

# INHALT

## PFLEGEN & BETREUEN

**Harn- und Stuhlinkontinenz:**  
Kleiner Aufwand, große Wirkung.  
Seite 6

**Stürze im Alter:** Schutz für die Hüfte. Seite 9

**Badezimmer:** Guter Start in den Tag. Seite 12



*Die Pflegeversicherung unterstützt die familiäre Hilfe. Pflegegeld und Pflegesachleistung richten sich nach der Pflegestufe.*

## RUBRIKEN

**Pflege Aktuell** Seite 4  
**Recht & Gesetz** Seite 17  
**Rätsel** Seite 22



Foto: RCN Medizin- und Reha-technik GmbH

**Hilfsmittel können die Selbstständigkeit im Badezimmer erhalten.**

## RAT & RECHT

**Hilfsmittel:** Wer übernimmt die Kosten? Seite 14

**Grund- und Behandlungspflege:** Jede Minute zählt.  
Seite 16

## LEBEN & ENTSPANNEN

**Innere Harmonie:** Kraft schöpfen für die Pflege. Seite 18

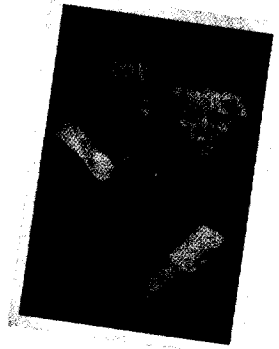
**Ernährung im Alter:** Frisches Gemüse hält jung. Seite 20



Foto: Birke/Wirths PR

**Eine ausgewogene und bedarfsgerechte Ernährung hilft, die körperliche und geistige Fitness zu erhalten.**

*Früher war Mutti für mich da, heute sorge ich für sie...*

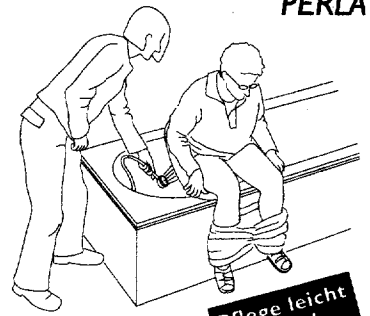


Die Pflege eines Menschen braucht viel Liebe, Zeit und Kraft. Besonders, wenn es um das Waschen und die tägliche Intimhygiene geht.

**AQUATEC PERLA**, der neue Waschsitz, ist hier die ideale Hilfe.



**AQUATEC PERLA**



**Pflege leicht gemacht!**

Ohne Montage – einfach auf die Badewanne aufgesetzt – ermöglicht **AQUATEC PERLA** das Waschen des Intimbereichs mit Hilfe der Duschbrause.

hygienisch • hautschonend • zeit- und kraftsparend

Infos unter: 08 00/40 50 600 (kostenlos)

Ja, senden Sie mir meinen Prospekt – kostenlos und unverbindlich.

Name/Vorname

Straße/Nr.

PLZ/Ort

Telefon

**AQUATEC**, Alemannenstraße 10, 88316 Isny