

INHALT



Sonne, Bewegung und eine ausgewogene Ernährung bieten optimalen Schutz vor Osteoporose.

RAT & RECHT

Rechtzeitig vorsorgen: Ein Testament regelt den Nachlass. Seite 10

Serviceleistungen der Pflegedienste: Ein kleines bisschen mehr Freiheit. Seite 12

LEBEN & ENTSPANNEN

Die tägliche Dosis Gesundheit: Neue Kraft durch Vitamine. Seite 13

Eine Stunde im Bad: Erholung wie ein Wochenende. Seite 14

IMPRESSUM

Verlag: Vincentz Kundenmedien, Postfach 6247,
30062 Hannover, Tel. (05 11) 99 10-315,
Fax (05 11) 99 10-309,
www.vincenz-kundenmedien.de
Redaktion: Kerstin Schneider (V.i.S.d.P.)



PflegePartner · 1/2006

PFLEGEN & BETREUEN

Besucher auf vier Pfoten: Tierische Partner für die Gesundheit. Seite 4

Abschied in vertrauter Umgebung: Die letzten Wochen bewusst erleben. Seite 6

Vitamin D-Mangel: Der Winter macht die Knochen mürbe. Seite 8



Foto: Fotografin Bina Engel

Ambulante Pflegedienste bieten ihren Kunden eine Vielzahl zusätzlicher Serviceleistungen.



Foto: Lavera

Wer trübe Stimmung angehen möchte, sollte sich Zeit für sich selbst nehmen. Besonders effektiv ist bewusst geplante Ruhezeit im Badezimmer.

Liebe Leserinnen, liebe Leser!

Vor wenigen Tagen feierte meine Tante ihren 80. Geburtstag. Ein Alter, das man ihr nicht ansieht. Sie ist lebensfroh und unternehmungslustig. Ihre Lebenssituation verändert sich je-



Foto: Heiko Stahl, Nürnberg

Kerstin Schneider, Redakteurin PflegePartner.

doch – denn ihr Mann wird blind. Bald ist er völlig auf ihre Hilfe angewiesen. „Meine Freude ist das Singen“, antwortete sie mir auf die Frage, warum sie dennoch Lebensmut und Freude nicht verliert. Ihre Chorproben sind ihr wichtig, die lässt sie auf keinen Fall ausfallen. „Ich bin immer für ihn da, aber einmal in der Woche, da muss ich raus“, sagt sie. „Das Singen befreit meine Seele.“

Nun mag nicht jeder Mensch singen. Viele mögen nicht einmal mehr sprechen. Sie sind gefangen in ihrem Inneren, zu dem andere Menschen keinen Zutritt haben. Tiere finden schneller Zugang. Der Verein „Tiere helfen Menschen“ hat es sich zum Ziel gemacht, behinderten und benachteiligten Menschen zu helfen. Die ehrenamtlichen Kräfte und ihre Tiere besuchen nicht nur Heime, sondern auch Menschen in ihren Wohnungen (Seite 4).

Ihre

Kerstin Schneider

Kerstin Schneider



Anzeigen: Henning-Lothar Litka, Tel. (05 11) 99 10-350
Vertrieb: Mascha Kunze, Tel. (05 11) 99 10-360
Gestaltung: Angelika Hanke
Druck: Neef + Stumme GmbH & Co. KG, Wittingen
© Vincentz Netzwerk GmbH & Co. KG