

HAUSNOTRUF-DIENST GmbH

• Persönliche Beratung und Bereitstellung des Hausnotrufgerätes
• 24 Stunden einsatzbereite Notrufzentrale
• Hilfevermittlung an 365 Tagen
„Was will ich mehr? So fühle ich mich sicher in meinen vier Wänden.“
Lassen Sie sich beraten, denn Sicherheit beruhigt

Tel.: 07 61 / 2 96 22-0
Eisenbahnstr. 52 · 79098 Freiburg





Aufbaukurs Kinaesthetics

› Individuelle Bewegungsunterstützung pflegender Angehöriger

Ein Angebot der Pflegekasse bei der **BARMER GEK Freiburg** in Zusammenarbeit mit der Kinaesthetics-Trainerin Maria Angela Mark-Löffler

Kurstermine
02.03., 09.03., 16.03., 23.03. und 30.03.2012

Uhrzeit
Jeweils von 13:00 bis 18:00 Uhr

Referentin
Maria Angela Mark-Löffler, Kinaesthetics-Trainerin

Ort
Loretto-Krankenhaus (RKK)
Mercystraße 6-14
79100 Freiburg

Anmeldung
Sekretariat der Pflegedirektion des St. Josefskrankenhauses
Tel.: 0761-2711-2011
Die Teilnahme ist kostenfrei.
Die Kosten für die Unterlagen und das Kinaesthetics-Zertifikat betragen 25,-€

BARMER GEK die gesund experten



Das Herz. Der Mensch. Die Kompetenz.

www.herzzentrum.de

HERZ ZENTRUM BAD KROZINGEN

Südring 15 | D-79189 Bad Krozingen | Telefon 07633/402-0




Gesundheitsresort zertifiziert in Medical Wellness

Das Dorint-Resort „An den Thermen Freiburg“ hat als erstes Hotel in Deutschland gemeinsam mit der Präventions- und Rehaeinrichtung Mooswaldklinik unter der Dachmarke „Gesundheitsresort Freiburg“ die Zertifizierung „Medical Wellness“ des Deutschen Wellnessverbands erhalten. Die professionellen Tester beurteilten nicht nur den Wellness- und Spa-Bereich des Gesundheitsresort Freiburg, sondern alle Abteilungen des Hauses. Entscheidend für die Zertifizierung sind aber vor allem qualifizierte Gesundheits- und Behandlungsprogramme durch ausgebildetes Fachpersonal sowie eine qualifizierte Gästebetreuung unter ärztlicher Anleitung. Auch die Infrastruktur der gesamten Einrichtung, Service und Freundlichkeit der Mitarbeiter und das gastronomische Angebot gehören zu den Prüfkriterien. www.gesundheitsresort-freiburg.de

FOTO: ZVG

Hand in Hand für kranke Kinder

Der Verein „Kinderhilfe Hand in Hand“ setzt sich für akut und chronisch kranke Kinder ein

Auch wenn viel getan wird, klaffen in der Versorgung akut und chronisch kranker Kinder oft noch Lücken. Der Verein „Kinderhilfe Hand in Hand e.V.“ will Abhilfe schaffen. Mit dem Ersten Vorsitzenden, Dr. Jörg Budde, sprach unsere Mitarbeiterin Sigrid Hofmaier



Herr Dr. Budde, Sie sind Kinderarzt am St. Josefskrankenhaus und gleichzeitig Erster Vorsitzender des Vereins „Kinderhilfe Hand in Hand“. Was ist das Ziel des Vereins?
Jörg Budde: Wir möchten Kinder und ihre Familien unterstützen, wenn eine Ausnahme-situation – nämlich die Krankheit eines Kindes – zum Alltag wird.

Wie sieht diese Unterstützung aus?
Jörg Budde: In erster Linie verstehen wir uns als Ansprechpartner in der Klinik. Wir sind da, wenn ein Kind auf der Station zusätzlich betreut werden muss, wenn Eltern Gesprächsbedarf haben, wenn Therapie hinterfragt werden oder psychotherapeutische Begleitung nötig ist. Darüber hinaus vereinfachen wir den Übergang von der Klinik nach Hause. Außerdem organisieren die Vereinsmitglieder Vorträge zu relevanten Themen, Schulungen und Ausflüge mit den Familien.

Dr. Jörg Budde ist Kinderarzt am Josefskrankenhaus. FOTO: HOFMAIER

Wer sind die Vereinsmitglieder?
Jörg Budde: Der Verein besteht aktuell aus 40 Mitgliedern. Das sind Eltern, Krankenschwestern, Ärzte und andere Mitarbeiter der Kinderklinik.

Warum ist der Verein beim Josefskrankenhaus angesiedelt?
Jörg Budde: Der Verein wurde vor zehn Jahren vom damaligen Oberarzt Reinhart Sauter als „Sozialpädiatrischer

Unterstützungs-Verein chronisch kranker Kinder“ gegründet und in diesem Jahr auf Initiative eines Gründungsmitglieds, der engagierten Mutter Gabriele Wilding, wieder zum Leben erweckt. Das Josefskrankenhaus empfinden wir als idealen Nährboden für unseren Verein. Die Thematik passt gut zur Klinikkultur und dem Leitbild in der offenen Atmosphäre dieser Klinik.

Was hat sich der Verein für die Zukunft vorgenommen?

Jörg Budde: Für das Jahr 2012 haben sich die Mitglieder enorm viel vorgenommen: Neben dem regelmäßigen Austausch über chronische Erkrankungen sollen Selbsthilfegruppen initiiert, Besuche im Krankenhaus und Mithilfe auf den Stationen und in der Ambulanz organisiert werden.

Können nur direkt betroffene Angehörige Mitglied werden?

Jörg Budde: Nein, wir freuen uns über jeden, der Interesse daran hat, diese wichtige Arbeit zu unterstützen. Wir leben von engagierten Menschen, die sich selbst und ihre Erfahrungen aktiv einbringen möchten.

Kinderhilfe Hand in Hand e.V., Dr. Jörg Budde, Sauterstraße 1, 07 61/27 11 28 04, E-Mail: joerg.budde@rkk-sjk.de, www.kinderhilfe-hand-in-hand.de.

Den Rücken im Alltag stärken

Präventionsprogramm „Rücken vor Ort“ für die Mitarbeiter im Herz-Zentrum Bad Krozingen

Stehen, Bücken, Heben, Sitzen: Es ist ein Kreuz mit dem Rücken! Diese Klage führen viele Menschen, doch nur wenige wissen, wie sie sich am besten verhalten sollen, um die Beschwerden zu bekämpfen bzw. wie sie schon im Vorfeld gegensteuern können. Die Zusammenhänge zwischen einseitiger Belastung, falschen Bewegungsmustern und Verhaltensweisen sowie Stress werden im Seminar „Rücken vor Ort“ am Herz-Zentrum Bad Krozingen ebenso erklärt wie praktische Verhaltensweisen und Hilfsmittel erläutert, Umsetzungsstrategien erarbeitet und Entspannungsmöglichkeiten aufgezeigt. „Das aktive Bemühen um die Gesundheit der Mitarbeiter ist einer unserer Erfolgsfaktoren“, betont der

geschäftsführende Verwaltungsdirektor Bernd Sahner. Seit 2007 haben insgesamt 74 Mitarbeiter an diesem besonderen Projekt teilgenommen. Über 80 Prozent der Teilnehmer geben deutlich weniger Rückenbeschwerden an und haben vor allem ein nachhaltig verändertes Gesundheitsbewusstsein entwickelt.

Im zweitägigen Grundseminar erfahren die TeilnehmerInnen auch, welche Bedeutung Rückengesundheit für das allgemeine Wohlbefinden hat, welche Ursachen ihre Rückenschmerzen haben und wie man diese zielgerichtet und konsequent in den Griff bekommen kann. Ein dreimonatiges funktionelles Rückentraining im Fitnessstudio schließt

sich an, ein zweitägiges Seminar zu Stressoren im Alltag wird außerhalb des Arbeitsplatzes durchgeführt.

Nachhaltigkeit garantiert

Um die Nachhaltigkeit des Rückenprogramms sicherzustellen, findet auch im täglichen Betrieb eine individuelle Betreuung statt. Darüber hinaus treffen die Teilnehmer in der Klinik immer wieder auf die Therapeuten und Ausrichter.

Das in dieser Form in Deutschland einmalige Präventionsprogramm „Rücken vor Ort“ wird vom Herz-Zentrum Bad Krozingen in Kooperation mit der Berufsgenossenschaft für Gesundheitsdienst und Wohlfahrtspflege (BGW) angeboten und von der BG finanziell unterstützt.

KURZ GEFASST

Vortrag über Folgen von Lärmschäden

Wer im neuen Jahr immer noch ein dumpfes Gefühl wie Watte im Ohr hat, vielleicht sogar schlechter hört oder seither Ohrgerausche, einen sogenannten Tinnitus hat, sollte möglichst rasch zum HNO-Arzt Dr. med. Hellmuth Stimmere, leitender Arzt am Druckkammerzentrum Freiburg, informiert am Montag, 9. Januar um 18 Uhr in einem kostenlosen Arztvortrag über die Behandlungsmethode Hyperbare Sauerstofftherapie und ihre Erfolgsaussichten bei Lärm- und Knallschäden. Die Teilnahme an der Veranstaltung im Druckkammerzentrum Freiburg, Habsburgerstr. 116, ist kostenlos, Anmeldung unter 07 61/38 20 18 erbeten. (fwb)

Hebammen bitten um Unterstützung

Die Hebammen in Deutschland bitten um Unterstützung: Sie sehen sich mit einem Stundenlohn von 7,50 Euro „krass unterbezahlt und kämpfen ums Überleben“. Monat für Monat, so der Verein „Hebammen für Deutschland e.V.“ müssten Tutzende von Hebammen aufgeben, immer seltener finden Schwangere eine Fachfrau in ihrer Nähe. Der Spitzenverband der gesetzlichen Krankenversicherung (GKV) bietet den Hebammen nur 1,98 Prozent mehr, außerdem müssen die Hebammen eine 56-prozentige Preiserhöhung der Berufshaftpflicht verkraften. Infos unter www.hebammenfuereuropa.de. (fwb)

Kinaesthetics für pflegende Angehörige

Pflegende Angehörige bewältigen besondere Herausforderungen. Neben der Bewältigung des eigenen Lebens helfen sie dem pflegebedürftigen Menschen bei seinen Alltagsverrichtungen. Diese Hilfe ist auf die Dauer eine Überforderung, geht an die Substanz und erfordert einen achtsamen Umgang mit den persönlichen Ressourcen. Hier kommt „Kinaesthetics“ zur Hilfe: Mit Hilfe der eigenen Bewegungskompetenz gelingt es, den pflegebedürftigen Menschen im Sinne einer ganzheitlichen Gesundheits- und Entwicklungsförderung zu unterstützen. Die Pflegekasse bei der Barmer GEK bietet nun in Zusammenarbeit mit der Kinaesthetics-Trainerin Maria Angela Mark-Löffler kostenlose Grund- und Aufbaukurse in Kinaesthetics am Loretto-Krankenhaus an. Infos unter 07 61/27 11 20 11 und www.kinaesthetics.de. (hof)

Ich will zu Hause leben!

DEUTSCHES ROTES KREUZ

HausNotruf

»Wenn ich Hilfe brauche, drücke ich einfach auf den Knopf meines Funksenders. Die DRK-Zentrale leitet im Notfall sofort die richtige Hilfe ein.
Im Haushalt und beim Einkaufen stehen mir die **Mobilen Sozialen Dienste** zur Seite. Ich fühl' mich einfach sicherer.«

Ihre Ansprechpartnerin
Verena Sumser
☎ (07 61) 8 85 08-882
www.drk-freiburg.de

