

**4** Kuren für pflegende Angehörige: Neue Kräfte sammeln

**8** Pflege und Hilfe bei Inkontinenz im Alter

**14** Recht: Das „Drachenflieger-Urteil“ ist endgültig überholt

**11** Mehr Vorteile für Diabetiker

**12** Prophylaxen: Wie Sie gezielt vorbeugen können