Information und
Unterstützung für die Pflege
zu Hause

Ausgabe 02-2014

Wohnen im Viertel am Domagkpark – eine Kooperation des Evangelischen Pflegedienst München e.V. und der GEWOFAG

Das 24,3 Hektar große Areal der ehemaligen Funkkaserne liegt im Nordosten des Münchner Stadtgebiets im Stadtteil Freimann. Hier sollen bis zum Jahr 2017 rund 1600 Wohnungen für alle Einkommensgruppen sowie kleinteiliger Einzelhandel, Büros und zahlreiche Räume für soziale, kulturelle und nachbarschaftliche Nutzungen entstehen. Eine Grundschule, vier Kitas, ein Haus für Kinder, Jugend und Familie, Wohnungen für Studierende, für ältere Menschen und für Menschen mit Behinderung runden das Angebot ab.

Der Evangelischer Pflegedienst München e.V. wird dort in Kooperation mit der GEWOFAG – der städtischen Wohnungsbaugesellschaft – das innovative Wohn- und Versorgungskonzept Wohnen im Viertel umsetzen. Hierzu stellt die GEWOFAG insgesamt zehn barrierefreie Projektwohnungen für pflegebedürftige Menschen zur Verfügung. Und für Menschen, die nur vorübergehend Hilfe benötigen – zum Beispiel nach einem Unfall oder einem Krankenhausaufenthalt – steht zudem eine Pflegewohnung auf Zeit bereit.

Der Evangelische Pflegedienst München e.V. steht dabei nicht nur den Bewohnerinnen und Bewohnern der Projektwohnungen rund um die Uhr und ohne Betreuungspauschale zur Verfügung, sondern bei Bedarf auch allen anderen Anwohnerinnen und Anwohnern am Domagkpark. Ist eine dauerhafte pflegerische oder hauswirtschaftliche Versorgung nötig, werden diese Leistungen mit den entsprechenden Kostenträgern wie Pflege- oder Krankenkasse abgerechnet. Durch dieses Wohnkonzept können so auch Menschen ambulant in ihrer eigenen Wohnung versorgt werden, die sonst in ein Pflegeheim umziehen müssten.

Im Erdgeschoss wird neben einem barrierefreien Wohncafé auch ein Koordinations- und Beratungsbüro des Evangelischen Pflegedienst München e.V. entstehen. Der Bezug der Wohnungen ist für Dezember 2014 geplant. Einige Projektwohnungen für pflegebedürftige Menschen mit geringem Einkommen sind derzeit noch zu vergeben.

Bei Fragen zum Wohnkonzept oder bei Interesse am Bezug einer Projektwohnung wenden Sie sich jederzeit gerne an unseren zuständigen Pflegedienstleiter Matthias Dimpflmaier.

Kontakt:
Evangelischer Pflegedienst München e.V.
Diakoniestation Nord
Hugo-Wolf-Straße 18
80937 München
Telefon (089) 32 20 86-0
matthias.dimpflmaier@ev-pflegedienst.de
www.ev-pflegedienst.de

Diakonie
Evangelischer
Pflegedienst München e.V.

Alle Standorte Wohnen im Viertel in München:

Stadtteil	Kooperationspartner	Adressen und Kontakt
Gern	Evangelischer Pflegedienst München e.V	Hanebergstraße 13 und Mehrgenerationenwohnen am Reinmarplatz, 80637 München, Tel.: 089/32 20 86-0
Schwabing-West (Ackermannbogen)	Evangelischer Pflegedienst München e.V	Petra-Kelly-Straße 29, 80797 München, Tel.: 089/32 20 86-0
Freimann (Domagkpark)	Evangelischer Pflegedienst München e.V	Max-Bill-Straße 13, 80807 München, Tel.: 089/32 20 86-0
Harlaching	Sozialstation Berg am Laim	Rotbuchenstraße 10, 81539 München, Tel.: 089/ 69 38 88 82
Obergiesing	Sozialstation Berg am Laim	Bayrischzellerstraße 10, 81539 München, Tel.: 089/69 38 88 82
Messestadt Riem	Gemeinschaft Ambulante Pflege	Astrid-Lindgren-Straße 58, 81829 München, Tel.: 089/54 84 87 64
Laim/Pasing	Stiftung Kath. Familien- & Altenpflegewerk	Mitterfeldstr. 20, 80689 München, Tel.: 089/58 09 111

Information und
Unterstützung für die Pflege
zu Hause

Ausgabe 02-2014

Liebe Leserin, lieber Leser,

wir werden bei der Verteilung dieser Zeitschrift von allen Apotheken des Münchner Nordens unterstützt. Besondere Unterstützung durch eine **Förder-Mitgliedschaft** erfahren wird durch folgende Apotheken:

Apostel-Apotheke, Ingolstädterst. 109
Baum- Apotheke, Neuherbergstr. 100
Delphin-Apotheke, Illungshofstr. 21, Ecke Knorrstr.
fit & gesund- Apotheke, Schleißheimerstr. 354, Ecke Milbertshofenerstr.
Riesenfeld-Apotheke, Riesenfeldstr. 74
St. Mauritius-Apotheke, Rümannstr. 5
Walpurgis-Apotheke, Keferloherstr. 103, Ecke Knorrstr.

Möchten Sie als Privatperson oder Apotheker auch ein regelmäßiges Fördermitglied werden? Schreiben Sie uns bitte an unsere Postadresse: IKARUS e. V., Postfach 45 02 12, 80902 München, oder senden Sie uns ein Mail an trieb@ikarus-muenchen.de. Wir senden Ihnen dann einen Mitgliedsantrag mit Einzugsermächtigung zu.

Oder wollen Sie uns einfach nur eine einzelne Spende zukommen lassen?
Auch kleine Beträge helfen uns weiter. Unsere Kontoverbindung bei der Stadtsparkasse München ist:
IBAN: DE18 7015 0000 0908 132 954 BIC: SSKMDEMM. **Herzlichen Dank im voraus!**

In IKARUS e. V. vertretene Organisationen:

Altenhilfe- und Krankenpflegeverein Allerheiligen
durch Brigitta Horstmann und Gertrud Heimüller
Pflegedienst Bethke durch HedyBethke
Pflegedienst Isar-Med durch Klaus Baumgärtner
Pflegedienst MediSun durch Tatyana Lemnitz
Pflegedienst Noell durch Caroline Noell
Pflegedienst Partner durch Elvia Miut
Pflegedienst Puscas durch Elke Puscas
Pflegedienst Weiße Tauben durch Petra Westermayr
Diakonie Milbertshofen durch Beate Ilg, Christian Müller und Gerd Meisl
Diakonie Schwabing durch Christina Herger
Diakonie Nord-Hasenbergl durch Siglinde Burrack und Karl-Heinz Winkler
Caritas durch Ehrenmitglied Sr. Gratia Kiefersbeck
Alten- und Seniorenzentrum Altstadt durch Elfriede Oepen
Gerontopsychiatrischer Dienst München-Nord durch Christine Schwenzer
Tagespflege Rümannstraße durch Christiane Ammer-Wabnitz
Verein Stadtteilarbeit und THEA-Mobil durch Adriana Backhaus, Daniela Kast, Anja Meise und Brigitte Bumann
Physiotherapeut(inn)en durch Ursula Schöder und Christine Holler
Ergotherapeut(inn)en durch Adriane Pokorny
Logopäd(inn)en durch Kerstin Rusch
Hausarztpraxen durch Dr. Christa Scholtissek, Dr. Frauke Otto, Dr. Christoph Männel und Dr. Andreas Trieb

Initiativkreis ambulante Reha und soziale Dienste im Münchner Norden e. V., gemeinnütziger Verein, VR 16714

BÜRO
Neuherbergstr. 100/1, 80937 München im Ärztehaus Nordheide
Sprechzeiten nach Voranmeldung
Tel. 089/318 69 452
oder 0176/719 07 111
Telefonsprechstunde
Donnerstag 8 – 9 Uhr
Fax 089/318 69 451
info@ikarus-muenchen.de
Postanschrift:
Postfach 45 02 12
80902 München
www.ikarus-muenchen.de

IMPRESSUM

Herausgeber: IKARUS e.V., Postfach 45 02 12, 80902 München, Redaktion: Christiane Wabnitz, Beate Ilg, Elfriede Oepen, Dr. Christa Scholtissek,
Christian Müller, Dr. Andreas Trieb, V. i. S. d. P.: Dr. Andreas Trieb
Hinweise: Alle Informationen werden nach bestem Wissen, jedoch ohne Gewähr für die Richtigkeit gegeben. Die in diesem Heft veröffentlichten Texte und Bilder sind urheberrechtlich geschützt.
Nachdruck und andere Arten der Vervielfältigung nur nach schriftlicher Genehmigung des Herausgebers.

Information und
Unterstützung für die Pflege
zu Hause

Ausgabe 02-2014

IKARUS e.V.

IKARUS e.V. ist ein freiwilliger Zusammenschluss von Vertreterinnen und Vertretern verschiedener Berufsgruppen und Institutionen in München-Nord und Schwabing, die an der Betreuung, Behandlung und Versorgung von alten Menschen in ihrer häuslichen Umgebung beteiligt sind.

Die Initiativgruppe besteht seit 1998, seit Januar 2001 sind wir als gemeinnütziger Verein anerkannt. Ziel ist die interdisziplinäre, koordinierte Zusammenarbeit bei der häuslichen Betreuung und mobilen Rehabilitation von alten Patienten

Christiane Wabnitz

Frau Bergmann ist immer donnerstags von 9.00 bis 11.00 Uhr im IKARUS Büro in der Neuherbergstr. 100 erreichbar.
Für Sprechstunden bitten wir Sie sich vorher telefonisch anzumelden:

Tel.: 089/318 69 452 oder Mobil: 0176/719 07 111

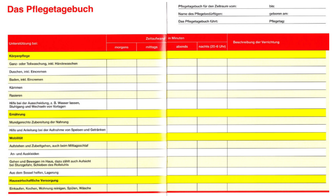
Wie beantrage ich eine Pflegestufe?

Pflegebedürftigkeit kann ganz plötzlich (z. B. nach einem Unfall oder Schlaganfall) oder auch allmählich (Herzschwäche, Lungenprobleme, Gelenkerkrankungen, Altersschwäche, Parkinson, Demenz etc.) entstehen.

Was heißt Pflegebedürftigkeit?
Meist beginnt es mit Problemen beim Einkaufen, der Hausarbeit, Treppensteigen; dann kommen Schwierigkeiten beim Aufstehen, Haare waschen, Duschen etc. hinzu. In diesem Stadium reicht es oft noch, dass Angehörige oder hilfsbereite Nachbarn den (alten) Menschen unterstützen. Wenn es aber solche Unterstützungssysteme nicht gibt, die Pflegebedürftigkeit zunimmt oder die Angehörigen selber an die Grenzen ihrer Belastbarkeit gelangen, ist es höchste Zeit, Leistungen der Pflegeversicherung zu beantragen. Um Geld für professionelle oder private Hilfe zu erhalten, muss eine Pflegestufe festgestellt werden.

Antrag auf eine Pflegestufe
Der Antrag kann formlos oder mit Hilfe eines Antragsformulars bei der Pflegekasse (über die Krankenkasse) gestellt werden. Die Pflegekasse beauftragt den Medizinischen Dienst der Krankenkassen (MDK), die innerhalb von 3 Wochen einen Besuchstermin beim Pflegebedürftigen vereinbaren und spätestens nach 2 Wochen das Ergebnis der Untersuchung und der Pflegestufe schriftlich mitteilen.
Auf diesen Termin sollte man sich sehr gut vorbereiten, indem man über 1 – 2 Wochen ein **Pflegetagebuch** (gibt es bei vielen Krankenkassen, beim ASB, bei Pflegeberatungsstellen, im Internet etc.) führt, wo der Zeitaufwand für alle Pflegetätigkeiten genau aufgeführt wird.
Wichtig ist, auch die Dinge zu beschreiben, wo man beaufsichtigt und anleitet und den tatsächlichen Zeitaufwand anzugeben (z. B. die Zeit, die es braucht, jemandem zu erklären, dass er jetzt rasiert wird, ins Bad zu gehen und dann die Rasur auch durchzuführen).

Das Pflegetagebuch


Pflegetagebuch für den Zeitraum vom: bis
Name des Pflegebedürftigen: geboren am:
Das Pflegetagebuch führt: Pflegegrad:

Verrichtung am	Zeitaufwand in Minuten: morgens	mittags	abends	nachts (00 & 24h)	Beschreibung der Verrichtung
Körperpflege					
Gesicht oder Teilwaschung, inkl. Mundwaschen					
Duschen, inkl. Abtrocknen					
Baden, inkl. Einreiben					
Kämmen					
Rasieren					
Hilfe bei der Ausscheidung z. B. Wasser lassen, Stuhlgang und Wechsel Ein. Verlage					
Ernährung					
Mundgerechte Zubereitung der Nahrung					
Hilfe und Anleitung bei der Aufnahme von Speisen und Getränken					
Mobilität					
Aufstehen und Zubettgehen, auch beim Mittagsschlaf					
An- und Auskleiden					
Gehen und Bewegen im Haus, dass dabei auch Aufstehen bei Stuhlgang, Duschen usw. Mitbenutzt					
Aus dem Bereich Saffen, Lagerung					
Hauswirtschaftliche Versorgung					
Einkaufen, Kochen, Wohnung reinigen, Spülen, Wäsche					

Wer dazu in der Lage ist, sollte mindestens 1 Woche von morgens bis abends jeden noch so banalen Handgriff notieren, auch mit Zusatz z.B. Transfer, wer die Hilfe geleistet hat, etc. Als Hilfe kann man sich die genauen Leistungskomplexe aus dem Internet herunterladen oder sie bei einem Pflegedienst erfahren.

Inhalt / Themen

Wie beantrage ich eine Pflegestufe 1-2
Achtung Betrüger: Der Enkeltrick 3
Veranstaltungshinweis: „Sturzprophylaxe 4
Fördermitgliedschaft, Vertretene Organisationen, Impressum 6
Das Übel mit den Stürzen 4
Wohnen im Viertel Domagkpark 5

www.ikarus-muenchen.de

Ikarus 02-2014.indd 1
09.10.2014 10:38:00

Voraussetzung für die Feststellung einer Pflegestufe ist, dass die Unterstützung mindestens für 6 Monate und regelmäßig nötig ist. Pflegebedürftigkeit für die Zeit nach einer Oberarmfraktur oder nur einmal wöchentlich zum Baden o. ä. reicht also nicht aus. Außerdem ist genau geregelt, in welchen Bereichen jemand Unterstützung braucht: dazu gehört

1. Die **Körperpflege** mit Waschen, Duschen, Kämmen, Rasieren, Zahnpflege, Toilettengänge, Stuhlgang und Wasserlassen;
2. Die **Ernährung** mit mundgerechter Zubereitung oder Aufnahme der Nahrung und der Getränke;
3. Die **Mobilität** mit Aufstehen, Zubettgehen, An- und Ausziehen, Gehen, Stehen Treppensteigen, Verlassen der Wohnung und die **hauswirtschaftliche Versorgung** mit Einkaufen, Kochen, Putzen, Abwaschen, Wäschereinigung, Heizen.

Mehr als die Hälfte der Zeit muss für die Grundpflege, das sind die Punkte 1 – 3, aufgewendet werden.

Pflegestufe	Mindestzeitaufwand insgesamt	Mindestaufwand für die Grundpflege	Hilfebedarf am Tag
1	90 Minuten	mehr als 45 Minuten	1 bis 2 Maßnahmen
2	3 Stunden	2 Stunden	Dreimal
3	5 Stunden	4 Stunden	Ganztätig auch nachts zwischen 22 - 6 Uhr

Was die Pflege erschweren kann

- Versteifung der Arm- und Beingelenke / eingeschränkte Beweglichkeit
- Körpergewicht über 80 kg
- Stark verkrampfte Muskulatur, z.B. bei Lähmung nach Schlaganfall
- Fehlstellung von Armen/Beinen
- Einschießende unkontrollierte Bewegungen
- Eingeschränkte Belastbarkeit aufgrund einer schweren
- Herzschwäche mit ständiger Luftnot und Wassereinlagerung
- Schluckstörungen/Störungen der Mundbewegungen, Atemstörungen
- Abwehrverhalten/Fehlende Kooperation mit Behinderung der Übernahme (z.B. bei geistigen Behinderungen/psychischen Erkrankungen
- Stark eingeschränkte Sinneswahrnehmung (Sehen, Hören)
- Starke therapieresistente Schmerzen
- Pflegebehindernde räumliche Verhältnisse
- Zeitaufwendiger Hilfsmitteleinsatz (z.B. Lifter)
- Andere Gründe

Für den Besuchstermin des MDK sollte man zusätzlich wichtige Arztberichte beim Hausarzt besorgen, den Medikamentenplan bereithalten und vor allem sollte der Pflegedienst oder die pflegenden Angehörigen dabei sein, da viele Menschen sich schämen, ihre Hilfsbedürftigkeit einzugestehen und vor Fremden ihre Situation beschönigen und damit einen niedrigeren Bedarf an Unterstützung angeben, was dann zu einer falschen Einschätzung führt. Besonders schwierig ist die Einschätzung bei beginnender vaskulärer Demenz, da für die Begutachter in der körperlichen Untersuchung oft kaum Defizite festzustellen sind und der Bedarf an Anleitung und Beaufsichtigung bei den Alltagstätigkeiten durch die Betroffenen nicht richtig angegeben werden kann. Bei der Begutachtung von Demenzkranken sollen sich die Angehörigen die nicht zutreffenden Antworten notieren und anschließend - ob in Gegenwart des Kranken oder alleine- die Antworten richtigstellen und darauf achten, dass diese Einlassung auch in das Begutachtungsprotokoll aufgenommen wird.

Während des Termins sollte auch darauf hingewiesen werden, dass das Pflegegutachten mit der Feststellung der Pflegestufe mitgeschickt werden soll. Dies ist vor allem wichtig, wenn die Pflegestufe abgelehnt oder zu niedrig angesetzt wurde und ein Widerspruch eingelegt werden muss.

Der Widerspruch muss innerhalb von 4 Wochen nach Eingang des Bescheids erfolgen – er kann erst einmal durch ein formloses Schreiben an die Pflegekasse erfolgen.

„Hiermit lege ich Widerspruch gegen den Bescheid vom ……., für Frau oder Herrn…… ein. (Eine ausführliche Begründung wird nachgereicht)“

Für die Begründung sollte man sich Unterstützung beim Pflegedienst, Hausarzt oder Beratungsstellen holen und das Pflegegutachten zur Verfügung haben. Besser keine Begründung, als eine Festlegung, ohne die genaue Begutachtung zu kennen.

Was tun, wenn noch keine Pflegestufe festgestellt wurde? Solange noch keine Pflegestufe bescheinigt wurde, muss die Leistung des Pflegedienstes aus der eigenen Tasche bezahlt werden, wobei es einige Ausnahmen gibt: Medikamentengabe und -überwachung, Insulinspritzen, Heparinspritzen Verbände und Wundversorgung, An- und Ausziehen von Kompressionsstrümpfen etc. können durch den Hausarzt verordnet werden.

Bei Menschen, die Grundsicherung erhalten, kann über das zuständige Sozialbürgerhaus (Fachstelle häusliche Versorgung oder Bezirkssozialarbeiter) die Grundpflege und hauswirtschaftliche Versorgung beantragt werden. Hier helfen auch die Pflegeberatungsstellen weiter.

Das Wichtigste ist, rechtzeitig zu merken, wann man Hilfe braucht und sich an Fachleute zu wenden

Dr. Christa Scholtissek

IKARUS

Information und
Unterstützung für die Pflege
zu Hause

Ausgabe 02-2014

Achtung Betrüger: Der Enkeltrick!

Der Enkeltrick ist eine Betrugsform, die sich gezielt gegen ältere Mitmenschen richtet. Dabei geben sich die Betrüger am Telefon als Enkel/in, Neffen/Nichten oder sogar Kinder der Senioren aus. Sie täuschen eine Notlage vor und bitten ihre Opfer um hohe Geldbeträge. In der Annahme ihren Angehörigen zu helfen, machen sich die Senioren auf den Weg zu ihrer Bank, um das geforderte Geld abzuheben. Danach übergeben sie es einem Boten, der vom vermeintlichen Verwandten geschickt wird, und verlieren unwiederbringlich nicht selten ihre über Jahre angesammelten Ersparnisse.

Besonders betroffen sind allein lebende, ältere Mitmenschen – sie können sich meist nicht mit jemandem aus ihrem näheren Lebenskreis beraten. Hinzu kommen noch weitere Faktoren wie Seh- oder Hörschwäche: So halten sie schnell die fremde Stimme am Telefon für die eines Verwandten.

Auch Vereinsamung, Zerstreutheit und Demenz machen Senioren zu leichten Opfern für diese Form des Betrugs. Außerdem sind ältere Menschen häufig zu Hause anzutreffen – und somit auch telefonisch meistens erreichbar.

des Betrugs. Außerdem sind ältere Menschen häufig zu Hause anzutreffen – und somit auch telefonisch meistens erreichbar.

Wie gehen die Täter vor?

Die Täter reisen für ihre Machenschaften häufig umher. Sie sind findig, flexibel und agieren mindestens zu zweit. Während ein Täter am Telefon die Geldübergabe ausmacht, holt ein anderer (Bote) das Geld ab.

Die Vorgehensweise ist immer ähnlich.

- Dem angerufenen Senior wird vermittelt, den Anrufer gut zu kennen: Die Betrüger verwenden die „Du-Form“ und nennen den eigenen Namen nicht. Mit den Worten „Rate mal, wer dran ist?“ beginnen sie das Telefonat. Nennt das Opfer daraufhin einen Namen aus seinem Verwandten- oder Bekanntenkreis geben sich die Täter als die genannte Person aus.
- Am Telefon täuschen die Täter eine Notlage vor und bitten um Hilfe für einen günstigen Auto- oder Woh¬nungskauf, die Begleichung von Schulden oder für die Bezahlung eines Unfallschadens. Immer bestehen die Täter auf eine kurzfristige und schnelle Bargeldübergabe meist in der Wohnung des älteren Menschen.
- Geschickt informieren sich die Täter über die finanziellen Verhältnisse ihrer Opfer: Sie fragen nach Bargeld und Schmuck im Haus oder nach dem Vermögen auf der Bank.
- Hat die Seniorin/der Senior in der Wohnung die geforderte Summe nicht parat, wird sie/er gebeten, unverzüglich zur Bank zu gehen und dort den Betrag abzuheben. Nicht selten ruft der Täter sogar ein Taxi für den Rentner oder die Rentnerin, der/die den Weg nicht mehr zu Fuß bewältigen kann.
- Teilweise werden die Angerufenen zu absoluter Verschwiegenheit ermahnt und psychisch immens unter Druck gesetzt. Sie werden mit dem Abbruch jeglicher sozialer Beziehungen oder den schlimmen Folgen für den „Enkel“ eingeschüchtert.
- Meistens werden die Opfer auf dem Weg zum Bankinstitut und bei der Abhebung des Geldes von Mittätern beobachtet. Die Betrüger vergewissern sich, dass die Senioren das Geld tatsächlich abheben und sich nicht zu lange mit Bankmitarbeitern unterhalten.
- Kaum ist das Opfer mit dem Geld zu Hause angekommen, geht der nächste Anruf ein: Der vermeint¬liche Enkel gibt vor, das Geld nicht selbst abholen zu können und kündigt einen Abholer/Boten an. Dieser steht in engem Kontakt zu demjenigen, der das Opfer auf dem Weg zur Bank beobachtet hat. Zusammen ergreifen sie nach der Geldübergabe die Flucht.
- Die Übergabe findet meist an der Haustür statt – nicht selten erkundigt sich der Anrufer später danach, ob diese zu Stande gekommen ist.

Quelle und damit weitere Informationen unter www.polizei-beratung.de

IKARUS

Information und
Unterstützung für die Pflege
zu Hause

Ausgabe 02-2014

Das Übel mit den Stürzen

In diesem kurzen Artikel geht es weniger um Sturzprävention oder die oft genannten Hilfsmittel.

Die einzige Sturzprävention, die allen Studien stand hält, ist Krafttraining in Verbindung mit Koordinationstraining und Gleichgewichtsübungen.

Oft passieren Stürze aus Unachtsamkeit und könnten sehr leicht verhindert werden. Im Herbst und in der Nacht erhöht sich die Gefahr um 30%. Die meisten Stürze ereignen sich im Haushalt, im Garten und in der Freizeit, meist durch einfaches Stolpern oder Ausrutschen. Oft liegt es am falschen Schuhwerk.

Empfehlenswert für die kommenden kälteren Tage wäre eine weiche Sohle mit gutem Profil, die sich der Oberfläche anpasst und auch den unterschiedlichen Bodenbelegen. Glatteis war im vergangenen Winter nicht so sehr das Problem, sondern das nasse Laub oder die Übergange von Straßenasphalt auf geflieste Böden, wie in Einkaufscentern oder U-Bahn Stationen. Wichtig ist natürlich, dass die Schuhe nicht zu eng sind, das Material nicht verschlissen und die Sohle nicht zu stark verunreinigt ist.

Quelle. Schweizerische Beratungsstelle für Unfallverhütung

Vortrag für Angehörige und Betroffene

„Sturzprophylaxe“

am Freitag, 05.12.2014, von 15.00 - 16.30 Uhr

Stürze sind leider häufiger, als man wahrhaben will!

Ergotherapeutin Adriane Pokorny und Dr. Andreas Trieb zeigen die Ursachen auf und geben Tipps zur Vorbeugung.

Für Fragen und Diskussion ist genügend Zeit.

Ärztehaus Nordheide **Neuherbergstr. 100 1. Stock**
Eintritt frei **Barrierefreier Zugang**