistung beantragt** werden.

Maßnahmen der Wohnungsanpassung können z. B. sein: **Ein- und Umbau von Mobiliar, Türverbreiterung, Einbau einer Dusche** oder eines **Treppenlifters**. Auch technische Pflegehilfsmittel wie **Pflegebetten** oder **Hausnotrufgeräte**, können bei der **Pflegekasse** beantragt werden und werden von dieser verliehen oder **anteilig mitfinanziert**.

Wichtig: Erst **nach Bewilligung** der Leistung mit der **Baumaßnahme** beginnen, im Nachhinein erfolgt keine **Kostenübernahme**.

Das KENGURU-Auto

Dieses „Kenguru“ trägt Barrierefreiheit im Beutel

Autos, die speziell auf die **Bedürfnisse körperbehinderter** Menschen angepasst sind, sind nichts Außergewöhnliches mehr. Statt Pedale für die Füße verfügen diese z. B. über **Handgas** und **-bremse** oder bieten spezielle Ein- und **Aussteighilfen** für **Rollstuhlfahrer**. Ganz anders ist der **Kenguru**. Beim Kenguru sind nicht einzelne Elemente für Rollstuhlfahrer angepasst, sondern das **ganze Auto** kann einen **Rollstuhlfahrer** in sich **aufnehmen**. So wie ein richtiges **Känguru** sein Junges im **Beutel** trägt, so kann das Auto Kenguru einen ganzen Rollstuhl samt Fahrer in sich tragen.



Die **Idee** stammt nicht etwa aus Australien, nein, ursprünglich kommt sie aus **Ungarn**. Dort wurde das Auto von der Firma Rehab konzeptioniert, jedoch fehlte das nötige Startkapital, um damit in die Serienproduktion zu gehen.

In einem weit entfernten Land, im Texas-Städtchen **Pflugerville/USA** lebt **Stacy Zoern**, eine seit der Geburt **körperbehinderte** junge Frau, die auf einen Rollstuhl angewiesen ist. Mit **19** bekam Stacy ihr **erstes Auto**, welches auf **ihre Bedürfnisse angepasst** und stolze 80.000\$ teuer war. Leider beendete ein **Unfall** den Fahrspaß schon nach kurzer Zeit. Unzufrieden mit der Situation, wieder auf die Fahrdienste ihrer Freunde und Familie angewiesen zu sein, suchte Stacy im **Internet** nach **Innovationen** für die **Mobilität** von **Rollstuhlfahrern**. So stieß sie erstmals auf den **Kenguru**. Als sie **Kontakt** zur **Firma Rehab** aufnahm, bekam sie die enttäuschende Nachricht, dass der Prototyp aufgrund von **fehlenden Finanzmitteln** nicht produziert wird.



Stacys einzige Frage war damals: **Wie viel Geld** braucht ihr?

Innerhalb kürzester Zeit trieb Stacy die **zwei Millionen Dollar** über **Sponsoren** auf und brachte die **Produktion** ins Rollen. Nur **zwei Jahre später** ist die 30-Jährige **Unternehmerin** einer **Firma** mit **10 Mitarbeitern**. Bis heute entstanden über **30 Prototypen**, die mit Hilfe von Kundenfeedback immer **weiter entwickelt** wurden.



In **12-18 Monaten** ist die **erste Auslieferung** der Kengurus geplant. Interessenten können sich gegen einen kleinen **Pfandbetrag** auf **www.kenguru.com** einen Platz auf der **Warteliste** reservieren, denn es gibt bereits **hunderte Anfragen** aus der ganzen Welt.

Eckdaten:

Der **Kenguru** ist nur **2 Meter** kurz, fährt bis zu etwa **45 km/h** bei einer Reichweite von **110 km**. Die **Ladezeit** der **Batterie** beträgt **sechs bis acht Stunden**. Der Kenguru ist entweder mit einem **Lenker** wie bei einem Motorroller oder aber einer **Joystick-Lenkung** erhältlich. Und verglichen mit gängigen Autos, die für Rollstuhlfahrer umgebaut werden, schlägt der Kenguru mit etwa **25.000\$** weit weniger zu Buche.



Barrierefrei die Tierwelt erleben

Im Zoomobil durch den Wuppertaler Zoo



Bereits seit dem **Frühjahr 2006** gibt es im **Wuppertaler Zoo** das sogenannte **Zoomobil**, ein **Elektrofahrzeug**, mit dem **körperlich** eingeschränkte Personen sowie ihre Begleiter den **Zoo erkunden** können. Eine großzügige **private Spende** hat dies möglich gemacht. Dankbar haben **Zooschule** und **Zooverein** damals dieses Geschenk angenommen. Seitdem sind auch die **Gehege** im oberen Teil des Zoos für alle Gäste **gut erreichbar**.

Diese Fahrten werden als **Zooführung** angeboten, bei der es Informationen über den Zoo und seine Tiere gibt. In **anderthalb Stunden** führt die Fahrt bei **gemütlichem Tempo** kreuz und quer durch den Zoo. Selbstverständlich wird unterwegs **angehalten**, um einzelne Tiere **beobachten** zu können. Denn

wie sollte man sonst **Pina**, dem kleinen **Elefantenmädchen**, bei ihren Spielen in der Matschkuhle zusehen können oder **Wassja** und **Mandschu**, den beiden **Amur Tigern**, bei ihren Streifzügen durch das Gehege? Auch das ein oder andere **Foto** kann bei diesen Pausen entstehen.

Die **Fahrgäste** des Zoomobils, es sind maximal **sieben Personen**, kommen ins **Gespräch**, sie stellen **Fragen**, **beobachten** und **erzählen** von früheren Zoobesuchen und ihren Erlebnissen. Am Seelöwenbecken heißt es oft: „Hier habe ich mit meinen Kindern gestanden als sie klein waren“ oder am alten Elefantenhaus: „Wo sind denn die Elefanten jetzt und wo ist Lina, das Flusspferd?“ Übereinstimmend werden die **neuen, weitläufigen Gehege gelobt** und



mit **Interesse** hören die Fahrgäste den **Erläuterungen** zu. Mal sind es die kleinen **Geschichten** über einzelne Tiere, mal die **biologischen Erkenntnisse**, welche zum **Staunen** bringen.

Voller Freude erleben auch die Besucher und Besucherinnen aus **Seniorenheimen** eine solche Fahrt durch den Zoo. Sie **genießen** neben den „tierischen Eindrücken“ die **Kontakte** zu anderen Besuchern. Denn eine **Fahrt** auf dem **Zoomobil** ist **kommunikativ**: Kleine Kinder winken oder äußern lautstark ihren Mitfahrwunsch. Zoobesucher bleiben stehen, lassen das Zoomobil vorbeifahren und begrüßen die Mitfahrenden. Ältere Kinder überholen schnellen Schrittes den Wagen und werfen triumphierende Blicke auf das „**Zockelmobil**“, wie ein Schüler einmal anmerkte.

Für die Mitfahrenden ist das **Zoomobil** die **wunderbare Chance**, am Wuppertaler Zooleben **teilzuhaben**. Die zahlreichen Anmeldungen belegen das **große Interesse**. Seit dem Jahr **2011** verfügt der Zoo sogar über **drei** solcher **Elektroautos**. Wiederum haben **Spenden** den

Neuerwerb ermöglicht. In jedem **Zoomobil** finden **7 Gäste** ihren Platz. Neben **Gruppen** können sich auch **Einzelpersonen** anmelden und die **Rundfahrten** buchen. Weil die **Fahrten geplant** werden, schließlich müssen Fahrer oder Fahrerin zur Verfügung stehen und die Wagen müssen gut aufgeladen bereitstehen, ist eine **rechtzeitige Anmeldung** erforderlich. In den **Wintermonaten ruhen** die **Zoomobile**, da es dann in den offenen Wagen zu ungemütlich ist. Die **Saison beginnt** in der Regel im **April** und **endet** im **Oktober**.



Informationen zu den Kosten, den Terminen etc. erhalten Sie entweder telefonisch bei **Renate Jungkeit**: **0202-257 33 85** oder per Email: **Renate.Jungkeit@t-online.de**

DAS SAUERKRAUT

Unsere vergessene Naturarznei

Schon in den **ersten Jahrhunderten n. Chr.** glaubten die römischen Legionäre an die **gesundheitsfördernde Wirkung** des **Sauerkrauts** und setzten es auf den täglichen Speiseplan. Und auch der britische Seefahrer **James Cook** vertraute auf die Wirkung des **Sauerkrauts** und nutzte es in Verbindung mit **Zitronensaft** als **Heilmittel** gegen **Skorbut**, eine Krankheit, die Zähne faulen ließ und den Seefahrern Kraft und letztlich ihr Leben nahm.

Zwar konnte dem Sauerkraut die gesundheitsfördernde Wirkung zu dieser Zeit noch nicht nachgewiesen werden, jedoch waren die Vermutungen unserer Vorfahren nicht verkehrt.

Das **Sauerkraut** ist mit den vielen **gesunden Wirkstoffen**, die es enthält, **praktisch die beste einheimische Naturarznei**, die wir haben. Durch die **Gärung** des Krauts entsteht **Milchsäure**, welche sich vor allem **positiv** auf den **Verdauungstrakt** auswirkt. Zudem ist das Sau-



erkraut reich an **Vitaminen B 12, B 6, und B 3**, welche eine **positive Wirkung** auf unsere **Vitalität**, den **Knochenbau** und unseren **Herzmuskel** haben. Auch der **Gehirnstoffwechsel** wird durch die Vitamine angeregt.

Sauerkraut ist ebenso ein wichtiger Lieferant von **B 12**, welches normalerweise durch den Verzehr von Fleisch gewonnen wird. Somit ist das Sauerkraut ein **wichtiger Fleischersatz** bei vegetarischer Ernährung. Dem Sauerkraut wird durch den Wirkstoff **Acetylcholin** zudem eine **beruhigende Wirkung** auf das **vegetative Nervensystem** nachgesagt. Eine der jüngsten Erkenntnisse über das Sauerkraut ist die Substanz **Isothiocyanat**. Diese entsteht beim Vergären des Krautes und hat eine **abschwächende Wirkung** auf das **Wachstum von Tumoren**.

Egal ob roh, gebraten oder gekocht, täglich **150 g intensiv gekautes Sauerkraut** versorgen unseren Körper mit reichlich **Mineralien** und **Vitaminen**. Probieren Sie es aus!

RAHMKRAUT

Sauerkraut mit Schmand und Honig

1. Die **Butter** auslassen und die in Streifen geschnittene **Zwiebeln** zusammen mit dem **Speck**, den **Wachholderbeeren** und dem **Lorbeerblatt** anschwitzen.

2. Das **Sauerkraut** hinzugeben und mit dem **Wein** ablöschen.

Das **Kraut** langsam abgedeckt **köcheln** lassen bis es weich und gar ist. Den **Speck herausnehmen**.

Soviel **Schmand** hinzufügen, dass man eine rahmige Konsistenz erhält.

Mit **Honig** und **Salz** abschmecken.

Das Kraut soll nicht zu **süß** sein - der **Honig** wirkt nur als **Geschmacksverstärker**.

Dazu kann man sehr gut einen **Kartoffelknödel**, den man mit etwas **ausgelassenem Speck**, **Kräutern** und **Semmelbröseln** übergießt, servieren oder aber auch **weissfleischiges Fischfilet** z.B. Zander.

Bon appétit!



2 Pers.

RAHMKRAUT Sauerkraut mit Schmand und Honig

400g Sauerkraut
 0,2l Weißwein
 1 El Butter
 1 Zwiebel
 1 Stück Speck durchwachsen und geräuchert
 3 Wachholderbeeren
 1 Lorbeerblatt
 Salz
 0,2l Schmand
 2 El Honig



SCHLAFSTÖRUNGEN im Alter

Eine Analyse und wenige Verhaltens- und Verhältnisänderungen können helfen

Der **Schlaf** ist die **Energiequelle** für den Tag. Der **Bewegungsapparat** wird **entlastet**, indem die **Wirbelsäule** und die **Muskeln ruhen**. Das **Gehirn** kann das vom Vortag **Erlernete abspeichern** und ist **aufnahmefähig** für den **folgenden Tag**. Der Schlaf hat eine **große Bedeutung** für die **Leistungsfähigkeit** am Tag und eine Störung oder ein Mangel an Schlaf macht sich schnell bemerkbar.

Die benötigte **Schlafdauer** nimmt **im Alter** immer weiter **ab**, daher nimmt die Anzahl der an **Schlafstörung** leidenden Patienten nicht nur insgesamt, sondern besonders mit dem **Alter zu**.

Die weit verbreitetste Form der Schlafstörung ist die **Ein- und Durchschlafstörung**, auch **Insomnie** genannt. Diese Diagnose wird gestellt, wenn der Patient **mehrmals im Monat länger als 30 Minuten zum Einschlafen** benötigt oder die **gleiche Zeit** in der Nacht **wach** liegt. Die Betroffenen fühlen sich häufig am Tag sehr **ausgelaugt** und **erschöpft**, können aber trotzdem abends **nicht einschlafen**. Weitere Folgen können **Konzentri-**

onsschwächen, Reizbarkeit, Nervosität und gesteigertes Schmerzempfinden sein. Auch das **Immunsystem** ist **geschwächt**, wodurch die Betroffenen für **Infektionen anfälliger** sind. Bei einer starken Ausprägung der Insomnie kann es zu **schwerwiegenden psychischen Erkrankungen** kommen.

Um diesen Symptomen entgegenzuwirken, ist eine **Analyse der Ursache** nötig. Die **Symptome** werden in verschiedene Bereiche **klassifiziert**. Die häufigste **Ursache** ist **psychischer Natur**. So sind **Stress, emotionale Belastung** oder **Ärger** Gründe für eine Schlafstörung. Aber auch **organische Ursachen**, wie **Schmerzen, Herz-Kreislauf-Probleme** oder **hormonelle Störungen**, führen zur Insomnie. Zuletzt sind **äußere Einflüsse** wie **Licht, Lärm oder Medikamente** als störende Faktoren zu benennen. Besonders häufig sind **Medikamente** für Schlafstörungen bei **älteren** Menschen verantwortlich. Hier ist es wichtig, die **Medikamenteneinnahme** nicht aufzustocken, sondern die bereits verschriebenen auf die **Verträglichkeit** zu **überprüfen**.

Als weitere wichtige Maßnahme für die Therapie der Schlafstörungen ist die sogenannte „**Schlafhygiene**“. Dazu gehört:

- Die **Eignung** der **Matratze** überprüfen,
- **regelmäßige Schlafzeiten** einhalten,
- **Ruhe** und angenehme **Dunkelheit** im Schlafzimmer,
- **keine koffeinhaltigen u. alkoholischen Getränke** vor dem Schlaf konsumieren,
- auf einen ausgedehnten **Mittagsschlaf verzichten**,
- **Einschlaf-Rituale** einführen (z.B. immer 10 Min. ein Buch lesen)

Mit diesen **einfachen Methoden** besteht die Möglichkeit, der Insomnie effizient entgegenzuwirken. Außerdem können Maßnahmen wie die **progressive Muskelentspannung** helfen. Hierbei führt die **gezielte Anspannung** zu einer anschließend **verstärkten Entspannung**. Diese Technik ist sehr **leicht zu erlernen** und durchaus **effektiv**. Fragen Sie gerne unsere Mitarbeiter nach einer Anleitung in diesen Übungen.



Eine **anhaltende Insomnie** sollte zudem keinesfalls in ihrer Auswirkung unterschätzt werden. **Empfohlen** wird **ggf.** eine **Medikamenteneinnahme** nach eingehender **Analyse** des **Schlafverhaltens**, **Überprüfung** des **Schlafortes** und immer in **Absprache** mit einem **Arzt**.

„Toiletten für alle“ –

Sie können helfen, dass sich dieses Projekt ausweitet



Die **UN-Behindertenrechtskonvention** fordert unter anderem die **soziale Inklusion**, also in vollem Umfang an der **Gesellschaft teilhaben** zu können und dabei **Unabhängigkeit** und **Autonomie** zu wahren. Oftmals ist die Teilhabe am gesellschaftlichen Leben aber schon gar nicht möglich, weil es an der **Barrierefreiheit** mangelt. Nicht nur Treppen schließen betroffene Menschen aus. Benötigen sie „unterwegs“ eine **Toilette**, weil die **Einlage** gewechselt werden muss, so müssen sie die bittere Erfahrung machen, dass es für sie **keine Toiletten** gibt, die ihren **Bedürfnissen** gerecht werden. **Kurze Ausgehzeiten** von max. **1 bis 2 Stunden** sind oft die Folge.

Für uns ist es **selbstverständlich**, dass wir nicht nur zu Hause sondern auch **andernorts Toiletten** vorfinden. Auch **barrierefreie Toiletten** gibt es in der Öffentlichkeit entsprechend der **DIN-Norm 18040** immer häufiger. Doch die **Zielgruppe** der Menschen mit **schweren und mehrfachen Behinderungen** wird auch hiervon **ausgeschlossen**, sie können die

se Toiletten nicht nutzen. Neben Menschen mit **komplexen Behinderungen** sollen auch **alle weiteren Menschen**, die durch eine **Inkontinenz kein WC** benutzen können, wie z.B. Menschen mit hohem Querschnitt, Spina Bifida, Multipler Sklerose und altersdemente Menschen, von den neuen „**Toiletten für alle**“ profitieren.

Die **menschenunwürdige Situation**, dass Betroffene mühsam und oftmals unter größtem Kraftaufwand von ihren Begleitpersonen aus dem **Rollstuhl** heraus auf den **unhygienischen Boden** einer **herkömmlichen Toilette** gelegt werden müssen, um dort eine neue Einlage zu erhalten, soll zukünftig durch das Angebot von „**Toiletten für alle**“ abgeschafft werden.



Die **Idee** dazu bzw. ebenso die beispielhafte Umsetzung stammt aus **Großbritannien**. Bereits **2009** haben die Engländer **barrierefreie Toiletten** („Changing places“), die zusätzlich mit einer **höhenverstellbaren Liege** und einem (Decken-) **Lifter** ausgestattet sind und über eine **Raumgröße** von mindestens **12m²** verfügen, zum „**British Standard**“ (entspricht einer Din-Norm) gemacht.

Diesem Beispiel folgen nun auch die Deutschen. Dank einer **dreijährigen Projektförderung der Aktion Mensch** konnte das Wissenschafts- und Kompetenzzentrum der **Stiftung Leben pur 2013** die ersten beiden „**Toiletten für alle**“ in **München** eröffnen. In der **Obersten Baubehörde** in München sowie am **Flughafen** können Menschen nun in geeigneter Umgebung ihre Einlagen wechseln bzw. wechseln lassen.

Zukünftig wird eine **flächendeckende Versorgung** mit „**Toiletten für alle**“ in Rathäusern, Gemeindezentren, Touristeninformationen, Museen, Theatern, Fußballstadien, Flughäfen, Autobahnraststätten etc. angestrebt, um auch Men-



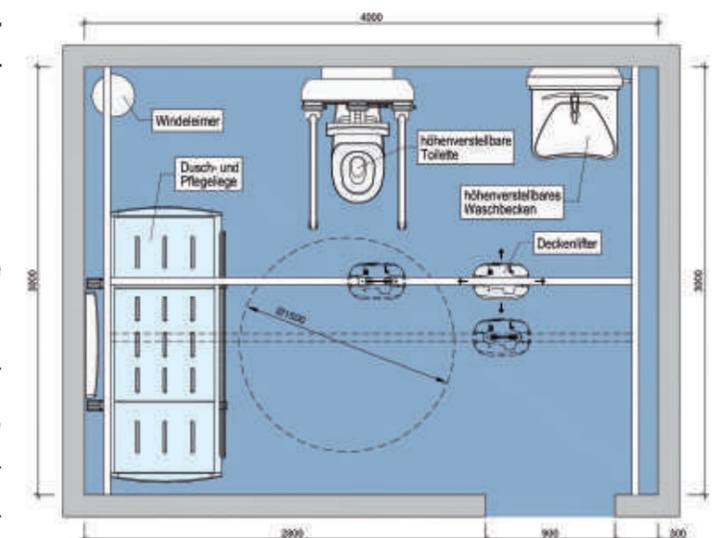
schen mit **schweren und mehrfachen Behinderungen** und **Inkontinenz** die **Partizipation** an **Kultur- und Freizeitangeboten** und das **Reisen** zu erleichtern. Sie können **helfen**, indem Sie uns aktuelle **Neubauvorhaben** im öffentlichen Bereich wie z.B. Einkaufszentren oder Umbauten von Museen **nennen**. Wir werden uns dann für die dortige Entstehung einer Toilette **einsetzen**.

Kontakt und weitere **Informationen**
Stiftung Leben pur

Projekt „**Toiletten für alle**“
www.stiftung-leben-pur.de

E-Mail: michalitsch@stiftung-leben-pur.de

Tel. **089/ 357481-18**





Park mit Dame

Es ist, als würde alles aufwachen

Ich sitze auf der **Parkbank** und neben mir eine **Dame**, deren Alter sich nur schwer schätzen lässt. Noch trägt sie den **schweren dunklen Mantel** des **Winters**, doch lange wird sie ihn nicht mehr brauchen. Ich vermute, sie füttert sonst die Vögel im Park, doch sind im Augenblick noch keine Vögel hier.

Auch die **Blumen** sehe ich noch nicht sprießen und doch spürt man sie bereits, fast so, als könne man den **Frühling riechen**. Also atme ich tief ein und sehe mich um. Auch an den Menschen rings her erkennt man diesen **Jahresaufbruch**. Die Leute **gehen langsamer, offener**, man kann in ihre **Gesichter** sehen und meint zu erkennen, dass sie ihn auch schon **spüren**, den **Frühling**.

An den **Bäumen** noch kaum ein grünes Blatt, jedoch ganz zart und fein bereits **erste Knospen**. Ich fürchte, sie brechen im nächsten **Windstoß**, doch das tun sie nicht, denn sie sind gekommen, um zu bleiben und uns dann die noch so ferne **Hitze** des **Sommers** mit ihrem **Schatten** zu erleichtern. Bald schon

wird alles **erblühen** für ein paar kurze Tage, und alles **bunt**, und all das **Grün** noch **hell** und **frisch** wie **neugeboren**, und genau so ist es ja auch.

Mein **Rundblick** gleitet nun zurück zur **Dame** und ich stelle fest, dass sie mich auch **betrachtet**. Sie **lächelt** und ich lächle zurück. „**Es ist so, als würde alles aufwachen**“, sage ich zu ihr. Versonnen nickt sie und sieht zum Himmel. Ohne sich umzuwenden sagt sie: „**Bald kommen auch die Vögel zurück**.“, und nach kurzer Pause noch wie zu sich selbst: „**Ich warte schon**.“



Hier einige unserer Leistungen im Überblick

**Wir sind rund um die Uhr für Sie erreichbar.
Rufen Sie uns an, und vereinbaren Sie einen Beratungstermin, oder
kommen Sie bei uns vorbei. Wir helfen Ihnen gerne weiter**

Häusliche Krankenpflege

- ✿ Injektionen / Infusionen
- ✿ Medikamentengabe & Überwachung
- ✿ Wundversorgung / Verbände
- ✿ An- / Ausziehen von Kompressionsstrümpfen

Grundpflege

- ✿ Körperpflege
- ✿ Hilfe bei der Nahrungsaufnahme
- ✿ Krankenbeobachtung
- ✿ An- & Auskleiden
- ✿ Mobilisation
- ✿ Aktivierende Pflege

Häusliche Verrichtungen

- ✿ Wohnungsreinigung
- ✿ Wäschepflege
- ✿ Einkauf
- ✿ Botengänge
- ✿ Zubereitung von Mahlzeiten

Weitere Leistungen

- ✿ Familienpflege
- ✿ Urlaubs- & Verhinderungspflege
- ✿ Beratungsbesuche bei Bezug von Pflegegeld
- ✿ Psychosoziale Betreuung
- ✿ Begleitung außer Haus

Neben diesen grundsätzlichen Leistungen bietet sich noch eine Vielzahl anderer Möglichkeiten, wie unsere Hilfe aussehen könnte. Um solches zu klären, bedarf es eines persönlichen Beratungsgesprächs, zu dem wir Sie gerne einladen und ermutigen möchten.

Es bleibt an Ihnen, sich selbst ein Urteil über uns zu bilden, also lernen Sie uns kennen. Wir freuen uns, wenn wir Ihnen helfen können.

Pflegestation SANITAS GmbH
Kaiserin-Augusta-Straße 86
12099 Berlin-Tempelhof

Telefon: 030 / 752 88 23
Fax: 030 / 751 02 26
Mail: info@pflagestation-sanitas.de
Web: www.pflagestation-sanitas.de

Malteser Hausnotruf

Der Malteser Hausnotruf bietet Ihnen jederzeit Hilfe auf Knopfdruck. Wir leisten kompetenten Service und geben Ihnen Sicherheit in Ihren vier Wänden. In Kombination mit dem Rauchmelder bietet der Hausnotruf zusätzlichen Schutz.



Sind Sie interessiert? Dann rufen Sie uns an:
030 / 348 003 - 0 | www.malteser-berlin.de



Malteser
...weil Nähe zählt.



Pflegestation Sanitas GmbH
Kaiserin-Augusta-Straße 86
12099 Berlin – Tempelhof

Telefon: 030 / 752 88 23 Fax: 030 / 751 02 26

Mail: info@pflegestation-sanitas.de

Web: www.pflegestation-sanitas.de

Wir sind rund um die Uhr für Sie erreichbar!

Rufen Sie uns an und vereinbaren Sie einen Beratungstermin, oder kommen Sie bei uns vorbei. Wir helfen Ihnen gerne weiter.