

WIR MACHEN IHR LEBEN LEICHTER

AUSGABE 1/2021



+ HEUSCHNUPFEN

Wie er sich äußert und was man dagegen tun kann

+ SYSTEMRELEVANT IN DER KRISENZEIT

Teraske ist immer für Sie da

+ DEN NACHLASS REGELN

Warum ein Testament so wichtig ist

+ TERASKE SUCHT...

Werden Sie Teil unseres Teraske-Teams!

IHR MAGAZIN

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





Teraske

Ortho Reha Sanitätshäuser

Sanitätshäuser
Homecare
Medizintechnik
Reha-Technik
Orthopädietechnik
Orthopädieschuhtechnik

FÜR MEHR SICHERHEIT UND KOMFORT ZU HAUSE!

Es gibt viele Möglichkeiten, den häuslichen Alltag einfacher und angenehmer zu gestalten. Wir bieten Ihnen eine umfangreiche Auswahl an nützlichen Produkten und Dienstleistungen, die Ihr Leben leichter machen.

Von Rampen, Treppenliften und Treppensteighilfen 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 KUND*INNEN,

endlich ist es soweit und wir können Ihnen unser neues Teraske-Magazin präsentieren!

Passend zur Jahreszeit erwartet Sie ein informativer Beitrag zum Thema Heuschnupfen. Außerdem berichten wir von unserer Arbeit als systemrelevantes Unternehmen unter den besonderen Bedingungen durch die Pandemie und von unserem Umgang mit dem Virus. Stolz sind wir auch auf unsere Lastofa-Verde-Urkunde über die für uns in Kooperation mit Ofa Bamberg gepflanzten Bäume für den ersten nachhaltig gefertigten Kompressionsstrumpf. Auch in dieser Ausgabe finden Sie einen Gastbeitrag von Beate Schuhmacher, diesmal zum Thema Nachlass und Erbe. Und: Wir haben renoviert! Unsere Werkstatt in der Leinstraße verfügt über neue Arbeitsplätze.

Vielleicht sind Sie gerade auf der Suche nach einem Job oder einer Ausbildung im Gesundheitsbereich. Sie finden in dieser Ausgabe einen umfassenden Überblick über unsere Stellenangebote. Alle Comicfans, die den letzten Teraske-Comic gesehen haben, können Sie sich in diesem Magazin auf eine Fortsetzung freuen. Dieses Mal gibt es zusätzlich zu den gewohnten Sudokus noch zwei spannende neue Rätseltypen und für die Feinschmecker*innen ein leckeres Kochrezept zum Nachkochen. Ebenfalls informieren wir Sie über tolle Angebote und Produktempfehlungen unserer Kolleg*innen aus dem Teraske-Sortiment.

Wir wünschen Ihnen viel Spaß beim Lesen,
Backen und Rätseln!

Ihr



Dr. Fabian Elfeld

Geschäftsführer



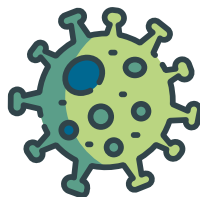
SYSTEMRELEVANT IN DER KRISENZEIT – WAS ES BEDEUTET

Das Virus Covid-19 macht immer noch uns allen das Leben schwer, zumindest in Deutschland.

Einzelhandel und Gastronomie sind größtenteils noch geschlossen, Veranstaltungen abgesagt und das öffentliche Leben weitestgehend eingeschränkt. Kontakte sind auf ein Minimum reduziert. In diesen Zeiten liegt es an uns allen, nicht zu verzweifeln, nach vorn zu schauen und positiv zu bleiben. Auch wenn Sanitätshäuser wie Teraske als systemrelevant eingestuft worden sind, mussten auch wir lernen, mit der Pandemie richtig umzugehen, nicht in Panik zu verfallen und den richtigen Weg zu finden. Wir wollen Menschen das Leben leichter machen, für sie da sein. Alles muss also weiterlaufen, und doch anders.



Durch die Deklaration als „systemrelevant“ sind wir von flächendeckenden Schließungen im Einzelhandel demnach nicht betroffen. Somit haben wir Lieferkonzepte ausgearbeitet, Beratungsmöglichkeiten erweitert und unsere ohnehin schon sehr hohen Hygienestandards noch einmal verbessert.



Bei der Beratung bieten wir mehr virtuelle Lösungen an: Hierzu gehört die Beratung per Telefon, Video-Telefonie oder auch einfach per Beratungschat auf unserer Website.



In die Armbeuge husten.



Auch online sind wir erreichbar.

Oft genügt dies aber nicht, denn viele unserer Hilfsmittel sind beratungsintensiv oder müssen persönlich vermessen, vor Ort eingestellt, angepasst und aufgebaut werden. Auch hier achten wir selbstverständlich auf die Regeln wie Mund- und Nasenbedeckung (FFP2), Handschuhe und, wenn möglich, den Mindestabstand. Alle unsere Mitarbeiter*innen sind geschult im Hinblick auf die aktuelle Situation und die erforderlichen Hygienemaßnahmen, und alle unsere Hilfsmittel werden stets gründlich desinfiziert und hygienisch verpackt und transportiert. Wir verfügen über ein Qualitätsmanagementsystem nach DIN EN ISO 9001 sowie DIN EN ISO 13485, das regelmäßig auditiert und überprüft wird und zu dem auch alle erforderlichen Hygienemaßnahmen gehören. Natürlich sind wir auch im ständigen Austausch mit externen Fachkräften für Arbeitsmedizin.

Aktuell können wir alle Hilfsmittel vom Rollator über den Kompressionsstrumpf bis zur Prothese sowie das gesamte restliche Sortiment problemlos liefern. Aufgrund der sich ständig ändernden

Situation können wir dies nicht unbegrenzt garantieren, aber wir halten Sie unter anderem über unsere Homepage dem Laufenden. In Sachen Hilfsmittellieferungen haben wir außerdem die kontaktlose Lieferung eingeführt: Wo es möglich ist, bieten wir die Option, dass unsere Techniker*innen die Lieferungen nur für Sie abstellen. Dies können Sie im Einzelfall mit unserer Tourenplanung oder den Techniker*innen vor Ort abstimmen.

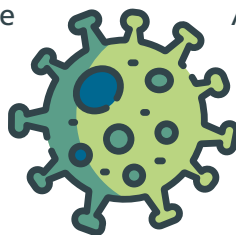


Hände gründlich waschen.

Unsere Kund*innen haben außerdem die Möglichkeit, die Hilfsmittelverordnung nachzureichen. Wenn Sie also beispielsweise nur deshalb noch keine Verordnung haben, weil Ihre Praxis diese wegen der Pandemie nicht schnell genug ausstellen konnte, finden wir sicher gemeinsam eine Lösung. Sprechen Sie uns einfach an!

Zum Schutz unserer Mitarbeiter*innen und Kund*innen bitten wir Kund*innen mit Erkältungs-Symptomen, unsere Filialen nicht zu besuchen und uns telefonisch von zuhause aus zu kontaktieren. Hilfsmittel, die keine Anpassung benötigen, schicken wir Ihnen auf Wunsch gerne zu, und natürlich können Sie auch die

Was sich außerdem im Bereich Kompression sehr bewährt hat, ist unser kontaktloser 3D-Scanner, der mit Sensoren und Kameras die Beine der Patient*innen exakt scannt und anschließend die passende individuelle Kompressionsversorgung liefert. An unseren Standorten Garbsen, Döhren und der Rundestraße haben Sie die Möglichkeit, sich für Kompressionsstrümpfe kontaktlos vermessen zu lassen! Bitte beachten Sie aber: Messungen für Flachstrickversorgungen sind auf diese Weise leider nicht möglich, da hierfür auch Maße auf Zug ermittelt werden müssen. Die Kontaktdaten der einzelnen Filialen finden Sie auf unserer Homepage.



Abholung durch Angehörige oder andere Personen beauftragen. Aktuell sind alle unsere Standorte wie gewohnt für Sie geöffnet. Wir tun natürlich alles dafür, diesen Service weiterhin unverändert aufrecht zu erhalten.



Kontaktlose Lieferung möglich.

HEUSCHNUPFEN



Niesanfalle und eine juckende Nase sind typische Symptome

**Heuschnupfen zählt zu einer der häufigsten Allergien.
Circa 15% der Menschen in Deutschland sind davon betroffen.**

Heuschnupfen, auch Pollenallergie genannt, entsteht durch eine Reizung der Nasenschleimhäute, ausgelöst vom Blütenstaub, den die Pflanzen produzieren. Typische Symptome sind tränende Augen, eine laufende Nase und ein jucken-der Gaumen. Auch ständige Niesattacken zählen zu den lästigen Beschwerden, die die Allergie mit sich bringt. Eine gute Nachricht gibt es dennoch: Die Allergie tritt nicht ganzjährig auf, sondern nur in den sogenannten Blutemonaten – von Januar bis Herbst. Sollten Betroffene auf mehrere Pollenarten allergisch reagieren, kann es dennoch sein, dass sich die Allergie über die gesamte Blu-

tezeit zieht. Auch wenn die Beschwerden bei Regen weniger werden, will man in den doch so schönen freundlichen Frühlingsmonaten draußen die Sonne genießen und spazieren gehen.

Die Ursache ist die gleiche wie bei allen anderen Allergien auch: Auslöser ist die fehlge- deutete Reaktion des Immun- systems auf die Polleneiweie. Diese werden fälschlicherweise wie Krankheitserreger im Kör- per bekämpft und die so ge- nannten Mastzellen schütten Histamin und Leukotriene aus, wodurch die Heuschnupfen- Symptome hervorgerufen wer- den. Allergien können ver-

erbt werden, auch wenn der prozentuale Anteil nicht un- bedingt hoch ist. Auch der Klimawandel nimmt erhebli- chen Einfluss auf die Zahl an Heuschnupfenpatient*innen: Durch steigende Temperatu- ren verlängert sich die Blu- tezeit der Pflanzen und die Pollen fliegen noch länger durch die Luft.

Wie ist Heuschnupfen zu behandeln?

Eines ist sicher: Die Symptome werden vom Nichtstun nicht besser! Im Gegenteil. Über die Zeit kann sich zum Beispiel al- lergisches Asthma entwickeln. Daher ist es wichtig, zu einem*r

Allergolog*in zu gehen, um eine Allergie festzustellen und eine Immuntherapie zu beginnen und die Beschwerden zu lindern.

Um eine Allergie festzustellen, können verschiedene Tests durchgeführt werden. Bei einem Hauttest werden mit einer Nadel feine Löcher in die Haut gestochen und mehrere allergenhaltige Lösungen eingeträufelt. Die Reaktion der Haut wird im Nachgang beobachtet. Bei dem sogenannten Provokationstest wird der bestimmte Stoff an den Schleimhäuten aufgetragen. Bei einem Anschwellen der Schleimhäute ist die Reaktion positiv auf den jeweiligen Allergenstoff. Hier können allerdings starke Beschwerden auftreten, weshalb die*der Patient*in danach noch eine halbe Stunde lang unter Beobachtung stehen muss. Bei der einfachen Blutabnahme wird per RAST-Test das Blut auf Antikörper zur jeweiligen Allergie untersucht. Je mehr Antikörper im Blut vorhanden sind, desto stärker ist die Allergie.

Antiallergische Tabletten, Nasenspray und auch beruhigende Augentropfen können hilfreich sein, auch wenn die Beschwerden damit nicht vollständig weg sind. Auch zuhause kann man viel dafür tun, dass die Beschwerden sich verringern. Lüften zu den richtigen Zeiten ist eine effektive Möglichkeit die Wohnung pollen-

frei zu halten. Auf dem Land ist dazu abends und nachts die richtige Zeit. In der Stadt ist es umgekehrt. Hier fliegen die Pollen nachmittags und abends vermehrt umher, daher empfiehlt es sich, morgens zu lüften. Auch können an den Fenstern Pollenschutzgitter angebracht werden. Dadurch werden die Pollen gefiltert und gelangen nicht nach drinnen.



Birkenblüten

Häufiges Haarewaschen und das Ablegen der Straßenkleidung vor dem zu Bett gehen vermeiden Pollen im Schlafzimmer und garantieren einen ruhigeren Schlaf. Auch wir als Sanitätshaus können in diesem Bereich viel für Sie tun. Antiallergische Bettwäsche empfiehlt sich vor allem auch bei Menschen, die an einer Hausstaubmilbenallergie leiden. Sie besteht aus dichtem Material und garantiert mit sehr guten Barriere- und Filtrationseigenschaften ruhigere Nächte.

Tägliches Staubsaugen und -wischen ist ebenfalls wichtig. Das sollte wenn möglich jemand anderes erledigen und nicht die*der Heuschnupfenallergiker*in. In extremen Fällen können Feinstaubmasken aus der Apotheke getragen werden. Die beste Möglichkeit ist natürlich das vollständige Meiden von Pollen. Aber das ist gar nicht so einfach.

Verreisen an einen Ort, wo die Pollen nicht hinkommen ist eine Möglichkeit. Hier bieten sich Hochgebirge und Küstenbereiche an, da hier die Pollenkonzentration geringer ist.

Unser Sortiment reicht von antiallergischer Bettwäsche bis hin zu speziellem Waschmittel und einem Reiseschlafsack für Allergiker*innen. Auch ein Antimilbenspray kann helfen um Hausstaubmilben zu bekämpfen.

WIR MACHEN IHR LEBEN LEICHTER.

ALLERGIEBETTWÄSCHE

Nie wieder unruhige Nächte! Antiallergische Bettwäsche empfiehlt sich vor allem bei Menschen, die an einer Hausstaubmilbenallergie leiden. Sie besteht aus dichtem Material und garantiert mit sehr guten Barriere- und Filtrationseigenschaften ruhigere Nächte. Prevent Soft-Zwischenbettbezüge bestehen aus Evolon®, einem aus Mikrofilamenten gefertigten Textilmaterial mit besonderen Eigenschaften: Es ist weich, biegsam und leicht, gleichzeitig aber auch sehr widerstandsfähig, atmungsaktiv und schnell trocknend. Waschbar bis 95 Grad.



TIPP: Allergiebettwäsche kann unter Umständen ärztlich verordnet werden. Der Leistungsumfang variiert je nach Krankenkasse. Bitte sprechen Sie uns an - wir beraten Sie gerne!

169,90 €



PREVENT NIEM SPRAY

Das Allcon Milbenspray Prevent Niem reduziert schnell und zuverlässig die Neuansiedlung von Hausstaubmilben auf Textilien. Mit dieser effektiven Hilfe kommt Ihre Nase endlich wieder zur Ruhe.

- + 100ml Spraydose
- + Wirkstoff: Margosa Extrakt
- + Lösungsmittel: Isopropanol

12,50 €



WASCHMITTEL PREVENT PURE

Sie haben trotz allen Vorkehrungen gegen die Allergie immer noch Beschwerden? Es kann auch am Waschmittel liegen! Dieses Flüssigwaschmittel ist speziell für Allergiker*innen entwickelt worden. Mit neutralen und umweltfreundlichen Inhaltsstoffen ist Prevent Pure von Allcon perfekt für Hausstaubmilben- und Waschmittel-Allergiker*innen, wie auch für Menschen mit Neurodermitis oder empfindlicher Haut geeignet.

- + 5-15% nicht ionische Tenside
- + Seife
- + Unter 5% anionische Tenside
- + Polycarboxylate
- + Konservierungsmittel: Phenoxyethanol
- + Für 30 oder 15 Waschmaschinenladungen erhältlich

ab 9,95 €



REISESCHLAFSACK FÜR ALLERGIKER*INNEN

Sind Sie viel unterwegs und leiden an der typischen Hausstauballergie? Mit dem Prevent Sleepwell Reiseschlafsack von Allcon schlafen Sie nicht nur ruhig, sondern garantiert auch unbesorgt – Er bietet Ihnen neben einem allergendichten Milbenschutz viel Bewegungsfreiheit und ist somit perfekt für Menschen mit unruhigem Schlaf geeignet!

- + **Material: Evolon, 70% Polyester, 30% Polyamid**
- + **Größe: 85cm x 220cm**

39,90 €

NACKENHÖRNCHEN VON PHARMAOUEST

Dieses Nackenhörnchen von Pharmaouest ist der perfekte Reisebegleiter. Egal, ob im Flugzeug, Zug oder Auto, durch seine ergonomische Form und den viskoelastischen Schaumstoff dient es als ideale Nackenstütze. Für mehr Komfort und bessere Haltung auf langen Reisen!

- + **In mehreren Farben erhältlich (hellblau, dunkelblau, orange)**
- + **Viskoelastischer Schaumstoff**



38,- €



4,90€

5,90€

TASCHEN WC

Dieses praktische Taschen-WC ist perfekt für lange Reisen und Spaziergänge geeignet. Es kann einfach und platzsparend in der Hosentasche oder im Rucksack verstaut werden. Auch wenn einmal keine Toilette in Sicht ist, ist das Einweg-WC die Lösung. Der Urin verbindet sich sofort mit dem Spezialgranulat zu einem festen Gel und wird geruchlos.

- + **Inklusive Erfrischungstuch und Tragetasche**
- + **Für Penis und Vulva erhältlich**

ab 4,90 €

MUNDSCHUTZ UND DESINFEKTIONSMITTEL

Es liegt an uns allen, die Verbreitung von Covid19 zu verhindern. In unseren Filialen verkaufen wir FFP2- und OP-Masken, wie auch Desinfektionsmittel. Aufgrund der volatilen Situation durch die Pandemie schwanken leider Verfügbarkeit und Preis der einzelnen Artikel, deshalb schauen Sie bitte für aktuelle Angaben unter www.teraskeshop.de oder fragen in unseren Sanitätshausfilialen nach.





CARBON ROLLATOR

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 rutsch- 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,- €



ATHLON STANDARD

Hochwertige Qualität und ein extrem geringes Gewicht von 5,2 Kilo zeichnen diesen Rollator aus. Trotz seines sehr niedrigen Gewichtes ist er bis zu 150 Kilo belastbar und bietet ein hohes Maß an Stabilität und Sicherheit. Nebenbei sieht er auch noch super stylisch aus!

- + **Eigengewicht: 5,2 kg**
- + **Belastbar bis 150 kg**
- + **8 Jahre Garantie**

Rückengurt zusätzlich für 19,- € erhältlich

479,- €



ROLLATORSCHIRM VON SUNDO

Dieser Rollatorschirm wird einfach am Rollator befestigt, so dass Sie beide Hände frei haben. Er verfügt über eine Automatik-Öffnung und lässt sich mit einem einfachen Druckmechanismus in der Höhe verstellen. Die Microfaserbespannung schützt Sie vor Regen und Sonne, durch die überlappende Stoffkonstruktion ist er außerdem windsicher. Auch für Rollstühle einsetzbar!

- + **Durchmesser im geöffneten Zustand: 105 cm.**
- + **Inklusive Befestigungsset für alle gängigen Rund- und Ovalrohre.**

74,90 €

VINTAGE MOBILITY ELEKTROMOBIL GATSBY

Der Hingucker unter den E-Mobilen ist der beste Beweis dafür, dass klassisches Design der 20er Jahre gepaart mit moderner Technik fantastisch funktionieren kann. Dieses Luxusmodell von Vintage Mobility beeindruckt mit seinem leistungsstarken Akku (50 Ah oder 75 Ah) und seinem besonderen Aussehen im Stile des legendären Ford T-Modells.

Dank des 2x12 Volt 50Ah Akkus kann er bei einer maximalen Belastbarkeit von 145 Kilogramm eine Strecke von bis zu 32 Kilometern überbrücken. Er ist ausgerüstet mit einem großen LCD Display, 2 Rückspiegeln, Hupe, einer vollausgestattete Lichtanlage inklusive Scheinwerfer, Blinker und Warnblinker. Unter der Motorhaube findet sich ein abschließbares Fach, und wichtige Gegenstände sicher zu verstauen. Selbstredend kommt er auch mit entsprechender Kabelage, um ihn über Nacht entspannt und stromsparend aufladen zu können. Außerdem gibt es noch mehr zusätzliches Zubehör auf Anfrage!



ab 5.179,- €

- + **Höchstgeschwindigkeit 15 km/h**
- + **Leergewicht 135 kg**
- + **Gesamtmaße: 155x67 cm**
- + **Vollfederung, Beleuchtung, verstellbare Sitzhöhen / Breiten**
- + **Karosseriefarbe: Grün / Schwarz**

ELEKTROROLLER SCUDDY

Mobilität in der Größe einer Sporttasche – ab sofort möglich mit dem Elektroroller Scuddy. Fahrspaß ist inbegriffen, wenn die Hand am Gasgriff dreht, denn der Cityflitzer macht sportliche 20 km/h – bei einer Reichweite von circa 30 Kilometern! Ideal, um alles das zu erledigen, was zu Fuß beschwerlich ist. Auf die ausgereifte Technik im kleinen Wunderwerk ist Verlass, denn für kompromisslose Leistung sorgt eine starke, wechselbare Batterie von Samsung. Abends kurz andocken, morgens direkt durchstarten – etwa 6 Stunden Ladezeit genügen! Zubehör wie Korb, Korbbalger, Zusatzakku und Handpumpe sind natürlich auf Anfrage erhältlich.

- + **20 km/h Höchstgeschwindigkeit**
- + **30 km Reichweite**
- + **250 W/ 500W bei 37 V 11 Ah Lithium-Ionen Batterie**
- + **125 Kg Belastbarkeit**



1.699,- €



Lassen Sie sich umfangreich beraten.

**„Was du im Diesseits willst besorgen,
das verschiebe nicht auf Morgen.“**

Weirich, Erbrechtsautor

Eine Rechtsberatung können wir mit diesem Artikel nicht geben. Wir wollen Sie aufmerksam darauf machen, dass es wichtig ist, den eigenen Nachlass zu regeln. Nur etwa 26% aller Deutschen haben ein Testament gemacht (Quelle © Statista 2021). Wenn Sie nicht zu dieser Gruppe gehören, lesen Sie weiter. Ein Testament zu schreiben, ist eigentlich nicht schwer. Trotzdem scheuen viele Menschen den Gedanken, Regelungen und Wünsche für den Sterbefall zu hinterlassen. Es gibt natürlich keine Verpflichtung, einen letzten Willen zu formulieren, aber gute Gründe, dieses zu tun.

Ohne Testament gilt die gesetzliche Erbfolge, d. h. es gibt eine Hierarchie unter den Verwandten und auch eine feste Erbquote. An erster Stelle sind Kinder, Enkel*innen oder Ur-enkel*innen. An zweiter Stelle stehen die Eltern, Geschwister, Nichten und Neffen. Ehegatt*innen und Partner*innen einer eingetragenen Lebensgemeinschaft haben ein gesetzliches Erbrecht.

Wenn Sie diese Regelung wollen, dann brauchen Sie kein Testament.

Aber ohne Testament entstehen häufig Erb*innen-

gemeinschaften, die leicht in Streit geraten können. Und jeder Erbstreit führt zur Vernichtung von Familienvermögen und Familienbeziehungen.

„Die gesetzliche Erbfolge ist nur ein staatlicher Vorschlag.“

ruby-erbrecht.com

Falls Sie keine gesetzlichen Erb*innen haben und deshalb kein Testament schreiben, geht Ihr Nachlass an den Staat über. Möchten Sie dies nicht, dann sollten Sie in jedem Fall Verfügungen treffen. So können Sie auch Freunde, soziale

WARUM EIN TESTAMENT SO WICHTIG IST.

Projekte, Stiftungen und Vereine als Erb*innen bestimmen. **Wollen Sie andere Regelungen, dann formulieren Sie Ihren Willen:** Die*der Erblasser*in muss das Testament vollständig handschriftlich verfassen und unterschreiben. Ehepaare dürfen auch ein gemeinschaftliches Testament errichten.

Das Testament: handschriftlich oder notariell?

Ein*e Erblasser*in muss das Testament handschriftlich verfassen und unterschreiben. Die Überschrift „Testament“, die persönlichen Daten und das aktuelle Datum sind dabei wichtig. Änderungen im Testament dürfen auf demselben Blatt vorgenommen werden, müssen aber wieder unterschrieben und mit Datum versehen werden. Gültig ist immer nur die Fassung, die eindeutig am aktuellsten ist.

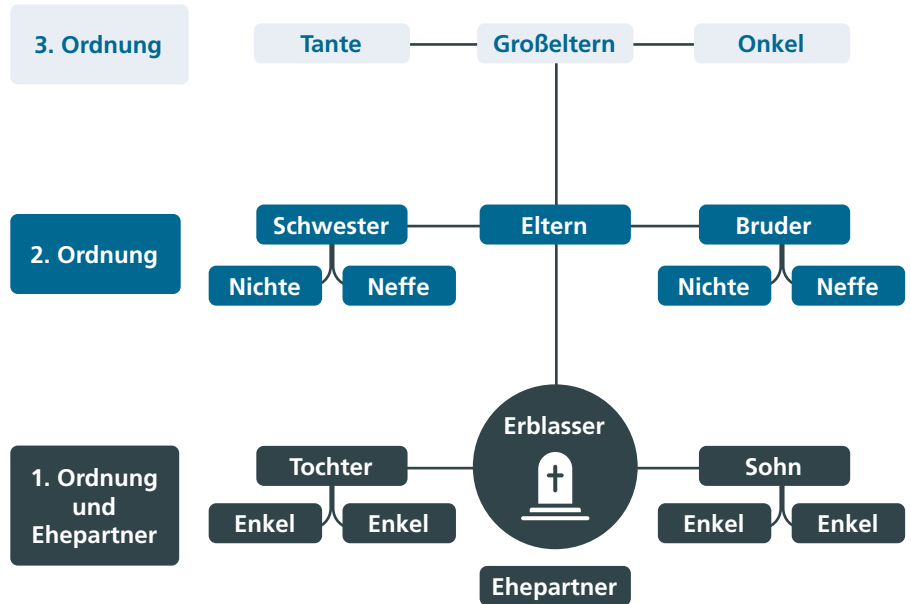
TIPP:



Ergänzen Sie das Testament um den Nachlassbrief. Richten Sie einige persönliche Worte an Ihre Erb*innen.

Denken Sie an den Digitalen Nachlass:

Notieren Sie, welche Medien Sie genutzt haben und welche Zugangsdaten notwendig sind, um Zugriff zu nehmen. E-Mail, Online-Daten, Cloud-Dienste, Facebook... Ermöglichen Sie Ih-



Quelle: Finanztip

ren Erb*innen den Zugriff auf den Digitalen Nachlass.

Stellen Sie sicher, dass das Testament gefunden wird. Eine Hinterlegung beim örtlichen Amtsgericht ist möglich und sehr sinnvoll. Beim Nachlassgericht wird telefonisch ein Termin vereinbart und dann können Sie das Testament in Verwahrung geben. Nach dem Ableben und der Information vom Standesamt erfolgt automatisch die Testamentseröffnung.

Kann man ein Testament ohne Notar*in machen? Ja, natürlich. Aber die*der Notar*in fasst, nach einer eingehenden Beratung, den Willen der erblassen Person rechtssicher formuliert und gibt diesen Willen in amtliche Verwahrung.

Aber auch bei einem handschriftlichen Testament sollten Sie sich beraten lassen. Fach-

anwäl*innen für Erbrecht nehmen eine Gebühr für diese Beratung. Diese Gebühr liegt deutlich unterhalb der Notargebühren und ist in jedem Fall eine sinnvolle Ausgabe. Ein gutes Testament kann so gestaltet werden, dass z. B. wenig Erbschaftsteuer anfällt und Streitigkeiten vermieden werden.

„Seid ihr noch einig oder habt ihr schon geerbt?“

Volksmund

Handschriftliche Testamente werden, vor allem wenn sie nicht fachkundig von einem*er Rechtsanwält*in entworfen wurden, häufig angefochten. Ungelenke Formulierungen nutzen enterbte Angehörige z.B. um dadurch eine fehlende Testierfähigkeit zu belegen und das Testament als ungültig erklären zu lassen. →

Gut gemeint heißt noch lange nicht gut formuliert. Der Satz „Ich vermache meiner Tochter die Eigentumswohnung“ hätte zur Folge, dass die Tochter nicht erbt, sondern ein Vermächtnis erhält und damit eine ganz andere rechtliche Stellung hat. Wenn es mehrere Erb*innen gibt, das Vermögen groß ist, dann ist eine juristische Beratung dringend notwendig.



Verfassen eines Testaments

„Wer in einem Testament nicht bedacht worden ist, findet Trost in dem Gedanken, dass der Verstorbene ihm vermutlich die Erbschaftsteuer ersparen wollte.“

Peter Ustinov
(1921 - 2004)

Erbschaftssteuer: Ob und in

Die Broschüre „Erben und Vererben“ erhalten Sie kostenlos beim Bundesministerium der Justiz. Sie gibt Antworten auf viele Fragen: Wer ist gesetzliche*r Erb*in? Was habe ich zu beachten, wenn ich ein Testament machen möchte? u.v.m.

Tel: 030 18 580 – 0
poststelle@bmjv.bund.de

welcher Höhe Erbschaftsteuer anfällt, richtet sich nach dem Wert des Nachlasses und dem Verwandtschaftsverhältnis des*r Erb*in zum*r Erblas-

ser*in. Jedem*r Erb*in steht ein persönlicher Freibetrag zu – z. B. 500.000 € für Ehegatt*innen, 400.000 € für Kinder. Die Freibeträge für die Urenkel*innen oder auch für Eltern, die von ihren Kindern erben, liegen bei 100.000 €, bei allen übrigen Erb*innen 20.000 €.

„Der Rechtsanwalt ist hochverehrlich, obwohl die Kosten oft beschwerlich.“

Wilhelm Busch
(1832 - 1908)

Kosten eines Testaments: Ein handschriftliches Testament sollte beim Amtsgericht hinterlegt werden. Die Gebühren liegen bei ca. 95 €. Mit einer solchen Verwahrung ist immer eine Registrierung des Testaments im Zentralen Testamentsregister der Bundesnotarkammer verbunden. Sollte eine Änderung des handschriftlichen Testaments vorgenommen worden sein, fallen diese Gebühren erneut an.

Die Kosten für ein notarielles

Testament richten sich nach der Höhe des Nachlasswerts – und ob es sich um ein einzelnes oder gemeinschaftliches Testament handelt. Je größer das Vermögen, desto höher die Kosten für die*den Notar*in. Bei einem Nachlasswert von 50.000 € für ein Einzeltestament ca. 165 €. Für das gemeinschaftliche Testament ca. 330 €. Bei einem Nachlasswert von 500.000€ zahlt man ca. 950 €/ 1.900 €.

„Ein Glück, dass man sich in seinem Testament nichts vermachen kann.“

Emanuel Wertheimer
(1846 - 1916)

Regeln Sie Ihren Nachlass. Und lassen Sie sich dabei fachmännisch begleiten. So ersparen Sie Ihren Angehörigen Streit und Ärger. Und denken Sie daran: Erst Sterben macht Erben!

Passen Sie also gut auf sich auf.

ZUR AUTORIN:

Beate Schuhmacher ist seit mehr als 10 Jahren selbstständige Unternehmerin und Seniorenberaterin. Sie ist unter anderem zertifizierte Wohnberaterin (Nds. Fachst. Wohnberatung), zertifizierte Demenztreuherin und ehrenamtlich in der Seniorenarbeit tätig. Sie hat die Formularlotsen des Kommunalen Seniorservice der Landeshauptstadt Hannover gegründet und bis 2008 ehrenamtlich geleitet. Seit 2014 ist Frau Schuhmacher Vorstandsvorsitzende der Loni & Günter Porsiel Stiftung zur Förderung der Altenhilfe durch die Unterstützung hilfebedürftiger Bürger im Rentenalter. Sie ist außerdem Mitglied im Verein Gesundheitswirtschaft Hannover e. V.

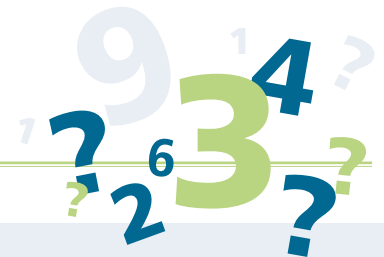


Beate Schuhmacher

KONTAKTDATEN:

aktiv älter Beate Schuhmacher Seniorenberatung
Am Papehof 8e, 30459 Hannover, Tel.: (0511) 410 896 89
aktiv@aktiv-aelter.de · www.aktiv-aelter.de

TERASKE RÄTSELPASS – SUDOKU



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

Schwierigkeitsstufe: mittel

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

Schwierigkeitsstufe: hoch

Auch unsere Kolleg*innen sind große Fans unseres umfangreichen Sortiments! Folgend finden Sie Produktempfehlungen von unserem Team, die wir Ihnen gern ans Herz legen möchten.



Unser Preis:
169,90 €
in Lederoptik:
179,90 €

DER YDA KOMFORTSCHUH VON DARCO

Modischer Sportschuh für alle. Durch den rückverlagerten Abrollpunkt bietet die Sohle eine Entlastung im Vorfuß. In der Außensohle eingearbeitete Anti-Rutsch-Elemente fördern einen kontrollierteren Gang. Dient der Behandlung und/oder Prävention von diabetischen Fußproblemen. In mehreren Farben erhältlich.

”

Der Schuh ist einfach total klasse. Mein Mann hat mittlerweile schon das dritte Paar davon und ist sehr überzeugt von der sportlichen Eleganz und der guten Entlastung für die Füße. Die Schuhe sind leicht, bequem und abfedernd, bei unseren Kund*innen kommen sie ebenfalls sehr gut an. Mit unseren medizinischen Einlagen ist der YDA Komfortschuh komfortabel zu tragen.

Marina Glups, Sanitätshäuser



EIN FALTSTOCK PERFEKT FÜR SPAZIERGÄNGE GEEIGNET

Dieser Gehstock ist eine schicke und effektive Unterstützung bei Ausflügen. Er ist bis zu 100 kg belastbar und verfügt über eine Handschleufe. Durch Zusammenfallen kann man ihn leicht in der Tasche verstauen.



Unser Preis:
39,90 €

”

Ein Gehstock gibt Sicherheit. Wenn man ihn nicht braucht, kann er allerdings ganz schön sperrig sein. Einen Faltstock kann man einfach und platzsparend im Koffer verstauen. Das finde ich sehr praktisch!

Anna Hess, Sanitätshäuser



EIN BALLSITZKISSEN FÜR DIE GESUNDE HALTUNG

Dieses Sitzkissen optimiert nicht nur die Haltung, es stärkt auch die Muskulatur, fördert die Durchblutung und mobilisiert die Wirbelsäule. Die Bandscheiben werden ebenfalls entlastet. Diese Entlastung und Mobilisierung fördern das Wohlbefinden an langen Arbeitstagen am Schreibtisch.

Unser Preis:
29,90 €



„ Dank dieses Kissens habe ich während meiner Arbeit am Schreibtisch eine gesündere Haltung und mein Rücken versteift sich nicht mehr. Auch ideal fürs Homeoffice geeignet.

Alexandra Weber, Sachbearbeitung Hameln

FALTBARER INDOOR-ROLLATOR PIXEL



Unser Preis:
199,- €

Wendiger Indoor-Rollator, mit sehr stabilem Aluminiumgestell, der sich auch auf engem Raum gut nutzen lässt. Der Rollator hat eine kleine abnehmbare Netzta-sche, die sich ideal zur Ablage kleinerer Gegenstände eignet. Das Tablett ist ebenfalls abnehmbar und spül-maschinengeeignet. Ergonomische und weiche Hand-griffe mit durchgehendem Bremsbügel, der mit einer Hand bedient und festgestellt werden kann. Faltbar.

- + **Eigengewicht inkl. Tablett: 5,2 kg**
- + **Belastbar bis 100 kg**
- + **Breite (geöffnet): 54 cm**

„

Dieser Indoor-Rollator ist super sinnvoll und praktisch – er ist faltbar und wendig. Auch ein tolles Geschenk: Er ist vielleicht nicht so handlich wie die klassische Schachtel Pralinen, aber er ist eine gute Alltagshilfe. Und die Pralinen passen problemlos auf das Ablagebrett.

Kathrin Moreno, Bereichsleitung Sanitätshäuser



TERASKE EMPFIEHLT

BLACKROLL. DIE ALLSEITS BELIEBTE FASZIENROLLE

Vermeiden Sie Überlastungsschäden. Die BLACKROLL® ist ideal für Ihr Koordinations- und Krafttraining und bietet Ihnen einen bewährten Massageeffekt. Die BLACKROLL® wird umweltfreundlich und energieschonend produziert, ist geruchlos, einfach zu reinigen und steht für höchste Produktqualität.

+ Größe: 30 cm x 15 cm



”

Ich nutze sie gerne, besonders nach stressigen Arbeitstagen oder wenn ich Verspannungen im Rücken habe. Mein Vater hat sie letztes Jahr geschenkt bekommen und ist ebenfalls total begeistert davon.

Jessica Kempf, Sanitätshaus Leinstraße

EINE STABILISIERENDE SPRUNGGELENK- BANDAGE, BORT TALOSTABIL PLUS SPORT

Die hochelastische Dehnungszone im empfindlichen Fußrückenbereich erleichtert das An- und Ablegen. Außerdem kann die Bandage zur therapieunterstützenden Positionierung des Fußes genutzt werden und bietet zeitgleich eine Massage durch zwei strukturierte Silikonpelotten.



”

Mit dieser Bandage habe ich als aktiver Volleyballspieler eine zuverlässige Spielpartnerin gefunden. Sie bietet mir Sicherheit und einen hohen Tragekomfort.

Tihomir Zeitz, Sachbearbeitung Falkenstraße



PERFEKT SITZENDE IHLE-DIABETES-STRÜMPFE

Besonders für Diabetiker*innen ist es wichtig, Verletzungen im Fußbereich durch gutsitzende Strümpfe vorzubeugen. Dieses Modell hat als Bündchen einen Umhängerand ohne Gummi und ist handgekettelt.

- + **Material: 80% Baumwolle,**
- + **15% Nylon, 5% Elasthan**
- + **In verschiedenen Farben erhältlich**

Unser Preis:
ab 8,90 €



„ ich habe die Socken selbst ausprobiert, damit ich weiß, was ich meinen Kund*innen guten Gewissens empfehlen kann. Und diese Socken sind einfach nur angenehm zu tragen, nichts zwickt und nichts schneidet ein!

Bianca Brasche, Orthopädienschuhtechnik

KONNTEN WIR MIT
EINEM DIESER PRODUKTE IHR
INTERESSE WECKEN?

Natürlich ist dies nur ein kleiner Teil unseres umfangreichen Angebots. Kontaktieren Sie uns gern, besuchen Sie uns in unseren Sanitätshausfilialen oder schauen Sie in unserem Onlineshop unter

→ www.teraske-shop.de

vorbei, um sich einen Überblick über unser Sortiment zu verschaffen!

Wir machen Ihr Leben leichter.



WIR MACHEN IHR LEBEN LEICHTER.

ANZIEHHILFE FÜR KOMPRESSIONSSTRÜMPFE

Mit dieser Anziehhilfe von Russka können Sie nicht nur Laufmaschen vermeiden und einer ungesunden Körperhaltung beim Anziehen vorbeugen - Sie können außerdem in nur wenigen Sekunden problemlos in Ihren Kompressionsstrumpf schlüpfen. Das Gestell aus epoxidbeschichtetem Metall ist sehr leicht und praktisch in der Handhabung.

Die glatte Oberfläche verhindert Laufmaschen am Kompressionsstrumpf. Der Strumpf wird einfach auf die dafür vorgesehene Halterung gespannt und schon kann man mit dem Bein hindurchsteigen. Praktischer geht's nicht!



ab **29,90 €**



OFA CLEAN (250ML)

Ofa Clean wurde für die schonende Wäsche von Kompressions- und Stützstrümpfen entwickelt. Das Spezialwaschmittel ist mild wie ein Feinwaschmittel, enthält aber keinen Weichspüler – und schont so die Fasern.

- + hochkonzentriert
- + wäscht schonend
- + hautfreundlich
- + wirkt desodorierend
- + belebt die Farben
- + pflegt die Fasern

3,55 €

OFA GRIP SPEZIALHANDSCHUHE

Ofa Grip Spezialhandschuhe erleichtern das Anziehen medizinischer Kompressionsstrümpfe erheblich. Sie verfügen über eine hervorragende Passform und sind mit einer besonderen Beschichtung ausgestattet. Dies sorgt für einen sicheren Griff und hilft, den Strumpf gleichmäßig am Bein zu verteilen. Außerdem wird das Gestrick trotz langer Fingernägel und Schmuck geschont und eine Beschädigung vermieden.

+ Die Handschuhe sind in 4 Größen erhältlich



6,90 €



BRANDNEU BEI UNS: DER MEDIVEN ANGIO!

Endlich ein Kompressionsstrumpf auch für Diabetiker*innen und pAVK-Patient*innen! Der Mediven Angio ermöglicht eine effektive Therapie bei chronischen Venenerkrankungen und/oder Durchblutungsstörungen. Durch eine plüschartige Polsterung und die spezielle Druckentlastung der Zehenspitzen ist dieser Strumpf besonders angenehm zu tragen. Er ist in den Farben Schwarz und Caramel erhältlich. Lassen Sie sich beraten!



Pizza mit Parmaschinken und Rucola

Zutatenliste:

Teig: Menge für 2 Pizzen

- 500 g Mehl
- 1 Würfel Hefe
- 1 TL Salz
- 1 Prise Zucker
- 250 ml lauwarmes Wasser
- 2 EL Olivenöl

Belag:

- Tomatenmark
- Passierte Tomaten
- Geriebener Mozzarella
- 100 g Parmaschinken
- Rucola
- Grana Padano
- Schwarze Oliven

Schwierigkeit:



Zubereitungszeit:

ca. 2 Stunden

(weil der Teig eine $\frac{3}{4}$ Stunde gehen muss)

Zubereitung:



Zuerst wird die Hefe in lauwarmem Wasser (ein Teil der 250 ml) aufgelöst. Dann kommen Zucker und Salz hinzu. Anschließend werden Mehl, Wasser und Olivenöl abwechselnd hinzugegeben und mit einem Knethaken verquirlt. Sobald die Konsistenz es erlaubt, wird mit der Hand weiter geknetet. Der Teig muss anschließend ca. eine $\frac{3}{4}$ Stunde lang in warmer Temperatur gehen. Am besten heizt man den Ofen hierfür leicht vor und stellt dann die Schüssel mit dem Teig, abgedeckt mit einem Küchentuch, in den Ofen. Nachdem der Teig aufgegangen ist, wird er auf einem Blech ausgerollt. Mit einer Gabel werden Löcher in den Teig gestochen, damit später während des Backens im Ofen keine Bläschen entstehen.

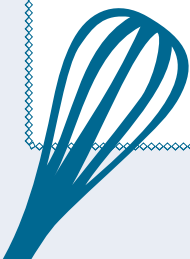
Nun kann der Teig bestrichen und belegt werden! Das Tomatenmark wird zuerst auf dem Teig verstrichen und anschließend werden die passierten Tomaten über dem gesamten Blech verteilt. Ein bisschen Salz und Pfeffer schaden hier nicht. Anschließend wird der Mozzarella-Käse großzügig über das Blech gestreut.

Nun kann die Pizza auch schon zum Backen in den vorgeheizten Ofen. Bei Umluft und einer Temperatur von 250 Grad ist sie nach etwa 10 Minuten fertig. Im Anschluss wird der Parmaschinken über die Pizza gelegt. Der Rucola wird darauf verteilt und zu guter Letzt wird der Grana Padano drübergestreut. Schwarze Oliven runden das Ganze ab.



**Viel Spaß beim Nachmachen
und Guten Appetit!**

wünscht Ihnen Amelie Biehl,
Duale Studentin Marketing Management (IU)



Sie sind gerade auf der Suche nach einem Job oder einer Ausbildung im Gesundheitsbereich? Sie wünschen sich mehr Freiheit in einer lockeren und modernen Arbeitsatmosphäre und mehr Entfaltungsmöglichkeiten in Ihrem Beruf?

Vielleicht ist hier etwas Passendes für Sie dabei. Werden Sie Teil unseres Teraske-Teams!



The banner features the Teraske logo (Ortho Reha Sanitätshäuser) at the top left. Below it, the text 'SANITÄTSHAUS' is written in white on a green background, followed by 'SUPERHELD*INNEN (m/w/d) GESUCHT!' in blue. On the right, there is a cartoon illustration of a woman with dark hair, wearing a blue mask and a blue suit with a red cape and a yellow 'T' on the chest. At the bottom, there is a silhouette of a city skyline with various buildings and towers.

FACHVERKÄUFER*IN (M/W/D) IM SANITÄTSHAUS

Zur Verstärkung unseres Teams suchen wir für unsere Standorte in Garbsen und in Hannover zum nächstmöglichen Zeitpunkt eine*n Fachverkäufer*in (m/w/d) für unsere Sanitätshausfilialen. Idealerweise bringen Sie bereits Berufserfahrung mit, aber auch Berufseinsteiger*innen sind bei uns willkommen.

Das sollten Sie mitbringen:

- ✓ Interesse an medizinischen Hilfsmitteln
- ✓ Freude am persönlichen Verkaufs- und Beratungsgespräch
- ✓ Kenntnisse im Umgang mit EDV

Das bieten wir Ihnen:

- einen sicheren erfüllenden Job in einer systemrelevanten Branche
- verlässliche Arbeitszeiten
- ein modernes und ansprechendes Arbeitsumfeld in zentraler Lage
- ein freundliches Arbeitsklima

REHA-TECHNIKER*IN (M/W/D) IM AUSSENDIENST

Wir suchen für unseren Standort in Hannover zum nächstmöglichen Termin eine*n Reha-Techniker*in (m/w/d) im Außendienst in Hannover und Umgebung. Erfahrung im Reha-Außendienst eines Sanitätshauses wäre von Vorteil, ist aber keine Voraussetzung.

Das sollten Sie mitbringen:

- ✓ Sie sollten gerne mit Menschen zu tun haben
- ✓ ein gewisses technisches Grundverständnis
- ✓ einen freundlichen und sicheren Umgang mit Kund*innen und Kolleg*innen
- ✓ Sorgfalt, Verantwortungsbewusstsein, Flexibilität und Eigeninitiative.

Das bieten wir Ihnen:

- eine attraktive Vergütung
- Unterstützung durch eine umfassende Einarbeitung
- gezielte Weiterbildungen
- eine individuelle Förderung in Ihrer beruflichen Entwicklung
- eine Privatnutzung des von Ihnen genutzten Firmenfahrzeuges ist auf Wunsch möglich

PRODUKTIONSHelfER*IN (M/W/D) / QUEREINSTEIGER*IN (M/W/D) in der Orthopädietechnik

Wir suchen Quereinsteiger*innen (m/w/d) und Produktionshelfer*innen (m/w/d) im Bereich der Orthopädietechnik, die uns unterstützen, gemeinsam unseren Kund*innen das Leben leichter zu machen. Eine abgeschlossene Ausbildung ist von Vorteil, bildet dennoch keine Voraussetzung.

Das sollten Sie mitbringen:

- ✓ Erfahrung in diesem Bereich
- ✓ handwerkliches Verständnis
- ✓ Zielstrebigkeit, Verantwortungsbewusstsein und Flexibilität
- ✓ freundlicher Umgang mit Kund*innen

Das bieten wir Ihnen:

- eine nette und freundliche Arbeitsatmosphäre
- eine ansprechende Vergütung
- flache Hierarchien
- viel Freiheit und Entfaltungsmöglichkeiten

ORTHOPÄDIETECHNIK-MECHANIKER*IN (M/W/D)

Wir suchen motivierte Orthopädietechnik-Mechaniker*innen (m/w/d), die uns unterstützen, gemeinsam unseren Kund*innen das Leben leichter zu machen. Eine abgeschlossene Ausbildung ist von Vorteil, bildet dennoch keine Voraussetzung.

Das sollten Sie mitbringen:

- ✓ Sie sollten Gesell*in sein
- ✓ idealerweise Erfahrung in dem Beruf
- ✓ handwerkliches Verständnis
- ✓ Zielstrebigkeit, Verantwortungsbewusstsein und Flexibilität
- ✓ ein freundlicher Umgang mit Kund*innen

Das bieten wir Ihnen:

- eine nette und freundliche Arbeitsatmosphäre
- eine ansprechende Vergütung
- flache Hierarchien und viel Freiheit und Entfaltungsmöglichkeiten

PFLEGEKRÄFTE UND MEDIZINISCHE FACHANGESTELLTE (M/W/D)

im Homecare-Außendienst

Für unser Homecare-Team suchen wir zum nächstmöglichen Zeitpunkt Verstärkung! Zu Ihren Aufgaben gehören die Anwendungsberatung und der Verkauf im Bereich Homecare mit den Schwerpunkten Wundversorgung, Stoma, enterale Ernährung und Tracheotomie.

Das sollten Sie mitbringen:

- ✓ eine Ausbildung als examinierte*r Krankenpfleger*in, Altenpfleger*in oder MFA
- ✓ ein freundlicher Umgang mit Kund*innen
- ✓ Erfahrung in dem Beruf
- ✓ Verantwortungsbewusstsein und Flexibilität

Das bieten wir Ihnen:

- ein abwechslungsreiches Arbeitsumfeld mit viel Freiheit und flexiblen Bedingungen in einem sympathischen Team
- einen Firmenwagen
- eine attraktive Vergütung
- eine Fortbildung zum*r Wundexpert*in (ICW), falls Sie sie nicht schon haben.

SACHBEARBEITER*IN (M/W/D)

Zum nächstmöglichen Termin suchen wir Vollzeit- oder Teilzeitkräfte (m/w/d), die uns tatkräftig in der Sachbearbeitung in unserer Zentrale in Hannover Anderten-Misburg oder in der Filiale Leinstraße 33 unterstützen (40h). Zu Ihren Aufgaben zählen die Auftragsbearbeitung und Abrechnung, die Erstellung von Kostenvoranschlägen und die Überwachung von Fristen. Sie sind außerdem für die Betreuung der Telefonzentrale und der Eingangspost mitverantwortlich.

Das sollten Sie mitbringen:

- ✓ eine verantwortungsbewusste und sorgfältige Arbeitsweise
- ✓ ein freundliches Auftreten gegenüber Kolleg*innen und Kund*innen

Das bieten wir Ihnen:

- eine abwechslungsreiche Tätigkeit in einem eingespielten Team
- umfangreiche Unterstützung bei der Einarbeitung

SCHNEIDER*IN (M/W/D) IM BEREICH BANDAGISTIK

Sie sind Schneider*in oder interessierte*r Quereinsteiger*in für den Bereich Bandagistik? Ab sofort suchen wir Verstärkung in unserem Team in der Leinstraße! Ihre Aufgabengebiete umfassen das Erstellen von Schnittmustern und die Herstellung von Miedern, Leibbinden und Kompressionsbekleidung sowie Maßnahme und Abgabe an Kund*innen. Die Arbeit in Vollzeit als auch in Teilzeit ist möglich.

Das sollten Sie mitbringen:

- ✓ eine verantwortungsbewusste und sorgfältige Arbeitsweise
- ✓ Interesse an medizinischen Themen
- ✓ idealerweise Erfahrung in diesem Bereich
- ✓ ein freundliches Auftreten gegenüber Kolleg*innen und Kund*innen

Das bieten wir Ihnen:

- eine attraktive Vergütung
- ständige gezielte Weiterbildungen
- eine individuelle Förderung Ihrer beruflichen Entwicklung

AUSBILDUNGEN BEI TERASKE...

Wir sind ein sehr erfahrener Ausbildungsbetrieb und achten darauf, dass unsere Azubis von Anfang an in alle Abläufe mit einbezogen werden. Sie arbeiten eigenverantwortlich und können auf Wunsch auch in andere Fachbereiche reinschnuppern. Nach erfolgreicher Ausbildung ist eine Übernahme sehr wahrscheinlich. Wir bieten Ihnen einen sicheren erfüllenden Job in einer systemrelevanten Branche bei verlässlichen Arbeitszeiten, ein modernes und ansprechendes Arbeitsumfeld in zentraler Lage und ein freundliches Arbeitsklima.

AUSBILDUNG KAUFPERSON (M/W/D) im Gesundheitswesen oder für Bürokommunikation

Sie sind zuständig für die Auftragsbearbeitung, Abrechnungen mit Kranken- und Pflegekassen, die Erstellung von Kostenvoranschlägen, Terminüberwachung und die telefonische Kundenbetreuung.

Das sollten Sie mitbringen:

- ✓ Fähigkeit zu organisiertem Arbeiten
 - ✓ Interesse für medizinische Themen
 - ✓ ein sicheres und freundliches Auftreten gegenüber Kund*innen
-

AUSBILDUNG FACHVERKÄUFER*IN (M/W/D) im Sanitätshaus

Sie beraten unsere Kund*innen im Bereich Hilfsmittel und Alltagshilfen, erledigen die Sachbearbeitung im Zusammenhang damit und organisieren mit den Kolleg*innen die Abläufe und den Warenverkehr innerhalb und zwischen unseren Filialen.

Das sollten Sie mitbringen:

- ✓ Fähigkeit zu organisiertem Arbeiten
- ✓ Interesse für medizinische Themen
- ✓ ein sicheres und freundliches Auftreten gegenüber Kund*innen

Für Sie ist etwas dabei? Perfekt!

Wir freuen uns auf Ihre Bewerbung an: → karriere@teraske.de Ihr Ansprechpartner ist Dr. Fabian Elfeld. Und falls Sie keine Zeit für ausführliche Bewerbungen haben, aber trotzdem Interesse, können Sie uns auch ganz formlos ansprechen.

Wir freuen uns auf Sie!

NEUE KOLLEG*INNEN

Marco Döscher
Orthopädienschuhmacher
in Hameln



Johanna Fischer
Fachverkäuferin im
Sanitätshaus Leinstraße



Antje Kurt
Homecare-Außendienst
in Coppenbrügge



Kimberly Schöneberg
Orthopädietechnikerin
in der Leinstraße



Robert Scharakowski
Lagermitarbeiter
im Lohweg



Farishta Afzali
Fachverkäuferin
im Sanitätshaus
Vahrenwalder Straße



Anja Rieske
Fachverkäuferin
im Sanitätshaus
Garbsen



Beate Töpke
Fachverkäuferin
im Sanitätshaus
Falkenstraße

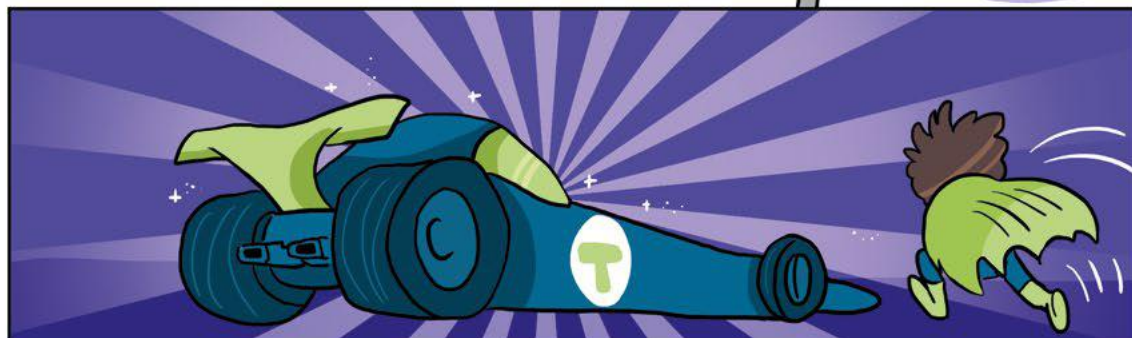
Jonas Otto
Fachverkäufer
im Sanitätshaus
Falkenstraße



Bernd Wilhelm
Medizintechniker
im Lohweg

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!

DIE ABENTEUER VON SUPER-TERASKE, EPISODE 2





Falls Ihnen die Abkürzung MDK nichts sagen sollte:



Der „Medizinische Dienst der Krankenversicherung“ (MDK) ist eine Organisation der gesetzlichen Krankenversicherung, deren Aufgabe kurz gesagt darin besteht, die medizinische Notwendigkeit von (nicht nur) ärztlich verordneten Maßnahmen zu prüfen.

Beispiel:

Eine Person bekommt einen Elektrorollstuhl verordnet. Das Sanitätshaus berät und schreibt einen Kostenvoranschlag an die Kasse. Die*der Sachbearbeiter*in zweifelt den Sinn an und beauftragt den MDK damit, zu prüfen, ob dieser Rollstuhl wirklich erforderlich ist. Oft machen Mitarbeiter*innen des MDK (Das können Ärzt*innen, Pflegekräfte oder andere Fachleute sein.) dann Termine vor Ort, teilweise beraten sie aber auch nur nach Aktenlage. Weil das Ziel dieser Prüfung systembedingt vorrangig eine Kosteneinsparung ist, ist der MDK bei Versicherten und Leistungserbringer*innen nicht übermäßig beliebt. Etwas anschaulicher formuliert, im Fall unseres Beispiels: Nachdem Sanitätshaus und Kund*in sich gemeinsam eine tolle Versorgung überlegt haben, empfiehlt das MDK-Gutachten die Ablehnung zugunsten einer sehr viel kostengünstigeren Versorgung, die nicht so perfekt zu den Wünschen der Versicherten passt, aber medizinisch auch ausreichend wäre. Die Darstellung des Bösewicht ist eine (natürlich humorig überzeichnete) Anspielung auf diese etwas angespannte Beziehung zwischen uns und dem MDK.

In Wahrheit sind die Menschen dort aber natürlich nicht böse, sondern machen auch nur ihre Arbeit, so gut sie können.



DER LASTOFA VERDE. Eine Innovation für Kompressionsstrümpfe.

Der Lastofa Verde von Ofa Bamberg ist der erste nachhaltige Kompressionsstrumpf auf dem Markt. Umweltschutz, Nachhaltigkeit und ein schonender Umgang mit Ressourcen spielen heute in der öffentlichen Diskussion eine immer größere Rolle. Bei Medizinprodukten stand bisher vor allem Funktionalität im Vordergrund, über Umweltauswirkungen wurde kaum gesprochen. Dennoch ist der Klimawandel ein globales Problem und betrifft jeden einzelnen Menschen. Durch diese Aufmerksamkeit für den Klimawandel und die immer deutlicher werdenden Folgen steigt das Interesse zunehmend auch im Bereich medizinischer Hilfsmittel. Diese zusätzliche Aufmerksamkeit ist auch maßgeblich den Aktionen von Fridays for Future und insbesondere Greta Thunberg zu verdanken.



Der klassische und moderne Kompressionsstrumpf Lastofa Verde und seine stilvolle und umweltfreundliche Verpackung

Seit 2019 ist der Lastofa Verde im Handel und überzeugt durch seine umweltfreundliche Herstellung und sein biologisches Material. Bestehend aus der Pflanze Rizinus und natürlich gefärbt mit Walnusschalen: eine wirkliche Innovation für den Markt der Kompressionsstrümpfe! Was ist aber das Besondere an der Pflanze Rizinus? Sie ist eine vollständig erneuerbare Ressource und wächst in Regionen, wo sonst wenig



Unsere Urkunde von Ofa Bamberg

angebaut werden kann. Sie braucht nur wenig Wasser und wird nicht als Nahrungsmittel benötigt. Außerdem ist sie schnelltrocknend und extrem widerstandsfähig, ultraleicht und sehr elastisch. Dadurch eignet sie sich perfekt als Material für Kompressionsstrümpfe. Die Färbung erfolgt ebenfalls zu 100% auf natürlichem Wege. Die äußeren Schalen von Walnüssen können weder gegessen werden, noch haben sie eine andere Funktion. Daher finden sie als Färbemittel die perfekte Verwendung. Es wird auf chemische Zusätze verzichtet und die Umwelt somit noch einmal mehr geschont. Auch bei der Verpackung, den Werbemitteln und der Dekoration legt Ofa Bamberg großen Wert auf ressourcenschonende Angebote: So sind alle Materialien auf 100% Recyclingpapier gedruckt und besitzen das FSC-Gütesiegel. Im Jahr 2019 belegte der Strumpf auf der Expolife-Messe in Kassel sogar den zweiten Platz des News Awards und erhielt somit seine erste Auszeichnung.

Eine weitere wirkliche Besonderheit ist, dass Ofa Bamberg gemeinsam mit der Kinder- und Jugendinitiative Plant-for-the-Planet für jedes verkaufte Paar des Lastofa Verde einen Baum pflanzt.



Für jedes verkaufte Paar Strümpfe wird ein Baum gepflanzt

Zum Produktstart wurden in unserem Namen schon einmal zehn Bäume gespendet, wir hoffen, es werden noch viele mehr! Wir sind stolz darauf, diesen Kompressionsstrumpf bei uns im Sortiment zu haben und Ihnen nun diese Urkunde von Ofa Bamberg präsentieren zu können. Umweltprojekte werden heutzutage immer wichtiger, die Ressourcen werden knapper und doch möchten wir so weiterleben wie bisher. Mit kleinen Dingen können wir bereits viel verändern. Der Lastofa Verde ist ein Anfang. Sollten Sie also eine Kompressionsversorgung brauchen, legen wir Ihnen diesen Strumpf wirklich ans Herz.

lastofa®
verde
by Ofa Bamberg

Anzeige

Selbstbestimmt zu Hause leben - beraten und betreut!

Selbständig und selbstbestimmt in den eigenen vier Wänden leben. Dieser Wunsch klingt so selbstverständlich.

Aber für viele Menschen scheint dieser Wunsch nicht mehr erfüllbar. Hohes Alter oder gesundheitliche Einschränkungen stehen dem scheinbar im Weg. Aber häufig fehlt es nur an der richtigen Beratung und Begleitung.

- ✓ Die passende (legale) stundenweise Hilfe zu Hause.
- ✓ Die tägliche Versorgung mit den notwendigen Dingen des Alltags.
- ✓ Ein von der Pflegekasse geförderter Umbau des Bades.
- ✓ Die legale, sozialversicherte pflegenahе Haushaltshilfe aus Osteuropa.
- ✓ Ein Treppenlift. Geländer oder Rampen (kann von der Pflegekasse gefördert werden).
- ✓ Rat und Tat beim Umgang mit Kranken- und Pflegekassen.
- ✓ Die Wahl des richtigen Pflegedienstes.



Dipl.-Kfm.
Beate Schuhmacher
Seniorenberatung

☎ 0511/410 89 6 89

✉ aktiv@aktiv-aelter.de

➔ www.aktiv-aelter.de

Nutzen Sie unsere professionelle Beratung und fachkundige Unterstützung. Leben Sie zu Hause! Nur dort ist DAHEIM!

TERASKE RÄTSELPASS - EINSTEINRÄTSEL

Hallo liebe Rätselfreund*innen!

In dieser Teraske- Magazin Ausgabe hat sich eine*r unserer Redakteur*innen etwas Besonderes einfallen lassen. Bei diesem Rätsel geht es darum, welches Hilfsmittel zuerst „erfunden“ bzw. entdeckt und angewendet wurde. Es basiert grundlegend auf dem sogenannten Einstein-Rätsel, einem Rätselkonstrukt mit dem angeblich von Albert Einstein stammenden Vermerk, lediglich 2 % der Weltbevölkerung könnten dieses Rätsel lösen. Natürlich ist dies eine abgewandelte und stark vereinfachte Version. Wir empfehlen Stift und Papier.

Viel Erfolg!(Die Lösung finden Sie unten auf der Seite)

Und so funktioniert's:

Finden Sie mit Hilfe der folgenden Gleichungen heraus, in welcher Reihenfolge die folgenden Hilfsmittel „zuerst entdeckt und angewendet“ worden sind:

Der **Rollstuhl** wurde vor dem **Rollator** erfunden

Die **Kompression** wurde früher als der **Rollstuhl**, die **Orthese** oder dem **Rollator** entwickelt

Die **Bandage** ist vor der **Kompression** oder der **Orthese** erfunden worden

Der **Rollstuhl** wurde vor der **Bandage** erfunden oder der **Rollator** wurde vor der **Bandage** entwickelt

Die **Orthese** wurde früher entwickelt als der **Rollstuhl**.

Interessantes zum Thema

Orthesen lassen sich auf Hippokrates (gestorben 370 v. Chr.) zurückverfolgen. Dieser hatte schriftliche Aufzeichnungen von Krankheiten wie Klumpfuß, angeborenen Hüftbeschwerden und der Skoliose, und man geht davon aus, dass damals oder vielleicht noch früher bereits Schienen eingesetzt wurden, um bestimmte Körperregionen zu unterstützen.

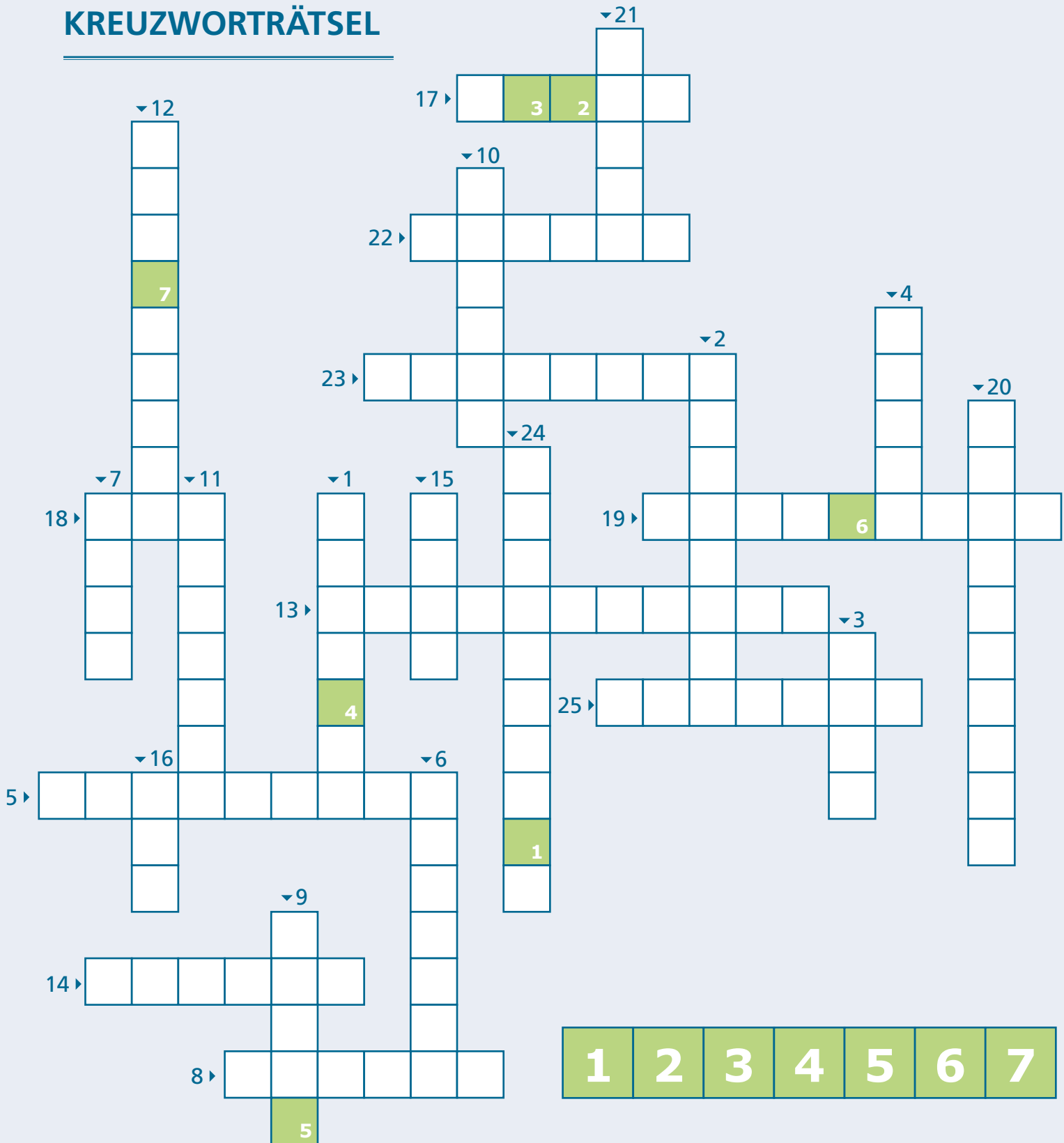
Der erste als so zu bezeichnende Rollstuhl wurde am Hofe von König Phillip II von Spanien schriftlich festgehalten, der einen Stuhl mit Rädern und verstellbarer Rückenlehne besaß.

Im 18. Jahrhundert aus dem französischen *bandage* entlehnt, das eigentlich Verbindung oder Vereinigung (von Personen) bedeutet, wurden damals Verbände angelegt, um mehr Stabilität zu bieten. Vermutlich sind Bandagen aber insgesamt noch früher entstanden.

Kompressionsstrümpfe bzw. ein Kompressionsverband wurden vermutlich von Heinrich Fischer etwa 1910 entwickelt. Gustav Pütter entwickelte seinen Pütter-Verband erst Anfang der 50er Jahre.

Den Rollator in seiner modernen Form erfand 1978 die Schwedin Aina Wifalk, die auf Grund einer Kinderlähmung selbst gehbehindert war. Die ersten bekannten „lenkbaren Gehräder“ gab es allerdings schon nach dem ersten Weltkrieg, da viele Verwundete sich selbstständig fortbewegen sollten, also 1916.

KREUZWORTRÄTSEL



- 1. Hilfsmittel Hand
- 2. Laufhilfe
- 3. Gesundheit
- 4. Knochen
- 5. angegriffene Gesundheit
- 6. Sanitätshaus
- 7. Abnehmen
- 8. Symptom
- 9. Ansteckung

- 10. Krankenhaus Hannover
- 11. Schmerzmittel
- 12. Spritze
- 13. Blutgruppe
- 14. Extreme Angst
- 15. Organ
- 16. Körperteil
- 17. Vater der Psychoanalyse
- 18. Doppelhelix

- 19. Rückentrainings-Gerät
- 20. Gibt Sicherheit in der Badewanne
- 21. Verletzung
- 22. Aufstehhilfe
- 23. Umsetzten
- 24. Hygieneartikel
- 25. Inhalationsmittel



DIE LETZTE SEITE

Neuer Laminierarbeitsplatz für die Leinstraße

Auch für uns gab es Veränderungen in der letzten Zeit: Zum Beispiel im Bereich Orthopädietechnik! In der Leinstraße haben wir eine ganz neue Werkstattzeile bauen

lassen. Aus dem vorherigen Pausenraum sind nun gleich zwei moderne Laminierarbeitsplätze mit Tisch- und Arbeitsplatzabsaugung geworden. Dadurch kann von jetzt an parallel gearbeitet werden – natürlich mit Mundschutz und Sicherheitsabstand. Dies ermöglicht uns eine noch bessere und schnellere Versorgung unserer Kund*innen.

Ableismus – ein Thema, das unsere Gesellschaft bewegt.

Twitter-Bekanntheit @RolliFraeulein – ihr richtiger Name ist Tanja Kollodzieyski, ist die Autorin dieses gesellschaftskritischen Essays. Hier geht es um die Ausgrenzung behinderter Menschen im alltäglichen Leben und in der Berufswelt. Vor allem aber um den Wunsch nach einem Leben ohne Barrieren. Um eine Welt die für jede*n zugänglich ist, egal ob ein Mensch eingeschränkt in der Seh-, Gang-, oder Hörfähigkeit ist.

Wir empfehlen Ihnen unbedingt, diesen Essay zu lesen. Sie finden den Essay hier: bit.ly/SuLeseheft



Teraske hat endlich einen Newsletter!

Erhalten Sie ca. 4 Mal im Jahr Informationen zu neuen Produkten, tollen Angeboten und Aktionen und erfahren Sie Wissenswertes zum Unternehmen. Klicken Sie hierzu ganz einfach auf den Newsletter-Anmeldebutton auf unserer Homepage www.teraske.de und geben Sie Ihre Kontaktdaten an!



Trotz Corona weiterhin für Sie da!

Unsere Sanitätshausfilialen sind weiterhin wie gewohnt für Sie geöffnet. Wir tun unser Bestes, um Ihnen, auch in Zeiten der Pandemie die bestmögliche Unterstützung zu geben und Ihr Leben leichter zu machen. Falls Sie es noch nicht gehört haben: Wir bieten die Möglichkeit der kontaktlosen Lieferung von Hilfsmitteln an und beraten Sie auf Wunsch auch per Telefon oder Videokonferenz.



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-Magazin, Lohweg 44, 30559 Hannover

Oder schicken Sie uns eine Mail an:
magazin@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. - Fr.: 09:00 - 18:00 Uhr
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
Mo., Di., Do.: 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 Einfeld

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

Design und Layout:

Anja Warncke

www.kunterkariert.de

Ansprechpartner:

Dr. Fabian Einfeld

fabian.elfeld@teraske.de

6. Jahrgang



 [@teraske](https://www.facebook.com/teraske)

 [@teraskeorthoreha](https://www.instagram.com/teraskeorthoreha)

 [@teraske](https://www.twitter.com/teraske)

Bildquellen: Adobe Stock, aktiv Deutschland Elektromobile GmbH & Co. KG, Allcon GmbH, Beate Schuhmacher, Blackroll AG, Bort GmbH, BSN medical GmbH, Daniela Schreiter, DARCO (Europe) GmbH, Ihle Strumpf GmbH, Ludwig Bertram GmbH, medi GmbH & Co. KG, Ofa Bamberg GmbH, Pharmaouest Industries, Rehasense Group, Russka GmbH, Saljol GmbH, Sundo Homecare GmbH, Teraske Ortho Reha GmbH & Co. KG

JOBST®

Kompression für alle
die es lieben, sich
**frei zu
bewegen**

NEU
& EINZIGARTIG

JOBST® Confidence

Die nächste Generation flachgestrickter Kompressionsversorgungen nach Maß


Teraske

Ortho Reha Sanitätshäuser

Kommen Sie zu uns in den Fachhandel.
Wir beraten Sie gerne!