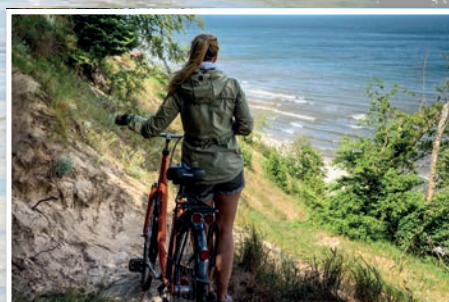


VITAL- UND GESUNDHEITSMAGAZIN MECKLENBURG-VORPOMMERN



**mit großem Gewinnspiel
im Innenteil**





AMEOS Einrichtungen in Vorpommern

Wir bieten Ihnen hochwertige medizinische und pflegerische Betreuung mit Menschlichkeit und Fürsorge in Anklam und Ueckermünde an.

AMEOS Hanse Klinikum Anklam

24h-Notfallambulanz
Hospitalstraße 19 • 17389 Hansestadt Anklam
Tel.: 03971 834 0 • Fax: 03971 834 5108
Mail: info@anklam.ameos.de

AMEOS Klinikum Ueckermünde

24h-Notfallambulanz
Ravensteinstraße 23 • 17373 Seebad Ueckermünde
Tel.: 039771 41 0 • Fax: 039771 41 709
Mail: info@ueckermuende.ameos.de

Vor allem Gesundheit

ameos.eu



GESTALTE MIT UNS GESUNDHEIT

Starte jetzt deine Ausbildung bei AMEOS in Vorpommern.

Wir bilden folgende Berufe aus:

- Pflegefachkraft (m/w/d)
- Operationstechnische Assistenz (m/w/d)
- Anästhesietechnische Assistenz (m/w/d)
- Kaufleute im Gesundheitswesen (m/w/d)
- Medizinische Fachangestellte (m/w/d)
- Medizinische Technologen für Radiologie (m/w/d)
- Ergo- und Physiotherapeuten (m/w/d)
- Erzieher (m/w/d)

Sende deine Bewerbung an:

AMEOS Klinika Vorpommern
Personalabteilung
Ravensteinstraße 23
17373 Seebad Ueckermünde



JETZT BEWERBEN
und beraten lassen:
039771 41 655
ausbildung.vorpommern@ameos.de

Vorwort

Liebe Leserinnen
und Leser,

in Mecklenburg-Vorpommern wird gern vom Gesundheitsland gesprochen. Das hat zunächst einmal mit wirtschaftlichen Faktoren zu tun, denn etwa jeder fünfte Arbeitsplatz findet sich im Gesundheitssektor wieder. Damit ist der Anteil an Erwerbstätigen an der regionalen Gesamtwirtschaft so hoch wie in keinem anderen Bundesland. Hinter diesen Zahlen steht eine hochwertige medizinische Versorgung der Menschen in unserem Land. Mecklenburg-Vorpommern besitzt eine der modernsten Krankenhauslandschaften in Deutschland. Und ich bin sicher, dass die bevorstehende Krankenhausreform dafür sorgt, dass das auch so bleibt und unsere Kliniken zukunftsfest aufgestellt sind. Das ist wichtig, denn wir leben in einem Gesundheitsland, in dem der Gesundheit in allen Lebensphasen eine herausragende Bedeutung zukommt. Allerdings stehen wir, und das ist nicht neu, auch vor großen Herausforderungen. Die demografische Entwicklung führt dazu, dass der Anteil älterer Menschen stetig steigt und wir dringend Fachkräfte benötigen. Deshalb ist es insbesondere in einem Flächenland wie Mecklenburg-Vorpommern wichtig, die hochwertige medizinische Versorgung für alle Regionen sicherzustellen.

Das betrifft selbstverständlich auch den Bereich der Pflege. Unsere Pflegeversorgung in MV basiert auf einem System, das eine Mischung aus professioneller, familiärer und ehrenamtlicher Struktur- und Hilfeangeboten beinhaltet. Die Landesregierung hat ein ganzes Maßnahmenpaket zur Weiterentwicklung der pflegerischen Versorgung geschnürt. Es reicht von der Förderung im investiven Bereich über die Beratung sowie Unterstützung der Pflegebedürftigen und Entlastung der pflegenden Angehörigen, Aktivitäten zur Fachkräftesicherung bis hin



Stefanie Drese, Ministerin für Soziales, Gesundheit und Sport (Foto: Ecki Raff)

zur Stärkung der Rolle der Kommunen in der Pflege. Um auch hier die Herausforderungen des demografischen Wandels zu bewältigen, haben wir uns klar darauf verständigt, dieses System mit dem „Pakt für Pflege“ zu stärken und zu optimieren. Wir verfolgen konsequent den Ansatz „ambulant vor stationär“, damit pflegebedürftige Menschen so lange wie möglich in ihrem vertrauten Umfeld bleiben können. Darauf sind unsere Pflegestrukturen ausgerichtet.

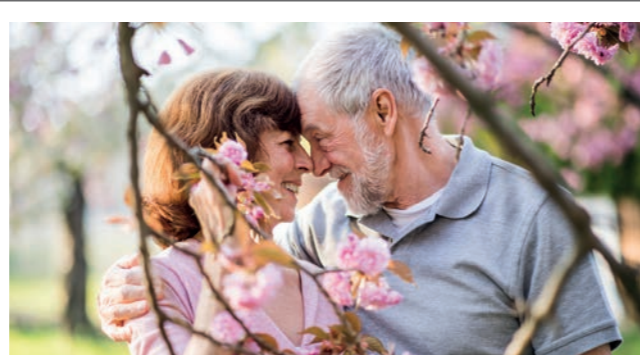
Liebe Leserinnen und Leser,

ein Gesundheitsland ist immer nur so gut wie seine Prävention. Denn wie Sie wissen, ist das der beste Schutz vor Krankheiten und für ein gesundes Leben. Deshalb haben die Gesundheitsförderung und Prävention bei uns im Land eine große Bedeutung. Wir entwickeln gerade die Landesstrategie Gesundheitsförderung und Prävention weiter. Viele verschiedene Akteure wirken bei der Erarbeitung der Landesstrategie sowie der vier Landeskonzeptionen in den priorisierten Handlungsfeldern Bewegungsförderung, psychische Gesundheit, Suchtprävention und Gesundheitskompetenzen mit.

Stefanie Drese
Ministerin für Soziales, Gesundheit und Sport

Inhalt

Willkommen beim Ambulanten Pflegedienst Josefine 5
 100 Jahre Korbwerk 6
 Sportlich aktiv auf Usedom – der Herbst ist Rauszeit 7
 Koserow und die neue Seebrücke 8
 Akademie Maik Langer 10
 Insel Usedom – Wohlfühlen und Gesundheit 12
 Tipps gegen Haarausfall: Haarpflege von innen 14
 Din & Min – Pflege mit Herz und Geschichte in Demmin 15
 Gesunde Ernährung in der kalten Jahreszeit 16
 Fühlst du dich oft ausgelaugt und kraftlos? 17
 Intensivpflege bedeutet, Lebensqualität zurückzugeben 18
 Spa-Bereich im Hotel Kaiserhof 20
 Güstrow – Willkommen im Herzen Mecklenburgs 22
 Ostseeheilbad Graal-Müritz 24
 Vitanas Seniorenzentrum Ueckermünde 26
 DRK-Kreisverband: Pflege mit Herz 27
 Schmerzfrei leben mit Arthrose 28
 Zehen geradeaus: Tipps für gesunde Füße 29
 Gewinnspiel 30
 30 Jahre Hoffnung, Heilung und Natur 32
 Kreiskrankenhaus Demmin 34
 Sanitätshaus Ostseewind 36
 Uns lüßt Huus – Tagespflege & Hypnose 38
 Der Pflegegrad ist bewilligt – wie geht es nun weiter? 39
 Fahrradhaus Wendt: Wir leben Fahrrad! 40
 Ihre Sanitätshäuser in Neubrandenburg und Pasewalk 41
 Pflege deine Leidenschaft: Universitätsmedizin Greifswald ... 42
 Komfort, Gesundheit und Fahrfreude 44
 80 Jahre Volkssolidarität NORDOST e.V. 46
 Pflegedienst Robert Grimmeck 49
 Ein Zuhause in Gemeinschaft 50
 Teilhabe durch Arbeit 51
 Vermögen in der Rente richtig nutzen 52
 Musikalische Momente in der Dünenklinik Trassenheide 52
 Noch fit fürs Fahren? 54



Herausgeber:
 DRUCKHAUS BORNA
 Abtsdorfer Straße 36 · 04552 Borna · Tel.: 03433 207328
 www.druckhaus-borna.de

Produktions- und Verlagsleitung:
 Bernd Schneider (V.i.S.d.P.)

Gesamtherstellung:
 DRUCKHAUS BORNA

Anzeigenleitung:
 pr-agentur-vorpommern

 Nicole Duda, Agenturleiterin
 Am Wietsoll 13 · 17126 Jarmen · Tel.: 039997 13952
 E-Mail: nicole.duda@gmx.de · www.pr-agentur-vorpommern.de

Auflage: 10.000 Exemplare

Redaktionsschluss:
 01.09.2025 · Redaktionsschluss für die Ausgabe
 2026/2027: 01.09.2026

Titel: Adobe Stock – Sina Ettmer / Marco2811 / Nicole / Tilo Grellmann

Fotos: Ambulanter Pflegedienst Josefine (5), Korbwaren 1925 Usedom GmbH & Co. KG (6), AKADEMIE MAIK LANGER (11), din & min Pflegedienst (15), Privater Ambulanter Pflegedienst Careen Kegel (19), Hotel Kaiserhof Heringsdorf (20), DRK-Kreisverband Ostvorpommern-Greifswald e.V. (27), OTB GmbH (28, 29), Kreiskrankenhaus Demmin GmbH (34), Uns lüßt Huus Tagespflege (38), Universitätsmedizin Greifswald KöR (42), Volkssolidarität NORDOST (46), Häuslicher Kranken- & Pflegedienst Grimmeck (49), Evangelisches Diakoniewerk Bethanien Ducherow (50, 51), Adobe Stock: Halfpoint (4), Lsantilli (5), zinkeyvych (5), NatureQualityPicture (7), Klaus Haase (13), ChinnishaArts (17) soweit hier nicht genannt, die entsprechenden Autoren und Auftraggeber.

Rechte: © 2025 – urheberrechtlich geschützt. Nachdruck der Beiträge, auch auszugsweise, sowie der vom Verlag gestalteten Anzeigen nur mit schriftlicher Genehmigung des Verlages.

Willkommen beim Ambulanten Pflegedienst Josefine – weil jeder Tag zählt



Es gibt kaum etwas Wertvolleres, als das eigene Zuhause. Hier sind Erinnerungen, hier ist Vertrautheit, hier fühlt man sich sicher. Genau dieses Gefühl möchten wir Ihnen bewahren – oder Ihnen in unserem betreuten Wohnen „Haus Josefine“ in der Peenestadt Jarmen neu schenken.

Seit unserer Gründung am 01. Januar 2025 ist es unsere Herzaufgabe, Menschen mit Pflege- oder Betreuungsbedarf liebevoll, fachgerecht und individuell zu begleiten. Wir möchten, dass Sie jeden Tag mit einem Lächeln beginnen und wissen: Da ist jemand, der für mich da ist.

Geführt wird der Ambulante Pflegedienst Josefine von den Inhabern Marcus Müsebeck und Michael Pracht. Beide bringen langjährige Erfahrung im Gesundheits- und Pflegebereich mit und teilen die Überzeugung, dass echte Fürsorge weit über medizinische Versorgung hinausgeht. Ihr Ziel ist es, Pflege auf eine Weise zu gestalten, die Professionalität mit echter Herzlichkeit verbindet – nah am Menschen, individuell und zuverlässig.

Sie stehen nicht nur für eine moderne und qualitativ hochwertige Pflege, sondern auch für ein offenes Ohr, klare Strukturen und ein herzliches Miteinander – sowohl mit unseren Patientinnen und Patienten als auch innerhalb unseres Teams. Ob in der ambulanten Pflege zu Hause oder in einer unserer modernen, komfortablen Wohnungen im Haus Josefine – wir schaffen eine Umgebung, in der Sie selbstbestimmt leben und sich zugleich sicher fühlen können. Unsere Pflege bedeutet weit mehr als medizinische Versorgung: Wir hören zu, wir nehmen uns Zeit und kümmern uns auch um die kleinen Dinge, die den Alltag leichter machen.



Wir beraten Sie und Ihre Angehörigen umfassend zu allen Fragen rund um Pflegegeld, Pflegegrade und die Leistungen von Pflege- und Krankenkassen. Wir helfen bei Anträgen, begleiten Sie zu Terminen und sorgen dafür, dass alle Hilfsmittel, die Sie brauchen, schnell und unkompliziert bereitgestellt werden.

Unser Team aus über 32 liebevollen und erfahrenen Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern verbindet Fachkompetenz mit echter Herzlichkeit. Jeder von uns weiß: Pflege bedeutet nicht nur, zu helfen – es bedeutet, Lebensqualität zu schenken.

Ob Sie Unterstützung im Alltag benötigen, Sicherheit in einer betreuten Wohnform suchen oder einfach jemanden wollen, der zuhört und für Sie da ist – beim Ambulanten Pflegedienst Josefine sind Sie nicht nur Patient oder Bewohner, sondern Teil einer Gemeinschaft.

Denn wir glauben: Niemand liebt das Leben mehr als die, die es mit anderen teilen.



Ambulanter Pflegedienst Josefine Jarmen
 Neuer Markt 10 | 17126 Jarmen
 03999710969
 www.pflegedienst-josefine.de
 info@pflegedienst-josefine.de



WARNOWTUNNEL

EINFACH FAHREN. BARGELDLOS!

Schnell und bequem per Lastschrift mit RFID, TAG oder OSCARD durch den Warnowtunnel. Jetzt anmelden und bei jeder Durchfahrt auch noch Geld sparen.

warnowquerung.de

100 Jahre Korbwerk

Handwerkskunst, die Geschichten schreibt

Deutschlands älteste Strandkorbmanufaktur – ein Traditionsunternehmen mit Seele, Stil und Vision

Inmitten des malerischen Seebads Ückeritz auf der Insel Usedom, wo das Meeresschauspiel die Luft erfüllt und der Wind Geschichten von Freiheit und Fernweh erzählt, liegt ein Ort, an dem echtes Handwerk noch gelebt wird: Korbwerk – die älteste noch aktive Strandkorbmanufaktur Deutschlands.

Seit nunmehr über 100 Jahren entstehen hier Strandkörbe, die nicht nur Sitzmöbel sind, sondern echte Lebensbegleiter – gefertigt mit Herzblut, Hingabe und einem tiefen Verständnis für Qualität, Stil und Langlebigkeit. Korbwerk steht für das, was in unserer heutigen, schnelllebigen Welt selten geworden ist: Ehrliches Handwerk, über Generationen weitergegeben und stets weiterentwickelt.

Ein Symbol für Qualität – und für das Lebensgefühl am Meer

Die Strandkörbe aus Ückeritz sind weit mehr als nur ein Rückzugsort vor Sonne, Wind oder Blicken. Sie sind ein Stück norddeutscher Kultur, gefertigt aus edlen Materialien wie wetterfestem Vollholz, hochwertigen Naturgeflechten und feuerverzinkten Stahlbändern. Jeder einzelne Korb entsteht in aufwendiger Handarbeit – von erfahrenen Handwerkern, die ihr Metier mit Stolz und Präzision ausüben.

Dabei ist kein Korb wie der andere. Kunden können aus einer Vielzahl edler Stoffe aus Schottland, Italien oder Deutschland wählen oder eigene Designideen einbringen. Ob eingesticktes Familienwappen, integrierte Leselampe, Minikühlschrank, USB-Anschluss, Musikanlage oder sogar ein abschließbares Sicherheitsfach – der Fantasie sind keine Grenzen gesetzt. Korbwerk steht für Individualität – hier wird jeder Korb ein echtes Unikat.



Ein Erbe, das lebt – und inspiriert

Das Unternehmen ist stolz auf seine Geschichte. Es hat Zeiten überdauert, sich gegen Trends behauptet und ist dabei seinem Anspruch immer treu geblieben: Klasse statt Masse. Während vielerorts Massenware die Märkte überflutet, setzt man bei Korbwerk bewusst auf Qualität, Langlebigkeit und Persönlichkeit. Ein Strandkorb aus Ückeritz ist gemacht für Jahrzehnte – für Urlaube, Sonnenuntergänge, Meeresbrisen und das Leben draußen. Für Menschen, die das Besondere suchen.

Der größte Strandkorb der Welt – ein Wahrzeichen Usedomer Handwerkskunst

Ein echtes Highlight – im wahrsten Sinne des Wortes – ist der größte Strandkorb der Welt, der seit 2014 in Heringsdorf steht. Das imposante Möbelstück bietet Platz für 91 Personen und wurde von Korbwerk mit viel Liebe zum Detail restauriert und modernisiert. Heute ist er nicht nur ein Wahrzeichen der Insel, sondern auch ein beliebter Treffpunkt für Gruppen, Fotomotive und Events – ein Symbol für Gemeinschaft, Freude und die Magie der Ostsee.

Ein Blick hinter die Kulissen – Werksführungen für Neugierige

Für alle, die mehr über die Kunst des Strandkorbbauens erfahren möchten, bietet Korbwerk jeden Donnerstag um 10:00 Uhr eine öffentliche Werksführung an. Dabei können Besucher hautnah

erleben, wie aus Holz, Stahl, Stoff und Leidenschaft ein Möbelstück entsteht, das Geschichten erzählt. Gruppen ab zehn Personen können auch individuelle Termine vereinbaren – perfekt für Urlauber, Vereine oder interessierte Einheimische.

Korbwerk – Ein Versprechen für Lebensqualität

Ein Strandkorb von Korbwerk ist mehr als ein Produkt. Er ist ein Versprechen. Für Zeit, die man draußen verbringt. Für Ruhe. Für Genuss. Für Gespräche bei Sonnenuntergang und für kostbare Augenblicke mit Familie oder Freunden. Wer sich für einen Strandkorb von Korbwerk entscheidet, entscheidet sich für ein Stück norddeutsche Seele – mit Liebe zum Detail gefertigt, beständig, stilvoll und ganz auf die persönlichen Wünsche abgestimmt.

Besuchen Sie Korbwerk in Ückeritz, lassen Sie sich inspirieren und gestalten Sie gemeinsam mit den Experten vor Ort Ihren ganz persönlichen Traumstrandkorb. Maßgeschneidert, individuell – und gemacht, um Geschichten zu erzählen.



Korbwaren 1925 Usedom GmbH & Co. KG
An den Kaveln 2, 17459 Ückeritz
Telefon: 038375 242392
info@korbwerk.de | www.korbwerk.de

Sportlich aktiv auf Usedom – der Herbst ist Rauszeit

Die Insel Usedom ist mit ihrer facettenreichen Natur prädestiniert für Aktivurlaub. Der 42 Kilometer durchgehende Sandstrand, die hügelige Landschaft im Achterland und 400 Kilometer Rad- und Wanderwege bieten ideale Bedingungen für verschiedene Sportarten. Mit Aktiv-Events wie Lauf- und Box-Camps, dem Usedom Marathon oder den „Tu dir gut“ Wochen bietet die Insel Usedom großes Potenzial für Aktivurlaub.

„Gerade in der Nebensaison bietet Usedom beste Voraussetzungen, sich an der frischen Luft und in der schönen Natur aktiv zu betätigen“, bestätigt Michael Steuer, Geschäftsführer der Usedom Tourismus GmbH. „Gemeinsam mit Partnern haben wir verschiedene Sport- und Aktivangebote entwickelt, um das Thema Aktiv-, Sport- und Erholungsurlaub konkret erlebbar zu machen.“

Erst am vergangenen Freitag ging das gemeinsam mit EXPERTS-MICE durchgeführte Fitness-Box-Camp zu Ende. Die 25 Teilnehmer aus ganz Deutschland konnten unter der professionellen Anleitung von Spitzensportlern wie Boxtrainer-Legende Ulli Wegner, Weltmeisterin Nina Meinke und dem ehemaligen Europameister Kay Huste trainieren. Das tägliche Kursprogramm wurde individuell auf die unterschiedlichen Niveaus der Teilnehmer zugeschnitten und fand in der Sportschule Zinnowitz, am Strand, in der Ostsee und im Küstenwald statt. Die Teilnehmer waren begeistert von der einmaligen Umgebung und fühlten sich im Box-Camp wie im Sporturlaub. Sie lobten die tolle Gruppendynamik und fanden die Erfahrung der Profis äußerst inspirierend. Auch Nina Meinke ist das Box-Camp auf Usedom wegen der besonderen Atmosphäre ein großes Anliegen. Es ist das einzige, das sie in ihrem straffen Trainings- und Wettkampfpflichtplan überhaupt zugesagt hat. „Die Bedingungen auf Usedom und in der Sportschule Zinnowitz sind einfach perfekt, die lange Boxtradition ist überall spürbar. Dazu kommt das Flair von Ulli Wegener, wir alle profitieren von seiner immensen Erfahrung“, äußert sie sich begeistert.

Auch im kommenden Jahr werden auf Usedom zahlreiche inselweite Events stattfinden, welche die Themen Aktiv, Sport und Erholung in den Fokus stellen. Einige Beispiele dafür sind:

• „Tu dir gut“ Wochen 13.–26.04.2026

Unter dem Motto „Tu Dir gut“ lädt die Insel Usedom ein, etwas für das eigene Wohlbefinden zu tun. Die Angebote reichen von Vorträgen, Kursen, Wanderungen, Nordic Walking und Yoga bis zu Strandsauna-Angeboten.

www.usedom.de/tu-dir-gut



(Foto: Adobe Stock – Kalim)

• Usedomer Lauf-Camp mit Herbert Steffny 06.–10.05.2026

Sportbegeisterte Läufer – vom Einsteiger bis zum Profi – können mit dem renommierten Laufspezialisten und Olympiateilnehmer Herbert Steffny sowie weiteren Experten trainieren.

www.usedom.de/urlaub-planen/aktiv-events/lauf-camp

• Usedom Beach Marathon 06.06.2026

„Der Weg das Ziel“ ist die Devise des Usedom Beach Marathon, der 2026 erstmals auf Usedom stattfinden wird und deutschlandweit einzigartig ist. Die Strecke führt die Läufer am 42 Kilometer langen Strand entlang und verspricht ein unvergessliches Lauferlebnis. Er wird auch als Halbmarathon und 10 Kilometer-Lauf stattfinden.

• Usedomer Volkssporttriathlon 01.08.2026

Der Usedomer Volkssporttriathlon wird jedes Jahr in den drei Disziplinen Schwimmen, Laufen, Radfahren im Ostseebad Koserow ausgetragen. Sportbegeisterte können sich der Herausforderung als Einzelkämpfer oder als Staffel stellen.

www.usedom-triathlon.de

• Usedom Marathon 05.09.2026

Der Usedom-Marathon ist einer der wenigen grenzüberschreitenden Marathons. Er beginnt im polnischen Swinemünde und führt auf Europas längster Strandpromenade durch ruhige, beschauliche Wälder entlang der Ostseeküste bis in die Stadt Wolgast.

www.usedom-marathon.com

Usedom Tourismus GmbH



Älter Werden in Vorpommern und der Mecklenburgischen Seenplatte online

Diese sowie alle bisherigen Ausgaben finden Sie auf unserer Homepage unter www.druckhaus-bornade.de.

Folgen Sie uns auf unseren Online-Kanälen:

Facebook: [GesundÄLTER.WERDEN](https://www.facebook.com/GesundÄLTER.WERDEN) Instagram: [gesund.aelter.werden](https://www.instagram.com/gesund.aelter.werden)



Koserow und die neue Seebrücke



Foto: Kurverwaltung Koserow



Foto: Andreas Dumke



Foto: Andreas Dumke

Eingerahmt von Ostsee und Achterwasser befindet sich das idyllische Ostseebad Koserow zentral in der Mitte der Insel Usedom. Beide Gewässer sind nur wenige Schritte voneinander entfernt. **Die schmalste Stelle der Insel**, am **Atelier Niemeyer Holstein**, ist nur wenige hundert Meter breit. Die höchste Erhebung an der Usedomer Ostseeküste, **der Streckelsberg**, ist 58 Meter hoch. Von dort aus hat man einen tollen Blick bis zum polnischen Teil der Insel nach Swinemünde oder auch in Richtung Rügen. Der gesamte Streckelsberg ist von einem dichten **Buchenwald** umsäumt. Ganzjährig lädt dieses Gebiet zum **Wandern und Radfahren** ein. Tolle Lichtspiele von Sonnenstrahlen, die durch die Baumkronen scheinen, kann man zu jeder Zeit beobachten. Die evangelische Kirche von Koserow befindet sich im alten Ortskern. Die alte **Feldsteinkirche** hat einen besonderen Charme und lädt im Sommer regelmäßig zur Veranstaltungsreihe **„Klassik am Meer“** ein. Bekannte Schauspieler führen klassische Theaterspielstücke inmitten des Altarraumes und somit in ganz besonderer Atmosphäre auf. Koserow gehört zu den **Usedomer Bernsteinbädern** (Zempin, Koserow, Loddin und Ückeritz). Hier in der Inselmitte ist die Chance auf einen Bernsteinfund ganz besonders hoch. Es werden zahlreiche Bernstein-Schleifkurse und Bernstein-Wanderungen angeboten, sodass jeder Gast sich sein individuellen Urlaubssouvenir selbst anfertigen kann.

Die im Juni 2021 neu eröffnete **Koserower Seebrücke** ist ein echter Publikumsmagnet und lädt definitiv zu einem Besuch ein. Die 280 Meter lange und dreieinhalb Meter breite Seebrücke bindet direkt an den Seebrückenvorplatz an. Das Bauwerk inklusive Anleger für die **Fahrgastschiffahrt**, Rampe und Aussichtsplattform ist auf insgesamt 67 Gründungspfählen errichtet worden. Auf dem Brückenkopf bietet eine **Sitzlandschaft** bis zu 150 Gästen Platz zum Verweilen. Weiterhin kann von dort aus, der Sonnenaufgang wie Sonnenuntergang beobachtet werden. Auch Veranstaltungen werden dort durchgeführt. Der **Glockenturm** auf dem Brückenkopf symbolisiert die Glocken

von Vineta. Es wurden dort zwei echte Kirchenglocken installiert, die aus der St.-Jakobi-Gemeinde Nestau (Niedersachsen) stammen. Die beiden Bronzeglocken wurden 1932 und 1978 gegossen. Jeden Mittwoch werden die Glocken geläutet und es wird die Sage von Vineta erzählt. Außerdem sind sie zu besonderen Anlässen, wie Hochzeiten oder am Ostersonntag, zu hören. Ergänzt wird die Seebrücke mit weiteren Sitzmöglichkeiten – den einzigartigen **Muschelstrandkörben**. Den Brückenkopf ziert zusätzlich die zweidimensionale Kunstinstallation **„Der Mann mit der Glocke“**.

Begeben Sie sich auf einer der ausgewiesenen Nordic Walking-Routen durch das Ostseebad Koserow. Abwechslungsreiche Strecken, die durch dichte Wälder, am Strand entlang oder durch die Achterwasser-Wiesen führen, erwarten Sie. Nordic Walking-Stöcke und Kartenmaterial können in der Kurverwaltung ausgeliehen werden.

Das Achterwasser selbst können Sie auf einem gemieteten Kajak erobern. Lautlos auf dem Wasser dahingleiten ist für Familien und Aktivurlauber immer eine willkommene Abwechslung.

Auch für Angler ist Koserow ein Paradies: Direkt von der neuen Seebrücke aus oder unterhalb vom Streckelsberg lässt es sich in der Ostsee angeln. Auch auf der Seite des Achterwassers gibt es beliebte Angelstellen.



• Kontakt:

Kurverwaltung Koserow
Hauptstraße 31 • 17459 Ostseebad Koserow
Telefon: 038375 20415
E-Mail: info@seebad-koserow.de
Internet: www.seebad-koserow.de

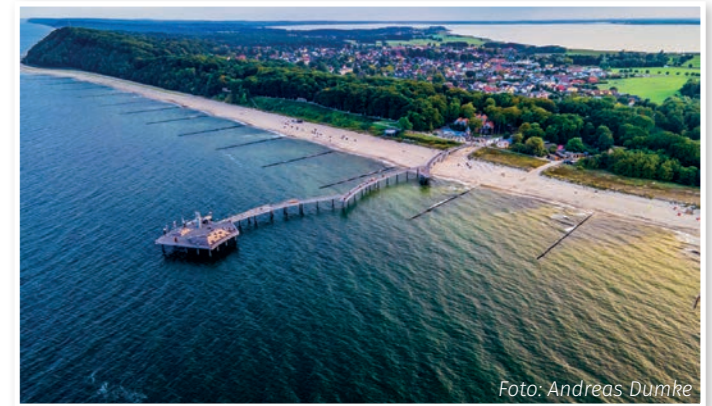


Foto: Andreas Dumke



Foto: Andreas Dumke



Foto: Andreas Dumke

Mit KI, Expertise und innovativem Recruiting zum erfolgreichen Pflegedienst

Redaktion: Sie beraten seit über 20 Jahren Gründerinnen und Unternehmen im Pflegebereich. Was macht die Gründung eines Pflegedienstes heute besonders herausfordernd?

Experte: Die Anforderungen an Pflegedienst-Inhaber haben sich stark verändert. Neben pflegerischem Fachwissen sind heute Kenntnisse in Betriebswirtschaft, Marketing, Recht und Personalführung entscheidend. Klassische Weiterbildungen oder Studiengänge bereiten leider oft nicht ausreichend auf die komplexen Aufgaben eines Unternehmers vor.

Redaktion: Gerade in Pflege und Handwerk ist der Fachkräftemangel besonders spürbar. Wie gehen Sie damit um?

Experte: Genau hier setzen wir an. Wir entwickeln maßgeschneiderte Lösungen – von Finanzierung und Zulassung über Personalentwicklung bis zur strategischen Unternehmensführung. Ein zentrales Element ist unser systemischer Ansatz, die Gründungsphase aus allen Perspektiven zu hinterfragen. Hier werden Anforderungen der federführenden Krankenkassen im Bereich der Zulassung, an das Personal, aber auch der Stundensatzvereinbarung im Intensivpflegebereich genauso erörtert, wie Fragen der strategischen Ausrichtung, insbesondere nach den Geschäftsfeldern in der Pflege, dem Forderungsmanagement, aber auch sozialrechtliche Fragen, z.B. der Rentenversicherung eines geschäftsführenden Gesellschafters, um nur einige Themen zu nennen.

Der Fachkräftemangel ist allgegenwärtig und nimmt teilweise dramatische Züge an, wobei mit unserer Herangehensweise gezielt auf personelle Bedarfe eingegangen wird und Unterstützung bei der Rekrutierung von Mitarbeitern erfolgt.

Redaktion: Können Sie erläutern, wie Ihr Recruiting-System konkret funktioniert?

Experte: Ja natürlich, wir setzen immer auf vorhandene Kenntnisse und Erfahrungen unserer Unternehmer, die den Umgang mit den Mitarbeitern immer aus ihren eigenen Erlebnissen deutlich am besten kennen. Wir planen bereits bei der Gestaltung von Arbeitsverträgen, der Erstellung von Stellenanzeigen in den Sozialen Medien, die Rahmenbedingungen für den zukünftigen Pflegedienst und kennen dort mittlerweile sehr viele Entwicklungen, die für die Rekrutierung von Mitarbeitern von besonderer Bedeutung sind. Nach meinen bisherigen Erfahrungen sind ca. 30 Prozent (vorsichtig kalkuliert) bereit für einen Arbeitsplatzwechsel in der Pflege. Auch aus meinen unzähligen PDL-Kursen sind mir die Probleme mit schlechten Arbeitgebern, aber auch fordernden Mitarbeitern bekannt. Den Weg zu einem zeitgemäßen / modernen Arbeitgeber müssen noch einige Unternehmen gehen, das gilt jedoch nicht nur für die Pflege. Arbeitgeber, die sich nicht nur im Verdienst auszeichnen, sondern auch soziale Belange ihrer Mitarbeiter, wie z.B. Kitaplätze, vorhalten oder die Bezuschussung dieser, einen freien Tag für den Mitarbeiter beim Geburtstag seines minderjährigen Kindes oder attraktive Arbeitszeitmodelle umsetzen, haben erhebliche Vorteile sowohl bei Mitarbeitergewinnung als auch Mitarbeiterbindung.

Mit unserem zeitgemäßen und praxiserprobten Konzept besetzen unsere Kundinnen offene Stellen schneller und effizienter. Gleichzeitig stärken wir das Betriebsklima, erhöhen die Wertschätzung innerhalb des Teams und reduzieren Krankheits- und Ausfallquoten. Zufriedene Mitarbeiterinnen bleiben länger, was die Stabilität des Pflegedienstes deutlich erhöht.

Redaktion: Sie erwähnten auch KI – wie verändert künstliche Intelligenz die Pflegebranche?

Experte: KI revolutioniert die Pflege in mehreren Bereichen: Sie automatisiert Dokumentationen, erfasst Vitalwerte in Echtzeit und analysiert diese, um frühzeitig Risiken zu erkennen. Im Bereich Personalplanung hilft KI, Engpässe vorherzusagen und Teams effizient einzusetzen. Dadurch wird Routinearbeit reduziert, die Pflegequalität steigt und Pflegedienstleitungen gewinnen wertvolle Zeit für strategische Aufgaben. Durch eine KI-gesteuerte Tourenplanung sind ambulante Pflegedienste erheblich wirtschaftlicher.

Redaktion: Können Sie ein konkretes Beispiel für den KI-Einsatz nennen?

Experte: Nehmen wir die Dokumentation von Vitalwerten: Statt dass Pflegekräfte alles manuell eintragen, übernimmt KI die Erfassung, erkennt Auffälligkeiten und gibt Hin-

weise für notwendige Interventionen. Auch im Qualitätsmanagement überwacht KI Standards automatisch und zeigt Optimierungspotenziale auf. Das spart Zeit, reduziert Fehler und erhöht die Patientensicherheit.

Redaktion: Wie kombinieren Sie diese Ansätze mit Ihrem Recruiting-System?

Experte: Unser ganzheitlicher Ansatz verbindet KI-gestützte Prozessoptimierung mit einem strategischen Personalmanagement. So sichern wir nicht nur die Rentabilität und Liquidität des Pflegedienstes, sondern stärken auch das Team, das Rückgrat jedes Unternehmens. Die Kombination aus Technologie, Erfahrung und gezieltem Recruiting schafft einen echten Wettbewerbsvorteil. Tatsächlich bedarf es jedoch auch einiges an Wissen, um KI sinnvoll und mit wertbaren Ergebnissen gerade in der Pflege einsetzen zu können. Hierzu hat sich im Bereich der Anwendung von KI der Bereich des Prompt Engineerings entwickelt. Meine Akademie Langer gestaltet gerade ein Bildungsangebot für Pflegedienste, um die verschiedensten KI-Plattformen kennenzulernen und durch deren Anwendung deutlich bessere pflegerische Ergebnisse zu erzielen und die begrenzte Arbeitszeit effizienter zu gestalten. Im Ergebnis wird die KI in naher Zukunft unser aller Leben nachhaltig bestimmen, um mehr Zeit für die **Klienten** zu bekommen.

Redaktion: Zum Abschluss: Warum sollten Pflegedienst-Gründer jetzt auf Ihre Beratung und KI setzen?

Experte: Die Nutzung der Beratungsleistungen meiner Wirtschaftskanzlei beruht allein auf unserer ständigen Fort- und Weiterentwicklung und der Anpassung an Veränderungen in der Pflege, davon hat es in jüngster Zeit einige gegeben und einer bedingungslosen Orientierung an den Bedürfnissen unserer Mandanten. Durch meine mehr als 20-jährige Berufserfahrung sowohl als Unternehmer aber auch als Dozent in der Ausbildung von Pflegefachkräften, Pflegedienstleitern, Stationsleitungen etc. sind mir die Probleme in der Pflege stets bewusst.

An dieser Stelle möchte ich unbedingt erwähnen, dass mir die Arbeit mit den Mitarbeitern in der Pflege und in den Krankenhäusern immer Freude bereitet hat und ich die hohe Qualität vieler Fachkräfte, aber auch das Fachwissen

enorm motiviert, um meinen Mandanten und „Schülern“ mein Know-how im Bereich Recht und Betriebswirtschaft zu vermitteln. Alleinige Kenntnisse in der Pflege genügen heute nicht mehr, um ein Pflegedienst erfolgreich am Markt zu platzieren. In diesem Zusammenhang möchte ich unbedingt die von mir oftmals sehr schwierigen Stundensatzverhandlungen mit den federführenden Krankenkassen, aber auch den bürokratischen Hürden, mit denen die Krankenkassen es den Pflegeunternehmen immer schwerer machen, erwähnen.

Unser Seminar „Due Diligence – Schritt für Schritt zu Ihrem Erfolg“ gereift diese Fragen auf und bereitet die Teilnehmer zielsicher auf die späteren Aufgaben und deren Lösungsansätze vor. (näheres dazu unter www.akademie-langer.de/due-diligence-schritt-fuer-schritt-zu-ihrem-erfolg/)

KI und unser Recruiting-System sind heute mit entscheidende Erfolgsfaktoren. Wer Prozesse digitalisiert, Daten intelligent nutzt und die Mitarbeitergewinnung strategisch angeht, gewinnt Zeit, steigert die Pflegequalität und sorgt für ein zufriedenes, stabiles Team. Wir entwickeln Lösungen, die exakt zu Ihrem Pflegedienst passen und langfristig Effizienz, Sicherheit und Wachstum ermöglichen.



(Foto: Adobe Stock – Suriyo)

AKADEMIE MAIK LANGER

MAIK LANGER

Sitz: Berlin, Stralsund

Dipl. Wirtschaftsjurist

Dozent für Pflege- und soziale Berufe,

Spezialist für den Aufbau von Pflegeeinrichtungen

KONTAKT

info@maiklanger.de | www.maiklanger.de

Tel.: 030 4431 7381 | Fax: 030 4431 7425



Insel Usedom – Wohlfühlen und Gesundheit



Familienzeit am Strand in Trassenheide (Foto: Usedom Tourismus GmbH)

Die Sonneninsel Usedom ist ein Mekka für erholungssuchende und gesundheitsbewusste Urlauber. Schon allein die klimatischen Bedingungen sind Wellness pur. Das milde Reizklima, die prickelnde Ostseebrise und das gleichmäßige Rauschen der Wellen sind eine Wohltat für Leib und Seele. Sich bei einem ausgedehnten Spaziergang am kilometerlangen Strand den Wind um die Nase wehen zu lassen, macht den Kopf frei und wirkt ungemein belebend. Besonders in der kühleren Jahreszeit wirkt die Seeluft wie Champagner, wenn viele wertvolle Mineralien und Spurenelemente des Meerwassers in der Brandung zerstäubt werden.

Auch verwöhnt Deutschlands zweitgrößte Insel ihre Gäste mit überdurchschnittlich viel Sonnenschein. Tatsächlich gehört Usedom mit durchschnittlich mehr als 2.000 Sonnenstunden im Jahr zu den sonnigsten Orten in Deutschland. Das hat die Insel der begünstigten Lage in der pommerschen Bucht zu verdanken.

Bereits im 19. Jahrhundert wussten die ersten Badegäste die gesundheitsfördernden Aspekte der Ostsee und des maritimen Klimas zu schätzen. Als eines der ältesten regionalen, natürlichen Heilmittel hat die **Heringsdorfer Jodsole** eine langjährige Tradition. Seit über 90 Jahren wird sie direkt an der Heringsdorfer Seebrücke aus über 400 Metern Tiefe gefördert. Mit ihrem natürlichen Gehalt an wertvollen Mineralien und Spurenelementen ist die 4% jodhaltige Heringsdorfer Sole als Arzneimittel anerkannt und als einzige Trinksole in Mecklenburg-

Vorpommern zugelassen. Unter dem Slogan „Gesundheit und Schönheit aus 408 Metern Tiefe“ kommen die spezifischen Eigenschaften der Sole vor allem für Wellness- und Beauty-Anwendungen zum Einsatz. In der OstseeTherme Usedom und in einzelnen Hotels ist ein Bad in mit Jodsole angereichertem Wasser ein besonderes Wohlfühlerlebnis. Heilsame Wirkung zeigt sie unter anderem bei Erkrankungen der Atemwege und der Haut, Herz-Kreislauf-Erkrankungen und rheumatischen Krankheitsbildern. Sie wird für Solebäder, Inhalationen und Trinkkuren gezielt als Therapie eingesetzt.

Das Meeresklima, das salzhaltige Wasser, die Algen, der Sand und der Wind: Das sind die Elemente, die bei der seit Jahrhunderten bewährten **„Thalasso“-Therapie** zum Einsatz kommen. Das Wort „Thalasso“ kommt aus dem Griechischen und bedeutet „Heilbehandlungen aus dem Meer“. „Thalasso“-Behandlungen mit kaltem oder erwärmtem Meerwasser sowie Packungen und Massagen mit Algenzusätzen, Schlick oder Sand wirken entschlackend, entgiftend und wohltuend auf das Herz-Kreislauf-System. Auch verschönern sie das Hautbild und schenken Augenblicke tiefer Entspannung.

Es müssen keine kostspieligen Wellnessanwendungen sein; Unter freiem Himmel und an der frischen Luft bietet die Insel ungezählte Möglichkeiten, etwas für die eigene Gesundheit zu tun. Ein erfrischendes Bad in der kühlen Ostsee kurbelt den Kreislauf an und stärkt die Abwehrkräfte. Wunderbar entspannend ist es, stundenlang bar-

fuß im Spülsaum der Ostsee spazieren zu gehen und sich dabei die Füße massieren zu lassen.

Wer seine Ausdauer trainieren möchte, der kann den 42 Kilometer langen Sandstrand entlang walken oder joggen. Mit dem „Sonnengruß“ den Tag am Strand beginnen: Auch für Yoga & Pilates oder Qi Gong bietet Usedom feiner Eieruhrensand eine geeignete Unterlage und eine wunderschöne Kulisse. Fitness-Freunde können sich an verschiedenen Geräten an der Aktivpromenade zwischen Ahlbeck und Heringsdorf erproben und ihre Koordination trainieren.

Tiefgreifende Erholung und sanftes Training versprechen die **Klimawanderungen**, die unter der Anleitung eines Fitness-Coaches am Strand und im Küstenwald angeboten werden. Bei leichtem Ausdauertraining, gezielten Atemübungen und beim Wassertreten wird – ähnlich wie bei Kneipp-Anwendungen – der Kreislauf angeregt, die Durchblutung gefördert und Stress abgebaut.

Die Insel Usedom ist in Sachen Wellness hervorragend aufgestellt: Viele **ausgezeichnete Wellness-Hotels** reihen sich in bester Lage direkt an den Promenaden der Ostseebäder aneinander. Die Häuser verfügen über großzügige Wellness-Oasen, moderne Saunalandschaften und Swimmingpools. Auch als Tagesgast haben die Urlauber die Möglichkeit, die luxuriösen Spas der Wellness-Hotels zu genießen. Als Day Spa-Gast dürfen sie für einen Tag in den Schwimmbädern ihre Bahnen ziehen, in den Saunen entspannen oder an den Fitnessgeräten trainieren.

Die Bandbreite der wohltuenden Anwendungen ist groß: So lösen beispielsweise Bernsteinmassagen Energieblockaden und wirken sich durchblutungsfördernd, entspannend und harmonisierend auf Körper und Geist aus. Eine Massage mit Sanddorn ist auf Grund des hohen Vitamin- und Nährstoffgehalts regenerierend für die Haut, während beim Cleopatrabad pflegende Substanzen wie Milch, Honig und Öl die Haut beruhigen.

TIPPS

Netzwerk Usedom Ganz Gesund

Die Kraft der Natur, gesunde Ernährung, der Einklang von Körper, Geist und Seele – das sind die Themen, mit denen



Ostseetherme Usedom (Foto: Martiem Fotografie)

das Netzwerk der Inselwerkstatt „UsedomGanzGesund“ das weite Spektrum der Gesundheitsangebote auf Usedom bereichert. Eine kostenfreie Vortragsreihe regt zum Austausch über ganz unterschiedliche Themen an: u.a. Naturheilkunde, Basenfasten, Chinesische Medizin, Kräuterkunde bis hin zu Klangschalentherapie, Reithherapie und Meditation.

www.usedomganzgesund.de

Rehabilitation

Acht Reha-Kliniken gibt es allein auf der Insel. Sie sind Fachzentren, wenn es darum geht, Beschwerden zu lindern oder sich zu kurieren. Stationär oder ambulant: mit höchstem medizinischem Standard werden die Patienten in den Einrichtungen betreut. Die Touristinformationen und Reha-Kliniken informieren auch über niedergelassene Badeärzte.

www.usedom.de/usedom-erleben/wellness-und-gesundheit/reha

Usedomer Gesundheitstag

Unter dem Motto „Gesundheit & Vitalität – Usedom zeigt, wie es geht!“ dreht sich beim Usedomer Gesundheitstag alles um das Thema Prävention und Gesundheitsförderung. Besucher können sich bei den zahlreichen Ausstellern über das breite und vielfältige Spektrum an Gesundheits- und Präventionsprogrammen informieren. Dabei stehen nicht nur gesunde Ernährung und Bewegung im Mittelpunkt. Fachvorträge und Gespräche mit Mitarbeitern aus dem Gesundheitssektor machen das Thema „Prävention“ für jedermann zugänglich.

Kur- & Heilwald

Salzige Seeluft, würziger Duft von Kiefern und Buchen, Licht- und Schattenspiel der majestätischen Bäume: Der Kur- und Heilwald in Heringsdorf ist ein großes Gesundheitsstudio in der Natur. Die natürlichen Schätze des Küstenwaldes verströmen ihre heilsame Wirkung, erfrischen und machen den Kopf frei. Auf dem Waldspaziergang animieren Heilwaldstationen zu gezielter Bewegung und stellen die Beweglichkeit auf die Probe. Orte der Meditation vermitteln Stille und Ruhe.

www.kur-und-heilwald.de

Thermen

Zwei Thermen mit einer großzügig angelegten Sauna- und Badelandschaft gibt es auf Usedom. In der OstseeTherme Usedom in Ahlbeck ist jeweils ein Becken im Innen- und Außenbereich mit vierprozentiger Jodsole gefüllt, die vor Ort gewonnen wird. Das Haus verfügt zudem über ein Kurmittelhaus und ein Gesundheitsstudio. Mit heilsamer Sole ist auch das Wasser des Thermalbades in der Bernsteintherme in Zinnowitz angereichert. Im hauseigenen Hamam wird orientalischer Badekult zelebriert.

www.usedom.de/usedom-erleben/wellness-und-gesundheit/thermen

Usedom Tourismus GmbH

Tipps gegen Haarausfall: Haarpflege von innen

Ein gesunder Mensch verliert zwischen 50 und 100 Haare pro Tag. Wenn es deutlich mehr sind, das Haar ausdünnert oder sich kahle Stellen bilden, spricht man von krankhaftem Haarausfall. Dieser ist meist erblich bedingt, kann aber auch auf Erkrankungen wie Diabetes mellitus oder der Schilddrüse zurückzuführen sein. Auch Hormonveränderungen, zum Beispiel durch Schwangerschaft und Stillzeit oder nach dem Absetzen hormoneller Verhütungsmittel, kommen als Auslöser infrage. Darüber hinaus

begünstigen Stress und ein Mikronährstoffmangel den Haarausfall. Auf die Versorgung mit Mikronährstoffen zu achten, kann Haarausfall verringern.

Wachstum und Glanz

Haare bestehen hauptsächlich aus dem Eiweiß Keratin. Vitamin D und Biotin (Vitamin B7) werden für dessen Aufbau benötigt. Wer unter Haarausfall leidet, sollte ärztlich überprüfen lassen, ob ein Vitamin-D-Mangel vorliegt und diesen durch ein hochwertiges Mikronährstoffpräparat ausgleichen. Ein Biotinmangel ist selten, kann aber ebenfalls zu Haarausfall führen. Biotin ist beispielsweise in Trockenhefe, Rinderleber und Eiern enthalten. Auch der Mineralstoff Silizium ist in den Haaren, der Haut und den Nägeln zu finden. Erste Studien liefern Hinweise, dass er eine Wechselwirkung mit Keratin eingeht und so die Haare festigt. Ein hoher Siliziumgehalt in den Haarfaseren könnte das Haar glänzender machen und Haarausfall verringern. Mehr Infos unter www.vitamindocor.com

Haarwurzeln stärken

Omega-3-Fettsäuren verbessern die Feuchtigkeit von Haaren und Kopfhaut. Das stärkt die Haarwurzeln und die Hautschichten, in denen diese fest verankert sind. Dadurch wird Haarausfall unwahrscheinlicher. Der Haarverlust kann außerdem ein Anzeichen für einen Eisenmangel sein. Der Mineralstoff ist wichtig für die Zellteilung und so unter anderem am strukturellen Haaraufbau beteiligt. In der Nahrung kommt Eisen vermehrt in tierischen Produkten vor. Ein erhöhtes Risiko für einen Mangel haben daher Vegetarier und Veganer. Wird dieser Mangel durch eine Blutuntersuchung festgestellt, kann die Einnahme von Eisenpräparaten zum Ausgleich sinnvoll sein. Auch der Mineralstoff Zink ist ein wichtiger Faktor im Zellzyklus. Ein Mangel kann dazu führen, dass Haare frühzeitig ausfallen. Ein besonders guter Zinklieferant ist Rindfleisch. Vegetarier können stattdessen auf Linsen ausweichen.

akz-o



(Foto: highwaystarz/adobe.stock.com/akz-o)

Unser Leistungsangebot

- 24-Stunden Rufbereitschaft / Betreuung
- Häusliche Versorgung
- Urlaubs- u. Verhinderungspflege
- Nachsorge bei Krankenhausbehandlung
- Pflegeberatung nach § 37 SGB XI
- Qualifiziertes & examiniertes Personal
- Betreutes Wohnen
- Unterstützung bei MDK-Überprüfung

Häusliche Grundpflege

- Körperpflege & Hygiene
- Ernährung & Nahrungsaufnahme
- Mobilität, Bewegung u. Transfer
- und vieles mehr...

Hauswirtschaftliche Versorgung

- Einkäufe & Besorgungen
- Reinigung der Wohnung
- Wäschedienste
- und vieles mehr...

Service

- Essen auf Rädern
- Begleitung und Fahrdienst zu Arztbesuchen etc.
- Hilfe bei Antragsstellungen / Formalitäten



**HÄUSLICHER
KRANKEN- & PFLEGEDIENST
Grimme GmbH**

...näher am Menschen.

Ihr Ambulanter Pflegedienst für Pflege und Betreuung

**Ärztlich verordnete
Behandlungspflege**

- Wundversorgung und Verbandswechsel
- Medikamentengabe
- Infusionen und Injektionen
- PEG-Versorgung
- Dekubitusbehandlung
- Katheterpflege und Blasenpumpen
- Krankenhausnachsorge
- Blutdruckkontrolle / -überwachung
- und vieles mehr...

Einfach in den besten Händen

Wir nehmen uns Zeit für Sie. Testen Sie uns auf Herz und Nieren. Wir stehen im permanenten Austausch mit Ihrer Familie, Therapeuten und Ärzten, um ggf. ihre Betreuung anzupassen oder stetig zu verbessern.

Standort: Büro Wolgast
Sophienweg 7a
17438 Wolgast
Vorpommern-Greifswald
Telefon: 03836/237143

Kontakt: Büro Anklam
Ravelinstraße 14
17389 Anklam
Telefon: 03971/832196
krankenpflege.grimme@t-online.de

www.pflege-grimme.de



Din & Min – Pflege mit Herz und Geschichte in Demmin

Manchmal beginnt eine große Geschichte mit einer kleinen Legende. So erzählt man sich in Demmin, dass zwei Prinzessinnen einst ein Haus bauten und es mit den Worten weihten: „*Dat Hus is din und min!*“ – „Dieses Haus ist dein und mein!“ Aus diesem Versprechen soll der Name der Stadt entstanden sein.

Genau an diese Tradition knüpfen Cornelia Buchmüller und Juliane Wesolowski an. Vor mehr als zehn Jahren wagten die beiden Schwestern aus Demmin den Schritt in die Selbstständigkeit und gründeten ihren ambulanten Pflegedienst. Cornelia bringt ihre Erfahrung als Pflegedienstleiterin ein, Juliane ihr kaufmännisches Wissen – und beide verbindet die Liebe zu ihrer Heimat und das Herz für Menschen. Ihr gemeinsames Versprechen: „*Dieses Unternehmen ist din und min!*“

Seitdem steht **din & min** für eine Pflege, die mehr ist als reine Versorgung. Es geht um Nähe, Vertrauen und die Überzeugung, dass ein würdevolles Leben am besten im eigenen Zuhause gelingt. Mit ihrem Team begleiten die beiden Schwestern ältere, kranke und hilfsbedürftige Menschen in Demmin und der Umgebung – individuell, herzlich und zuverlässig.

Am Hanseufer 2 haben sie nicht nur ein Zuhause für ihr Unternehmen geschaffen, sondern auch einen Ort, an dem



Am Hanseufer 2 • 17109 Demmin
Telefon: 03998 2856030
Mail: info@pflegedienst-din-min.de
Internet: www.pflegedienst-din-min.de

man spürt: Hier arbeiten Menschen gerne. Mit Blick auf die Peene, genügend Raum und Parkplätzen und einem offenen Miteinander legen die Gründerinnen großen Wert darauf, dass auch ihr Team sich wohlfühlt. Denn gute Pflege braucht starke, zufriedene Pflegekräfte.

Das Leitbild von **din & min** ist klar: Hilfe zur Selbsthilfe. Jeder Mensch wird ganzheitlich gesehen – mit seiner Persönlichkeit, seiner Lebensgeschichte und seinen Wünschen. Angehörige werden einbezogen, Entscheidungen gemeinsam getroffen. So entsteht Pflege, die nicht nur fachlich höchsten Standards entspricht, sondern auch das Herz berührt.

din & min – ein Stück Heimat, ein Stück Geborgenheit und ein Versprechen, das hält.



Gesunde Ernährung in der kalten Jahreszeit

Selen – ein wichtiges Spurenelement für unser Immunsystem



Soulfood für kühle Tage: Die vegane Graupen-Kürbis-Pfanne mit Schwarzwurzeln steckt voller gesunder Zutaten und lässt sich prima vorbereiten. Mit Alpenjodsalz + Selen abgeschmeckt, stellt sie die Basisversorgung mit wichtigen Spurenelementen sicher. Rezept: www.bad-reichenhaller.de/de/alles-rund-um-selen. (Foto: djd/Südwestdeutsche Salzwerke/Eat Club)

Wer sich bewusst ernährt, stößt früher oder später auf das Spurenelement Selen. Es gehört zu den essenziellen Mikronährstoffen, die unser Körper täglich benötigt, jedoch selbst nicht bilden kann. Dabei spielt Selen an vielen Stellen in unserem Organismus eine wichtige Rolle – von der Unterstützung unserer Abwehrkräfte über den Schutz der Zellen vor oxidativem Stress bis zur Gesundheit von Haut, Haaren und Nägeln.

Unverzichtbar für das Immunsystem

Selen ist Bestandteil wichtiger Enzyme. Damit trägt es dazu bei, dass das Immunsystem reaktionsfähig bleibt. Fehlt es, kann die Abwehr geschwächt sein. Darüber hinaus ist Selen wichtig für eine gesunde Schilddrüsenfunktion, die eine Schlüsselrolle für Energie, Stoffwechsel und Vitalität spielt. Gerade in Zeiten erhöhter Infektanfälligkeit oder

besonderer Belastungen lohnt es sich daher, auf eine ausreichende Selenversorgung zu achten.

Warum wir oft zu wenig Selen aufnehmen

Ein Blick auf die Ernährungslage macht deutlich, dass viele Menschen zu wenig Selen aufnehmen: Die Böden in Deutschland sind vergleichsweise selenarm, weshalb Gemüse und Getreide hierzulande meist nur geringe Mengen enthalten. Wer regelmäßig Fisch, Fleisch oder Eier isst, nimmt dadurch mehr von dem wichtigen Spurenelement auf. Bei flexitarischer, erst recht bei vegetarischer oder veganer Ernährung aber fallen viele klassische Quellen weg. Zwar liefern auch Nüsse, Hülsenfrüchte oder Vollkornprodukte Selen, doch die Gehalte schwanken stark.

Einfache Unterstützung im Alltag

Die gute Nachricht: Eine zuverlässige Versorgung lässt sich sehr einfach in den Alltag einbauen, zum Beispiel mit dem AlpenJodSalz + Selen von Bad Reichenhaller. Schon weniger als zwei Gramm decken rund 20 Prozent des täglichen Bedarfs – ganz nebenbei beim Würzen von Salaten, Suppen oder Gemüsegerichten. So entsteht eine stabile Basisversorgung, die zusätzlich noch wichtiges Jod liefert. Auf www.bad-reichenhaller.de/alles-rund-um-selen finden Interessierte vertiefende Informationen über die Rolle von Selen und Jod sowie Tipps, wie sich eine gute Versorgung im Alltag mit leckeren Rezepten umsetzen lässt. Zum Beispiel mit einer veganen Graupen-Kürbis-Pfanne mit Schwarzwurzeln.

Gesundheit stärken – Tag für Tag

Fazit: Da auch bei einer abwechslungsreichen Ernährung der Selengehalt pflanzlicher Lebensmittel oft nicht ausreicht, ist die Verwendung von Salz, welches mit Selen angereichert ist, besonders praktisch. So lässt sich die tägliche Versorgung ohne Aufwand verbessern und das Immunsystem profitiert zuverlässig von der Unterstützung.

djd

Ihre Gesundheit in guten Händen

FOCUS
GESUNDHEIT
TOP
REZEPTION
2025
ONKOLOGIE

30 Jahre
1995-2025

www.klinik-graal-mueritz.de

Lindenweg 16 • 18181 Ostseeheilbad Graal-Müritz

Fühlst Du Dich oft ausgelaugt und kraftlos?

Du gibst Dein Bestes – achtest auf Deine Ernährung, bewegst Dich regelmäßig – und trotzdem fühlst Du Dich müde, antriebslos und erschöpft? Vielleicht plagen Dich Schlaf- und Konzentrationsprobleme oder Du nimmst einfach nicht ab, obwohl Du alles „richtig“ machst. Dieses Gefühl, dass der eigene Körper nicht so mitspielt, wie er sollte, kann frustrierend und zermürend sein.



Blutbildanalyse (Foto: Adobe Stock – Svitlana)

Genau hier setzen wir an. Wir – Antje & Viviana, Deine Gesundheits-Coaches – begleiten Dich auf Deinem Weg zurück in Deine Energie, Leichtigkeit und Lebensfreude.

Unser Ansatz:

Wir glauben daran, dass jeder Körper uns Signale sendet – man muss sie nur richtig verstehen. Mit einer um-



Ernährungsberatung (Foto: Adobe Stock – Kittiphan)

fassenden Blutbildanalyse machen wir sichtbar, was Deinem Körper fehlt oder aus dem Gleichgewicht geraten ist. Oft sind es kleine Ungleichgewichte bei Mikronährstoffen, die enorme Auswirkungen auf Energie, Stoffwechsel und Wohlbefinden haben.

Auf dieser Basis entwickeln wir für dich:

- eine individuelle Anamnese mit klarer Einschätzung deines Bedarfs,
- eine maßgeschneiderte Empfehlung für Ernährung, Lebensstil und gezielte Supplementierung,
- konkrete, alltagstaugliche Tipps, die leicht umzusetzen sind,
- eine kontinuierliche Begleitung, damit Du Dich nie allein fühlst.



Entgiftung (Foto: Adobe Stock – bit24)

Wir möchten, dass Du wieder in Harmonie mit Deinem Körper lebst – voller Kraft, Klarheit und Energie. Schritt für Schritt unterstützen wir Dich dabei, alte Blockaden zu lösen, neue Routinen zu finden und Deinen Körper in Balance zu bringen.

Denn Gesundheit bedeutet nicht nur die Abwesenheit von Beschwerden – sondern das gute Gefühl, morgens aufzuwachen und Dich rundum wohlfühlen.



Antje Bellmann
0170 4148582 | antje-76@freenet.de

Viviana Heuseler
0162 2183095 | vivianaheuseler@gmx.de

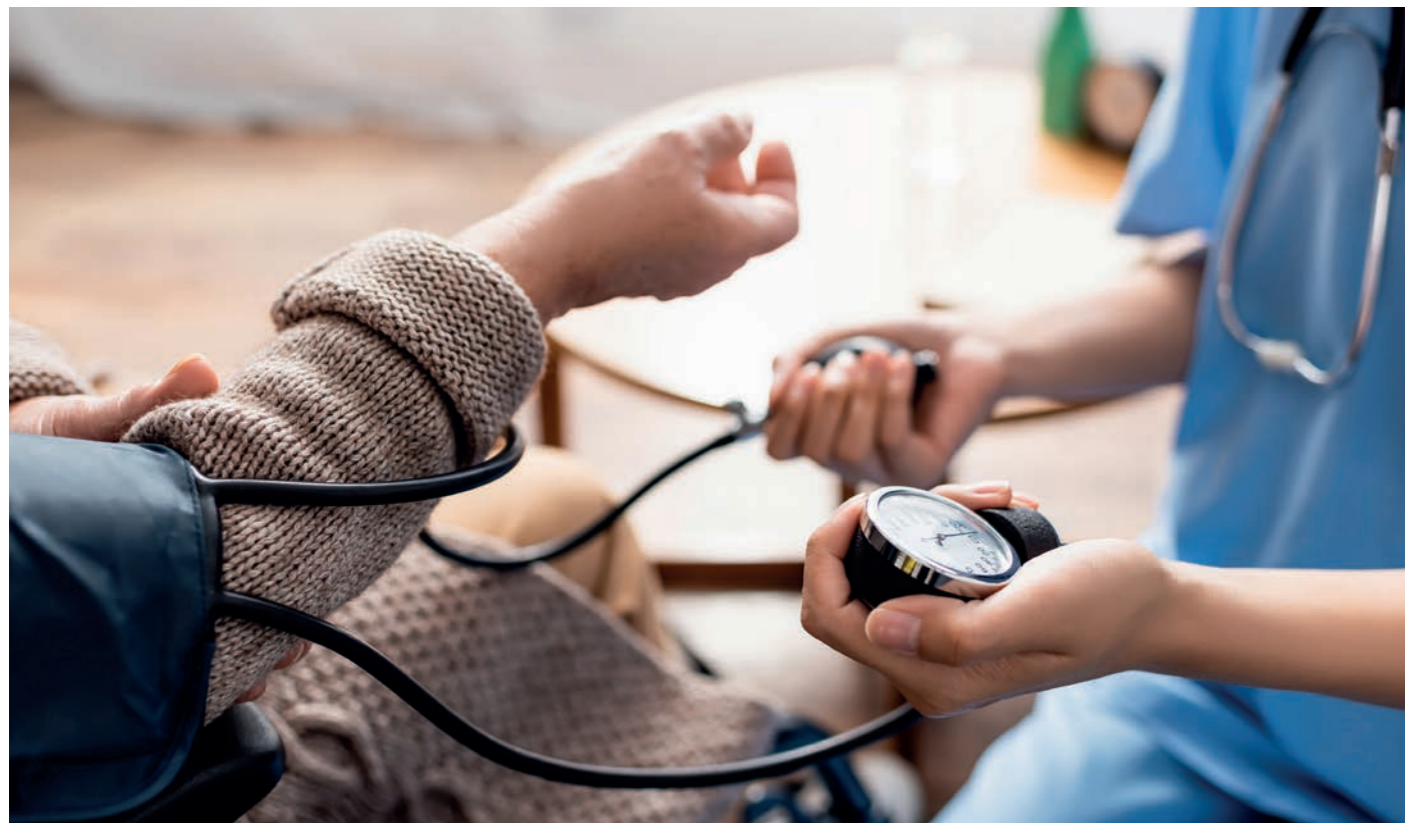
WARNOW TUNNEL

**EINFACH FAHREN.
BARGELDLOS!**

Schnell und bequem per Lastschrift mit RFID, TAG oder OSCARD durch den Warnowtunnel. Jetzt anmelden und bei jeder Durchfahrt auch noch Geld sparen.

warnowquerung.de

„Intensivpflege bedeutet, Lebensqualität zurückzugeben – aber nur mit dem richtigen Betreuungsschlüssel“



(Foto: Adobe Stock – LIGHTFIELD STUDIOS)

Ein Gespräch mit Careen Kegel über die Bedeutung des 1:3-Schlüssels und die Rolle der außerklinischen Intensivpflege

Frage: Frau Kegel, Sie sind in der außerklinischen Intensivpflege tätig. Was bedeutet diese Arbeit für Sie ganz persönlich?

Careen Kegel: Für mich ist Intensivpflege weit mehr als ein Beruf – es ist eine Berufung. Wir betreuen Menschen, die auf eine sehr komplexe medizinische und pflegerische Versorgung angewiesen sind. Der Schlüssel 1:3 ist dabei für mich nicht nur eine Zahl, sondern die Grundlage unserer Arbeit: Eine Pflegefachkraft betreut maximal drei Patienten. Nur so können wir gewährleisten, dass medizinische Versorgung, individuelle Zuwendung und echte Lebensqualität miteinander vereinbar bleiben.

Frage: Oft wird die stationäre Intensivversorgung einer Akutklinik stärker wahrgenommen. Warum ist die außerklinische Intensivpflege genauso wichtig wie die Intensivstation des Krankenhauses?

Careen Kegel: Weil sie gleichwertig, aber eben anders ist. In der Klinik geht es meist um Akutversorgung –

da stehen medizinische Stabilisierung und schnelle Reaktionen im Vordergrund. In der außerklinischen Intensivpflege hingegen ermöglichen wir den Patienten, nach dieser Akutphase in einem wohnlichen, vertrauten Umfeld weiterzuleben. Dank des 1:3-Schlüssels können wir pflegerisch und medizinisch auf höchstem Niveau arbeiten und gleichzeitig Nähe, Alltag und Normalität zurückgeben. Das ist ein unschätzbare Vorteil – und macht die ambulante Intensivpflege zu einer echten Alternative, nicht zu einer „zweitrangigen“ Lösung.

Frage: Wie verändert dieser Schlüssel den Alltag der Patienten konkret?

Careen Kegel: Ich nenne Ihnen ein Beispiel: Ein Patient, der nach Monaten im Krankenhaus zu uns kommt, ist oft verunsichert, manchmal auch resigniert. In einer großen Klinik mit vielen Patienten bleibt kaum Zeit für die kleinen Dinge. Bei uns hingegen kann ich mich durch den 1:3-Schlüssel wirklich auf seine Bedürfnisse konzentrieren – sei es ein Spaziergang, ein gemeinsames Musikhören oder ein Ausflug ins Café. Diese scheinbar kleinen Momente sind in Wahrheit entscheidend, um wieder Vertrauen ins Leben zu fassen. Ohne diesen Personalschlüssel wären solche Erlebnisse nicht denkbar.

Frage: Ein wichtiges Ziel ist die Rückkehr in die Häuslichkeit. Welche Rolle spielt hier der Betreuungsschlüssel?

Careen Kegel: Eine sehr große. Der Weg zurück nach Hause ist für viele Patienten das wichtigste Ziel überhaupt. Damit dieser Übergang gelingt, braucht es eine intensive, individuelle Begleitung – medizinisch, pflegerisch und emotional. Nur wenn eine Pflegekraft maximal drei Patienten betreut, kann sie die Fortschritte genau im Blick behalten, Angehörige einbeziehen und die Rückkehr Schritt für Schritt vorbereiten. Das Zuhause gibt Sicherheit, Motivation und Würde – und ist nur durch ein solches Versorgungskonzept zu realisieren.

Frage: Welche Rolle spielen die Angehörigen in diesem Prozess?

Careen Kegel: Eine zentrale. Angehörige sind oft enorm belastet, sowohl emotional als auch organisatorisch. In der außerklinischen Intensivpflege können wir sie entlasten, indem wir Verantwortung übernehmen und gleichzeitig einbeziehen. Wir schaffen Freiräume, aber auch Vertrauen. Ohne den 1:3-Schlüssel wäre diese enge Begleitung von Patienten und Angehörigen gar nicht möglich – dann würden wir Gefahr laufen, nur noch „abzuarbeiten“, statt wirklich zu begleiten.

Frage: Welche Herausforderungen sehen Sie aktuell in Mecklenburg-Vorpommern für die außerklinische Intensivpflege?

Careen Kegel: Die größte Herausforderung ist ganz klar der Erhalt des 1:3-Schlüssels. Wenn dieser aufgeweicht wird, verlieren wir die Grundlage für qualitativ hochwertige Pflege. Es geht nicht darum, möglichst viele Patienten gleichzeitig zu betreuen, sondern jedem Einzelnen gerecht zu werden. Dazu kommen steigende Kosten für Fachkräfte und Ausstattung. Wir engagieren uns daher stark im Verein für Intensivpflege Mecklenburg-Vorpommern, um die politischen und finanziellen Rahmenbedingungen so

zu gestalten, dass dieser Schlüssel gesichert bleibt. Denn ohne ihn verlieren wir das, was außerklinische Intensivpflege so besonders macht.

Frage: Sie sprachen die Fachkräfte an. Wie wichtig ist der Betreuungsschlüssel auch für Ihr Team?

Careen Kegel: Er ist genauso wichtig für die Pflegekräfte wie für die Patienten. Wenn eine Fachkraft weiß, dass sie maximal drei Patienten versorgt, hat sie Zeit, ihre Arbeit gewissenhaft zu tun, ohne permanent unter Druck zu stehen. Das wirkt sich direkt auf die Arbeitszufriedenheit aus – und damit auch auf die Bindung von Fachkräften. Wer dauerhaft mehr Patienten gleichzeitig betreuen muss, brennt aus. Dieser Versorgungsschlüssel schützt also nicht nur die Patienten, sondern auch die Pflegekräfte.

Frage: Oft wird die geringere Infektionsgefahr in der außerklinischen Intensivpflege betont. Wie sehen Sie das?

Careen Kegel: Das ist ein sehr wichtiger Aspekt. In großen Kliniken ist die Gefahr von Infektionen durch multiresistente Keime erheblich höher. In unseren kleinen Einrichtungen mit festen Strukturen und einem engen Betreuungsschlüssel reduzieren wir dieses Risiko enorm. Das bedeutet: bessere Heilungschancen, weniger Komplikationen und mehr Sicherheit für die Patienten.

Frage: Zum Schluss: Was wünschen Sie sich für die Zukunft der außerklinischen Intensivpflege?

Careen Kegel: Mein größter Wunsch ist, dass die Gesellschaft erkennt: Außerklinische Intensivpflege ist genauso wichtig wie die stationäre Intensivversorgung – aber eben mit anderen Stärken. Sie ist kein Luxus, sondern eine notwendige, menschenwürdige Alternative. Und sie funktioniert nur, wenn der 1:3-Schlüssel verbindlich gesichert bleibt. Ich wünsche mir, dass wir auch in Zukunft so arbeiten können: mit Hingabe, Menschlichkeit und der Gewissheit, dass wir die bestmögliche Versorgung leisten – für die Menschen, die uns brauchen.



Wohngemeinschaft für Intensivpflege



Die Pflegewohngemeinschaft in Tutow



(Foto: Adobe Stock – taka)



außerklinische Pflege

Spa-Bereich im Hotel Kaiserhof – Ihr Rückzugsort an der Ostsee

Im Hotel Kaiserhof in Heringsdorf erwartet Sie ein Spa-Bereich, der in neuem Glanz erstrahlt. Mit frischen Farben, eleganten Möbeln und liebevollen Details wurde ein Ambiente geschaffen, das Ruhe, Harmonie und Entspannung ausstrahlt. Hier können Sie den Alltag hinter sich lassen, loslassen und neue Energie tanken – ein Ort, der Körper, Geist und Seele gleichermaßen verwöhnt.

Auf über 1.400 Quadratmetern bietet der Spa-Bereich ein umfassendes Wohlfühlprogramm, das keine Wünsche offenlässt. Ob ein Schwimmen im Pool mit Gegenstromanlage, entspannende Momente im integrierten Whirlpool oder die Sonne auf der Außenpool-Terrasse genießen – hier erleben Gäste Wellness mit einem atemberaubenden Blick auf die Ostsee.

Vielfalt für Körper und Sinne

Die Anwendungen im Spa-Bereich sind so vielseitig wie die Wünsche unserer Gäste. Von wohltuenden Massagen über revitalisierende Kosmetikbehandlungen bis hin zu speziell abgestimmten Anwendungen für Vitalität und Regeneration –



jede Behandlung ist eine Einladung, den eigenen Körper bewusst wahrzunehmen und zu pflegen. Jeder Raum, jede Anwendung ist darauf ausgelegt, ein Gefühl von Ruhe und Geborgenheit zu vermitteln.

Das Saunaangebot begeistert mit täglich wechselnden Aufgüssen und umfasst Meerblicksauna, Farblichtsauna, finnische Sauna, Meeresklimakabine und Dampfbad. Die Kombination aus Wärme, Licht und Meeresluft lässt Körper und Geist loslassen und sorgt für eine tiefgehende Entspannung, die noch lange nachwirkt.

Thalassotherapie – Einzigartig im Norden

Ein besonderes Highlight ist die Thalassotherapie von Thalasso International, exklusiv im Hotel Kaiserhof. Diese einzigartige Therapieform nutzt die Kraft des Meerwassers, angereichert mit Mineralien, Algen, Vitaminen und heilendem Schlick. Die Thalasso-Anwendungen haben eine hohe regenerative Wirkung,

fördern Durchblutung, Stoffwechsel und Immunsystem und hinterlassen ein positives Lebensgefühl, das Sie vital und energiegeladener zurücklässt.

Entspannung in stilvollem Ambiente

Der renovierte Spa-Bereich verbindet Komfort, Stil und Erholung auf einzigartige Weise. Ruhige Lounge-Bereiche, entspannende Ruheinseln mit sanfter Musik, durchdachtes Lichtdesign und liebevoll gestaltete Details schaffen ein einladendes Wohlfühlambiente, das den Aufenthalt zu einem rundum erholsamen Erlebnis macht. Jeder Moment hier lädt dazu ein, Stress loszulassen, die Sinne zu verwöhnen und die Seele baumeln zu lassen.

Wann dürfen wir Sie verwöhnen?

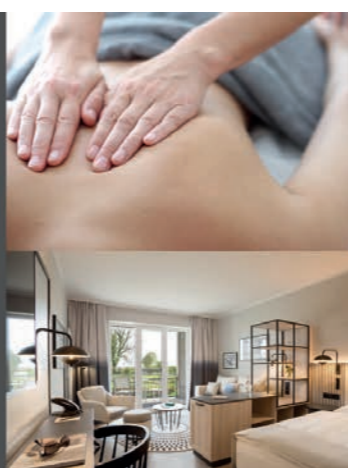
Für Fragen oder Terminvereinbarungen erreichen Sie uns telefonisch unter **038378 65906**, per Mail an vitalgarten@kaiserhof-usedom.de



HOTEL KAISERHOF Heringsdorf WELLNESS FÜR ALLE SINNE

Ihr Wohlergehen liegt uns am Herzen. Genießen Sie unseren Vitalgarten mit Thalassotherapie, Wellnessbehandlung und Kosmetik. Reservieren Sie gleich Ihren Termin unter vitalgarten@kaiserhof-usedom.de.

Hotel Kaiserhof Heringsdorf
Kulmstraße 33 · 17424 Heringsdorf · kaiserhof-usedom.de



Schnürsenkel

Wolgast
Koserow
Zinnowitz

Dünenstraße 10a | 17454 Zinnowitz
Tel. 038377 129973

SCHUHFANS AUFGEPASST!

Schnürsenkel Zinnowitz steht für hochwertige Markenschuhe, die in großer Zahl vorhanden sind. Kommen Sie vorbei, nehmen Sie sich Zeit, um in Ruhe unser breit gefächertes Sortiment zu durchstöbern... um möglicherweise Ihren „Traum-Schuh“ zu finden.

In einer angenehmen und eleganten Atmosphäre macht das Shopping sehr viel Spaß. Genießen Sie auf über 100 m² unser mannigfaltiges Angebot bei einer Tasse Kaffee oder einem Glas Sekt.

Schnürsenkel Zinnowitz steht für eine Mischung aus urbaner Eleganz und entspannter Ungezwungenheit. Da möchte man gerne reinkommen und sich wohlfühlen. Genießen Sie dabei Schuhe mit dem gewissen Etwas oder bequeme Schuhe mit Stil!

Wir führen zahlreiche Markenschuhe – sowohl für Damen als auch für Herren. Unsere Damenschuhe, ob Stiefel oder Pumps, zeichnen sich durch Anmut und Eleganz aus, gleich ob dezent oder extravagant. Unsere Herrenschuhe sind klassisch oder sportlich, aber immer stilvoll, dabei modern und zeitlos zugleich.

Die Markenschuhe vom Schnürsenkel Zinnowitz beinhalten für jede Gelegenheit die richtige Wahl.

Marken:

Gabor, Clarks, Charme, Floris van Bommel, Rovers, Gerry Weber, Lola Ramona, Pikolinos, Cristófoli, Kristofer, Accessoires von Voi, Sansibar, Gabor und Pflegemittel von Collonil

Des Weiteren gibt es noch einen **Schnürsenkel Koserow**
Bahnhofstraße 2a | 17459 Koserow
und einen **Schnürsenkel Wolgast**
Rathausplatz 9 | 17438 Wolgast





**Barlachstadt
Güstrow**

Die Güstrower Altstadt prägen beeindruckende Kulissen und Fassaden. (Foto: Mathias Taslair)

Güstrow – Willkommen im Herzen Mecklenburgs

Dom Güstrow (Foto: Heiko Grunzig)



Güstrow, die schöne Barlachstadt mit etwa 30.000 Einwohnern, liegt mitten im Herzen Mecklenburgs und verzaubert sowohl Bewohner als auch Gäste mit ihrem unverwechselbaren Charme. Umgeben von einer einmalig schönen Landschaft, die frische Luft und unberührte Natur bietet, besticht Güstrow durch seine zentrale Lage und exzellente Verkehrsverbindungen zur Ostsee sowie zu den Metropolen Hamburg und Berlin.

Die Stadt verbindet auf faszinierende Weise Geschichte und Moderne. Ein Highlight ist die historische Altstadt mit ihren beeindruckenden Bauwerken, wie dem Renaissanceschloss und dem Güstrower Dom. Diese Sehenswürdigkeiten können Sie auf einem geführten Stadtrundgang oder entlang des „Altstadtrundweges“ erkunden. Bei einer Nachtwächterführung entdecken Sie Güstrow aus einer neuen, faszinierenden Perspektive.

Auf der „Route der Backsteingotik“ ist Güstrow ein Muss! Malerische Hinterhöfe und historische Straßenzüge führen zu weiteren kulturellen Schätzen, wie dem Museum der Barlachstadt Güstrow, dem Krippenmuseum, der Städtischen Galerie Wollhalle und dem Ernst-Barlach-Theater. In den vergangenen Jahren hat sich in Güstrow eine immer größere Kunstszene etabliert. Mittlerweile begeistern zehn Galerien und Ateliers die Güstrower und Gäste aus ganz Deutschland. Kleine Cafés und gemütliche Restaurants laden unterwegs zum Verweilen ein.

Güstrow hat für jeden etwas zu bieten: Im Wildpark-MV können Sie wilde Tiere hautnah erleben und im Aquatunnel in die faszinierende Unterwasserwelt eintauchen. Das frisch sanierte Freizeitbad „OASE“ mit seiner großzügigen Saunawelt lädt zum Entspannen ein, während das Barlach-Atelierhaus die berühmten Skulpturen des Künstlers Ernst Barlach präsentiert.

Wer die Natur aktiv genießen möchte, kann sich ein Fahrrad, Kanu oder Ruderboot mieten. Die Radfernwege Berlin-Kopenhagen und Hamburg-Rügen führen direkt durch Güstrow und zahlreiche Rad- und Wanderwege machen die reizvolle Umgebung erlebbar. Kanu- und Kutterfahrten auf dem Güstrower Insee bieten zudem ganz besondere Erlebnisse.

Güstrow ist auch eng mit bekannten Persönlichkeiten verbunden: Hier lebten und wirkten unter anderem der Bildhauer Ernst Barlach, der Maler Georg Friedrich Kersting und der Schriftsteller Uwe Johnson. Folgen Sie den Spuren dieser berühmten Söhne der Stadt!

Historisch und modern, dynamisch und dennoch beschaulich – Güstrow ist ein Ort, der seit Jahrhunderten liebevoll das „Klein Paris des Nordens“ genannt wird. Hier können Sie wohnen, wo andere Urlaub machen und zu jeder Jahreszeit die besondere Atmosphäre dieser Stadt genießen.

Wir freuen uns darauf, Sie in Güstrow begrüßen zu dürfen!

Barlachstadt Güstrow
AUDIO GUIDE
Spannende
Altstadtführung zum
Mitnehmen

5,00€
p.P.

Güstrow-Information | Franz-Parr-Platz 10
www.guestrow-tourismus.de

Veranstaltungen

April:

Österlicher Genussmarkt

Mai:

Brunnenfest, Internationaler Museumstag, Tag der Städtebauförderung

Juni:

Güstrower Stadtfest, Open-Air-Kino, Musik in der Altstadt

Juli:

Lesung am Strand, Tag der Galeriemeile, Faires Picknick, Open-Air-Kino, Musik in der Altstadt

August:

Open-Air-Kino, Musik in der Altstadt

September:

Einkaufsnacht, Vereinsfest, Tag des offenen Denkmals

Oktober:

Kunstnacht

November:

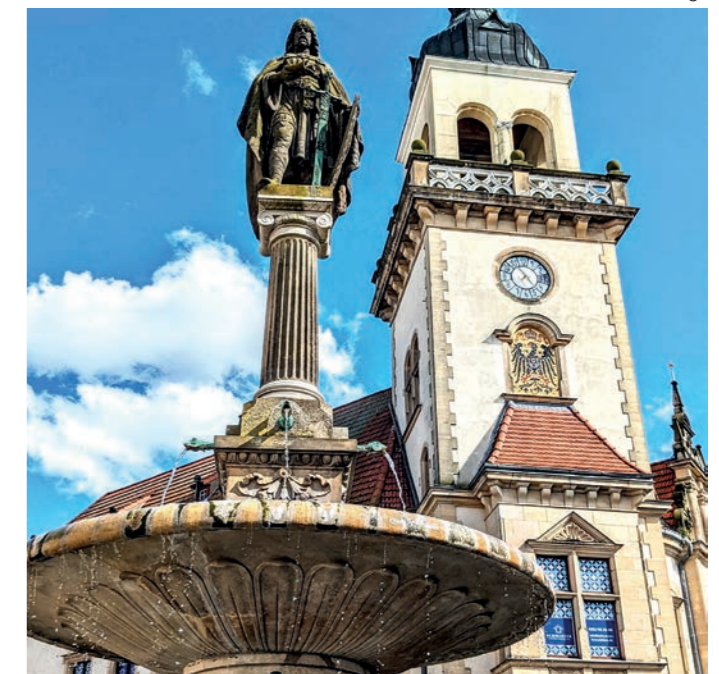
Vorweihnachtlicher Genussmarkt

Dezember:

Weihnachtsmarkt, Weihnachtskonzerte

Weitere Termine unter: www.guestrow-tourismus.de
Änderungen vorbehalten!

Borwinbrunnen (Foto: Heiko Grunzig)





(Foto: Falcon Crest Luftbilder)

Interview mit der Kurdirektorin Dörthe Hausmann Ostseeheilbad Graal-Müritz



Redaktion: Frau Hausmann, Sie bringen 35 Jahre Erfahrung im Tourismus mit. Können Sie uns erzählen, wie Ihr beruflicher Weg begonnen hat?

Dörthe Hausmann: Sehr gern. Ich bin Reiseverkaufsfrau und Diplombetriebswirtin, mein beruflicher Weg begann im Vertrieb bei Airlines wie British Airways und Cathay Pacific, dadurch konnte ich viel von der Welt sehen.

Aufgewachsen bin ich in Klaffenbach, einem Dorf bei Chemnitz, das verließ ich mit 16 Jahren, um meine beruflichen Träume zu verfolgen. Ich habe 25 Jahre in Berlin gelebt und bin nun seit 15 Jahren in Mecklenburg-Vorpommern im Destinationsmanagement und Aviation Bereich tätig. Mein Beruf hat mir die Welt eröffnet, aber auch gezeigt, wie viel Schönes wir in unserer Region erleben können.

Redaktion: Seit wann sind Sie Kurdirektorin in Graal-Müritz, und wie haben Sie den Ort bisher kennengelernt?

Dörthe Hausmann: Ich habe die Position der Kurdirektorin am 15. Juni 2023 übernommen. Das Ostseeheilbad Graal-Müritz ist ein lebenswerter Ort, der Ruhe ausstrahlt. Bäderarchitektur, der Rhododendronpark so nah am Meer, die schön gestalteten Gärten und Gebäude sowie Wald und Moor und das damit verbundene Heilklima prägen den Kurort. Neben dem Marketing, Webauftritt, Veranstaltungsorganisation betreiben wir hier zwei Touristinformationen, den Konzertpavillon und das Haus des Gastes.

Redaktion: Sie erwähnten das Haus des Gastes. Welche Veränderungen gab es dort?

Dörthe Hausmann: Das Haus des Gastes wurde umgestaltet. Besonders stolz sind wir auf die Neugestaltung der Tourismusinformation, die aus unserem Team heraus entstanden ist, und unsere neue Galerie, die Werke des Malers Joachim Weyrich zeigt. Er hat viele Jahrzehnte hier gelebt und war Leiter des Heimatmuseums. Es ist uns wichtig, Kultur, Kunst und Geschichte zu verbinden und für Besucher erlebbar zu machen.

Redaktion: Graal-Müritz ist ja auch für Gesundheit und Entspannung bekannt. Was können Gäste hier erleben?

Dörthe Hausmann: Unsere Gäste können hier vor allem Ruhe, Entspannung und Inspiration finden. Es gibt Kräuterwanderungen durchs Moor, Waldbaden mit einem Waldtherapeuten, einen Achtsamkeitspfad im Kurwald und viele Wanderungen, um die Natur aktiv zu erleben. Der Kurwald lädt dazu ein, den Urlaub im Einklang mit der Natur zu verbringen. Die Kombination aus Wald, Moor und dem gesunden Bio-Klima stärkt das Immunsystem und wirkt heilend – direkt an der Ostsee.

Redaktion: Gab es besondere Veranstaltungen, auf die Sie stolz sind?

Dörthe Hausmann: Ja, das Rhododendronfest Mitte Mai. Seit 70 Jahren bietet der Park ein einzigartiges Ambiente, das Besucher immer wieder begeistert. Dazu gibt es Programme junger Künstler, aber auch klassische Musik, die hier sehr geschätzt wird. Wir haben einen Blüthner Flügel gekauft und eine Kooperation mit der Hochschule für Musik und Theater

Rostock geschlossen. Die Ende Mai stattfindende Literaturwoche und die Lyrikbuche, bei der Einheimische und Gäste Gedichte vortragen, sind besondere Veranstaltungen, denn Literatur spielt in Graal-Müritz eine große Rolle. Viele Schriftsteller wie Kästner, Kafka, Tucholsky, Fritz Reuter und viele andere haben hier Urlaub gemacht und hier geschrieben. In diesem Jahr gab es auch das erste internationale Literaturfestival in unserem Ort.

Redaktion: Wie binden Sie die Bürger und Gäste in Ihre Arbeit ein?

Dörthe Hausmann: Ich nehme mir bewusst Zeit für die Fragen der Bürger. Wir haben eine digitale und gedruckte Umfrage erstellt, in der wir die Erwartungen der Einheimischen erheben, zudem gibt es eine Gästenumfrage. Die Ergebnisse fließen in unser Tourismuskonzept ein. Mir ist es wichtig, dass wir Graal-Müritz als attraktive und nachhaltige Destination weiterentwickeln und trotzdem den lebendigen Ort bewahren.

Redaktion: Graal-Müritz hat eine lange Tradition als Heilbad. Können Sie dazu etwas erzählen?

Dörthe Hausmann: Gerne. Die Tradition geht zurück bis 1880, als Carl von Mettenheimer, der Leibarzt des Herzogs von Mecklenburg, die ersten Kinderkuren hier durchführte. Lungenkrankheiten, besonders verbreitet in den Großstädten, wurden damit erstmalig an der Ostsee behandelt. Hier wurde das erste Kinderkurheim an der Ostsee, der Tannenhof, gebaut. Heute gibt es fünf Kurkliniken in Graal-Müritz, das ist die größte Kurklinikdichte in einem Ort in Mecklenburg-Vorpommern.

Redaktion: Wie sieht Ihre Vision für Graal-Müritz aus?

Dörthe Hausmann: Mein Ziel ist es, Graal-Müritz nachhaltig, kulturell anspruchsvoll und als Natur- und Gesundheitsort zu entwickeln. Wir möchten die natürlichen Gegebenheiten bewahren, gleichzeitig den sanften Tourismus gestalten, um Gästen wie Einheimischen eine lebenswerte Umgebung zu erhalten.

Redaktion: Frau Hausmann, vielen Dank für das Gespräch und die spannenden Einblicke!

Dörthe Hausmann: Vielen Dank, es war mir eine Freude.

Tourismus- und Kur GmbH Graal-Müritz

Rostocker Straße 3

18181 Ostseeheilbad Graal-Müritz

T: 038206 7030 | F: 038206 70320

Internet: graal-mueritz.de

facebook.com/graal.mueritz

instagram.com/graal.mueritz



GRAAL-MÜRITZ
DAS OSTSEEHEILBAD
MIT TRADITION



(Foto: DGMUSimages, Alexander Rudolph)



(Foto: Tourismus- und Kur GmbH Graal Müritz)



(Foto: Tourismus- und Kur GmbH Graal Müritz)



(Foto: Manfred Wigger)

Vitanas Seniorenzentrum Ueckermünde

Ein Zuhause mit Herz und Zukunft

Redaktion: Herr Peter, das Vitanas Seniorenzentrum in Ueckermünde feierte kürzlich sein 30-jähriges Bestehen. Wie spiegelt sich diese lange Tradition in der Einrichtung wider?

Hannes Peter, Centumsleiter: Unser Jubiläum war ein wunderbarer Moment, um die Verbundenheit zwischen Bewohnern, Angehörigen und Mitarbeitern zu feiern. Für uns bedeutet Pflege nicht nur medizinische Betreuung, sondern vor allem Zuwendung, Vertrauen und ein Zuhause-Gefühl.

Redaktion: Sie sind seit dem letzten Jahr die neue Leitung. Was möchten Sie in Ihrem Haus besonders fördern?

Hannes Peter: Ich möchte, dass unsere Bewohner sich hier rundum wohl und verstanden fühlen. Dabei spielt die individuelle Betreuung eine zentrale Rolle – jeder Mensch hat eigene Bedürfnisse, und darauf gehen wir ein. Gleichzeitig setzen wir auf moderne Konzepte, die Komfort und Lebensqualität erhöhen, wie z.B. unsere Umstrukturierung zu mehr Einzelzimmern, die Privatsphäre und Ruhe ermöglichen.

Redaktion: Ergotherapie scheint ein wichtiger Bestandteil Ihres Hauses zu sein.

Hannes Peter: Absolut. Unsere drei Ergotherapeuten arbeiten eng mit den Bewohnern zusammen, um Mobilität, Selbstständigkeit und geistige Fitness zu erhalten. Die Angebote sind individuell

abgestimmt, fördern die Eigeninitiative und sorgen dafür, dass die Bewohner so lange wie möglich aktiv und selbstbestimmt bleiben.

Redaktion: Auch die Ausbildung von Pflegekräften ist Teil Ihres Konzepts, richtig?

Hannes Peter: Ja, wir bieten Ausbildung und Praktika an, um junge Menschen für den Pflegeberuf zu begeistern. Das ist uns sehr wichtig, denn wir möchten nicht nur für die aktuelle Betreuung sorgen, sondern auch die Zukunft der Pflege in der Region stärken.

Redaktion: Wie würden Sie die Atmosphäre im Seniorenzentrum beschreiben?

Hannes Peter: Unser Haus ist ein Ort, an dem Wärme, Respekt und Fürsorge gelebt werden. Die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter kümmern sich mit Herzblut um die Bewohner, jeder Tag ist darauf ausgerichtet, Wohlbefinden, Sicherheit und Freude zu schenken. Wir möchten, dass sich jeder hier zu Hause fühlt und seinen Lebensabend in Würde verbringen kann.

Redaktion: Vielen Dank für das Gespräch!

Hannes Peter: Sehr gern! Wir freuen uns, Menschen in unserem Haus willkommen zu heißen und ihnen eine Umgebung zu bieten, in der Pflege, Fürsorge und Lebensqualität Hand in Hand gehen.



Hier fühle ich mich zuhause!

Vitanas

- Sie wohnen in einem geräumigen und komfortablen Zimmer oder Doppelzimmer.
- Richten Sie sich Ihr neues Zuhause ein und bringen Sie Ihre eigenen Möbel mit.
- Gestalten Sie unseren schönen Garten mit.
- Genießen Sie Kaffee und Kuchen in unserem Café.
- Lassen Sie sich in unserem Friseursalon verwöhnen.
- In der hauseigenen Küche kochen wir für Sie täglich frisch und gesund.
- Freuen Sie sich auf ein abwechslungsreiches Freizeitprogramm.

Jetzt informieren:
☎ (039771) 201-0

Vitanas Senioren Centrum Am Tierpark
Am Tierpark 6 | 17373 Ueckermünde
☎ (039771) 201 - 0 | www.vitanas.de/amtierpark

DRK-Kreisverband: Pflege mit Herz

Auszubildende und Fachkräfte gesucht



Der DRK-Kreisverband Ostvorpommern-Greifswald e.V. sucht dringend engagierte Pflegefachkräfte und bietet gleichzeitig Ausbildungsmöglichkeiten für einen Pflege-Job an. Pflege ist mehr als ein Beruf: Sie bedeutet, Menschen zu begleiten, ihnen Sicherheit und Halt zu geben und ihre Würde zu wahren. Gerade im Umgang mit älteren und pflegebedürftigen Menschen ist jede Handlung Ausdruck von Fürsorge, Respekt und Empathie. Wer hier arbeitet, schenkt Lebensqualität und wird täglich mit Dankbarkeit und Vertrauen belohnt.

Pflegefachkräfte – erfahrene Profis gesucht

Der DRK-Kreisverband sucht erfahrene Pflegefachkräfte und -helfer, die ihr Wissen und ihre Erfahrung einbringen möchten. In der ambulanten Betreuung unterstützen Pflegefachkräfte und Pflegehelfer Menschen in ihrem Alltag, entlasten Angehörige und gestalten eine Atmosphäre von Sicherheit und Wohlbefinden. Die Arbeit erfordert fachliche Kompetenz, Empathie und Teamgeist und bietet gleichzeitig ein hohes Maß an Verantwortung, Sinnhaftigkeit und persönlichen Entwicklungsmöglichkeiten.

Ausbildung zur Pflegefachkraft – praxisnah und attraktiv

Für diejenigen, die neu in den Pflegeberuf einsteigen möchten, bietet der DRK-Kreisverband Ostvorpommern-Greifswald e.V. eine fundierte Ausbildung zum Pflegefachmann bzw. zur Pflegefachfrau an. Die Ausbildung vermittelt praxisnah fachliches Wissen, soziale Kompetenz und praktische Fertigkeiten, die für die Betreuung und Pflege von Menschen jeden Alters erforderlich sind. Besonders im Umgang mit älteren oder

pflegebedürftigen Menschen lernen die Auszubildenden, individuelle Bedürfnisse wahrzunehmen, Vertrauen aufzubauen und den Alltag der Betreuten liebevoll zu begleiten – sei es bei der Körperpflege, der medizinischen Versorgung und auch der Dokumentation der erfolgten Leistungen.

Die Vergütung während der Ausbildung ist attraktiv und wertschätzt die wichtige Arbeit:

- 1. Lehrjahr: 1.490,69 €
- 2. Lehrjahr: 1.552,07 €
- 3. Lehrjahr: 1.653,30 €

Damit erhalten Auszubildende von Anfang an eine faire, verlässliche Unterstützung, während sie praxisnah in die Pflege eingeführt werden. Daneben können Azubis das betriebliche Gesundheitsmanagement mit dem Wellpass nutzen und sichern sich beste Zukunftschancen mit attraktiven Perspektiven nach erfolgreichem Abschluss der Ausbildung. Was ihnen ebenfalls gewiss ist, ist ein fester Platz in der Rotkreuz-Familie.

Daneben bildet der DRK-Kreisverband auch Kranken- und Altenpflegehelfer/innen aus, die die Fachkräfte bei ihren Aufgaben tatkräftig unterstützen. Diese Ausbildung dauert 18 Monate. Auszubildende in diesem Bereich erhalten eine Vergütung von 750,00 Euro im 1. Jahr und 850,00 Euro im zweiten Jahr.

Ein Beruf mit Sinn und Perspektive

Die Arbeit beim DRK-Kreisverband ist anspruchsvoll, aber unglaublich erfüllend. Jede Pflegekraft, ob ausgebildet oder in Ausbildung, leistet einen Beitrag dazu, dass Menschen ein selbstbestimmtes, sicheres und würdevolles Leben führen können. Das Team unterstützt nicht nur die Pflegebedürftigen, sondern auch deren Familien, entlastet sie und schafft ein Netzwerk von Vertrauen und Geborgenheit.

Wer sich für eine Tätigkeit beim DRK Kreisverband Ostvorpommern-Greifswald e.V. entscheidet, wird Teil eines motivierten Teams, in dem Menschlichkeit, Fachkompetenz und Zusammenhalt großgeschrieben werden. Pflege hier bedeutet nicht nur Arbeit, sondern Sinn, Wertschätzung und die Möglichkeit, das Leben anderer positiv zu verändern.

Interessierte Pflegefachkräfte oder Auszubildende können sich direkt beim DRK-Kreisverband informieren und bewerben. Ein Berufsfeld, das Zukunft, Perspektiven und Herz verbindet, wartet auf Sie.

Weitere Infos unter: www.drk-ovp-hgw.de



Schmerzfrei leben mit Arthrose – wie individuelle Einlagen von OTB helfen können



wirksame Möglichkeiten, Beschwerden zu lindern, z.B. Orthesen und spezielle orthopädische Einlagen.

Individuell angefertigte Einlagen wirken nicht nur an den Füßen, sondern auf den gesamten Bewegungsapparat. Sie entlasten Gelenke, gleichen Fehlstellungen aus und unterstützen so Knie, Hüfte und Rücken. Gerade bei Arthrose sind sie eine wertvolle Hilfe. Sie können Überlastungen reduzieren, Schmerzen lindern und die Beweglichkeit fördern. Besonders in frühen Stadien lassen sich mit Einlagen das Fortschreiten der Erkrankung verlangsamen und die Lebensqualität deutlich verbessern.

- **Kniearthrose:** Spezielle Einlagen korrigieren die Beinachse und entlasten das Kniegelenk.
- **Sprunggelenksarthrose:** Unterstützende Einlagen helfen, Fehlhaltungen zu vermeiden und Beweglichkeit zu bewahren.
- **Hallux rigidus (Arthrose der Großzehe):** Einlagen mit spezieller Rigidusfeder entlasten gezielt die Großzehe.

Moderne Technik trifft Handwerk

In den OTB-Sanitätsfachgeschäften verbinden erfahrene Orthopädienschuhechnikermeister traditionelles Handwerk

Arthrose gehört zu den häufigsten Gelenkerkrankungen und betrifft Millionen Menschen – mit weitreichenden Folgen für Alltag und Lebensqualität. Schmerzen, eingeschränkte Beweglichkeit und Fehlbelastungen können die Mobilität erheblich einschränken. Ein Teufelskreis: Denn mangelnde Bewegung verschlechtert nicht nur den Krankheitsverlauf, sondern führt oft auch zu Muskelabbau, Gewichtszunahme und einer weiteren Überlastung der Gelenke. Doch es gibt



Sicher und mobil in Ihrem eigenen Zuhause.

Hilfsmittelberatung auch im Hausbesuch

Ein sicheres und komfortables Zuhause ist die Grundlage für Lebensqualität. Unsere **kostenfreie und unverbindliche Wohnumfeldberatung** hilft Ihnen, Ihre Wohnsituation optimal anzupassen. Wir kommen zu Ihnen, schauen uns gemeinsam Ihre häusliche Umgebung an und geben praktische Empfehlungen, wie Sie Ihren Alltag erleichtern können. Ob Haltegriffe, Treppen- oder Badehilfen, Elektrorollstühle, Elektromobile (Scooter) oder Zusatzantriebe für Ihren Rollstuhl – wir finden die Lösung, die zu Ihnen passt.

Vereinbaren Sie jetzt Ihren Termin unter:
0800 800 48 44 (gebührenfrei)

OTB GmbH | Wismarsche Straße 32 | 18057 Rostock | kundenservice@otb.info, weitere 7 Mal in Mecklenburg-Vorpommern und bei Ihnen zu Hause.



Alle unsere Sanitätsfachgeschäfte & orthopädischen Werkstätten in Mecklenburg-Vorpommern finden Sie unter:
www.otb.info/filialen

mit modernster Analysetechnik. Regelmäßige Fußdruckmessungen und Expertensprechstunden ermöglichen eine präzise Analyse von Fußform, Belastungspunkten und Bewegungsmustern. Auf dieser Grundlage entstehen maßgefertigte Einlagen, die exakt auf die individuellen Bedürfnisse zugeschnitten sind.

Ganzheitlicher Ansatz in der Versorgung

Neben individuell angepassten Einlagen können auch spezielle **Orthesen** eine wertvolle Unterstützung sein. Die **CoxaTrain**-Orthese von Bauerfeind entlastet z.B. das Hüftgelenk, stabilisiert die Muskulatur und fördert so die Beweglichkeit im Alltag. Die **GenuTrain OA** von Bauerfeind ist speziell für Menschen mit Kniearthrose entwickelt. Sie korrigiert die Beinachse, reduziert Schmerzen beim Gehen und hilft, das Gelenk gezielt zu entlasten. Beide Orthesen sind in ebenfalls in den OTB-Sanitätshäusern erhältlich, wo sie professionell angepasst werden. Auch ein Test vor Ort ist möglich.

OTB setzt nicht nur auf Technik, sondern auch auf enge Zusammenarbeit mit Ärzten, Therapeuten und Podologen. Denn eine wirksame Einlagenversorgung ist Teil eines



umfassenden Behandlungskonzepts. Ergänzend geben die Experten wertvolle Tipps für das richtige Schuhwerk und Übungen zur Entlastung der Gelenke.

Regelmäßige Kontrolle und das richtige Schuhwerk

Damit Einlagen ihre volle Wirkung entfalten können, ist die Kombination mit geeignetem Schuhwerk entscheidend. Stabiler Fersenhalt, einlagentaugliche Bauweise und ein herausnehmbares Fußbett sind wichtig. Da sich Füße im Laufe der Zeit verändern und Einlagen sich abnutzen, empfehlen die Fachleute eine regelmäßige Kontrolle in einem Rhythmus von sechs bis zwölf Monaten.

Fazit

Individuelle Einlagen und Orthesen von OTB bieten Menschen mit Arthrose eine wirksame Möglichkeit, Schmerzen zu reduzieren, Haltungsschäden vorzubeugen und mehr Beweglichkeit in den Alltag zu bringen. Mit präziser Analyse, handwerklicher Expertise und einem ganzheitlichen Ansatz schafft OTB die Grundlage für ein aktives und möglichst schmerzfreies Leben.



Zehen geradeaus: Tipps für gesunde Füße

Die Gesundheit unserer Füße ist zentral für ein aktives Leben. Beschwerden wie Blasen, Fußpilz und Fehlstellungen können dagegen das Gehen zur Qual machen. Besonders häufig ist der Hallux valgus (Ballenzeh). Dabei wölbt sich der Ballen nach außen, während die Großzehe nach innen abknickt. Die Folge können Schmerzen und Gehprobleme sein.

Eine wichtige Vorbeugungsmaßnahme sind gutschitzende Schuhe, die den Füßen genug Raum lassen, sie unterstützen und Stöße abfedern. Macht sich bereits ein Hallux valgus bemerkbar, können orthopädische Schuhe oder Therapieschienen wie die von Hallufix helfen. Sie bringt den Fuß wieder in seine natürliche Form, lindert Schmerzen und kann eine weitere Verschlechterung verhindern.

Unter www.hallufix.com gibt es mehr Infos und Tipps für gesunde Füße.



Gesunde Füße tragen uns schmerzfrei und sicher durchs Leben. Grund genug, sich gut um sie zu kümmern. (Foto: djd/Ludwig Bertram/Karsten Koch)

djd

Gewinnspiel

Schicken Sie Ihre Lösung mit dem Stichwort „Gewinnspiel“ bis zum **03. März 2026** an: nicole.duda@gmx.de.

Absender und Telefonnummer nicht vergessen! Die Gewinner werden per Los ermittelt.

Eine Barauszahlung ist nicht möglich. Der Rechtsweg ist ausgeschlossen. **Viel Glück und herzlichen Dank an die Sponsoren.**

Was ist laut dem Sprichwort das Einzige,
das sich verdoppelt, wenn man es teilt?

Wie nennt man die Aufnahme von Lebensmitteln,
die unseren Körper mit Energie und Nährstoffen
versorgt?

Was braucht unser Körper jede Nacht,
um sich zu erholen und neue Energie zu tanken?

Welches Wort beschreibt den Arzttermin,
der regelmäßig zur Früherkennung von
Krankheiten empfohlen wird?

Wie nennt man unerwünschte Effekte, die bei der
Einnahme von Medikamenten auftreten können?

Wie heißt die Stoffwechselkrankheit, bei der
der Körper Probleme hat, den Blutzuckerspiegel
zu regulieren?

Und das sind die Preise:

Hauptpreis: 50,- € Gutschein
im Fahrradhaus Wendt in Neubrandenburg

**Fahrradhaus
WENDT**

2. Hauptpreis: 50,- € Gutschein
im Sanitätshaus Wendt in Neubrandenburg

**Sanitätshaus
WENDT**

20,- € Gutschein
bei der Pluspunktapotheke Neubrandenburg

PLUSPUNKT APOTHEKE
IM MARKTPLATZ-CENTER

50,- € Werkstattgutschein
vom Autohaus Honda Lietze & Logall in Anklam

AUTOHAUS Lietze & Logall GmbH
Honda Vertragshändler

Hochwertiges Topfset beim Kauf ab einer Küche von 3.000 €
von MP Küchen in Anklam

MP KÜCHEN
Anklam

20,- € Gutschein
von Ask & Embla Modeboutique in Koserow

Ask & Embla
Skandinavische Mode

20 € Gutschein
von Schnürsenkel in Zinnowitz

Schnürsenkel
Wolgast
Küsterne
Zinnowitz

5 x 1 Durchfahrt durch den Tunnel
von der Warnowquerung in Rostock

WARNOW TUNNEL

20,- € Gutschein
im Sanitätshaus Ostseewind in Jarmen

**SANITÄTSHAUS
OSTSEEWIND**

Zwei Eintrittskarten
im Stadtmuseum Museum der Barlachstadt Güstrow

**Barlachstadt
Güstrow**

25,- € Gutschein für den Spa-Bereich
von arcona Ostseehotels in Heringsdorf

HOTEL KAISERHOF
Heringsdorf

Dieses Gewinnspiel wird präsentiert von **WARNOW TUNNEL**



(Foto: Adobe Stock – Vera Kuttelvaserova)

Ask & Embla

Skandinavische Mode



Die Modeboutique Ask & Embla steht, wie der Name erahnen lässt, für unkomplizierte und extravagante Mode aus Skandinavien, hauptsächlich aus Dänemark. Weibliche Natürlichkeit, Schönheit von fließenden Stoffen und der Hang zu etwas Besonderem, das verbindet viele mit skandinavischer Mode.

Unsere Kunden schätzen die einzigartigen Schnitte, die gepaart mit besonderen Mustern auf natürlichen, elegant verarbeiteten Materialien für einen ganz persönlichen Stil stehen. Die breit gefächerte Mode der Marken MASAI, Sandwich, Pont Neuf, Yest, Soya Concept, Sophia Perla, 2Biz, Hosen der Firmen Stehmann und Robell, Active Wear von Key West und Festmode von Olimara und Christina Barros steht vor allem für interessante Gewebe- und Garnstrukturen und hebt sich von der üblichen Meterware ab.

Als Inhaberin bin ich selbst begeistert von den Stoffen, den Farben und der Verarbeitung – mit Leidenschaft verkaufen wir Mode für die moderne Frau, die einen entspannten und individuellen Stil bevorzugt. Auch wenn sich unsere Mode nicht speziell an Frauen mit großen Größen richtet, ist unsere Mode so gestaltet, dass sie auch von kurvigen Frauen getragen werden kann.

Passend zu unseren Kollektionen werden die Outfits mit ausgefallenen Accessoires wie Schmuck, Taschen und Tüchern abgerundet.

Seit einiger Zeit gehören die Kerzen von Max Benjamin zum Angebot, die nicht nur in unserem Geschäft für eine besondere Atmosphäre sorgen, sondern auch die Herzen vieler Kunden im Sturm erobert haben.

Das Geschäft befindet sich im Allee Center und bietet für fast jeden Geschmack und für jedes Portemonnaie etwas, vom schönen Einzelstück bis zum kompletten Outfit ist sicher auch für Sie etwas dabei.

Ich freue mich auf Sie!

Ihre Susanne Hoppe, Inhaberin der Modeboutique Ask & Embla

Ask & Embla
Allee Center, Bahnhofstraße 2a, 17459 Koserow
Tel. 0171 8838273



30 Jahre Hoffnung, Heilung und Natur

Onkologische Rehaklinik Graal-Müritz



Ganzheitliche Rehabilitation direkt an der Ostsee. (Foto: Martin Börner)

Seit drei Jahrzehnten begleitet die onkologische Rehaklinik in Graal-Müritz Menschen auf ihrem Weg zurück zu Gesundheit und Lebensqualität. Aus der ehemaligen Kreis-Kinderklinik entstand im Mai 1995 die erste Einrichtung im Osten Deutschlands, die sich auf die Rehabilitation von Krebspatientinnen und -patienten spezialisiert und dabei klassische Schulmedizin mit komplementären Therapieansätzen vereint. Für die Gründerin, Frau Dr. med. Heike Fritsche-Huth, lag die Idee der Klinik nahe: „Ich wollte eine Einrichtung schaffen, die nicht nur medizinisch auf höchstem Niveau behandelt, sondern die Menschen auch als Ganzes sieht – Körper, Seele und Geist.“



Frau Dr. med. Heike Fritsche-Huth, Ärztliche Direktorin und Geschäftsführerin (Foto: Martin Börner)

Während des Umbaus wurden die Mitarbeitenden der früheren Kinderklinik weiter beschäftigt – ein Zeichen für Kontinuität, Wertschätzung und das familiäre Miteinander, das bis heute prägend für die Klinik ist.

Die Lage der Klinik ist dabei alles andere als zufällig. Direkt am Strand, umgeben von Küstenwald und Moorlandschaften, bietet die Region eine einzigartige Umgebung für Heilung und Erholung. Die natürliche Umgebung wird aktiv in die Therapien integriert: Spaziergänge im Wald, Atemübungen am Meer oder entspannende Moorwendungen sind feste Bestandteile des Rehabilitationsplans. „Die Patienten berichten immer wieder, dass sie hier nicht nur körperlich genesen, sondern auch innerlich zur Ruhe kommen“, erzählt Dr. med. Fritsche-Huth. Zusätzlich fördert die frische Seeluft die Atemwege, stärkt das Immunsystem und unterstützt so den Genesungsprozess auf natürliche Weise.

Die Klinik betreut Patientinnen und Patienten aus allen Bundesländern, unterstützt durch Verträge mit gesetzlichen Krankenkassen und Rentenversicherungsträgern. Die Anerkennung zur Beihilfe ermöglicht zudem Selbstzahlern eine Rehabilitation in entspannter, wohnlicher Atmosphäre – ohne die typische Klinikstruktur. Neben den medizinischen und therapeutischen Angeboten spielt auch die Ernährung eine wichtige Rolle: In der hauseigenen Küche werden ausgewogene, frische Mahlzeiten zubereitet, die speziell auf die Bedürfnisse von Krebspatienten abgestimmt sind. Darüber hinaus werden

Informationsveranstaltungen, Vorträge und Seminare angeboten, die den Patienten und ihren Angehörigen helfen, mit der Erkrankung und den Folgen umzugehen.

Ein wesentlicher Erfolgsfaktor ist das Team: Fachliche Kompetenz, gepaart mit Hilfsbereitschaft, Flexibilität und Freundlichkeit, zeichnet die Mitarbeitenden aus. Viele sind der Klinik seit Jahrzehnten treu verbunden und prägen mit ihrem Engagement die besondere Atmosphäre. Die Klinikleitung bedankt sich herzlich bei allen Mitarbeitenden für ihren stetigen Einsatz und die langjährige Unterstützung. Dr. med. Fritsche-Huth betont: „Die familiäre Atmosphäre, die wir hier leben, ist der Schlüssel zum Erfolg – sie macht die Klinik zu einem Ort, an dem sich Patienten geborgen fühlen und Heilung möglich wird.“

Seit 30 Jahren schreibt die Rehaklinik Graal-Müritz so eine Erfolgsgeschichte: eine Geschichte von medizinischer Exzellenz, individueller Betreuung und der heilenden Kraft der Natur. Patientinnen und Patienten erfahren hier Hoffnung, Genesung und neue Lebensqualität – und viele berichten noch Jahre später von den positiven Veränderungen, die sie während ihres Aufenthalts erfahren haben. Manche kehren regelmäßig zurück, sei es zu Nachsorgeaufenthalten oder um die besondere Atmosphäre erneut zu erleben.

Hier gibt es viel zu entdecken: Die Klinik Graal-Müritz liegt im gleichnamigen Ostseeheilbad umgeben von der Rostocker Heide und dem Ribnitzer Hochmoor. Mit seinen einzigartigen bioklimatischen Voraussetzungen bietet es ideale Bedingungen für Krebspatienten und Gesundheitsurlauber. 2001 erhielt Graal-Müritz die dauerhafte Anerkennung als Seeheilbad und zum wiederholten Male die „Blaue Europaflagge“ für besondere Leistungen im Bereich Umweltschutz, Information und Wasserqualität. Auch die zentrale Lage der Klinik wird Sie begeistern. In nur wenigen Gehminuten erreichen Sie den feinsandigen Ostseestrand, die Seebrücke oder weitere zentrale Einrichtungen. Einkaufsmöglichkeiten, das Tourismuszentrum liegt in unmittelbarer Nähe der Klinik. Darüber hinaus locken kulturelle Veranstaltungen, Konzerte im Kurpark und saisonale Feste, die für Abwechslung und Lebensfreude während des Aufenthaltes sorgen. So ver-



Strand von Graal Müritz (Foto: Adobe Stock – Sina Ettmer)

bindet sich die Genesung in Graal-Müritz mit einer aktiven, positiven Erfahrung, die Körper und Seele gleichermaßen stärkt.

Regenerieren, entspannen und aktivieren – Ihre Gesundheit in guten Händen.

Klinik Graal-Müritz

Fachklinik für Onkologie und Ganzheitsmedizin
Lindenweg 16 | 18181 Graal-Müritz
Tel 038206 75-0 | Fax 038206 75-175
info@Klinik-Graal-Mueritz.de
www.krebsrehabklinik.de



Rehasport (Foto: Adobe Stock – fuchs mit foto)

Ihre Gesundheit in guten Händen



Onkologische Heilbehandlung im Ostseeheilbad Graal-Müritz

Nach vorne schauen

Die Klinik Graal-Müritz hilft Ihnen nach der Akut-Therapie wieder Kraft zu tanken. Wir sind spezialisiert auf die Behandlung von **allen Tumorerkrankungen**, die als **Anschlussheilbehandlung (AHB)** und **Anschlussrehabilitation (AR)** durchgeführt werden. Fordern Sie noch heute weitere kostenlose Informationen unter Tel. (03 82 06) 75-0 an.



Klinik Graal-Müritz

Fachklinik für Onkologie und Ganzheitsmedizin

Lindenweg 16, 18181 Ostseeheilbad Graal-Müritz, Telefon (03 82 06) 75-0, Fax -175

www.krebsrehabklinik.de



ANZEIGE

Kreiskrankenhaus Demmin

Individuell und engagiert für Ihre Gesundheit

„Die beste Krankheit taugt nichts“, sagt ein altes Sprichwort. Aber die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter des Kreiskrankenhauses Demmin tun alles, um Ihnen den Aufenthalt hier so angenehm wie möglich zu machen. Wir alle möchten, dass Sie keine Schmerzen mehr haben und gesund werden. Das Kreiskrankenhaus Demmin hat sich einer ganzheitlichen Medizin verschrieben. Unser Rezept: moderne medizinische Geräte, bewährte Behandlungsmethoden, Ihr Vertrauen in uns und in sich selbst. Die Ärzte, das Pflegepersonal, das Personal des medizinisch-technischen und des Funktionsdienstes, die technischen Mitarbeiter und das Küchenpersonal sind für Sie da – aber auch Ihre Mitwirkung ist gefragt und erforderlich. Wenn Sie Fragen, Ängste oder Probleme haben, dann wenden Sie sich bitte vertrauensvoll an Ihren Arzt oder Ihre Ärztin oder an das Pflegepersonal. Um Ihnen auch zukünftig die beste Medizin zu bieten, erfolgte ein Erweiterungsbau. Dieser beinhaltet die Restrukturierung des Krankenhauses – so werden Wirtschaftlichkeit und Attraktivität erhöht und Arbeitsabläufe erleichtert sowie besser strukturiert. Für diesen Anbau, durch welchen

der Standort um weitere 3.800 m² auf vier Etagen gewachsen ist, waren vier Jahre Bauzeit mit jeweils zwei Bauabschnitten geplant. Der erste umfasst den Neu- bzw. Anbau, durch dessen Fertigstellung das Krankenhaus um einen Operationsaal sowie sechs Betten für die Intensivstation reicher wird. Im zweiten Bauabschnitt wurde eine komplett neue Bettenstation (20 Betten, verteilt auf Zweier- und Isolierzimmer) eingerichtet. Die Gynäkologie zieht in den Erweiterungsbau um und kann sich, neben mehr Platz, auch über vier moderne Kreißsäle freuen. Zudem wurde die Patienten- und Notaufnahme vergrößert und modernisiert. Bei eventuellem Mehrbedarf in der Zukunft ist die Statik des neu entstehenden Gebäudes so konzipiert, dass zu einem späteren Zeitpunkt problemlos ein zusätzliches Geschoss mit weiterer Bettenstation angebaut werden kann.

Kreiskrankenhaus Demmin GmbH
Lehrkrankenhaus der
Universitätsmedizin Greifswald
Wollweberstraße 21
17109 Demmin
Telefon: 03998 438-0
info@kkh-demmin.de
www.kkh-demmin.de



(Foto: sepy - stock.adobe.com)



ANZEIGE

Werden Sie ein Teil von uns!

Arbeiten im Kreiskrankenhaus Demmin!
Wir freuen uns auf Ihre Bewerbung als:

Pflegefachkraft (m/w/d)

Die Stelle ist ab sofort unbefristet in Vollzeit oder Teilzeit zu besetzen.



Das Kreiskrankenhaus Demmin ist ein modernes Haus der Grund- und Regelversorgung mit 193 stationären Betten in den Fachkliniken Innere Medizin, Allgemein-/Viszeralchirurgie sowie Orthopädie/Unfallchirurgie, Gynäkologie und Geburtshilfe, Kinder- und Jugendmedizin, Anästhesie und Intensivmedizin, Belegbetten für Urologie und Augenheilkunde und einem ambulanten Behandlungszentrum.

Wir suchen qualifizierte und examinierte Unterstützung in all unseren Fachabteilungen des Hauses.

Unser Haus besticht mit Freundlichkeit, Engagement und Zuverlässigkeit gegenüber unseren Mitarbeitern. Ein vertrauensvolles Miteinander liegt uns am Herzen. Unsere Vergütung ist dem TVÖD-Ost angelehnt. Hier werden nicht nur Überstunden gutgeschrieben, sondern auch entlohnt. Eine Altersvorsorge, vermögenswirksame Leistungen und auch Zusatzurlaub sind Ihnen sicher. Eine langfristige und zukunftsorientierte Anstellung in unserem Haus ist von großer Bedeutung.

Fachbereiche wie:

- Kardiologie
- Innere Medizin
- Allgemein-, Unfall- und Viszeralchirurgie
- Operationsdienst
- Notfallpflege
- Intensivpflege
- Rheumatologie

warten auf Sie als zuverlässiges Teammitglied.

Kontakt

Bei Fragen wenden Sie sich bitte an
Doreen Schulz
Tel. 03998 – 438-1912

Wir freuen uns auf Ihre Bewerbung!

Senden Sie uns Ihre Bewerbung bevorzugt per Mail an:
personal@kkh-demmin.de

oder per Post an:
Kreiskrankenhaus Demmin GmbH
Personalabteilung
Wollweberstraße 21
17109 Demmin

Weitere Informationen finden Sie auf unserer Karriereseite:
kkh-demmin.de/karriere

Sanitätshaus Ostseewind

Gesundheit mit Herz und Konzept

Fünf Jahre Sanitätshaus Ostseewind – das bedeutet nicht nur ein Firmenjubiläum, sondern vor allem fünf Jahre voller Begegnungen, Unterstützung und gemeinsamer Erfolge. Hinter dem Namen steckt ein Team von engagierten Menschen, die Tag für Tag weit mehr leisten als die reine Versorgung mit Hilfsmitteln: Sie hören zu, beraten, begleiten und geben den Kundinnen und Kunden ein Stück Lebensqualität zurück.

Die Menschen im Mittelpunkt

„Was brauchen Sie, damit Ihr Alltag leichter wird?“ – mit dieser Frage beginnt fast jedes Gespräch im Sanitätshaus Ostseewind. Das Team nimmt sich Zeit, versteht die persönlichen Situationen und findet Lösungen, die wirklich passen. So konnte Herr L., der nach einer Operation stark in seiner Bewegung eingeschränkt war, mit einer individuell angepassten Bandage wieder sicher die ersten Schritte machen. Und Frau M., die lange nicht mehr allein einkaufen konnte, ist dank ihres neuen Rollators wieder selbstständig unterwegs – und erzählt im Sanitätshaus stolz von ihren ersten Spaziergängen.

Ein Gesundheitskonzept, das weiterdenkt

Das Sanitätshaus Ostseewind arbeitet nach einem klaren Prinzip: Gesundheit

bedeutet nicht nur die richtige Versorgung, sondern ein ganzheitliches Konzept. Dazu gehören hochwertige Hilfsmittel, persönliche Beratung und eine enge Zusammenarbeit mit Ärzten, Therapeuten, Pflegediensten und Pflegeheimen. Diese Vernetzung stellt sicher, dass jeder Patient genau die Unterstützung erhält, die er braucht – schnell, zuverlässig und fachkundig.

Hinter den Kulissen

Wer einen Blick hinter die Kulissen wirft, merkt schnell: Hier arbeiten keine Verkäufer, sondern Menschen mit Leidenschaft für das, was sie tun.

In der Werkstatt passt Herr P. Rollstühle und Pflegebetten millimetergenau an – so lange, bis sie wirklich perfekt zum Alltag der Betroffenen passen. Im Büro sorgt Frau S. dafür, dass Genehmigungen reibungslos durchgehen und Anträge nicht zur Belastung werden. Und bei den Hausbesuchen ist es oft das Einfühlungsvermögen der Mitarbeiterinnen, das den Unterschied macht: ein freundliches Wort, ein offenes Ohr – kleine Gesten, die für die Kunden viel bedeuten.

Gemeinsam stark – für mehr Lebensqualität

Mittlerweile gehören 13 Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter zum Sani-

tätshaus Ostseewind. Jede und jeder von ihnen bringt Erfahrung, Fachwissen und Herzblut mit. Gemeinsam verfolgen sie ein Ziel: Barrieren abbauen, Mobilität ermöglichen und den Menschen ein Stück Unabhängigkeit schenken.

Dankbarkeit und Zukunftsblick

Zum fünfjährigen Jubiläum blickt das Sanitätshaus Ostseewind voller Dankbarkeit auf das Vertrauen der Kundinnen und Kunden zurück. Doch dies ist erst der Anfang: Mit neuen Ideen, innovativen Versorgungslösungen und einem starken Teamgeist wird auch in Zukunft alles darangesetzt, Gesundheit, Fürsorge und Lebensqualität in der Region zu sichern.

Sanitätshaus Ostseewind – weil Gesundheit mehr ist als Versorgung. Es ist Vertrauen, Nähe und ein starkes Miteinander.



ANZEIGE



www.sanitaetshaus-ostseewind.de

- Pflegebetten & Rollstühle
- Rehathechnik
- Individuelle Bandagen
- Medizinische Kompressionsversorgung
- Passgenaue Schuheinlagen

Neuer Markt 12 • 17126 Jarmen | Fon: 039997 884245 | E-Mail: sh-ostseewind@gmx.de
Zweigniederlassung: Fritz-Reuter-Straße 13 • 17087 Altentreptow | Fon: 03961 262-6586

WIR KOMMEN AUCH ZU IHNEN NACH HAUSE

Öffnungszeiten
Filiale Jarmen:
 Mo/Do 8:00 – 17:00 Uhr
 Di/Mi/Fr 8:00 – 12:00 Uhr
Niederlassung Altentreptow:
 Mo/Di/Do 8:00 – 17:00 Uhr
 Mi/Fr 8:00 – 13:00 Uhr
Gerne auch nach telefonischer Vereinbarung in der Filiale oder bei Ihnen zu Hause.

20 Jahre **MP Küchen**

jetzt noch mehr Ausstellungsfläche



Einzigartig Kreativ Persönlich

Jedem seine Traumküche!

5 JAHRE GARANTIE
0% FINANZIERUNG



Ihr **Miele** IMMER BESSER Fachhändler



MP Küchen

Johannes-Gutenberg-Str. 1 • 17389 Anklam
 Telefon: 03971-2935815 • E-Mail: mp@kuechen.de • www.mp-kuechen-anklam.de
 Öffnungszeiten: Mo – Fr 9.00–18.00 Uhr

Uns lütt Huus – Tagespflege & Hypnose: Mit Herz für Körper und Seele



Seit 13 Jahren führt **Kerstin Wussow** in Loitz mit großem Engagement die Tagespflege *Uns lütt Huus*. Bis zu 30 Gäste mit Pflegegrad finden hier tagsüber Geborgenheit, Gemeinschaft und liebevolle Betreuung. Ein erfahrenes Team aus Pflegefachkräften, Betreuungs- und Servicepersonal sorgt für eine herzliche Atmosphäre, in der sich die Seniorinnen und Senioren wohlfühlen.

Ein typischer Tag beginnt mit dem **Hol- und Bringdienst**, gefolgt von einem gemeinsamen Frühstück. Anschließend gibt es abwechslungsreiche Aktivitäten, Gespräche und Bewegungsangebote. Frisch zubereitetes Mittagessen, gemütliche Ruheräume und ein grünes Außengelände machen *Uns lütt Huus* zu einem Ort, an dem man sich zuhause fühlen darf. Auch zusätzliche Angebote wie Friseur, Fußpflege oder therapeutische Behandlungen können organisiert werden – immer mit dem Ziel, Lebensfreude und Selbstständigkeit zu erhalten.

Doch Kerstin Wussow bewegt noch mehr: Auf ihrem eigenen Lebensweg stellte sie sich lange die Frage nach innerem



Frieden. Die Begegnung mit der **auflösenden Hypnose** wurde für sie zu einem Wendepunkt. Diese Methode ermöglicht es, tief sitzende emotionale Blockaden zu erkennen und loszulassen – oft aus Erfahrungen der Kindheit.

Heute bietet Kerstin Wussow neben ihrer Arbeit in der Tagespflege auch **Hypnosesitzungen** an. In vertrauensvollen Gesprächen und individuell abgestimmten Sitzungen unterstützt sie Menschen dabei, alte Verletzungen zu heilen und neue Leichtigkeit zu finden.

So verbindet sie in ihrem beruflichen Alltag zwei Herzensanliegen: die liebevolle Begleitung älterer Menschen in der Tagespflege und die seelische Unterstützung von Menschen, die nach innerer Ruhe und Stärke suchen.

Uns lütt Huus – ein Ort für Körper, Geist und Seele.

Sie haben Fragen oder Interesse?

Uns lütt Huus Tagespflege
Schlossbergstraße 1b · 17121 Loitz
Tel.: 039998-338766
per Mail: info@tagespflege-loitz.de
www.tagespflege-loitz.de



Der Pflegegrad ist bewilligt – wie geht es nun weiter? Hilfebedarf klären, Rat holen, vorsorgen: Das hilft bei der Pflegeorganisation



Steht der Pflegegrad fest, sollte pflegebedürftige Menschen und ihre Angehörigen gemeinsam überlegen, wie die Versorgung am besten organisiert werden kann. (Fotos: djd/compass private pflegeberatung)

Es ist geschafft: Nach Antragstellung und Begutachtungstermin ist der Bescheid über den Pflegegrad endlich da, und es stehen Leistungen der Pflegeversicherung zur Verfügung. Aber wie geht es jetzt weiter? „Als erstes sollte man klären, an welchen Stellen der größte Hilfebedarf besteht“, rät Constanze Weinert, Beraterin bei der compass Pflegeberatung. „Helfen kann dabei das Pflegeprotokoll, das man für die Begutachtung geführt hat. Auch im Gutachten selbst steht, wo die Selbstständigkeit besonders eingeschränkt ist. In diesen Bereichen sollte man ansetzen.“ Das beginne mit einfachen Maßnahmen, wie in der Küche den Külschrank höher zu stellen, um das Bücken zu ersparen, oder im Haus das Schlafzimmer nach unten zu verlegen.

Beratung hilft bei Auswahl der Leistungen

Schon ab Pflegegrad 1 steht außerdem der Entlastungsbetrag von 131 Euro im Monat zur Verfügung, der zum Beispiel für Hilfe im Haushalt, Alltagsbegleitung oder Gruppenangebote eingesetzt werden kann. Auch zu Umbauten in der Wohnung – etwa für eine bodengleiche Dusche – zahlt die Pflegeversicherung einen Zuschuss. Ab Pflegegrad 2 gibt es dann Pflegegeld für die häusliche Pflege oder die Pflegesachleistung für einen Pflegedienst, außerdem weitere Leistungen wie Tages- und Nachtpflege, Verhinderungs- und Kurzzeitpflege. Unter www.pflegeberatung.de finden sich Anbieter in der eigenen Region. Wie man die verschiedenen Leistungen für die eigenen Bedürfnisse am besten nutzen kann, lässt sich mit fachlichem Rat im Rahmen einer Pflegeberatung klären – unabhängige, neutrale und kostenfreie Beratung für jeden Anrufer bietet etwa compass unter der Service-Nummer 0800 1018800. Für privat Versicherte stellt das Unternehmen das gesamte gesetzliche Beratungsangebot.

Sozialkontakte nicht vergessen

Neben praktischen Hilfen sollte auch auf das Aufrechterhalten sozialer Kontakte geachtet werden. „Dieser Punkt ist für das gesamte Wohlbefinden sehr wichtig“, betont

Weinert. Deshalb möglichst nie ganz alleine pflegen, sondern weitere Angehörige einbinden, Freunde und Bekannte informieren und bei Kontakten unterstützen. „So ermöglicht vielleicht ein Rollator, das Haus wieder zu verlassen und spazieren zu gehen oder Nachbarn zu treffen, ein Hörgerät kann Telefonate erleichtern“, erklärt die Fachfrau. Nicht zuletzt sei auch Vorsorge wichtig: „In einen Notfallpass kann man Krankheiten und Kontaktpersonen eintragen sowie auf bestehende Patientenverfügungen und Vorsorgevollmachten hinweisen. Auch für den Pflegenden ist so ein Notfallpass sinnvoll, damit pflegebedürftige Angehörige nicht unversorgt bleibt, falls einmal etwas passiert.“



Eine Pflegeberatung kann helfen, die Leistungen der Pflegeversicherung den eigenen Bedürfnissen entsprechend zu kombinieren.

djd

Krankenhausentlassung – und jetzt?

Einfach in den besten Händen

Wir, der Häusliche Kranken- & Pflegedienst Grimmek GmbH, helfen Ihnen mit unserem umfangreichen Angebot gern. Wir decken den Bereich Anklam und Umgebung bzw. Wolgast und Umgebung ab. Des Weiteren bieten wir Ihnen in Anklam ein betreutes Wohnen an, je nach Bedarf.



...näher am Menschen.

**HÄUSLICHER
KRANKEN- & PFLLEGEDIENST
Grimmek** – Partner aller Kassen –

Büro Anklam
Akazienstraße 44
17389 Anklam
Telefon: 03971/832196

Wohngemeinschaft
Ravelinstraße 14
17389 Anklam
Telefon: 03971/2414660

Büro Wolgast
Sophienweg 7a
17438 Wolgast
Telefon: 03836/237143

krankenpflege.grimmek@t-online.de | www.pflege-grimmek.de

Fahrradhaus Wendt

Wir leben Fahrrad!

Fahrräder für die ganze Familie? Welches Fahrrad passt? Im Fahrradhaus Wendt finden Sie die Antworten auf Ihre Fragen! Egal ob es sich um Kinder- und Jugendfahrräder, City- und Urban-Bikes, Trekking- und Cross-Bikes, Mountainbikes oder Rennräder handelt, hier wird jeder fündig. Fahrradhaus Wendt verfügt über eine faszinierende Sortimentstiefe und -breite in allen Bereichen der Zweiradbranche. Die Qualität der Ware und der dazugehörige Service lassen keine Wünsche offen.

Im größten Zweiradhaus von Neubrandenburg wird Ihnen eine einzigartige Auswahl an Produkten und Marken zu attraktiven Preisen in allen Bereichen geboten. Auf 800m² Verkaufsfläche erwarten Sie neben der Werkstatt das Servicecenter und eine Riesenauswahl an Produkten.

Auf Wunsch können Sie, Arbeitnehmer und Selbstständige, Ihr Fahrrad im Fahrradhaus Wendt leasen.

Welche Vorteile bieten die Elektrofahräder vom Fahrradhaus Wendt?

Durch Einsatz elektronischer Unterstützung wird der Nutzen des Fahrrads im Alltag und in der Freizeit deutlich erweitert. Sie können:

- größere Distanzen zurücklegen
- entspannter bergauf fahren
- mehr Gepäck mitnehmen...

Im Alltag können Sie Ihr Elektrofahrrad für den täglichen Weg zur Arbeit nutzen, auch wenn dieser bisher zu lang oder zu steil war, um ihn mit dem herkömmlichen Rad zu bewältigen. Für den Weg zum Supermarkt sind unsere Elektrofahräder ebenso geeignet.

In der Freizeit können Sie das Elektrofahrrad für erholsame Touren nutzen, bei denen auch steilere Anstiege nicht zum schweißtreibenden Problem werden. Durch die Möglichkeit, unterschiedliche Unterstützungsgrade zu wählen, wird die Überbrückung von Leistungsdifferenzen möglich. Dies ist

für viele Kunden ein zentrales Argument für die Nutzung von Elektrofahrrädern.

Service wird im Fahrradhaus Wendt großgeschrieben

Sie haben sich ein neues Fahrrad ausgesucht und möchten gerne noch Zubehör? Einen anderen Lenker, Sattel oder andere Bereifung, einen Fahrradhelm? Kein Problem. Die im Fahrradhaus Wendt gekauften Zubehöre werden natürlich auch montiert. Ebenso können Sie auch Ihr individuelles Rad komplett zusammenstellen.

Ist Ihr Fahrrad verkehrssicher?

Auch das prüfen die kompetenten Mitarbeiter im Fahrradhaus Wendt gern und helfen Ihnen, die Verkehrssicherheit wieder herzustellen.

Sie sehen, im Fahrradhaus Wendt stimmt nicht nur das Angebot, sondern auch der Service.

Ihre Sanitätshäuser in Neubrandenburg und Pasewalk

Kompetenz, Erfahrung, Einfühlungsvermögen – und ein umfassendes Sortiment an hochwertigen Produkten: Darauf können Sie bei uns zählen.

Wir bilden unsere Mitarbeiter zu zertifizierten Beratern für Medizinprodukte aus. Durch regelmäßige Schulungen sind sie stets über die neuesten Produktentwicklungen und gesetzlichen Voraussetzungen über die aktuellen Vorsorgemöglichkeiten informiert.

Um Ihnen die bestmögliche Versorgung zu gewährleisten, arbeiten wir auch sehr eng mit Ärzten, Krankenschwestern, Ergo- und Physiotherapeuten, der häuslichen Krankenpflege und den pflegenden Angehörigen zusammen. So finden Sie in Ihren Sanitätshäusern Wendt in Neubrandenburg und Pasewalk ganzheitliche Beratung und individuellen Service.

Service wird bei uns großgeschrieben. Der Reparatur- und Kundenservice steht bei uns an erster Stelle. Mit unseren 17 Mitarbeitern sind wir täglich von Montag bis Freitag an zwei Standorten, Neubrandenburg und Pasewalk, für Sie im Einsatz.

Ihr Sanitätshaus Wendt
www.wendt-gmbh.net

Was Sie von uns erwarten können:

- Mobilitäts- und Alltagshilfen
- Gehhilfen und Rollatoren
- manuelle Rollstühle, Elektrorollstühle
- Elektromobile
- Behindertenfahrräder
- Zusatzantriebe
- behindertengerechter Fahrzeugumbau
- Bewegungsgeräte
- Hilfsmittel für Bad und WC
- lymphologische & phlebologische
- Kompressionstrumpfversorgung
- Sportbandagen und Fitnessartikel
- Produkte für gesundes Sitzen und Schlafen
- Vorsorge- und Gesundheitschecks
- alles rund um die häusliche Pflege
- Pflegehilfsmittel
- Epithesen-Versorgung
- Vermietung von Hilfsmitteln
- Bandagen und Orthesen
- Orthopädietechnik
- Sanivita Online-Shop: www.sanivita.de/wendt

Wir leben Fahrrad! Ihr Fahrradhaus Wendt Neubrandenburg



SCHNELL HIN!

Hier erwarten Sie unsere Werkstatt, unser Servicecenter und eine Riesenauswahl unserer Produkte auf 800 m² Verkaufsfläche.



Fahrräder

Kinder- und Jugend-Fahrräder, Trekking- und City-Räder, Mountainbikes, Rennräder

E-Bikes

für den täglichen Weg zur Arbeit, den Einkauf im Supermarkt oder für erholsame Touren in der Freizeit

Werkstatt / Service

Wartung, Reparatur, Komplettreinigung, Überprüfung der Verkehrssicherheit, Verkauf von Zubehör

JobRad

hochwertige Fahrräder und E-Bikes zu günstigen Konditionen leasen

Fahrradhaus Wendt Neubrandenburg

Woldegker Straße 27 . 17033 Neubrandenburg . Tel: 0395 5826475
E-Mail: fahrradhaus@wendt-gmbh.net . Web: www.wendt-gmbh.net
Öffnungszeiten: Montag - Freitag 8.00 - 18.00 Uhr . Samstag 9.00 - 12.00 Uhr

Ihre Sanitätshäuser in Neubrandenburg und Pasewalk



Orion^{METRO}

Perfekt für ... Einsteiger.

Einfach mal raus aus den vier Wänden und eine kleine Runde drehen. Um kurze Wege sicher und bequem zurückzulegen, steht Ihnen der Orion^{METRO} stets zu Diensten.

Sie wollen auf einen Scooter umsteigen? Dann empfehlen wir Ihnen diesen zuverlässigen Partner.



Easy Rider²

Der modern sportlich gestaltete Easy Rider² ist ein Dreirad mit einem Sitz, der Ihnen deutlich mehr Unterstützung und Komfort bietet als ein herkömmlicher Sattel. Die niedrige Sitzeinheit ermöglicht Ihnen ein einfaches Hinsetzen – ein ‚Aufsteigen‘ ist nicht notwendig. Durch den tieferen Schwerpunkt fahren Sie sehr sicher und stabil mit der Optik eines sportlichen Liegerades. Der Easy Rider² kann auf Wunsch mit einem Elektromotor geliefert werden.



Sanitätshaus Wendt Neubrandenburg

Woldegker Straße 27 . 17033 Neubrandenburg
Tel: 0395 7616533 . Fax: 0395 7760666
E-Mail: info@wendt-gmbh.net . Web: www.wendt-gmbh.net

Sanitätshaus Wendt Pasewalk

Lindenstraße 23 . 17309 Pasewalk
Tel: 03973 215650 . Fax: 03973 215652
E-Mail: info@wendt-gmbh.net . Web: www.wendt-gmbh.net

Pflege deine Leidenschaft:

Deine Ausbildung bei der Universitätsmedizin Greifswald



Die Universitätsmedizin Greifswald bietet als Maximalversorger der Region zahlreiche medizinische Leistungen an. Um unsere Teams im klinischen sowie in den zentralen Bereichen zu stärken, sind wir regelmäßig auf der Suche nach jungen Menschen, die in einem gesicherten Umfeld und mit langfristiger Perspektive arbeiten möchten.

Generalistische Pflegeausbildung

Das Pflegeberufegesetz fasst die bisher getrennt geregelten Pflegeausbildungen der Altenpflege und der Krankenpflege seit 2020 zusammen. Die Lernenden werden zielgerichtet auf die Veränderungen in der Gesundheitsversorgung vorbereitet. Im Fokus der Ausbildung steht die Versorgung Menschen aller Altersgruppen in den verschiedensten Settings der Krankenversorgung (Krankenhaus, Langzeitpflege, ambulante Versorgung).

- Auszubildende, die im dritten Ausbildungsjahr die generalistische Ausbildung fortsetzen, erwerben den Berufsabschluss „Pflegefachfrau“ bzw. „Pflegefachmann“.
- Zusätzlich ist interessant, dass die Ausbildung für aufbauende Studiengänge aufbaufähig ist. Zudem wird die generalistische Pflegeausbildung in allen EU Mitgliedsstaaten anerkannt.

Voraussetzungen

- gesundheitliche Eignung zur Ausübung des Berufes, ggf. Hauttest
- abgeschlossene Realschulausbildung oder Abitur mit guten Leistungen
- Die Bewerber sollten über gute Noten und Kenntnisse in den naturwissenschaftlichen Fächern, Deutsch, Englisch und Sozialkunde verfügen.

• Ausbildungsberufe der Universitätsmedizin Greifswald

- **Generalistische Pflegeausbildung** („Pflegefachfrau / -mann“, Schwerpunktwahl Altenpflege oder Gesundheits- und Kinderkrankenpflege)
- **Kranken- und Altenpflegehilfe**
- **Hebamme** (Studium)
- **Medizinische*r Fachangestellte*r** im ambulanten OP
- **Physiotherapeut*in**
- **Diätassistent**
- **Medizinische Technolog*in für** Laboratoriumsanalytik / Radiologie / Funktionsdiagnostik

- **Logopädie**
- **Operations-Technische Assistenz**
- **Anästhesie-Technische Assistenz**
- **Zahnmedizinische Fachangestellte*r** (ZFA)
- **Pharmazeutisch-kaufmännische*r Angestellter** (PKA)
- **Fachinformatiker** (Fachrichtungen Systemintegration und Anwendungsentwicklung)
- **Kaufmann / Kauffrau** im Gesundheitswesen
- **Orthoptik**

- Vorherige pflegerische Praktika sind empfehlenswert.

Ausbildungsverlauf & Rahmenbedingungen

Die Ausbildung zur generalistischen Pflegefachkraft (Pflegefachfrau, Pflegefachmann) dauert drei Jahre. Sie beginnt mit einem Probehalbjahr jeweils am 01. September des Kalenderjahres und umfasst 2.100 Theoriestunden und 2.500 Stunden praktische Ausbildung.

Im 1. Ausbildungsjahr findet ein höherer Anteil von Theorie, in Kooperation mit dem Lernort Praxis statt. Ab dem 2. Ausbildungsjahr wechseln Theorie und Praxis im vier- bis sechswöchigen Rhythmus.

Die Vermittlung erfolgt über sogenannte Lernsituationen. Die praktische Ausbildung findet in den Klinikbereichen der Universitätsmedizin Greifswald statt, der theoretische Unterricht im Gebäude der Beruflichen Schule.

Die Ausbildung endet mit einer kompetenzbasierten, staatlichen Abschlussprüfung im praktischen, mündlichen und schriftlichen Bereich.

Universitätsmedizin Greifswald Kör

Ansprechpartnerin:

Sarah Kosma
Telefon: 03834 865118
E-Mail: sarah.kosma@med.uni-greifswald.de

Mehr Informationen unter:

www.pflegedeineleidenschaft.de



CHECK MAL

DIE PFLEGE!

PFLEGE

Deine Leidenschaft



Jetzt bewerben:

www.pflegedeineleidenschaft.de



Komfort, Gesundheit und Fahrfreude – Der Honda CR-V Hybrid bei Lietze & Logall

Redaktion: Der Honda CR-V Hybrid wird immer beliebter. Was macht dieses Modell besonders attraktiv für Fahrer?

Autohaus Lietze & Logall: Der Honda CR-V Hybrid verbindet innovative Hybridtechnologie mit maximalem Komfort. Besonders hervorzuheben sind die ergonomischen Sitze, die für eine gesunde Haltung sorgen – entscheidend auf längeren Strecken. Rücken und Wirbelsäule werden entlastet, jede Fahrt wird entspannt, komfortabel und gesund.

Redaktion: Können Sie das etwas näher erläutern?

Lietze & Logall: Natürlich. Die Sitze sind vielfach verstellbar, mit optimierter Lordosenstütze und breiter Polsterung. Auch die großzügige Beinfreiheit und der leise Hybridantrieb reduzieren Fahrstress. Das wirkt sich positiv auf Haltung, Konzentration und Wohlbefinden aus.

Redaktion: Neben der Ergonomie, welche weiteren Annehmlichkeiten erwarten die Fahrer?

Lietze & Logall: Der CR-V Hybrid bietet hochwertige Materialien, modernste Infotainment-Systeme und zahlreiche Fahrerassistenzsysteme, die jede Fahrt sicherer und angenehmer machen. Klimatisierte Sitze, ein multifunktionales Cockpit und clevere Stauraumlösungen sorgen dafür, dass sich Fahrer und Passagiere jederzeit wohlfühlen. Selbst lange Strecken wirken dadurch wie eine entspannte Kurzreise.

Redaktion: Warum sollten Kunden sich für den Kauf beim Autohaus Lietze & Logall in Anklam oder Greifswald entscheiden?

Lietze & Logall: Wir legen großen Wert auf persönliche Beratung. Jeder Kunde wird umfassend über Hybridantrieb, Fahreigenschaften und gesundheitsfördernde Aspekte informiert. Probefahrten ermöglichen es, den Komfort selbst zu erleben. Unser Team steht mit Expertise, Herz und Leidenschaft zur Seite – für ein positives Käuferlebnis.

Redaktion: Gibt es noch weitere Eigenschaften, die den CR-V Hybrid besonders machen?

Lietze & Logall: Auf jeden Fall. Neben dem sehr geringen Kraftstoffverbrauch, Nachhaltigkeit und Komfort überzeugt der CR-V Hybrid durch niedrige Emissionen, leisen Fahrbetrieb und ein großzügiges Raumgefühl. Für Familien, Berufspendler oder alle, die Gesundheit, Komfort und modernes Fahren verbinden möchten, ist der CR-V Hybrid ein absolutes Highlight. Jede Fahrt wird zu einem Erlebnis, das Fahrspaß, Wohlbefinden und Wirtschaftlichkeit vereint.

Redaktion: Vielen Dank für das Gespräch!

Lietze & Logall: Sehr gern! Wir freuen uns, interessierten Kunden den Honda CR-V Hybrid in Anklam und Greifswald vorzustellen und sie von den Vorteilen dieses außergewöhnlichen Fahrzeugs zu überzeugen.

Jetzt Probefahrt vereinbaren!

Unser CR-V Leasingangebot¹⁾

389 € mtl. | **6.900 €** Preisvorteil²⁾

1) Ein Leasingangebot der Honda Bank GmbH, Hanauer Landstr. 222-226, 60314 Frankfurt/Main für einen CR-V e:HEV Elegance 2WD. Fahrzeugpreis: 49.900,00 €, Fracht: 800,00 €, Fahrzeugpreis inkl. Fracht: 50.700,00 €, Preisvorteil²⁾: 6.900,00 €, Leasingbetrag: 43.000,00 €, Anzahlung: 0,00 €, Laufzeit: 36 Monate, Gesamtfahrleistung: 10.000 km, Gesamtbetrag: 14.004,00 €, Effektiver Jahreszins: 3,99 %, Sollzins, p.a. gebunden für die gesamte Laufzeit: 3,92 %, Monatliche Leasingrate: 389,00 €. Kraftstoffverbrauch CR-V e:HEV Elegance 2WD in l/100 km: kombiniert 6,0. CO₂-Emissionen in g/km: kombiniert 135. CO₂-Klasse: D. 2) Preisvorteil im Vergleich zur unverbindlichen Preisempfehlung von Honda Deutschland für ein vergleichbar ausgestattetes Fahrzeug. Angebot gültig bis 31.10.2025.

Kraftstoffverbrauch CR-V e:HEV 2WD in l/100 km: kombiniert 6,0. CO₂-Emissionen in g/km: kombiniert 135. CO₂-Klasse: D. Kraftstoffverbrauch CR-V e:HEV AWD in l/100 km: kombiniert 6,7. CO₂-Emissionen in g/km: kombiniert 151-152. CO₂-Klasse: E. Energieverbrauch CR-V e:PHEV: Kraftstoffverbrauch gewichtet, kombiniert: 0,9 l/100 km. Stromverbrauch gewichtet, kombiniert: 17,2 kWh/100 km. CO₂-Emissionen in g/km gewichtet, kombiniert: 19. CO₂-Klasse gewichtet, kombiniert: B. Kraftstoffverbrauch bei entladener Batterie kombiniert: 6,2 l/100 km. CO₂-Klasse bei entladener Batterie: E. Elektrische Reichweite (EAER): 79 km. Abbildung zeigt Sonderausstattung.

AUTOHAUS Lietze & Logall GmbH

Spantekower Landstr. 35a
17389 Anklam
Tel. 03971 - 831098
honda-anklam@t-online.de

Helmshäger Weg 6
17498 Weitenhagen
Tel. 03834 - 501195
honda-greifswald@t-online.de

www.honda-lietze.de hondalietzelogall

Kreditvermittler der Honda Bank GmbH

~ POWER UP YOUR HOME WITH MVPV

Photovoltaik für Dein Zuhause

Investiere in eine nachhaltige Zukunft und profitiere von den Vorteilen einer Solaranlage auf Deinem Dach.

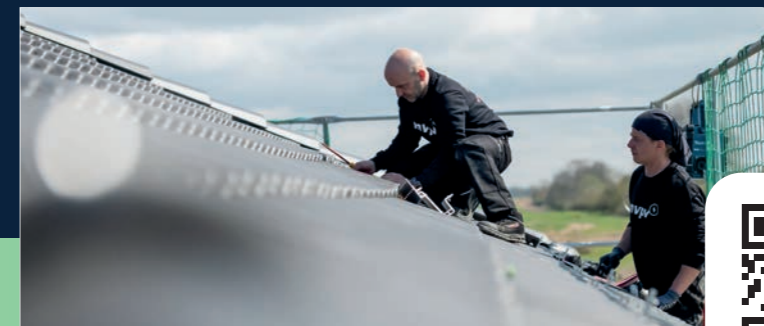
- Direkt aus Greifswald
- Sofort lieferbar
- Viessmann-Markenqualität



MVPV AUS GREIFSWALD

Wir bei mvpv verstehen, dass jedes Projekt einzigartig ist. Daher bieten wir unseren Kunden eine individuelle Beratung und Planung an, um sicherzustellen, dass Deine neue Solaranlage perfekt auf Deine Bedürfnisse abgestimmt ist.

Unsere erfahrenen Experten arbeiten eng mit Dir zusammen, um sicherzustellen, dass Deine Solaranlage optimal auf Dein Dach passt und maximale Energieerzeugung bietet.



Jetzt zum Konfigurator oder Shop!



MVPV.DE IST EIN PROJEKT VON

Massivhaus M-V GmbH · Am Elisenpark 34 · 17491 Greifswald
Telefon: 03834 / 88 78 990 · Mail: kontakt@mvpv.de



Wenn Gemeinschaft sichtbar wird – Hunderte Gäste feiern beim Sommerfest der VS

80 Jahre Volkssolidarität NORDOST e.V. – 80 Jahre Menschlichkeit

Die Volkssolidarität NORDOST e.V. feiert ihr 80-jähriges Bestehen – ein Jubiläum, das nicht nur Geschichte erzählt, sondern auch ein Stück ostdeutsche Identität bewahrt. Was 1945 als Initiative begann, entwickelte sich rasch zu einer Bewegung, die ihresgleichen suchte. Aus der Nachbarschaftshilfe entstand eine ostdeutsche Erfolgsgeschichte, getragen von Menschen, die unabhängig von politischen Strömungen zusammenstanden, um füreinander da zu sein. Auch wenn die Arbeit in den 1960er-Jahren stärker auf Seniorenhilfe fokussiert wurde, konnte die Volkssolidarität nach der Wende zu ihren Wurzeln zurückkehren und sich als anerkannter Wohlfahrtsverband neu aufstellen – mit dem Anspruch, generationenübergreifend zu wirken.

Heute begleitet die Volkssolidarität NORDOST Menschen in allen Lebensphasen. Neben Kinderbetreuung in Kitas und Horten gehören ambulante Dienste, Tagespflege, Seniorenresidenzen, Wohngruppen und Betreutes Wohnen zum Angebot. Ergänzt wird dies durch vielfältige Gesundheitsleistungen: Physiotherapien, Podologie, Ergotherapie oder Kosmetik tragen dazu bei, die Lebensqualität aller Generationen zu stärken. Gerade diese Vielfalt macht den Verein zu einem wichtigen Teil der sozialen Infrastruktur in unserer Region. Auch Menschen in schwierigen Lebenssituationen finden hier Unterstützung. Die Beratungsstellen hören nicht nur zu, sondern helfen weiter. Darüber hinaus schaffen Chöre, Tanzgruppen, Sportveranstaltungen oder

gemeinsame Reisen Räume für Begegnung, Freude und neue Freundschaften. Sie stehen für das, was die Volkssolidarität ausmacht: Fürsorge & Lebensfreude.

Das Besondere an der Volkssolidarität ist ihre gelebte Verbundenheit: Jung und Alt, Haupt- und Ehrenamt, Mitglieder und Mitarbeitende – sie alle tragen gemeinsam dazu bei, dass Solidarität spürbar bleibt. Mehr als 800 Beschäftigte und unzählige Ehrenamtliche arbeiten Hand in Hand, um Betreuung, Begleitung und Gemeinschaft erlebbar zu machen. Diese Nähe ist das Markenzeichen der Volkssolidarität – historisch gewachsen und bis heute lebendig.

„Dankbar zurückblicken – engagiert nach vorn“ – unter diesem Motto setzt Vorstand Kerstin Winter die Arbeit fort. „Wir sind dankbar für die Verbundenheit unserer Mitglieder mit unserer Arbeit, ebenso für das Vertrauen, das Hilfesuchende, Senioren oder Eltern in uns setzen, wenn sie uns für Betreuung und Begleitung wählen. Wir sind auch dankbar für das Engagement unserer Mitarbeitenden, mit denen wir gemeinsam so viel bewegt haben. Alles, was wir tun, soll dazu beitragen, dieses Vertrauen zu bewahren und die Tradition der Volkssolidarität fortzuführen – und damit auch ein Stück ostdeutscher Geschichte lebendig zu halten.“

80 Jahre Volkssolidarität NORDOST e.V. – das sind 80 Jahre gelebte Fürsorge und Lebensfreude. 80 Jahre gelebte Menschlichkeit.



Tanz, Spiel und Lachen generationsübergreifend



Gemeinsam lachen, gemeinsam feiern – Vorstand Kerstin Winter (hi.re.) feiert fröhlich mit ihren Mitgliedern.



80
Jahre



VOLKSSOLIDARITÄT
Nordost

Pflegedienste | Betreutes Wohnen | Tagespflege

Physiotherapien | Ergotherapien

Fußpflege | Kosmetik

Sport- & Fitnesskurse

Veranstaltungen & Reisen

Gastronomie

UND VIELES MEHR ...!



**VOLKSSOLIDARITÄT
NORDOST e.V.
www.vs-nordost.de**

Heilige-Geist-Str. 2
17389 Anklam
03971 - 29 05 423
nordost@volkssolidaritaet.de



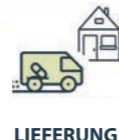
Täglich an Tabletten denken?
Nimm's leichter mit unserer
individuellen Wochenpackung!

Wer regelmäßig mehrere Medikamente einnimmt, muss darauf achten, alle Präparate in der richtigen Dosierung und zum richtigen Zeitpunkt einzunehmen. Das ist manchmal nicht einfach.

Dabei unterstützen wir Sie!

Hier in Ihrer Apotheke verpacken wir alle Ihre Tabletten für eine Woche individuell nach Ihren Einnahmezeitpunkten. Dabei kontrollieren wir natürlich, dass unbeabsichtigte Wechselwirkungen und Kontraindikationen unter den Medikamenten ausgeschlossen werden.

Wir sortieren Ihre Medikamente nach Ihren individuellen Einnahmezeitpunkten (nüchtern, morgens, mittags, abends, zur Nacht) für 7 Tage.



**Übrigens:
Auch interessant
für Pflegedienste!**

Apothekerin Katja Köhn

Heimversorgung · Manuelle Verblisterung

Marktplatz 2 · 17033 Neubrandenburg

Tel.: 0395 55 84 23 45 · Fax: 0395 55 84 23 46

Mail: heimlieferung@pluspunkt-apotheke.de

Pflegedienst Robert Grimmek

Ein Zuhause für Pflege und Menschlichkeit



Seit vielen Jahren ist der häusliche Kranken- und Pflegedienst **Robert Grimmek** in Anklam und Wolgast und in deren Umgebung eine feste Größe. Was in der Hansestadt begann, hat sich längst zu einem verlässlichen Partner für Pflege und Betreuung in der Region entwickelt. Mit Herz, Erfahrung und einem engagierten Team sorgt Grimmek dafür, dass Pflegebedürftige nicht nur gut versorgt, sondern auch wertgeschätzt und verstanden werden.

Die Ravelinstraße: Ein Ort des Ankommens

Bereits seit Anfang 2025 befindet sich der Pflegedienst in der **Ravelinstraße** – ein Schritt, der sich als echter Gewinn erwiesen hat. Die hellen, großzügigen Räumlichkeiten sind zu einer zentralen Anlaufstelle geworden, an der Angehörige und Pflegebedürftige in einer angenehmen Atmosphäre Rat, Unterstützung und ein offenes Ohr finden. Die Nähe zur Stadt macht den Standort leicht erreichbar, die freundliche Gestaltung vermittelt Geborgenheit.

Wohnen mit Sicherheit und Lebensqualität

Besonders stolz ist das Team auf den Wohnkomplex in der Ravelinstraße, der Ende 2023 eröffnet wurde. **22 barrierefreie, altersgerechte Wohnungen** auf rund 1.200 m² bieten hier modernen Komfort: helle Zimmer, großzügige Küchen

und einladende Terrassen schaffen Räume, in denen man sich sofort zuhause fühlt. Gleichzeitig gibt die Anbindung an den Pflegedienst Sicherheit – Hilfe ist stets nur einen Schritt entfernt.

Mehr als Pflege – ein Gefühl von Gemeinschaft

In der Ravelinstraße ist ein Ort entstanden, an dem Pflege, Beratung und Wohnen Hand in Hand gehen. Hier werden nicht nur Pflegegrade erklärt oder Unterstützungsleistungen besprochen – hier wird zugehört, begleitet und Mut gemacht. Bewohner, Angehörige und Pflegekräfte erleben eine Gemeinschaft, in der Menschlichkeit im Mittelpunkt steht.

Die Philosophie des Pflegedienstes ist klar: **Pflege bedeutet weit mehr als Versorgung. Es geht darum, Nähe zu schaffen, Lebensqualität zu erhalten und jedem Menschen das Gefühl zu geben, gut aufgehoben zu sein.**

So ist in der Ravelinstraße ein Ort gewachsen, der Pflegebedürftigen und ihren Familien Sicherheit, Vertrauen und Herzlichkeit schenkt – Tag für Tag.



**HÄUSLICHER
KRANKEN- & PFLEGEDIENST
Grimmek** – Partner aller Kassen –



Ein Zuhause in Gemeinschaft

Leben und Pflege im Evangelischen Diakoniewerk Bethanien Ducherow



Das Evangelische Diakoniewerk Bethanien Ducherow ist ein Ort, an dem Menschen in ganz unterschiedlichen Lebenslagen ein Zuhause finden: ältere Menschen mit Pflegebedarf, Menschen mit geistigen und mehrfachen Behinderungen sowie Menschen mit psychischen Erkrankungen. Im Mittelpunkt steht dabei immer der Mensch – mit seiner Würde, seinen Bedürfnissen und seinen Wünschen.

Altenpflege mit Herz und Kompetenz

Ein Schwerpunkt der Arbeit liegt auf der Altenpflege. Im Pflegeheim des Diakoniewerks finden Seniorinnen und Senioren ein geborgenes Zuhause, das weit mehr ist als nur Versorgung. Hier wird ganzheitlich betreut: medizinisch, pflegerisch und sozial. Das multiprofessionelle Team aus Pflegefachkräften, Pflegehelfern und sozialer Betreuung sorgt rund um die Uhr für eine fachlich hochwertige und zugleich herzliche Begleitung.

Das Angebot ist individuell ausgerichtet: Einige Bewohner benötigen umfassende Pflege, andere nur punktuelle Unterstützung im Alltag. Für alle gilt: Sie leben in einer sicheren, respektvollen Umgebung, in der ihre Lebensqualität im Mittelpunkt steht. Eine hauseigene Küche sorgt täglich für frisch gekochte Mahlzeiten, während Feste, Ausflüge und Freizeitangebote für Abwechslung und Freude sorgen.

Ein besonderer Bestandteil der Altenpflege ist das **Bischof-Krummacher-Haus**. Hier werden Menschen mit geistigen und mehrfachen Behinderungen sowie mit psychischen Erkrankungen individuell betreut. Das Haus verbindet Pflege mit spezialisierter Betreuung – und schafft so einen geschützten Ort, an dem sich Bewohner angenommen und verstanden fühlen.

Geistliche Begleitung & Lebensqualität

Neben der pflegerischen Versorgung ist die geistliche Begleitung ein wichtiger Bestandteil des Alltags. Regelmäßige Andachten und Gottesdienste geben Halt, schaffen Gemeinschaft und eröffnen Momente der Besinnung.

Gemeinschaftliches Wohnen für Menschen mit Behinderungen

Neben der Altenpflege bietet das Evangelische Diakoniewerk Bethanien Ducherow auch **gemeinschaftliches Wohnen für Erwachsene mit geistigen und mehrfachen Behinderungen**. In mehreren Wohnhäusern stehen insgesamt 77 Plätze zur Verfügung. Kleine Wohngruppen mit 10 bis 12 Bewohnerinnen und Bewohnern schaffen eine familiäre Atmosphäre, in der jeder seinen Platz findet.

Im Alltag geht es um Teilhabe: Viele Bewohner besuchen die Werkstatt für behinderte Menschen, wo sie ihre Fähigkeiten einbringen und weiterentwickeln.

Wer bereits im Ruhestand ist, gestaltet seinen Tag gemeinsam mit den Mitarbeitenden sinnvoll und abwechslungsreich. Gemeinsames Kochen, Freizeitgestaltung, Einkäufe, Ausflüge und Urlaubsfahrten stärken das Miteinander und sorgen für Lebensfreude.

Auch die Familien spielen eine wichtige Rolle. Sie sind jederzeit willkommen, ihre Angehörigen zu besuchen oder für einige Tage nach Hause mitzunehmen.

Ein breites Angebot – ein gemeinsames Ziel

Ob Altenpflege, spezialisiertes Wohnen im Bischof-Krummacher-Haus oder gemeinschaftliches Wohnen für Menschen mit Behinderungen: Das Evangelische Diakoniewerk Bethanien Ducherow bietet ein breites Spektrum an Wohn- und Betreuungsformen. Was alle verbindet, ist der Grundgedanke: Ein Zuhause schaffen, indem Gemeinschaft, Lebensfreude und Würde an erster Stelle stehen.



📍 Hauptstr. 58 | 17398 Ducherow ☎ 039726 880 ✉ info@edbd.de



Teilhabe durch Arbeit

Die Werkstätten des Evangelischen Diakoniewerks Bethanien Ducherow

Arbeiten, gestalten, etwas Eigenes schaffen – das Evangelische Diakoniewerk Bethanien Ducherow ermöglicht Menschen mit Behinderungen genau das. Mit der Bugenhagen-Werkstatt, einer anerkannten Werkstatt für behinderte Menschen, schafft das Diakoniewerk seit über 30 Jahren Perspektiven, Gemeinschaft und Teilhabe am Arbeitsleben.

Die Werkstätten sind weit mehr als ein geschützter Arbeitsplatz: Sie befähigen, qualifizieren und bereiten auf den ersten Arbeitsmarkt vor. Ziel ist es, nicht nur Beschäftigung zu bieten, sondern Chancen auf ein selbstbestimmtes Arbeitsleben zu eröffnen.

Von der Werkstatt in den Beruf – seit 1991

Heute betreibt das Diakoniewerk moderne Betriebsstätten in Ducherow, Anklam, Zirchow und Heringsdorf. Rund 320 Menschen mit unterschiedlichen Behinderungen finden hier Arbeit, Förderung und berufliche Bildung. Unterstützt werden sie von Fachpersonal, das individuelle Stärken herausarbeitet und Übergänge vorbereitet. Viele Beschäftigte konnten bereits Praktika, ausgelagerte Arbeitsplätze oder feste Anstellungen erreichen.

Vielfältige Arbeitsbereiche – praxisnah für den 1. Arbeitsmarkt

Die Betriebsstätte in Ducherow ist auf Metallverarbeitung spezialisiert. Mit modernen Maschinen werden Edelstahlbleche, Buntmetalle und Halbzeuge nach

Kundenauftrag bearbeitet. Hier erwerben die Beschäftigten **praxisnahe Fertigkeiten**, die in Handwerks- und Industriebetrieben gefragt sind. Ergänzt wird das Angebot durch Montage- und Konfektionsarbeiten, eine Näherei sowie die Fertigung von Dekorationsartikeln – ebenfalls Tätigkeiten mit hoher Anschlussfähigkeit.

Auch im Gartenbereich geht es nicht nur um Beschäftigung, sondern um Qualifizierung: Ob Pflanzenanzucht, Gemüseanbau, Gestaltung von Gestecken oder Garten- und Landschaftspflege – die erlernten Kenntnisse eröffnen Chancen für Tätigkeiten in Gärtnereien, Landschaftsbau-betrieben oder Serviceunternehmen.

Handwerkliche Qualität als Sprungbrett

In Heringsdorf lernen die Beschäftigten in einer modernen Tischlerei und Flechtereie, hochwertige Strandkörbe zu fertigen – eine handwerkliche Qualifikation, die auf dem Arbeitsmarkt gefragt ist.

Die Betriebsstätte Zirchow verbindet Kreativität mit Berufsvorbereitung: Keramikarbeiten, Holzprodukte, Landschaftspflege und Geflügelhaltung vermitteln Kompetenzen, die sowohl für Selbstständigkeit als auch für reguläre Anstellungen relevant sind.

Anklam wiederum bietet mit einer großen Tischlerei, einer Wäscherei und kreativen Bereichen wie Keramikgestaltung vielseitige Lern- und Arbeitsmöglichkeiten. Nicht zuletzt gibt es hier einen Laden, der die Produkte der Bugenhagen-Werkstatt

anbietet. Alle Tätigkeiten sind so gestaltet, dass sie **realistische Übergänge** in Betriebe der Region ermöglichen können.

Übergänge schaffen – gemeinsam mit Partnern

Ein besonderer Schwerpunkt sind **ausgelagerte Arbeitsplätze**: Beschäftigte arbeiten direkt in Betrieben der Region, bleiben aber Teil der Werkstatt und werden begleitet. So entstehen Brücken in Praktika oder Anstellungen auf dem allgemeinen Arbeitsmarkt.

Arbeit mit Sinn, Wertschätzung und Perspektive

Ob Metall, Holz, Keramik, Garten oder Service – die Werkstätten fördern Selbstbewusstsein, vermitteln Fähigkeiten und öffnen Türen. Menschen mit Behinderungen erhalten damit die Möglichkeit, ihre Stärken einzubringen und auf dem Arbeitsmarkt Fuß zu fassen.

Teilhabe, die weiterführt

Das Evangelische Diakoniewerk Bethanien Ducherow beweist mit seinen Werkstätten: Teilhabe durch Arbeit bedeutet nicht Stillstand, sondern Weiterentwicklung. Hier werden Fähigkeiten gefördert, Perspektiven eröffnet und reale Übergänge geschaffen.

Die Botschaft ist klar: Menschen mit Behinderungen gehören in die Mitte der Arbeitswelt – und die Werkstätten sind ein starker Partner, um genau das möglich zu machen.

📍 Gewerbering 1 | 17398 Ducherow ☎ 039726 880 ✉ info@edbd.de

Vermögen in der Rente richtig nutzen

Finanzielle Absicherung im Alter: Darum ist die Ruhestandsplanung so wichtig



Wer Altersvorsorge und Ruhestandsplanung erfolgreich ergänzt hat, kann sich im Alter lang gehegte Wünsche erfüllen. (Foto: djd/Standard Life/iStockphoto/Halfpoint)

Viele Menschen sparen Jahrzehnte für ihre Altersvorsorge und stehen dann vor der Frage, was mit dem angesparten Geld geschehen soll. Gerade bei der Verwendung des angesparten Vermögens können Fehler gemacht werden. Eine professionelle finanzielle Planung der Ruhestandsphase ist daher ganz entscheidend für die Absicherung im Alter.

Altersvorsorge und Ruhestandsplanung sollten sich ergänzen

Altersvorsorge und Ruhestandsplanung müssen sich für eine erfolgreiche Absicherung im Alter ergänzen. „Bei der Altersvorsorge steht der Vermögensaufbau im Vordergrund, meist zu Rentenbeginn soll ein gewisses Vermögen angespart sein. Hier setzt die Ruhestandsplanung an, mit der man sich bereits 10 bis 15 Jahre vor Rentenbeginn beschäftigen sollte“, erklärt Christian Nuschele, Head of

Distribution beim Lebensversicherer Standard Life. Es gehe darum, das angesparte Vermögen so zu organisieren, dass es bis zum Lebensende ausreicht: „Dies ist enorm wichtig, denn allzu häufig kommt es vor, dass nach einer erfolgreichen Altersvorsorge nur in konservative Anlagen investiert wird und im Ruhestand das Vermögen inflationsbedingt Jahr für Jahr schrumpft.“ Unabhängige Finanzberaterinnen und -berater, die bei der Ruhestandsplanung unterstützen, findet man etwa unter www.standardlife.de.

strategie sei jederzeit veränderbar und bei einer Fondspolice habe man zudem immer Zugriff auf das Geld. Die meisten Ruheständler suchen zudem nach Möglichkeiten, ihr Vermögen zu vererben oder zu verschenken. „Auch hier bieten Fondspolice passende Lösungen“, so Nuschele. Alle zehn Jahre können die Steuerfreibeträge für Schenkungen genutzt werden. Sie liegen bei 400.000 Euro für die eigenen Kinder oder 200.000 Euro für Enkelkinder.

djd

Lebenslange Rente sorgt für Planungssicherheit

Ruhestandsplanung beginnt mit der Analyse der laufenden Einnahmen und Ausgaben im Alter. Hier wird in vielen Fällen eine Lücke erkennbar sein. „Die Einnahmen aus der gesetzlichen Rente und mögliche Zahlungen aus betrieblicher oder privater Vorsorge sind meist geringer als das letzte Einkommen im Berufsleben, gleichzeitig bleiben die laufenden Kosten konstant oder steigen sogar“, erläutert Christian Nuschele. Für die Deckung der laufenden fixen Kosten biete sich eine sofort beginnende und in voller Höhe und lebenslang garantierte Rente an: „Eine solche Rente steigert die Planungssicherheit im Alter enorm.“

Fondspolice ermöglichen Flexibilität

Bei der Ruhestandsplanung geht es für die meisten Menschen um einen langen Anlagehorizont. „Daher sollte ein Teil des Vermögens weiterhin renditeorientiert angelegt werden. Dafür bietet sich etwa eine fondsgebundene Lebensversicherung an“, rät Christian Nuschele. Die Anlage-



Eine professionelle finanzielle Planung der Ruhestandsphase ist ganz entscheidend für die finanzielle Absicherung im Alter - damit man dann nach Herzenslust seinen Hobbys nachgehen kann. (Foto: djd/Standard Life/Getty Images/Halfpoint Images)

Musikalische Momente in der Dünenklinik Trassenheide

ANZEIGE

Barbara Ullrich, Pianistin aus Greifswald, versteht es wie kaum eine andere, Menschen mit ihrer Musik tief zu berühren. Besonders in der Dünenklinik Trassenheide auf Usedom, wo Patientinnen und Patienten inmitten von Dünenwald und Meeresluft neue Kraft schöpfen, ist sie ein wahrer Gewinn. Ihre Konzerte schenken wertvolle Augenblicke des Innehaltens, bringen Freude und schaffen kleine Oasen der Leichtigkeit während des Aufenthaltes.

lichen Kontakt zu ihr suchte – einzig, um ihre tiefe Dankbarkeit auszudrücken. Sie beschreibt, wie sehr sie sich durch die Musik geborgen und verstanden fühlte, und dass dieses Erlebnis wesentlich zu ihrem Genesungsprozess beigetragen habe. Mit ihren Worten spricht sie zugleich vielen anderen aus dem Herzen, die in Barbara Ullrichs Konzerten Trost, Freude und neue Kraft finden.

Neben ihrem Engagement in Trassenheide konzertiert Barbara Ullrich regelmäßig auf Usedom und ist auch durch ihre ehrenamtliche Tätigkeit auf der Palliativstation der Uniklinik Greifswald für ihre große Empathie bekannt. Ob private Feiern, Hochzeiten oder Trauerzeremonien – sie begleitet jede Veranstaltung mit einem einfühlsamen, individuell passenden Programm.

Bei Bedarf bringt sie ein exzellentes Stagepiano mit, sodass auch ohne vorhandenes Instrument jede Veranstaltung bereichert werden kann. Für persönliche Beratungen und individuelle Wünsche steht sie jederzeit zur Verfügung.

Die Dünenklinik ist auf Orthopädie und Psychosomatik spezialisiert und bietet mit ihrer einmaligen Lage am Strand einen idealen Ort für Erholung und Genesung. Gerade hier entfaltet Barbara Ullrichs Musik ihre besondere Wirkung: Heitere Klänge wecken Lebensfreude, sanfte Melodien spenden Trost und beruhigen. Viele empfinden ihre Auftritte als Höhepunkt ihrer Zeit in der Klinik.

So berichtet beispielsweise Jeanette, eine Patientin der Dünenklinik, dass sie von einem Konzert der Pianistin so berührt war, dass sie anschließend den persön-

Klavierimprovisationen & Interpretationen

von **Barbara Ullrich**

Thälmann Ring 20 • 17491 Greifswald
E-Mail: ullrich-klaviermusik@gmx.de
www.barbara-ullrich-klaviermusik.de
Tel.: 03834 815585
Mobil: 0173 8746687

Unser Leistungsangebot

- 24-Stunden Rufbereitschaft / Betreuung
- Häusliche Versorgung
- Urlaubs- u. Verhinderungspflege
- Nachsorge bei Krankenhausbehandlung
- Pflegeberatung nach § 37 SGB XI
- Qualifiziertes & examiniertes Personal
- Betreutes Wohnen
- Unterstützung bei MDK-Überprüfung

Häusliche Grundpflege

- Körperpflege & Hygiene
- Ernährung & Nahrungsaufnahme
- Mobilität, Bewegung u. Transfer
- und vieles mehr...

Hauswirtschaftliche Versorgung

- Einkäufe & Besorgungen
- Reinigung der Wohnung
- Wäschedienste
- und vieles mehr...

Service

- Essen auf Rädern
- Begleitung und Fahrdienst zu Arztbesuchen etc.
- Hilfe bei Antragsstellungen / Formalitäten

HÄUSLICHER KRANKEN- & PFLEGEDIENST Grimmek GmbH

Betreutes Wohnen

... näher am Menschen.

Ihr Ambulanter Pflegedienst für Pflege und Betreuung

Ärztlich verordnete Behandlungspflege

- Wundversorgung und Verbandswechsel
- Medikamentengabe
- Infusionen und Injektionen
- PEG-Versorgung
- Dekubitusbehandlung
- Katheterpflege und Blasenspülungen
- Krankenhausnachsorge
- Blutdruckkontrolle/-überwachung
- und vieles mehr...

Einfach in den besten Händen

Wir nehmen uns Zeit für Sie. Testen Sie uns auf Herz und Nieren. Wir stehen im permanenten Austausch mit Ihrer Familie, Therapeuten und Ärzten, um ggf. ihre Betreuung anzupassen oder stetig zu verbessern.

Standort: Wohngemeinschaft Ravelinstraße 14 17389 Anklam Vorpommern-Greifswald
 Telefon: 03971/2414660

Kontakt: Büro Anklam Ravelinstraße 14 17389 Anklam
 Telefon: 03971/832196
krankenpflege.grimmek@t-online.de

www.pflege-grimmek.de



Noch fit fürs Fahren? Im höheren Alter sind freiwillige Gesundheits- und Leistungschecks sinnvoll

(Foto: Foto: djd/TÜV-Hessen/Getty Images/Marko Pekic)

Die Alterung unserer Gesellschaft zeigt sich auch im Straßenverkehr: So waren 2023 laut Kraftfahrt-Bundesamt 25 Prozent der Autofahrenden 65 Jahre und älter, 2015 waren es noch 17 Prozent. Das bringt neue Herausforderungen und Gefahren mit sich, denn mit dem Alter lässt oft die Fahrtüchtigkeit nach. „Gesundheitliche Beeinträchtigungen wie schlechteres Sehen und Hören, Nackensteifigkeit, nachlassendes Reaktionsvermögen oder eine beginnende Demenz lassen das Unfallrisiko ab 75 Jahren deutlich steigen“, erklärt dazu Dr. Kirsten Heitland, Bereichsleitung bei TÜV Hessen.

Sicherheit und Mobilität vereinbaren

Die meisten Menschen in Deutschland sind sich dieses Problems bewusst, wie eine Umfrage des TÜV-Verbands vom September 2024 ergab: 85 Prozent der Befragten glauben,

dass im Alter die Fähigkeit zum sicheren Führen eines Fahrzeugs nachlässt, 90 Prozent wären bereit, ihren Führerschein in so einem Fall freiwillig abzugeben. Allerdings möchten umgekehrt 88 Prozent über die eigene Mobilität selbst entscheiden, so lange es geht. Und für 72 Prozent ist Autofahren Voraussetzung zur Teilnahme am sozialen Leben. „Es gilt also, zwei Dinge miteinander zu vereinbaren: die Verringerung von Unfallrisiken mit dem Wunsch nach möglichst langer Mobilität mit dem eigenen Fahrzeug“, so die Expertin.

Sinnvoll: freiwillige Fahrtauglichkeitschecks

Um dieses Ziel zu erreichen, sind verpflichtende Gesundheitsprüfungen und Rückmeldefahrten für Senioren immer wieder in der Diskussion. Aber auch ohne gesetzliche Vorschriften ist es sinnvoll, sich im höheren Alter selbstkritisch mit den eigenen Fähigkeiten auseinanderzusetzen. Dafür bietet etwa TÜV Hessen freiwillige, vertrauliche Fahrtauglichkeits-Checks an. „Bei diesen können Stärken und Schwächen erkannt, Verbesserungsvorschläge gemacht und wertvolle Tipps gegeben werden“, erläutert Heitland. „So lässt sich die Sicherheit erhöhen und die Fahrtauglichkeit oft länger erhalten.“

Breite Zustimmung zu Rückmeldefahrten

Je nach Bedarf sind ein standardisierter Leistungstest, eine zusätzliche verkehrsmedizinische Untersuchung oder eine Rückmeldefahrt möglich – mehr dazu unter www.tuev-hessen.de. „Bei einer Rückmeldefahrt fährt ein geschulter Verkehrspsychologe mit den Kunden eine standardisierte Strecke mit Stadt-, Autobahn- und Landstraßenabschnitten. Anschließend bekommen sie ein umfassendes Feedback“, beschreibt die Expertin. Der TÜV-Verband hält sogar eine verpflichtende Teilnahme an Rückmeldefahrten ab einem Alter von 75 Jahren für sinnvoll – und hat dabei laut der Umfrage 85 Prozent der Bevölkerung hinter sich.

djd




➔ EINFACH FAHREN. BARGELDLOS!

Schnell und bequem per Lastschrift mit RFID, TAG oder OSCARD durch den Warnowtunnel. Jetzt anmelden und bei jeder Durchfahrt auch noch Geld sparen.

warnowquerung.de



GUTES TUN EINFACH MACHEN



// AMBULANTE PFLEGE



ADRESSE

SoPHi Greifswald GmbH
Heinrich-Hertz-Straße 20 b
17491 Greifswald

TELEFON & FAX

Zentrale: +49 3834 8040-111
Telefax: +49 3834 8040-199

ONLINE

Email: post@sophi-greifswald.de
Web: www.sophi-greifswald.de

DEUTSCHLANDS ÄLTESTE
STRANDKORBMANUFAKTUR

IHR NEUER
LIEBLINGSPLATZ?



KORBWERK
alte schule · neues design · seit 1925



MANUFAKTUR & NEUER SHOWROOM

An den Kaveln 2
17459 Ückeritz

WERKSVERKAUF

Mai bis Okt.: Mo-Fr von 09.00 bis 16.00 Uhr
Sa von 10.00 bis 15.00 Uhr
Nov. bis Apr.: Mo-Fr von 09.00 bis 15.00 Uhr

WERKSFÜHRUNG

Mai bis Okt.: jeden Do. um 10.00 Uhr
Gruppen ab 10 Personen nur nach Absprache

GESCHÄFTSSTELLE

Korbwaren 1925 Usedom GmbH & Co.KG
Chausseestraße 18a
17495 Züssow

WWW.KORBWERK.DE

INFO@KORBWERK.DE

