

WIR MACHEN IHR LEBEN LEICHTER

AUSGABE 1/2020



**+ DAS BMAB
JUGENDCAMP 2019**
Ein einzigartiges Miteinander

+ NEUERÖFFNUNG
Unsere zehnte Filiale
am Hannover HBF/ZOB

+ ES IST OFFIZIELL
Teraske ist nun Bildungs-
partner der IUBH!

+ VERANSTALTUNG
Tag des brandverletzten
Kindes, Paulinchen e.V.

IHR MAGAZIN

Mit Einblicken in unser Unternehmen,
informativen Artikeln und tollen Angeboten.





Teraske

Ortho Reha Sanitätshäuser

Sanitätshäuser
Homecare
Reha-Technik
Orthopädietechnik
Orthopädieschuhtechnik

FÜR MEHR SICHERHEIT UND KOMFORT ZU HAUSE!

Es gibt viele Möglichkeiten, den häuslichen Alltag einfacher und angenehmer zu gestalten. Wir verfügen über ein umfangreiches Angebot an nützlichen Produkten und Konzepten, die Ihnen das Leben leichter machen.

Von Rampen, Treppenliften und Treppensteigehilfen über Haltegriffe und Handläufe bis hin zu kleinen Hilfsmitteln wie z.B. Toilettensitzerhöhungen, Ess- und Aufstehhilfen: Lassen Sie sich kostenlos und bequem zu Hause beraten, abgestimmt auf Ihre persönlichen

Bedürfnisse und Gegebenheiten. Profitieren Sie von unserer langjährigen Erfahrung in der Wohnumfeldplanung und stimmen Sie noch heute einen unverbindlichen Beratungstermin mit uns ab. Wir freuen uns auf Ihren Anruf!

Reha- und Homecarezentrum Copenbrügge
Lindenbrunn 1 · 31863 Copenbrügge
Telefon: (05156) 96 14 0 · Telefax: (05156) 96 14 26

Verwaltung und Reha-Ausstellung Hannover
Lohweg 44 · 30559 Hannover
Telefon: (0511) 66 10 74 · Telefax: (0511) 66 10 75

Wir machen Ihr Leben leichter!

LIEBE KUNDINNEN UND KUNDEN,

herzlich willkommen zu unserer ersten Ausgabe dieses Jahres!
Wir hoffen, Sie hatten besinnliche Fest- und Feiertage und sind gesund und munter ins neue Jahr gestartet. Auch dieses Mal haben wir wieder Interessantes zu berichten:

Im letzten Quartal des Jahres 2019 ergaben sich viele Veränderungen.

So feierte Teraske stolz die Neueröffnung der 10. Filiale, direkt im Herzen Hannovers beim Hauptbahnhof/ZOB, sowie unseren 50jährigen Geburtstag in Hameln. Darüber hinaus begrüßten wir als neuer Bildungspartner drei duale Studierende im Team. Die Hintergründe der Partnerschaft und Näheres erfahren Sie ebenfalls in dieser Ausgabe.

Unser Orthopädietechnikmeister Ulf Aue hat sich beim Jugendcamp des BMAB von der Lebensfreude der jungen Prothesenträger*innen begeistern lassen.

Natürlich gibt es auch in dieser Ausgabe wieder ein leckeres Kochrezept und – für alle, die gern knobeln – das traditionelle Sudoku. Und auf der letzten Seite finden Sie ein paar kleine Auszüge aus unseren Social-Media-Aktivitäten sowie selbstverständlich die Einladung, diesen in Zukunft direkt beizuwohnen. Es lohnt sich!

Ich wünsche Ihnen viel Spaß beim Lesen!
Ihr



Dr. Fabian Efeld
Geschäftsführer



WIR MACHEN IHR LEBEN LEICHTER.



ROLLATOR ELAN

Der Rollator Elan Classic besticht durch seine schlichte Eleganz. Seine breite Standfläche verleiht ihm dabei besondere Sicherheit. Er lässt sich praktisch für den Transport oder leicht für eine platzsparende Aufbewahrung zusammenklappen. Die Sitzfläche und der Rückengurt bieten einen komfortablen Sitzplatz für kurze Ruhepausen. Eine einfache und sichere Verriegelung hält den Rollator im gefalteten Zustand zusammen. Gefaltet steht der Rollator sicher und lässt sich leicht schieben. Die Stufenhilfen sind fest am Rahmen montiert und erleichtern ein Ankippen des Rollators vor flachen Schwellen.

- + **Gewicht: 6,12 kg (ohne Zubehör).**
- + **Inklusive Tasche, Rückengurt, Stockhalter, Reflektoren, und beidseitiger Stufenhilfe**
- + **Max. Belastbarkeit: 150 kg**

199,- €



CARBON-ROLLATOR SALJOL

Dieser besonders schicke Carbon-Rollator wurde im Stil der 50er Jahre designt und ist dazu auch noch superleicht. Er ist zusammenklappbar und verfügt über eine leicht zu erreichende Handbremse. Außerdem bieten vier Reflektoren an der Rückseite des Rollators und drehende Speichen-Reflektoren eine gute Sichtbarkeit auch in der Dunkelheit. Der Rollator verfügt über eine Geschwindigkeitsregulierung durch verschiedene Rollwiderstände, was das Fahren bergab erleichtert und zusätzliche Sicherheit bietet, wenn Sie sie am dringendsten brauchen. Seine Korkgriffe bieten einen rutschfesten und abriebfesten Griff, was gerade an warmen Tagen besonderen Komfort garantiert.

- + **Gewicht: 5,8 kg**
- + **Max. Belastbarkeit: 150 kg**
- + **Farben: British Racing Green, Midnight Blue, Star Silver**

599,- €



E-MPULSE R20 ROLLSTUHL-SCHIEBEHILFE

Noch nie war es so einfach, vorwärts zu kommen, wie mit der neuen Empulse R20 Schiebehilfe. Ob bergauf, bergab oder lange Strecken – der R20 unterstützt in jeder Situation. Mit nur 5 kg ist die faltbare Schiebehilfe extrem leicht und sehr einfach zu transportieren.

Auch das Selbstfahren mit angebautem R20 ist problemlos möglich.

PROBEFAHRT
gefällig?



HABEN SIE INTERESSE?

Wir beraten Sie gern und bieten auch Probefahrten im Hausbesuch!



WOHNRAUM-ROLLATOR PAGE

Der Wohnraum-Rollator Page schenkt mehr Sicherheit im Alltag zu Hause. Nebenbei ist er durch das perfekt abgestimmte Zubehör in der Wohnung vielseitig einsetzbar. Er dient als Geh-, aber auch als Sitzhilfe und kann ebenfalls als Servierwagen fungieren. Er ist für verschiedene Wohnungseinrichtungen geeignet und sieht dazu noch super modern aus. Die Maße sind so konzipiert, dass er garantiert durch jede Tür passt. Das integrierte Bremssystem trägt zu einem sicheren Alltag bei.

Die Qualität Ihres Pagen ist in jedem Detail spürbar: Der robuste Korpus gibt Sicherheit in der Bewegung, aber auch, wenn Sie es sich auf der Sitzfläche bequem machen, und trägt auch Lasten wie den großen Wäschekorb oder das Service für den Familienbesuch. Hinzu kommt, dass sich alle vier Räder um 360 Grad schwenken lassen, der Wendekreis beträgt schlanke 66cm.

Der Page Wohnraum-Rollator ist in zwei verschiedenen Farben und drei verschiedenen Größen und mit vielfältigem Zubehör wie Taschen, Körben, Polstern und Tablett erhältlich.

- + Gewicht: 9,3 kg
- + Max. Belastbarkeit: 150 kg



ab 299,- €



PRAKTISCHE ROLLATORABDECKUNG

Die Abdeckung wurde speziell für Rollatoren konzipiert und schützt Ihr Gefährt vor Schmutz und Nässe. Der Rand der Abdeckung ist beschwert für einen besseren Halt und eine einfache Handhabung.

Das Nylon-Gewebe bleibt auch bei Kälte geschmeidig.

25,- €

DAS BMAB JUGENDCAMP 2019 – EIN EINZIGARTIGES



Teilnehmer*innen des BMAB Jugendcamps 2019

i DYSMELIE - FEHLBILDUNGEN VON GLIEDMASSEN

Angeborene Fehlbildungen von Extremitäten wie Beinen oder Armen werden in der Medizin als Dysmelie bezeichnet. Der Begriff umfasst verschiedene Arten von Fehlbildungen bis hin zum vollständigen Fehlen von Gliedmaßen. Als Ursachen der Dysmelie nehmen sowohl erbliche als auch äußere Faktoren Einfluss. Des Weiteren hatte das Medikament „Contergan“ der späten 50er Jahre, welches als Schlafmittel angeboten wurde, bei Schwangeren die Folge, dass die Neugeborenen oft Fehlbildungen aufwiesen. Hunderte von Eltern bekommen jedes Jahr die Diagnose, dass ihr Kind Fehlbildungen an Armen oder Beinen hat. Im ersten Moment scheint es vielen als große Belastung, jedoch gibt es viele Organisationen, die nicht nur den Eltern sondern auch den Kindern Mut machen und zur Seite stehen. Die richtigen und passenden Hilfsmittel fördern die Mobilität und das Wohlbefinden der Betroffenen.

Jedes Jahr im Sommer veranstaltet der Bundesverband für Menschen mit Arm- oder Beinamputation e.V. (BMAB) ein Camp, in dem Kinder und Jugendliche mit Dysmelie oder auch junge Prothesenträger*innen im Allgemeinen zusammenkommen, neue Freundschaften schließen und ein ganz besonderes „Wir-Gefühl“ entwickeln.

Kinder treffen auf andere mit ähnlichen Erfahrungen – keine Rolle außerhalb, sondern mittendrin zu haben, angenommen und unterstützt zu werden, ist dabei das Besondere.

Zahlreiche Aktivitäten wie beispielsweise der Hochseilgarten, ein Sporttag mit Handicap-Sportler*innen des

Behinderten-Sportverbandes Niedersachsen, Kanu fahren, Schwimmen & Tauchen, Kistenklettern, Reiten und Bogenschießen, Fußball spielen und vieles mehr erwarten die Teilnehmerinnen und Teilnehmer. Innerhalb von zwei Wochen werden neben Sport und Spielen unvergessliche Erfahrungen geteilt und das enge Miteinander gefördert.

MITEINANDER

Das Jugendcamp finanziert sich durch Sponsoren wie Blatchford - ein internationaler Prothesenhersteller, mit dem auch Teraske zusammenarbeitet. Neben Betreuer*innen und Sponsoren sind auch Sportler*innen und Start-Up-Unternehmen mit Fokus auf Prothetik in Mellendorf vor Ort. Auch mit dabei: Gerald Gerken. Er ist deutscher Meister im Marathon und arbeitet fortgehend als Betreuer und Lauftrainer, weshalb er ein Vorbild für viele Kinder und Jugendliche mit Behinderung ist.

Unseren Orthopädietechniker Ulf Aue und die Firma Blatchford verbindet eine lange und enge Zusammenarbeit. Da Herr Aue die Prothesen für Herrn Gerken schon seit Jahren persönlich anfertigt, hat sich über



Gerald Gerken beim Training

die Zeit eine enge Freundschaft zwischen den beiden entwickelt. Durch Torben Hennecke von Blatchford bekam er die Chan-

ce, beim Camp dabei zu sein und konnte diesen Sommer hautnah miterleben, wie Kinder mit Dysmelie lebensfroh und unbesorgt einfach nur glücklich sind.

Für Ulf Aue war es ein unvergessliches Erlebnis. Er ist seit bereits 47 Jahren als Orthopädietechniker bei Teraske tätig und liebt seinen Beruf. „Ich arbeite mein ganzes Leben lang schon mit Menschen mit Behinderungen oder Amputationen zusammen. Gerade im Kindesalter ist die Belastung groß. Es ist schön zu sehen, wie Kinder und Jugendliche miteinander lachen und spielen - sie ziehen sich gegenseitig mit.“

DER WEG IST DAS ZIEL

Orthopädietechniker*innen müssen in ständigem Kontakt mit ihren Patient*innen stehen, dieser Kontakt muss gepflegt und vor allem muss Vertrauen aufgebaut werden. Gerade bei Kindern spielt das Thema Nachversorgung eine große Rolle. Durch das Wachstum muss jede Prothese immer wieder erneut angepasst werden. „Man muss mit ihnen mitwachsen, entwicklungsmäßig wie auch charakterlich.“

Die Zusammenarbeit steht und fällt mit dem Vertrauen und der persönlichen Beziehung. Niemand mag das Gefühl, von Fremden abhängig zu sein. Diese Hürde muss überwunden werden, damit eine ko-

operative, erfolgreiche Zusammenarbeit zwischen Orthopädietechniker*in und Kund*in möglich ist. Ein wertvoller Tipp von Ulf Aue ist: „Sei immer auf Augenhöhe mit deinen Patient*innen.“ Für sie ist nicht nur das Ziel wichtig – der Weg ist das Ziel.“

PSYCHOLOGIE ALS WICHTIGES ELEMENT

Zusammenfassend kann man also sagen, dass Psychologie ein wichtiges Thema im Bereich Gesundheitswesen ist. Exaktes Arbeiten und großes Einfühlungsvermögen sind Qualifikationen, die ein Orthopädietechniker haben sollte, um einen guten Job zu machen.

Prothesenträger*innen, die durch Unfälle oder sogar im Krieg Verletzungen erlitten haben, die eine Amputation notwendig machten, sind häufig traumatisiert und brauchen therapeutischen Beistand. Solch ein Trauma muss möglichst früh behandelt werden, sonst verfolgt es sie ihr Leben lang. Ulf Aue sieht die Dynamik lebensfroher Menschen und Kinder bei dem Camp noch immervorsich. „Das unbedachte und unbesorgte Klettern auf Bäume, wo sich andere denken würden ‚Pass auf, gib auf dich Acht.‘ ist für die Kinder gar kein Thema. Sie wollen einfach nur Spaß haben und die Welt erkunden.“



Auch für Sponsoren ist das Camp immer wieder eine Bereicherung, weil sie sehen, was ihr Produkt und die Entwicklung bei Menschen, insbesondere Kindern, bewirkt. Dies macht Firmen wie Blatchford, aber auch Orthopädietechniker*innen wie Ulf Aue glücklich und gibt ihnen die Bestätigung, das Richtige zu tun. „Zu sehen, was unsere Arbeit bei den Menschen bewirkt, ist unbezahlbar.“



Ulf Aue im Gespräch mit Philipp Barluschke

EINE ENTWICKLUNG WIE VON MENSCHENHAND

Unter den Anwesenden war auch der Start-Up-Unternehmer Philipp Barluschke. Der 30jährige aus Husum hat mit seinem Unternehmen „BarluParts3D“ das Ultra Soft Comfort-Prothesenschaftsystem entwickelt und fungiert ebenfalls als Auftragsfertiger für Sanitätshäuser. Neben der nötigen Stabilität bieten seine Prothesenschäfte als tragendes Element eine angenehm weiche Oberfläche, antibakterielles, geruchsneutrales Material und eine Thermoregulation, die unangenehmes Schwitzen verhindert. Angenehme Nebenefekte sind unter anderem das geringe Gewicht der Prothese und die extreme mechanische Belastbarkeit. Herr Aue ist von diesem Konzept des Prothesenbaus sehr beeindruckt und wendet diese Technik bei seinen Patienten an. „Die Prothese fühlt sich nicht nur weich an, sondern auch menschlich.“

Barluschke ist selbst Prothesenträger und Träger dieser neuen Schafttechnik und war dieses Jahr als Betreuer im Jugendcamp dabei. Auch er teilt die Meinung von Ulf Aue.



Viel Gelegenheit zu fachlichem Austausch

Für unseren Orthopädietechniker war dies eine sehr schöne Zeit an die er sich gerne erinnert. „Ich danke unserem Orthopädietechniker Christoph Wellbrock und Torben Henneke, Mitarbeiter von der Firma Blatchford, der mich eingeladen hat, für die Chance, dies mitzuerleben. Wir hatten vor Ort gemeinsam als Team eine sehr schöne Zeit.“ ■

ZUM AUTOR:

Ulf Aue ist Orthopädietechnikermeister und einer unserer langjährigsten Mitarbeiter.

KONTAKTDATEN:

Sanitätshaus Teraske

Leinstraße 33 · 30159 Hannover · Tel.: (0511) 30 10 50
ulf.aue@teraske.de · www.teraske.de



Gerald Gerken und Ulf Aue

NEUE KOLLEG*INNEN



Yvonne Buschmann
Orthopädieschuhmacherin
in Hameln



Linda Wöllmann
Umschülerin in der
Sachbearbeitung Lohweg



Kimberley Sett
Dualstudentin im Bereich
Gesundheitsmanagement
im Lohweg



Christoph Demir
Hilfsmittelberater im
Sanitätshaus Falkenstraße



Jaqueline Duering
Dualstudentin im Bereich
Gesundheitsmanagement
im Sanitätshaus Garbsen



Nadja Ritter
Sachbearbeitung im
Sanitätshaus Garbsen



Timo Loerts
Rehatechniker
im Lohweg



Markus Wittur
Orthopädietechniker
in der Leinstraße



Auch in dieser Ausgabe möchten wir Ihnen gerne unsere neuen Kolleg*innen vorstellen. Wir wünschen allen einen guten Start und freuen uns auf eine gute Zusammenarbeit!

Christina Dalaf
Auszubildende im
Sanitätshaus Leinstraße



Hassan Kaikat
Schuhmacher in Hameln

TERASKE IST NUN OFFIZIELLER BILDUNGSPARTNER DER IUBH!



Ende letzten Jahres wurde Teraske neuer Bildungspartner der IUBH Hochschule in Hannover und durfte deshalb drei duale Studierende als neue Teammitglieder begrüßen.

Die IUBH ist eine private Hochschule und bietet eine Vielzahl an Standorten mit einer großen Auswahl an Studiengängen. Seit zwei Jahren hat sie auch einen Standort in Hannover und wächst von Jahr zu Jahr.

Die internationale Hochschule verfügt über viele einzelne Standorte in ganz Deutschland und in Wien. Sie hat nicht nur zahlreiche Auszeichnungen gewonnen und Zertifizierungen

erworben, sondern gehört auch darüber hinaus zu den führenden Hochschulen in ganz Deutschland mit fünf oder mehr Premium-Siegeln.

Eine weitere Besonderheit: Allen Studierenden steht ein*e Studienberater*in zur Verfügung, um die Studierenden durch die Hochschulzeit, von der Bewerbung bis hin zur Bachelorarbeit zu begleiten und jederzeit behilflich zu sein.



Warum hat sich Teraske dazu entschlossen Bildungspartner zu werden?

1. Wie sind Sie auf die IUBH gekommen?

Die IUBH hat sich bei uns gemeldet und angefragt, ob wir Interesse an einer Zusammenarbeit hätten. Wir haben uns darüber sehr gefreut und sogleich unser Interesse bekundet.

2. Was waren ihre Beweggründe für die Kooperation?

Wir unterstützen immer gerne Bildungsprojekte, bilden aus Überzeugung nach Kräften aus und finden die Ansätze der IUBH sehr interessant. Außerdem erhoffen wir uns

natürlich auch selbst neue Impulse, gute Ideen und wertvolle Unterstützung von den neuen Teammitgliedern.

3. Was haben Sie für Erwartungen an die dualen Studierenden?

Unsere Erfahrungen in der Zusammenarbeit mit Studierenden beschränken sich derzeit auf zwei Praktika, aber diese haben uns Mut gemacht, dass es bei uns genug interessante Aufgaben gibt, die für die einschlägigen Studiengänge relevant sind. Grundsätzlich erwarten wir natürlich von den Studierenden auch nicht mehr oder weniger als von unseren anderen Auszu-

bildenden: Engagement, Spaß bei der Arbeit, gute Ideen und Interesse an unserem Unternehmen und der Gesundheitsbranche.

4. Was erhoffen Sie sich langfristig?

Wir sind überzeugt, dass Unternehmen von Vielfalt profitieren und das bedeutet für uns, dass wir auch unser Team möglichst vielfältig gestalten wollen. Die Mischung aus verschiedenen Lebensläufen, Interessen und (Bildungs-) hintergründen hilft uns, weiterhin kreative Lösungen zu finden und frisch im Denken zu bleiben.



*A. Biehl, 19 Jahre
Duale Studentin Marketingmanagement, IUBH*

Letztes Jahr im Oktober habe ich mein duales Studium an der IUBH für den Studiengang Marketingmanagement begonnen. Bei Teraske sitze ich in der Marketingabteilung – neben Social Media und der Werbeartikelgestaltung bin ich u.a. für die Kundenmagazine zuständig. Neben diesen Tätigkeiten gibt mir die Geschäftsführung die Möglichkeit, an spannenden Seminaren und Workshops rund um das Thema Marketing teilzunehmen. Meine Arbeit hier ist sehr abwechslungsreich und es herrscht ein sehr freundlicher und persönlicher Umgang miteinander. Nach und nach wird es mir außerdem ermöglicht weitere Bereiche und die verschiedenen Filialen des Unternehmens kennenzulernen. Ich fühle mich hier nicht nur wohl, sondern gehe auch wirklich gern zur Arbeit. Für die Zukunft wünsche ich mir, dass das natürlich so bleibt und dass ich, wenn notwendig, immer genug Unterstützung bekomme.

Ich bin duale Studentin im Bereich des Gesundheitsmanagements an der IUBH. Teraske ist mein Praxispartner, da ich mein Studium dual absolviere um Praxis und Theorie verknüpfen zu können. Ich bin im Bereich des Marketings tätig und werde aber im Laufe des Studiums noch andere Bereiche des Unternehmens kennenlernen. In Teraske erhoffe ich mir einen Arbeitgeber, welcher mich stetig mit Aufgaben fordert und mit Weiterbildungen, Seminaren und Workshops fördert. Außerdem erhoffe ich mir eine stetige Unterstützung während des Studiums und ein offenes Ohr bei aufkommenden Fragen. Mein erster Eindruck von Teraske war positiv. Die Farben des Unternehmens froh gewählt aber nicht zu bunt, die Mitarbeiter die mir begegneten, waren alle sehr freundlich und hilfsbereit und mein Bewerbungsgespräch mit dem Chef war entspannt und angenehm. Als ich aus diesem Bewerbungsgespräch rausging, wollte ich mein Duales Studium unbedingt in diesem Unternehmen absolvieren. Umso größer war die Freude als dann die entscheidende Nachricht kam und ich die Bestätigung bekam.



*K. Sett, 20 Jahre
Duale Studentin Gesundheitsmanagement, IUBH*

Ich habe im Oktober letzten Jahres mein duales Studium im Gesundheitsmanagement begonnen. Ich bin momentan im Bereich der Sachbearbeitung tätig und werde zukünftig noch andere Bereiche des Unternehmens kennenlernen. Die netten, freundlichen und hilfsbereiten Mitarbeiter fielen mir an meinem ersten Arbeitstag sofort auf, denn ich wurde sehr herzlich empfangen. Das Team ist immer bemüht mir zu helfen und mich zu unterstützen. Durch das angenehme und lockere Arbeitsklima komme ich sehr gerne zur Arbeit. Da ich bereits eine Ausbildung zur medizinischen Fachangestellten abgeschlossen habe, bin ich mit der Kombination aus Praxis und Theorie schon vertraut. Der Vorteil ist, dass zusätzlich Praxiserfahrungen gesammelt werden.



*J. Düring, 23 Jahre
Duale Studentin Gesundheitsmanagement, IUBH*

Ich freue mich schon auf die nächsten 3 ½ Jahre meines Studiums und die damit verbundene Praxiszeit, bei der ich verschiedene Fortbildungen besuchen darf. Bei Teraske wird nie vergessen zu lachen, egal wie stressig es gerade ist.

WIR MACHEN IHR LEBEN LEICHTER.



32,90 €

BLACKROLL® – DAS ORIGINAL!

Vermeiden Sie Überlastungsschäden. Die BLACKROLL® ist ideal für Ihr Koordinations- und Krafttraining.

- + bewährter Massageeffekt
- + höchste Produktqualität
- + umweltfreundliche und energieschonende Produktion
- + geruchlos
- + einfach zu reinigen
- + Größe: 30 cm x 15 cm

weitere BLACKROLL®-Produkte in den Filialen erhältlich.

BLACKROLL® MINI – FÜR GEZIELTE SELBSTMASSAGE

Für die gezielte Massage der Füße, Beine, Arme und anderer Körperbereiche. Die BLACKROLL® MINI erweitert ihre Einsatzmöglichkeiten um eine ganze Reihe neuer Anwendungen - allen voran die gezielte Selbstmassage kleinerer Bereiche und Muskelgruppen. Neben großflächigeren Rollbewegungen können Sie auch nur an bestimmten Stellen Druck ausüben oder punktuell dehnen - zum Beispiel mit Drehbewegungen zur Dehnung des Nackens. Praktisch auch für unterwegs - so haben Sie Ihre Massagerolle immer dabei.



11,90 €



BLACKROLL® DUOBALL FASZIENBALL

Der BLACKROLL® DUO-FASZIENBALL ist das perfekte Massagegerät, wenn es um die Selbstbehandlung des Rückens geht. Bei diesem BLACKROLL® Ball wurden zwei Faszienbälle miteinander kombiniert, um die Massage der Brust- und Halswirbelsäule zu perfektionieren. Parallel verlaufende Muskelstränge können so gleichzeitig und gleichmäßig massiert werden. Aufgrund der Größe auch ideal zur Selbstmassage von Armen, Schultern und Schienbeinen geeignet.



19,90 €



BLACKROLL® TWISTER - DRUCK & DREHUNG: DIE PERFEKTE KOMBINATION FÜR EINE FASZIENMASSAGE

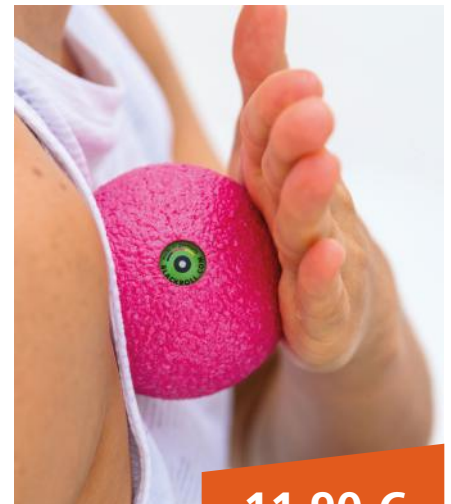
Eine Massage kann nur dann wirksam sein, wenn die Muskeln und Faszien gleichzeitig behandelt werden. Während Sie mit den Bällen und Faszienrollen von BLACKROLL® mit dem eigenen Körpergewicht arbeiten, können Sie dieses Tool für die direkte Stimulation einzelner Bereiche verwenden. Zwei halbrunde Aussparungen auf der Rückseite sorgen für einen festen Griff und eine leichte Handhabung. Durch die Noppen, die auf der gewölbten Seite sitzen, können Sie die Haut und das Bindegewebe wunderbar greifen, bevor Sie durch eine leichte Drehung etwas Druck auf das Gewebe ausüben.

Druck und Drehung: Das ist das Geheimrezept dieses effektiven BLACKROLL® Tools, das sich nicht nur für die Selbstmassage, sondern auch für den professionellen therapeutischen Einsatz eignet.

12,90 €

BLACKROLL® BALL 08 FASZIENBALL

Der Faszienball ist ein echter Allrounder unter den BLACKROLL® Produkten. Er ist sowohl als Trainingsgerät als auch als Massagegerät geeignet, um verspannte Muskeln und verklebte Faszien zu lockern. Ideal geeignet für Menschen, die unter chronischen Rücken- und Nackenschmerzen leiden. Häufig werden die Schmerzen durch Fehlbelastungen oder einseitige Körperhaltungen verursacht. Durch die kleine Oberfläche können Sie die Schmerzpunkte mit dem BLACKROLL® BALL 08 gezielt massieren. Aufgrund der Größe passt der Massageball in jede Handtasche. So können Sie ihn zu Hause, auf Reisen und im Fitnessstudio nutzen.



11,90 €



INFRAROTLAMPE BOSO 4000 (100 WATT)

Kaum ein anderes natürliches Mittel ist so vielseitig für unser Wohlbefinden einsetzbar wie intensives Infrarotlicht. Die Wärme des Infrarotlichts regt die Durchblutung an, wirkt muskelentspannend und ist wohltuend bei rheumatischen oder erkältungsbedingten Beschwerden.

- + Ergonomisch geformt für eine bequeme Handhabung
- + rutschfester Standfuß
- + 2 Jahre Qualitätsgarantie

17,90 €

UNSERE ZEHNTE FILIALE.



Die Außenfassade unseres zehnten Standortes.

**Eine Herausforderung.
Ein Kampf. Eine Chance.
Hoffentlich: Ein Erfolg.**

Seit 2017 reden wir nun schon über das zehnte Teraske-Sanitätshaus in der Rundestraße 5 in Hannover. Wir hatten das Projekt schon einmal fast aufgegeben, dann aber doch

eine Lösung mit der Vermieterin gefunden, dann fast ein Jahr auf die Baugenehmigung gewartet, und dann bei den Bauarbeiten teilweise ein leichtes BER-Feeling entwickelt.

Aber um das Ende der Geschichte vorwegzunehmen: Es hat geklappt! Wir sind fertig! Wir

sind zehn! Und Ramona Rühmann, die in unserem Standort Falkenstraße 10 schon ihre Ausbildung zur Fachverkäuferin im Sanitätshaus absolviert hat, ist nun stolze Leiterin ihrer ersten eigenen Filiale, gemeinsam mit unserem Orthopädietechnikermeister Marcus Preetz, der die handwerkliche Kompetenz sicherstellt, und Andrea Vieting, die gemeinsam mit Frau Rühmann unsere Kund*innen beraten wird.



Herzlich willkommen - treten Sie ein!

Nur einige Beispiele für die Probleme, die wir zwischendrin hatten: Der Trockenbauer hat erst eine Woche zu spät angefangen, war dann statt nach fünf Tagen schon nach eineinhalb fertig, der Maler konnte aber nicht früher anfangen, und stellte dann fest, dass die Oberfläche noch nachbehandelt werden musste, und schon

hatten wir zwei Wochen verloren. Eine Abwasserleitung, die unser Installateur eingeplant hatte, stellte sich als unbenutzbar heraus. Der Einbau des Stromzählers wurde immer wieder nach hinten verschoben, und darauf mussten natürlich auch andere Arbeiten wie die Konfiguration der automatischen Tür, Telefonanlage und EDV warten. Als die Tür dann schließlich einsatzbereit war, hakte sie am frisch verlegten neuen Fußboden. Außerdem stellte sich heraus, dass über der Tür noch eine Lücke darauf wartete, von unserer Werbetechnik verschlossen zu werden, weil die bestellte Aluminiumplatte wegen eines Missverständnisses über der anderen, manuellen



Geschäftsführer Dr. Fabian Efeld (l.) mit dem Team der Rundestraße 5: Ramona Rühmann, Andrea Vieting und Marcus Preetz (v.l.n.r.)

Tür eingebaut worden war, für die wir übrigens auch erst kurz vor der ersten Öffnung Schlüssel bekommen haben und

die auch danach noch ein paar Wochen lang nicht richtig zu öffnen war, weil etwas mit dem Zylinder nicht stimmte ... →

Anzeige

WUSSTEN SIE EIGENTLICH,

dass Sie unter bestimmten Voraussetzungen* einen gesetzlichen Anspruch auf Pflegehilfsmittel haben? **Und das Monat für Monat?** Und mit unserem Pflege-Abo erhalten Sie die Hilfsmittel, die Sie für die tägliche Pflege benötigen, direkt zu Ihnen nach Hause. Selbstverständlich portofrei.

* anerkannte Pflegestufe 0-3, pflegende Person lebt zu Hause und wird von einer Privatperson gepflegt.

Wir machen Ihr Leben leichter!



Wählen Sie aus folgenden Hilfsmitteln: + Einmalhandschuhe + Flächendesinfektionsmittel + Mundschutz + Handdesinfektionsmittel + Schutzschürzen + Bettschutzeinlagen



Weitere Informationen finden Sie unter www.teraske-shop.de/pflegeabo



Sie haben Fragen?
Wir beraten Sie gerne: 05156 - 96 14 0

Wer einmal ein Bauprojekt begleitet und dessen Abschluss herbeigeseht hat, kennt diese Art Komplikationen, die einerseits fast normal zu sein scheinen und uns andererseits in ihrer Häufung doch überrascht haben.



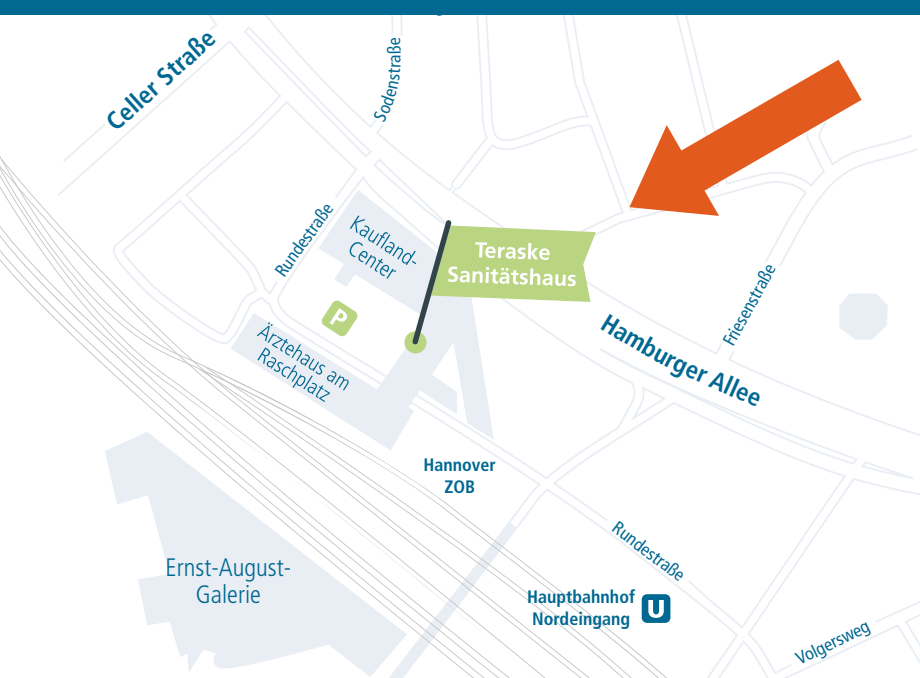
Unser Rollator-Testparcours

Und trotz allem haben wir's geschafft! Am Samstag, 21. Dezember, um 10:00 Uhr vormittags konnte Ramona Rühmann zum ersten Mal die Tür für Kund*innen öffnen und auch gleich die erste Kundin begrüßen und beraten! Zwar hatten wir an diesem Tag noch einiges einzurichten und einzuräumen, aber trotz geschlossener Arztpraxen und Vorweihnachtszeit bekamen wir auch viel Besuch von Kund*innen, die sich begeistert äußerten über die tollen längeren Öffnungszeiten (jeden Samstag bis 18:00!) und die gute Erreichbarkeit des neuen Standortes direkt am ZOB und am Hauptbahnhof. Auch die umliegenden Apotheken und Praxen bereiteten uns einen freundlichen Empfang, und so freuen wir uns mit dem Team des neuen Sanitätshauses in der Rundestraße darauf, Ihre Leben leichter zu machen.

Sie finden in der neuen Filiale unsere gewohnt umfassende Leistungsvielfalt: Von Kompressionsstrümpfen über Bandagen, Alltagshilfen, Schuheinlagen über Reha-Hilfsmittel und Badhilfen bis hin zu Orthesen und anderen orthopädiotechnischen Hilfsmitteln halten wir alles für Sie bereit, und für alle Rollator-Interessierten gibt es sogar einen Parcours, auf dem Sie Ihren neuen Begleiter auf verschiedenen Untergründen erproben und sich direkt einen Eindruck davon verschaffen können, ob Sie zum Beispiel Softräder zur Schonung der Hände und Handgelenke wünschen.

Schauen Sie doch auch einmal vorbei! Ramona Rühmann, Andrea Vieting und Marcus Preetz freuen sich auf Sie und beraten Sie gerne und fachkundig! ■

Teraske Sanitätshäuser. Wir machen Ihr Leben leichter.



So finden Sie uns:

+ Teraske Sanitätshaus

Rundestr. 5
30161 Hannover

Tel.: (0511) 38 88 33 43
Fax.: (0511) 38 88 21 37

Mo. - Sa. 10:00 - 18:00 Uhr

3 Jahre
Qualitäts-
garantie



BOSOTHERM 1200 HEIZKISSEN

Der Mensch benötigt Wärme – nicht nur in der kalten Jahreszeit. Denn Wärme bedeutet Wohlbefinden, kann Schmerzen lindern und die Durchblutung fördern. Das bosotherm 1200 bietet Ihnen diese Wärme – wohldosiert. Und dank des Überhitzungsschutzes und der Abschaltautomatik ist es auch besonders sicher.

- + Größe ca. 30 x 40 cm
- + Waschbarer Baumwollbezug
- + 100 Watt

27,90 €

RODY SCHAUKELPFERD

Aufblasbares Hüpf- und Springpferd Rody, fördert Koordination, Gleichgewichtssinn und Muskelaufbau schon bei den Kleinsten.

- + In verschiedenen Farben erhältlich



39,90 €

MASSAGEKISSEN SOMEDA

Entspannen Sie sich – mit diesem universell einsetzbaren Massagekissen mit Vibrationsfunktion. Durch seine kompakte Größe und den Batteriebetrieb können Sie es überall verwenden. Lösen Sie Verspannungen im Nacken- oder Rückenbereich. Nutzen Sie das Massagekissen für eine Fußmassage oder nach dem Sport zur Auflockerung der Waden- oder Oberschenkelmuskulatur.

- + Inklusive Batterien
- + Bezug abnehmbar und waschbar



21,90 €

50 JAHRE TERASKE IN HAMELN



Waren Sie schon mal in Hameln? Leben Sie vielleicht sogar dort? Dann sind Sie sicherlich schon öfter am Schaufenster unseres Sanitätshauses in der Baustraße 50 am ehemaligen Posthof vorbeigelaufen, oder waren vielleicht auch schon dort zu Besuch.

Das freundliche Sanitätshaus im Herzen der Kleinstadt ist bekannt für Einlagen und maßgefertigte Schuhe. Im Dezember haben wir dort unseren 50sten Geburtstag gefeiert.



Festlich geschmückter Tisch

Teraske hat in Hameln eine lange Geschichte: Schon seit 1969 kommen die Hamelnerinnen und Hamelner hierher, wenn es um Schuhe oder Einlagen geht. Das Unternehmen begann ursprünglich mit zwei Mitarbeitern in der Bahnhofstraße und baute sein Leistungsangebot im Laufe der Jahrzehnte kontinuierlich aus. Vom maßgefertigten orthopädischen Schuh und Schuhreparaturen aller Art über Einlagen und qualitativ hochwertige Konfektionsschuhe bis hin zur diabetischen Fußversorgung bietet Teraske eine umfassende Versorgung rund um den Fuß. Seit 1981 schon arbeitet unser heutiger Orthopädienschuhmachermeister Ulrich

Freise bei Teraske in Hameln. Damals begann er seine Ausbildung dort, und heute ist er unser dienstältestes Teammitglied, nur wenige Jahre vor unserem Betriebsleiter der Orthopädietechnik Leinstraße, Ulf Aue.

Seit 2004 ist Teraske in Hameln auch als Sanitätshaus zu finden und bietet unseren Kund*innen eine fachlich verteilte Beratung bei einer breiten Palette von Produkten und Hilfsmitteln zur Vorsorge und Therapie, die Gesundheit und Gesundung möglichst optimal unterstützen und begleiten sollen. Die Filiale zog vor einigen Jahren in moderne, helle Geschäftsräume in die

Baustraße. Kund*innen können auf dem direkt angrenzenden Parkplatz bis zu 30 Minuten kostenfrei und bequem parken.

Zur Feier des 50jährigen Geburtstages von Teraske Hameln haben wir die Filiale sogar noch einmal modernisiert und umgebaut! Nachdem unsere bisherige Untermieterin, die Podologin Maike Sörensen, sich in schicke neue Räume in der Erichstraße 2 in Hameln vergrößert hat, haben wir ihre bisherige Praxis in ein geräumiges Büro und einen ebenso großzügigen, hellen Beratungsraum speziell für unsere Schuhtechnik umgewandelt. Außerdem wurde der Kassentresen, der bisher als sehr

dominante Burg in der Mitte des Ladens stand, ein wenig zurückgezogen und so alles viel luftiger und offener gestaltet.

Am 14. Dezember war es schließlich soweit! Wir konnten die neue Ladengestaltung präsentieren und unseren Geburtstag feiern! Dazu hatten wir Vorträge zum Thema Osteoporose von Roxana und Ronja Löw von B.E.S.T Burgdorf (www.best-burgdorf.de) organisiert, Glühwein, Gulasch und weihnachtliches Gebäck vorbereitet und uns natürlich extra fein gemacht, um die zahlreichen Gäste nicht nur an der Party, sondern auch an unserer Fachkunde und Beratung teilhaben zu lassen.

Bei dieser Gelegenheit haben wir uns von einem langjährigen und erfahrenen Teammitglied verabschiedet: unser Orthopädienschuhmacher Heinz Stiller ging nach 35 Jahren in unserer Werkstatt in den verdienten Ruhestand, und viele seiner Kund*innen kamen, um ihm noch einmal persönlich alles Gute zu wünschen und ihm für die tolle Versorgung zu danken.

Und so sind wir nicht nur auf unsere schönen neuen Räume und unser kreatives und kompetentes Team stolz, sondern freuen uns auch über den wunderschönen erfolgreichen Tag und auf die nächsten 50 Jahre Sanitätshaus Teraske in Hameln! ■



Unsere neue Ladengestaltung.

Wir beraten Sie gerne:

+ Sanitätshaus Teraske

Baustraße 50
31785 Hameln

Tel.: (05151) 93 05 0
Fax: (05151) 93 05 93

Unsere Öffnungszeiten:
Mo. - Fr.: 09:00 - 18:00 Uhr
Sa.: 09:00 - 13:00 Uhr



Ein kurzer Augenblick genügt und schon ist es passiert.
Verbrennungen im Kindesalter gehören mit zu den häufigsten
Unfallursachen bei Kindern unter 5 Jahren.

Die dabei entstehenden Narben heilen oft besser, wenn die Therapie mit Kompressionskleidung unterstützt wird. Solche Kleidung fertigt zum Beispiel unsere orthopädietechnische Werkstatt in der Leinstraße 33 in Zusammenarbeit mit der Kinderklinik auf der Bult. Vielleicht erinnern Sie sich als treue*r Leser*in ja sogar noch an den Beitrag dazu, der in einer früheren Ausgabe erschienen ist. (Falls nicht: Sie finden alle Ausgaben unseres Magazins unter www.teraske.de/downloads)

Am 7. Dezember machte „Paulinchen brandverletztes Kind e.V.“ mit dem bundesweiten Tag des Brandverletzten Kindes auf die Gefahren aufmerksam, und auch wir haben zu diesem

Anlass einen Informationstag zum Thema in unserer Filiale Leinstraße veranstaltet.

Zu Gast hatten wir dazu nicht nur Kolleg*innen von den Sanitätshäusern John+Bamberg und KiThCom, sondern auch HelpNow24, die mit dem Pflasterpass einen wunderschön ge-

machten und sehr spannenden Erste-Hilfe-Kurs für Kinder ab 4 Jahren anbieten, damit auch die Kleinsten schon wissen, was im Ernstfall zu tun ist. Ergänzend haben Sina Golon und Franziska Schwager auch noch für Erwachsene und insbesondere natürlich Eltern vorgetragen, worauf zu achten ist, um



Stolz präsentieren die Kinder ihren Pflasterpass

die Gefahr von Verbrennungen und Verbrühungen von Kindern möglichst zu minimieren. Unser eigenes Team hatte verschiedene Hilfsmittel und



Früh übt sich...

Übungen dazu vorbereitet, sowie auch eine Spiel- und Malecke für die kleinen Gäste, außerdem gabs natürlich auch Snacks und Getränke sowie die Möglichkeit, die anwesenden Expert*innen in Einzelgesprächen um Rat zu fragen.

Sicherlich auch aufgrund der Adventszeit und des parallel stattfindenden Weihnachtsmarktes war diese Veranstaltung nicht die bestbesuchte dieses Jahres, aber wir waren begeistert von der positiven Atmosphäre, den interessanten Dozentinnen, von denen auch wir noch einiges lernen konnten, und natürlich vielen netten, tollen und nützlichen Gesprächen mit den anderen Fachleuten sowie auch unseren Kund*innen.

Wir danken allen Teilnehmer*innen und auch dem Historischen Museum Hannover, das uns für die Vorträge nachbarschaftlich unkompliziert und kostenlos einen Saal zur Verfügung gestellt hat! ■



Präventionsbroschüre

KONTAKT:

Paulinchen – Initiative für brandverletzte Kinder e. V.
Segeberger Chaussee 35
22850 Norderstedt
Tel.: 040 - 529 50 666

**Kostenfreie Beratungs-
Hotline:** 0800 - 0 112 123

info@paulinchen.de
www.paulinchen.de



Stabile Seitenlage - der Igel macht's vor.



JEDE SPENDE HilFT!

Bank für Sozialwirtschaft AG
IBAN: DE54 2512 0510 0008
4794 00
BIC: BFSWDE33HAN

WIR MACHEN IHR LEBEN LEICHTER.

BLEIBEN SIE AUCH ZUHAUSE IN BEWEGUNG!

Dieser kompakte Bewegungstrainer eignet sich ideal für ein flexibles und einfaches Herz-Kreislauf-Training und zum Aufbau Ihrer Arm- und Beinmuskulatur. Mit stufenlos verstellbarem Widerstand, Anzeige von Trainingszeit, Rundenanzahl und Kalorienverbrauch, weitverstellbaren Pedalschlaufen und praktischem Tragegriff.



*Auch für Ihr
Armtraining*

69,90 €



29,90 €

BORT CLIMACARE LEIBWÄRMER

Dank seines hohen Angora-Anteils bietet der ClimaCare-Leibwärmer sehr guten Schutz bei Kälte im Lendenwirbelbereich. Die wohltuende Wärme fördert die Durchblutung in der Muskulatur und sorgt für natürliche Entspannung und Behaglichkeit.

+ **Materialzusammensetzung:**

44% Angora, 26% Schurwolle,
26% Polyamid und 4% Elasthan

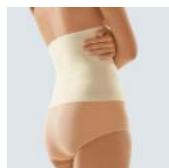
+ **Erhältliche Farben:**

haut und silber



BORT CLIMACARE-PRODUKTE

Schützen Sie sich vor Kälte und Zugluft mit den BORT ClimaCare-Produkten. Die wohltuende Wärme fördert die Durchblutung in der Muskulatur und kann somit auf natürliche Weise entspannend wirken. Ideal auch bei muskulären Verspannungen. Die ClimaCare-Produkte gibt es in verschiedenen Größen für Schultern, Leib, Gelenke und Füße.



Leibwärmer:

29,90 €



Fußwärmer:

14,95 €



Schulterwärmer:

24,90 €



Gelenkwärmer:

22,60 €

Möhren-Mais-Käse-Auflauf

Vorspeise für 6 Personen:

Zutatenliste:

- 180 g** Möhren, geraspelt
- 120 g** Mais aus der Dose, abgetropft
- 75 g** Käse, gerieben
- 240 ml** Sahne
- 3** Eier
- 3 TL** Curry oder Kreuzkümmel
- Salz und Pfeffer
- Blattsalat mit Vinaigrette als Beilage
- 6** Auflaufförmchen à 140 ml

Schwierigkeit:



Zubereitung:

Alle Zutaten wie beschrieben vorbereiten, dann (außer dem Blattsalat natürlich) mischen und auf die Förmchen verteilen, mit Frischhaltefolie abdecken und im Dampfeinsatz im Druckkochtopf 12 Minuten garen. Ohne Schnellkochtopf dauert es 25-30 Minuten.

Schmeckt warm oder kalt, mit dem Salat als Beilage.



Guten Appetit!

Dr. Fabian Elfeld,
Geschäftsführer



TERASKE RÄTSELPASS – SUDOKU

Sudoku macht Spaß und hält Ihr Gehirn in Schwung.

Und so funktioniert's:

Auf dieser Doppelseite finden Sie Sudoku-Rätsel in unterschiedlichen Schwierigkeitsstufen. Es gibt jeweils nur eine einzige Lösung, die Sie durch logisches Denken finden können – ganz ohne zu raten. Schreiben Sie dazu die fehlenden Ziffern 1-9 in die leeren Felder.

Jede Zeile muss die Ziffern 1-9 enthalten. Dasselbe gilt für jede Spalte und jeden Block.

		8	4				2	
9		7		5	2			
		2			7		5	6
7								2
1			7					4
			1		9		8	
8							1	
6				4	8		9	
5		3		7				

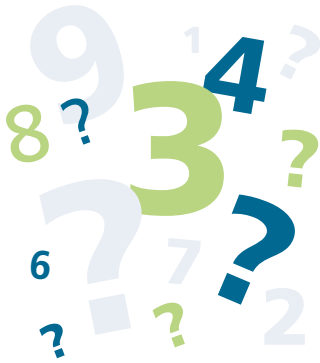
Schwierigkeitsstufe: sehr hoch

	8	4				3		
6			7	3	2			
		3					5	
	9							8
				8	4	2	6	5
	4	6					9	
9			4	1		6	2	
	3	8			6			7
		1	5					

Schwierigkeitsstufe: mittel

8	2				4	1		
	1	6		9		4		
4		9		1		3		8
		4	8				3	
				5	7			9
		5			1		6	
				8			1	
				7	6		2	
		8	1					7

Schwierigkeitsstufe: hoch



Aufgrund der großen Beliebtheit gibt es ab sofort eine Sudoku-Doppelseite!

			5	8				
5		1			3		2	
4		8		1				9
		3			5	6	9	
1				2		8		5
				7				3
	9		8				3	
3	5	7		6	1	9		
					4			

Schwierigkeitsstufe: hoch

	8			7			9	
5			2	3	8			
4		6	1				2	
		3			1	2	4	
				7		3	1	
1		8					9	
	6						2	
			8	2		7	6	5
		9		5				

Schwierigkeitsstufe: mittel

1				7		3	8	
5	8			2		4	9	
				8	3		2	
						9		
8	1				6			
7	3	4					1	
			6		5		9	1
9						6		7
2		5	9	7			8	

Schwierigkeitsstufe: leicht

DIE LETZTE SEITE

Grüße
vom ande-
ren Ende
der Welt

Wenn Sie treue Leser*in unseres Magazins sind, kennen Sie vielleicht unseren Bereichsleiter für die Sanitätshausfilialen, Norbert Jelinski. Der hat sich nun nach langem, treuem Dienst in den Ruhestand verabschiedet und macht zur Feier dieses Anlasses und zur Erholung von uns erst mal eine Weltreise.



Hier sehen Sie ihn vor dem Helicopter, mit dem er einen Rundflug um Mount Cook auf Neuseeland unternommen hat.

Ja, wir sind auch ein bisschen neidisch. ■



Nicht nur für Vielflieger sind wir gerne da und beraten zum Beispiel für die passende Strumpfversorgung. ■

WEIHNACHTEN



ES IST SUPER-TERASKE!



TERASKE
COMIC

Um interessierte Bewerber*innen anzusprechen, müssen Unternehmen wie wir sich immer mehr ins Zeug legen. Deshalb haben wir die Comic-Künstlerin Daniela Schreiter (www.fuchskind.de) beauftragt, einen kleinen Teraske-Comic für uns zu zeichnen, der besonders Jugendliche auf der Suche nach einem Ausbildungsplatz ansprechen soll. Wir sind begeistert von dem Ergebnis! ■

SCHREIBEN SIE UNS
DOCH MAL!

Sie haben allgemeine Fragen oder Fragen zu einem bestimmten Produkt? Sie möchten uns etwas zu unserem Magazin mitteilen?

Schreiben Sie uns:

Teraske Ortho Reha GmbH & Co. KG
Teraske-Kundenmagazin, Lohweg 44, 30559 Hannover

Oder schicken Sie uns eine Mail an:
kundenmagazin@teraske.de

AUCH IN IHRER NÄHE

Unsere Standorte

+ Leinstraße 33
30159 Hannover
Mo. - Fr.: 09:30 - 18:00 Uhr
Tel.: (0511) 30 10 50
Fax: (0511) 36 81 63 0

Sanitätshaus und
Orthopädietechnik

+ Falkenstraße 1
30449 Hannover
Mo. - Fr.: 09:00 - 18:00 Uhr
Tel.: (0511) 44 21 77
Fax: (0511) 44 87 40

Sanitätshaus und
Schuheinlagen

+ Planetenring 39 - 41
30823 Garbsen
Mo. - Fr.: 09:00 - 18:00 Uhr
Sa.: 09:00 - 15:00 Uhr
Tel.: (05137) 78 28 4
Fax: (05137) 78 24 4

Sanitätshaus und
Orthopädieschuhtechnik

+ Rundestraße 5
30161 Hannover
Mo. - Sa.: 10:00 - 18:00 Uhr
Tel.: (0511) 38 88 33 43
Fax: (0511) 38 88 21 37

Sanitätshaus und
Schuheinlagen

+ Ziegelstr. 9
30519 Hannover
Mo. - Fr.: 09:00 - 13:00 Uhr
und 14:00 - 18:00 Uhr
Tel.: (0511) 83 17 09
Fax: (0511) 84 37 62 9

Sanitätshaus

+ Baustraße 50
31785 Hameln
Mo. - Fr.: 09:00 - 18:00 Uhr
Sa.: 09:00 - 13:00 Uhr
Tel.: (05151) 93 05 0
Fax: (05151) 93 05 93

Sanitätshaus und
Orthopädieschuhtechnik

+ Vahrenwalder Str. 62
30165 Hannover
Mo. - Fr.: 09:00 - 13:00 Uhr
und 14:00 - 18:00 Uhr
Tel.: (0511) 31 76 53
Fax: (0511) 38 89 07 6

Sanitätshaus und
Schuheinlagen

+ Lohweg 44
30559 Hannover
Mo. - Fr.: 08:00 - 17:00 Uhr
Tel.: (0511) 66 10 74
Fax: (0511) 66 10 75

Reha-Ausstellung und
Verwaltung

+ Lindenbrunn 1
31863 Coppenbrügge
Mo. - Fr.: 08:00 - 17:00 Uhr
Tel.: (05156) 96 14 0
Fax: (05156) 96 14 26

Reha und Homecare,
Orthopädietechnik

Herausgeber:

Teraske Ortho Reha
GmbH & Co. KG
Lohweg 44
30559 Hannover
Tel.: (0511) 66 10 74
info@teraske.de
www.teraske.de
www.teraske-shop.de

Verantwortlich für Herausgabe und Inhalt:

Dr. Fabian Efeld.
Für den Inhalt der jeweiligen
Gastbeiträge sind die jeweiligen
Autor*innen verantwortlich.

Design und Layout:

Anja Warncke
www.kunterkariert.de

Ansprechpartner:

Dr. Fabian Efeld
fabian.elfeld@teraske.de

 @teraske

 @teraskeorthoreha

 @teraske

5. Jahrgang

IMMER DIE PASSENDE VERSORGUNG BEI GONARTHROSE

Living Hinge:
Maximale Ent-
lastung bei voller
Extension und
leichter Flexion

QR-Code direkt
am Produkt:
Physiotherapie
zum Mitnehmen

Großflächige
Korrekturpads
für angenehme
Kraftübertragung
auf das Bein



GENUDYN® OA



V-FORCE®



KNEO