

WIR MACHEN IHR LEBEN LEICHTER

AUSGABE 2/2021



+ DIE ERKÄLTUNG

Lästiger Begleiter im Winter

Gastbeitrag

+ ZU HAUSE WOHNEN – TROTZ PFLEGE- BEDÜRFTIGKEIT

Gastbeitrag

+ ERGOTHERAPIE ALS BAUSTEIN IM GESUNDHEITSWESEN

+ BLEIBEN SIE MOBIL

Mit Elektroscootern durch
den Alltag

+ 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 1a · 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,

wir freuen uns sehr, Ihnen endlich die neue Ausgabe unseres Teraske-Magazins zu präsentieren!

Im letzten halben Jahr ist viel passiert:

Wir berichten von unseren Gonarthrose- und Rückenschmerzen-Aktionstagen, an denen sich alle Interessent*innen umfangreich und kostenlos beraten lassen und geeignete Hilfsmittel testen konnten. Außerdem erwartet Sie ein Beitrag zu den heißbegehrten Elektroscootern, mit wissenswerten Informationen zur Finanzierung und der sogenannten Fallpauschale.

Gastbeiträge dürfen natürlich auch nicht fehlen! In dieser Ausgabe finden Sie Beiträge zur Pflege zuhause und zur Ergotherapie in Kombination mit den richtigen Hilfsmitteln.

Darüber hinaus klären wir Sie über die allseits bekannte Erkältung auf, und wie üblich finden Sie die Stellenangebote und Die Letzte Seite mit den neuesten Insider-Infos aus unserem Unternehmen in dieser Ausgabe. Diverse Produktangebote, neue Kolleg*innen, ein leckeres Kochrezept und Sudokus zum Knobeln sind wie immer mit dabei!

Ihr



Dr. Fabian Elfeld

Geschäftsführer



AKTIONSTAGE IM HAUSE TERASKE

Dieses Jahr haben wir unsere Kund*innen zu mehreren Aktionstagen zu den Themen Rückenschmerzen und Gonarthrose eingeladen. An diesen Tagen konnten sich unsere Kund*innen umfangreich informieren und beraten lassen über die Prävention, Diagnose und Nachbehandlung und auch über eine damit einhergehende Hilfsmitteltherapie. Unser Sortiment bietet nämlich eine Vielfalt an Orthesen, Bandagen und anderen Hilfsmitteln, die mitunter eine sofort spürbare Verbesserung bewirken können!

Rückenschmerzen und Bandscheibenvorfälle

Mit der Volkskrankheit Rückenschmerzen sind die meisten vermutlich vertraut. Ob im Nacken, im Schulterblatt, entlang der Wirbelsäule oder im unteren Rücken, dieses unangenehme Ziehen kann den Schlaf in der Nacht rauben, Kopfschmerzen bescheren, Schmerzen im Schulter- und Nackenbereich und Erschöpfung verursachen. Meist durch eine Verrenkung oder Verspannung verursacht, verschwinden die Schmerzen nach ein paar Tagen



häufig wieder von allein. Wenn sie aber länger anhalten, sollte man eine*n Ärzt*in aufsuchen. Rückenschmerzen schränken nicht nur in der Beweglichkeit ein, sie verhindern oft auch erholsamen Schlaf und beeinträchtigen so die Lebensqualität.

Rückenschmerzen plagen viele Menschen.



Rückenschmerzen lassen sich am besten behandeln, wenn die Ursache bekannt ist und mit Fachwissen und Hilfsmitteln angegangen wird. Bereits bei Kindern und Jugendlichen können Verkrümmungen und Schiefstellungen des Rückens eine Skoliose verursachen. Eine muskuläre Dysbalance der Rückenmuskulatur führt ebenso zu Rückenschmerzen und wird durch zuviel Sitzen und zu wenig Sport hervorgerufen. Dies führt zu Verspannungen und Schmerzen. Auch Verschleißerscheinungen und ein Abbau der Knochensubstanz (Osteoporose) können häufig zu Beschwerden führen. Osteoporose ist der häufigste Grund für Frakturen (Knochenbrüche) in der Lenden- sowie Brustwirbelsäule. Eine weitere Diagnose ist auch eine Verengung des Spinalkanales. Diese Verengung drückt auf die Nerven, was ebenso Beschwerden verursacht. Hier hilft oft und schnell eine stabile Rückenorthese.

Eine der häufigsten Ursachen für Rückenschmerzen sind Verletzungen wie Bandscheibenvorfälle. Ein Bandscheibenvorfall tritt auf, wenn ein Riss im äußeren Faserring einer Bandscheibe zum Austritt des inneren Teils führt. Kleinere Verletzungen heilen innerhalb weniger Wochen – bei schweren Bandscheibenvorfällen jedoch können Maßnahmen wie eine Hilfsmitteltherapie oder eine Operation erforderlich wer-

den. Man sollte sich jedoch nicht den Spaß an der Bewegung rauben lassen, denn Bewegung trägt zur Heilung bei und trainiert die betroffene Muskulatur. Medizinische Hilfsmittel wie Bandagen und Orthesen, die der Stabilisierung der betroffenen Körperregion dienen, helfen bei der Genesung und fördern den Heilungsprozess. Hier gibt es beispielsweise Rückenbandagen oder Rücken- und Beckenorthesen zur Stabilisierung der Lendenwirbelsäule. Die Expert*innen von Teraske zeigen den Kund*innen, wie man zum Beispiel mit Wärmetherapie oder dem Blackroll-Sortiment an und mit dem Schmerz arbeiten kann, um diesen zu lindern.

Arthrose im Kniegelenk



Schmerzen beim Treppensteigen sind ein häufiges Symptom.

Eine häufige Form von Arthrose ist die Gonarthrose, also ein Verschleiß im Kniegelenk. Gonarthrose kann im Alltag zu erheblichen Mobilitätseinschränkungen führen. Dagegen kann man mit sorgfältig und individuell angepassten Hilfsmitteln viel tun.

Mit einem richtig durchgeführten Faszientraining zum Beispiel kann das betroffene Gelenk unterstützt werden. Dieses Training lockert umliegende Muskeln und Faszien und die Durchblutung wird gefördert. Sofortige Verbesserung ist oft durch eine gut angepasste Orthese möglich, die das Gelenk entlastet und dadurch Schmerzen lindert. So wird sowohl kurzfristig Abhilfe geschaffen, als auch eine langfristige Verbesserung durch mehr Bewegung erleichtert! Teraske zeigt den Kund*innen an Aktionstagen anhand einer kostenlosen Knievermessung, wie eine Orthese Gelenkfehlstellungen korrigieren kann.

Arthrose ist eine fortschreitende Gelenkerkrankung, die sich durch Verlust des puffernden, gleitfähigen Knorpels äußert, der die knöchernen Gelenkflächen überzieht. Der Knorpel wird dabei je nach Schweregrad weich, dünn und rissig. Das Schwinden dieser Knorpelschicht wirkt sich wiederum auf die übrigen Gelenkstrukturen, wie Gelenkkapsel, Knochen und Sehnen aus. In der Innenhaut der Gelenkkapsel wird die „Gelenkschmiere“ (Synovialflüssigkeit) produziert, die den Knorpel ernährt und die Stoßdämpferwirkung verstärkt. Die arthrosebedingten Beschwerden treten zunächst nur bei großen Belastungen, in Form von Steifigkeit und Anlaufschmerz nach Ruhephasen auf. Bei höhergradigen Arthrosen häufen sich die Symptome: Bewegungseinschränkungen sind möglich und der typische wellenartige Schmerz kann sogar nachts auftreten. Die möglichen Ursachen für Arthrose sind vielfältig. Neben genetischer Veranlagung und Folgen von Grunderkrankungen wie Rheuma, Gicht und Diabetes, sind es häufig auch berufliche oder sportliche Überbelastungen und Verletzungen, die zu einer Arthrose führen können. Ebenso führen Fehlstellungen von Gelenken zu ungleicher Lastverteilung in den Bewegungen und können das Auftreten von Arthrose deutlich begünstigen. Typische Fehlstellungen sind beispielsweise das X-Bein (Genu Valgum) oder O-Bein (Genu Varum).

Das Kniegelenk als größtes Gelenk des menschlichen Körpers, ist am häufigsten von Arthrose betroffen. Auch hier äußern sich die Beschwerden zu Beginn bei großer Belastung, wie treppab oder bergab, und treten bei fortschreitender Erkrankung häufiger und schmerzhafter auf. Konservative Maßnahmen sind, neben gezielter Stärkung der stützenden Muskulatur, in unserer Orthopädie- und Orthopädienschuhtechnik zu finden. So kann das Tragen von orthopädischen Maßeinlagen und Schuhzurichtungen der Kniefehlstellung indirekt entgegenwirken und die überbeanspruchten Kniegelenksanteile entlasten.

Wir sind als Vollsortimenter in den Bereichen Sanitätshäuser, Orthopädietechnik, Orthopädienschuhtechnik, Reha, Homecare und Medizintechnik tätig. Wir betreuen unsere Kund*innen in den Filialen, bei Bedarf aber auch zuhause oder in der jeweiligen Pflegeeinrichtung. Zu unserem persönlichen Anspruch an Qualität und Kompetenz gehört es auch, eine Brücke zu schlagen zwischen Hilfebedürftigen und Helfenden. Auch in der kommenden Zeit sind weitere Aktionstage

geplant. Wir halten Sie auf dem Laufenden über unsere Sozialen Kanäle. Schauen Sie gern vorbei! Bei Interesse an einer unverbindlichen Beratung fragen Sie gern in unseren Sanitätshausfilialen nach. Das Teraske-Team freut sich darauf, Sie kompetent zu beraten und Ihr Leben schmerzfreier zu machen!



Die richtige Orthese kann sofortige Linderung verschaffen.

GAST- BEITRAG:

DER THERA-TRAINER SORGT FÜR BEWEGUNG ZU HAUSE!

Bewegung ist das A und O. Egal ob im Kindes- oder im Rentenalter: Ein Herz-Kreislauf-Training hält fit und bringt uns mal so richtig in Schwung. Es ist wichtig, dass kranke und ältere Menschen die Möglichkeit haben, sich in den eigenen vier Wänden zu bewegen. Dies ist besonders schwierig bei Gangunsicherheit und anderen Mobilitätseinschränkungen. Die perfekte Lösung ist ein Bewegungstrainer wie zum Beispiel von THERA. Dieser ermöglicht eine ausgiebige Bewegung im Sitzen und kann auch mit einem Rollstuhl ganz einfach genutzt werden.

Spätestens seit der Corona-Pandemie und dem Lockdown wird die Möglichkeit, Sport zu Hause machen zu können, immer bedeutender – etwa mit der Unterstützung des Bewegungstrainers „tigo“, den Krankenkassen bei entsprechender Diagnose genehmigen. Menschen mit neurologischem Befund und ältere Personen können damit täglich im eigenen Zuhause oder der jeweiligen Einrichtung die eigene Fitness trainieren und dabei Aktivität, Motivation und Lebensfreude gewinnen!

THERA-TRAINER



Aktiv bleiben - für mehr Lebensqualität und Selbstständigkeit

Regelmäßige Mobilisierung ist neben der Beweglichkeit auch für die Kraft und Ausdauer elementar. Neben den gesundheitlichen Aspekten wirkt sich das Training auch positiv auf die Lebensqualität, die Selbstständigkeit und das allgemeine Wohlbefinden aus. Bei neurologischen Krankheitsbildern wie zum Beispiel Multiple Sklerose oder Parkinson kann sogar der Verlauf verlangsamt werden.

Gemeinsam mit Rehakliniken und dem Sanitätsfachhandel sichert die medica Medizintechnik GmbH, Hersteller des THERA-Trainers, die Hilfsmittelversorgung mit Bewegungstrainern für neurologisch benachteiligte und ältere (bzw. geriatrische) Patient*innen.

Für alle Interessierten: Der THERA-Trainer kann auch zu geringen Kosten gemietet werden. Wenn Sie sich später für einen Kauf entscheiden, wird Ihnen sogar ein Teil der Mietkosten mit angerechnet.

Weitere Informationen erhalten Sie unter www.thera-trainer.com

ZUM*R AUTOR*IN:

Seit mehr als 30 Jahren arbeitet medica Medizintechnik GmbH in der Entwicklung und im Vertrieb professioneller Therapiegeräte und Softwarelösungen für Phasen der neurologischen und geriatrischen Rehabilitation. Das Unternehmen steht für Kund*innenmehrwert, Professionalität und Verlässlichkeit. Weltweit haben sie über 70 Vertragspartner*innen.

KONTAKTDATEN:

medica Medizintechnik GmbH

Blumenweg 8 · 88454 Hochdorf · Deutschland

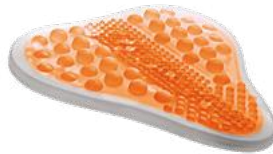
info@thera-trainer.com · www.thera-trainer.com



WIR MACHEN IHR LEBEN LEICHTER.

RÜCKENBANDAGE VON SPORLASTIC Vertebradyn senso

Orthese mit genoppter Silikonpelotte zur Stabilisierung der Lendenwirbelsäule. Das elastische Material mit funktioneller Kompression sorgt für die richtige Haltung und schenkt Komfort. Der integrierte QR-Code bietet Zugang zu körpereigenen Übungen und Patient*inneninformationen. In gerader oder taillierter Form erhältlich.



192,76 €



KNIEBANDAGE VON SPORLASTIC Genu-Hit supreme

Kniefbandage mit einer ringförmigen Silikonpelotte und seitlicher Verstärkung. Die Intarsia-Komfortzone sorgt für einen faltenfreien Sitz. Der dünne, druckreduzierende Bandagenrand gewährt hohen Tragekomfort.

89,90 €

BLACKROLL® – DAS ORIGINAL!

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 sind in unseren Filialen erhältlich.



32,90 €

BALLSITZKISSEN

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.



29,90 €



Bleiben Sie in Bewegung.

GYMNIC GYMNASTIKBALL

Der Gymnic Gymnastikball ist ideal für Einzeltraining, Krankengymnastik und das Rehabilitationstraining von Körperbehinderten. Er ist latexfrei und bis 300 kg belastbar.

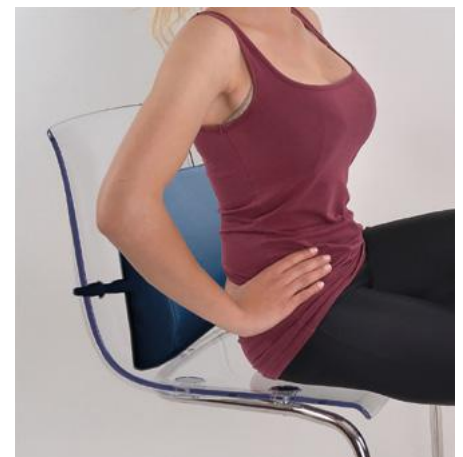
+ In verschiedenen Ausführungen erhältlich

ab 18,90 €

LENDENWIRBELKISSEN VON SUNDO

Um eine gesunde Haltung auch im Sitzen beizubehalten, empfehlen wir Ihnen dieses Lendenwirbelkissen. Die gewölbte ergonomische Form des Kissens, sorgt für eine Entlastung der Wirbelsäule (durch Unterstützung der Bandscheiben). Per Klettverschluss, kann es einfach am Stuhl befestigt werden. Egal ob im Büro oder im Homeoffice, dieses Kissen tut Ihrem Rücken gut!

- + Erhältlich in der Farbe blau
- + Maße: 28cm x 25cm



21,90 €

NEUE KOLLEG*INNEN



Leander Schubert

Auszubildender in der
Orthopädietechnik
Leinstraße



Lisanne Kunze

Auszubildende
in der Sachbearbeitung
Coppenbrügge



Tim Frontzek

Auszubildender
im Sanitätshaus
Rundestraße



Adriana Christoph

Auszubildende
in der Sachbearbeitung
Leinstraße



David Klinger

Auszubildender
im Sanitätshaus
Leinstraße



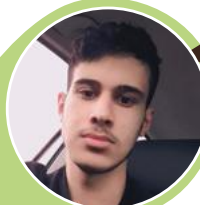
Ferenc Ruge

Auszubildender in der
Orthopädieschuhtechnik
Hameln



Amro Almaarouf

Auszubildender
im Sanitätshaus
Falkenstraße



Lisa Vogler

Auszubildende
in der Sachbearbeitung
Coppenbrügge

UNSERE AUSZUBILDENDEN



Wir wachsen, und mit uns wächst die Anzahl der neuen Kolleg*innen.

Wir freuen uns daher sehr, dass wir Ihnen dieses Mal so viele neue Gesichter vorstellen dürfen und wünschen allen, die unsere Teams nun zusätzlich tatkräftig unterstützen, einen guten Start!



Antje Marx
Tourenplanung
im Lohweg



Nadine Thiele
Fachverkäuferin im
Sanitätshaus Döhren



Ronny Richter
Rehatechniker
im Lohweg



Katharina Dalaf
Sachbearbeitung
in der Falkenstraße



Benjamin Siedentopf
Orthopädietechniker
in der Leinstraße



Anna Grombkowski
Schneiderin Bandagistik
in der Leinstraße



Katja Knura
Sachbearbeitung
im Lohweg



Luisa Jaeger
Sachbearbeitung
in Garbsen



Hajnalka Szanto
Fachverkäuferin
im Sanitätshaus
Rundestraße



Swantje Sommer
Sachbearbeitung
in der Leinstraße

DIE ERKÄLTUNG, EINE LÄSTIGE BEGLEITERIN IM WINTER



Husten, Halsschmerzen und Schnupfen sind typische Beschwerden

3 Tage kommt sie, 3 Tage bleibt sie, 3 Tage geht sie: die Erkältung!

Technisch spricht man von einer Infektion der oberen Atemwege oder von einem grippalen Infekt. Sie verläuft meist harmlos und heilt in den meisten Fällen von selbst aus. Typische Beschwerden sind Husten, Halsschmerzen, Heiserkeit und Schnupfen. Unterschieden wird zwischen einer Erkältung und einer Grippe. Die Symptome einer Erkältung kommen meist schleppend, wohingegen die Symptome der Grippe plötzlich auftreten können. Letztendlich lässt sich mit Hilfe einer Blutprobe feststellen, um welche der beiden Krankheitsformen es sich handelt. Seit Anfang des Jahres 2020 ist eine weitere Unterscheidung wichtig geworden: Auch SARS-Covid19

kann erkältungsähnliche Symptome hervorrufen. Um hier sicherzugehen, dass keine Corona-Infektion vorliegt, ist einer der vielerorts gratis oder sehr preisgünstig verfügbaren Schnelltests empfehlenswert, die Sie übrigens auch bei Teraske erwerben können!

Die meisten Menschen bekommen eine Erkältung im Herbst oder Winter, da zu diesen Jahreszeiten die Temperaturen stark sinken und die Viren bei diesen Temperaturen gut überleben und sich vermehren können. Die Bezeichnung „Erkältung“ ist etwas irreführend, da sie nicht durch Kälte, sondern durch Viren ausgelöst wird. Kälte kann das Immunsystem

schwächen und eine Infektion einfacher machen. Durch eine Tröpfcheninfektion, welche meist durch Husten oder Niesen zustande kommt, können Viren weitergetragen werden. Ein geschwächtes Immunsystem bewirkt eine vermehrte Ansteckungsgefahr. Frieren, Kälte und Stress können dennoch die Anfälligkeit für eine Infektion erhöhen und die Heilung erschweren. Wohltuende Wärme kann helfen, die Beschwerden zu lindern. Am Abend werden bei den meisten Erkrankten die Symptome schlimmer, da sich abends die Energiespeicher im Körper leeren und die Viren somit die Chance haben sich zu vermehren. Der Körper reagiert mit

einem Abwehrmechanismus, um diese Vermehrung zu verhindern. Eine Erkältung kann aber auch schwerere Verläufe haben. Man spricht hier von weiteren Entzündungen im Körper, wie eine Mittelohr-, Nasennebenhöhlen- oder sogar Lungenentzündung. Hier ist es wichtig bei stärker werdenden Symptomen eine*n Ärzt*in aufzusuchen, um einen schlimmeren Verlauf vorzubeugen und die Symptome medizinisch behandeln zu lassen.

Unser Sortiment bietet Vielfalt

In unserem Sortiment finden Sie viele Produkte, die eine

Heilung unterstützen oder sogar einen Infekt vorbeugen können. Unsere ClimaCare Produkte eignen sich beispielsweise prima für längere Ausflüge und kalte Nächte. Die ClimaCare Produkte können von Kopf bis Fuß angewendet werden, halten den Körper warm und schützen ihn vor Kälte. Auch unsere Infrarotlampe spendet wohltuende Wärme. Sie wird von vielen Benutzer*innen gern bei einer Mittelohrentzündung angewendet, lindert hier die Schmerzen und unterstützt den Heilungsprozess. Auch stressige Tage und schlaflose Nächte können zur Schwächung des

Immunsystems beitragen, weshalb wir Ihnen unser Wärmeunterbett ans Herz legen möchten. Dieses löst durch die wohltuende Wärme Verspannungen im Körper und regt die Durchblutung an.

Wenn Sie mehr über unser Sortiment erfahren möchten oder interessiert sind an einem unserer beschriebenen Produkte, dann schauen Sie gern bei uns in den Sanitätshausfilialen oder in unserem Onlineshop unter <https://www.teraske-shop.de/>

Wir freuen uns auf Ihren Besuch! ■

WIR MACHEN IHR LEBEN LEICHTER.

WÄRMEUNTERBETT BOSOTHERM 2200 (Größe 150 x 80 cm)

Wohlfühlwärme für einen entspannten Schlaf. Legen Sie das Wärmeunterbett einfach flach auf Ihre Matratze unter das Betttuch und wählen Sie eine der vier Temperaturstufen auf dem beleuchteten Bedienelement. Die moderne Technologie sorgt für eine gleichmäßige Verteilung der Wärme. Das Wärmeunterbett schaltet sich nach 12 Stunden automatisch ab und verfügt über einen Überhitzungsschutz. Dank der abnehmbaren Zuleitung können Sie das Wärmeunterbett auch bei 40 Grad waschen.



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 bequeme Handhabung
- + rutschfester Standfuß

17,90 €



Es gibt vielfältige Unterstützungsmöglichkeiten auch im eigenen Zuhause.

Information zur häuslichen Pflege und Betreuung

Zu Hause wohnen – trotz Pflegebedürftigkeit

Martha R. aus Hannover ist 79 Jahre alt, seit 3 Jahren verwitwet und wohnt allein in ihrem Eigenheim. Nach einem Schlaganfall kehrt sie nun mit erheblichen Einschränkungen aus der Reha-Klinik zurück.

Es wird deutlich, dass sie ihren sonst so eigenständigen Alltag nicht mehr allein bewältigen kann. Ihre Tochter lebt 200 km entfernt, so dass eine häusliche Versorgung nur mit erheblichem Aufwand möglich ist. Eine Situation, wie sie häufig in Familien vorkommt. Durch den demografischen Wandel und sich verändernde Familienstrukturen sind heutzutage neue Konzepte der Fürsorge von Familienmitgliedern notwendig. Während früher mehrere Generationen gemeinsam unter einem Dach lebten oder Angehörige in unmittelbarer Umgebung füreinander da waren, ist dieser Umstand aufgrund der heutigen abverlangten Flexibilität im Berufsleben nicht mehr in dem Maße gegeben.

Die Betreuungskraft – die gute Seele zu Hause

Daher kommen viele Familienangehörige in einen Gewissenskonflikt, wenn die Eltern älter werden und sich selbst nicht mehr versorgen können. Sie möchten Ihren Eltern den Verbleib im eigenen Zuhause ermöglichen, können sich aber selbst nicht kümmern. Dieses Dilemma geht zumeist mit dem Wunsch der Senior*innen einher, möglichst lange selbstbestimmt in den eigenen vier Wänden zu leben. **Das Modell der häuslichen Betreuung in Gemeinschaft** ist hierbei die perfekte Lösung. Durch die Vermittlung von zuverlässigen Betreuungskräften entlastet die sogenannte 24-Stunden-Pflege gleichermaßen Angehörige und Pflegebedürftige im Alltag.

Trotz der Begrifflichkeit „24-Stunden-Pflege“ kann eine Betreuungskraft selbstverständlich nicht 24 Stunden durchgängig tätig sein. Das ist nach dem deutschen Arbeitszeitgesetz auch nicht

zulässig. Sie arbeitet durchschnittlich 40 Stunden in einer 7-Tage-Woche und maximal 160 Stunden pro Monat, was somit einer Arbeitszeit von circa 5 - 6 Stunden am Tag gleichkommt. Darüber hinaus gibt sie die Sicherheit, dass jemand vor Ort ist und jederzeit unterstützen kann. Hier findet sich immer eine passende Arbeits- und Pausen- bzw. Freizeitregelung, um sowohl die Bedürfnisse der pflegebedürftigen Personen als auch den Arbeitnehmerschutz der Betreuungskraft zu gewährleisten.

Welche Aufgaben übernimmt eine Betreuungskraft?

Das Arbeitsspektrum einer Betreuungskraft umfasst sowohl hauswirtschaftliche Tätigkeiten, die Übernahme der Grundpflege, sowie mobilisierende Maßnahmen und individuelle Betreuung. Zu den Tätigkeiten im Haushalt gehören Einkaufen und Zubereitung der Mahlzeiten, Putzen der Wohnung (Reinhalten der Umgebung, in der sich der Betreuer sowie der Pflegebedürftige aufhalten), Wäsche waschen und bügeln, Versorgung etwaiger Haustiere und beispielsweise die Pflege der Zimmerpflanzen.

Wichtig: Aus versicherungstechnischen als auch arbeitsrechtlichen Gründen dürfen Tätigkeiten wie Fenster putzen, schwere Gartenarbeit und Schneeschieben nicht von Betreuungskräften übernommen werden.

Bei der Grundpflege unterstützen die Betreuungskräfte bei der täglichen Körperpflege, wie Waschen, Baden, Duschen, sowie der Mundhygiene, Haarpflege oder beim Rasieren. Im Rahmen dessen übernehmen sie bei Bedarf die Inkontinenzversorgung und geben Hilfestellung bei der Blasen- und Darmentleerung. Sie sind bei der Nahrungs- und Getränkeaufnahme behilflich und erinnern an die Medikamenteneinnahme.

Wichtig: Hiervon ausgenommen ist die medizinische Behandlungspflege, die zumeist von ambulanten Pflegediensten durchgeführt wird.

Bei den mobilisierenden Maßnahmen geht es in erster Linie darum, die pflegebedürftigen Person zu unterstützen, beispielsweise bei der Auswahl der Kleidung, sowie beim An-, Um- und Ausziehen, beim Gehen und Stehen, sowie motivierende Maßnahmen, gemeinsame Spaziergänge, sofern dies möglich ist, Mobilisierung nach Anleitung durch Therapeut*innen und gegebenenfalls Lagern nach Plan und Vorgabe.

Es handelt sich bei der häuslichen Rundum-Betreuung um eine ganz individuelle Betreuung. Hierzu gehören auch die Planung und Ausführung von Ausflügen oder die Begleitung zu Ärzt*in, Behörden, Friseur*in u. ä. Die Betreuungskraft ist ständige*r Ansprechpartner*in, sie unterhält sich mit den Senior*innen, kocht mit ihnen gemeinsam, liest ihnen vor oder macht ein Gesellschaftsspiel mit Ihnen.

Was sind die organisatorischen Voraussetzungen für die Beschäftigung einer Betreuungskraft?

1. EIGENES ZIMMER

Ein eigenes, abschließbares Zimmer ist die Grundvoraussetzung für die Unterbringung einer Betreuungskraft.

2. ZUGANG ZU TELEFON UND INTERNET

Die Betreuungskraft möchte während ihres Aufenthaltes Kontakt zu Familie und Freund*innen halten.

3. KOST UND LOGIS

Die Betreuungskraft übernimmt den Einkauf und bereitet die gemeinsamen Mahlzeiten zu. Die Kosten für die Lebensmittel werden vom Haushalt getragen.

4. ARBEITSZEIT

Die Betreuungskraft ist an die gesetzlichen Arbeitszeiten gebunden und hat ein Recht auf Freizeitausgleich. Bitte bedenken Sie, dass in diesen Stunden die pflegebedürftige Person unbeaufsichtigt ist.

Legales Betreuungsmodell

Der Vermittlungsmarkt für ausländische Betreuungskräfte ist sehr diversifiziert, unter anderem werden hier sehr viele unterschiedliche Aussagen hinsichtlich der rechtlichen Rahmenbedingungen bei der Vermittlung von Pflegekräften aus Europa, speziell Osteuropa gemacht. Dadurch ist es für viele pflegebedürftige Menschen und ihre Angehörigen sehr schwierig, eine vertrauenswürdige Agentur zu finden, die die Betreuung in häuslicher Gemeinschaft, die sogenannte 24-Stunden-Pflege, legal anbietet. Jede seriöse Vermittlungsagentur sieht sich daher in der Verantwortung, ihren Kund*innen ein legales Betreuungsmodell zur Verfügung zu stellen.



UNSER TIPP:

Eine vertrauenswürdige Vermittlungsagentur zeigt transparent auf, ob die Beschäftigung rechtmäßig ist oder nicht. Ebenso sollte sichergestellt werden, dass die Betreuungskräfte von professionellen Dienstleistern bei der Ausübung Ihrer Tätigkeiten und im Rahmen der Rechtssicherheit unterstützt werden. Denn nur wenn diese Rahmenbedingungen erfüllt sind, sind Sie als Kund*in auf der sicheren Seite.

Der Staat hilft mit! Das neue Pflegestärkungsgesetz greift.

Durch das zweite Pflegestärkungsgesetz (PSG II) gelten seit 2017 grundlegende Veränderungen und Verbesserungen für pflegebedürftige Menschen, die in ihrer häuslichen Umgebung betreut werden möchten. Konkret heißt das: sie bekommen sowohl mehr finanzielle als auch inhaltliche Unterstützung. So wurden beispielsweise aus den drei Pflegestufen die neuen fünf Pflegegrade, was vor allem die Leistungen in den unteren Pflegegraden ab Pflegegrad 2 erhöht. Dabei haben alle Pflegebedürftigen ab Pflegegrad 2 die gleichen Rechte – ganz gleich, an welcher Beeinträchtigung sie leiden. Und die

Pflegeversicherung erbringt in Summe 20 Prozent mehr Leistung als bisher. Großartig! Denn so haben noch mehr Menschen die Möglichkeit, in Ihrem Zuhause und gewohntem Umfeld von häuslichen Pflege- und Betreuungskräften unterstützt zu werden.

Die Brinkmann Pflegevermittlung ist eine der größten unabhängigen Vermittlungsagenturen für die Betreuung pflegebedürftiger Menschen in häuslicher Gemeinschaft. Das 2010 gegründete Familienunternehmen mit Sitz im ostwestfälischen Oerlinghausen agiert bundesweit mit Niederlassungen und Büros in Hannover, Stuttgart, München, Paderborn und Kiel sowie einem Handelsvertretungs-Netzwerk an über 30 zusätzlichen Standorten in ganz Deutschland. ■

Brinkmann[®]
PFLEGEVERMITTLUNG

ZUM* R AUTOR* IN:

Die Brinkmann Pflegevermittlung ist eine der größten unabhängigen Vermittlungsagenturen im Bereich der Betreuung in häuslicher Gemeinschaft (BihG) – der sogenannten 24-Stunden-Pflege.

Deutschlandweit unterstützt Brinkmann Pflegebedürftige und deren Angehörige durch die Vermittlung qualifizierter, osteuropäischer Betreuungskräfte.

KONTAKTDATEN:

Brinkmann Pflegevermittlung GmbH

Ravensberger Straße 9
33813 Oerlinghausen
Tel.: 0800 - 70 30 303

info@brinkmann-pflegevermittlung.de
www.brinkmann-pflegevermittlung.de



ETAC RAISER Transfer- und Umsetzhilfe

Der Etac Raiser ist eine Transfer- und Umsetzhilfe, die Pflegekräften und Betroffenen zugutekommt. Sie ist fahrbar, sodass auch Transfers über kürzere Distanzen möglich sind. Sitzt der*die Pflegebedürftige, kann die flache Fußplatte leicht unter seinen Füßen platziert werden; eine Feststellbremse sorgt für einen sicheren Stand des Etac Raisers und die gepolsterte Beinstütze lässt sich einhändig auf die gewünschte Kniehöhe anpassen; die Hände können beliebig aufgelegt werden.

Belastbar bis
150 KG



ab **1.138,90 €**

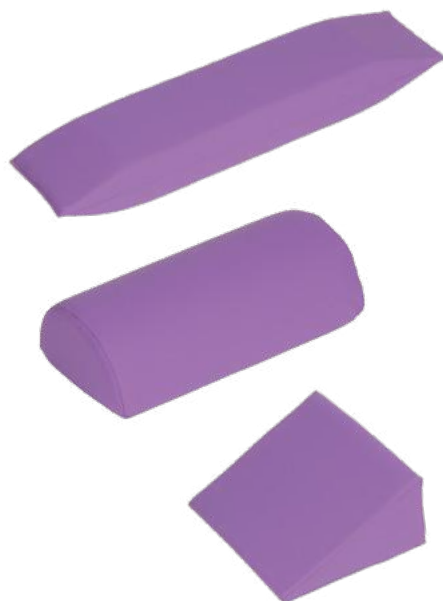
ETAC TURNER PRO Sichere und rückschonende Transfers

Der Turner PRO ist das perfekte Hilfsmittel sowohl für Krankenhäuser, Pflegeeinrichtungen als auch für Daheim. Das intuitive Design erleichtert die Handhabung. Lediglich die Einstellung des Handgriffs und der Beinstützen ist notwendig. Einfacher Transport dank Teleskopstange. Winkelverstellbare, höhenverstellbare Beinstützen, weich und bequem, mit unterstützendem seitlichen Halt. Funktionale Fußplatte mit Anti-Rutsch-Funktion, leicht drehbar, gut geeignet für den Innenbereich und auf unterschiedlichen Bodenbelägen nutzbar.

522,41 €



Belastbar bis
200 KG



LAGERUNGSKISSEN

Bei bettlägerigen Menschen ist eine sachgerechte und sorgfältige Lagerung sehr wichtig. Mit diesen Lagerungskissen können durch langes Liegen gefährdete bzw. betroffene Körperzonen mittels einer Umpositionierung entlastet oder freigelagert werden, um ein Wundliegen zu vermeiden. Wir beraten Sie gerne in unseren Filialen und erklären Ihnen, wie die einzelnen Kissen genau eingesetzt werden können.

Preis pro Kissen: 64,- €

Das 3-er Set zum Vorteilspreis für 174,- €

je **64,- €**

WIR MACHEN IHR LEBEN LEICHTER.

FALTBARER INDOOR-ROLLATOR PIXEL

Wendiger Indoor-Rollator mit sehr stabilem Aluminiumgestell, der sich auch auf engem Raum gut nutzen lässt. Der Rollator hat eine kleine abnehmbare Netztasche, die sich ideal zur Ablage kleinerer Gegenstände eignet. Das Tablett ist ebenfalls abnehmbar und spülmaschinengeeignet. Die ergonomischen und weichen Handgriffe sind mit einem durchgehenden Bremsbügel ausgestattet, der mit einer Hand bedient und festgestellt werden kann.

- + faltbar
- + Eigengewicht inkl. Tablett: 5,2 kg
- + belastbar bis 110 kg
- + Breite (geöffnet): 54 cm

219,- €



DSF 130 DUSCHSTUHL FALTBAR VON DRIVE MEDICAL

Duschstuhl mit Rücken- und Seitenlehnen für Ihre maximale Sicherheit. Bei Nichtgebrauch lässt der leichte Aluminiumstuhl sich ganz einfach platzsparend zusammenklappen. Er bietet eine große Sitzfläche mit Ablauflöchern und Hygieneaussparung. Die Sitzfläche ist durch die Teleskopbeine fünffach höhenverstellbar (42 - 52 cm). Die GummifüÙe ermöglichen einen sicheren Stand.

- + pulverbeschichteter Aluminiumrahmen
- + belastbar bis 130 kg Körpergewicht

175,- €

DUSCHTOILETTE NOLLSTUHL ASTON VON DRIVE MEDICAL

Praktischer Dusch-Toilettenstuhl mit Softsitz und Hygieneaussparung mit Abdeckung. Hochklappbare Armlehnen und schwenkbare, abnehmbare Fußstützen. Räder mit Einzelbremsen, verstellbare Sitzhöhe (51/56 cm). Rahmen aus pulverbeschichtetem Aluminium. Inklusive Hygieneeimer. Der Aston 24 bietet alle Vorzüge des Standardmodells, hat aber große 24"-Antriebsräder mit Greifreifen und Steckachse. Damit eignet er sich ideal, um sich darin ohne fremde Hilfe fortzubewegen.

- + belastbar bis zu 160 kg Körpergewicht
- + In der Variante mit 5" oder 24"-Rädern erhältlich

5"

496,- €



24"

690,- €



Ergotherapie ist, wie die Physiotherapie und die Logopädie, ein Heilmittel, das als Leistung ärztlich verordnet werden muss, bevor der*die Klient*in zur Behandlung kommen kann. Das Berufsfeld der Ergotherapie ist breit gefächert. Ergotherapeut*innen arbeiten in unterschiedlichen Institutionen wie z.B. Krankenhäusern, Altenheimen, Werkstätten für behinderte Menschen sowie niedergelassenen Praxen. Auch das Klientel ist sehr vielschichtig - Kinder sowie Erwachsene können die Leistungen der Ergotherapeut*innen in Anspruch nehmen.

Die gesundheitlichen Gründe, warum Ergotherapeut*innen aufgesucht werden, sind sehr unterschiedlich.

Im pädiatrischen Bereich sind häufige Indikationen Entwicklungsverzögerungen, Verhaltensauffälligkeiten, Aufmerksamkeitsproblematiken oder auch schlechte Stifthaltung. Im psychiatrischen Bereich werden häufig tagesstrukturierende sowie problemlösende Strategien erarbeitet, die dem Menschen wieder eine gute Teilhabe im Leben ermöglichen. Typische neuronale bzw. neuro-orthopädische Krankheitsbilder sind Schlaganfall, Multiple Sklerose, Demenz,

Schmerzen wie das CRPS und Handverletzungen. Es gibt mehrere Möglichkeiten, um den Klient*innen zu helfen, ihre Ziele zu erreichen.

Im Idealfall kann der Entwicklungszustand durch bestimmtes Vorgehen aufgeholt bzw. die pathologische Funktion durch Übungen wieder hergestellt werden. Ist dies auf Grund der Schädigung nicht möglich, versucht der*die Klient*in mit Hilfe des*der Ergotherapeut*in Kompensationsmechanismen zu erarbeiten, sodass das Ziel trotzdem für den*die Klient*in zufriedenstellend erreicht werden kann.

Sehr hilfreich sind in diesem Zusammenhang Hilfsmittel, die dann die Durchführung einer bestimmten Aktivität trotz der gegebenen Einschränkung ermöglichen und somit ein Stück Selbstständigkeit wieder herstellen können.



Knöpfhilfe

Ein Beispiel für eine solche Aktivität ist das Zuknöpfen eines Hemdes für eine Person, die eine Hand z.B. auf Grund eines Schlaganfalls nicht mehr benutzen kann.

Ein weiteres wichtiges Hilfsmittel für Personen, die eine Hand nicht benutzen können, ist das Einhandbrett, das ermöglicht, eigene Mahlzeiten selbst vorzubereiten. Das Brett ersetzt die Haltefunktion der einen Hand, sodass die aktive Hand z.B. das Brötchen schmieren kann. Bei schmerzhaften Gelenkserkrankungen, wie rheumatischen Erkrankungen oder Arthrose, werden Hilfsmittel zusammengestellt, die dem*der Klient*in gelenkschonende Alternativen bieten. Solche Tätigkeiten treten immer wieder im Alltag auf und sind teils nicht vermeidbar, wie z.B. Öffnen von Flaschen oder Türschlössern.



Einhandbrett

Dies sind einige wenige Möglichkeiten wie Ergotherapeut*innen den Menschen helfen können, wieder an ihrem Alltag teil zu haben oder eine angemessene Lebensqualität zu erreichen. Dabei ist jede Behandlung sehr individuell und auf die persönlichen Ziele des*der Klient*in abgestimmt.

ZUR AUTORIN:

Eugenia Böcker

B. Sc. Ergotherapeutin
Ergotherapie-Praxis Pahl
in Arnum

MIT ELEKTROSCOOTERN DURCH DEN ALLTAG



Kleiner Ausflug in den Park gefällig?

Ob dauerhaft oder vorübergehend, ob nach einer Operation oder nach einem Unfall – manchmal sind wir nicht so mobil, wie wir es gerne wären. Dabei ist die eigene Mobilität ein ganz wesentlicher Faktor für ein selbstbestimmtes und aktives Leben und die Möglichkeit, soziale Kontakte aufrecht zu erhalten.

Elektroscooter sind insbesondere für Menschen geeignet, die zwar nur noch kurze Strecken ohne fremde Hilfe bewältigen können, aber motorisch und kognitiv noch gut in Form sind. Unser Partnerunternehmen aktiv Deutschland Elektromobile GmbH & Co. KG im Bereich E-Scooter hat mittlerweile über 50 verschiedene TÜV-geprüfte Elektrofahrzeuge in seinem Sortiment. Von Elektrorollstühlen und E-Scootern bis hin zu weiteren ausgefallenen Fahrzeugen wie etwa dem Scuddy (s. Bild rechts) oder auch dem Libra, einem motorradähnlichen Fahrzeug, bieten sie ein vielseitiges

Sortiment. Unter dem Motto „Mobilität und Lebensqualität“ versorgt aktiv Deutschland medizinische Einrichtungen, Fachhändler wie auch uns als Sanitätshaus mit stylischen Elektrofahrzeugen – und die



Modell Scuddy

kommen bei den Kund*innen super an!

Die Sitze eines Elektromobils sind in der Regel drehbar, um bequem ein- und aussteigen zu können. Die Batterie lässt sich problemlos innerhalb weniger Stunden aufladen und mit 6 km/h ist man mit einem Elektromobil nicht nur komfortabel und mühelos, sondern auch ausreichend motorisiert unterwegs. Wer schneller fahren möchte, kann auch Scooter mit einer Motorisierung von bis zu 22 km/h erwerben. Allerdings brauchen Sie dann ein Mofa-Kennzeichen, ab 15 km/h einen Führerschein und eine ent-

sprechende Versicherung. Sie dürfen mit Ihrem Scooter selbstverständlich aber auch in der Fußgängerzone oder auf Bürgersteigen fahren, dort natürlich nur mit Schrittgeschwindigkeit. Auch auf der Straße dürfen Sie fahren: Achten Sie unbedingt darauf, dass Sie gut gesehen werden! Geparkt wird auf Fahrradstellplätzen.

Und wie sieht es mit den Kosten aus?

Die Krankenkassen übernehmen die Kosten für Elektroscooter mit einer Geschwindigkeit von 6 km/h. Gegen Aufpreis ist es leider nicht möglich, einen höherwertigen Scooter zu erhalten. Das heißt, wenn Sie ein schnelleres Modell haben möchten, müssen Sie dieses selbst bezahlen. Auch zerleg- oder faltbare Elektroscooter, die sich sogar in einem normalen PKW transportieren lassen, müssen auf eigene Kosten erworben werden. Bei allen Elektromobilen verlangt die Kasse für eine Genehmigung zwingend einen Nachweis über eine Garage oder eine andere abschließbare Unterstellmöglichkeit, in der der Elektroscooter gegen Diebstahl und Wetter geschützt sind. Bis zu 6 km/h ist Ihr Elektromobil über Ihre private Haftpflichtversicherung abgesichert.

Wir bieten auch die Möglichkeit, einen Scooter zu finanzieren. Wie ist hier der Ablauf?

Wenn Sie Ihren Scooter privat kaufen, sehr einfach: Sie besuchen uns, lassen sich beraten, testen eventuell verschiedene Modelle und kaufen am Ende das, für das Sie sich entscheiden.



Modell Kymco Komfy

Wenn Sie eine Finanzierung wie z.B. Ratenzahlung nutzen möchten, benötigen wir einige Daten für eine Bonitätsprüfung und eine entsprechende Vereinbarung, und schon gehört Ihr neuer Scooter Ihnen!



Display des Kymco Komfy

Sie können ihn direkt mitnehmen oder auf Wunsch von uns nach Hause liefern lassen.

Und wie sieht es bei einer Versorgung über die Krankenkasse aus?

In der Regel steht am Anfang einer jeden Hilfsmittelversorgung die ärztliche Verordnung, oder auch: das Rezept. (Natürlich können Sie sich auch gerne vor dem Besuch in der Praxis von einem Sanitätshaus beraten lassen und Hilfsmittel in manchen Fällen auch ganz unabhängig von Verordnungen und Kostenträgern privat erwerben, aber wir werden der Einfachheit halber hier den Standard-Weg einer Versorgung betrachten.) Nach Eingang einer Verordnung müssen wir zunächst prüfen, ob zwischen uns und

dem zuständigen Kostenträger ein Vertragsverhältnis besteht und welcher Vertrag anwendbar ist. Nach derzeitigem Recht kann ohne Vertrag keine Kostenübernahme erfolgen. Der Inhalt des jeweiligen Vertrages bestimmt dann das weitere Vorgehen.

Es gibt die Fallpauschale, die beispielsweise fast immer bei Pflegebetten, Rollatoren und vergleichbar stark standardisierten Hilfsmitteln angewendet wird. Sie ist vergleichbar mit einer Servicemiete: Der

Kostenträger bezahlt eine feste Summe, und im Gegenzug stellt das Sanitätshaus für einen festen Zeitraum die Versorgung sicher. Das Hilfsmittel bleibt dabei im Eigentum des Sanitätshauses und alle Verschleiß- oder sonstigen Probleme aus dem bestimmungsgemäßen Gebrauch des Hilfsmittels müssen auf Kosten des Sanitätshauses behoben werden. Der Ablauf ist hier in der Regel sehr schnell und einfach, oft ist nicht einmal ein Kostenvoranschlag erforderlich, da die Bedingungen

klar geregelt sind. Bei aufwändigeren Hilfsmitteln wie Pflegebetten wird trotzdem oft mit Kostenvoranschlägen gearbeitet, um zum Beispiel sicherzustellen, dass die versicherte Person nicht bereits eine laufende Fallpauschale bei einem anderen Sanitätshaus hat, oder sonstige Gründe gegen eine Kostenübernahme sprechen.

Klingt kompliziert? Ein bisschen vielleicht schon, aber wir haben gute Nachrichten: Fast alles davon übernehmen wir für Sie, und natürlich stehen wir wäh-

rend des ganzen Prozesses mit Rat und Tat an Ihrer Seite, um Sie zu unterstützen.

Ein Elektroscooter schenkt ein neues Gefühl von Mobilität und Komfort. Lassen Sie sich umfangreich von uns beraten, um die perfekte Lösung für Sie zu finden und Ihren Alltag zu erleichtern.

Wir machen Ihr Leben leichter.

Teraske Sanitätshäuser



Modell Libra

Sie haben Interesse an unseren Elektroscootern? Besuchen Sie uns gern in unseren Sanitätshäusern und lassen Sie sich beraten!

KONTAKTDATEN:

Sanitätshaus Teraske
Planetenring 39-41
30823 Garbsen
Tel.: (05137) 78 28 4

info@teraske.de
www.teraske.de

Und natürlich in allen anderen Filialen!



„Hi, ich bin Cindy, Auszubildende im Gesundheitswesen in der Teraske Filiale Leinstraße, direkt neben der schönen Altstadt! Ich bin mit dem Rest der Sachbearbeitung aus der Falkenstraße im Januar `21 hierher umgezogen. Wir bilden mit insgesamt 6 Kolleg*innen hier nun die größte betriebsinterne Zusammensetzung an Sachbearbeiter*innen im ganzen Unternehmen. Ich bin im zweiten Lehrjahr meiner Ausbildung „Kaufrau im Gesundheitswesen“, die ausbildende Schule für den theoretischen Anteil ist die Alice-Salomon-Schule in Herrenhausen, direkt neben „den Gärten“. Nebenbei bin ich auch noch Hausfrau und Mutter mit 3 Kindern, koche und lese sehr gerne. Kommunikation mit den Krankenkassen und Kund*innen, Rezeptbearbeitung und Kostenvoranschläge für Versicherungen gehören zu meiner täglichen Arbeit. Besonders wichtig ist mir Sachlichkeit und Freundlichkeit untereinander! Wenn meine Ausbildung beendet ist, möchte ich erstmal weitere Erfahrungen sammeln und mein Fachwissen vertiefen. That’s me!

„Hallo, ich bin Jonas und professioneller Springer bei Teraske Ortho Reha. Springer sein bedeutet, dass ich immer in den Filialen eingesetzt werde, wo es gerade etwas eng ist, zum Beispiel wegen Urlauben oder Mitarbeiter*innenausfällen. Dadurch lernt man nach und nach viele verschiedene Filialen und Kolleg*innen kennen, und das mag ich besonders an meinem Job. Ich habe 2017 meine Ausbildung beendet und bin im Februar `21 bei Teraske gelandet. Ich bin spezialisiert auf Sanitätsfachhandel und berate am liebsten Kund*innen, aber natürlich gehört auch Warenpflege und Bestellwesen zu meinen Aufgaben. In meiner Freizeit bereise ich gerne andere Städte und mir ist ein gutes Miteinander bei der Arbeit sehr wichtig – und zwar bei Kolleg*innen und Kund*innen. Aber jetzt muss ich weiter – vielleicht braucht man mich irgendwo! **jumps away**



„Moin, ich bin Chris, ausgebildeter Medizinprodukteberater bei Teraske Ortho Reha! Ich bin seit Ende 2019 im Unternehmen und vor allem für die Kund*innenberatung, das Anpassen von Medizinprodukten sowie Ladenbedarf und Organisation zuständig. Außerdem bin auch sehr am Orthopädie-Bereich interessiert. In meiner Freizeit gehe ich gerne aus, höre japanische Musik und treibe viel Sport. Der Standort Falkenstraße gefällt mir sehr, da er für mich mit dem Fahrrad leicht erreichbar ist – im Herzen von Linden mit dem Freundeskreis und vielen Aktivitäten immer ganz nah dran! Mir ist besonders wichtig, dass auch, wenn es im Laden mal stressig ist, trotzdem die Ruhe bewahrt wird und etwas Freude und Humor mit in die Arbeit eingebracht wird – bei Kund*innen sowie Kolleg*innen!

Für alle Jobsuchenden haben wir auch dieses Mal wieder einige neue Stellenangebote. Schauen Sie doch einfach mal, ob etwas Passendes für Sie dabei ist. Wir freuen uns auf Ihre Bewerbung an karriere@teraske.de!

Die jeweiligen Ansprechpartner*innen finden Sie in den Stellenbeschreibungen.



VERKÄUFER*IN (M/W/D) IM SANITÄTSHAUS

Zur Verstärkung unseres Beratungs- und Verkaufsteams suchen wir für unsere Sanitätsfachgeschäfte in Garbsen und in Hannover zum nächstmöglichen Zeitpunkt mehrere zuverlässige Berater*innen bzw. Verkäufer*innen (w/m/d). Idealerweise bringen Sie bereits Berufserfahrung aus dem Einzelhandel bzw. Fachhandel mit. Aber **auch Berufseinsteiger*innen oder Quereinsteiger*innen** sind bei uns willkommen.

Für Ihren neuen Job als Sanitätsfachverkäufer*in sollten Sie Interesse an medizinischen Hilfsmitteln und Freude am persönlichen Verkaufs- und Beratungsgespräch haben. Erfahrungen im Umgang mit EDV sind vorteilhaft. Auch als pharmazeutisch-kaufmännische*r Angestellte*r passt unser Stellenangebot gut für Sie.

Ihre Ansprechpartnerin ist: → Kathrin Sanchez-Moreno

SACHBEARBEITUNG IM SANITÄTSHAUS IN VOLLZEIT ODER TEILZEIT (W/M/D)

Sind Sie erfahrene*r Sachbearbeiter*in? Sind Sie virtuos an der Tastatur und professionell, freundlich und serviceorientiert am Telefon? Suchen Sie Chancen zur Weiterentwicklung in einem netten, gut eingespielten Team in einem modernen Unternehmen mit offener, freundlicher Atmosphäre und (fast) immer guter Laune?

Für mehrere Standorte in Hannover suchen wir jeweils eine*n Sachbearbeiter*in in Vollzeit (40h/Woche) oder Teilzeit (20h/Woche). Zu Ihren Aufgaben gehören die telefonische Betreuung unserer Kund*innen und die Vorgangsbearbeitung einschließlich Abrechnung in unserer Branchensoftware Acriba. Idealerweise haben Sie schon Erfahrung mit der Arbeit im Sanitätshaus oder zumindest im Bereich Gesundheit. In jedem Fall aber erhalten Sie von uns natürlich eine ausführliche Einarbeitung von erfahrenen und freundlichen Kolleg*innen.

Ihre Ansprechpartnerin ist: → Corinna Grimpe

SIE SIND AUF DER SUCHE NACH EINER AUSBILDUNG?

Kein Problem! Wir sind ein sehr erfahrener Ausbildungsbetrieb und achten darauf, dass unsere Auszubildenden 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 freuen uns auf Ihre Bewerbung an → karriere@teraske.de

AUSBILDUNG ZUM*R ORTHOPÄDIETECHNIK-MECHANIKER*IN (W/M/D)

(Beginn: 01.08.22)

Arbeiten Sie gerne und geschickt mit den Händen? Möchten Sie lernen, handwerklich maßgefertigte Prothesen, Orthesen und andere orthopädische Hilfsmittel herzustellen, um anderen Menschen damit zu helfen? Haben Sie Freude daran, Menschen zu beraten, um ihr Leben leichter zu machen? Lernen Sie gerne jeden Tag etwas dazu, interessieren sich für Anatomie, Medizin, Hilfsmittel und Kommunikation? Dann suchen wir Sie als Auszubildende für den Beruf des*r Orthopädietechnik-Mechaniker*in! Wir fördern bei entsprechender Eignung nach der Ausbildung auch weiter bis zum Meister*innenbrief. Um sich einen persönlichen Eindruck zu verschaffen und unser Team kennenzulernen, bieten wir Ihnen auf Wunsch einen oder mehrere Probearbeitstage in unserer Werkstatt an.

Ihr Ansprechpartner ist: → Jan Pfalzer

AUSBILDUNG ZUR KAUFPERSON IM EINZELHANDEL (W/M/D)

(Beginn: 01.08.22)

Haben Sie Freude daran, Menschen zu beraten, um ihr Leben leichter zu machen? Lernen Sie gerne jeden Tag etwas dazu, interessieren sich für Anatomie, Medizin, Hilfsmittel und Kommunikation? Dann suchen wir Sie als Auszubildende zur Kaufperson im Einzelhandel bzw. zum*r Sanitätshausfachverkäufer*in! Sie sind zuständig für die Beratung unserer Kund*innen rund um Hilfsmittel aller Art, für die Einkaufsplanung, Warenbestellung, die Umsetzung von werbe- und verkaufsfördernden Maßnahmen und die Ladengestaltung. Um sich einen persönlichen Eindruck zu verschaffen und unser Team kennenzulernen, bieten wir Ihnen auf Wunsch gerne einen oder mehrere Probearbeitstage in unseren Filialen an.

Ihre Ansprechpartnerin ist: → Kathrin Moreno

AUSBILDUNG ZUR KAUFPERSON IM GESUNDHEITSWESEN ODER FÜR BÜROKOMMUNIKATION

(Beginn: 01.08.22)

Sie überlegen eine Ausbildung im Gesundheitswesen zu machen? Wie wär's mit einer Ausbildung zur Kaufperson 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. Sie passen perfekt zu uns, wenn Sie ein gut organisierter Mensch sind, sich für medizinische Themen interessieren und gerne mit Menschen zu tun haben.

Ihre Ansprechpartnerin ist: → Corinna Grimpe



Das Sanitätshaus Teraske ist der richtige Arbeitgeber für mich, weil ich täglich meine Kreativität einbringen kann und ein abwechslungsreiches Aufgabengebiet habe.

David Klinger
Ausbildung zum Kaufmann im Einzelhandel

An der Ausbildung gefällt mir sehr, dass man mehrere Bereiche (Laden und Sachbearbeitung) hat, in denen man eingesetzt werden kann und somit eine abwechslungsreiche Ausbildung gegeben ist. Des Weiteren gefällt mir, dass das Unternehmen ein sehr angenehmes und positives Betriebsklima bietet, sowie hohe Chancen auf Übernahme und einen sicheren Arbeitsplatz.

Christina Dalaf
Kauffrau im Gesundheitswesen





Okroschka - Kalte Suppe

Zutatenliste:

- 2 Becher Buttermilch
- 1 Liter Mineralwasser
- 6 mittelgroße Kartoffeln
- 1 Bund Radieschen
- Geflügelfleischwurst (optional)
- 4 Eier
- 1 Salatgurke
- Frühlingszwiebeln
- Dill
- Salz, Pfeffer
- Zitronensäure
- Essig

Schwierigkeit:



Zubereitungszeit:

ca. 1 Stunde

Zubereitung:



Zuerst werden die Kartoffeln und Eier gekocht. In der Zeit wird das Gemüse vorbereitet: Die Radieschen werden geviertelt, die Frühlingszwiebeln gehackt und die Gurke gewürfelt.

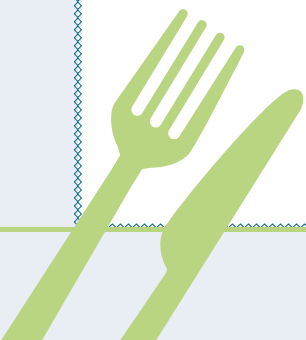
Die fertig gekochten Kartoffeln und Eier werden im nächsten Schritt ebenfalls gewürfelt, sodass am Ende alles zusammen in einer Schüssel vermengt werden kann. Gewürzt wird das Ganze mit Salz und Pfeffer. Nun wird die Fleischwurst gewürfelt und hinzugegeben und wieder vermengt.

Danach wird die Buttermilch und das Mineralwasser hinzugegeben und mit Zitronensäure und Essig verfeinert. Gegebenenfalls muss noch etwas nachgewürzt werden, weshalb zwischendurch Abschmecken wichtig ist! Das Ganze muss dann für etwa eine halbe Stunde ziehen.



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

wünscht Ihnen Elena Schumilin,
Orthopädieschuhmachermeisterin in Hameln



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.

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

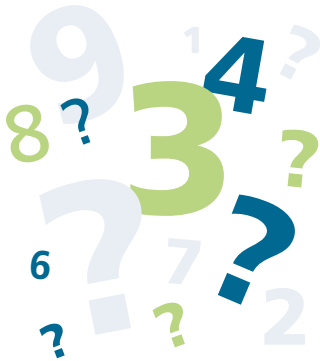
Schwierigkeitsstufe: hoch

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

Schwierigkeitsstufe: leicht

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

Schwierigkeitsstufe: mittel



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

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

Schwierigkeitsstufe: sehr hoch

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

Schwierigkeitsstufe: mittel

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

Schwierigkeitsstufe: hoch

DIE LETZTE SEITE

Neu im Programm:

UNSER TERASKE-TALK

Dieses Jahr hatten wir zwei tolle Livetalks zum Thema Kompression, in denen alle Anwesenden Fragen stellen konnten und kostenlos umfangreich informiert wurden.

Unsere Expert*innen haben gemeinsam mit Gästen wie Dr. Nicole Gerlach, auch bekannt von Instagram als [@fragdochmaldiefraudoktor](#), über Liposuktion und Kompression im Sommer gesprochen. Auch für die nächste Zeit sind weitere Talks geplant. Wer es allerdings nicht abwarten kann und neugierig ist: Die Livetalks wurden aufgezeichnet und sind auf unserem YouTube-Kanal www.youtube.com/teraske zu finden. Viel Spaß beim Reinhören!

ELEKTROSCOOTER SIND IM TREND

Ein immer aktuelleres Thema: Elektroscooter! Komfortabel und zügig ankommen wollen wir doch alle! Egal ob 6 km/h oder schneller als 20 km/h: Bei uns können Sie die verschiedensten Modelle erwerben und natürlich auch vorab testen. Unsere Lieblinge sind der Komfy und der Seeland. Besuchen Sie uns doch mal in den Sanitätshäusern und überzeugen Sie sich selbst von unserer Angebotsvielfalt!

**Wir machen
Ihr Leben
leichter.**

Teraske Sanitätshäuser



TERASKE BEI #BESTJOB EVER

Dieses Jahr haben wir an der Berufsorientierungsmesse „bestjobever“ teilgenommen! Am 24. September konnten Schüler*innen per Videochat bei einem von Lars-Erik Paulsen moderierten Live-Interview mit unseren Auszubildenden teilnehmen und Fragen dazu stellen. Wir freuen uns sehr, dass wir dabei sein durften und konnten auch einige Interessent*innen gewinnen! Wenn Sie mehr über #bestjobever erfahren möchten, legen wir Ihnen die Homepage www.best-job-ever.de ans Herz, auf der Sie garantiert auch unser Teraske-Vorstellungsvideo finden!

Falls nicht, schauen Sie doch mal auf unserem YouTube-Kanal www.youtube.com/teraske vorbei, da haben wir es nämlich auch hochgeladen!



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 1a
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

Chefredaktion:

Amelie Biehl



 [@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, Blackroll AG., Brinkmann Pflegevermittlung GmbH, Drive Medical GmbH & Co. KG, Etac R82 GmbH, Kubivent GmbH, Ludwig Bertram GmbH, Medica Medizintechnik GmbH, Rehasense Group, Sporlastic GmbH, Sundo Homecare GmbH, Teraske Ortho Reha GmbH & Co. KG, Willi Behrend GmbH & Co. KG



**Liebevoll.
Zuhause.
Betreut.**

www.brinkmann-pflegevermittlung.de

**im Alter betreut
zu Hause leben**

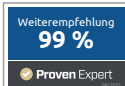
Hauptvertretung Mitte

Büro Hannover

Georgstraße 38 · 30159 Hannover

 **0511 - 51 53 03 80**

 hannover@brinkmann-pflegevermittlung.de



Brinkmann[®]
PFLEGEVERMITTLUNG