Krefeld und Umgebung **Ausgabe 05/06_2020**

moveo

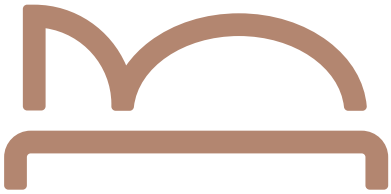
MAGAZIN FÜR GESUNDHEIT UND BEWUSSTSEIN

Pflege-Spezial

Sicher durch den Pflege-Dschungel (S. 14)

Ruhig schlafen mit Schnarcherschiene (S. 18)
Gesundheit verbessern, Ehen retten

Der Mund: Eintrittspforte in den Kosmos Mensch (S. 23)
Zahnarzt Wojtek Honnefelder



SCHLAFEN SIE SCHON, ODER SCHNARCHEN SIE NOCH?

Wir screenen Ihr Schlafverhalten und verhelfen Ihnen zu ruhigem, erholsamem Schlaf. Sprechen sie uns an.

Wollenweber Zahnmedizin ___ Ostwall 187 ___ 47798 Krefeld
Telefon: 02151 29775 ___ Telefax: 02151 615227
mail@wollenweber.dental

www.wollenweber.dental

moveo

MAGAZIN FÜR GESUNDHEIT UND BEWUSSTSEIN

Liebe Leserinnen und Leser,

wie in der gesamten Gesellschaft hat auch bei uns die Corona-Pandemie einiges durcheinander geworfen. Beinahe stündlich hat sich die Welt in den zurückliegenden Wochen verändert. Eine systematische Planung des Magazins war unter diesen Umständen beinahe unmöglich. Deswegen halten Sie diese Ausgabe auch nicht zum gewohnten Zeitpunkt in Ihren Händen. Dafür möchten wir uns bei Ihnen entschuldigen.

Foto: Justin Bockey

Eine Konstante hat sich in diesen Tagen dennoch herauskristallisiert: das neue Schlaglicht auf den Pflegeberuf. Lange blieben die Rufe nach besserer Bezahlung und mehr Anerkennung ungehört. Nun, als „systemrelevant“ anerkannt, ernten die unermüdlich arbeitenden Pflegekräfte nicht nur Dankbarkeit, sondern auch Verständnis aus der Politik. Auch wir haben dem Pflegeberuf in dieser Ausgabe einen Schwerpunkt zugedacht.

In unserer Titelgeschichte über Krankenschwester Hendrine Koll (S. 6) wird so ziemlich alles gebündelt, was die somatische Pflege ausmacht. Koll ist seinerzeit als Putzfrau ins Berufsleben gestartet und hat sich anschließend mit harter Arbeit und großer Leidenschaft zur Führungsperson aufgeschwungen. Die Corona-Pandemie erlebt sie auf der COVID 19-Station des St. Josefshospitals aus unmittelbarer Nähe. Ihre Eindrücke gehen unter die Haut.

Abschließend möchten wir Ihnen für die Zukunft vor allem Gesundheit wünschen. Wir alle haben die Krise bislang beispielhaft gemeistert. Zusammen werden wir auch die kommenden Monate durchstehen.

Viel Spaß beim Lesen wünschen
Torsten Feuring, Michael Neppeßen und David Kordes

Impressum

Herausgeber: silk. Werbeagentur GmbH
Garnstraße 72, 47798 Krefeld
Tel.: 02151 - 65 88 399
info@silk-werbeagentur.de
www.silk-werbeagentur.de

Redaktionsleitung: David Kordes
Art Direction: Julia Wojdyla
Foto: Luis Nelsen, Justin Bockey und Simon Erath
Titel: Hendrine Koll, Malteser Krankenhaus St. Josefshospital
Vertrieb: silk. Werbeagentur GmbH
Druck: Stünings Medien GmbH

Weitere Informationen zum Magazin
finden Sie in unseren Mediadaten.

Nur gemeinsam sind wir stark.
Vielen Dank!

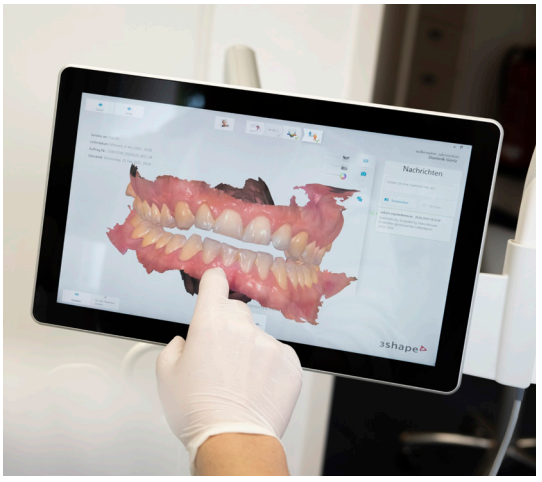
Kinderarztpraxis Leyental
ST. AUGUSTINUS GRUPPE Klinik Königshof
Helios
salvea Lust auf Gesundheit
WELLNEUSS SAUNA. NATUR. MEHR.
BELLINI Senioren-Residenzen GmbH
MediaMarkt
StadtSportBund Krefeld e.V.
Jordan Gesundheit Mobilität Fitness
TÖLKE+FISCHER TOEFI.DE
bunert Der Krefelder Laufladen
FACTORY
Hospital zum Heiligen Geist Kempen
SC Bayer 05 Uerdingen
Sparkasse Krefeld
Deutsches Rotes Kreuz Aus Liebe zum Menschen.
SV Bayer Uerdingen 08 e.V.
Kantens Das Sanitätshaus
Sabine Engler Steuerberaterin
STERN-APOTHEKE
EMSLOUNGE »» Effizientes Training. 20 Minuten. Maximaler Erfolg.
ST. ELISABETH-HOSPITAL MEERBUSCH-LANK RHEINISCHES RHEUMA-ZENTRUM
Praxis für Physiotherapie Aleksandra Traub

Im Einsatz
für Ihre Zähne
zahnarzt-metten.de

Dr. Georg Metten
Maike Mommers

Uerdinger Str. 184 47799 Krefeld | Tel.: 02151 210020 | info@zahnarzt-metten.de

Inhalt



Pflege-Spezial

Seite 06 Krankenschwester Hendrine Koll: Das Leben schätzen lernen
Seite 10 Digitalisierung in der Pflege: Die App „rehamigo“
Seite 12 Brieffreunde gesucht: Damit niemand vergessen wird
Seite 12 Das A-Team rockt die Altenpflege
Seite 14 Netzwerk Wirtschaft & Familie: Sicher durch den Pflege-Dschungel

Medizin

Seite 16 St. Elisabeth-Hospital: Bestnoten bei Patientenbefragung
Seite 18 Schnarcherschiene: Gesundheit verbessern, Ehen retten

Intern

Seite 20 Wo bekomme ich das moveo-Magazin?
Seite 22 Der moveo Expertendialog

Ratgeber

Seite 23 Zahnarzt Wojtek Honnefelder

Hilfe

Seite 24 Brillen für Hühneraugen und Schuhe für Krähenfüße

Fitness

Seite 25 FIT Online: Mit Iza Struck ins virtuelle Trainingslager

Kolumne

Seite 26 Innovative Krebstherapie: Wie ein Feuerwerk im Tumor
Seite 27 Kocks Kolumne: Scheiden tut weh
Seite 28 Supervision für Pflegekräfte: Hilfe für Helfer!

Kurz & knapp

Seite 29 Dr. Ali Nuri Hünerlitürkoglu: Neuer onkologischer Chefarzt Im Helios
Seite 30 SSF Aegir: Urlaub am Waldsee

Das Leben schätzen lernen

Krankenschwester Hendrine Koll

Trostspenderin. Versorgerin. Zuhörerin. Beraterin. Freundin. Begleiterin. Kollegin.
Eine Krankenschwester vereint viele Funktionen in ihrem Beruf. Die 57-jährige Hendrine Koll sieht es hingegen pragmatischer: „Ich bin Krankenschwester“, sagt sie bescheiden. „Das ist ein stinknormaler Job.“ Seit 39 Jahren im Beruf, wirkt die Nettetalerin als pflegerische Leitung der kardiologischen Station im Malteser Krankenhaus St. Josefshospital in Krefeld-Uerdingen.

Fotos: Luis Nelsen

Den Wert des eigenen Lebens hat die Krankenschwester erst durch ihren Beruf erkannt

So normal, wie die Mutter einer erwachsenen Tochter ihre Tätigkeit darstellt, ist sie dann aber doch nicht – vor allem nicht in diesen Tagen, in denen in ihrer Abteilung akute COVID-19-Fälle untersucht werden. „Seit vielen Jahren verwandelt sich die kardiologische Station in unterschiedlichen Zyklen zum Isolations- und Behandlungsraum von Viruspatienten“, erklärt Koll. „Erst war es Noro, dann Influenza und jetzt eben COVID.“ Obwohl die leitende Krankenschwester und ihr Team Virus-Patienten gewöhnt sind, ist jetzt alles anders: „Die Pandemie führt dazu, dass wir bei der Ausstattung auch mal improvisieren müssen – wenn auch auf hohem Niveau. So haben wir mit Laminierfolien Schutzbrillen umgearbeitet, weil diese auf dem Markt aktuell nur schwer zu bekommen sind. Es ist effektiv, aber auch sehr anstrengend.“ Aber, und da ist sich die 57-Jährige sicher, es lohnt sich, denn das, was das Team hier mit spürbarem Optimismus und Tatendrang leistet, rettet Leben. „Wie sagt Deutschland im Moment so schön: Wir sind systemrelevant“, betont Koll und lacht herzlich. „Das waren wir aber doch schon immer.“

Koll trifft schon als junge Frau sehr bewusst die Entscheidung, Krankenschwester zu werden. Mit der mittleren Reife beginnt sie, als „Sonntagsmädchen“ im naheliegenden Krankenhaus zu arbeiten. Sie bereitet das Essen für die Patienten vor und bringt es anschließend in die Zimmer. Mit fünf Mark wird sie entlohnt. „Das war eine Welt, die mich schon damals fasziniert hat“, erinnert sie sich. „Ich hatte das Gefühl, im Kleinen etwas dazu beitragen zu können, dass es kranken Menschen besser geht. Es für sie besser zu machen.“ Zu Hause pflegt sie mit ihrer Mutter die bettlägerigen Großeltern, Berührungsängste hat sie nicht. Im Gegenteil: Auch wenn es Oma und Opa immer schlechter geht, begleitet die junge Frau beide in schweren Stunden – und schöpft selbst Kraft daraus.

Das Sonntagsmädchen wird schließlich Reinigungskraft im Krankenhaus. Als Koll den Röntgenraum putzt, weckt sie die Aufmerksamkeit einer Mitarbeiterin. „Du und der Putzlappen, das sind doch Perlen vor die Säue“, erkennt sie Kolls besondere Empathiefähigkeit und hilft

ihr auf den richtigen Weg. Mit 16 Jahren absolviert Koll die einjährige Krankenpflegehelferin-Ausbildung. Kurze Zeit später, mit Eintritt der Volljährigkeit, darf sie dann auch die Ausbildung in der Großen Krankenpflege beginnen. Ein Lebenstraum geht in Erfüllung, denn der Beruf entwickelt sich zur Berufung. Koll vertritt bei der Arbeit auch heute noch das gleiche, einfache Prinzip wie am Bett ihrer Großeltern: Sie versucht es besser zu machen. „Ich kann niemanden heilen, aber ich kann dafür sorgen, dass es für den Patienten einfacher und erträglicher wird“, schildert sie. „Zu fragen, was der Patient braucht, zuzuhören, ihn nicht einfach nur zu waschen, sondern mir dabei Mühe zu geben und auch mal einen Witz zu machen, das fällt nicht schwer, gibt aber so viel zurück.“

Die Krankenschwester durchläuft auf ihrem Berufsweg die unterschiedlichen Stationen des Malteser Krankenhauses. Sie arbeitet in der chirurgischen Abteilung und unterstützt viele Jahre lang die „Feuerwehr“ des Krankenhauses. Die Innere Medizin wird für sie nicht nur zur Wirkungs-, sondern auch zur Lehrstätte. Denn die eigentliche Pflege eines Patienten, zum Beispiel die Hilfe bei der Morgentoilette, die Vorbereitung und Begleitung von Untersuchungen oder auch die Dokumentation von Krankheitsverläufen, so sagt Koll, macht nur einen Teil ihrer Tätigkeit aus. Die weitaus größere Herausforderung stelle es dar,

Das Lachen gehört zu Hendrine Kolls Grundausstattung im Job dazu: Die Krankenschwester liebt, was sie tut

Yoga Zentrum Krefeld

Yoga Zentrum Krefeld

Friedrichsplatz 18

47798 Krefeld

02151-622176

yoga-krefeld.de

frank.hampe@email.de

Der Sommer kommt - Rein in die Bewegung!
Yoga - auch online so viel mehr als Sport

Yoga Zentrum Krefeld unterrichtet Online!
Tue deinem Körper und deinem Geist Gutes auch und gerade von zuhause aus!

- Meine Kurse sind auch online als Präventionskurse anerkannt und werden von den Krankenkassen bezuschusst
- Kurstermine von Montags bis Donnerstags
- Ich unterstütze dein Üben zuhause mit YouTube Videos
- Geeignet für alle Altersgruppen
- Auch Männer brauchen Yoga - darum extra Männergruppen

Profitiere auch Du von über 10 Jahren Unterrichtserfahrung

Online Yoga verschenken - immer eine gesunde Idee!

Neue Kurse starten Ende Mai- Buchung auch über Eversports.de möglich

Fotos: Luis Nelsen

Aufgrund der Pandemie ist Schutzkleidung rar: Das Team rund um die pflegerische Leitung improvisiert mit Laminierfolie

die Patienten und die Angehörigen in ihren besonderen Ängsten und Sorgen aufzunehmen und zu begleiten. „Um das zu lernen, war die Innere ideal, denn hier treffen wir auf Patienten jeglichen Alters und aus jeder Bevölkerungsschicht “, erklärt sie. Auch mit dem Tod wird sie hier konfrontiert, er wird zu einem alltäglichen Begleiter. Mit 19 Jahren betreut die Schwester zum ersten Mal einen Patienten in den letzten Stunden. Eine alte, lebensfrohe Dame hinterlässt sieben Enkelkinder auf der Welt und in der jungen Krankenschwester ein besonderes Gefühl. „Ich weiß heute, dass ich nicht jeden Verstorbenen mitnehmen kann, aber diese Dame bleibt für immer in meinem Herzen“, sagt die sichtlich bewegte Nettetalerin. „Achtsamkeit zu entwickeln, mit den Kollegen über belastende Erfahrungen zu sprechen oder auch den eigenen Umgang mit Menschen jeden Tag aufs Neue zu hinterfragen, das habe ich durch die tägliche Konfrontation mit dem Tod gelernt.“

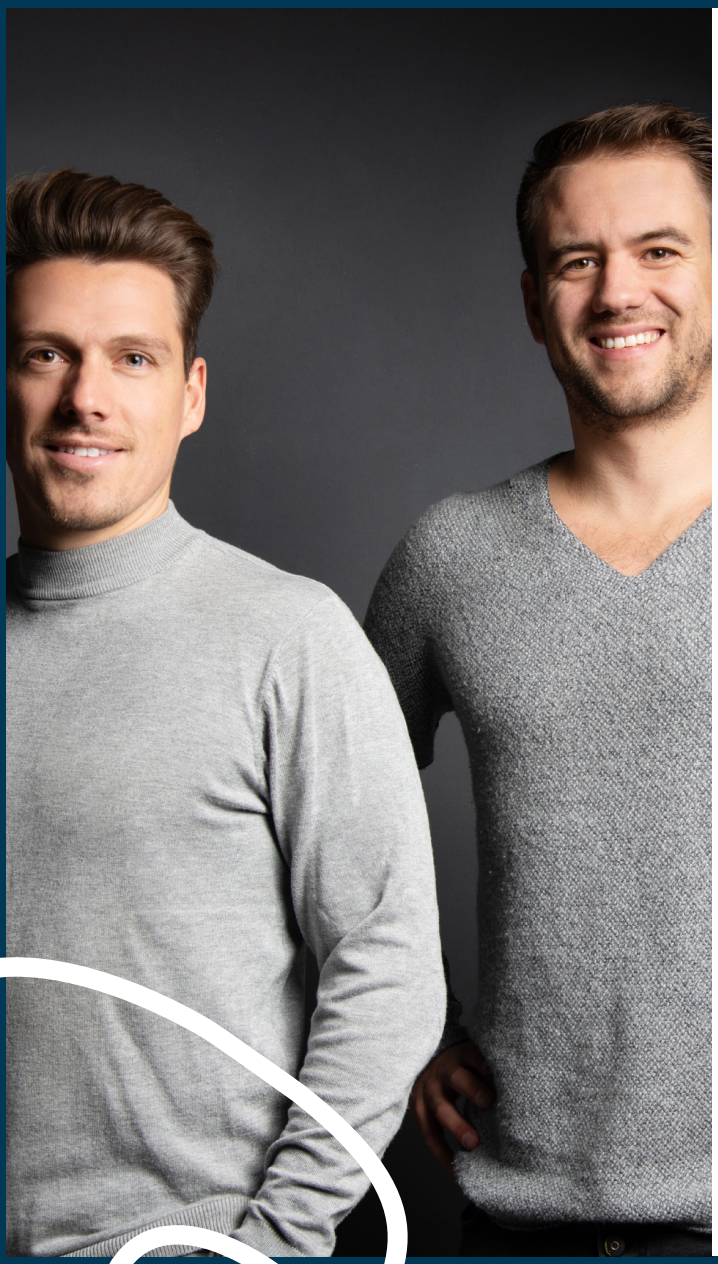
Ihre wachsenden Kompetenzen treiben die Krankenschwester voran: Als vor acht Jahren die kardiologische Station im St. Josefshospital gegründet wird, ist Koll bereits zur Stationsleitung der Inneren aufgestiegen, zusätzlich übernimmt sie nun die Verantwortung für die weiteren, neu angegliederten 16 Zimmer. Zwar gehören nun auch das Schreiben von Dienstplänen, die enge Zusammenarbeit mit Hygienebeauftragten und die ständige Qualitätsprüfung zu ihren Aufgaben, aber es sind die Pflege und der Kontakt mit den Menschen, die die 57-Jährige immer noch jeden Tag aufs Neue begeistern und motivieren.

Die Krankenschwester strahlt dabei vor Positivität. Wenn sie lacht – und das tut sie oft – leuchten Ihre Augen, vermitteln Stärke und Grundvertrauen in das Leben. Angst im Berufsleben ist der 57-Jährigen fremd: „Auf der Station haben wir Respekt vor Corona, denn für uns alle ist es neu und wir wissen fast nichts über das Virus“, erklärt die Krankenschwester. „Aber Angst lähmt und das können wir nicht gebrauchen. Hier auf der Station fühlen wir uns sicher.“ Kraftraubend sind aber unter anderem die strengen Hygienevorschriften, die gegenüber Influenza und Noro-Virus noch einmal verschärft wurden. Rund sieben Minuten und einen Mitarbeiter mit helfender Hand braucht es etwa, um die Schutzkleidung anzuziehen. „Viele Patienten haben zu Beginn Sorge, dass wir sie wegen der besonderen Vorkehrungen seltener in ihren Zimmern besuchen“, schildert Koll. „Aber wir lassen unsere COVID-Patienten nicht allein. Auch wenn wir am Ende des Tages noch erschöpfter sind, ist es uns am wichtigsten, für sie da zu sein.“

Neue Kraft schöpft das Team der Coronastation aus den positiven Momenten. Vor Kurzem, so erzählt die leitende Krankenschwester, seien eine 79-Jährige und ein 80-Jähriger nach langem Kampf auf die Intensivstation verlegt worden. „Wir haben gedacht, dass sie es nicht schaffen werden“, erinnert sich die Nettetalerin. „Aber ihr Lebensgeist war unerschöpflich. Als sie zurückkamen, haben wir vor Freude geweint.“ Kolls Stimme wird brüchig und Tränen glitzern in ihren Augen. „Wissen Sie, das sind doch genau die Momente, für die wir unseren Job machen“, sagt sie. „Als Krankenschwester weiß ich, dass ich jede Sekunde mit den Menschen, die ich liebe, ausnutzen muss. Dass ich nur eine Chance habe, es richtig zu machen. Das hat dieser Beruf mich gelehrt.“ *_Ann-Kathrin Roschek*

Zahnärzte

DR. PINZ I DR. KAESMACHER



AUSZUG AUS UNSEREN LEISTUNGEN

Mit Behandlungen, die individuell auf Ihre Bedürfnisse abgestimmt sind, verhelfen Ihnen unsere Ärzte und Spezialisten zu einem vitaleren Lachen.

ZAHNÄSTHETIK
Entdecken Sie die Kunst des Lachens durch das Zusammenspiel von Zähnen, Zahnfl eisch und individueller Gesichtssymmetrie. Wir schenken Ihnen Ihr natürliches und schönstes Lächeln.

PROPHYLAXE
Wir diagnostizieren und behandeln ganzheitlich, auf höchstem Niveau als eine der wenigen Praxen Deutschlands unter Anwendung des innovativen GBT® Konzepts.

IMPLANTATE
Erleben Sie die Vielfalt der Implantologie. Wir verhelfen Ihnen so schonend wie möglich zu neuer Lebensqualität durch Ihren individuellen Behandlungsplan.

KIEFERORTHOPÄDIE
Die Korrektur von Zahnfehlstellungen ist in jedem Alter möglich. Wir nutzen modernste Technologien wie INVISALIGN® und ICOGNITO® für Ihr schönstes Lächeln voller Kraft und Energie.

AUCH IN KRISENZEITEN WEITER FÜR SIE DA!

ZAHNÄRZTE DR. PINZ | DR. KAESMACHER
Ottostraße 18 | 47803 Krefeld | 02151 8934389
www.zahnmedizinkrefeld.de

Digitalisierung in der Pflege:

Die App „rehamigo“ optimiert Organisationsabläufe von Pflegeeinrichtungen

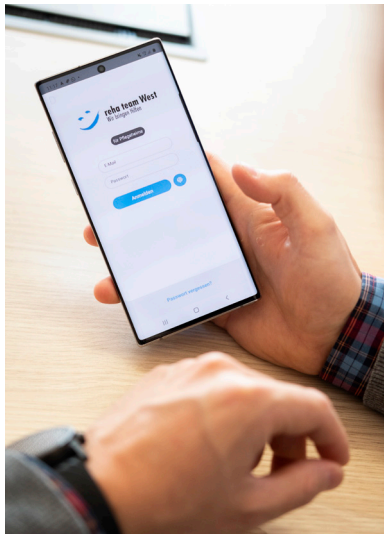
Im Zuge der Corona-Pandemie erhalten Kranken- und Altenpflegekräfte endlich Anerkennung und Gehör für ihre seit vielen Jahren geäußerten Anliegen: Organisation und verwaltungstechnische Vorgaben lassen zu wenig Zeit für das Zwischenmenschliche, da Kostenträger nur bestimmte Leistungen vergüten und hierfür einen strikt festgelegten Zeitrahmen veranschlagen. Das Sanitätshaus reha team West, das als Rundumversorger mit medizinischen Hilfsmitteln und Serviceleistungen für Privatkunden und Pflegeeinrichtungen agiert, setzt vor diesem Hintergrund innovative Akzente. Das in Krefeld angesiedelte Unternehmen mit neun Standorten am Niederrhein beauftragte die Softwareentwickler von App Logik, eine App zu programmieren, die Kommunikation vereinfacht, Prozesse beschleunigt und Kosten sowie Zeit einzusparen hilft – sowohl für die eigenen Mitarbeiter als auch für den Kundenkreis und die Partner im Gesundheitswesen.

Christopher Borchert (App Logik) und
Marcus Bücheleres (reha team West)

„‚rehamigo' resultiert aus unseren langjährigen Erfahrungen. Die App ist aus der Praxis für die Praxis entwickelt und auf die Bedürfnisse unserer Kunden ausgerichtet worden“, freut sich Marcus Bücheleres als geschäftsführender Gesellschafter über das vorliegende Ergebnis. Von den über 250 Mitarbeitern des Sanitätshauses sind rund 90 Fachkräfte als Medizinprodukteberater und examinierte Pflegekräfte im Außendienst tätig und bilden somit eine Zielgruppe von „rehamigo“. „Sie beraten und beliefern vor Ort und führten bis dato Bestellformulare, Aufträge und Akten in schriftlicher Form mit sich. Der Wunsch, diese Papiere zu digitalisieren und handhabbarer zu machen, war einer von mehreren, die uns zu App Logik führten. Genauso wichtig war es uns, unsere Kunden interaktiv in die Kommunikation einzubinden, Wege zu verkürzen und Zeit zu sparen, kurz: alles effizienter zu machen“, erklärt Bücheleres.

Die 2019 verabschiedete gesetzliche Anerkennung von elektronischen Signaturen auf Rezepten und Anträgen ermöglichte den lange hinausgezögerten digitalen Vorstoß. In Zusammenarbeit mit den Software-Experten aus dem Campus Fichtenhain wurde „rehamigo“ mit nutzerspezifischen Funktionen entwickelt. „Unsere Mitarbeiter sehen in der App alle Tagesaufträge und Lieferadressen auf einen Blick und haben außerdem Zugriff auf die gesamte Kundenhistorie. Sie können Aufträge, Rezepte und Bestellungen einsehen sowie digital erfassen, einstellen und versenden. Die App nimmt ihnen künftig große Teile der Organisation und Dokumentation ab, bei Fragen können außerdem Kollegen per Videocall hinzugerufen werden“, beschreibt Bücheleres die Bandbreite der Funktionen.

Auch für die Partner im ambulanten wie institutionellen Pflegesektor eröffnen sich dank „rehamigo“ neue Wege der digitalen Kommunikation. Bestellungen, Rezepte und Informationen können direkt an den zuständigen Sachbearbeiter von reha team West versandt werden. „Wir machen uns maximal transparent, denn Seniorenheime oder Pflegedienste haben mit der App jederzeit Einblick in den Bearbeitungsstatus ihres Auftrags. Als äußerst praktikabel und zeitsparend erweist sich zudem die Foto- und Videofunktion, die es erlaubt, zum Beispiel



Fotos: Luis Nelsen

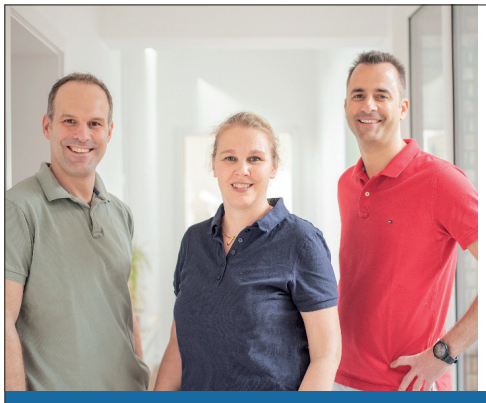
den Schaden an einem defekten Rollstuhl zu dokumentieren und weiterzuleiten. Unsere Auftragsverwaltung kann das nötige Ersatzteil dann ohne weiteren Ortstermin bestellen“, weiß Bücheleres.

„Eine der wesentlichen Herausforderungen bei der Programmierung bestand darin, alle Übermittlungen zu verschlüsseln und datenschutzkonform zu machen“, berichtet Christopher Borchert, geschäftsführender Gesellschafter von App Logik. „Denn es ist natürlich nicht erlaubt, persönliche Dokumente mit dem Handy abzufotografieren und dann via Whatsapp zu verschicken“, erinnert er an die rechtlichen Bestimmungen, die mit „rehamigo“ allesamt eingehalten werden. Auch die Schaffung einer Datenbankschnittstelle gehörte zu den Aufgaben von App Logik, schließlich muss sichergestellt sein, dass alle in der App getätigten Vorgänge auch zentral bei reha team West abgespeichert werden. „Das Design haben wir bewusst einfach gehalten“, kommentiert der Programmierer die Oberfläche der App. Und Bücheleres ergänzt: „Sie muss ohne lange Anlernphase direkt anwendbar sein, sonst wird sie von meinen Mitarbeitern nicht angenommen.“

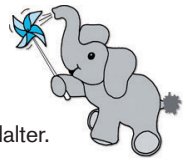
Ganz offenkundig war die intensive Entwicklungsarbeit der Profis von App Logik erfolgreich: Die Variante für den Außendienst ist seit einigen Wochen im Test-Einsatz und die einen solchen Neustart oftmals begleitenden Fehlermeldungen sind bisher ausgeblieben. „Wir sind sehr positiv überrascht. Alles funktioniert so, wie wir es uns vorgestellt haben, und wird auch gut angenommen“, freut sich Borchert. Ende Mai wird die Endkunden-Variante von „rehamigo“ im Apple-App Store sowie im Google Play Store erhältlich sein, die Ausführungen für die Pflegeeinrichtungen stellt reha team West selbst bereit. „Wir sind sehr gespannt darauf, wie unseren Kunden die Tools gefallen“, schaut Bücheleres voraus. „Die Vorteile für sie liegen auf der Hand. Sie verlangen heute nach bequemen technischen Lösungen für ihre Probleme und werden sich in Zukunft den Anbieter aussuchen, der ihre Bedürfnisse am besten bedient.“ Das gilt in Zeiten der Corona-Pandemie ganz besonders. „Den konzeptionellen Grundstein legten wir bereits 2019, da spielte Covid-19 noch keine Rolle“, schlägt Bücheleres den Bogen zur Gegenwart, „vor dem Hintergrund der geltenden Kontaktbeschränkungen kommt die App jetzt aber genau zum richtigen Zeitpunkt.“ Gutes Timing ist einfach alles. _*Oliver Nöding*

App Logik, Campus Fichtenhain 48, 47807 Krefeld
Tel.: 02151 - 8206600, E-Mail: dev@app-logik.de, www.app-logik.de

reha team West GmbH & Co KG, Mevissenstraße 64a, 47803 Krefeld
Tel.: 02151 - 8949-0, E-Mail: kr@rtwest.de, reha-team-west.de



Willkommen in der Kinderarztpraxis Leyental



Ihre Spezialisten für Atemwegserkrankungen im Kindes- und Jugendalter.

- Lungenfunktionsuntersuchung
- Allergiediagnostik und -Behandlung
- Asthma- und Neurodermitissprechstunde
- Kinder- und Jugendärztliche Sprechstunde

Sprechstunde:
Mo-Fr 08:30 h bis 12:30 h
Mo, Di, Do 15.00 bis 17.00 h
und nach Vereinbarung

Dr. Sebastian Wirth, Birgit Malter & Dr. Robert Primke
Fachärzte für Kinder- und Jugendmedizin und Kinderlungenfachärzte

Leyentalstr. 78 b, 47799 Krefeld
Tel.: 02151 / 80 10 20 und 80 08 20, www.kinderarzt-krefeld.de

Brieffreunde und Musiker gesucht!

Damit niemand vergessen wird

Es gibt Bevölkerungsgruppen, die von der aktuellen Corona-Pandemie besonders betroffen sind: Senioren gehören nicht nur zur akuten Risikogruppe, sondern sie leiden durch die soziale Distanz auch oft an Vereinsamung. Sandra Trispel als Einrichtungsleitung der Bellini Senioren-Residenz am Schirkeshof in Krefeld erlebt das Phänomen täglich. „Durch Corona besteht Besuchsverbot“, erklärt die junge Frau. „Unsere Bewohner vermissen ihre Angehörigen. Sie sehnen sich nach ihren Familien.“ Das bringt Gefahr mit sich: Denn fühlen sich ältere Menschen nicht wohl, verschlechtert das auch häufig den Gesundheitszustand. „Gerade bei den Demenzpatienten fällt uns das auf“, sagt Trispel. Das Bellini-Team fordert deswegen die Krefelder zur empathischen Mithilfe auf: Brieffreundschaften und Musik sollen während der Pandemie schlechte Tage erhellen.

„Briefe erinnern unsere Bewohner an frühere Zeiten“, beschreibt die Einrichtungsleiterin. „Sie zeigen aber auch, dass Menschen an unsere Bewohner denken.“ Trispel wünscht sich, dass Krefelder freundliche Grußkarten an die Bewohner des Heimes schicken, ihnen vielleicht kurze Geschichten schreiben oder von ihrem Alltag berichten. „Es geht um die Geste“, beschreibt sie weiter.
Auch Musik hilft, die Sorgen für einen Moment zu vergessen: Vor anderen Pflegeheimen treffen sich bereits Musiker, um die Bewohner aufzuheitern, auch das Bellini wünscht sich musikalischen Besuch. „Egal ob auf der Blockflöte, am Akkordeon, mit akustischer Band oder einfach nur als toller Sänger, wir freuen uns auf jeden, der bei uns vor dem Bellini musiziert“, sagt Trispel. Die Leitung bittet darum, sich vorab telefonisch anzumelden, denn so können Bewohner, die im hinteren Teil der Residenz leben, an die vorderen Fenster gebracht werden. Die Krefelderin appelliert: „Lassen Sie uns in dieser besonderen Zeit niemanden vergessen.“ *_Redaktion*

Bellini Senioren-Residenz,
Am Schirkeshof 6 in 47804 Krefeld, Telefon 02151 - 73 77 0

Das A-Team rockt die Altenhilfe

Pflegenotstand und Nachwuchsmangel: Wenn es um die Pflegebranche geht, wird meist ein düsteres Zukunftsszenario ausgemalt. Dass es auch anders geht, nämlich mit Freude und Zuversicht, beweist eine neue Aktion der Evangelischen Altenhilfe. Auf dem Instagram-Kanal „Altenhilfe rockt“ berichten junge Auszubildende aus ihrem Berufsalltag: authentisch, offen, direkt, unzensiert und mit großem Enthusiasmus. Ehrgeiziges Ziel: andere junge Menschen für den Beruf der Altenpflege zu begeistern.

Zwar ging die Initiative für den Kanal von der Geschäftsführung aus, aber für die Redaktion und Pflege des Accounts sind die Azubis ganz allein verantwortlich. „Wir entscheiden selber, was wir veröffentlichen“, erklärt der Auszubildende Christian Gillessen. „und nichts wird korrigiert oder gar zensiert.“ Als Vorbereitung erhielten die Auszubildenden eine zweitägige Social-Media-Schulung, die auch künftig fester Bestandteil der Ausbildung bei der Evangelischen Altenhilfe sein wird. „Wenn wir junge Menschen davon überzeugen wollen, dass Altenpflege ein anspruchsvoller Beruf mit Zukunft ist, dann müssen wir ihnen ein Stück entgegenkommen“, weiß Geschäftsführer Jens Drießen. Der Erfolg und Zuspruch, den der Kanal bereits hat, bestätigt das „A-Team“ der Instagram-Redaktion darin, die eingeschlagene Linie fortzusetzen. Dahinter steht die echte Begeisterung für den Beruf: „Es geht nicht nur um Körperpflege und Verbandwechsel“, berichtet Marcel Pfau. „Wenn man in ein glückliches Gesicht schaut und ein ‚Danke' aus tiefstem Herzen hört, macht das alle Anstrengungen vergessen.“ Und Michelle Settekorn ergänzt: „So viel Dankbarkeit erfährt man sonst in keinem anderen Beruf.“ *_Redaktion*

Evangelische Altenhilfe Krefeld, Westwall 40, 47798 Krefeld
Tel.: 02151 - 4794620, www.evangelische-altenhilfe-krefeld.de
Instagram: altenhilfe_rockt

Maskenpflicht für Alle!

In ganz Deutschland gilt die Maskenpflicht im öffentlichen Nahverehr und beim Einkaufen.

Gratis-Maske für Alle!*

Für alle, die noch keine Maske haben:

Beim ADVS – Aktiver Deutscher Verbraucherschutz erhalten Sie jetzt eine Schutzmaske kostenlos!

*Die Abgabe ist begrenzt auf eine Maske pro Person und nur solange der Vorrat reicht. Weitere Masken können käuflich erworben werden.

ADVS

Aktiver Deutscher Verbraucherschutz

ZERTIFIKAT ADVS AKTIVER DEUTSCHER VERBRAUCHERSCHUTZ GEPRÜFT 2019

Fordern Sie hier Ihre Gratis-Maske an:

info@advs-krefeld.de · whatsapp: +49 176 60188210 · www.advs-krefeld.de

Sicher durch den Pflege-Dschungel

Das Krefelder Netzwerk Wirtschaft & Familie wendet sich mit zwei Hilfsprogrammen an private Pflegende und Unternehmen

Der „demografische Wandel“ ist uns allen ein Begriff – aber dass er uns früher oder später ganz persönlich betreffen wird, nämlich dann, wenn unsere Eltern pflegebedürftig werden, ist uns nicht so klar. Das führt zwangsläufig dazu, dass wir nicht gut vorbereitet sind, wenn es soweit ist. Orientierung können dann unter anderem Arbeitgeber vermitteln – und so nebenbei etwas für Mitarbeiterbindung und -gewinnung tun. Genau hier setzt das Krefelder Netzwerk Wirtschaft & Familie an: Es unterstützt seit vergangenem Jahr Unternehmen und Beschäftigte im Pflegefall mit zwei verschiedenen Angeboten.

Foto: Lichthalle Krefeld

Kristina Freiwald, Wirtschaftsförderung Krefeld

Wenn ein Pflegefall eintritt, müssen zunächst viele Fragen beantwortet werden: Welche Ansprüche haben ich als pflegender Angehöriger und der Pflegebedürftige selbst? An wen wende ich mich, wenn ich Hilfe benötige? Wie und bei wem beantrage ich finanzielle Unterstützung? Welche spezielle Ausstattung benötige ich für die Heimpflege? Die Recherche, die erforderlich ist, um diese Fragen zu beantworten, kostet Zeit, die zwischen Berufsleben und Alltag fehlt. Der digitale Pflegekoffer, den das Netzwerk Wirtschaft & Familie für Beschäftigte und Unternehmen gepackt und ins Netz gestellt hat, erspart die aufwändige Recherche. Alle wesentlichen Informationen, Ansprechpartner, Einrichtungen, Gesetzestexte und Kursangebote finden sich dort vorausgewählt und übersichtlich in verschiedene Kategorien einsortiert. Das Angebot an downloadbaren Broschüren, Flyern, Dokumenten und Formularen wird regelmäßig erweitert und aktualisiert. „Mit der Plattform geben wir den Angehörigen die wichtigsten Informationen an die Hand. Sie finden alle Adressen und Ansprechpartner und müssen nicht mehr selbst nach ihnen suchen“, erklärt Kristina Freiwald von der Wirtschaftsförderung Krefeld, die mit der Gleichstellungsstelle der Stadt Krefeld, der Agentur für Arbeit Krefeld, dem Jobcenter Krefeld, der Unternehmerschaft Niederrhein, den SWK und der Sparkasse Krefeld hinter dem Netzwerk Wirtschaft & Familie steht. Bislang lag der Fokus des Netzwerks vor allem auf der Unterstützung von Familien mit Kindern. Nun wird das Angebot konsequent um den Bereich „Altenpflege“ erweitert. „Das Thema ist immer noch wenig präsent, vor allem im betrieblichen Bereich“, weiß die Expertin.

Neben den Pflegenden selbst adressiert das Netzwerk deshalb auch Unternehmen: „Der Arbeitgeber ist ein wichtiger Ansprechpartner, schließlich verbringen Erwerbstätige einen Großteil ihrer Zeit im Unternehmen“, setzt Freiwald an. „Genau aus diesem Grund bieten wir die Zusatzqualifizierung zum ‚Betrieblichen Pflegelotsen‘ an.“ Das zweitägige Seminar, das in Zusammenarbeit der Wirtschaftsförderung Krefeld und dem Willy-Könen-Bildungswerk des AWO Bezirksverbands Niederrhein e. V. ausgerichtet wird, vermittelt Personalverantwortlichen oder anderen Angestellten Grundlagenwissen rund um das Thema „Pflege von Angehörigen“. Der „Betriebliche Pflegelotse“ ist die offizielle Anlaufstelle im Unternehmen, die die grundlegenden gesetzlichen und betrieblichen Regelungen kennt und auf lokale Beratungs- und Unterstützungsstrukturen hinweisen soll. „Er übernimmt aber keine rechtsberatende Funktion. Seine Aufgabe ist es lediglich, Orientierung und Sicherheit zu vermitteln“, erläutert Freiwald das Konzept.

Ein solcher Service wird in Zukunft immer wichtiger werden, das machen schon die statistischen Erhebungen deutlich. Von rund 3,7 Millionen Pflegebedürftigen werden nur etwa 800.000 in Pflegeheimen, alle anderen zu Hause betreut. Eine Zahl, die in den kommenden Jahren noch weiter steigen wird. „Unternehmen müssen sich darauf einstellen, mit dem Thema konfrontiert zu werden“, weiß Freiwald. „Es offen anzugehen, Empathie für pflegende Beschäftigte zu zeigen, existenzielle Belastung von ihren Schultern zu nehmen und sie zu unterstützen, stärkt nicht nur das interne Arbeitsklima, es ist auch ein Mittel zur Mitarbeiterbindung und zum Erhalt der rar gewordenen Fachkräfte.“ Viele Unternehmer sind sich indes des Bedarfs noch nicht bewusst. „Sie sagen, dass es keine privat Pflegenden in ihrer Belegschaft gäbe“, berichtet Freiwald von ihren Erfahrungen. „Tatsächlich ist es wahrscheinlicher, dass sie davon nicht wissen, weil pflegende Beschäftigte diese zusätzliche Belastung eher verschweigen.“ Ein Teufelskreis, denn diese Verschlossenheit verhindert letztlich, dass sie Unterstützung bekommen. Viele sind mit der Doppelbelastung aus Arbeit und privater Pflege irgendwann überfordert und werden selbst krank oder – schlimmer – kündigen schlussendlich. Dem können Unternehmen entgegentreten, indem sie ein Klima der Offenheit und Hilfsstrukturen schaffen. Denn eins ist klar: Wenn das Thema bei ihnen heute noch nicht akut ist, so wird sich das in Zukunft ändern. Wie wichtig es ist, vorausschauend zu agieren, zeigt sich nicht zuletzt vor dem Hintergrund der Corona-Pandemie: Zwar bedeuten Homeoffice und Kurzarbeit vorübergehend Entlastung für privat pflegende Angehörige, doch die Kehrseite der Medaille sind geschlossene Tagespflege-Einrichtungen, die die Betroffenen vor erhebliche Schwierigkeiten stellen. „Es geht darum, sich heute auf morgen vorzubereiten“, sagt Freiwald. Es ist eigentlich ganz einfach. *_Oliver Nöding*

Betrieblicher Pflegekoffer: www.pflegekoffer-krefeld.de
Betrieblicher Pflegelotse: www.pflegelotse-krefeld.de

Krefelder Netzwerk Wirtschaft & Familie
WFG Wirtschaftsförderungsgesellschaft Krefeld mbH
Neue Linner Straße 87, 47798 Krefeld,
Tel.: 02151 - 82074-12, E-Mail: kristina.freiwald@wfg-krefeld.de,
www.wfg-krefeld.de

lokal.digital.jederzeit

INFORMATIONEN FÜR PFLEGENDE ANGEHÖRIGE AUF EINEN BLICK

Der kostenfreie **BETRIEBLICHE PFLEGEKOFFER** für Krefeld.
Zur Unterstützung der besseren Vereinbarkeit von Pflege & Beruf.
Informationsplattform für Beschäftigte und Unternehmen.

www.pflegekoffer-krefeld.de

krefelder netzwerk WIRTSCHAFT FAMILIE

Bestnoten bei Patientenbefragung

Das St. Elisabeth-Hospital liegt weit über dem Bundesdurchschnitt

Um Versicherten vor einem stationären Eingriff Orientierung, Entscheidungshilfe und Sicherheit zu geben, führen AOK Rheinland/Hamburg, Barmer und die Kaufmännische Krankenkasse (KKH) gemeinsam mit der „Weißen Liste“ seit 2011 regelmäßige Patientenbefragungen durch. In der aktuellen, im Zeitraum von Oktober 2017 bis September 2019 durchgeführten Befragung schnitt das St. Elisabeth-Hospital Meerbusch-Lank mit dem Rheinischen Rheuma-Zentrum unter 1.462 Krankenhäusern ausgezeichnet ab und erhielt durchgehend positive Bewertungen.

Foto: Jochen Rolfes

Dr. Stefan Ewerbeck und Dr. Stefanie Freudenberg

„Unsere Ergebnisse liegen in allen Dimensionen über dem Landes- und Bundesdurchschnitt. Wir freuen uns sehr darüber und danken unseren Ärzten, Pflege- und Verwaltungsmitarbeitern, die zu diesem tollen Ergebnis beigetragen haben“, resümiert Peter Potysch, Kaufmännischer Direktor, nicht ohne Stolz. Befragt wurden Patienten der Klinik für Innere Medizin und Rheumatologie, die von den Chefärzten Dr. Stefan Ewerbeck und Dr. Stefanie Freudenberg geleitet wird, sowie Patienten der Klinik für Orthopädie/Orthopädische Rheumatologie, deren Leitung Chefarzt Dr. Tim Claßen verantwortet. Die Befragten sollten unter anderem die fachliche Expertise und Kommunikationsbereitschaft des Arzt- und Pflegepersonals sowie die Qualität des Managements und des Services bewerten. Auch der Behandlungserfolg und die Weiterempfehlungsbereitschaft flossen in das Ergebnis ein. In der Gesamtwertung liegt das St. Elisabeth-Hospital sowohl über dem Bundes- als auch über dem Landesdurchschnitt. Besonders sticht es bei der Weiterempfehlungsquote heraus, die mit 89 Prozent weit über dem bundesweiten Schnitt von 81 Prozent und dem landesweiten Schnitt von 79 Prozent liegt. Auch bei den Wartezeiten, der Patientenaufnahme, der Essensversorgung und der Sauberkeit liegen die Werte über dem Schnitt von Bund und Land.

Foto: Simon Erath

Dr. Tim Claßen

„Besonders erfreulich ist, dass unsere Werte über den gesamten Befragungszeitraum recht konstant bleiben. Da geht es in den einzelnen Kriterien mal etwas nach oben und unten – aber wir sind immer über dem Bundesdurchschnitt“, berichtet Peter Potysch. Diese Ausnahme ist aber verschmerzbar: Im Bereich Organisation und Service lag das St. Elisabeth-Hospital im November 2017 genau im Schnitt – konnte sich dann aber um 12 Prozent steigern. *_Redaktion*

St. Elisabeth Hospital – Rheinisches Rheuma-Zentrum
Hauptstr. 74 – 76, 40668 Meerbusch, Telefon: 02150 - 9170
E-Mail: info@rrz-meerbusch.de, www.rrz-meerbusch.de

Online-Banking. Einfach & sicher von zu Hause.

**Erledigen Sie Ihre Finanzgeschäfte im eigenen Wohnzimmer.
Ganz bequem mit dem übersichtlichen Online-Banking der Sparkasse.**

Gemeinsam da durch.

sparkasse-krefeld.de/online-banking

Wenn's um Geld geht

Sparkasse Krefeld

Gesundheit verbessern, Ehen retten:

Ruhig schlafen mit Schnarcherschiene

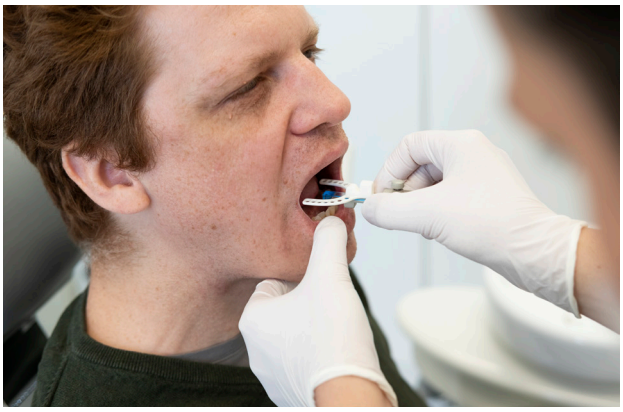
Lautes Schnarchen ist seit je her willkommene Quelle mehr oder weniger geistreicher Witze. Dem Betroffenen ist meist aber gar nicht zum Lachen zumute. Je nach Ursache des Schnarchens geht ihm durch den unruhigen Schlaf nicht nur viel Lebensqualität verloren, vielmehr können schwerwiegende gesundheitliche Risiken damit verbunden sein. Die Zahnärztin Dr. Nina Wollenweber hat eine spezielle Weiterbildung zur zahnärztlichen Schlafmedizinerin absolviert und weiß genau, was bei Schnarchen zu tun ist. Gegebenenfalls hilft sie mit einer sogenannten Schnarcherschiene.

Fotos: Luis Nelsen

Dr. Nina Wollenweber

„Schnarchen kann viele Ursachen haben“, erklärt Wollenweber. „Wenn ein Schnarcher zu mir in die Praxis kommt, gehe ich dieser Ursache erst auf den Grund.“ Zunächst gilt es festzustellen, ob hinter dem nächtlichen Sägen eine Apnoe steckt. Dazu verbringt der Patient eine Nacht mit einem kleinen Kasten auf der Brust, der Anzahl und Länge etwaiger Atemaussetzer festhält. „Man unterscheidet die zentrale und die obstruktive Apnoe“, führt die sympathische Zahnärztin aus. „Bei ersterer gehen vom Hirn keine Atemimpulse aus, letztere ist hingegen auf einen verengten Rachenraum zurückzuführen.“ Wird die zentrale Apnoe diagnostiziert, führt der nächste Schritt zwingend zum Schlafmediziner: „Eine Schnarcherschiene könnte zwar auch in einem solchen Fall das Schnarchen mildern“, erläutert Wollenweber, „aber das käme einem Verschleiern von Krankheitssymptomen gleich.“ Das Schnarchen ist nämlich in diesem speziellen Fall nur das äußerliche Zeichen eines schwerwiegenden physiologischen Defekts, der behandelt werden muss. Üblicherweise erhalten Menschen, die an einer zentralen Apnoe leiden, eine sogenannte CPAP-Maske, mit der sie nachts künstlich beatmet werden. Liegt hingegen „nur“ eine obstruktive Apnoe vor und liegt die Zahl der Atemaussetzer pro Stunde oder der BMI bei unter 30, kommt die Schnarcherschiene zum Einsatz. Und dann gibt es noch den „normalen“ Schnarcher, bei dem zum Beispiel ein zu lockeres Gaumensegel, eine Verengung des Rachenraumes oder Übergewicht die Ursache des Schnarchens ist: Auch ihm hilft die Schiene, doch übernimmt die Krankenkasse hier im Gegensatz zum Apnoeiker nicht deren Kosten, die bei etwa 1.200 Euro liegen.

Die Funktion der Schiene, die sowohl Ober- als auch Unterkiefer umfasst, geht schon aus ihrem vollen Namen „Unterkiefer-Protrusionsschiene“ hervor. „Sie schiebt den Unterkiefer etwas nach vorn, erweitert so den Rachenraum und löst die Verengung, die hinter dem Schnarchen steckt“, fasst Wollenweber kurz und knapp zusammen.



Mit der „George-Gauge“ wird ermittelt, wie weit der Unterkiefer nach vorne geschoben werden muss.

Um die Schiene nach Maß anzufertigen, beißt der Patient bei der Kiefervermessung mit dem Intraoralscanner auf die „George-Gauge“ oder auch „Biss-Registrationsgabel“. Mit dieser Gabel wird ganz exakt eingestellt, wie weit der Kiefer nach vorn geschoben werden soll. Der entsprechende Scan wird per Knopfdruck zu ResMed® in Lyon geschickt, dem Marktführer für Schnarcherschienen, und binnen zwei Wochen trifft die fertige Apparatur ein. Sie wird vom Patienten nachts getragen und kann über kleine Stifte, die Ober- und Unterkieferteil miteinander verbinden, noch millimetergenau nachjustiert werden. Wichtig zu wissen: Das Vorschieben des Unterkiefers stellt keine Korrektur einer Fehlstellung dar. Menschen bis 45 Jahre, die eine Schnarcherschiene tragen, müssen deshalb mit einfachen Übungen verhindern, dass ein unerwünschter Kieferumbau stattfindet und der Unterkiefer sich dauerhaft nach vorn schiebt.

Das Schnarchen abzuschalten oder zu mildern, ist aber weit mehr als die Beseitigung eines störenden Geräuschs: „Wer nachts nicht richtig schläft, am nächsten Morgen unerholt aufwacht und sich so durch den Tag schleppt, regeneriert sich nicht richtig“, weiß sie aus Erfahrung. „Ein gesunder Schlaf ist die Grundvoraussetzung für einen guten Gesundheitszustand.“ Bei einem Apnoeiker kommt durch die mangelnde nächtliche Sauerstoffsättigung noch ein erhebliches Risiko für Erkrankungen wie Bluthochdruck, Schlaganfall, Herzinfarkt oder Diabetes hinzu. Wenn durch Atemaussetzer der Anteil von Sauerstoff im Blut sinkt, versucht das Herz gegenzuarbeiten und pumpt demnach stärker – ohne Ergebnis. „Bei vielen Bluthochdruckpatienten steckt eine unerkannte Apnoe hinter ihren gesundheitlichen Problemen“, beschreibt die Zahnärztin einen nicht unüblichen Zusammenhang. Im Monat fertigt sie derzeit etwa zwei bis drei Schnarcherschienen an. Wichtig ist ihr dabei eine aufrichtige Beratung, vor allem im Hinblick auf den hohen Preis der Apparatur. Ausschlaggebend ist aber letztlich der eigene Leidensdruck. „Machen wir uns nichts vor: Eine Schnarcherschiene kann eine Ehe retten“, erzählt Wollenweber aus dem Praxisalltag und macht deutlich, dass auch der „normale“ Schnarcher sehr gute Gründe dafür haben kann, sein Problem lösen zu wollen. Dennoch liegt ihr Fokus auf Menschen, die mit dem Schnarchen extreme gesundheitliche Beeinträchtigungen erdulden. Ihr Wunsch: Ihnen zu einem wirklich gesunden, erholsamen Schlaf zu verhelfen. Damit auch sie über Schnarcherwitze bald nur noch lachen können. _*Oliver Nöding*

Wollenweber Zahnmedizin, Ostwall 187, 47798 Krefeld
Tel.: 02151 - 29775, E-Mail: mail@wollenweber.dental,
www.wollenweber.dental

e-motio
Bewegung. Fitness. Mehr Freude am Leben.

Unser Angebot für Sie:

- ganzheitliche Trainingsansätze
- Training für Ihre gesundheitlichen Bedürfnisse
- persönliche Betreuung
- Mitgliedschaften und Gesundheitskurse

physioteam winz
gesund werden, fit bleiben

Hauptstraße 10
47918 Tönisvorst

Telefon: 02156–97 22 97
Mail: buero@pt-team-winz.de

ÖFFNUNGSZEITEN:
Mo. bis Fr.: 08:00 – 19:30 Uhr
Samstag: 10:00 – 14:00 Uhr

Wo bekomme ich das moveo-Magazin?

Die moveo-Aufsteller

Das moveo-Magazin wird in diversen Gesundheitseinrichtungen im Raum Krefeld ausgelegt und ist zudem bei zahlreichen Partnern zu finden, die einen moveo-Aufsteller in ihren Räumlichkeiten platzieren. Bereits jetzt haben sich einige unserer Kooperationspartner außerdem der „Krefeld für schlagende Herzen"-Aktion angeschlossen und einen AED (Automatisierter externer Defibrillator) in den Räumlichkeiten installiert.

> ***Notfälle machen keine Termine. Mit unserem AED sind wir auf Unvorhergesehenes vorbereitet und die Anwedung ist so einfach, dass unser Team sich jederzeit zutraut, erste Hilfe zu leisten.***

Foto: Christoph B. Hillus

Diane Schlickum, Röntengenassistentin im Freien Diagnostikzentrum Niederrhein

Café Aroma
Dorfstr. 34, 40667 Meerbusch

St. Elisabeth-Hospital
Hauptstraße 74-76, 40668 Meerbusch

Balance Trainingszentrum für Selbstverteidigung
Mühlenfeld 55, 40670 Meerbusch

pro-Kindwunsch
Kinderwunschzentrum Niederrhein, Von-Groote-Str. 175, 41066 MG

South Side Boxing Gym
Tannenstr. 63, 47798 Krefeld

Caritas Krefeld
Am Hauptbahnhof 2, 47798 Krefeld

Sanitätshaus Kanters
Ostwall 203, 47798 Krefeld

Stern-Apotheke
Hülser Str. 10, 47798 Krefeld

Pluspunkt Apotheke im Schwanenmarkt
Hochstraße 114, 47798 Krefeld

Karls Naturkost
Karlsplatz 9, 47798 Krefeld

Oil & Vinegar
Rheinstr. 116-120, 47798 Krefeld

Apotheke im LCC
Luisenplatz 6-8, 47799 Krefeld

Biomarkt Sonnentau
Stephanstraße 13, 47799 Krefeld

Gesundheitszentrum Niesters Krefeld Mitte
Rheinstraße 60, 47799 Krefeld

Laufsport bunert
Rheinstraße 39, 47799 Krefeld

Kinderarztpraxis Leyental
Leyentalstraße 78B, 47799 Krefeld

Comunita Seniorenhaus Crefeld
Moerser Str. 1-3, 47799 Krefeld

Orthopädie-Schuhtechnik
Sanitätshaus Jordan, Sankt-Anton-Straße 16, 47799 Krefeld

prosano training
Uerdinger Str. 100, 47799 Krefeld

YOGALEBEN
Grenzstr. 127, 47799 Krefeld

Fußorthopädie Janßen
Dampfmühlenweg 7, 47799 Krefeld

Schiller Apotheke
Uerdinger Str. 278, 47800 Krefeld

Physiotherapie Aleksandra Traub
Schönwasserstr. 105, 47800 Krefeld

Naturkost Bettinger
Friedrich-Ebert-Straße 240, 47800 Krefeld

DRK Kreisverband Krefeld e.V.
Uerdinger Str. 609, 47800 Krefeld

Buchen-Apotheke
Buschstraße 373, 47800 Krefeld

Naturheilpraxis sanare naturalis
Uerdinger Str. 573, 47800 Krefeld

Sport Giebelen
Moerser Landstraße 403, 47802 Krefeld

Praxis für Osteopathie & Physiotherapie Husson
Moerser Landstraße 389, 47802 Krefeld

Restaurant Klarsicht
Moerser Str. 79, 47803 Krefeld

FitPark ONE
Gahlingspfad 14, 47803 Krefeld

Media Markt Krefeld
Blumentalstr. 151-155, 47803 Krefeld

salvea Gesundheitszentrum
Westparkstraße 107-109, 47803 Krefeld

FACTORY Crefeld
Oberdießemer Str. 24, 47805 Krefeld

Hochschule Niederrhein
Reinarzstraße 49, 47805 Krefeld

Klinik Königshof
Am Dreifaltigkeitskloster 16, 47807 Krefeld

Fischelner Gesundheitshaus
Hafelsstraße 15, 47807 Krefeld

Hildegardis Apotheke
Buddestraße 103, 47809 Krefeld

Rund um alle Sorgen
Am Verschubbahnhof 55, 47809 Krefeld

timeout Fitness- und Gesundheitscenter
Löschenhofweg 70, 47829 Krefeld

Bauernladen Uerdingen
Niederstraße 51, 47829 Krefeld

St. Josefshospital
Kurfürstenstraße 69, 47829 Krefeld

Vital Apotheke
Schulstraße 1-3, 47839 Krefeld

Halle 22
Schmelzerstraße 5, 47877 Willich

Hospital zum Heiligen Geist
Von-Broichhausen-Allee 1, 47906 Kempen

Physioteam Winz
Hauptstraße 10, 47918 Tönisvorst

Standort mit moveo-Aufsteller und AED vor Ort

Möchten Sie Auslagepartner werden oder einen AED in Ihren Räumlichkeiten installieren? E-Mail weber@moveo-magazin.de oder Tel. 0163 - 4597082.

KLEEBLATT APOTHEKE®

WIR kommen zu IHNEN bis an die Haustüre – bleiben SIE Zuhause!

» Rezept-Abholservice
» Medikamentenlieferung

» Alle Rufnummern Ihrer Apotheke finden Sie unter www.kleeblatt-apotheke.de

moveo Expertendialog:

Beste Kontakte immer noch persönlich knüpfen

Seit zwei Jahren gibt es den moveo Expertendialog. Hier treffen sich an Gesundheit interessierte Menschen, um Neues aus diesem Bereich zu erfahren, mit anderen Mitgliedern und Gästen ins Gespräch zu kommen und sich auszutauschen. Denn, so die Überzeugung der beiden Expertendialog-Gründerinnen, Sarah Weber und Sigrid Baum, „die besten Kontakte werden immer noch von Angesicht zu Angesicht geknüpft“. Auch in Zeiten der Digitalisierung, Social Media und Webinare. Die Erfolge der bisher durchgeführten Treffen, unter anderem bei salvea, dem St. Elisabeth-Hospital, der Klinik Königshof, der Hochschule Niederrhein und hillus Engineering geben den beiden Gründerinnen Recht.

Aufgrund der derzeit noch geltenden Kontaktbeschränkungen kann das Gesundheits-Netzwerk nicht an der bewährten Veranstaltungsform festhalten. Deshalb wird die für den 26. Mai geplante Veranstaltung bei VPmed auf einen noch unbestätigten Nachholtermin verschoben, über den aber rechtzeitig informiert wird. Aktuell nutzt der moveo Expertendialog die Zeit, um die Veranstaltungen der zweiten Jahreshälfte zu organisieren, in der sich die Verhältnisse hoffentlich wieder normalisiert haben. Fest geplant sind im Moment Treffen des Expertendialogs beim SC Bayer 05 Uerdingen am 25. August sowie am 06. Oktober im Hospiz Krefeld. Wie gewohnt, können die Mitglieder des Gesundheits-Netzwerks dann wieder spannende und kompetente Gastredner aus der Gesundheitsbranche und angeregte Gespräche beim anschließenden Imbiss erwarten. *_Redaktion*

Foto: Simon Erath

Die Expertendialog-Gründerinnen Sigrid Baum und Sarah Weber

moveo Expertendialog
Dienstag, 26. Mai, 19 Uhr, VPmed – wird verschoben
Dienstag, 25. August, 19 Uhr, SC Bayer 05 Uerdingen e. V.: Vorträge zu den Themen „Stressfrei im Homeoffice“ und „Mobility im Alltag“
Dienstag, 06. Oktober, 19 Uhr, Hospiz Krefeld

www.moveo-expertendialog.de
info@moveo-experendialog.de

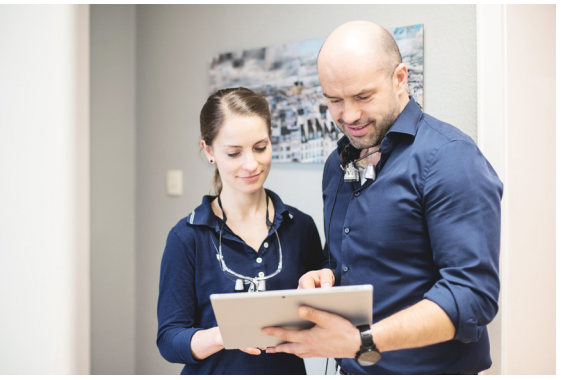
Naturheilpraxis
Sanare Naturalis
amerikanische Chiropraktik
Individuelle Behandlung für Ihre Gesundheit
Faszientherapie • Massagen • Ästhetische Medizin
Sanare Naturalis
Uerdingerstr. 573
47800 Krefeld
Tel.: 02151 - 5243543
Mobil : 0173 - 8626293
Mail.: info@sanare-naturlais.de

Sabine Engler
Steuerberaterin
Steuer- und Wirtschaftsberatung auch für Ärzte, Zahnärzte und Apotheken
Flünnertzdyk 230, Krefeld
Telefon 02151- 56 10 71
www.steuerberatung-engler.de
www.steuerberatung-fuer-aerzte.de
Fachberaterin für den Heilberufebereich (IFU/ISM gGmbH)

Zahnarzt Wojtek Honnefelder

Der Mund: Eintrittspforte in den Kosmos Mensch

Mein Name ist Wojtek Honnefelder. Ich bin niedergelassener Zahnarzt und praktiziere seit über 15 Jahren mit Lust und Leidenschaft in Krefeld. In meiner Praxis arbeiten insgesamt 12 Menschen jeden Tag aufs Neue daran, Patienten bei ihrer wachsenden Mund- und Körpergesundheit zu unterstützen. Im Laufe der Jahre habe ich mich auf langwertigen Zahnersatz und nachhaltige und ganzheitliche Gesundheitsbildung spezialisiert. Es freut mich sehr, dass ich ab jetzt regelmäßig die Gelegenheit bekomme, Ihnen an dieser Stelle Fakten, Weisheiten und auch kleine Geheimnisse aus der Welt der Zahnmedizin näherzubringen.



Zahnarzt Wojtek Honnefelder

Ich werde Ihnen wichtige Details zu Kronen, Implantaten und Prothesen verraten, Ihnen erklären, inwiefern ein schmerzendes Knie mit dem Kiefergelenk zusammenhängen kann. Ich zeige, weshalb eine Spritze im Mund nicht wehtun muss und warum manche Wurzelbehandlung besser nicht stattfindet. Darüber hinaus erfahren Sie, wie Sie mich als Zahnarzt mit der richtigen Pflege Ihrer Zähne arbeitslos machen können und mit welcher Ernährung sowie Ernährungsergänzung Ihre chronischen Erkrankungen gelindert werden. Mit diesem Wissen werden Sie fitter, schlanker und widerstandsfähiger gegenüber Erkältungen als je zuvor.

Denn der Mund ist der Eingang zu unserem fantastischen Wunderwerk Körper. Durch den Mund werden die Speisen und Getränke eingenommen, aus denen sich der Köper später selbst aufbaut und aus denen der innere Arzt und der innere Apotheker Ihre Abwehrstoffe und Heilmittel herstellen können.

Dabei ist ein Zahn viel mehr als nur ein mechanischer Stößel zum Zerkleinern der Nahrung und ein Zahnarzt viel mehr als der Mechaniker, der Ersatzteile einbaut, die das Zerkleinern ermöglichen. Ich als Zahnarzt arbeite an genau diesem Eingangsportal zum unglaublichen Universum unseres Körpers, ich kann täglich in diesen Körper hineinsehen und am Zustand der Zähne, der Schleimhäute und der Zunge Hinweise bekommen, wie es dem Menschen und seinem Organismus geht. Dabei sind ein Mund ohne Sorgen und Schmerzen sowie ein gesünder werdender Körper gar nicht so schwer zu erreichen. Wie das gehen kann, werde ich Ihnen zeigen.

Ich freue mich auf die gemeinsame Zeit!
Mit herzlichen Grüßen

Ihr Wojtek Honnefelder

Zahnarztpraxis Wojtek Honnefelder,
Schwertstraße 136, 47799 Krefeld, Telefon: 02151 - 31 45 92,
info@honnefelder.com, www.honnefelder.com

Brillen für Hühneraugen und Schuhe für Krähenfüße:

Eine ungewöhnliche Liebesgeschichte

Hühneraugen und Krähenfüße. Brillen und orthopädische Schuhe. Augenoptikermeister und Orthopädieschuhmachermeisterin. Es gibt einige Dinge, die augenscheinlich nicht zusammenpassen, aber gemeinsam ein unschlagbares Ganzes ergeben. Zu diesem Ganzen haben es Irina Eisenbach von Fußorthopädie Hans Janßen und Jörg Fraunhofer von Optik Hillenhagen geschafft: Erst nur beruflich miteinander verbunden, ist aus den zwei Krefelder ein harmonisches Liebespaar geworden, das nicht nur privat, sondern auch im Job aufeinander baut und voneinander profitiert.

„Ich brauchte irgendwann eine neue Brille und bin über Empfehlungen bei Optik Hillenhagen gelandet“, erinnert sich die 51-Jährige. „Was ich nicht wusste, ist, dass auch Jörg über Mundpropaganda einige Wochen später bei mir im Laden stehen sollte: Er brauchte orthopädische Einlagen.“ Die beiden Selbstständigen kommen ins Gespräch und tauschen sich aus: Sie beraten sich rund um neue Krankenkassenverordnungen, tratschen über witzige Kundenerfahrungen oder besprechen sich rund um Personalführung. „Das war ganz platonisch, aber hat sich immer gut angefühlt“, bezeugt auch Jörg Fraunhofer. „Mehr habe ich mir dabei allerdings nicht gedacht.“

Auch beim Polizistenball vor einigen Jahren fällt der Groschen nicht: Obwohl die Tischnachbarn hinter vorgehaltener Hand darüber spekulieren, ob eine private Verbindung zwischen den Krefeldern besteht, lachen die beiden Unternehmer nur darüber, dass sie beide zufällig Tickets für den Ball geschenkt bekommen haben und jetzt auch noch am gleichen Tisch sitzen. „Und irgendwann sprach mich eine Kundin von Irina an und sagte: ‚Du ich glaube, sie ist verliebt in dich.‘“, erinnert sich Fraunhofer.

Fotos: Justin Bockey

Jörg Fraunhofer und Irina Eisenbach

Eine wunderbare Liebesgeschichte beginnt: Denn im zweiten Lebensabschnitt finden Irina Eisenbach und Jörg Fraunhofer nicht nur eine private Verbindung, die wie bei Teenies Schmetterlinge in ihnen hochsteigen lässt, sondern sie entdecken auch die Vorteile darüber, die Liebe zur Selbstständigkeit zu teilen. „Wir haben beide einen unheimlich hohen Qualitätsanspruch an das, was wir tun“, erklärt Eisenbach. „Familiarität im Umgang mit Mitarbeitern und Kunden ist uns genauso wichtig wie das Serviceversprechen, das wir als inhabergeführtes Geschäft jedem einzelnen geben.“ Experten in ihrem jeweiligen Bereich, stecken die Beiden nun auch häufig rund um die Geschäftsführung die Köpfe zusammen: Marketingmaßnahmen werden besprochen, über neue Kassenansprüche diskutiert oder auch der Hygieneplan rund um Corona gemeinsam ausgearbeitet. „Das schafft eine gute Symbiose, aus der wir beide beruflich schöpfen“, betont Fraunhofer.

Diese besondere Verbindung wird nun auch in den Ladenlokalen der beiden Krefelder sichtbar: Mit viel Humor haben sie sich von der Künstlerin Mauga Houba-Hausherr außergewöhnlich karikieren lassen. „Brillen für Hühneraugen und Schuhe für Krähenfüße“, erklärt Eisenbach lachend und zeigt auf die bunten Hühner auf der Leinwand. „Hat was, oder?“ *_Ann-Kathrin Roschek*

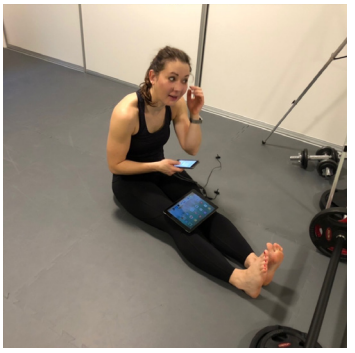
Fußorthopädie Hans Janßen, Dampfmühlenweg 7, 47799 Krefeld
Telefon 02151 - 29 778, www.fussorthopaedie-janssen.de

Optik Hillenhagen, Königstraße 138, 47798 Krefeld
Telefon 02151 - 25 426, www.optik-hillenhagen.de

FIT Online:

Mit Iza Struck ins virtuelle Trainingslager

Fitnessstudios hatten zwei Monate lang geschlossen, Sportvereine nehmen ihren Betrieb erst zaghaft wieder auf. Da auch die Arbeitsverhältnisse im Home Office bei vielen Menschen während der letzten Wochen nicht optimal waren, warnen Fachleute jetzt schon vor einem Anstieg der Zahl von Übergewichtigen durch die Umstände der Corona-Pandemie, mit Folgen und Nebenwirkungen wie Rückenbeschwerden, Bluthochdruck, Stoffwechselstörungen und Diabetes.



Personal Trainerin und Ernährungsberaterin Izabela Struck in ihrem Element

Iza Struck, die Personal Trainerin, Ernährungsberaterin und Motivationskünstlerin hinter Big Apple Fitness, stellt sich dieser Entwicklung schon seit Anfang April aktiv entgegen. Ihre Antwort auf alle coronabedingten Fitness- und Gesundheitssorgen heißt FIT Online und gehört bereits seitdem zum Angebot von Big Apple Fitness. Das Fitnesstraining findet via Livestream über PC, Notebook, Tablet oder Smartphone statt und wird im Unterschied zu vergleichbaren Angeboten von der Expertin persönlich betreut. Auf Wunsch kann jeder seine Kamera dazuschalten und sich bei den anspruchsvollen Trainings von ihr mitreißen und anfeuern lassen. Daneben gibt es die persönliche und individuelle Beratung via Videochat oder auch ein richtiges Online Personal Training. „Mit ist es einfach wichtig, meine Kunden auch in dieser schwierigen Zeit möglichst individuell zu betreuen. Mit FIT Online kann ich das auch jetzt bieten!“ sagt Iza Struck. Klienten, die terminlich stark eingespannt sind, bietet Iza die Trainingseinheiten auch als On-Demand-Programm an. „Bei der Gestaltung der Trainings achte ich darauf, dass sie überall und ohne besondere Hilfsmittel durchführbar sind. Das einzige was benötigt wird, sind kleinere Gegenstände wie zum Beispiel eine Wasserflasche oder ein Stuhl“, erklärt die Sportpädagogin. Weitere Informationen zu FIT Online gibt es auf der Website von Big Apple Fitness. Hier kann man einmal testweise mitmachen oder Online-Tickets erwerben. _*Redaktion*

Big Apple Fitness,
Tel.: 0176 - 61 60 76 70, iza@bigapplefitness.de,
www.bigapplefitness.de

Innovative Krebstherapie:

Wie ein Feuerwerk im Tumor

Ein großes, zukunftsorientiertes Haus wie das Helios Klinikum Krefeld lebt wesentlich vom regen Austausch und der engen Zusammenarbeit seiner Fachbereiche. Ziel dieser Kooperation muss immer das Wohl des Patienten sein. Die Brachytherapie, eine Form der Tumorbestrahlung, die derzeit von nur wenigen Kliniken in Deutschland angewendet wird, ist ein gutes Beispiel. Um Krebserkrankten diese erfolgversprechende Therapie anbieten zu können, arbeiten wir – Experten der Interventionellen Radiologie, der medizinischen Physik und der Strahlentherapie – am Helios Klinikum Hand in Hand.

Archivbild: Simon Erath

Prof. Dr. Marcus Katoh und Dr. Michael Daum-Marzian

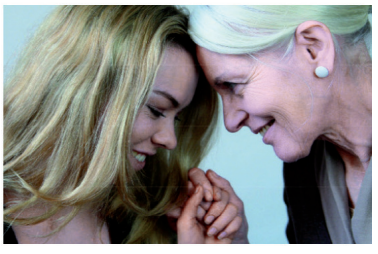
Das Verfahren der Brachytherapie erinnert an das Modellieren einer Skulptur. Der Radiologe setzt dabei je nach Tumorgröße und -form bis zu zwölf Hohlnadeln. Die Kombination aus verschiedenen Nadeln und unterschiedlicher Beladung erlaubt es, die Tumorformation exakt nachzubilden, sodass der Strahlentherapeut in die Lage versetzt wird, in kurzer Zeit eine sehr hohe Dosis einzubringen. Die radioaktive Quelle, Iridium-192, strahlt etwa zehn Millimeter tief ins Gewebe. Für den Tumor ist das so, als würde in ihm ein Feuerwerk gezündet. Gleichzeitig wird das umliegende, gesunde Gewebe geschont. Die Bestrahlung erfolgt dann von innen nach außen.

Der Vorteil für unsere Patienten: Die Brachytherapie ist schnell und extrem wirksam, dabei aber sehr schonend. Da die Bestrahlung ihre Kraft hochdosiert direkt im Tumorgewebe entfaltet, sind meist nur wenige Sitzungen nötig. Bereits nach etwa zwei Wochen lässt sich erkennen, dass der Tumor einschmilzt und das abgetötete Gewebe vom Körper abgebaut wird. Bei bestimmten Krebspatienten, bei denen eine Operation nicht möglich ist oder eine Bestrahlung von außen zu starke Nebenwirkungen hätte, eröffnet die Brachytherapie ganz neue Heilungschancen. Vor allem bei Kopf- und Halstumoren, Brust- und Prostatakarzinomen, bei Lungen- und Speiseröhrentumoren, bei Lebermetastasen sowie bei gynäkologischen Tumoren kommt die Therapieform bei uns am Klinikum zum Einsatz.

Wir sind stolz darauf, die Brachytherapie am Helios Klinikum Krefeld etabliert zu haben. Ermöglicht wird das natürlich in erster Linie durch den technischen und wissenschaftlichen Fortschritt. Für den Erfolg letztlich entscheidend ist aber der menschliche Faktor, die enge partnerschaftliche Kommunikation und Kooperation der verschiedenen Fachbereiche und ihre Einbettung in das zertifizierte ontologische Zentrum (HOZ).

Prof. Dr. Marcus Katoh
Chefarzt Interventionelle Radiologie

Dr. Michael Daum-Marzian
Chefarzt Strahlentherapie



Geht es Ihnen genauso? Es ist Weihnachten und Sie wissen nicht, was soll ich den Eltern oder den Großeltern schenken?

Die haben schon alles....

Rufen Sie uns an, wir beraten Sie sehr gerne

Tel.: 02151 5396-0

Deutsches Rotes Kreuz
Aus Liebe zum Menschen.

Wie wäre es mal mit etwas sinnvollem?

Ein Abo für ein Hausnotrufsystem erleichtert auch Menschen, die nicht mehr ganz so mobil und fit sind das Leben. Und alle haben das beruhigende Gefühl der Sicherheit.

Deutsches Rotes Kreuz
Krefeld e.V.
Uerdinger Str. 609
47800 Krefeld
www.drk-krefeld.de

Kocks Kolumne Teil drei:

Scheiden tut weh

Bis dass der Tod euch scheidet, heißt es vor dem Traualtar, und so lange die Flugzeuge im Bauch noch tanzen, können sich frisch Verliebte nicht vorstellen, dass ihr Eheglück vorzeitig endet. Das tut es in Deutschland aber trotzdem in etwa 150.000 Fällen pro Jahr. Ist der „Worst Case“ dann eingetroffen, geht es leider schnell ums Finanzielle – und dazu gehört in vielen Fällen eine Immobilie. Ein Haus, das man nicht mehr gemeinsam bewohnen möchte, und in dem nun ein Partner – oft mit den gemeinsamen Kindern – weiterlebt. Ob dies dauerhaft so bleiben kann, entscheidet aber leider das liebe Geld. Denn das Weiterwohnen wird nur möglich sein, wenn der im Haus verbliebende Teil des Ehepaares die finanziellen Belastungen allein stemmen kann.

KLAUS KOCK IMMOBILIEN

Um eine Scheidung fair und vernünftig über die Bühne zu bringen, sollte man auf jeden Fall einen Rechtsbeistand einschalten. Denn fast immer sind starke Emotionen im Spiel, die das Aushandeln auf eigene Faust unmöglich machen. Genau das Gleiche gilt für das Managen der gemeinsamen Immobilie: Den Wert der Immobilie korrekt zu bestimmen, zu prüfen, ob das Haus geteilt werden kann, die Vermietung zu organisieren oder den Verkauf durchzuführen, überlässt man am besten einem (neutralen) Experten, der seine Arbeit versteht. Und ist ein Verkauf aus wirtschaftlichen Gründen schon unvermeidlich, ist es umso sinnvoller, jemanden zu beauftragen, der das Optimum herausholt.

Ein kostenloses E-Book zum Thema „Scheidung“ können Sie sich auf meiner Internetseite: www.kock-immo.de/unsere-ratgeber/ herunterladen. Oder rufen Sie mich einfach an: 02151 - 624 65 25.

Als lokaler Immobilienexperte kennt Klaus Kock den heimischen Markt. In über 30 Jahren Vertriebstätigkeit hat der gebürtige Krefelder vor allem eins gelernt: zuhören. Von Tönisvorst aus betreut er fair und persönlich Hauseigentümer, Miet- und Kaufinteressenten in der Region.

Supervision für Pflegekräfte:

Hilfe für Helfer!

Fotos: Simon Erath

Im Windschatten der Corona-Krise hat eine Berufsgruppe ein Schlaglicht erhalten, die schon lange unter dem Radar der öffentlichen Wahrnehmung um Beachtung kämpfte. Pflegekräfte aller Fachrichtungen leisten Unglaubliches. Zwischen großer Verantwortung, Schichtdienst und bürokratischen Auflagen kümmern sie sich meist aufopfernd um Hilfsbedürftige. Neben der Bewältigung der fachlichen Herausforderungen ihrer Tätigkeit spenden sie Trost, Zuversicht und Mut. Dass sie dafür zu wenig Anerkennung erhalten und der Verdienst in keinem Verhältnis zur geleisteten Arbeit steht, ist nicht zuletzt im Rahmen der Corona-Pandemie in den Fokus gerückt worden. In keinem anderen Berufsbild ist die Zahl derer, die in Frührente gehen oder in den besten Jahren umschulen, größer. Um diesen Menschen zu helfen und den Beruf langfristig attraktiver zu machen, sind nicht nur eine gesteigerte Wertschätzung, ein besseres Gehalt und optimierte Arbeitsabläufe nötig, sondern auch eine zielgerichtete Hilfe für Seele und Geist. Wer ständig im Dienst für andere lebt, braucht einen professionellen Ansprechpartner. Jemanden, der zuhört, einordnet und reflektiert. Jemanden, der denjenigen, der sich für andere verausgabt, mit all seinen Sorgen und Nöten anhört. Die Supervision von Pflegekräften, ob in Einzel- oder Gruppengesprächen, hilft, Probleme, die über die Jahre immer größer werden, frühzeitig aufzuspüren und zu bewältigen. Aber auch Arbeitgeber erfahren so, wo Missstände im „Unternehmen“ sind und wie sie das Arbeitsumfeld verbessern können, mit dem Ergebnis, dass Pflegekräfte länger und zufriedener im Beruf bleiben. Eine Win-win-Situation für alle Beteiligten!

Ihre Anja Funkel (geb. Stapel)

Pflege? Kann ich.

Als Teil eines Familienunternehmens schafft Belia Lebensräume der Begegnung und Gemeinschaft für Senioren in Nordrhein-Westfalen. **Einrichtungsleitung Sabine Baum** möchte ihr umtriebiges Team in Krefeld an der Blumenstraße um weitere Querdenker in der Altenpflege bereichern.

Mehr Infos unter:
05143 9810-0
www.belia.de ▸Jobs & Karriere

Belia
SeniorenResidenz
Krefeld

Wir suchen
Pflegefachkraft (m/w/d)
in Tag- & Nachtdienst sowie in Voll- & Teilzeit

Neuer onkologischer Chefarzt im Helios

Moderne Krebsmedizin ist interdisziplinäre Teamarbeit: Sie benötigt besondere infrastrukturelle Rahmenbedingungen sowie erfahrene Spezialisten, die in kooperativem Austausch stehen und stets auf dem neuesten, tagesaktuellen wissenschaftlichen Stand sind. Um das zu gewährleisten, erweitert das Helios Onkologische Zentrum (HOZ) nach der Zertifizierung durch die Deutsche Krebsgesellschaft 2017 kontinuierlich sein Personal. Seit Januar 2020 verantwortet Dr. Ali Nuri Hünerlitürkoglu den Schwerpunkt der Hämatologie und Internistischen Onkologie. „Wir freuen uns außerordentlich, dass wir mit ihm einen äußerst kompetenten und überregional bekannten Tumorspezialisten für unser Team gewinnen konnten. Gemeinsam vereinen wir die Erfahrung und Expertise, um die komplexen Möglichkeiten der modernen Krebsmedizin für unsere Patienten vollständig auszuschöpfen“, erklärt Prof. Thomas Frieling, Direktor der Medizinischen Klinik II. Der 51-Jährige Hünerlitürkoglu, der mit seiner Familie in Düsseldorf lebt, bezeichnet Einfühlungsvermögen und die Demut vor dem menschlichen Schicksal als seine wesentliche Stärken neben der medizinisch-wissenschaftlichen Expertise. Das Engagement am Helios Klinikum ist für ihn auch

Dr. Ali Nuri Hünerlitürkoglu

eine Reise zurück zu den biografischen Wurzeln, denn Krefeld war vor rund 35 Jahren seine erste Begegnung mit dem Rheinland: „Ich bin damals mit meinem Vater aus Wilhelmshaven zum Spiel von Bayer Uerdingen gegen Galatasaray Istanbul angereist. Wir haben 0:2 verloren“, erinnert sich der zweifache Vater mit einem Augenzwinkern.

Urlaub am Waldsee

Der Schwimmverein SSF Aegir – Uerdingen 07 rettet in diesem Jahr den Sommerurlaub. Wer nämlich eine Fernreise in den Süden oder in weiter entfernte Urlaubsregionen gebucht hat, muss sich mit dem Gedanken anfreunden, dass daraus nichts wird. Corona hat uns in vielen Bereichen einen Strich durch die sichere Rechnung gemacht – auch bei den Urlaubsplänen. Da es kurzfristig auch keine Kapazitäten mehr an deutschen Touristenzielen gibt, hilft nur der Blick vor die Haustür. Zum Beispiel nach Uerdingen, wo der Schwimmverein SSF Aegir sein idyllisch gelegenes Clubgelände hat.

Eingerahmt vom Wald und dem Waldsee finden Erholungs- und Vergnügungssuchende hier alles, was das Herz begehrt. Zur wunderschönen Anlage gehören neben der großzügigen Liegewiese unter anderem ein 50 Meter langes Schwimmbecken, ein Kinder-Plantschbecken sowie Tennis-, Volleyball-, Basketball- und Spielplätze. Der Waldsee steht zum Stand-up-Paddeling zur Verfügung, die angrenzende Terrasse lädt bei ansprechender Gastronomie und Erfrischungen zum Verweilen ein. Der Jahresbeitrag für Familien ist ein echtes Schnäppchen: Für 300 Euro (Erwachsene 174 Euro, Jugendliche 75 Euro, zuzüglich 100 Euro Aufnahmegebühr) können sie die Anlage nutzen und einen oder mehrere der zahlreichen angebotenen und professionell betreuten Schwimm- und Fitnesskurse belegen – ganz gleich, wie viele Kinder sie haben. Warum in die Ferne schweifen, wenn das Gute so nah liegt? Der Sommerurlaub beim SSF Aegir ist sicher, entspannt, aktiv und kommt dazu noch ohne jeden Anreisestress aus. Das gilt in diesem wie auch in den kommenden Jahren! *_Redaktion*

SSF Aegir – Uerdingen 07 e. V. ,
Duisburger Str. 384, Tel.: 02151 - 481212, www.aegir-uerdingen.de

Alexianer
ALEXIANER KREFELD GMBH

Lebe.
Liebe.
Pflege!

Du bist ihre Welt.

Ausbildung zur Pflegeassistenz (m/w/d) in nur einem Jahr

Ohne Nächstenliebe und Mitgefühl steht unsere Gesellschaft auf wackligem Fundament. Erst in unserer Zuwendung für die steigende Zahl der Hilfebedürftigen, Kranken, Schwachen und Senioren zeigt sich, wie belastbar sie ist. Sie braucht Menschen wie Dich: Menschen mit Herz, Empathie, Verstand und einer helfenden Hand.

Tu Dir etwas Gutes: Entscheide Dich für Deine Mitmenschen!
Entscheide Dich für einen Pflegeberuf bei den Alexianern!

Du hast einen Hauptschulabschluss und strebst eine Laufbahn als Pflegeassistenz (m/w/d) an oder Du möchtest als Quereinsteiger in den Pflegeberuf einsteigen? Dann bist Du bei uns genau richtig. Denn als sozialer Träger im Gesundheitswesen bieten wir zahlreiche berufliche Möglichkeiten und Perspektiven in unseren Einrichtungen an und decken das gesamte Spektrum der Pflegetätigkeit ab.

Alexianer
ALEXIANER KREFELD GMBH

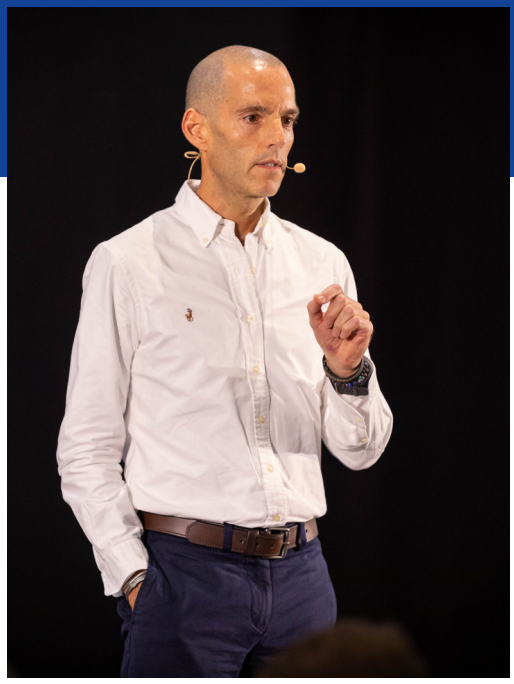
Bewirb dich jetzt!

alexianer-krefeld.de/karriere/pflegeberufe

JETZT IM ONLINESEMINAR:
WERTVOLLES FINANZWISSEN FÜR SPARER UND ANLEGER

Machen Sie richtig, was 90 Prozent der Deutschen falsch machen – und starten Sie durch in die Top Ten der Finanzanleger!

Andree Breuer, Honorarberater



Christoph Kanzler, International Speaker und Top-Experte

International Top Speaker Christoph Kanzler erklärt, warum wir Deutschen uns seit Jahren finanziell die Butter vom Brot nehmen lassen – und wie wir es besser machen können. Dazu entführt er in nie dagewesener Form in die Geschichte der Kapitalmärkte.

Jetzt anmelden zum Webinar „Die größte Erfolgsgeschichte der Menschheit“ unter: www.anlegen-lernen.de/#workshoptermine

HONORIS FINANCE GMBH
WIR SCHAFFEN TRANSPARENZ!

Honoris Finance GmbH · Wilhelmshofallee 75 · 47800 Krefeld Tel.: 0 21 51 - 70 460 · info@honoris-finance.de · www.honoris-finance.de