

# GESUNDHEITSLAND MECKLENBURG-VORPOMMERN

Ihr Gesundheits- und Seniorenmagazin



# TAG FÜR TAG. VON MENSCH ZU MENSCH.

...weil wir  
miteinander  
leben.



Wir begleiten zahlreiche Menschen in unterschiedlichen Lebenssituationen und geben professionelle Hilfestellung für alle Generationen. **Unsere Angebote in der Pflege sind zukunftsweisend und ganzheitlich vernetzt.**

Ein klares Plus für unsere Patienten: ob Ambulanter Gesundheitsdienst, Tagespflege, Betreutes Wohnen oder stationäre Pflegeeinrichtung – bei uns hat jeder die Chance seinen Platz zu finden.

## **AMBULANT.**

### **Ambulanter Gesundheitsdienst**

Unsere Pflegekräfte sind mobil unterwegs und unterstützen in der Häuslichkeit in dem Maße, wie es gebraucht wird.

In Neustrelitz | Röbel | Woldegk

## **TAGEWEISE.**

### **Tagespflege**

Gemeinsam verbringen wir einen strukturierten Tagesablauf in Geselligkeit, medizinisch versorgt in dem Umfang, wie es gewünscht ist.

In Malchow

## **BETREUT.**

### **Betreutes Wohnen**

Altersgerecht in der Kleinstadt leben, miteinander Zeit in der Gemeinschaft verbringen mit der Unterstützung, wie sie gewollt ist.

In Burg Stargard | Friedland | Neustrelitz | Wesenberg | Woldegk

## **STATIONÄR.**

### **Stationäre Pflegeeinrichtung**

Ein neues Zuhause finden mit einer Rund-Um-Betreuung, medizinisch und menschlich, und mit der Sicherheit, wie sie erforderlich ist.

In Neustrelitz | Waren (Müritz) | Wesenberg

## **SIE MIT UNS?**

Wenn Sie mehr über gute Arbeitsbedingungen, Anerkennung und ein gemeinsames Miteinander beim DRK erfahren möchten, dann bewerben Sie sich jetzt gleich.

**Wir freuen uns auf Menschen mit Kompetenz & Engagement.**



# Vorwort

## Liebe Leserinnen und Leser,

heutzutage sind immer mehr Menschen bis ins hohe Alter agil, gesund und selbstständig. Im Angesicht der demographischen Entwicklung sind der Wunsch im Alter, möglichst lange gesund zu bleiben, und insgesamt die Belange der älteren Generation von wachsender politischer und wirtschaftlicher Bedeutung für unser Land.

Auch deshalb möchte Mecklenburg-Vorpommern zum Gesundheitsland Nummer eins werden. Wir wollen die erste Adresse in Deutschland für diejenigen sein, die bis ins hohe Alter etwas für ihre eigene Gesundheit tun wollen und dafür attraktive Angebote mit hoher Qualität suchen.

Das Gesundheitsland Mecklenburg-Vorpommern bietet schon heute Beschäftigungschancen für viele Menschen. Derzeit gibt es etwa 136.600 Beschäftigte in der Gesundheitswirtschaft, davon knapp 70.000 in der stationären, teilstationären oder ambulanten Versorgung. Dieses erhebliche Wirtschaftspotenzial wollen wir weiter ausbauen.

Gesundheitsland wollen wir vor allem für die Menschen sein, die hier leben. Die Landesregierung hat einen Landesaktionsplan erarbeitet. Er legt wichtige Ziele, Strategien und Handlungsschwerpunkte für die Gesundheitsförderung und Prävention fest. Ein besonderer Schwerpunkt dabei ist „Gesund älter werden in Mecklenburg-Vorpommern“. Unser Ziel muss es sein, dass das Leben bis ins hohe Alter möglichst lange gesund und selbstbestimmt verbracht wird.

Mecklenburg-Vorpommern hat dafür mit seinen natürlichen Gegebenheiten, wie der sauberen Luft, Sole, Meerwasser, Moor oder Kreide, dem milden Reizklima der Ostseeküste und den sonnenreichsten Regionen Deutschlands sehr gute Voraussetzungen.



Harry Glawe  
Minister für Wirtschaft, Arbeit und Gesundheit

Der Mix an Angeboten kommt auch bei unseren Gästen gut an: Die Investitionen der vergangenen Jahre in die vorhandenen Übernachtungsmöglichkeiten sowie saisonverlängernde Maßnahmen machen sich immer mehr bemerkbar. Darauf ruhen wir uns nicht aus, sondern entwickeln die Vielfalt der Angebote weiter. Auch im Bereich des Gesundheitstourismus sind wir für Jung und Alt ein attraktives Reiseziel.

Vor den aktuellen großen Herausforderungen der Corona-Pandemie hat Mecklenburg-Vorpommern bisher gezeigt, dass durch umsichtiges Handeln viel gewonnen werden kann und ein Alltag mit gewissen Einschränkungen möglich ist. Die ältere Bevölkerung in unserem Land steht dabei besonders in unserem Fokus, um die Gesundheit zu schützen.

Insofern wünsche ich Ihnen, liebe Leserinnen und Leser, bleiben auch Sie gesund! Viel Freude bei der Lektüre des Magazins.

Ihr

Harry Glawe  
Minister für Wirtschaft, Arbeit und Gesundheit

# Inhaltsverzeichnis

Rauf aufs Rad .....	05
Digitale Vergrößerung – Elektronische Sehhilfen .....	06
Die AOK Nordost wird „Demenz Partner“ – nun auch digital .....	09
Biometrische Gleitsichtgläser für eine scharfe Sicht .....	10
Checkliste Pflege .....	14
Oase wohliger Entspannung .....	15
Der Leichte mit Komfort: vital carbon Rollator .....	16
Pflegedienst Gutezeit .....	20
Vitanas – Werde unser Pflegeheld .....	22
Neueröffnung Sanitätshaus Ostseewind .....	23
Kreiskrankenhaus Demmin .....	24
Fahrradhaus Wendt .....	26
Sanitätshaus Wendt .....	27
Gesund Leben Sanitätshaus .....	28
Pflege und Impfen gehören zusammen .....	29
So smart geht Wohnen heute .....	30
Ihr Partner in der Region – Immer gut versorgt .....	32
Neueröffnung Augenoptik Anica Zemlin .....	33
Die Silver Society mit ihren Best Agern .....	34
Training fürs Immunsystem .....	36
Auswahl genießen .....	37
Tipps Vorsorge und Rente .....	38
Sicherheit serienmäßig .....	40
Allianz Dollase .....	41
Kunst, Kultur und Schönes erleben in der Barlachstadt Güstrow .....	42
Warum in die Ferne schweifen, wenn das Schöne liegt so nah – Stettiner Haff .....	44
Gartenglück – Gefahr im Blick .....	45
Reportage: Lichtspiele zwischen Ostsee und Bodden .....	46
Landestourismusverband startet Kampagne „Das Schönste am Herbst“ .....	48
Koserow und seine Kurdirektorin .....	50
Ambulantes Hospiz .....	52
Schwellenloser Übergang .....	54

# Impressum

## IMPRESSUM

### Herausgeber:

DRUCKHAUS BORNA  
04552 Borna · Abtsdorfer Straße 36  
Tel.: 03433 207328 · Fax: 03433 207331  
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./Fax: 039997 13952  
E-Mail: nicole.duda@gmx.de  
www.pr-agentur-vorpommern.de

**Auflage:** 10.000 Exemplare

**Redaktionsschluss:** 30. August 2020

### Fotos:

detaillblick-foto – stock.adobe.com (Titel-foto); Alexander Koker (3); exquisite – stock.adobe.com (4); karstenkoch.de (16); Seidel Fotografie (19); Kzenon – stock.adobe.com (20); Halfpoint – stock.adobe.com (22); sepy – stock.adobe.com (24); BillionPhotos.com – stock.adobe.com (25); foto-oliverxfranke.de (37); Mandy Knuth (50, 1.+2. von unten); Andreas Dumke (50, 1.+2. von oben, 51); Kurverwaltung Koserow (51, 2. von oben); Jake Hellbach – Fotolia (52); soweit hier nicht genannt, die entsprechenden Autoren und Auftraggeber.

### Rechte:

Urheberrechtlich geschützt. Nachdruck der Beiträge – auch auszugsweise – sowie der vom Verlag gestalteten Anzeigen, nur mit schriftlicher Genehmigung des Verlages.  
© 2020



# Rauf aufs Rad

## Wie Senioren Gelenke und Muskeln sanft stärken können

(djd). Wer rastet, der rostet – und zwar mit zunehmendem Alter immer schneller. Junge Menschen spüren einige faule Wochen kaum, bei inaktiven Senioren schwinden die Kräfte jedoch schneller und sind schwerer wieder aufzubauen. Deshalb gilt es, aktiv zu bleiben. Dafür sollte man mindestens dreimal pro Woche eine Stunde Zeit einplanen. Gerade für ältere Menschen ist Radfahren ideal, denn es schont Kreislauf und Gelenke. Damit sich nach dem Training keine Schmerzen durch Muskelkater oder Krämpfe einstellen, sollte man sich vorher aufwärmen. Wichtig ist auch eine gute Magnesiumversorgung, gerade wenn man zu Wadenkrämpfen neigt. Ergänzend zur normalen Ernährung kann dann eine zusätzliche Gabe etwa mit Biolectra Magnesium sinnvoll sein. Infos gibt es unter [www.biolectra-magnesium.de](http://www.biolectra-magnesium.de).



Radfahren ist immer gesund – auch indoor. Auf dem Ergometer lässt sich die Belastung besonders gut kontrollieren (Foto: djd/Hermes Arzneimittel/www.imagesource.com)

### 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- & PFLLEGEDIENST**  
Grimmek GmbH

Mit uns lacht das **Herz** ♥

Ihr Ambulanter Pflegedienst für Pflege und Betreuung



### Ärztlich verordnete BEHANDLUNGSPFLEGE

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

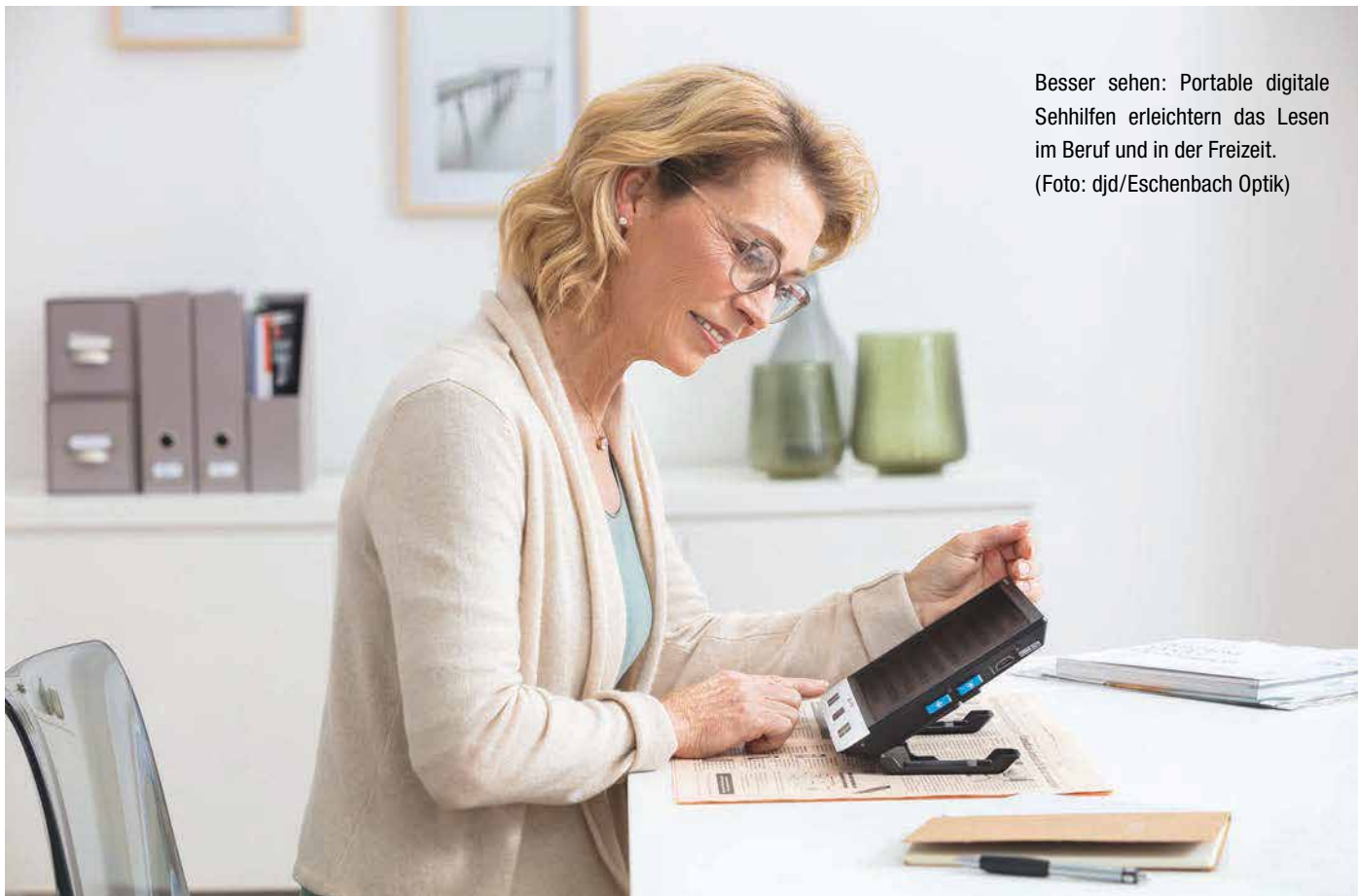
### EINFACH IN DEN BESTEN HÄNDEN

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

**Kontakt:** Büro Anklam  
Akazienstraße 44  
17389 Anklam  
Telefon: 03971 / 832196  
[krankenpflege.grimmek@t-online.de](mailto:krankenpflege.grimmek@t-online.de)

[www.pflege-grimmek.de](http://www.pflege-grimmek.de)



Besser sehen: Portable digitale Sehhilfen erleichtern das Lesen im Beruf und in der Freizeit.  
(Foto: djd/Eschenbach Optik)

## Digitale Vergrößerung

### Elektronische Sehhilfen erleichtern den Alltag bei verminderter Sehkraft

(djd). Das Auge ist eines unserer wichtigsten Sinnesorgane. Doch wie unverzichtbar gutes Sehen tatsächlich ist, wird vielen erst deutlich, wenn diese Fähigkeit eingeschränkt ist. Betroffen sind keineswegs nur Ältere, auch jüngere Menschen leiden unter einer verminderten Sehkraft, etwa in Folge einer Erkrankung oder nach einem Unfall. Gerade in unserer modernen Informationsgesellschaft ist es unerlässlich, auch eher kleine Darstellungen und Schriften gut lesen zu können. Für Abhilfe in Beruf, Studium, Schule oder Freizeit können digitale Sehhilfen sorgen.

#### Die passende Sehhilfe finden

Es gibt verschiedene elektronische Sehhilfen, alle Geräte verbinden dabei eine intuitive Handhabung mit der Möglichkeit hoher Vergrößerungen. Eine hochauflösende Kamera nimmt dazu Gedrucktes, von der Zeitung bis zum Beipackzettel, auf und überträgt die Inhalte in erheblich verbesserter Lesbarkeit auf ein Display. Einige Geräte können dank eines HDMI-Ausgangs für eine noch bessere Darstellung mit einem Fernseher oder Computer gekoppelt werden. Ein HDMI-Eingang ermöglicht es, mithilfe einer externen Videokamera entfernte Details live auf dem Display anzuschauen. „Entscheidend für die Auswahl des passenden Geräts ist stets der individuelle Vergrößerungsbedarf sowie das eigene Nutzungsverhalten“, erklärt Bernd Papsdorf, Sehhilfenberater bei Eschenbach Op-

tik. „Nutze ich die Sehhilfe nur zu Hause oder benötige ich ein tragbares Gerät? Will ich nur Gedrucktes lesen oder brauche ich das Gerät auch, um Präsentationen oder Vorlesungen folgen zu können?“ Aber auch andere Aspekte sollten bedacht werden, daher empfiehlt der Experte, bei einer verminderten Sehkraft stets eine individuelle Beratung bei einem Augenoptiker zu nutzen. Unter [www.eschenbach-sehhilfen.de](http://www.eschenbach-sehhilfen.de) gibt es weitere Informationen und die Möglichkeit, Ansprechpartner vor Ort zu finden.

#### Mehr Lebensqualität und Zusatzfunktionen für den Alltag

Digitale Sehhilfen werden kontinuierlich weiterentwickelt und bieten heute zahlreiche Zusatzfunktionen. Kompakte Sehhilfen eignen sich etwa für vielfältige Aufgaben bis hin zum Einkauf und sind im Alltag stets griffbereit. Einige Geräte können bis zu zwei Zeitungsspalten erfassen und weisen ein besonders großes Sehfeld auf. So ermöglicht etwa das portable elektronische Lesegerät visolux Digital XL FHD eine komfortable Darstellung auf dem Zwölf-Zoll-Bildschirm und eine bis zu 22-fache Vergrößerung. Dieses und auch andere Geräte bieten zudem eine Dynamic-Line-Scrolling-Funktion (DLS) für eine bessere Orientierung. So lässt sich der Bildausschnitt horizontal und vertikal verschieben, ohne das Gerät dafür bewegen zu müssen.



## *Wir machen mobil.* Getreu dem Motto

steht die Medicare für individuelle Hilfsmittelversorgung für fast jede Lebenslage. Wir bieten Ihnen fachlich fundierte Beratung und flexible Lösungen abgestimmt auf Ihre Bedürfnisse. **Über 25 Jahre Erfahrung bürgen für Qualität.**

Selbstverständlich steht das Wohlergehen der Kunden im Mittelpunkt unserer Arbeit. Unsere Hilfsmittel sollen Ihnen das Leben erleichtern und Freiräume schaffen. Wir schaffen in Ihrem Interesse praktikable Lösungen. Unsere **qualifizierten Mitarbeiter** beraten Sie gern auf Ihren Wunsch auch in der häuslichen Umgebung.

Wir stellen Ihnen unser breites Angebot auf den Gebieten **Home Care, Orthopädietechnik, Schuhtechnik und Rehatechnik** zur Verfügung. In unseren Sanitätshäusern stehen wir Ihnen an 9 Standorten in Mecklenburg-Vorpommern mit Rat und Tat zur Seite. Benötigen Sie nur kurzzeitig Hilfe, so verfügen wir über einen breiten Pool an Hilfsmitteln zur Miete.

**Unsere Spezialgebiete sind Stoma- und Wundversorgung, individuelle Orthesen und Prothesenfertigung, Versorgung mit orthopädischen Maßschuhen als auch lymphatische Kompressionsversorgungen.**

Sind Sie sportlich aktiv? In unserem **Lauflabor** in **Malchin** erhalten Sie eine individuelle **Lauf- und Ganganalyse** inklusive persönlicher Auswertung. Dies kann helfen, Fehlbelastungen zu erkennen und erleichtert Ihnen die Wahl geeigneter Sportschuhe.

In **Neubrandenburg** verfügen wir über **modernste Messtechnologien** zum berührungslosen Vermessen von Bandagen und Kompressionsstrümpfen.

**Auch in Zukunft sind wir der Ansprechpartner, wenn es um Ihre Gesundheit geht.**

### HEMOCARE · ORTHOPÄDIETECHNIK · SCHUHTECHNIK · REHATECHNIK



Sie finden uns:

4 x in Neubrandenburg, Malchin, Waren, Malchow, Anklam, Neustrelitz

**kostenlose Hotline: 0800 433 533 633**

**[www.medicare.de](http://www.medicare.de)**

## PfiFf-Programm

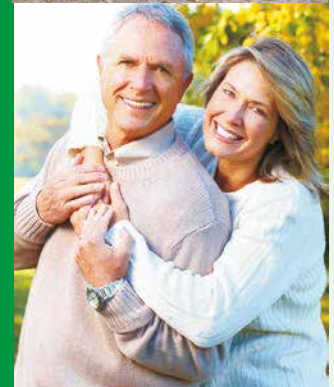
# Pflege in Familien fördern

Wie lernt man praktisch zu pflegen?

Oft fühlen sich pflegende Angehörige alleine gelassen und stehen plötzlichen Ausnahmesituationen im Pflegealltag hilflos gegenüber. Dies verstärkt sich in der Zeit der Corona Pandemie.

- Digitale Pflegekurse gibt es als Onlineangebot mit möglicher Teilnahmebescheinigung.
- Vor-Ort-Pflegekurse finden in Kooperation mit Krankenhäusern, Rehakliniken und Vorsorgeeinrichtungen statt.
- In ergänzenden PfiFf-Schulungen werden besondere Inhalte vermittelt, z. B. zu Schluckstörungen.
- Für die Beratung von Pflegenden Familien wird eng mit den kostenfreien und neutralen Pflegestützpunkten zusammen gearbeitet.
- Mit der Corona Pandemie wurde eine telefonische PfiFf Sprechstunde eingerichtet. Individuelle Terminvereinbarung: **0800 265080-31541** (kostenfrei), Montag bis Freitag von 08:00 - 16:00 Uhr.
- Auf der PfiFf Internetseite wird Fachwissen ganz praktisch dargestellt. Angehörige erhalten wertvolle Tipps, Filme und weitere Informationen zu unterstützenden Leistungen.

Das Programm „PfiFf“ ist unabhängig von der Kassenzugehörigkeit und kostenfrei.





# Die AOK Nordost wird „Demenz Partner“ – nun auch digital

„Demenz Partner“ ist die Initiative der Deutschen Alzheimer Gesellschaft e.V. und knüpft an die Aktivitäten der weltweiten Aktion Dementia Friends an. In einer, für 90 Minuten konzipierten Schulung, wird das Wichtigste über die Krankheit vermittelt, um die breite Öffentlichkeit von jung bis alt für das Thema zu sensibilisieren. Durch die Initiative wurden mittlerweile bundesweit über 61.000 Bürger/-innen zum „Demenz Partner“ geschult, darunter auch Politiker/-innen, Musiker/-innen und Künstler/-innen. Die Teilnehmenden werden über Anzeichen und Symptome von Demenzerkrankungen informiert und sensibilisiert. Zudem wird den Teilnehmern gezeigt, wie man im Alltag erkrankten Menschen und deren Angehörige am besten zur Seite stehen und ihnen helfen kann.

Mit einer Auftaktveranstaltung im Sommer 2017 startete die AOK Nordost – Die Gesundheitskasse ihre Kooperation mit der Initiative „Demenz Partner“. Inzwischen wurden 1.380 Mitarbeiter/-innen aus allen Bereichen der AOK Nordost zu Demenz Partnern geschult, unter ihnen auch Berater/-innen der 74 neutralen und kostenfreien Pflegestützpunkte in Berlin, Brandenburg und Mecklenburg-Vorpommern. Bei der AOK Nordost erfolgt die Schulung inzwischen auch digital, u. a. über eine aufgezeichnete Videoschulung,

an der bereits 390 Interessierte teilnahmen. In Landkreisen und Kommunen gibt es inzwischen für alle Interessenten viele regionale Kursangebote, sowie seit 2019 einen kurzen Erklärfilm zur Initiative „Demenz Partner“. Alle Angebote können auf der Internetadresse gefunden werden.

„Demenz gilt als eine der größten Herausforderungen in der Pflege. In Zeiten der Corona Pandemie nun noch mal mehr. Durch die Schulungen sensibilisieren wir nicht nur allein für die Symptome und können – ob privat oder im Beruf – entsprechend reagieren. Wir können so auch die Menschen in unserer Umgebung darauf aufmerksam machen, sie unterstützen, ihnen sagen, dass sie sich frühzeitig an die Pflegestützpunkte oder die Alzheimer-Beratungsstellen wenden können und so dazu beitragen, dass pflegebedürftige Menschen mit Demenz besser verstanden werden.“, sagt Katharina Graffmann-Weschke, Leiterin der AOK Pflege Akademie. „Für viele von uns ist Pflege mittlerweile nicht nur ein Thema, das uns allein im Beruf beschäftigt. Ob in der eigenen Familie, im Freundes- oder Bekanntenkreis, viele erleben, dass



Dozentin Bärbel Theis bei einer online Demenz Partner Schulung (© AOK Pflege Akademie)

die Unterstützung von Menschen mit Demenz während der Corona Pandemie noch mal ganz andere zusätzliche Herausforderungen bedeutet. So sind z. B. Besuche in stationären Pflegeeinrichtungen deutlich eingeschränkt worden. Wie kann man Bewohner/-innen mit Demenz verständlich erklären, dass sie nun nicht mehr regelmäßig besucht werden können oder draußen einen Spaziergang machen dürfen?“, so Katharina Graffmann-Weschke. Die bereits erreichte Anzahl an „Demenz Partnern“ innerhalb der AOK Nordost versteht die Gesundheitskasse als Motivation, noch weit mehr ihrer Beschäftigten dafür zu gewinnen, um den Betroffenen und deren Angehörigen mit Toleranz und Mitmenschlichkeit zu begegnen und an einem gemeinsamen Verständnis für Demenz gegenüber Kunden/-innen, wie auch unter Kollegen/-innen zu arbeiten.

## • Weitere Informationen unter

[www.demenz-partner.de](http://www.demenz-partner.de) und [www.pflegeakademie.aok.de](http://www.pflegeakademie.aok.de)

# Biometrische Gleitsichtgläser für eine scharfe Sicht

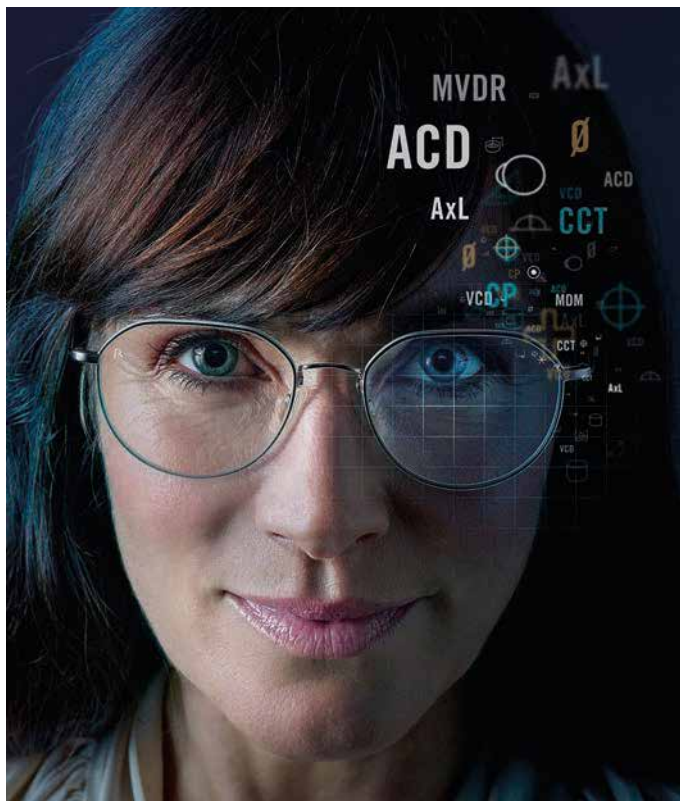
## Expertentipps für den Kauf einer Gleitsichtbrille

(djd). Bei den meisten Menschen verschlechtert sich das Sehen mit etwa 45 Jahren, das Auge braucht dann Unterstützung. Am besten eignet sich dafür eine Gleitsichtbrille. Sie ermöglicht eine stufenlose Sicht im Nah-, Mittel- und Fernbereich. Je genauer die Brillengläser zum Auge passen, desto schärfer ist die Sicht. „Biometrische Gleitsichtbrillen etwa basieren auf der Biometrie des gesamten Auges – dazu gehören Augenlänge und mehrere tausend Datenpunkte, die direkt in die Brillenglasproduktion einfließen“, erklärt Rodenstock-Experte Frank Dekker, Vice President DACH. Kommen dagegen Standardmodelle zur Berechnung zum Einsatz, passen laut Experte 98 Prozent der Brillengläser nicht perfekt zum Auge.

• Mehr Infos dazu gibt es unter [www.rodenstock.de/bigvisionforall](http://www.rodenstock.de/bigvisionforall).

Biometrische Gleitsichtbrillen basieren auf der exakten Vermessung des Auges und der Berechnung eines individuellen, biometrischen Augenmodells.

(Foto: djd/Rodenstock GmbH München)



## 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 sowie Caterer durch Sie frei wählbar



Haus am Dom  
in Greifswald

Haus Josefine  
in Jarmen

„Zukunft planen, heißt ganz bewusst auch das Älterwerden planen – offen, sorgfältig und bedacht mit Familie und nahestehenden Personen. Denn wer dem Leben stets seinen Lauf gegeben hat, sollte nicht im Alter damit aufhören, eigene Spuren zu hinterlassen. Treffen Sie frühzeitig die Wahl Ihres Altersruhesitzes. Entscheiden Sie sich für Qualität und entscheiden Sie mit uns für Ihre individuelle Zukunft in unseren schönen Betreuten Wohnen.“

**KONTAKTIEREN SIE UNS: Tel.: 039 997 109 69**

• 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



## Ganzheitlich zu Hause pflegen

Die Erhaltung der Selbstständigkeit und Entscheidungsfreiheit sind Grundlage für ein zufriedenes Leben. Ihre vertraute Umgebung und Ihre Privatsphäre sind ein Teil Ihrer Lebensqualität. Mit unserem Familienunternehmen unterstützen wir Sie, trotz alters- oder krankheitsbedingter Einschränkungen, ein selbstbestimmtes Leben in den eigenen vier Wänden führen zu können. Dabei ist es unser oberstes Ziel als Pflegedienst, ein höchstes Maß an Entlastung, Wohlbefinden und Eigenständigkeit für Sie und Ihre Angehörigen zu bewirken und zu erhalten.

Wir arbeiten eng mit Ärzten, Sanitätshäusern, Apotheken und Medizinproduktberatern zusammen, um für Sie eine optimale Pflege- und Versorgungssituation zu gewährleisten.

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

Unterstützung ist das A und O

Nutzen Sie jetzt Ihre **kostenfreie** Pflegeberatung

• **Grundpflege**

Hilfe bei der Körperpflege | Hilfe im Haushalt/ Hauswirtschaft | Zubereiten von Mahlzeiten | Hilfe bei der Ernährung | Betreuungsleistung, wie Spaziergänge, Vorlesen, Spielenachmittage, Demenzbetreuung | Einkaufen

• **Medizinische Behandlungspflege**

Medikamentengabe | Wundversorgung | Kompressionsstrümpfe an- und ausziehen | Diabetesmanagement | Injektionen | Blutdruckkontrollen | Überleitungs- und Nachsorgepflege nach einem Krankenhausaufenthalt bis zur vollständigen Genesung

• **Hauswirtschaftliche Versorgung**

• **Verhinderungspflege**  
 • **Beratungseinsatz** nach §37 Abs. 3 SGB  
 • **Unterstützung zu Hause** u.v.m.



**Liebe Leserinnen und Leser,**

in Deutschland werden immer mehr Menschen zu Hause gepflegt. Dabei tragen vor allem die pflegenden Angehörigen die Hauptlast der Pflege. Der Wunsch vieler älterer Menschen, möglichst lange zu Hause leben zu können, wird damit möglich gemacht.

Ihre aufopferungsvolle Pflege wird häufig zu einem Vollzeitjob und zu einer enormen seelischen und körperlichen Belastung. Ein ambulanter Pflegedienst/Sozialstation kann mit unterschiedlichen Angeboten die Angehörigen entlasten.

Insbesondere als Diakonie ist es uns ein wichtiges Anliegen, dass die pflegebedürftigen Menschen und deren Angehörige im Alltag Entlastung und Unterstützung erhalten.

**Ihr Pflegeteam der Diakonie Sozialstation**

Die Diakonie wurde erstmals 2017 nicht nur von Schülern, sondern auch von den „Young Professionals“ unter die Top 100 Arbeitgeber Deutschlands gewählt! So arbeiten in unseren Sozialstationen motivierte und engagierte Pflegekräfte, die ihre Arbeit gerne verrichten und die Diakonie als fairen Arbeitgeber erleben. Die Motivation unserer Mitarbeiter zeigt sich ganz besonders in der Zufriedenheit unserer Klienten. Die Qualität unserer Beratungen, unserer Betreuung und unserer Pflege wird bereits von vielen pflegebedürftigen Menschen und Angehörigen geschätzt. Sie können sich gerne unverbindlich mit uns in Verbindung setzen und sich zum Thema Pflege und Betreuung mit uns beraten!

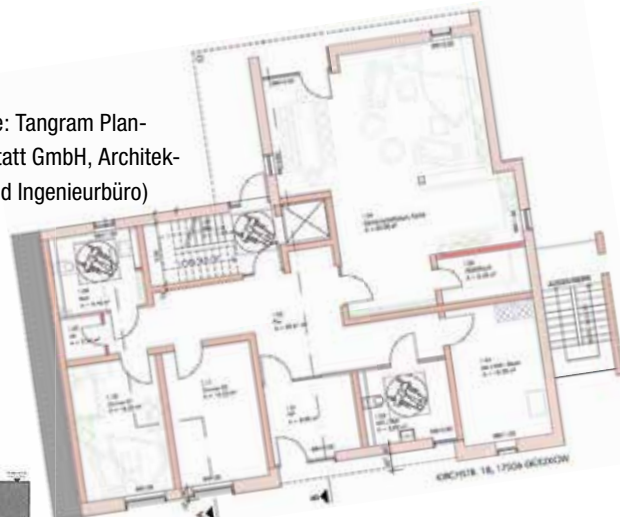
- **Gützkow, Kirchstraße 12, ☎ 038353 / 214**  
*Ambulante Pflege, Ambulante Wohngemeinschaft*
- **Jarmen, Demminer Str. 55, ☎ 039997 / 10 3 65**  
*Ambulante Pflege, Betreutes Wohnen*
- **Loitz, Lange Straße 60, ☎ 039998 / 12 0 87**  
*Ambulante Pflege, Betreutes Wohnen, Wohngemeinschaft in Loitz und Demmin, Betreutes Wohnen und Ambulante Wohngemeinschaft in der Baustr. 39 – 41 in Demmin*

Die Anzahl unserer Klientinnen und Klienten wächst stetig. Unsere Pflegeteams brauchen aus diesem Grund Unterstützung, sie brauchen weitere Kolleginnen und Kollegen. Wenn Sie, so wie wir, Freude an der Arbeit mit und für Menschen haben, an einer Mitarbeit interessiert sind oder gar diesen Beruf erlernen möchten, sind Sie bei uns genau richtig. Sie können sich gerne mit uns in Verbindung setzen, um sich zu informieren.

## Nach Loitz und Demmin gibt es nun auch in Gützkow eine Ambulante Wohngemeinschaft für Menschen mit erhöhtem Pflege- und Betreuungsbedarf



(Quelle: Tangram Planwerkstatt GmbH, Architektur- und Ingenieurbüro)



Seit August 2020 ist eine neue, ambulant betreute Wohngemeinschaft in Gützkow für zwölf neue Bewohnerinnen und Bewohner bezugsfertig.

Diese Wohngemeinschaft ist für Menschen mit erhöhtem Pflege- und Betreuungsbedarf gedacht, die nicht mehr alleine leben möchten oder können. Sie ist barrierefrei und kann eine gelungene Alternative zu einer stationären Einrichtung sein.

Wie in einer WG üblich, hat jeder Bewohner sein eigenes Zimmer mit eigenem Schlüssel, welches mit eigenen Möbeln eingerichtet wird. Selbstverständlich ist auch ein eigener Telefon- und TV-Anschluss vorhanden. Insgesamt bietet die Wohngemeinschaft Platz für 12 Bewohner. Die Zimmer haben alle ein großes Fenster. Es gibt mehrere Bäder, die sich die Bewohner teilen und einen großen Gemeinschaftsraum, der gerne zu jeder Stunde genutzt werden kann. Dort können die Mahlzeiten gemeinsam zubereitet und eingenommen werden, außerdem können dort andere, gemeinsame Freizeitveranstaltungen stattfinden. Den Bewohnern steht es frei, sich jeder Zeit auf das eigene Zimmer zurückzuziehen, wenn der Wunsch nach Ruhe besteht. Ob gemeinsam oder zu individuellen Zeiten gegessen wird, richtet sich nach den Vorstellungen der Bewohner. Diese Wohngemeinschaft bietet die Chance, dass auch Menschen mit Pflegebedürftigkeit selbstbestimmt leben können. Pflegenden Angehörige werden entlastet und können jeder Zeit ihre Angehörigen besuchen. Sie können sich ebenso aktiv an der Tagesgestaltung beteiligen und, wie es ihre zeitlichen Ressourcen erlauben, Einfluss auf die Tagesgestaltung nehmen.

Für die Bewohnerinnen und Bewohner kann die Wohngemeinschaft im Laufe der Zeit zu einer vertrauten Umgebung werden.

### Was ist dafür notwendig?

Es bedarf eines **Mietvertrages**, in dem die Anmietung des eigenen Zimmers und des Anteils für die Gemeinschaftsflächen geregelt ist.

Weiterhin wird ein **Pflegevertrag** mit einer ambulanten Pflegeeinrichtung geschlossen, um die Pflege und Betreuung zu sichern. Das gilt für Leistungen der Pflegeversicherung und eventuell notwendigen Behandlungspflegen.

Mittels **Servicevertrag** werden zusätzliche Angebote vereinbart, die, wie sich der Bewohnerrat entscheidet, z. B. auch die Anwesenheit einer Präsenzkraft zusätzlich zu den Pflegezeiten ermöglicht.

Der Bewohnerrat entscheidet über den Einzug neuer Bewohner und hat sich auf eine gemeinsame Haushaltskasse geeinigt. Die Präsenzkraft unterstützt das gemeinsame Wirtschaften, den Einkauf von Lebensmitteln, Haushaltsmitteln usw. und bei Bedarf auch die Gestaltung der Tage.

Die Entscheidung für eine WG setzt voraus, dass sich der Bewohner mit anderen Bewohnern arrangieren kann und möchte. Diese ambulante Wohnform ermöglicht es, die Qualität der Versorgung stärker zu beeinflussen als in anderen Wohnformen.

So Sie mehr erfahren möchten, informieren wir Sie gern in einem unverbindlichen Gespräch. Um Ihnen einen angemessenen Zeitrahmen für das Gespräch zu bieten, bitten wir um eine Terminabsprache.

### Ihre Ansprechpartnerinnen:

Frau D. Buntrock für Gützkow  
☎ 038353 / 214 ✉ [buntrock@diakonie-peene.de](mailto:buntrock@diakonie-peene.de)  
Diakonie-Sozialstation Gützkow  
Kirchstr. 12, 17506 Gützkow

Frau H. Schröder für Loitz und Demmin  
☎ 039998 / 12 0 87 ✉ [schroeder@diakonie-peene.de](mailto:schroeder@diakonie-peene.de)  
Diakonie-Sozialstation Loitz  
Lange Str. 60, 17121 Loitz

**[www.diakonie-peene.de](http://www.diakonie-peene.de)**

# Checkliste Pflege

## So planen Betroffene und Angehörige richtig – plus: Hilfe von der Krankenkasse



**Gemeinsam entscheiden:** Die Krankenkassen beraten jederzeit zu allen Fragen rund um die Pflege – auch dann, wenn noch kein aktueller Bedarf besteht. (Foto: djd/IKK classic/Getty Images/Dean Mitchell)

(djd). Das Thema Pflege ist ein Bereich, in dem man gut vorsorgen kann – eigentlich. Doch die meisten beschäftigen sich erst damit, wenn jemand aus der Familie pflegebedürftig wird. Dabei kann man einige Dinge bereits im Vorfeld klären. „Viele wissen gar nicht, dass eine kostenlose Beratung jederzeit möglich ist“, sagt Maren Soehring von der

**Vielfalt:** Die Krankenkassen kennen die Pflegeeinrichtungen der Region und helfen, wenn es darum geht, Angebote zu vergleichen.

(Foto: djd/IKK classic/Getty Images/shapecharge)



IKK classic. „Es ist wirklich sinnvoll, sich in Ruhe und ohne Zeitdruck über die unterschiedlichen Aspekte zu informieren.“ Auf diese Punkte kommt es an:

**1. Überblick verschaffen:** Wäre die Pflege zu Hause denkbar? Dafür spricht, dass Betroffene in ihrer vertrauten Umgebung bleiben können. Infrage kommt die Pflege durch Angehörige, durch einen Pflegedienst oder auch ein Pflegearrangement mit Einzelkräften. Alle drei Formen werden von der Pflegekasse durch Pflegegeld oder monatliche Pflegesachleistungen unterstützt. „Ist die Pflege zu Hause nicht möglich, kann eine Wohngruppe eine Alternative zur vollstationären Pflege sein“, weiß Maren Soehring. Der Vorteil einer Wohngruppe ist, dass Bewohner dort Leistungen zusammen in Anspruch nehmen können und dadurch Geld sparen.

**2. Infos zum Pflegegrad:** Wird akut Pflege benötigt, übernimmt der Medizinische Dienst der Krankenkassen (MDK) die Einstufung des Pflegegrades und ermittelt, wie hoch der Pflegebedarf ist. Bis Ende September 2020 geschieht diese Einschätzung allerdings nicht während eines persönlichen Besuchs im häuslichen Umfeld, sondern – bedingt durch Corona – anhand von Telefoninterviews oder auch nach Aktenlage.

**3. Den finanziellen Spielraum kennen:** Über die Pflegekasse wird das monatliche Pflegegeld ausgezahlt. Es liegt zwischen 316 (Grad 2) und 901 Euro (Grad 5). Meist geben es die Pflegebedürftigen an die nicht erwerbsmäßigen Pflegenden weiter. Es wird auch dann ausgezahlt, wenn man in Eigenregie eine Pflegekraft beschäftigt. Entscheidet man sich für einen Pflegedienst, beteiligt sich die Pflegekasse über sogenannte Pflegesachleistungen (bis zu 689 Euro beziehungsweise bis 1995 Euro).

**4. Durchblick im Pflege-Dschungel:** Auch hier hilft die Krankenkasse weiter. „Etwa durch Listen über Leistungen und Vergütungen der zugelassenen Pflegeeinrichtungen in der Region“, erklärt Expertin Maren Soehring. Die Plattform pflegelotse.de nennt darüber hinaus Anbieter von Pflegeleistungen in der Nähe und gibt in Form von Schulnoten Auskunft über deren Qualität.

**5. Hilfe für Angehörige:** ob ein kostenloser Kurs zu häuslicher Pflege, Infos zur Freistellung vom Beruf oder Kontakt zu anderen pflegenden Angehörigen – hierzu kann man sich ebenfalls im Vorfeld schlau machen. Viele Informationen und weiterführende Links finden Interessierte unter [www.ikk-classic.de/checkliste-pflege](http://www.ikk-classic.de/checkliste-pflege).

# Oase wohliger Entspannung

Massagesessel können in Senioreneinrichtungen und im Privatbereich eine gesunde Abwechslung sein

(djd). Ältere Menschen leiden überdurchschnittlich oft unter Rücken- und Gelenkbeschwerden. Massagesessel können deshalb sowohl in Senioreneinrichtungen als auch im

Privatbereich zu kleinen Oasen wohliger Entspannung werden. Der Massagesessel Primera Senior etwa wurde von der Firma Allgäuer Massagetechnik speziell für den Einsatz in

Senioren- und Altenheimen entwickelt. Bei regelmäßiger Anwendung kann er mit seinen ergonomisch hochgesetzten Armlehnen und der verkürzten Sitzfläche Rückenleiden vorbeugen und erste Beschwerden lindern. Das zehninminütige Massageprogramm durchwahlt, dehnt und lockert vom Lenden- bis in den Hals-Nacken-Bereich alle Muskeln und Wirbel. Alle Informationen und eine Bestellmöglichkeit gibt es unter [www.der-manufakturstore.de](http://www.der-manufakturstore.de).

Die regelmäßige Nutzung eines Massagesessels kann Verkrampfungen und Verspannungen lösen. (Foto: djd/Allgäuer Massagetechnik/Studio One Shot/Sebastian Vogel)



## 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- & PFLLEGEDIENST  
Grimmek GmbH

**Betreutes Wohnen**  
Mit uns lacht das Herz ♥

Ihr Ambulanter Pflegedienst für Pflege und Betreuung



## Ärztlich verordnete BEHANDLUNGSPFLEGE

- Wundversorgung und Verbandswechsel
- Medikamentengabe
- Infusionen und Injektionen
- PEG-Versorgung
- Dekubitusbehandlung
- Katheterpflege und Blasenpumpungen
- 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  
[krankenpflege.grimmek@t-online.de](mailto:krankenpflege.grimmek@t-online.de)

[www.pflege-grimmek.de](http://www.pflege-grimmek.de)

# Der Leichte mit Komfort

## vital carbon Rollator auf Basis des Testsieger-Modells von 2019



### Neuer RUSSKA Rollator vital carbon plus

Leicht und komfortabel ist der neue RUSSKA Rollator vital carbon plus mit weichen Rädern. Dieses Modell verbindet das leichte Gewicht des Carbon-Rahmens des Testsieger-Modells von 2019 mit der Abfederung von Stößen durch weiche Reifen. Wer besonders aktiv ist und den Rollator immer dabei haben möchte, für den ist ein besonders leichtes Modell wie der vital carbon plus genau das Richtige. Seine weichen Räder federn Unebenheiten ab und erhöhen so den Fahrkomfort. Die besondere Form der Taschenhalterung ermöglicht zusätzlich ein bequemes Tragen des gefalteten Rollators. Besondere Hingucker sind das schicke Design und die elegante Optik der Carbonfasern. Praktische Details sind die reflektierenden Außennähte der Tasche und die innenliegenden Seitentaschen, die sich teilweise mit Reißverschluss sichern lassen. Durch den Carbonrahmen ist der Rollator besonders leicht, aber stark belastbar.

- Besonders leichtes Gewicht: ca. 6 kg
- Einfache Höheneinstellung der ergonomischen Handgriffe mit Nummerierung und großen Schraubköpfen
- Erhältlich in zwei Sitzhöhen

Quelle / Foto: RUSSKA

## Wir können mehr als Standard

### Überzeugen Sie sich selbst

### 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

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

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

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

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

Hannes-Meyer-Platz 7  
18146 Rostock  
Tel.: 0381 / 60 02 201

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

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

Rudolf-Breitscheid-Straße 87  
17089 Friedland  
Tel.: 039601 / 20473

[www.otb.info](http://www.otb.info)  
[www.gesundheitsgmbh.de](http://www.gesundheitsgmbh.de)





„Niemand liebt das Leben  
wie einer, der alt wird.“



Foto: Olesia Bilkei - Fotolia



## UNSERE PFLEGELEISTUNGEN FÜR SIE IM ÜBERBLICK:

- » *Behandlungspflege (gem. SGBV)*
- » *Pflege bei Demenzerkrankungen*
- » *Grundpflege (gem. SGB XI.)*
- » *Persönliche Betreuung*
- » *Pflege bei künstlicher Ernährung*
- » *Kostenlose Beratung in allen Fragen der Pflege*
- » *Apotheken- und Behördengänge*
- » *Organisation von Arztbesuchen & Transportservice*
- » *Vermittlung von Friseur & Fußpflege*
- » *Organisation von orthopädischen Heil- & Hilfsmitteln*
- » *Planung diverser Feierlichkeiten*
- » *Arrangement von Ausflügen und Theaterbesuchen*



**Pflegeambulanz**  
- Studier -

Neuer Markt 9 in 17126 Jarmen » Telefon: 039 997 109 69 » E-Mail: [info@pflege-studier.de](mailto:info@pflege-studier.de)

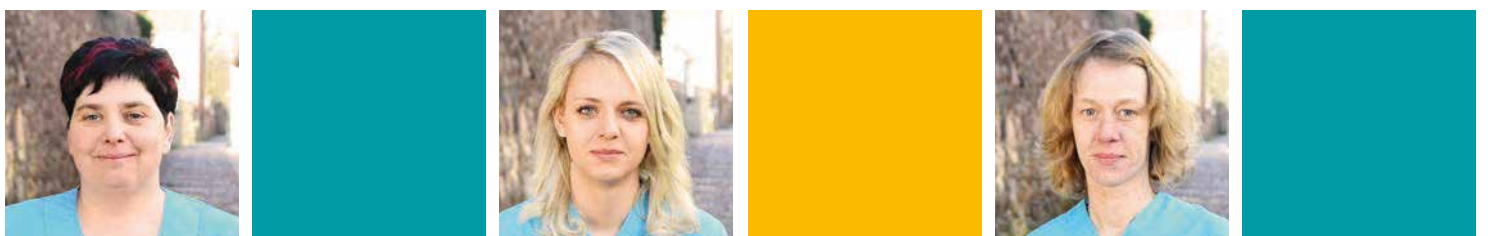
**WWW.PFLEGE-STUDIER.DE**



*Wir sind*  
**wilma.**  
*der pflegedienst*

[kontakt@wilma-pflegedienst.de](mailto:kontakt@wilma-pflegedienst.de)

Tel.: 0395 570 833 13





## Tagespflege „franz & frieda“

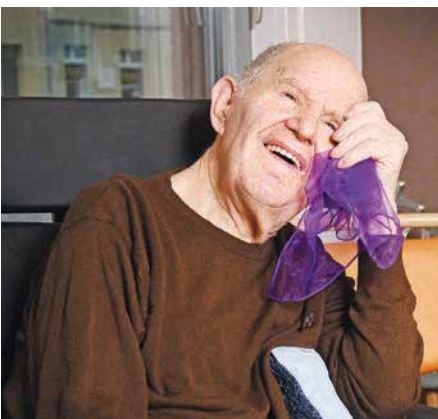
seit November 2019 in Neubrandenburg

Ihr zweites Zuhause für mehr Lebensqualität in bester Gesellschaft:

- 7 Tage die Woche von 08:00 bis 16:45 Uhr
- liebevolle, qualifizierte Betreuung
- vielfältige gemeinsame Aktivitäten
- gesunde, schmackhafte Vollverpflegung
- verschiedene medizinische Angebote
- täglicher Fahrdienst
- geeignet für Gäste der Pflegestufe 1 bis 4

Spielen, bewegen, basteln, backen, spazieren gehen, gemeinsam feiern – hier fühlt man sich wie Zuhause.

**Tagespflege „franz & frieda“ Behmenstraße 1 • Tel. 0395 56837525**



# 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 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 teil werden 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 Kooperation mit dem MSP-Intensivpflegedienst und Essen auf Rädern. Seit einigen Jahren betreibt der Inhaber in Gützkow eine Tagespflege.

Im nächsten Jahr wird der Pflegedienst Frank Gutezeit seinen Firmensitz in die Mühlenstraße in Anklam verlegen. Auch hier ist geplant, im kommenden Jahr eine Tagespflege entstehen zu lassen.

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 Pflegeheim 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 entsteht ein Objekt mit 3 Wohngruppen für Menschen mit Demenz und anderen Beeinträchtigungen.

**Tagespflege Gützkow**

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:**  
Lindenstr. 17, 17389 Anklam  
Tel./Fax: 03971 / 2412229  
Mobil: 0176 / 117389-01 und -04

**Tagespflege:**  
Kirchstr. 16, 17506 Gützkow  
Tel.: 038353 / 669941

# MSP-Intensivpflege GmbH

## Kompetente Pflege mit Herz

24 Stunden Tag und Nacht  
*Rufen Sie uns an*



Leben mit großen gesundheitlichen Einschränkungen wie z.B. Erkrankungen, welche einen künstlichen Atemwegs-zugang, eine Beatmung oder eine Dialyse notwendig machen, erscheinen den meisten Menschen noch immer unvorstellbar.

Mit der Weiterentwicklung der Medizin und damit der Behandlungsmöglichkeiten hat sich parallel seit den 90er Jahren der Bereich der außerklinischen Intensivpflege entwickelt und gibt den betroffenen Menschen die Möglichkeit, trotz großer gesundheitlicher Einschränkungen ihr Leben wieder zu leben.

Intensivpflegedienste wie MSP haben sich auf die pflegerische und therapeutische Versorgung von intensivpflegebedürftigen und beatmeten Patienten spezialisiert. Die dortigen Mitarbeiter sind Krankenpfleger oder Altenpfleger, teilweise mit Zusatzqualifikationen wie zum Beispiel „Fachkraft oder Pflegeexperte für außerklinische Intensivpflege“, Fachkrankenpfleger und „Atmungstherapeut“.

Die Patienten 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. Zudem koordinieren sie die Hilfsmittelversorgung sowie die ambulanten Therapien.

Der Intensivpflegedienst MSP aus der Hansestadt Greifswald gründete sich 2014 mit fünf Mitarbeitern. Nach sechs Jahren beschäftigt der renommierte Intensivpflegedienst ca. 50 Mitarbeiter.

Pflegedienstleiter René Klüber und der Fachliche Leiter Alexander Sümnick, beides Atmungstherapeuten, betreuen zusammen mit kompetenten Kolleginnen und Kollegen Klienten, welche eine intensivpflegerische Versorgungsform benötigen, z.B. in einer Wohngruppe, in der Niels-Bohr Straße 23 in Greifswald mit sechs Plätzen, in welcher betroffene Menschen familiär zusammenleben. Dort besteht neben der Intensivpflege und Überwachung auch die Möglichkeit der Hämodialyse.



Darüber hinaus betreut das Team von MSP seine Klienten in einem Umkreis von 50 km im Raum Greifswald auch in der eigenen Häuslichkeit. Auch hier werden die Klienten von qualifizierten Mitarbeitern mit Erfahrung in der klinischen und außerklinischen Intensivpflege und entsprechenden Zusatzqualifikationen betreut.

Eine wichtige Voraussetzung für gute Pflege und Therapie ist Bildung. Und Bildung wird bei MSP ganz groß geschrieben. Neben den permanent erforderlichen Fortbildungen zu verschiedenen Themen rund um die Intensivpflege- und Therapie absolvieren in der Regel alle Mitarbeiter eine Basisqualifikation im Bereich der außerklinischen Beatmungs- und Intensivpflege. Dies ist notwendig, um den pflegerischen und medizinischen Herausforderungen im Alltag jederzeit kompetent begegnen zu können. Herr Sümnick führt weiter aus, dass die Mitarbeiter der MSP-Intensivpflege gern die angebotenen Möglichkeiten zur Fort- und Weiterbildung, und damit zur Weiterentwicklung, nutzen. Diese Zusatzqualifikationen werden in Kooperation mit externen Institutionen, wie z.B. den umliegenden Kliniken und Bildungsinstituten wie dem BIGS in Stralsund, realisiert.

Wichtigster Grundsatz von MSP-Intensivpflege 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 und die Energie, mit den anvertrauten Klienten das Leben bestmöglichst und lebenswert zu meistern.

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



# Vitanas – Werde unser PFLEGEHELD

Seit Jahren zeichnet sich ein stetig steigender Bedarf an gut ausgebildeten Fachkräften im Gesundheitswesen ab.

Um dem Fachkräftemangel entgegen zu wirken, ist in diesem Jahr 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 zukünftigen Pflegefachfrauen bzw. Pflegefachmänner 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 Altenpfleger 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 10-wöchigen Orientierungseinsatz. Anfänglich werden erst vor allem die elementaren Themen im Pflegealltag bearbeitet, später liegen die Schwerpunkte im Training von gutem Zeitmanagement, der Arbeit im interdisziplinären 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.

In unserem Haus warten engagierte Praxisbegleiter auf interessierte Auszubildende. Wer sich noch nicht sicher ist, ob dieser vielseitige und interessante Beruf der Richtige ist, kann in unserem Haus ein Praktikum absolvieren.



*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](http://www.vitanas.de/amtierpark)

# Neueröffnung Sanitätshaus Ostseewind

Wo sich Menschen für Menschen engagieren sind schließlich auch die sozialen Fähigkeiten des Unternehmens bedeutsam. Anfang Juni wurde das Sanitätshaus Ostseewind im Herzen von Jarmen eröffnet. In der Freundlichkeit, dem

wird sich selbstverständlich nach der entsprechenden Diagnose bzw. der ärztlichen Verordnung gerichtet.

Die Kompressionstherapie ist die Basis jeder Venenbehandlung und kann bei lymphatischen, venösen oder arteriellen Erkrankungen relativ schnell eine Verbesserung der Beschwerden bewirken. Die Kompression der Gliedmaßen durch Bandagen oder Kompressionsstrümpfe übt einen gleichmäßigen Druck auf die Venen aus. Das Blut kann so wieder schneller zum Herzen zurückfließen.

Ihre Zufriedenheit liegt uns am Herzen.



Einfühlungsvermögen und dem Gespür für Wünsche und Nöte, mit denen das neue Sanitätshaus mit Spezialisierung auf Kompressionsstrümpfe Kunden und Patienten begegnet, kommt die positive Einstellung zum Ausdruck.

Das junge Unternehmen bietet Kompressionsstrümpfe zur Behandlung von Lymphödem, Lipödem, Venenschwächen, Thrombosen und anderen Beschwerden an, sowie für die Schwangerschaft erhält der Kundin die passenden Strümpfe. Falls Sie nicht mobil sind, kommt das Sanitätshaus mit einer Vielzahl an Varianten ganz nach Ihren Anforderungen zu Ihnen nach Hause.

Alle Produkte werden direkt im Sanitätshaus oder bei Ihnen daheim individuell maßgenommen und ausgewählt. Dabei



**Wir kommen  
zu Ihnen  
nach Hause!**

## MEDIZINISCHE KOMPRESSIONSVERSORGUNG

### IN JARMEN UND BEI IHNEN ZU HAUSE

Zur Behandlung von Lymphödem, Lipödem, Venenschwächen, Thrombosen und anderen Beschwerden sowie Schwangerschaften, erhalten Sie im Sanitätshaus Ostseewind die passenden Kompressionsstrümpfe.

Unser Sanitätshaus in Jarmen und bei Ihnen zu Hause bietet Ihnen eine Vielzahl an Varianten ganz nach Ihren Anforderungen.

Hierzu gehören Ausführungen in Rundstrick und Flachstrick sowie die Kompressionsklassen 1 bis 4 von leichter bis hin zu starker Kompression.

Alle Kompressionsstrümpfe werden von uns in Jarmen und bei Ihnen zu Hause individuell für Sie Maß genommen und ausgewählt.

Dabei richten wir uns nach der entsprechenden Diagnose bzw. der ärztlichen Verordnung.

Tel.: 0178 / 9190-651 | Fax: 0395 / 36966-378 | E-Mail: sh-ostseewind@gmx.de | Dr.-Georg-Kohnert-Straße 13 | 17126 Jarmen  
in der Filiale oder bei Ihnen zu Hause nach telefonischer Vereinbarung | **Öffnungszeiten vor Ort in Jarmen: Montag + Donnerstag: 09:00 - 11:00 Uhr**



(Foto: ©sepy - stock.adobe.com)



## Kreiskrankenhaus Demmin

### Ausbau und Modernisierung gehen voran

Das Kreiskrankenhaus Demmin ist eines der fortschrittlichsten Krankenhäuser in Mecklenburg-Vorpommern. Neben modernsten medizinischen Geräten, bewährten Behandlungsmethoden und qualifiziertem Personal trägt auch eine lange Tradition des Hauses und eine behaglich, wohlige Atmosphäre zum guten Ruf des Krankenhauses bei.

Bereits seit 1546 wird in Demmin kranken Menschen geholfen, jedoch erst im Jahr 1900 wurde das heutige Kreiskrankenhaus eröffnet. Seitdem obliegt es dem ständigen Wandel der Zeit und somit der stetigen Entwicklung. Diese wird genutzt, um den Patienten eine qualitativ hochwertige Behandlung und einen angenehmen Aufenthalt zu gewährleisten.

So eröffneten im letzten Jahr auf rund 3.000 Quadratmetern eine Vielzahl an medizinischen Einrichtungen im Ambulanten Zentrum.

Im Zuge der jüngsten Erweiterung wurde auch ein Parkplatz mit ca. 25 bis 30 Plätzen geschaffen und den neu entstandenen Außenanlagen der Feinschliff verpasst.

Zusätzlich dazu wurde auch die Zufahrt zum Hauptgebäude erneuert – nach fast einem Jahr Bauzeit konnte diese im Juli 2019 durch Geschäftsführer Kai Firneisen freudestrahlend freigegeben werden. Patienten

kommen nun noch schneller in die Notaufnahme des Krankenhauses. Rettungswagen fahren künftig durch einen Kreisel direkt auf die Rampe, halten somit unmittelbar vor dem neu erbauten Ambulanten Zentrum und erreichen durch einen breiteren Eingangsbereich die sich ebenfalls im Erdgeschoss befindliche Notaufnahme. Dies hat unter anderem den Vorteil, dass gerade Intensivpatienten, bei denen häufig auch Beatmungsgeräte oder andere notwendige Instrumente mitgeführt werden, besser ins Krankenhaus gelangen.

#### Neu entstandenes Ambulantes Gesundheitszentrum

Auf drei Etagen hat das Krankenhaus für rund 5,8 Millionen Euro ohne Fördermittel eine neue Einrichtung geschaffen, die eine Vielzahl an medizinischen Institutionen vereint – so unter anderem Augenarzt, Dialysezentrum, Apotheke, Chirurgie, Urologie sowie Optiker und Sanitätshaus. Durch den Sitz der einzelnen Praxen und Geschäfte in einem Haus, welches durch Durchgänge mit dem eigentlichen Krankenhaus verbunden ist, haben die Patienten besonders kurze Wege, um von einem Geschäft ins nächste zu gelangen.

Vorher am Demminer Hanseufer untergebracht, eröffnete mit der chirurg-



gischen Praxis Waldemar Skuza die erste Einrichtung am 1. Juli 2018 ihren Betrieb im neuen Gesundheitszentrum.

Wenig später, am 30. Juli 2018, nahm nach einem Komplettumzug die urologische Gemeinschaftspraxis Dres. Alexander Bendel, Thilo Schiller und Maik Pechoel ihren Betrieb auf. Die Praxis zeichnet sich unter anderem dadurch aus, dass Patienten nach ihrer Diagnose direkt therapiert und gegebenenfalls operiert werden können. Dafür stehen ihnen Belegbetten des Krankenhauses zur Verfügung. Dabei werden nicht nur praxiseigene Patienten operiert, sondern auch die des Krankenhauses selbst.

In der neu entstandenen Apotheke steht Hightech an oberster Stelle – so erledigt z.B. ein Roboter die Einlagerung der Medikamente. Dadurch bleibt den Mitarbeitern um Filialleiterin Marie Becher mehr Zeit, die Kunden ausführlich und professionell zu beraten.

### Zweiter Bauabschnitt des Erweiterungsbaus

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 Quadratmeter 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 Operationsaal 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 2021 abgeschlossen sein.

### Kreiskrankenhaus Demmin GmbH

Akademisches Lehrkrankenhaus der Universitätsmedizin Greifswald  
Wollweberstraße 21, 17109 Demmin

Telefon 03998 438-0  
Telefax 03998 438-1222  
kkh@kkh-demmin.de  
www.kkh-demmin.de



(Foto: ©BillionPhotos.com - stock.adobe.com)



# 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 Neubrandenburgs wird wir 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 Selbständige, Ihr Fahrrad im Fahrradhaus Wendt leasen.

## Welche Vorteile bieten die Elektrofahrräder 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 Elektrofahrrad 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 Elektrofahrräder ebenso geeignet.

In der Freizeit können Sie das Elektrofahrrad 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 Elektrofahrrädern.

## Service wird im Fahrradhaus Wendt groß geschrieben

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 kostenlos montiert. Natürlich 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

**Fahrradhaus  
WENDT**

### 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, Komplettreini-  
gung, Überprüfung der Verkehrssi-  
cherheit, 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: Mo - Freitag 8.00 - 18.00 Uhr . Samstag 8.00 - 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 groß geschrieben. 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

## 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
- Sanivita Online-Shop [www.sanivita.de/wendt](http://www.sanivita.de/wendt)

## Ihre Sanitätshäuser in Neubrandenburg und Pasewalk

**Sanitätshaus  
WENDT**

### Orion<sup>METRO</sup>

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<sup>METRO</sup> 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](mailto:info@wendt-gmbh.net) . Web: [www.wendt-gmbh.net](http://www.wendt-gmbh.net)



### Easy Rider<sup>2</sup>

Der modern sportlich gestaltete Easy Rider<sup>2</sup> ist ein Dreirad mit einem Sitz, der Ihnen deutlich mehr Unterstützung und Komfort bietet als ein herkömmlicher Sattel. Die niedrige Sitzereinheit 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 Rider<sup>2</sup> 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](mailto:info@wendt-gmbh.net) . Web: [www.wendt-gmbh.net](http://www.wendt-gmbh.net)

# Gesund Leben Sanitätshaus – Ihre Gesundheit in fachkundigen Händen

Arne Sandström betreibt seit mehreren Jahren die Schwedenapotheke in Stavenhagen, die Schwanen Apotheke in Malchin und die Rosenhof-Apotheke in Rosenow.

Vor fünf Jahren kam das Gesund Leben Sanitätshaus in Stavenhagen mit zwei Außenstellen in Loitz und Rosenow dazu und schnell wurde klar, dass diese Kombination viele Vorteile bringt. Kurze Wege für die Kunden und eine außerordentliche Kundenzufriedenheit.

Seitdem ist das Gesund Leben Sanitätshaus Ihr Versorgungsspezialist im Bereich Stavenhagen, Demmin und Loitz.

Das qualifizierte Fachpersonal ist durch laufende Fortbildung immer auf dem neuesten Stand der Versorgungsbereiche wie Orthopädietechnik, Rehathechnik, Epithesenversorgung, Bandagen und Kompressionsversorgung (phlebologisch – lymphatisch) und bietet Ihnen eine umfangreiche und freundliche Beratung.

Das Anmessen und Anpassen von Hilfsmitteln findet im Sanitätshaus statt, gerne aber auch im Hausbesuch, um weitere Versorgung zu besprechen.

Das Gesund Leben Sanitätshaus freut sich auf Ihren Besuch.



red



 <p><b>Schweden Apotheke</b> Tel.: (039954) 24 850 Werdohler Str.3 • 17153 Stavenhagen</p>	 <p><b>Schwanen Apotheke</b> Tel.: (03994) 23 96 47 Heinrich-Heine-Str. 39 • 17139 Malchin</p>	 <p><b>Rosenhof Apotheke</b> Tel.: (039602) 20 480 Stavenhagener Str. 25 • 17091 Rosenow</p>
<p>➔ <b>5 Teams</b>   ➔ <b>1 Ziel</b>   ➔ <b>Ihre Gesundheit</b></p>		
 <p>Tel.: (039954) 27 75 10 Werdohler Str.3 • 17153 Stavenhagen</p>		
 <p>www.gesundleben.de</p>		
		 <p>Tel.: (039998) 33 62 88 Außenstelle, Goethestr. 5 • 17121 Loitz</p>
		

# Pflege und Impfen gehören zusammen

## Alte, kranke Menschen benötigen besonderen Schutz vor Infektionen

(djd). Gegen durch Viren ausgelöste Atemwegserkrankungen wie die Grippe oder auch Covid-19 gibt es noch keine ursächliche Behandlung, der Körper muss die Erreger letztlich selbst in den Griff bekommen. Doch nicht jeder Mensch hat dafür ein ausreichend starkes Immunsystem. Gerade bei Pflegebedürftigen ist die Abwehr durch hohes Alter und zusätzliche Grunderkrankungen wie Diabetes oder Herz-Kreislauf-Leiden oft deutlich geschwächt. Schwere Krankheitsverläufe, Komplikationen wie Lungenentzündungen oder Herzinfarkte und sogar Todesfälle werden so wahrscheinlicher. Zusätzlich leben viele Betroffene in Alters- oder Pflegeheimen, wo durch andere Bewohner, Pflegepersonal und Besucher viele Ansteckungsmöglichkeiten bestehen.

### Nicht vergessen: Grippeimpfung im Herbst

Deshalb ist es sehr wichtig, die Risikogruppe der Pflegebedürftigen durch Impfungen so gut wie möglich vor Infektionen zu schützen. So sollte die jährliche Grippeimpfung keinesfalls vergessen werden – nicht nur in Heimen, sondern auch in häuslicher Pflege. Denn die echte Grippe, medizinisch Influenza genannt, ist eine ernste Erkrankung,

die jedes Jahr zu zahlreichen Krankenhauseinweisungen und Todesfällen führt. Besonders die Angehörigen sind hier gefragt, ein Auge auf ihre Lieben zu haben und – sofern die Impfung nicht vom Heim aus angeboten wird – im Oktober oder November für einen Termin zu sorgen. Dann kann der Impfschutz rechtzeitig vor dem Beginn der nächsten Grippewelle aufgebaut werden. Der schützende Pils ist in der Regel gut verträglich und senkt das Risiko einer Ansteckung oder eines schweren Verlaufes meist deutlich. In diesem Jahr kann er zudem im Falle eines erneuten Covid-19-Ausbruchs die Gefahr für einen Mix gefährlicher Infektionen verringern.

### Impfschutz für Pflegende nützt doppelt

Die Ständige Impfkommission (STIKO) empfiehlt die Grippeimpfung aber nicht nur für die Bewohner von Alten- und Pflegeheimen, sondern auch für das medizinische Personal und alle anderen Menschen, die für von ihnen betreute Risikopersonen zur Infektionsquelle werden könnten. Wer sich impfen lässt, folgt damit nicht nur dem ethischen Gebot, die ihm anvertrauten Pflegebedürftigen zu schützen, sondern tut gleichzeitig etwas für die eigene Gesundheit.

## Dat Hus is din und min

Seit dem 1. April 2013 gibt es den Pflegedienst „din & min“ in der Hansestadt Demmin, bei dem die Versorgung älterer, kranker und hilfsbedürftiger Menschen rund um Demmin und Umgebung gewährleistet wird. Einen Pflegedienst in Anspruch zu nehmen, bedeutet im ersten Moment, fremden Menschen die Tür zu öffnen und zu vertrauen. Gemeinsam mit Ihnen und Ihren Angehörigen werden unter Berücksichtigung der noch vorhandenen Selbstversorgungsmöglichkeiten Hilfen zur Alltagsbewältigung angeboten und organisiert. In uns finden Sie einen fairen Partner, der seine Leistungen an Ihren Bedürfnissen orientiert.

**Unser Pflegedienst bietet folgende Leistungen:**

- ♦ Tätigkeiten in jeder pflegerischen Lebenslage • Urlaubs- und Verhinderungspflege
- ♦ Kooperation mit allen Pflege- und Krankenkassen
- ♦ Hauswirtschaftliche Versorgung • Beratung
- ♦ Erstellen eines Leistungsangebotes / Kostenvoranschlag



*„Es geht nicht darum, dem Leben mehr Tage zu geben, sondern den Tagen mehr Leben.“*

*(Cicely Saunders)*

Mühlenstraße 30 • 17109 Demmin • Tel.: 03998 2856030 • Fax: 2856032 • Mail: [info@pflegedienst-din-min.de](mailto:info@pflegedienst-din-min.de) • [www.pflegedienst-din-min.de](http://www.pflegedienst-din-min.de)

# So smart geht Wohnen heute

## Für die Generation 60 plus bietet vernetzte Haustechnik viele Vorteile

(djd). Die Beleuchtung hört aufs Wort. Die Heizung weiß von alleine, zu welcher Uhrzeit sie morgens für kuschelige Wärme im Bad sorgen soll. Und die Kamera neben der Haustür schickt ein Livebild direkt aufs Smartphone, wenn es klingelt. Intelligente und vernetzte Technik für das Zuhause macht den Alltag bequemer und sicherer. Und zwar für jedes Alter: Die Systeme sind längst nicht mehr etwas nur für Technikbegeisterte, sondern für jedermann kinderleicht zu bedienen. Gerade für die Generation 60 plus bietet das Smart Home zahlreiche Vorteile. Schließlich wollen die meisten den Ruhestand so aktiv und so lange wie möglich in der vertrauten Umgebung des Zuhauses verbringen. Die clevere Haustechnik unterstützt dabei, indem sie den Bewohnern viele Alltagsaufgaben abnimmt und das Leben in den eigenen vier Wänden erleichtert. Übrigens nicht nur im Eigenheim, sondern auch in einer Mietwohnung.

### Der konkrete Nutzen entscheidet

Schon heute gibt es zahlreiche Lösungen etwa für eine smarte Beleuchtung, zur Heizungssteuerung oder für mehr Sicherheit, die sich einfach nachrüsten lassen. Die Bedienung erfolgt auf intuitive Weise per Smartphone oder noch einfacher per Sprachbefehl. Das Studieren dicker Bedienungsanleitungen ist also überflüssig. Wichtig für den Einstieg ins Smart Home sei es laut E.ON vor allem, sich zunächst über die eigenen Bedürfnisse klar zu werden. Bei der Auswahl der Technikkomponenten sei man gut beraten, stets den konkreten Nutzen im Blick zu haben. Zudem empfehle es sich, darauf zu achten, dass die Systeme später erweiterbar sind und sich miteinander vernetzen lassen.



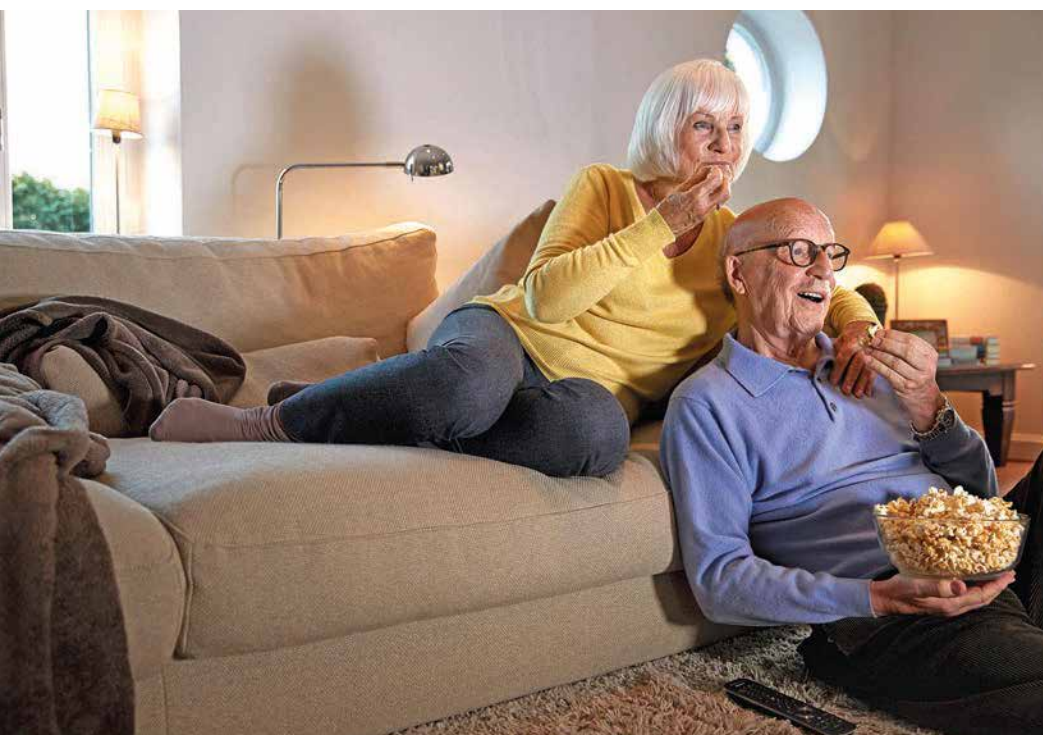
Gerade für die Generation 60 plus bieten smarte Lösungen, die sich einfach im Zuhause nachrüsten lassen, zahlreiche Vorteile.

(Foto: djd/E.ON)

Bei der Planung hilft etwa der interaktive Smart-Home-Produktberater unter [www.eon.de](http://www.eon.de), der Schritt für Schritt zu einer individuellen Empfehlung führt.

### Smart Home macht den Alltag bequemer und sicherer

Clevere Alltagshelfer gibt es heute bereits für viele Bereiche: Smarte Glühbirnen und Steckdosen etwa lassen sich bequem per Smartphone oder über Sprachassistenten wie Alexa steuern und programmieren. Eine intelligente Heizungssteuerung lässt sich auf dieselbe Weise bedienen, bietet aber auch automatische Funktionen. So wird das Nachregeln der Heizung überflüssig, da zur jeweiligen Tageszeit die gewünschte Temperatur von selbst gehalten wird. Der Haustürschlüssel kann nicht mehr verloren gehen oder entwendet werden, da smarte Türschlösser per App funktionieren. Für mehr Sicherheit sorgen auch intelligente Türklingeln und eine Kamera neben dem Eingang. Und schon heute wird an weiteren Ideen getüftelt, die den Alltag in Zukunft noch sicherer machen dürften. Ein Beispiel dafür: Sensor-Fußböden, die Stürze erkennen und automatisch Hilfe holen können.



Wer klingelt denn da? Im Smart Home braucht man dafür nicht mehr aufzustehen, sondern kann das Bild der Haustürkamera direkt auf dem Smartphone überprüfen.

(Foto: djd/E.ON)



## AMEOS Klinika Vorpommern

**Wir bieten Ihnen hochwertige medizinische und pflegerische Betreuung mit Menschlichkeit und Fürsorge in Anklam, Pasewalk (Psychiatrische Tagesklinik) und Ueckermünde an.**

### AMEOS Klinikum Anklam

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

### AMEOS Klinikum Ueckermünde

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

Vor allem Gesundheit

[ameos.eu](http://ameos.eu)



**WIR SUCHEN**  
**PflegeKRÄFTE - am Puls der Zeit**

### Ihre Bewerbung senden Sie an:

AMEOS Klinikum Ueckermünde  
Personalabteilung  
Ravensteinstraße 23  
17373 Ueckermünde

Telefon 039771 41-655  
[maren.andres@ameos.de](mailto:maren.andres@ameos.de)  
[www.ameos.eu/ueckermuende](http://www.ameos.eu/ueckermuende)  
[www.ameos.eu/karriere](http://www.ameos.eu/karriere)

**Kommen Sie in unser Team –  
Wir suchen für unsere Standorte in Anklam und Ueckermünde:**

- Ärztliches Personal (m/w/d)
- Gesundheits- und Krankenpfleger (m/w/d)
- Medizinisches Personal (m/w/d)



## Ihr Partner in der Region – Immer gut versorgt

Entdecken Sie Gesundheitsprodukte, nützliche Mobilitätshelfer oder andere praktische Alltagsunterstützer in den Sanitätshäusern von Rehaform Ostseeküste. Rehaform unterstützt Menschen durch individuelle Lösungen, ihre Unabhängigkeit zurück zu erlangen und den Alltag zu verbessern. Die Beratung, Auswahl und Anpassung des „richtigen“ Hilfsmittels erfolgt durch erfahrene Fachberater und Techniker im ständigen Austausch mit Ärzten, Therapeuten und Ihnen – stets mit dem nötigen Einfühlungsvermögen. Ob Bandage, Elektrorollstuhl, Prothese oder orthopädischer Schuh, von der Sportlerversorgung bis zur Spezialanfertigung – jeder wird bestens versorgt – und das aus Überzeugung und vom ganzen Herzen.

Die Sanitätshäuser bieten individuelle Beratungstermine für z. B. Einlagen, Kompressionsstrümpfe, Epithesen und vieles mehr. Vereinbaren Sie einfach einen unverbindlichen Termin:

- Sanitätshaus Stralsund Tribseer Center**  
 Rostocker Chaussee 16 | 18437 Stralsund  
 Tel. 03831 28260

- Sanitätshaus Bernstein**

Hans-Fallada-Straße 1 | 18435 Stralsund  
Tel. 03831 39081

- Sanitätshaus Bergen**

Bahnhofstraße 65 | 18528 Bergen auf Rügen  
Tel. 03838 8284980

- Sanitätshaus Demmin**

Am Krankenhaus 1 | 17109 Demmin  
Tel. 03998 285830

Als Besucher jedes einzelnen Sanitätshauses

können Sie das Wissen, die Erfahrung und das gesamte Spektrum der Rehaform für sich nutzen und gemeinsam finden Sie mit Ihrem Fachberater die richtige Versorgung. Schauen Sie einfach vorbei, lassen sich beraten und stöbern Sie im umfangreichen Sortiment.



Rehaform

# REHAFORM<sup>24</sup>

IHR ONLINE-SANITÄTSHAUS

**Rund um die Uhr  
attraktive Angebote!**

[www.rehaform24.de](http://www.rehaform24.de)  
**Ihr Online-Shop**  
 mit persönlicher Beratung  
 0800-45 40 212

Sparen Sie beim nächsten Einkauf! Ihr persönlicher Gutschein-Code: **2020**



# Neueröffnung Augenoptik Anica Zemlin

Wenn Sie nicht nur gut sehen, sondern mit einer neuen Brille auch richtig gut aussehen wollen, sind Sie in Tutow im neuen Augenoptikerfachgeschäft an der richtigen Adresse. Denn jeder Kunde ist individuell und einzigartig in seinen Anforderungen und so gestaltet sich auch die Beratung von Meisterin Anica Zemlin: persönlich, kompetent und kunden-nah. Als erfahrene Augenoptikerin analysiert sie, was Ihre Augen brauchen und verspricht Ihnen, die optimale Lösung für Ihre Ansprüche zu finden.

Das Sortiment an Brillen ist umfangreich: Gleitsichtbrillen, PC- und Einstärkenbrillen, Fern- und Autobrillen, Lesebrillen, Sportbrillen, Sonnenbrillen, Kinderbrillen und natürlich Brillenfassungen für Ihre individuellen Gläser. Egal, ob modisch und originell, schlicht und elegant oder sportlich – Anica Zemlin hält bestimmt auch Ihren ganz persönlichen Favoriten für Sie bereit! Natürlich erhält der Kunde auch eine große Auswahl an Kontaktlinsen.



Gern nimmt sich die junge Unternehmerin viel Zeit für eine ausführliche und fachlich versierte Beratung, zu der auch ein kostenloser Sehtest gehört. Denn schließlich müssen Sie sich mit Ihrer Brille rundum und den ganzen Tag lang wohlfühlen. Lassen Sie sich einfach Zeit, bis Sie die passende Brille finden!

Wer nicht mobil unterwegs sein kann, zu dem fährt Anica Zemlin auch gern zum Hausbesuch. Diese Besuche in der Häuslichkeit führt sie regelmäßig mittwochs durch.

Das neue Geschäft in Tutow lädt mit seinen warmen Farben und einem tollen Ambiente auf jeden Fall zu einem Besuch ein.



Für jedes Gesicht die passende Brille!

**Neueröffnung!**



**Augenoptik Zemlin**

Dammstraße 13 in 17129 Tutow

Geöffnet ist Montag, Dienstag, Donnerstag und Freitag jeweils von 9 bis 18 Uhr.  
Termine und Kontakt unter 0174 6434471 oder [augenoptik.zemlin@mail.de](mailto:augenoptik.zemlin@mail.de)

**Sehtest kostenlos!**

# Die Silver Society mit ihren Best Agern / Menschen, die früher einmal Senioren hießen

(ots) Die Bevölkerung wird immer älter, und viele der Älteren bleiben länger gesund und fit. So entsteht rund um den Globus eine Art neue Gesellschaftsform: die Silver Society. Wer hier dazugehört, ist ein sogenannter Best Ager, der kein Interesse am passiven Rentendasein hat und die Lebensphase des Alters mit viel Neugier, Tatendrang, Selbstentfaltung sowie der sprichwörtlichen Verwirklichung von Lebensträumen verbringt. Die Silver Society mit ihrem nach vorne gerichteten Lebensstil bringt sich, ihre Erfahrungen und Zukunftsvorstellungen sehr aktiv in die Gesellschaft ein und ist nicht nur ein Megatrend, sondern vor allem auch ein echter Wirtschaftsfaktor. Aber natürlich sind nicht

daher auch zeitlich eine größere Dimension ein. „Von 30 bis 60 Jahre ist es genau so lang wie von 60 bis 90“, sagt Best Ager-Model und Bestsellerautorin Greta Silver, 71 Jahre. Dieser Denkansatz ermuntert dazu, diese Lebensphase aktiv zu gestalten und sich als Senior nicht einer Randgruppe zugehörig zu fühlen, sondern als Best Ager ein vitaler und kreativer Teil unserer Gesellschaft zu sein. Auch eine der bedeutendsten Studien zum Thema Altern, der „Deutsche Alterssurvey“, weist diesen Trend aus. Zwar rückt das eigene Wohlbefinden mehr und mehr in den Fokus, doch nehmen Freizeitgestaltung, Freundschaft und partnerschaftliche Bindungen weiter viel Platz im Leben der Menschen ein.

Es hat also bereits ein Wandel sowohl im Selbstverständnis als auch im Verhalten älterer Menschen stattgefunden. Über Generationen hinweg ist hingegen konstant geblieben, dass sich vornehmlich die Frau mit Gesundheitsthemen beschäftigt. Sie ist nach wie vor der Dreh- und Angelpunkt der Familie, wenn es darum geht, nicht nur im Krankheitsfall die Angehörigen zu pflegen und bei der Genesung zu unterstützen, sondern sich auch um die Gesundheitsprävention zu kümmern. Gerade die gesundheitliche Vorsorge hat mit zunehmendem Alter einen wichtigen Stellenwert. Dazu gehören auf der körperlichen Ebene beispielsweise ausreichend Bewegung und gesunde Ernährung; aber auch ein positives Mindset hilft beim vitalen Älterwerden und spiegelt die lebensbejahende Einstellung der Best Ager wider. Einfach gut drauf sein – das ist der wesentliche Aspekt des Alterns.



Kein Interesse am passiven Rentendasein – das sind unsere lebensbejahenden Best Ager. (Foto: obs/Protina Pharmazeutische GmbH/Jeanette Dietl)

alle Älteren gleichermaßen vital oder auch nur ambitioniert, ihrem Altendasein einen besonderen Schwung zu geben. Welche sind die wesentlichen Kennziffern im Zusammenhang mit dem Älterwerden? Wie wird die gewonnene Lebenszeit in Deutschland im Durchschnitt genutzt?

Diese Fragen spielen eine immer wichtigere Rolle, denn knapp 50 % der deutschen Bevölkerung waren im Jahr 2018 bereits 40 Jahre und älter. Der Anteil der Menschen ab 65 nimmt dabei über 20 % ein – mit steigender Tendenz. Im Jahr 2060 werden ca. 34 % dieser Altersklasse angehören – immerhin ein Drittel der deutschen Bevölkerung. Ein Großteil der Gesellschaft wird somit in Zukunft dem letzten Altersdrittel angehören.

Das Selbstverständnis der älteren Generation hat sich in den letzten Jahren und Jahrzehnten deutlich gewandelt. Das Alter wird nicht mehr als passiv zu ertragendes Schicksal empfunden, sondern als ein aktiver und facettenreicher Lebensabschnitt gelebt – getreu dem Motto „Sechzig ist das neue Fünfzig.“ Durch den Anstieg der Lebenserwartung – in erster Linie Ergebnis der medizinischen Versorgungsmöglichkeiten – hat sich die Spanne im zweiten Lebensabschnitt verlängert, und das Alter nimmt

## Das Best Ager-Mineral Magnesium

Ein guter Begleiter auf dem Weg zur Silver Society ist eine optimale Nährstoffversorgung. Wir wissen heute, dass mit der Einnahme von Mikronährstoffen wichtige Körperfunktionen gezielt unterstützt werden können. Hier ist an erster Stelle Magnesium zu nennen, das sog. „Supermineral“. Es ist an mehr als 600 Vorgängen im Körper beteiligt und ein wichtiges Elektrolyt, das zahlreiche Aufgaben bei enzymatischen Reaktionen, der Produktion von Eiweißen, verschiedenen Stoffwechselvorgängen und der Muskelaktivität übernimmt. Neueste Studien zeigen, dass eine zu geringe Magnesiumzufuhr das Risiko für viele unterschiedliche Krankheiten wesentlich erhöht; dazu gehören Herz-Kreislauf-Erkrankungen, Diabetes, chronische Gelenkschmerzen, aber auch Migräne, Alzheimer oder Depressionen. Eine gute Magnesium-Versorgung ist somit einer der wichtigen Faktoren, sich Gesundheit und Vitalität zu erhalten. Ganz einfach und sicher ist das mit hochwertigen Produkten aus der Apotheke zu erreichen. Idealerweise sollte ein Präparat mit organischem Magnesiumcitrat verwendet werden. Diese körperreigere Verbindung kann direkt aufgenommen werden. (Zum Beispiel Magnesium-Diasporal® (Apotheke); das reine Magnesiumcitrat enthält, wie es als Baustein im Körper vorkommt. Daher ist Magnesium-Diasporal® körperfreundlich und schnell aktiv.)



## 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

# Training fürs Immunsystem

## So lässt sich die Abwehr-Power auf natürliche Weise unterstützen

(djd). Wie stark ist mein Immunsystem? Diese Frage stellen sich momentan viele Menschen. Sie ist allerdings – abgesehen von generellen Indikatoren wie Alter oder Vorerkrankungen – schwer zu beantworten. Deshalb ist es zurzeit für jeden ratsam, mit geeigneten Maßnahmen seine Abwehr für den Fall der Fälle zu stärken. Was aber kann man tun, um seinen Körper gegen den Angriff gefährlicher Viren zu wappnen?

### Aktivieren und modulieren

Bewegung und frische Luft sind hier zwei ganz wichtige Faktoren. Denn wer regelmäßig in Schwung kommt, aktiviert die Immunzellen und bekommt seltener Infekte. Die frische Luft befeuchtet die Schleimhäute, und eine naturnahe Umgebung wie ein Wald oder Park tut auch der Psyche gut. Zusätzlich aktiviert Tages- beziehungsweise Sonnenlicht auf der Haut die Bildung von Vitamin D, das ebenfalls eine wichtige Rolle im Abwehrgeschehen spielt. Wenn möglich, sollte daher täglich ein 30-minütiger Spaziergang auf dem Plan stehen. Als natürlichen Trainingspartner für das Immunsystem hat der Schweizer Arzt und Bakteriologe Dr. Carl Spengler, der ein Mitarbeiter von Robert Koch war, außerdem die

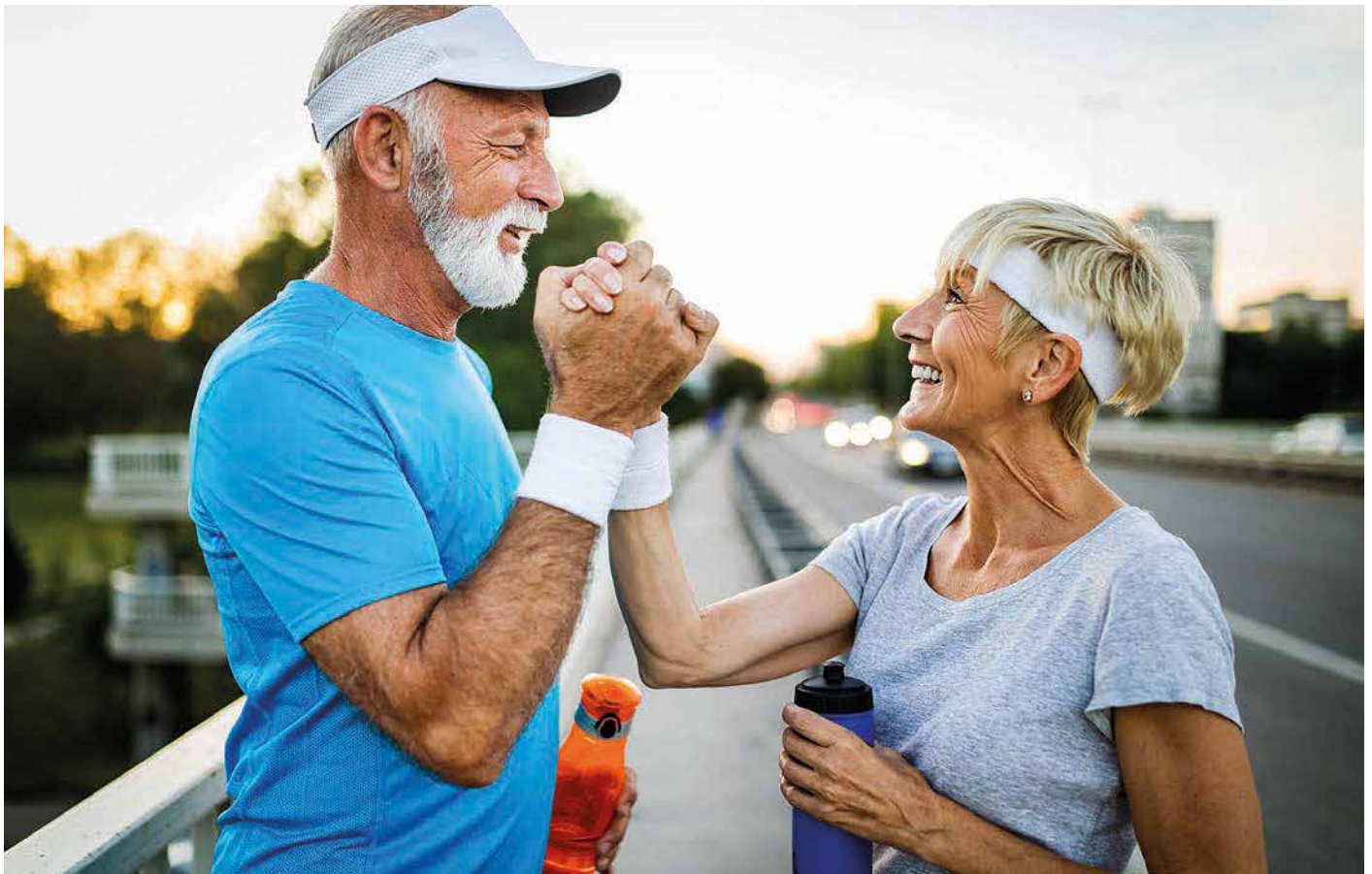
nach ihm benannten Spenglersan Kolloide entwickelt, die in Apotheken erhältlich sind. So enthält etwa das Spenglersan Kolloid G eine Kombination von Antigenen und Antikörpern verschiedener Atemwegsinfekte, die die Immunabwehr scharf stellen und modulieren können. Dabei sollen die enthaltenen Antikörper als passive Immunisierung Erreger direkt bekämpfen, die Antigene für eine aktive Abwehrverstärkung sorgen. Das Kolloid wird einfach auf die Haut in der Ellenbeuge oder direkt auf die Schleimhäute gesprüht.

### Richtig ernähren

Neben Training benötigt der Körper aber auch Energie und die richtigen Nährstoffe, um die Abwehr in Form zu halten. Für eine gute Versorgung mit wichtigen Vitaminen gilt hier die Regel „5 am Tag“ – nämlich fünf Portionen Obst und Gemüse. Reichlich Vitamin C enthalten beispielsweise Zitrusfrüchte, Kiwis, Beeren, Paprika und Kohlgemüse. Die für das Immunsystem wichtigen Spurenelemente Zink und Selen stecken etwa in Fisch und Meeresfrüchten, Fleisch, Ei, Nüssen und Linsen. Insgesamt ist eine möglichst abwechslungsreiche Ernährung mit vielen frischen Zutaten und wenig verarbeiteten Produkten empfehlenswert.

Ein starkes Immunsystem wird besser mit Krankheitserregern fertig. Dafür kann jeder selbst etwas tun.

Foto: djd/Spenglersan/NDABCREATIVITY - stock.adobe.com



# Auswahl genießen

Wer sich bewusst ernährt, weiß: Es ist angenehm, beim Einkaufen eine große Auswahl unter einem Dach zu finden. Frisches Obst und Gemüse,

Bio-Produkte, hochwertige Spezialitäten und viel Besonderes gibt es bei familia. Dabei muss Gutes nicht teuer sein. Die Produkte der Eigenmarken

Hofgut, BioGreno und vegan leben bieten eine große Auswahl hochwertiger Produkte zum fairen Preis.

Fair ist beispielsweise auch die Hofgut Weidemilch. Elf norddeutsche Familienbauernhöfe liefern täglich ihre Milch an die kleine schleswig-holsteinische Meierei. Die Kühe stehen mindestens 150 Tage pro Jahr auf der Weide. Das ist deutlich mehr als üblich. Die Milchbauern erhalten einen fairen Preis für die Milch. Durch die traditionelle und handwerkliche Verarbeitung bei der Horster Meierei bleiben der volle Geschmack und die wertvollen Inhaltsstoffe erhalten. Zudem ist die Hofgut Weidemilch gentechnikfrei, das garantiert das Siegel, das auf jeder Verpackung abgedruckt wird.

Alle, die auf tierische Produkte verzichten, finden im Sortiment der Qualitätsmarke vegan leben schmackhafte Alternativen. Rund 150 vegane Produkte umfasst das Portfolio und reicht von Grundnahrungsmitteln über kühl- und tiefkühlpflichtige Artikel bis hin zu Wasch-, Putz- und Reinigungsmitteln. Besonders beliebt sind auch die Bio-Trinkpulver und Superfruits. Alle Produkte müssen hohen Qualitätsansprüchen genügen und sind zu 100 Prozent vegan. Das garantiert bei fast allen Artikeln auch das vegane V-Label vom Vegetarierbund Deutschland e.V. (VEBU). Zusätzlich tragen die meisten Produkte ein Bio-Siegel.

Quelle: familia-Handelsmarkt Kiel GmbH & Co. KG  
Fotos: foto-oliverxfranke.de



Fleisch, Wurst und Käse mit fachkundiger Beratung gibt es am familia-Verwöhrtresen. familia führt exklusiv Rindfleisch der Marke Block House sowie Schweinefleisch mit dem Tierschutzlabel des Deutschen Tierschutzbundes.



Kistenweise Vitamine gibt es in der familia-Obst- und Gemüseabteilung. Neben Regionalem und Saisonalem finden sich hier auch diverse exotische Früchte. Und wenn es mal schnell gehen muss: Verzehr-fertig geschnittenes Obst, Smoothies und mehr lassen sich zwischendurch genießen.

**... unsere Marken, nur bei uns -  
zum Probieren!**

**familia**  
besser als gut!

**ANKLAM**  
Silostraße 2

**Öffnungszeiten:**  
**Mo. bis Sa.**  
**7 – 20 Uhr geöffnet**  
*Wir freuen uns auf Sie!*

# Tipps Vorsorge und Rente

## Vorsorgevollmacht – Eine schriftliche Vereinbarung ist sinnvoll

Für einen nicht entscheidungsfähigen Patienten dürfen Angehörige oder Freunde keine medizinischen Entscheidungen treffen, auch nicht der Ehepartner oder die Kinder. Anders ist es, wenn es eine Vorsorgevollmacht gibt. Die Zeitschrift Finanztest beschreibt in ihrer Juli-Ausgabe ausführlich, was bei einer Vorsorgevollmacht zu beachten ist, was darüber hinaus für den Ernstfall geregelt sein sollte und was passiert, wenn Menschen nicht vorgesorgt haben. Außerdem erläutern die Experten, welche Besonderheiten es gibt, wenn Immobilien im Spiel sind.

In einer Vorsorgevollmacht legt ein Mensch in gesunden Tagen fest, wer für ihn handeln darf, wenn er selbst vorübergehend oder dauerhaft nicht mehr selbst entscheiden kann. Geht es um Konto, Vermögensverwaltung oder Immobilien, müssen Vollmachtgeber ihre



### 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  
info@klinik-graal-mueritz.de



[www.klinik-graal-mueritz.de](http://www.klinik-graal-mueritz.de)

Unterschrift beglaubigen oder beurkunden lassen oder eine Bankvollmacht erteilen. Die Beglaubigung einer Unterschrift ist günstig für 10 Euro bei einer örtlichen Betreuungsbehörde möglich. Die Stiftung Warentest bietet unter [www.test.de/betreuungsbehoerde](http://www.test.de/betreuungsbehoerde) eine Suche nach der zuständigen Behörde an.

Alternativ oder ergänzend zur Vorsorgevollmacht ist eine Betreuungsverfügung sinnvoll. Ein Mensch legt darin fest, wer im Notfall für ihn als Betreuer handeln soll. Sinnvoll ist es, Wünsche aufzulisten, zum Beispiel welches Pflegeheim erste Wahl ist oder wer sich um das Haustier kümmern soll.

Der ausführliche Artikel Vorsorgevollmacht findet sich in der Juli-Ausgabe der Zeitschrift Finanztest und online unter [www.test.de/vorsorgevollmacht](http://www.test.de/vorsorgevollmacht).

## Früher in Rente – Wege zum vorgezogenen Ruhestand

Früher in Rente – davon träumt so mancher. Auf welchem Wege sich das realisieren lässt, erklären die Experten der Stiftung Warentest übersichtlich und verständlich in der aktuellen Juni-Ausgabe der Zeitschrift Finanztest. Denn die Materie ist komplex: Je nachdem, wie viele Versicherungsjahre man bei der Rentenversicherung geltend machen kann, welche Abschläge bei der Rente zu berücksichtigen sind oder ob eine Kombination mit Altersteilzeit oder Hinzuverdienst in Frage kommt, gibt es unterschiedliche Möglichkeiten für den früheren Rentenbeginn.



Kompliziert wird das Ganze auch dadurch, dass der Rentenbeginn, je nach Geburtsjahrgang, durch die stufenweise Erhöhung der Altersgrenze von 65 auf 67 Jahre variiert. Deshalb sind auch pauschale Aussagen wie „Wer 45 Versicherungsjahre bei der Rentenversicherung nachweisen kann, kann mit 63 Jahren in Rente“ schlicht

falsch. Denn auch für diese Personengruppe gilt die stufenweise Erhöhung der Altersgrenze. Wer 1965 geboren ist, erhält auch bei 45 Versicherungsjahren erst mit 65 eine ungekürzte Rente.

Wer früher in Rente will, muss bestimmte Voraussetzungen erfüllen und eventuell Rentenabschläge, also Kürzungen, in Kauf nehmen. Finanztest zeigt, wie hoch diese Kürzungen ausfallen und wie man diese durch gute Planung eingrenzen kann. Wer heute 55 Jahre alt ist und mit 63 in Rente will, hat Rentenabschläge von 14,4 Prozent. Durch freiwillige Einzahlungen lassen sich diese Abzüge aber ausgleichen. Und da diese freiwilligen Zahlungen als Sonderausgaben bei der Steuer geltend gemacht werden können, ist es günstig, sie über mehrere Jahre zu strecken. Die Variante, früher in Rente zu gehen und nebenbei noch etwas zu arbeiten, ist für manche aus finanziellen Gründen attraktiv, aber auch, um den Kontakt zu den Kollegen nicht abreißen zu lassen. Wer das auf Basis eines 450-Euro-Jobs macht, spart sich Steuern und Sozialabgaben auf das Gehalt. Aufpassen müssen Frührentner, wenn sie zu viel verdienen. Denn dann werden 40 Prozent ihres Gehalts auf die Rente angerechnet und diese entsprechend gekürzt. 2020 ist der Hinzuverdienst wegen der Corona-Pandemie jedoch großzügiger geregelt.

Den vollständigen Überblick über die verschiedenen Wege zu einer früheren Rente gibt es mit zahlreichen Tipps in der Juni-Ausgabe der Zeitschrift Finanztest und online unter [www.test.de/fruehrente](http://www.test.de/fruehrente).

# Hier liegt Gesundheit in der Luft und im Meerwasser

## In Graal-Müritz profitiert man ganzjährig vom Bioklima und Meerwasser der Ostsee



## GRAAL-MÜRITZ

### DAS OSTSEEHEILBAD MIT TRADITION

**Sonne, Salzwasser und Meer: Die Ostseeküste ist nicht nur bei den Badegästen beliebt, sondern auch erste Adresse, wenn es um die Gesundheit geht.**

Das spezielle Bioklima, das bei Experten auch Reizklima genannt wird, entsteht aus Wind, UV-Strahlung, Salz, Temperatur und Luftfeuchtigkeit – fördert etwa die Durchblutung und lindert Atemwegsbeschwerden. Das Ostseeheilbad Graal-Müritz hat sich daher auf Gesundheitsurlauber eingestellt und bietet abwechslungsreiche und vor allem ganzheitliche Angebote rund um Kur, Fitness und Co.

Im Aquadrom kann man zu jeder Jahreszeit im angenehm temperierten Meerwasserbecken schwimmen. Nach der Nutzung des großen Sauna- und Wellnessbereiches, mit einem Caracalla-Bad, einer Finnischen Holzsauna und noch vielen weiteren Möglichkeiten zur Entspannung, fühlt man sich wie neugeboren. Auch therapeutische Anwendungen, wie zum Beispiel ein medizinisches Vollbad mit ortsgebundenem natürlichem Heilwasser, sind möglich. Laut Medizinisch-Balneologischer Beurteilung des Ostseewassers Graal-Müritz eignet es sich besonders für Anwendungen folgender Indikationsgebiete: Hauterkrankungen, Erkrankungen des Bewegungsapparates und Erkrankungen der Atemwege.

So ist es circa 100 Jahre her, dass der Schriftsteller Franz Kafka im Ostseeheilbad Linderung für seine Lungenkrankheit fand. Schon damals sprach die Lage des kleinen Ortes, der von Ostsee, Hochmoor, und dichten Wäldern der Rostocker Heide umgeben ist, für sich. Der an den Küstenstreifen angrenzende Buchenmischwald wirkt wie eine Mauer und hindert die gesunde Meeresluft am Weiterziehen. So profitiert jeder automatisch vom gesunden Bioklima – ob direkt am Wasser oder auf der windgeschützten Promenade. Unter [www.graal-mueritz.de](http://www.graal-mueritz.de) lassen sich weitere Informationen und alle Angebote rund um die Gesundheit entdecken.



### Tourismus- und Kur GmbH Graal-Müritz

Rostocker Straße 3 | 18181 Graal-Müritz  
Tel.: 038206 7030  
[touristinformation.tuk@graal-mueritz.de](mailto:touristinformation.tuk@graal-mueritz.de)  
[www.graal-mueritz.de](http://www.graal-mueritz.de)



# Sicherheit serienmäßig

## EU macht Fahrerassistenzsysteme zur Pflichtausstattung

(djd). Seit 2000 ist die Zahl der Verkehrsunfälle mit verletzten Personen in Deutschland um 20 Prozent zurückgegangen. Zu verdanken ist das unter anderem der Sicherheitsausstattung der Fahrzeuge, die sich seit damals erheblich verbessert hat. Systeme wie die Antischleuderhilfe ESP sind zu einer Selbstverständlichkeit geworden. Heute werden zunehmend auch solche Fahrerassistenzsysteme eingesetzt, die beispielsweise eine drohende Kollision erkennen können, vor der Gefahr warnen oder sogar mit einer Notbremsung schneller reagieren als der Mensch. Die Europäische Union hat die Sicherheitswirkung solcher Systeme registriert und macht sie ab 2022 zur verpflichtenden Ausstattung von Neuwagen. Damit soll die Verkehrssicherheit weiter gesteigert und sowohl Fußgänger als auch Radfahrer besser geschützt werden.

### Neue Vorgaben der EU

Jeder neu zugelassene Pkw muss nach EU-Vorgaben ab

dem Jahr 2022 serienmäßig mit zahlreichen Fahrerassistenzsystemen für mehr Sicherheit ausgestattet sein. Dazu gehören unter anderem ein Notbremssystem, ein Spurhalteassistent, Sensoren für die sichere Rückwärtsfahrt, eine intelligente Geschwindigkeitsassistent sowie ein System, das den Fahrer bei Müdigkeit warnt. So lange brauchen Autokäufer aber nicht zu warten: Die genannten Helfer sind heute schon verfügbar – in allen Fahrzeugklassen. „Fahrerassistenzsysteme unterstützen den Fahrer in kritischen Situationen und helfen, die Sicherheit im Straßenverkehr zu erhöhen“, sagt Dr. Mathias Pillin, Vorsitzender des Bereichsvorstandes des Bosch-Geschäftsbereichs Chassis Systems Control. Die Systeme helfen dem Fahrer, mit dem Fahrzeug in der Spur zu bleiben, Kollisionen beim Rückwärtsfahren zu vermeiden und den richtigen Abstand zum Vordermann einzuhalten. Wichtig ist dabei: Die Systeme ersetzen den Fahrer nicht, er behält jederzeit die volle Kontrolle und Verantwortung.

### Wirksame Hilfe bei drohenden Auffahrunfällen

Unter den Fahrerassistenzsystemen gelten automatische Notbremsassistenten als besonders wirksam. Seit ihrer Markteinführung 2009 haben sie nach Untersuchungen der Bosch-Unfallforschung allein in Deutschland bis zu 3.000 Unfälle mit Personenschaden verhindert. Ist der Fahrer für einen Augenblick abgelenkt oder tritt plötzlich ein Kind zwischen parkenden Autos auf die Fahrbahn, erkennt das automatische Notbremssystem die Gefahr und berechnet innerhalb von wenigen Millisekunden, wie stark das Fahrzeug abgebremst werden muss, um einen Unfall zu vermeiden. Gleichzeitig warnt das System den Fahrer. Bremsst dieser nicht ausreichend stark, erhöht es selbstständig den Bremsdruck und kann, wenn notwendig, automatisch eine Vollbremsung auslösen.



**HONDA**

JAZZ CROSSTAR      JAZZ      Honda e

Honda e: TECHNOLOGY

**Die neue Elektro-Mobilität von Honda. Ab sofort bei uns!**

Kontaktieren Sie uns, um Ihren ganz persönlichen Termin zum Kennenlernen zu vereinbaren.

Kraftstoffverbrauch Jazz Hybrid in l/100 km: innerorts 2,7-2,4; außerorts 4,6-4,3; kombiniert 3,9-3,6; CO<sub>2</sub>-Emission in g/km: 89-82. Stromverbrauch Honda e in kWh/100 km: kombiniert 17,8-17,2; CO<sub>2</sub>-Emission in g/km: kombiniert 0. Abbildungen zeigen 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](http://www.honda-lietze.de)

Fußgänger und Radfahrer sind im Straßenverkehr besonders gefährdet. Fahrerassistenzsysteme, die diese Personengruppen schützen, werden daher ab 2022 zur Serienausstattung von Fahrzeugen in der EU.  
 (Foto: djd/Bosch)





# Allianz Dollase

## Ihr zuverlässiger Versicherungspartner seit über 25 Jahren



auch die Möglichkeit, dass wir jedes Risiko versichern können.

Nicht ohne Grund ist die Allianz als Marktführer oft auch Vorreiter für neue Produkte. Ebenso ganz vorne wie bei der Baufinanzierung, das wissen viele nur noch nicht – bis jetzt jedenfalls.

**Ihre Agentur „Allianz Generalvertretung“ befindet sich im Zentrum von Anklam. Zuvor hatten Sie 25 Jahre lang Ihr Büro in der Südstadt von Anklam. Warum erfolgte der Umzug?**

Anklams Stadtzentrum hat nach vielen Jahren endlich ein schönes Gesicht bekommen. Durch den Stadtumbau haben wir in Anklam

wieder einen attraktiven Markt mit Gebäuden erhalten, die an die hanseatische Geschichte der Stadt erinnern. Mir persönlich gefällt gerade der Markt mit den angrenzenden neuen Wohn- und Geschäftshäusern. Deshalb fühlen wir uns hier sehr wohl. Mit mir meine ich meine beiden Mitarbeiterinnen und mich.

### Wer sind Sie und was umfasst Ihre tägliche Arbeit?

Mein Name ist Bert Dollase, ich bin 53 Jahre alt, hier in Anklam geboren, von Beruf Versicherungsfachmann und ich leite die Allianz-Agentur im schönen Anklam, das ist kurz vor der Insel Usedom, wenn man aus Richtung Berlin in den Norden fährt.

### Sie sind also in der trockenen Versicherungswelt zu Hause?

Das ist so das typische Bild vieler Leute über meinen Beruf. In erster Linie denken die meisten, es ist hier stinklangweilig, aber das ist überhaupt nicht so! Ich selbst versuche in jedem Beratungsgespräch, mich in den Kunden hinein zu versetzen und versuche ihn so zu versichern, wie ich es für mich selbst machen würde. So kommt einfach mehr Qualität in die Beratung und ich verkaufe einem Kunden dadurch nicht mehr als er wirklich braucht. Dieser Kunde kommt dann auch wieder, oft auch in der nächsten Generation ... und das finde ich richtig schön.

### Was ist das Wichtigste in Ihrem Job?

Das Schöne in meinem Job ist, dass ich mit allen und den unterschiedlichsten Menschen zu tun habe. Und dabei ist es für mich wichtig, für jeden Einzelnen individuelle Lösungen zu finden.

### Wie sind Sie zur Allianz gekommen?

Das war vor mehr als 25 Jahren eher Zufall. 1992 habe ich, inspiriert durch einen Freund, eine Ausbildung zum Versicherungsfachmann bei der Allianz begonnen. Seit dem bin ich „Allianzer“. Gerade für Firmenkunden ist die Marke „Allianz“ oft entscheidend für den Abschluss. Dabei spielt nicht nur die Finanzstärke der Allianz eine große Rolle, sondern

### Bilden Sie auch Nachwuchs für Ihre Branche aus?

Seit vielen Jahren bin ich Ausbildungsagentur der Allianz. Über 20 junge Menschen sind hier ausgebildet worden. Ein zu geringer Teil blieb jedoch in der Region und somit der Allianz und mir erhalten. Dies ist tatsächlich unser Nachwuchsproblem, an dem wir weiterhin ständig arbeiten.

red

**Bert Dollase**

Generalvertretung

der Allianz Beratungs- u. Vertriebs AG

Frauenstr. 5 · 17389 Anklam

Tel.: 03971/210321

[www.allianz-dollase.de](http://www.allianz-dollase.de)



Der Güstrower Schlossgarten lädt zum Flanieren ein. (Fotoautor: Taslair)

## Kunst, Kultur und Schönes erleben in der Barlachstadt Güstrow



**Barlachstadt  
Güstrow**

Gut zwei Autostunden von den Metropolen Berlin und Hamburg, mitten im naturbelassenen Mecklenburg, liegt die Barlachstadt Güstrow. Prächtige Bauten, ein beeindruckendes Schloss und ein reiches kulturelles Leben prägen die siebtgrößte Stadt in Mecklenburg-Vorpommern. Eingebettet in eine ursprüngliche Natur bekommt man sehr schnell das Gefühl zu Hause zu sein.

Das mit seinem südländischen Charme anmutende Residenzschloss zählt mit seiner prachtvollen Fassade zu den bedeutendsten Renaissance-Schlössern Nordeuropas. Der Schlossgarten verzaubert durch seine ursprüngliche Erscheinung, die Laubengänge laden zum Flanieren und Träumen ein. Die vielen Gassen und Straßen rund um das

Schloss und in der nahegelegenen wunderschönen Altstadt versprechen eine vielfältige Architektur, die Elemente der Backsteingotik über den Barock bis hin zum Jugendstil aufweist. Die Barlachstadt ist bekannt für ihre beeindruckende Vielzahl historischer Gebäude und ehrwürdiger Baudenkmäler. Nicht nur der zentral gelegene Dom, die wunderschöne Pfarrkirche, auch die Gertrudenskapelle und die Heilig Geist Kirche laden zum Besichtigen ein.

Güstrow ist ein wundervoller Ort zum Leben. Die Möglichkeiten rund um Natur, Freizeit, Kultur sprechen einmal mehr für die Attraktivität der Stadt. Malerische Hinterhöfe, zahlreiche kleine Cafés, urige Kneipen und gehobene Gastronomie spiegeln die kulinarische Vielfalt wider.

Wer Ruhe und Erholung sucht, findet diese am Inselfee  
(Fotoautor: AD creatio Studio 301)



Stadtführungen zu den vielen kleinen Schätzen der Barlachstadt sind sehr beliebt (Fotoautor: AD creatio Studio 301)



Die Güstrower Altstadt prägen beeindruckende Kulissen und Fassaden  
(Fotoautor: Taslair)

Wer die Barlachstadt besucht, kann sich über eine Vielfalt verlockender Freizeitangebote freuen. Der Wildpark-MV lädt Groß & Klein zum gemeinsamen Staunen und Entdecken ein. Hier fühlen sich Bären, Wölfe und viele weitere Tiere zu Hause. Wer selbst aktiv sein möchte, mietet sich ein Fahrrad, Kanu oder Ruderboot, nutzt den Radfernerweg Berlin-Kopenhagen oder den Inselsee und lässt die Seele baumeln. Durch die gut ausgebauten Wander- und Radwege wird die landschaftliche Schönheit in und um Güstrow erlebbar.

Abseits davon kann man unvergessliche Momente bei der Nachtwächterführung erleben oder erkundet die Stadt auf dem Altstadtrundweg in eigener Regie.

Auch die Abende in Güstrow haben viel zu bieten. Theaterabende und besondere Veranstaltungen im Schloss sowie in der historischen Altstadt sind unvergessliche Ereignisse im Kulturleben. Das lebendige Vereinsleben präsentiert sich das ganze Jahr über auf zahlreichen Festen. Seit 1950 gehört auch der Speedway-Sport zu den bedeutendsten Veranstaltungen in der Region.

Naherholung soweit das Auge reicht – das gilt für die freundliche Nachbarschaft der Barlachstadt Güstrow. Rostock, die größte Stadt des Bundeslandes und der Strand von Warnemünde sind mit dem Auto oder der Bahn

Ein Bummel durch die Güstrower Altstadt lohnt immer  
(Fotoautor: AD creatio Studio 301)



Der Steg am Badestrand erwartet seine kleinen und großen Besucher  
(Fotoautor: Taslair)

innerhalb von 45 Minuten erreichbar. Die Landeshauptstadt Schwerin, die Mecklenburgische Seenplatte und nicht zuletzt Rügen sind vom „Herzen Mecklenburgs“ aus beliebte Ausflugsziele.

Die Vielfalt der Möglichkeiten ist groß und das Gute liegt oft so nah...

Herzlich Willkommen in der Barlachstadt Güstrow! Wir freuen uns auf Sie!

● **Neuer Kurzfilm „Güstrow von oben betrachtet“**

Der Film ist in unserem Youtube-Kanal über diesen Link zu finden:

<https://youtu.be/5aKDyRvCcnU>

... oder einfach den QR-Code scannen und los geht's ...



Quelle: Barlachstadt Güstrow

Barlachstadt Güstrow

## Güstrow - Information

... Ihr Wunscherfüller

**Wer gewinnt den Barlach-Pott?** Viel Spaß mit dem neuen Brettspiel „Oh, wie schön ist Güstrow!“

**Das Brettspiel für die ganze Familie**

**Hier erhältlich:** Güstrow - Information | Franz - Parr - Platz 10 | 18273 Güstrow  
☎ 0 38 43 - 68 10 23 | [www.guestrow-tourismus.de](http://www.guestrow-tourismus.de)

# Warum in die Ferne schweifen, wenn das Schöne liegt so nah – Stettiner Haff



Sonnenuntergang am Stettiner Haff



altes Reethaus



Zeesenbootsegeltörn auch nach Usedom



Abenteuerspielplatz am Strand

**Sie möchten dem Alltag entfliehen, runterkommen vom Stress und sich erholen: dann finden Sie in Mönkebude den Wohlfühlort.**

Der Himmel scheint endlos zu sein, sanft plätschern die Wellen an den kinderfreundlichen Strand (mit FKK-Bereich!). Vom nahen Meer weht würziger Duft durch die Luft. Schwalben, Kraniche und Reiher drehen ihre Runden und am Horizont sind die Umrisse der Insel Usedom zu sehen. Ein kleines Strandparadies hier – Sehnsuchtsort für ihren wohlverdienten Urlaub.

Mönkebude, mit seinen hübschen alten reetgedeckten Fischerhäusern lädt ein zur schönsten Zeit des Jahres. Es gibt zahlreiche Quartiere, in denen es für einen entspannten Urlaub an nichts fehlt. Reichhaltige Gastronomie, in der natürlich fangfrischer Fisch der König aller Genüsse ist, verwöhnt Ihren Gaumen. Eine Bäckerei, die auch sonntags geöffnet ist, sorgt für knusprige Brötchen. Die Eisdiele Bade bietet seit über 40 Jahren hausgemachte Eis- und Konditorwaren und ist über Ländergrenzen hinaus für seine gute Qualität bekannt. Ein toller Abenteuerspielplatz im Strandpark – ideal für die Kinder. Besuchen Sie die liebevoll gestaltete Fischer- und Heimatstube oder die stets offene St. Petrikirche. Entspannung pur finden sie in unserer Salzgrotte „Balance“.

Das Besondere in diesem beschaulichen Ferienparadies aber spielt die Natur selbst. Es ist alles vorhanden in der Natur, man muss es nur sehen. Viele hundert Kilometer Rad- und Wanderwege führen durch eine traumhafte unberührte Wald-, Dünen- und Heidelandschaft. Geführte Radtouren in das Reich der Seeadler,

Wildtierbeobachtungen oder Kräuterwanderungen sind sehr beliebt. Diese werden durch den hiesigen Tourismusverein angeboten und können auch dort gebucht werden. Auf dem Wasser ist das historische Zeesenboot, welches zum immateriellen Kulturerbe gehört, mit Segeltörns für sie unterwegs. Viele Wassersportler legen

am modernen Yachthafen an. Und auf dem Weg von der idyllischen Mole über die Dünen bis zum Mühlberg, legt sich Mönkebude mit seinem ganzen Liebreiz dem Spaziergänger quasi zu Füßen.

Willkommen also von Herzen in unserem kleinem Fischerdorf.



Salzgrotte „Balance“

**● Kontakt und Buchung  
Telefon: 0173 6210112**

# Gartenglück – Gefahr im Blick

(djd). Gärtnern macht glücklich. Und so verbringen viele Besitzer einer eigenen „Scholle“ in der warmen Jahreszeit jede freie Minute beim Jäten, Mähen, Schneiden und Co. Doch wie schnell hat man sich dabei geschnitten, aufgerissen, gestochen oder aufgeschürft. Solche Verletzungen sollte man ernst nehmen, denn überall im Freien sind Keime und Bakterien im Spiel, die sich in der Erde, auf Steinen und Pflanzen ansiedeln. Gelangen sie in die Wunde, können sie eitrige Entzündungen oder Blutvergiftungen verursachen. Umso wichtiger ist eine sofortige Reinigung und Desinfektion beispielsweise mit Betaisodona Salbe oder Lösung. Das darin enthaltene Povidon-Iod bekämpft 99,9 Prozent aller relevanten Keime. Unter [www.betaisodona.de](http://www.betaisodona.de) gibt es weitere Tipps zur fachgerechten Wundversorgung.



Ein zuverlässiges Antiseptikum gehört in die Hausapotheke jedes Hobbygärtners. (Foto: djd/Hermes Arzneimittel)

Viele Menschen lieben das Werkeln im Grünen – es birgt aber auch Verletzungsgefahr. (Foto: djd/Hermes Arzneimittel/ image source)





**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.**

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

Der Kinderpreis gilt bundesweit. Der CineExtra-Preis nur im CineStar Greifswald und Stralsund. Tickets und weitere Infos unter [cinestar.de](http://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!



So macht Kino Spaß.

# Reportage: Lichtspiele zwischen Ostsee und Bodden



Leuchtturm am Darßer Ort (Foto: Voigt & Kranz UG)

Die Naturstimmungen auf der Halbinsel Fischland-Darß-Zingst faszinieren die Menschen seit jeher. Zwei Künstler erzählen, wie sie das besondere Licht für ihre Arbeit nutzen und welche Orte sie inspirieren.

Die mattgold glitzernden Wellen der Ostsee. Windflüchter, die abends ganz kurz tieforange leuchten. Ein Sommermittag am Boddenhafen, wenn die Sonne dem Schilf und dem Wasser die Farben entzieht. Die Welt wird für eine Weile zum Pastell – bis am Spätnachmittag die kraftvollen Töne mit Wucht zurückkehren. Die Menschen, die auf Fischland-Darß-Zingst leben oder Urlaub machen, lieben und genießen das besondere Licht der Halbinsel. Denn die intensiven Stimmungen, die durch das viele Wasser und seine Spiegelungen, die schnellen Wetterwechsel und die saubere Luft entstehen, tun der Seele einfach gut. Sie entspannen, können zu neuen Gedanken inspirieren, der Kreativität Raum geben – und das in einer ohnehin einzigartigen Landschaft mit Dünen, Sandstränden, Küstenwäldern und Schilfgürteln.

Ende des 19. Jahrhunderts entstand auf der Halbinsel die berühmte Künstlerkolonie Ahrenshoop. Interessant sind hier unter anderem der Kunstkaten, das Kunstmuseum und der Kunstpfad, aber natürlich lohnt auch ein Blick in die Galerien der anderen Orte. In Zingst etwa hat sich durch die Erlebniswelt Fotografie mit ihrem Kurs- und Ausstellungsangebot eine kreative Fotografieszene etabliert. Spannend sind auch das Umweltfotofestival »horizonte« im Frühjahr und der „Aktive Fotoherbst“. Martin Harms aus Zingst gehört zu den Landschaftsfotografen, die auf dem ganzen Darß ihre Motive suchen und finden. Am liebsten ist er bei dramatischen Wetterlagen und Lichtstimmungen am Darßer Weststrand im Nationalpark Vorpommersche Boddenlandschaft unterwegs. Vor gut zehn Jahren hat der Autodidakt sich die erste Spiegelreflexkamera gekauft und Fotokurse in Zingst besucht – mittlerweile gibt er selbst welche. Harms liebt die Natur, als Angler kennt er den Zauber der Stunde vor Sonnenaufgang. Er sagt: „Hier bei jeder Jahreszeit draußen zu sein und zu fotografieren, das entschleunigt mich.“ Martin



Kunstwerk „Beyond The Forest“ in Zingst (Foto: Thomas Wildrich)

Harms fasziniert, dass jeder Sturm die Landschaft ummodelliert, dass nichts bleibt, wie es ist. Die kahlen Gerippe umgefallener Windflüchter – von Bäumen also, deren Krone der Wind in Landrichtung gekämmt hat – sind eines seiner Lieblingsmotive.

Ein zurückhaltender Umgang mit der Schönheit ihrer Heimat liegt auch Carola Pieper am Herzen. Die Malerin lebt mit ihrer Familie in Ahrenshoop, in einem reetgedeckten Häuschen, das von einem Garten mit Obstbäumen und altem Bootszeug umgeben ist. Ihr Mann Jens restauriert nämlich Fischerjollen vom Bodden, verleiht diese Boote und organisiert auch Törns. Carola Pieper segelt oft mit auf den nostalgischen Holzbooten und malt. „Ich habe schon auch andere Motive“, sagt sie. „Aber das hier ist eben mein Alltag.“ Da sitzt sie dann mit ihrer Leinenschürze im Schatten des Segels, schaut konzentriert auf den Bodden hinaus, beobachtet die Lichtreflexionen auf der Wasseroberfläche, das schnell wechselnde Spiel von Licht und Schatten – und aus der Schellack-Tuschpipette scheinen die Motive nur so aufs Papier zu fließen. Dunkle Linien, Tropfen, auf den ersten Blick sehr flüchtig. Und doch erkennt man genau, was Piepers Augen gesehen haben: Zeesboote, Wind, einen weiten Horizont.

Die Bilder, die die Künstlerin zu Hause manchmal weiterbearbeitet, sind minimalistisch, erinnern in ihrer Einfachheit ein bisschen an japanische Haiku-Gedichte. Sie lacht, wenn man ihr das sagt. „Stimmt schon“, meint sie dann, „ich schreibe ja auch irgendwie mit, überlasse manches dem Zufall, aber am Ende erzählen meine Linien auch etwas.“ Kunst, das ist für Carola Pieper wie eine Meditation, ein Dialog zwischen ihr und der Welt. „Durch die Augen rein und durch die Fingerspitzen raus“, sagt sie – so, als ob das eigentlich ganz einfach wäre.

Und die Halbinsel Fischland-Darß-Zingst – mit ihren wilden Dünen und endlosen Stränden, den ausgedehnten Wäldern und dem vielen, vielen Wasser – ist ein besonders schöner, lebenswerter Flecken Erde, zu jeder Jahreszeit mit ganz eigenen Naturstimmungen.

Diese Orte in der Region Fischland-Darß-Zingst lohnen sich für Fotografen, Künstler und Genießer.

### Ribnitz-Damgarten – Kloster Ribnitz

Das 1323 erbaute Klarissenkloster ist das historische Zentrum der Stadt und Heimat des Deutschen Bernsteinmuseums. Einen besonders tollen Blick auf die Stadt mit ihren Backsteinbauten und dem Kloster hat man vom Turm der Stadtkirche St. Marien aus.

• Infos: [www.ribnitz-damgarten.de](http://www.ribnitz-damgarten.de)

### Dierhagen – Strandaufgang 16

Umsäumt vom Küstenwald mit wild gewachsenen Kiefern ist dieser Aufgang zum weißen Sandstrand von Dierhagen die reinste Idylle. Geht man weiter Richtung Strand, eröffnet sich ein toller Blick über die bewachsenen Dünen.

• Infos: [www.ostseebad-dierhagen.de](http://www.ostseebad-dierhagen.de)

### Born – Leuchtturm Darßer Ort

An der Nordwestspitze der Halbinsel Fischland-Darß-Zingst, zur Gemeinde Born gehörend, steht der knapp 36 Meter hohe Ziegelsteinturm. 1849 errichtet, ist er eines der ältesten Seefeuer an der deutschen Ostseeküste.

• Infos: [www.darss.org](http://www.darss.org)

### Zingst – Kunstwerk »Beyond The Forest«

Die Figurengruppe »Beyond The Forest« von Künstler Rob Mulholland im märchenhaften Wald Freesenbruch spiegelt umgebende Natur und auch die des betrachtenden Menschen wider. Ein traumhaftes Fotomotiv, in das sich jeder selbst, verfremdet oder ganz realistisch, einbringen kann. Die Installation ist Teil des Olympus Fotokunstpfades Zingst.

• Infos: [www.zingst.de](http://www.zingst.de)

### Ahrenshoop – Grimmelei

Das reetgedeckte Haus liegt mitten in bewachsenen Dünen direkt am Strand. Einen tollen Blick auf das Gebäude hat man von der Aussichtsplattform Grenzweg aus. Die Ursprünglichkeit und die vielen Rohrdachhäuser verleihen dem malerischen Künstlerort ein besonderes Flair.

• Infos: [www.ostseebad-ahrenshoop.de](http://www.ostseebad-ahrenshoop.de)

### Graal-Müritz – Strand

Am fünf Kilometer langen und 40 Meter breiten Strand reiht sich ein Fotospot an den nächsten: Ein besonders schönes Motiv sind die alten Bühnenreihen, die weit ins Wasser reichen. Hier trifft Wald auf Meer und bei Sonnenuntergang ist es hier ganz besonders stimmungsvoll.

• Infos: [www.graal-mueritz.de](http://www.graal-mueritz.de)

### Wieck – Boddenhafen

Der kleine Sportboothafen fügt sich wunderbar natürlich in die Landschaft ein. Er ist Heimathafen zahlreicher liebevoll restaurierter und gepflegter Traditionsboote. Von hier aus starten auch Touren mit den traditionellen Zeesbooten über den Bodden.

• Infos: [www.erholungsort-wieck-darss.de](http://www.erholungsort-wieck-darss.de)



Zeesboot im Hafen von Wieck (Foto: Voigt & Kranz UG)

### Barth – Fuchsberg

Direkt am Bodden liegt ein wahrer Geheimtipp: Von der Barthestraße aus dem Fahrradweg durchs Gewerbegebiet folgend, geht es auf einem Plattenweg zur großen Wiese am Fuchsberg. Dort befinden sich die Reste eines alten Bunkers. Dahinter führt ein Waldweg zu einem Hochsitz, von dem aus man einen wunderbaren Panoramablick auf den Bodden hat.

• Infos: [www.stadt-barth.de](http://www.stadt-barth.de)

Tourismusverband Mecklenburg-Vorpommern e. V.

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

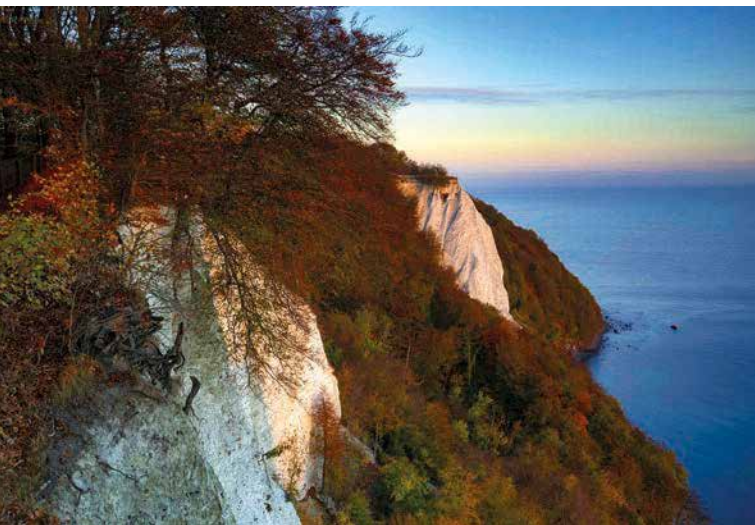
www.krebsrehablinik.de

# Landestourismusverband startet Kampagne „Das Schönste am Herbst“

**Immer mehr Gäste kommen zur goldenen Jahreszeit nach Mecklenburg-Vorpommern / Broschüre „Kurzurlaub zum kleinen Preis“ beinhaltet rund 70 Angebote**

Die groß angelegte Kampagne „Das Schönste am Herbst“, mit der der Tourismusverband Mecklenburg-Vorpommern über Kurzreiseangebote in der goldenen Jahreszeit informiert, ist gestartet. Ab sofort machen großflächige Plakate und Infoscreens in Berlin und Hamburg, ein Booklet, das unter anderem in den reichweitenstarken Medien „Berliner Morgenpost“ und „Hamburger Abendblatt“ beigelegt wird, die bewährte Broschüre „Kurzurlaub zum kleinen Preis“ sowie zahlreiche weitere Maßnahmen, darunter auch eine Sonderseite in der Wochenzeitung „DIE ZEIT“, auf die Vorzüge einer Auszeit im Nordosten aufmerksam. Dazu Tobias Weitendorf, Geschäftsführer des Landestourismusverbandes: „Ob Wanderungen durch Buchenwälder, Kranichbeobachtungen in den Nationalparks oder Führungen durch Schlösser, Guts- und Herrenhäuser –

Herbstlicher Buchenwald an der Kreideküste auf der Insel Rügen  
(Foto: TMV/Allrich)



Kurzurlaube in der Herbstsaison in Mecklenburg-Vorpommern sind sehr gefragt. Ein Stück weit belebend dürften sich im Herbst auch die zurückgekehrten Tagesreisenden auswirken.“

## Höhepunkte zwischen Ostseeküste und Seenplatte

Natur-, Kultur- oder Aktivurlaub: Die programmatische Vielfalt im Nordosten zur goldenen Jahreszeit ist groß. So sammeln sich im Herbst etwa Tausende Kraniche in der Region „Darß-Zingster Boddenkette und Rügen“, im Müritz-Nationalpark in der Mecklenburgischen Seenplatte oder am Schaalsee im Südwesten des Landes, um sich für den Weiterflug in ihre Winterquartiere im Süden vorzubereiten. Bei geführten Touren lassen sich die majestätischen Großvögel vielerorts beim Rasten beobachten. Darüber hinaus können die Buchenwälder im Nordosten, die sich zur Herbstzeit im goldenen Gewand präsentieren, von Naturliebhabern erwandert und erradelt werden. Ein Höhepunkt in der herbstlichen Kulturlandschaft in Mecklenburg-Vorpommern ist die Veranstaltungsreihe Schlösserherbst, bei der vom 9. bis zum 25. Oktober rund 20 Schlossherren im Land ihre Türen und Pforten öffnen. Zu den mehr als 40 geplanten Veranstaltungen zählen unter anderem Führungen in Schloss- und Parkanlagen, hochkarätige Konzerte und Ausstellungen sowie romantische Lesungen in ehrwürdigen Gemäuern.

## Kurzurlaub zum kleinen Preis

In der Broschüre „Kurzurlaub zum kleinen Preis“ sind etwa 70 Angebote für erholsame Tage zwischen Ostseeküste und Seenplatte in der Nebensaison gelistet. Diese sind wahlweise für 60, 80 und 100 Euro (inklusive Frühstück) erhältlich und gelten vom 4. November bis zum 22. Dezember 2020 sowie vom 4. Januar bis zum 28. März 2021. Die Broschüre kann von Interessierten unter [www.auf-nach-mv.de/herbstwinter](http://www.auf-nach-mv.de/herbstwinter) durchblättern und heruntergeladen werden.

Quelle: Tourismusverband Mecklenburg-Vorpommern e. V.

## Strandbuchhandlung Zinnowitz



### Bansiner Fischertod von Elke Pupke

Tante Berta ermittelt wieder ... aber diesmal eher widerwillig, denn das Mordopfer hat wirklich alles getan, um sich in Bansin unbeliebt zu machen. So gibt es beinahe so viele Verdächtige wie Einwohner und außer der Polizei ist niemand daran interessiert, den Fall aufzuklären. Aber es bleibt nicht bei diesem Mord. Was hat eine Einbruchserie mit der Pension »Kehr wieder« zu tun? Auch der Selbstmord einer alten Frau gibt Rätsel auf. Hängen die Verbrechen mit der Rückkehr von Cuno Thor zusammen, der 1988 über die Ostsee nach Dänemark geflüchtet war? ...

Preis: 15,- Euro



### Usedom Fotografien von Matthias Gründling

„... und der Strand ist meine große Geliebte“ – diese Liebeserklärung des Malers Otto Niemeyer-Holstein an die Insel Usedom wird jeder nachvollziehen können, der das Glück hat, länger als nur einen Sommerurlaub zwischen Meer und Achterwasser zu verbringen. Die überwältigende Landschaft, das Licht und immer wieder das Meer in seiner nicht zu fassenden Weite ziehen jährlich Hunderttausende an. Die Bilder des Usedomer Fotografen Matthias Gründling fangen den Zauber dieser Landschaft zu jeder Jahreszeit auf ganz besondere Weise ein und führen den Betrachter auch an Orte, die bisher im Verborgenen blieben.

Preis: 19,95 Euro



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

[www.strandbuchhandlung.de](http://www.strandbuchhandlung.de)



# Urlaub für Jung und Alt!

- ⊗ *Maritimes Restaurant mit vitaler Küche*
- ⊗ *Fahrradverleih*
- ⊗ *Feiern und Tagungen*
- ⊗ *Barrierefrei*
- ⊗ *Piraten-Insel-Usedom – Abenteuer und Erlebnis auf 13.000 m<sup>2</sup>*
- ⊗ *Wellness auf 2000 m<sup>2</sup>*
- ⊗ *Komfortable Zimmer*



*Familien Wellness*

**Hotel  
Restaurant**

★★★★

**Seeklause**



Frank Römer e.K. · Mölschower Weg 1a · 17449 Ostseebad Trassenheide

Tel. 038371/267-0 · Fax 038371/267-267 · rezeption@hotel-seeklause.de

[www.hotel-seeklause.de](http://www.hotel-seeklause.de) · [www.piraten-insel-usedom.de](http://www.piraten-insel-usedom.de)

# Koserow und seine Kurdirektorin



Koserow besticht durch die Lage an Ostsee und Achterwasser. Beide Gewässer sind nur wenige Schritte voneinander entfernt. Das ruhige Achterwasser und die raue Ostsee. Die schmalste Stelle am Atelier Niemeyer Holstein ist nur wenige Hundert Meter breit. Der Streckelsberg befindet sich ebenfalls im Ostseebad Koserow. Die höchste Erhebung an der Usedomer Ostseeküste ist 58 Meter hoch. Von dort aus hat man einen tollen Blick über die Ostseeküste 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 (Zemlin, 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, so dass jeder Gast sich sein individuellen Urlaubssouvenir selbst anfertigen und mitbringen kann.



**Kurdirektorin Nadine Riethdorf** leitet seit 10 Jahren die Kurverwaltung in Koserow. Ihre Aufgaben sind unter anderem die Leitung des Teams von Bauhof und Touristinformation, Presse- und Öffentlichkeitsarbeit inklusive des Marketings für



den Ort, ständiger Austausch mit den touristischen Partnern vor Ort, Koordinierung der Strandreinigung oder auch Auswahl der Blumen für die Bepflanzung im Ort – sozusagen „Mädchen für alles“. Völlig überraschend und nur des Jobs wegen kam sie vor 10 Jahren nach Koserow. Doch schon nach wenigen Monaten war klar: „Hier möchte ich bleiben“. Koserow ist eine liebenswerte Gemeinde. Man kennt sich untereinander und hilft unter Nachbarn und Freunden. Der Wechsel zwischen pulsierender Sommersaison mit zahlreichen Gäste und Veranstaltungen sowie ruhigen Wintermonaten, wo man teilweise den Strand ganz für sich allein hat, macht den Reiz für Nadine Riethdorf aus. Neue Einwohner werden von den Einheimischen herzlich aufgenommen, diese Herzlichkeit und Liebe zu diesem besonderen Ostseebad gibt sie gern und dankbar zurück.

**Koserow baut im Jahr 2020 die Seebrücke neu.** Es ist sehr beeindruckend, wie die Seebrücke neu entsteht. Sie ist nach den Wünschen der Einheimischen entstanden. In mehreren Beratungen einigten sich die Koserower darauf, dass auf der Seebrücke kein Restaurant oder ähnliches platziert werden soll. Diesen Hinweisen wurde entsprochen. Deshalb wird eine riesige Sitzlandschaft errichtet, das sogenannte Sonnenuntergangskino, so dass man die Ruhe und Natur genießen kann.

In der weiteren Planung ist die Erneuerung des örtlichen Kurplatzes vorgesehen. Hierzu werden demnächst Fördermittelanträge gestellt.

### Kontakt

Kurverwaltung Koserow  
Hauptstraße 31  
17459 Ostseebad Koserow  
Telefon: 038375 20415  
E-Mail: [info@seebad-koserow.de](mailto:info@seebad-koserow.de)  
Internet: [www.seebad-koserow.de](http://www.seebad-koserow.de)



# Ambulantes Hospiz

## Caritas-Hospizdienst Stralsund

### Ambulantes Hospiz

Schwere Krankheit, Sterben und Tod verändern das bisherige Leben. Betroffene und Angehörige benötigen in diesen schweren Lebenszeiten Menschen, die ihnen mit Beistand und Hilfe zur Seite stehen.

Der ambulante Hospizdienst ergänzt kostenfrei die Leistungen sozialer Einrichtungen, von Pflegediensten und Ärzten. Er entlastet pflegende Angehörige in der häuslichen Umgebung durch den Einsatz geschulter Hospizhelferinnen und -helfer.

Rufen Sie uns an, wenn Sie betroffen sind oder Hilfe vermitteln möchten, wir helfen Ihnen gern!

### Gespräche, Schweigen, Wünsche erfüllen

Für Menschen, die schwer krank sind, ist es oft erleichternd, wenn jemand außerhalb der Familie für sie da ist, um die engsten Angehörigen nicht noch mehr zu belasten. Die geschulten ehrenamtlichen Hospizhelferinnen und -helfer kommen zu Ihnen und begleiten Sie in dieser Zeit – zum Beispiel mit praktischen Lösungen für Ihre Fragen, bei der Regelung wichtiger Angelegenheiten und mit Gesprächen über alles, was Sie bewegt.

### Fragen wie ...

- Schwer krank – was nun?
- Keine Heilung, wie geht es weiter?
- Was lindert meine Schmerzen?
- Wie viel Zeit bleibt mir noch?
- Kann ich zu Hause bleiben bis zuletzt?
- Was wird aus der Familie und den Kindern?
- Wie soll ich das alles schaffen? ...

beschäftigen Betroffene, wenn sie über die Diagnose und Prognose ihrer Krankheit informiert werden. Auch für Angehörige und Freunde ändert sich das Leben.

### Wir setzen uns dafür ein, dass ...

- schwer kranke und sterbende Menschen mit ihren körperlichen,



- psychischen, sozialen und spirituellen Bedürfnissen Hilfe und Begleitung finden
- Sterbende ihren letzten Weg mit größtmöglicher Lebensqualität und Würde gehen können, unabhängig von Herkunft, Religion, sozialer Stellung und Nationalität
- Angehörige und Freunde beim Abschiednehmen und in ihrer Trauer begleitet werden
- die Idee der Hospizbewegung einen festen Platz in der Öffentlichkeit erhält.

### Ausgebildete, ehrenamtliche, Hospizbegleitende, Mitarbeitende ...

- helfen, den Wunsch der Menschen zu erfüllen, ihre letzten Monate und Tage in vertrauter Umgebung zu verbringen
- begleiten schwerst Kranke und Sterbende mit Zeit, einem offenen Ohr und Zuwendung
- entlasten Angehörige und Freunde durch ihr Dasein.

### Die Hospizfachkraft ...

- berät bei pflegerischen und psychosozialen Fragen und unterstützt die Betroffenen gemeinsam mit dem behandelnden Arzt bei der Schmerztherapie und Symptomkontrolle
- informiert über die verschiedensten Hilfsangebote

- arbeitet mit Ärzten, Pflegediensten, Palliativmedizinern sowie stationären Hospizen zusammen
- informiert die Öffentlichkeit durch Vorträge, Veranstaltungen und Pressemitteilungen über die Hospizidee.

### Das Trauercafé

Der Tod eines nahestehenden Menschen reißt eine große Lücke in das Leben der Hinterbliebenen. Die Zeit der Trauer ist geprägt von heftigen Gefühlen. Das bisherige Leben ist vorbei. Trauernde wissen oft nicht, wie es weitergehen soll. In unseren Gesprächsrunden schaffen wir Raum für die Begegnung und den



Erfahrungsaustausch mit anderen Trauernden, hier können Sie Begleitung und Entlastung erfahren.

### Das Trauercafé ist ein Treffpunkt, an dem Sie

- schweigen dürfen,
- reden können,

- weinen, aber auch
- lachen dürfen,
- Schmerz, Freude und Hoffnung miteinander teilen können.

**Kommen Sie zu uns! Wir freuen uns auf Sie – unabhängig von Ihrer Konfession oder Weltanschauung.**

Dieses Angebot ist kostenfrei.

### Trauercafé

- jeden 2. Donnerstag im Monat
- 15.00 - 17.00 Uhr
- im Frankenwall 07 in der „Caritasse“

Caritas-Hospizdienst Stralsund

## Lazarus DIENSTE Stralsund

Mit den Lazarusdiensten Stralsund möchten wir, die katholische Kirchengemeinde Stralsund in Kooperation mit dem Caritas-Hospizdienst und dem Erzbistum Berlin, Hilfsangebote für Menschen schaffen, die sich in schwierigen Lebenssituationen befinden. Dies können eine schwere Krankheit, der Tod des geliebten Angehörigen, oder physische und psychische Belastungssituationen sein. Gerade dann braucht es Menschen, die stützen, begleiten und das Schwere mittragen. In unserem Dienst arbeiten ausgebildete Ehrenamtliche, die gern diese Aufgaben übernehmen. Sie kommen aus den unterschiedlichsten Berufen und sind reich an Lebenserfahrung. Wir sind für alle Menschen da, die unsere Unterstützung benötigen, un-

abhängig von Religion und Weltanschauung.

- **Gespräche und Begegnung:** Besuchsdienst für alleinlebende und/oder vereinsamte Menschen, Begegnungscafé, Geburtstagsbesuche und Begegnen von Festlichkeiten im Jahreskreis z.B. Geburtstagsfeiern für Menschen ohne Angehörige, Gesprächsangebote über Gott und die Welt
- **Vermittlung von professioneller Beratung** zu Vorsorgemöglichkeiten wie Patienten- und Betreuungsverfügungen, Vorsorgevollmachten durch die Caritas vor Ort, allgemeine Hinweise zu Erbschein- und Nachlassverfahren
- **Beistand und Seelsorge** in der Sterbestunde für Betroffene und Angehörige
- **Begleitung und Hilfe** für Betroffene und Zugehörige bei Erkrankung oder Tod, wie Unterstützung und Hilfestellung im Alltag, bei Ämtern und Behördengängen, Begleitung zum Bestatter, Vorbereitung der Bestattungsfeier,

Leiten von Bestattungen (christlich und weltlich)

- **Vermittlung** von Sterbebegleitungen in der vertrauten Umgebung und palliative Beratung durch den Caritas-Hospizdienst und Fahrdienste zu den Trauerorten, Angebote für Trauernde Trauercafé, Trauergruppen, Einzeltrauerbegleitungen
- **Anteilnahme und Stärkung** Teilnahme und Begleitung zur letzten Ruhestätte, Trauerorte gemeinsam besuchen, Auslegung eines Erinnerungsbuches und Schaffung einer Gedenkecke in den Kirchen

### Nehmen Sie Kontakt zu uns auf:

- Johannes Schaan  
Seelsorger
- Martina Steinfurth  
Caritas Hospizdienst
- Büro Lazarusdienste Stralsund  
Martina Steinfurth  
Frankenwall 7, 18439 Stralsund  
Info@lazarusdienste-Stralsund.de

Lazarusdienste Stralsund



## WEGE GEHEN

### Caritas-Hospizdienst Stralsund

Frankenwall 7  
18439 Stralsund  
Leitung: Martina Steinfurth  
Telefon: 03831 285 89-0  
Telefax: 03831 285 89-19  
E-Mail: m.steinfurth@  
caritas-vorpommern.de  
www.caritas-vorpommern.de



caritas Caritas-Hospizdienst Stralsund

# Schwelkenloser Übergang

So einfach wird die Stolperfalle Badewanne durch eine barrierearme, komfortable Dusche ersetzt

(epr) Täglich stellen sich uns Hindernisse in den Weg, die es zu überwinden gilt – seien es berufliche Herausforderungen oder private Hürden, für die wir kurzfristig Lösungen finden müssen. Umso wichtiger ist es, langfristig vorzubeugen, um solche Situationen erst gar nicht aufkommen zu lassen. Barrieren beseitigen – das gilt auch für die eigenen vier Wände. Denn Hindernisse können mit Blick auf die Zukunft sogar gefährlich werden. Vor allem das Badezimmer birgt solche Stolperfallen, beispielsweise die Badewanne mit ihrem hohen Rand. Umso besser, dass es die Möglichkeit gibt, diese schnell und einfach durch eine komfortable, schwellenlose Dusche zu ersetzen.

Kinemagic heißt hier das Zauberwort – dahinter verbirgt sich ein Konzept aus dem Kinedo-Programm, das einen Tausch ohne große Staub- und Schmutzbelastung innerhalb nur eines Werktages ermöglicht und den Einstieg erleichtert. Zusätzliche Sicherheit beim Duschen geben die Handläufe mit ihrer speziellen Haptik sowie der optional erhältliche Sitz und die Türgriffe, die darüber hinaus durch ihr modernes Design bestechen. Die Kunden können insgesamt aus vier Ausführungen der Kinemagic wählen: Neben „Basic“, „Design“ und „Royal“ gibt es auch die „Royal +“. Hier wird die Körperpflege zu einer noch komfortableren und sichereren Angelegenheit. Sorgen Duschklapsitz, Haltegriff und eine Anti-Rutsch-Beschichtung bereits in der „Royal“ für ein gefahrloses Duschvergnügen, verfügt



Barrieren ade: Die ebenerdige Dusche macht die Körperpflege äußerst komfortabel. (Foto: epr/Kinedo)

Vier Varianten sowie als Eck- und Nischeneinbau realisierbar:

Die Kinemagic passt sich wunderbar den Gegebenheiten an. (Foto: epr/Kinedo)



die Weiterentwicklung über einen zusätzlichen Rundum-Handlauf. Darüber hinaus überzeugt die „Royal +“ durch eine magnetische Handbrause und hochwertige Armaturen. Es ist übrigens egal, wie es um die Beschaffenheit des Bades bestellt ist. Denn die neue Dusche lässt sich sowohl frei als auch in einer Nische oder Ecke realisieren. Zudem bietet Kinedo die Kinemagic seit neuestem auch als kompakte Variante in Längen von 100 und 120 Zentimetern an, sodass auch kleine Bäder in barrierearme Nasstempel verwandelt werden können. Diese ist in den Linien „Design“, „Royal“ und „Royal +“ erhältlich.

● Informationen zu den unterschiedlichen Varianten und vieles mehr gibt es unter [www.kinemagic.de](http://www.kinemagic.de) sowie unter [www.homeplaza.de](http://www.homeplaza.de).

# 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](mailto:post@sophi-greifswald.de)  
Web: [www.sophi-greifswald.de](http://www.sophi-greifswald.de)

*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