

PFLEGEBOOTE

DAS MAGAZIN ÜBER SOZIALES PFLEGE GESUNDHEIT VON IHREM AMBULANTEN PFLEGEDIENST

**Pflege
bei Eis &
Schnee**

**Weihnachts-
geschichten**

**Zitronen:
sauer und
gesund**

**75 Jahre
Deutschland-
halle**



Foto: iStock



Fernsehstadt Berlin

- ↳ Häusliche Kranken- und Altenpflege
- ↳ Hauspflege, Seniorenpflege
- ↳ Pflege in Wohngemeinschaften
- ↳ Kurzzeitpflege
- ↳ Betreutes Wohnen
- ↳ Soziale Beratung
- ↳ Pflegeüberleitung
- ↳ Hausnotruf
- ↳ Gütesiegel

Telefon:

030 / 461 30 10

Jetzt geht's looos!

Pflegestützpunkt Berlin GmbH

Tel.: (030) 75 44 22 99 - www.pflege-stuetzpunkt-berlin.de

**Beratungs- und
Schulungsangebote**

Freizeitangebote

Entlastung Angehöriger

Hilfe und Betreuung



Wenn Sie als Familienangehörige z.B. Demenzkranke oder Menschen mit geistiger Behinderung betreuen, übernehmen wir im Rahmen der stundenweisen Entlastung als neuer Hilfeform der Pflegeversicherung vorübergehend die komplette Versorgung. Zu den Leistungsvoraussetzungen sprechen Sie uns bitte an.

**Wohnpflegezentrum am Jüdischen Krankenhaus
Schulstraße 97 - 13347 Berlin (U-Osloer Straße / U-Nauener Platz)
Tel: (030) 75 44 22 99**

**Klemkestraße 29 - 13409 Berlin-Reinickendorf
Müllerstraße 163b - 13353 Berlin-Wedding
Arnulfstraße 102-103 - 12105 Berlin-Schöneberg**

Beratung - Betreuung - Unterstützung

Inhalt

Pflege im Überblick	4
Pflege bei Eis & Schnee	6
Weihnachten	8
Was tun gegen Pflegenotstand	10
75 Jahre Deutschlandhalle	11
Zitronen	11
Damals...	
Geburtsstunde des Fernsehens	12
Einmal gut gelacht...	
Sudoku-Rätsel	14
Aus Ihrer Sozialstation	15

Liebe Leserinnen, Liebe Leser,

wieder ist ein Jahr zu Ende. Manchmal scheint die Zeit kein Verschnaufen zu kennen. Kaum war der Frost zu Ende, freuten wir uns über einen heißen Sommer und jetzt geht es doch rasant auf Weihnachten und den Jahreswechsel zu.

Gut vorbereitet geht Ihre Sozialstation Biedermann in die neue Saison für Eis & Schnee. Und damit auch Sie gut durch den Winter kommen, beschäftigen wir uns mit der Frage der Pflege bei Eis & Schnee.

Das Fernsehen feiert Geburtstag. Weihnachten 1930 waren die erste Bilder auf den Bildschirmen zu verfolgen. Das Medium nahm seinen Anfang in Berlin, haben Sie es gewusst? Erstaunlich, wie sich dieses Medium entwickelt hat.

Freuen Sie sich auf eine bunte und abwechslungsreiche Ausgabe des PflegeBoten zum Jahreswechsel.

Wir wünschen Ihnen eine Fröhliche Weihnachtszeit und einen Guten Rutsch ins neue Jahr 2011!

Mit herzlichen Grüßen

Titelbild:

Weihnachtsbaumkaufrausch (Foto: iStock) / Albert Einstein auf der IFA (Foto: Messe Berlin)

Michael Biedermann
und das Team Ihrer Sozialstation Biedermann



IMPRESSUM

PflegeBote

Das Magazin über Soziales Pflege
Gesundheit von Ihrem Pflegedienst
www.pflegebote.de

Verlag: BES Service GmbH,
Schulstraße 97 13353 Berlin
Telefon: 030 / 75 44 23 00
Telefax: 030 / 75 44 23 01

Herausgeber: Sozialstation Biedermann
GmbH, Berlin

Redaktion: Adresse siehe oben
Telefon: 030 / 626 088 27
Telefax: 030 / 626 088 29
E-Mail: redaktion@pflegebote.de

Chefredakteur (V.i.S.d.P.): Jörg Wachsmuth
(joerg.wachsmuth@pflegebote.de)

Autoren: Michael von Finckenstein, Bastian
Schmidt, Jörg Wachsmuth, Max Werner

Herstellung: Medienbüro Wachsmuth,
BERLINMEDIA (Druckvorbereitung)

Anzeigen: Es gilt Anzeigenpreisliste Nr. 1
(gültig ab März 2010)

Homepage: www.pflegebote.de, gehostet
von Goldvision.com

Der PflegeBote erscheint alle zwei Monate
und wird den Kunden der herausgebenden
Pflege- und Sozialstationen kostenlos zur
Verfügung gestellt und in verschiedenen Ein-
richtungen und Geschäften ausgelegt.

Die mit dem Namen des Verfassers oder
seinen Initialien gekennzeichneten Beiträge
geben die Meinung des Autors, aber nicht
unbedingt die des Herausgebers oder der
Redaktion wieder. Für unverlangt eingesandte
Manuskripte und Unterlagen wird keine
Haftung übernommen. Nachdruck - auch
auszugsweise - ist nur mit schriftlicher Ge-
nehmigung der Redaktion und Quellenanga-
be gestattet. Postzustellung und Nachbestel-
lung: Gegen eine Gebühr von 3,00 Euro pro
Heft kann der PflegeBote per Postzustellung
bestellt werden.

©2010

Mitgliederversammlung der RAL Gütegemeinschaft Qualitätsgeprüfter Ambulanter Pflegedienste e.V.



Vorstand der RAL Gütegemeinschaft von links: Werner Jahnke, Vasylyna Tataryn, Hans-Joachim Hellrung und Michael Biedermann. (Foto: Volker Hütte)

Am 6. November 2010 fand die ordentliche Mitgliederversammlung der RAL Gütegemeinschaft Qualitätsgeprüfter Ambulanter Pflegedienste e.V. im Hamburger Holiday Inn Hotel an den Elbbrücken statt. Turnusgemäß wurde in diesem Jahr der Vorstand der Gütegemeinschaft gewählt. Dabei wurde der alte Vorstand um den Ersten Vorsitzenden Michael Biedermann und den Zweiten Vorsitzenden Werner Jahnke (beide Berlin) im Amt bestätigt. Als Beisitzer fungieren weiterhin Johannes Carstensen (Haselund) und Hans-Joachim Hellrung (Neumünster).

Neu in den Vorstand wurde Vasylyna Tataryn (Nürnberg) als Obfrau des Güteausschusses gewählt. Sie tritt die Nachfolge von Luise Käb (Nürnberg) an, die Ende 2010 in den Ruhestand treten wird. Mit einem kleinen Präsent dankte der Vorstand Frau Käb im Namen aller Mitglieder für ihren langjährigen Einsatz im Güteausschuss.

Austragungsort der nächsten ordentlichen Mitgliederversammlung wird Ende 2011 Berlin sein.

Schmerz-Ratgeber-Serie vollständig

"Geteiltes Leid ist halbes Leid", sagt ein Sprichwort. Viele Schmerzpatienten können das bestätigen. Sie haben sich in Selbsthilfegruppen zusammengeschlossen. Wie Schmerzpatienten von Selbsthilfegruppen profitieren und wo sie eine Gruppe in ihrer Nähe finden, darüber informiert die neue Ratgeber-Karte "Selbsthilfegruppen: Gemeinsam gegen den Schmerz".

Sie ist die letzte einer insgesamt sechsteiligen Serie der Initiative Schmerz messen. Ziel ist es, Patienten mit starken chronischen Bewegungsschmerzen Tipps für den Alltag zu geben. Jede Ratgeber-Karte enthält zudem Informationen, wie die Schmerzstärke gemessen und dokumentiert wird, was bei der Einnahme von Schmerzmitteln zu beachten ist und wo Patienten Hilfe finden. Mehr unter www.schmerz-messen.de

Pflegeschulungen in der BerufsAkademie

Müllerstraße 163b - Bahnhof
Wedding (U- und S-Bahn)

Themen: Pflegebedürftig, was nun..., Stürze bei Älteren, Umgang mit Demenz und weitere. Bitte die Termine telefonisch erfragen und im Vorfeld anmelden. Tel: 030 / 754 42 306

[@www.ba-iqw.de](http://www.ba-iqw.de)

Wissenschaft überprüft Pflege-TÜV

Die Hamburger Fern-Hochschule HFH erforscht in den kommenden zwei Jahren Stärken und Verbesserungspotenziale der „Pflege-Transparenzvereinbarung stationär“, die im Volksmund als Pflege-TÜV bezeichnet wird.

Sie begleiten den Medizinischen Dienst der Krankenversicherung (MDK) in Rheinland-Pfalz bei der Arbeit. Die Wissenschaftler untersuchen Qualitätskriterien, Bewertungssystematik, Ausfüllanleitung und Veröffentlichungsmodi der Pflege-Transparenzvereinbarung, die 2008 eingeführt worden ist.

BVG begleitet kostenlos in Bus & Bahn

Quer durch Berlin mit U-Bahn, Bus und Tram. Der kostenlose Begleitservice der BVG steht Menschen mit Behinderungen täglich von 7:00 bis 22:00 Uhr zur Verfügung. Gehbehinderten, Rollstuhlfahrern oder Blinden wird so geholfen, Busse und Bahnen in der Stadt zu nutzen. Der Service reicht von der Wohnungstür zum Ziel und zurück. Er gilt für das gesamte Stadtgebiet und den Flughafen Schönefeld. Einzige Voraussetzung ist ein gültiger Fahrschein und die telefonische Anmeldung beim Servicebüro am Vortag unter 030 – 25 414 414 (Mo – Fr 9:00 – 16:00 Uhr).

Pflegeverbände fordern grundlegende Überarbeitung der Pflege-Transparenzvereinbarungen

Der Verband Deutscher Alten- und Behindertenhilfe e.V. (VDAB) und der Arbeitgeber- und Berufsverband Privater Pflege e.V. (ABVP) lehnen die Weiterarbeit an der Pflege-Transparenzvereinbarung ab. Das System ist für die Pflegestationen unfair und täuscht die Verbraucher, heißt es. "Allen Beteiligten ist klar, dass dieses Prüfsystem keine Pflegequalität abbildet. Weder das Ergebnis der Pflege noch die Lebensqualität der Pflegebedürftigen können so ermittelt werden" stellt Petra Schülke, stellvertretende Bundesvorsitzende des VDAB fest. Dirk Wiederhold, Vorstandsvorsitzender des ABVP, ergänzt: "Das System ist nicht geeignet, die Vorgaben des Gesetzgebers umzusetzen. Leidtragende sind die Verbraucher, denen kein objektives Beurteilungskriterium zur Verfügung steht."

Eine Reihe von Pflegeexperten und Wissenschaftler kritisieren die Schwachstellen der Pflege-Transparenzvereinbarungen. Ein Gutachten belegt, dass die Methodik, die zur Beurteilung der Pflegeleistung herangezogen wird, völlig ungeeignet ist. Diese Auffassung wird auch von Sozialgerichten vertreten. Über 100 Mio. EUR Kassengelder wurden bereits in die Umsetzung des Prüfsystems gesteckt.

Wichtige Telefonnummern

Polizeiruf 110
Feuerwehr 112

Kassenärztlicher Notdienst
030 / 31 00 31

Zahnärztlicher Notdienst
030 / 89 00 43 33

Telefonseelsorge e.V.
0800 111 0 111

Kirchliche Telefonseelsorge
0800 111 0 222

Berliner Krisendienst Mitte
030 / 390 63 10 (16-23 Uhr)

Sozialstation Biedermann
Häusliche Krankenpflege
030 / 461 30 10

Kurzzeitpflege im Jüdischen Krankenhaus
030 / 469 970 66

Pflegestützpunkt Berlin
Beratung zum Thema Pflege
030 / 754 42 299

Wegweiser e.V.
(Patientenschutzverein)
030 / 754 42 298

Leben in Würde e.V.
030 / 75 44 22 97

Wohnpflegezentrum am Jüdischen Krankenhaus
030 / 4994 3373

LISA - Hausnotrufsystem
030 / 19 705

Behörden 115
Taxiruf 0800 22222 55

Gut versorgt durch die Winterzeit

Eis und Schnee bereiten nicht nur den Mitarbeitern der Sozialstationen Probleme, sondern auch vielen älteren Menschen. Gut versorgt und sicher durch den Winter - Wie können sich ältere Menschen auf strenges Winterwetter mit Eis und Schnee vorbereiten?

Der vergangene Winter war für die Mitarbeiter der Pflege- und Sozialstationen nicht einfach zu bewältigen. Eine lange Zeit mit Frost und Schnee führten zu glatten Wegen und vereisten Straßen. Nicht nur, dass es mit den Autos deutlich langsamer auf den Straßen voranging, auch die Parkplatzsuche gestaltete sich schwer.

Große Schneeberge türmten sich an den Straßenrändern auf. Öfter kam es zu festgefahrenen Wagen, die im Schneematsch stecken geblieben sind. Öfter mussten die Touren geändert werden. Patienten, die zu bestimm-

ihre Schichten früher an, hörten aber trotzdem deutlich später auf. Überstunden im Dienste der Patienten, die hatten zum Glück häufig Verständnis für die Situation, warteten geduldig auf ihren Pfleger.

Besorgte Patienten riefen in der Station an, weil ihr Pfleger sich verspätete, um zu hören ob alles in Ordnung ist. Die Sorgen waren teilweise berechtigt, auf den glatten Gehwegen stürzte so mancher Mitarbeiter und musste anschließend selber seine gebrochenen Knochen pflegen lassen. Aber auch wenn es personell eng wurde, das Wohl der Patienten stand und steht für die Sozialstationen an erster Stelle.

Auch für den Winter 2010 / 2011 sagen einige Meteorologen einen strengen und frostigen Winter voraus. Wie viel Schnee und Eis es gibt, wird sich erst nachträglich zeigen. Der Berliner Senat hat kurzfristig gehandelt und die Vorschriften zur Räumung der Gehwege verschärft. Sie sollen eisfrei werden. Leider wurde das Gesetz so kurzfristig realisiert, dass viele Räumdienste nicht mehr in der Lage sind entsprechend die Anzahl ihrer Mitarbeiter zu erhöhen und weitere Schneeräumfahrzeuge einzukaufen.

Aber auch für die älteren Menschen stellt eine verschneite Winterlandschaft mit viel Eis und Schnee eine Herausforderung da. Zwar konnten einige im vergangenen Jahr der sozialen Isolation durch das Internet entgehen, aber immer noch ist ein Großteil der Bevölkerung über 60 nicht online. Netzwerke wie Facebook, Myspace oder Xing sind für diese genauso fremd wie die Suchmaschinen Google oder Yahoo. Ob kurzfristig eine Computergruppe für Silversurfer hilft? Senioren



Wird der Schneemann täglich grüßen? (Foto: Pflegebote)

ten Zeiten Medikamente benötigen, wurden vorgezogen. Verspätungen gab es vor allem auch auf dem Land. So ging in Schleswig-Holstein und Teilen von Mecklenburg-Vorpommern nach erheblichen starken Schneefällen teilweise nichts mehr. Viele Pflegekräfte fingen

an die Computer, heißt es immer öfter, etwa in vielen Kirchengemeinden. Aber auch im Wohnpflegezentrum am Jüdischen Krankenhaus im Berliner Wedding steht inzwischen ein Internet-Terminal für die Bewohner zur Verfügung. Einige haben sogar eigenen Rechner mit Onlinezugängen.

Zwar ist der Computer gut gegen Vereinsamung, hilft aber nicht gegen vereiste Gehwege. Entsprechend gibt es einige Tipps, wie sich vor allem ältere Menschen auf strenges Winterwetter vorbereiten können und so gut versorgt und sicher bei Eis und Schnee sind.

Die richtige Kleidung tragen: Gerade Senioren sollten bei winterlichem Wetter auf rutschfestes Schuhwerk und wasser- und winddichte Kleidung achten. Aus



Winter im Lietzenseepark in Charlottenburg (Foto: Pflegebote)

Finnland stammt ein Gleitschutz, der mit Hilfe eines Klettbandes am Absatz der Schuhe angebracht werden kann, und so die Sicherheit beim Laufen erhöht. Helle Kleidung stellt zudem sicher, dass man auch bei Dunkelheit gut sichtbar bleibt. Bei Spaziergängen an frostigen Tagen sollte ein dicker Schal vor Mund und Nase getragen werden. So wird die kalte Luft angewärmt und dringt nicht direkt in den Rachenraum ein. Durch die eingeatmete kalte Luft kann es zu einer Verengung der Gefäße kommen, die das Herz versorgen. Gerade Menschen mit Herzerkrankungen oder Bronchialerkrankungen können so schnell unter Atemnot leiden.



Drohende Dachlawine im Winter 2009 / 2010 am Arbeitsamt in der Müllerstraße im Wedding (Foto: Pflegebote)

Es sollte ein Vorrat an Lebensmitteln, Getränken und Medikamenten angelegt werden. Hier können Verwandte oder Freunde gebeten werden, einzukaufen. Im Fall eines Stromausfalls ist es hilfreich, Kerzen, Taschenlampe und ein batteriebetriebenes Radio zu besitzen.

Wer nicht unbedingt das Haus verlassen muss, sollte bei extremen Wetterlagen zu Hause bleiben. Aber auch Autofahrten oder Fahrradtouren, die nicht nötig sind, sollten vermieden werden. In Gegenden mit viel Schnee kann es zu Dachlawinen und Eiszapfen an Vordächern kommen, die plötzlich abgehen und schwere Verletzungen verursachen können. Insbesondere Senioren mit gesundheitlichen Einschränkungen sollten nicht davor scheuen, bei Eis und Schnee Hilfe zu holen.

Wichtige Telefonnummern sollten bereitgehalten werden. Dazu gehört der Hausarzt, der Apothekennotdienst und weitere Notruf-Nummern. Die Feuerwehr und Rettungsdienste können bundesweit über die 112 gerufen werden. Aber auch die Telefonnummer eines Angehörigen sollte parat sein. Eine Telefonkette aus hilfsbereiten Nachbarn, Freunden und Verwandten ist ebenfalls von Vorteil.

Nutzen Sie Fahr- und Lieferdienste! Vom Supermarkt, über den fahrbaren Mittagstisch bis hin zu den Apotheken gibt es eine Reihe von Bringdiensten. Auch ein Hausnotruf, wie etwa Lisa, kann für einen begrenzten Zeitraum genutzt werden. | **Jörg Wachsmuth**

Von drauß' vom Walde komm ich her;

Ich muss euch sagen, es weihnachtet sehr.

Was hat es eigentlich mit dem Fest von der Geburt des Christkinds auf sich? Die Geschichte von Weihnachten. Weihnachten ist mit Ostern und Pfingsten eines der drei Hauptfeste des Kirchenjahres. Dabei beginnt die weihnachtliche Festzeit mit einer Christvesper am Heiligabend und endet in der römisch-katholischen Kirche mit dem Fest „Taufe des Herrn“ am Sonntag nach Erscheinung des Herrn.

Den ersten liturgischen Höhepunkt der Weihnachtszeit bildet die Mitternachtsmesse oder auch Christmette. Der Weihnachtsfestkreis, zu dem der Advent als Vorbereitungszeit gehört, reicht bis zum Fest „Darstellung des Herrn“ am 2. Februar, das umgangssprachlich „Mariä Lichtmess“ genannt wird.

Wie kommt es nun zum Feiertag? Als kirchlicher Feiertag wird der 25. Dezember erst 336 in Rom erstmals belegt. Umstritten ist es, wie es zu diesem Datum kam. Eine Quelle geht von einer Anlehnung an den römischen Sonnenkult aus, eine weitere Hypothese erklärt die Datumswahl mit dem Abstand von neun Monaten zum angenommenen Termin der Inkarnation, der auf den 25. März angenommen wurde.

Weihnachten wird bei uns zumeist als Familienfest gefeiert, bei dem man sich gegenseitig beschenkt. Das wird von Christen und Nichtchristen gleichermaßen gefeiert. Der Brauch mit den Geschenken wurde ab 1535 von Martin Luther als Alternative zur bisherigen Geschenk-sitte am Nikolaustag propagiert. Sein Ziel war es, das Interesse der Kinder auf Christus anstelle der Heiligenverehrung zu lenken. In den römisch-katholischen Familien fand die Kinderbescherung weiterhin lange Zeit am Nikolaustag statt.



Der Weihnachtsmann als Symbolfigur des weihnachtlichen Schenkens ist vor allem in Nord-, Mittel- und Ostdeutschland sowie in der übrigen Welt besonders in protestantisch geprägten Regionen, wie den Niederlanden, Skandinavien, Großbritannien und den USA populär. Dargestellt als dicklicher und freundlicher alter Mann mit langem weißem Bart, roter Kutte und mit weißem Pelz. Er trägt sein Geschenkesack und häufig eine Rute. Diese Darstellung existierte bereits im 19. Jahrhundert, was durch zeitgenössische Postkarten bewiesen wird. Der Getränkeproduzent Coca-Cola nutzt seit 1931 alljährlich zur Weihnachtszeit diese Darstellung für eine eigene Werbekampagne. Ob die braune Limonade damit entscheidend zur weltweiten Verbreitung des „Weihnachtsmanns“ beitrug, gilt aber als umstritten.

Weitere Bräuche ergänzten mit der Zeit das Weihnachtsfest. Das Krippenspiel seit dem 11. Jahrhundert, der geschmückte Weihnachtsbaum (15. Jahrhundert), der Adventskranz (1839) und der Weihnachtsmann (20. Jahrhundert). Geschickt löste der Weihnachtsmann andere Gabenbringer ab. In Norddeutschland etwa das Christkind und den Nikolaus

Zu Weihnachten gehört in vielen Familien der Besuch des Gottesdienstes zum gewohnten Ritual. Auch die Nicht-Kirchgänger oder Konfessionslosen füllen die Gottesdienste am Heiligen Abend.

Aber woher stammt nun der Begriff Weihnachten? Der früheste Beleg für den Ausdruck Weihnacht stammt aus dem Jahr 1170: „diu gnâde diu anegegete sih an dirre naht: von diu heizet si diu wîhe naht.“ („Die Gnade (Gottes) kam zu uns in dieser Nacht: Deshalb heißt diese nunmehr Weihnacht.“)

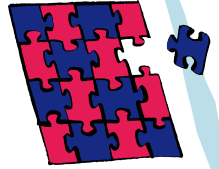
Da aber die ersten Belege für das Wort aus dem 12. Jahrhundert stammen, kann davon ausgegangen werden, dass der Begriff christlichen Ursprungs ist. Vermutlich handelt es sich um die Übersetzung des lateinischen *nox sancta* aus den Gebeten der lateinischen Christmette, zumal nach der Weihnachtsgeschichte die Geburt Jesu ausdrücklich nachts geschah. Früh aber gab es auch Vermutungen, der Name könne vorchristlichen Ursprungs sein. Martin Luther selber dachte an wiegen und bildete Wygenachten, „da wir das kindlein wiegen“.

Der Dichter Theodor Storm bildete aus dem Substantiv „Weihnachten“ dann auch noch das Verb weihnachtet. Er setzte es in seinem berühmten Gedicht vom Knecht Ruprecht ein, bei dem es heißt:

*Von drauß' vom Walde komm ich her;
Ich muss euch sagen, es weihnachtet
sehr.* | **Bastian Schmidt**

Um 1820 entstanden die ersten aus massiver Schokolade gefertigten Nikolausfiguren, sie stellten einen Bischof mit Mitra und Stab dar. Gut 20 Jahre später wurden sie erstmals in der heute gewohnten Form als Hohlkörper hergestellt. Die Darstellung der Weihnachtsmannfigur passte sich rasch der aktuellen Form an. Zur Herstellung wird flüssige Schokolade zwischen zwei Formen gebracht und im sogenannten Schleudergußverfahren solange gedreht, bis sich die Schokolade gleichmäßig verteilt hat und erkaltet ist. Über 9000 Tonnen Schokolade werden in Deutschland jedes Jahr zu etwa 100 Millionen Schokoladenweihnachtsmännern verarbeitet. Der Schokoladenweihnachtsmann liegt aber nur an zweiter Stelle hinter dem Schokoladenosterhasen, der etwa 56 % der Schokoladenhohlkörperproduktion ausmacht.

Leben in Würde e.V.



Sie schaffen es nicht mehr allein zu Haus? Aber ins Heim möchten Sie auch nicht? Dann fragen Sie uns!



Wir haben als gemeinnütziger Verein bereits in mehreren Bezirken Pflege-Wohngemeinschaften aufgebaut und bieten aus Erfahrung ehrliche, unabhängige Beratung zu allen Fragen rund um dieses Thema. Dabei arbeiten wir mit unterschiedlichen Pflegediensten zusammen und begleiten Sie gern auf Ihrem Weg in ein zunehmend beliebtes Angebot der Pflegeversicherung.

In kleinen, gemütlichen Wohneinheiten sind rund um die Uhr kompetente Fachpflege und vielfältige Freizeitangebote gewährleistet.

**Rufen Sie einfach an:
(030) 75 44 22 97**

Leben in Würde e.V.

Müllerstraße 163 b - 13353 Berlin

Tel: 030 / 75 44 22 97 - Fax: 030 / 75 44 23 01

E-Mail: info@verein-leben-in-wuerde.de

<http://www.verein-leben-in-wuerde.de>

Was tun gegen den drohenden Fachkräftemangel in der Pflege?

Traumberuf Krankenschwester? War das nicht einmal vor einer gefühlten Ewigkeit, als vor allem junge Frauen, mitunter auch die jungen Männer, den Pflegeberuf als Idealziel angaben? Sind nicht die Schreckensnachrichten aus Pflegeheimen und Krankenhäusern von katastrophalen Zuständen der Patienten, die stark angewachsenen Belastungen des Pflegepersonals und die vergleichsweise geringen Verdienstmöglichkeiten der Gesundheits- und Krankenschwestern und der Altenpfleger inzwischen Grund genug, sich anderen Berufssparten zuzuwenden?

Nein, trotz aller Unkenrufe ist die Pflege nach wie vor ein beliebter und gern gewählter Arbeitsbereich. Gründe dafür gibt es viele: Die Arbeit ist abwechslungsreich und verantwortungsvoll, der Kontakt mit unterschiedlichen Menschen ist gegeben, man bekommt von Patientenseite häufig Anerkennung, diverse Fort- und Weiterbildung sind ein zusätzlicher Anreiz und – nicht zu unterschätzen – der Beruf ist krisenfest. Wer eine Anstellung hat, bezieht sein monatliches Gehalt auch in wirtschaftlich schwierigen Zeiten.

Müssen wir uns für die Zukunft also keine Sorgen machen? Die nackte Statistik scheint das zunächst auch zu bestätigen: Mehr als 1,1 Millionen Menschen arbeiten im Jahr 2008 bundesweit in der Pflege. Mit in die Zahlen des Darmstädter Wifor-Instituts wurden allerdings nicht nur Einrichtungen der Alten- und Krankenpflege einbezogen, sondern auch Heime für werdende Mütter, Wohnheime für Menschen mit Behinderungen und Einrichtungen zu deren Eingliederung und Pflege. Dazu kommt, dass die Zahl der Beschäftigten in der Pflege zwischen 1996 und 2008 um rund 50 Prozent gestiegen ist.

Und trotzdem, so prognostizieren viele Fachleute, droht Deutschland in naher Zukunft ein dramatischer Fachkräftemangel in der Pflege. Die Experten rechnen damit, dass in schon zehn Jahren mehr als 170.000 Gesundheits- und Krankenschwestern, -pfleger und Pflegehilfskräfte fehlen werden. Bis 2030 könnten es bereits über

400.000 sein. Schuld daran ist in erster Linie der demografische Wandel. Unsere Gesellschaft altert stark. Das Statistische Bundesamt hat vorgerechnet, dass die Zahl der Pflegebedürftigen hierzulande von zurzeit 2,2 Millionen auf 2,9 Millionen in 2020 und etwa 3,4 Millionen in 2030 ansteigen wird. Gleichzeitig wird mit einer sinkenden Bevölkerungszahl in Deutschland gerechnet, so dass der Anteil älterer Menschen immer größer wird. Um den in einigen Regionen jetzt schon vorhandenen Pflegenotstand nicht bundesweit dramatisch hoch werden zu lassen, ist das deutsche Gesundheitssystem auf zusätzliches Pflegepersonal aus dem Ausland angewiesen. Doch diese Maßnahme allein wird nicht ausreichen. Verlangt werden von den Experten eine bessere Bezahlung vor allem der examinierten Schwestern und Pfleger, des Weiteren einheitlichere Ausbildungswege, flexiblere Arbeitszeitmodelle und verbesserte Kinderbetreuungsmodelle. All diese Schritte würden zu höherer Attraktivität des Berufsbildes führen. Auch eine Verlängerung der Lebensarbeitszeit sind im Gespräch, ebenso die Optimierung der Arbeitsabläufe, um Zeit zu sparen. Nicht zuletzt soll sich verstärkt um den männlichen Pflegenachwuchs bemüht werden.

In der Pflege gilt es also dringend, alle Kräfte zu bündeln und strategisch zu denken, um greifbare Ergebnisse zu erlangen. Die nächsten Monate und Jahre werden richtungsweisend sein. Wir alle dürfen gespannt sein. |

Michael von Finckenstein

Die letzten Tage

Trostlos ist der Anblick auf die Deutschlandhalle zu ihrem 75. Geburtstag am 29. November 2010. Einige Arbeiter rennen über den Parkplatz, geschäftiges Treiben nur an den Eingängen der Messehallen. Es ist beschlossen, die Deutschlandhalle wird ab 2011 abgerissen. Die Einwände bezüglich des seit 1995 bestehenden Denkmalschutzes konnten die ehemalige „größte Mehrzweckhalle der Welt“ nicht mehr retten. Ein Multifunktionsbau wird hier gebaut, er wird Ausweichquartier für die geplante Sanierung des Raumschiffes, wie das 1979 eröffnete Internationale Kongresszentrum ICC gerne genannt wird.

Konzerte, Sportveranstaltungen und große Fernsehshows wie „Wetten dass“ fanden in West-Berlins größter Halle statt.

Am 29. November 1935 eröffnete sie Adolf Hitler. Nur neun Monate Bauzeit für die 117 Meter lange und 83 Meter breite Halle wurden benötigt. Die Entwürfe stammten von den Architekten Franz Ohrtmann und Fritz Wiemer. 10.000 Menschen, bei voller Ausnutzung sogar 16.000, fanden hier gleichzeitig Platz. Während der Olympischen Spiele 1936 fanden hier die Ringer-, Gewichtheber- und Boxturniere



Deutschlandhalle am 29.11.2010 (Foto:Wachsmuth)

statt. 1938 zeigte die Pilotin Hanna Reitsch den ersten Hallen-Hubschrauberflug der Welt. Im Krieg 1943 durch einen Bomben zerstört, wurde die Halle 1957 wiedereröffnet.

Holiday On Ice, British Tattoo, das Sechs-Tage-Rennen und Menschen, Tiere, Sensationen fanden hier regelmäßig statt. Zuletzt wurde die Deutschlandhalle als Eissporthalle genutzt. Seit April 2009 ist sie endgültig geschlossen. | **Max Werner**

ZITRONEN: sauer ist gesund

Sauer im Geschmack, werden Zitronen vor allem als Nahrungsmittel verwendet, aber auch als Zierpflanze. Der griechische Naturforscher Theophrast empfahl den medizinischen Apfel (Zitrone) auch zur Abwehr von Motten. Der britische Pionier der Schiffshygiene James Lind brachte im 18. Jahrhundert Zitronensaft als Therapie gegen die Vitaminmangelkrankung Skorbut auf. Reichlich an Vitamin C liefert die Zitrone.

Seit dem 13. Jahrhundert werden Zitronen in Europa, zunächst in Sizilien und Spanien, seit der zweiten Hälfte des 16. Jahrhunderts auch in Deutschland kultiviert. Rezepte mit Zitronen gab es schon im Mittelalter. Im Barock wurde die Pflanze häufig in der Gartenarchitektur verwendet. Ihr Duft und Geschmack waren sehr beliebt. Der Berliner Botaniker Johann Sigismund Elsholtz erwähnt Zitronen 1682 in seinem Koch- und Diätbuch Diäteticon. Gerade im Winter und bei Erkältungen kann ein Glas Heiße Zitrone mit etwas Zucker oder Honig Wunder wirken. | **Jörg Wachsmuth**

Vor 80 Jahren ...

Die Weltpremiere des elektronischen Fernsehens findet Weihnachten 1930 in Berlin statt

Fernsehen ist für die große Mehrheit der Menschen des 21. Jahrhunderts eine tägliche Normalität. Auf simplen Knopfdruck erscheinen auf den kleinen und großen Bildschirmen der Welt bewegliche Bilder rund um die Uhr. Ob Nachrichten, Wettervorhersage, Börsenstände, Sportübertragungen, Spielfilme, Dokumentar- und Tiersendungen – das Fernsehen als Informations- und Unterhaltungsmedium ist eine einzige Erfolgsgeschichte. Neuen Untersuchungen zufolge sehen die Menschen im Durchschnitt weltweit mittlerweile 232 Minuten pro Tag fern, also knapp vier Stunden. Auch wenn nicht jede einzelne Minute davon tatsächlich auf den Bildschirm geschaut wird, so ist die Zahl doch ein Ausdruck für die hohe Akzeptanz des Mediums.



Der V52 Fernseher von Blaupunkt aus dem Jahr 1953
(Foto: Archiv Eckhard Etzold)

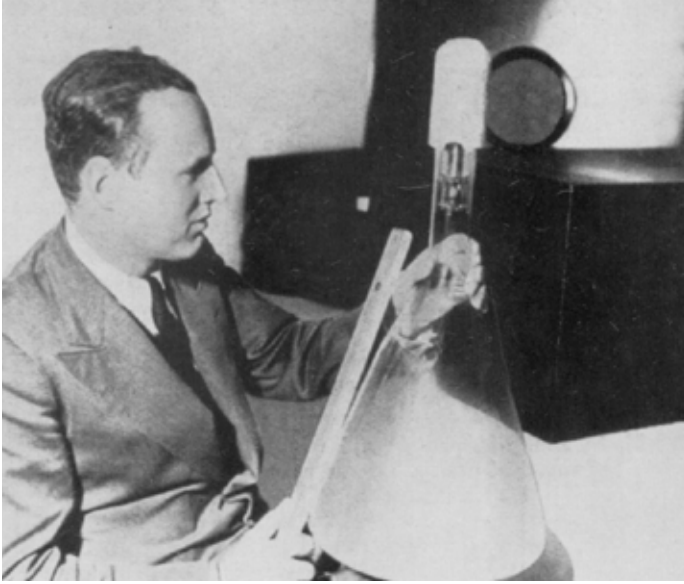
Heute weiß kaum noch jemand, wie viele Jahre intensiven Forschens es zuvor allerdings bedurfte, um den Traum der Übertragung beweglicher Bilder in die Realität umzusetzen. Zahlreiche maßgebliche Entwicklungen der Fernsehtechnik stammen dabei aus Deutschland, und viele deutsche Unternehmen haben auf dem Gebiet Pionierarbeit geleistet. Ein wichtiges Forschungszentrum war das 1928 in Berlin-Lichterfelde gegründete private Forschungslaboratorium für Elektronenphysik des damals 21-jährigen Physikers Manfred von Ardenne. Der junge Forscher experimentierte mit der von Ferdinand Braun 1897 erfundenen Braunschen Röhre, eine zu einem Bildschirm geformte Röhre, auf der man elektronisch übertragene Lichtpunkte als bilderartige Spuren wahrnehmen konnte. Ferdinand Braun selbst hatte aber immer wieder behauptet, mit seiner Röhre seien

Mit den Olympischen Spielen 1936 in Berlin begann in Deutschland das Zeitalter des Fernsehens. Die Olympiade war das erste Großereignis, das live in die deutschen Wohnzimmer übertragen wurde. Der Zweite Weltkrieg unterbrach

für einige Jahre die Entwicklung, die dann ab den frühen 50er Jahren um so rasanter vor sich ging. Der Nordwestdeutsche Rundfunk startete für die ARD 1950 das ständige Programm. Zum absoluten Fernseh-Höhepunkt der frü-

hen Jahre kam es dann 1954 mit der Übertragung des Endspiels um die Fußball-Weltmeisterschaft in Bern, das Deutschland mit 3:2 gegen Ungarn gewann.

Im Jahr 1956 konnten eine halbe



Links: Manfred von Ardenne im Jahr 1934 mit einer Braunschen Röhre (Foto:Archiv Eckhard Etzold) / Rechts: Physiker Albert Einstein eröffnet die 7. Funkausstellung (IFA) 1930 in Berlin, erstmals wird ein Fernseher gezeigt. (Foto: Bundesarchiv)

serielle elektronische Bildübertragungen nicht möglich – ein Irrtum, wie sich Jahre später herausstellen sollte.

Übertragungen einfacher Bilder über mehrere Kilometer mit Hilfe von mechanischen Bildzerlegern waren schon in den 20er Jahren in den USA sowie in Großbritannien erfolgt. Doch erst der Weihnachtstag des Jahres 1930 brachte dann die endgültige Gewissheit, dass auch elektronisches Fernsehen keine Illusion ist. In seinem



Fernseher von Telefunken aus dem Jahr 1939 (Foto:Archiv Eckhard Etzold)

Labor präsentierte Manfred von Ardenne einem ausgewählten und staunenden Fachpublikum zum ersten Mal vollelektronisch übertragene Fernsehbilder. Tatsächlich hatte es von Ardenne mithilfe der Braunschen Röhre geschafft, etwa 20 Bildwechsel pro Sekunde zu versenden. Die wenigen Zuschauer waren sich einig: eine Sensation. Der entscheidende Durchbruch bei der Fernseh-technik war endlich gelungen.

Öffentlich bekannt machte von Ardenne seine Erfindung dann Anfang 1931 bei der Großen Funkausstellung in Berlin. Er optimierte innerhalb kurzer Zeit sein Verfahren, so dass eine stetige Verbesserung der Bildqualität erreicht wurde. Auch in den USA wurden von Ardenne und seine Fernsehübertragung gebührend bejubelt. Die „New York Times“ beispielsweise widmete ihm einen längeren Artikel und brachte seine Erfolgsgeschichte sogar auf die Titelseite. | **Michael von Finckenstein**

Millionen westdeutsche Haushalte das Programm empfangen, 1957 wurde dann bereits die Millionen-grenze überschritten. Das ZDF ging 1963 als zweiter Fernsehkanal auf Sender, und bei der 25. Funkausstellung 1967 in Berlin

startete Willy Brandt das Zeitalter des Farbfernsehens. In der damaligen DDR begann der Deutsche Fernsehfunk (DFF) erst im Januar 1956 sein offizielles Programm, DFF 2 sendete ab 1969. Serienmäßige Fernbedienungen für TV-

Geräte (1975), die Einführung des Videotextes (1977) und schließlich die Etablierung der ersten privaten Programmsender (ab 1984) waren weitere Meilensteine auf dem Weg hin zur heutigen Service- und Programmviefalt.

EINMAL GUT GELACHT...

Ein Ostfrieser fährt nach Bayern in den Urlaub und sieht in seinem Hotel einen Spiegel an der Wand. Er packt ihn ein und schickt ihn seinen Eltern mit einem Brief, auf dem steht: „Schaut nur, wie nett die Bayern sind! Die haben hier sogar ein Bild von mir aufgehängt.“ Der Vater sieht sich den Spiegel an und sagt zu seiner Frau: „Mein Gott, ist unser Sohn alt geworden!“ Die Mutter schaut über Vaters Schulter in den Spiegel und sagt: „Kein Wunder, wenn er mit so einer alten Schlampe zusammen ist!“

Kommt eine Frau zum Psychiater. „Herr Doktor, Herr Doktor, ich glaube, mein Mann ist verrückt! Jeden Morgen beim Frühstück isst er die Kaffeetasse auf und lässt nur den Henkel übrig. Sagt der Arzt: „So ein Irrer, wo der Henkel doch das Beste ist!“

Kommt ein Unterhändler von Coca-Cola in den Vatikan. Er bietet 100.000 Dollar, wenn das „Vaterunser“ geändert wird. Es soll in Zukunft heißen: „Unser täglich Coke gib uns heute!“ Der Sekretär lehnt kategorisch ab. Auch bei 200.000 und 500.000 Dollar hat der Vertreter keinen Erfolg. Er telefoniert mit seiner Firma und bietet schließlich 10 Millionen Dollar. Der Sekretär zögert, greift dann zum Haustelefon und ruft den Papst an: „Chef, wie lange läuft der Vertrag mit der Bäckerinnung noch?“

Interessiert erkundigt sich der Vater: „Na, Bub, wie wars heute im Chemieunterricht?“ - „Gar nicht langweilig“, erzählt der Junge, „in Chemie haben wir heute gelernt, wie man Sprengstoff herstellt!“ - „Und was habt ihr morgen in der Schule?“ - „Welche Schule?“

SUDOKU-RÄTSEL

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

ANLEITUNG: Das Spiel besteht aus einem Gitterfeld mit 3×3 Blöcken, die jeweils in 3×3 Felder unterteilt sind, insgesamt also 81 Felder in 9 Zeilen und 9 Spalten. In einige dieser Felder sind schon zu Beginn Ziffern zwischen 1 und 9 eingetragen („Lösungszahlen“).

Ziel des Spiels ist es, die leeren Felder des Rätsels so zu vervollständigen, dass in jeder der je neun Zeilen, Spalten und Blöcke jede Ziffer von 1 bis 9 genau einmal auftritt. Viel Spaß!

Lösung zum SUDOKU:

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

Im Winter, etwas Geduld

Der Winter ist für die Mitarbeiter und Mitarbeiterinnen der Sozialstationen keine einfache Jahreszeit. Zu einem hohen Krankenstand durch Erkältungen und Grippe kommen noch Beeinträchtigungen durch das Wetter. Wenn es friert in der Stadt und Eis und Schnee, wie im vergangenen Winter, auf den Straßen und Wegen liegen, dann wird es auch für die Pflegekräfte nicht einfach, mit ihren Fahrzeugen durch die Häuserschluchten der Stadt zu kommen.

Alle fahren langsamer. Schneeberge versperren die wenigen Parkplätze. An solchen Tagen kann es schon mal passieren, dass es länger dauert, bis Ihr Pfleger bei Ihnen vorbeischaut. Die Touren werden den Bedürfnissen angepasst, damit z.B. die rechtzeitige Einnahme von Medikamenten sichergestellt ist. Haben Sie dann etwas Geduld mit Ihren Pflegekräften, die Sozialstation Biedermann hat Sie nicht vergessen.

*Ihre Sozialstation Biedermann wünscht:
Fröhliche Weihnachten
und ein Gutes Neues Jahr!*

Zeitungsabo fürs Heim

Pflege ist nicht günstig, vor allem das Leben in einem Wohnheim ist manchmal mit erheblichen Kosten verbunden, die das Budget von Rente und Pflegeversicherung oft völlig ausnutzen.

Mit einem kleinen Taschengeld müssen die Heimbewohner oft auskommen. Auch gesundheitlich sind sie oft nicht mehr in der Lage, ihr Pflegeheim zu verlassen.

Das Geld reicht dann meist auch

nicht mehr für die tägliche Zeitungslektüre, obwohl eine Reihe von Heimbewohnern gerne noch eine Tageszeitung lesen würden.

Eine schöne Geschenkidee, die Freude bereitet, ist ein Zeitungsabonnement für das Pflegeheim um die Ecke.

Die Bewohner des Wohnpflegezentrum am Jüdischen Krankenhaus würden sich über eine tägliche Zeitungslektüre sicher freuen.

Wir stellen uns vor...

An dieser Stelle stellen wir die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter der Sozialstation Biedermann vor. Personen, ohne die Ihre ambulante Pflegeeinrichtung nicht existieren könnte.

Sabine Gesch



PDL Sabine Gesch (Foto: PflegeBote)

Schwester Sabine ist die Pflegedienstleitung, kurz PDL, ihrer Sozialstation Biedermann. Ihre Ausbildung zur Krankenschwester absolvierte sie im Rudolf-Virchow-Klinikum. Dort war sie mehrere Jahre tätig, bevor sie 1989 zur Sozialstation Biedermann kam.

Zunächst war sie Pflegefachkraft, einige Jahre später wurde sie Einsatzleitung. 1998 nahm sie an der Zusatzausbildung zur PDL teil.

Ihr Ziel: Die Menschen solange wie möglich ambulant in den eigenen vier Wänden pflegen, weil man einen alten Baum nicht verpflanzen soll.

Sozialstation Biedermann GmbH

Iranische Straße 2-4, 13347 Berlin, Eingang: Heinz-Galinski-Straße 1
Tel: 030 / 461 30 10 - Fax: 030 / 4900 0909

@ www.sozialstation-biedermann.de

Ihr Fachpflegedienst im Herzen Berlins mit über 20 Jahren Erfahrung

Rund um die Uhr
für Sie erreichbar
030 / 461 30 10



SozialSTATION
BIEDERMANN

- ↘ Häusliche Kranken- und Altenpflege
- ↘ Hauspflege, Seniorenpflege
- ↘ Pflege in Wohngemeinschaften
- ↘ Kurzzeitpflege
- ↘ Betreutes Wohnen
- ↘ Soziale Beratung
- ↘ Pflegeüberleitung
- ↘ Hausnotruf
- ↘ RAL Gütezeichen
- ↘ AVG und MDK geprüft



**Wir betreuen in Tiergarten,
Reinickendorf und Wedding**

www.pflege-in-berlin.net

Sozialstation Biedermann GmbH
Iranische Straße 2-4
13347 Berlin

Tel. 030 / 4 61 30 10
Fax 030 / 49 00 09 09
sozialstationbiedermann@web.de