

Jeden Tag gepflegt genießen

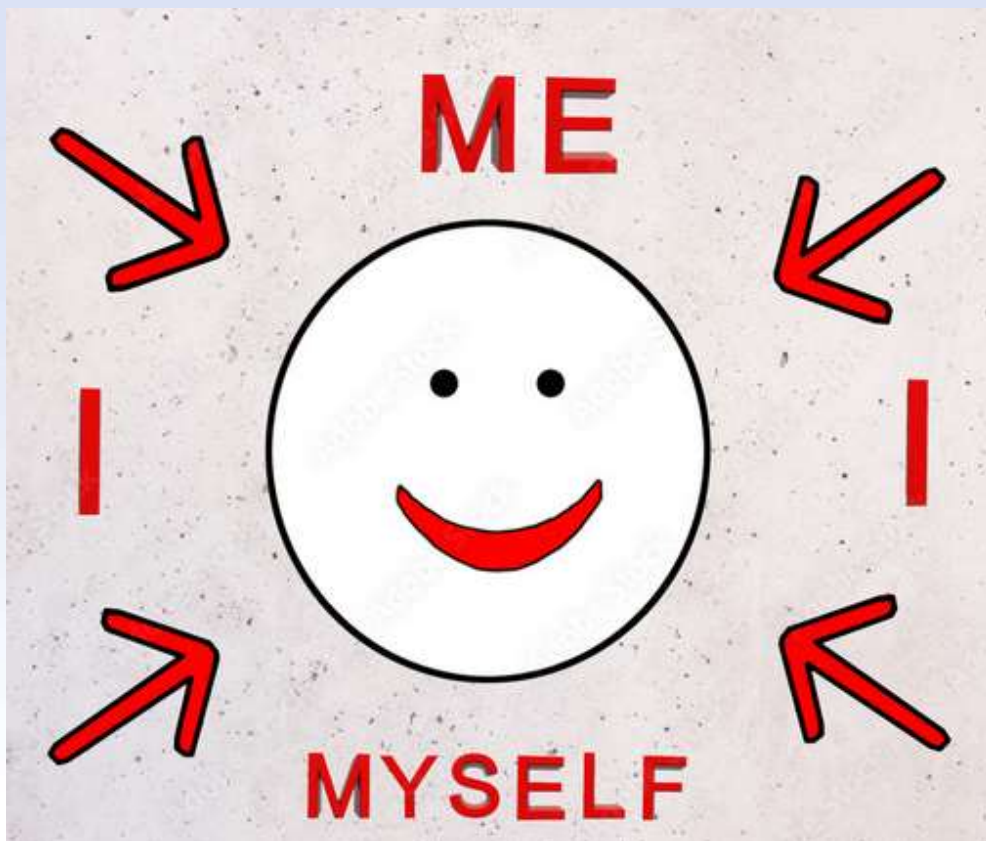


Pflege team Ostseeküste

PFLEGE-leicht

Kunden- und Mitarbeiterzeitung

Ausgabe 23 • Winter 2025 • Januar bis März



Man ist nie zu alt,
um gut für sich selbst zu sorgen.

ALLE LEISTUNGEN AUS EINER HAND

Unser Team ist umfassend ausgebildet und vielseitig aufgestellt. Wir bieten Ihnen so die vollständige Bandbreite der häuslichen Pflege.

1. Ausführliche Beratung für

- ✓ Erstbeantragung Pflegegrad
- ✓ Empfänger von Pflegegeld
- ✓ Auswahl bedarfsgerechter Pflegeleistungen

2. Pflegeleistungen

- ✓ Grundpflege, z. B. Hilfestellung bei täglicher Körperhygiene
- ✓ Behandlungspflege gem. ärztlicher Verordnungen
- ✓ Hilfe im Haushalt. u.a. Reinigung
- ✓ Gesellschaft leisten, z.B. Spazieren

3. Darüber hinaus

- ✓ Versorgung in Wohngruppen
- ✓ Urlaubs- und Verhinderungspflege
- ✓ Intensiv- und Palliativpflege
- ✓ Betreuung demenzieller Kunden

Jeden Tag gepflegt genießen 
Pflegeteam Ostseeküste

www.pflegeteam-ostseekueste.de

Inhaltsverzeichnis *Egoisten-Ausgabe*

Grußwort der Geschäftsführung.....	4
Sonderseite – Pflegeprotest.....	5
Aktuelles.....	7
Das sind wir – Mitarbeiter stellen sich vor.....	8
Das sind Sie – Kunden und Partner stellen sich vor..	12
Thema der Ausgabe.....	14
Rundum gesund	16
Der historische Beitrag.....	19
Gehirnjogging – Rätselseite für die grauen Zellen....	21
Ihre Ansprechpartner.....	22
Impressum.....	24



Kümmere dich um dich selbst –
alles andere kann warten

Grußwort der Geschäftsführung

Liebe Mitarbeiter, Kunden, Angehörige und Geschäftspartner,

Sie fragen sich, was es mit unserer **Egoisten-Ausgabe** auf sich hat? Der Begriff ist doch eher negativ behaftet. Denkste! Achtsamkeit und Selbstfürsorge stehen heute immer mehr im Fokus. Gut so, denn wer sorgt in erster Linie für uns, wenn nicht wir selbst?! Die lange Winterzeit eignet sich doch bestens, um darüber einmal nachzudenken.

Erzogen wurden die meisten von uns noch ganz anders, nämlich als bescheiden und aufopfernd. Besonders Frauen und Mütter sollten für alle da sein und sich selbst an letzter Stelle sehen. Heute kennt man vielfach das andere Extrem. Jeder ist oberwichtig, macht zig Selfies und präsentiert sich übermäßig im Internet. Ich befürworte das gesunde Maß dazwischen.

Und wie steht es bei Ihnen?

Durchstöbern wir gemeinsam die positive Egoisten-Ausgabe nach Anregungen, Tipps und Wegen dafür.

Achtsame Grüße sendet



Ihre Mareen Buchholz

Geschäftsführerin



Sonderblatt - PFLEGE-Protest



Was für alle spürbar ist, drückt sich in nackten Zahlen erschreckend aus: Die Inanspruchnahme von Sozialhilfeeleistungen aufgrund stetig steigender Pflegekosten hat sich innerhalb der letzten zehn Jahre verfünffacht!

Unser Protest geht beharrlich weiter. Erfahren Sie was wir aktuell leisten, damit Pflege leistbar ist und bleibt.

Dezember 2024

- Landespressekonferenz mit Teilnahme des Vereins zukunftsste Pflege e.V.¹
- Darlegen von Erkenntnissen aus Bürgerdialogen und Pflegepakt²
- Vorstellen geplanter Maßnahmen und möglicher Lösungsvorschläge

zum Jahreswechsel

- Schaltung eines Pflegeportals
- Überblick über MV-weite Pflegeangebote und Verfügbarkeiten bzw. Kapazitäten

<https://pflegeleidenschaft.de/pflegeangebote-finden/>



Pflegeangebote finden

¹ Unsere Geschäftsführung Frau Buchholz ist aktives Gründungsmitglied.

² Auch hier aktives Mitwirken, federführendes Organisieren und ständige Mitarbeit der Chefin

Januar 2025

- „Geschenk“- Übergabe an Abgeordnete des Landtags in Schwerin
- Überreichen eines Kalenders mit Bildern von Pflegebedürftigen als deutliche Mahnung

Februar 2025

- erster Runder Tisch in Grimmen auf hartnäckige Initiative des Vereins³
- Vernetzung aller Beteiligten gesundheitlicher, medizinischer und pflegerischer Versorgung
- gemeinsames Gestalten und Sicherstellen zukünftiger Pflege bei Nutzung aller Ressourcen



Wie Sie wissen, geben wir uns damit noch längst nicht zufrieden. Weitere Gespräche und Aktionen folgen. Sie lesen und hören davon.

Wir  Pflege

Gemeinsam für eine gesicherte Pflege - in Grimmen, MV und darüber hinaus.

³ erneut in Person von Frau Buchholz

Aktuelles

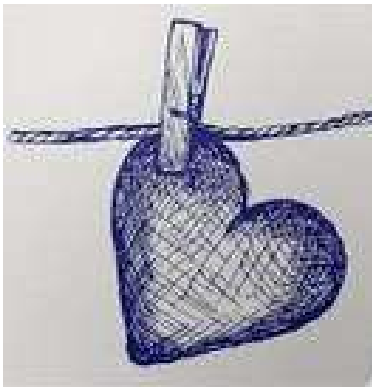
Alles lecker

Für unser Projekt „Bei Oma schmeckt es am besten“ starten wir einen aktuellen Kunden-Aufruf. Denn wie oft überlegt man vergeblich und mit Bedauern, wie die genaue Zubereitung von Omas Lekkerereien war?

Damit dieses kulinarische Wissen nicht in Vergessenheit gerät, sammeln wir Rezepte und gestalten ein Kochbuch für nachfolgende Generationen. Teilen Sie dazu ihr „leckeres Wissen“ mit uns, njam.



Alles sauber



Kleider machen Leute - das gilt auch für die Dienstkleidung beim Pflegeteam in den typisch blauen Farben. Zum noch größeren Wohlfühlen auf der Arbeit haben wir für die Kollegen Umkleiden neu gestaltet und zusätzliche Spinde besorgt, natürlich in blau.

Alles sicher

Bei unseren regelmäßigen Schulungen für Ersthelfer und Arbeitsschutz haben die Kollegen kürzlich ihr Wissen aufgefrischt. So können wir weiterhin sicher, souverän und professionell agieren.

Das sind wir - unsere Mitarbeiter stellen sich vor

Anja Ganzer – da ist man immer gut beraten

Zum Thema Selbstfürsorge und Achtsamkeit ist uns sofort die Kollegin Anja Ganzer für diesen Artikel eingefallen. Seien Sie neugierig, welches erlernte Wissen sie dazu weitergeben kann und was sie zur „Geheimwaffe“⁴ des Unternehmens macht.

1964 wurde Anja Battke in Stralsund geboren. Ihre allein erziehende Mutter war Pionierleitung an der Reinkenhäger Schule. Dadurch verbrachte die kleine Tochter drei schöne erste Lebensjahre bei ihrer lieben Oma in Brandshagen. Mit einem „neuen Vater“ zog die Familie nach Grimmen und vergrößerte sich um 2 weitere Kinder. Anja hatte immer viele Freunde und verbrachte ihre Zeit am liebsten draußen.

Der Berufswunsch Krankenschwester stand schon früh für sie fest - geprägt durch das Vorbild ihrer Tante.⁵ So nahm die Schülerin nach der zehnten Klasse in Greifswald das Fachschulstudium auf... und wurde sehr früh schwanger. Trotz aller Widerstände und Bedenken hat sie beides gewuppt, Kind und Lehre. Das wäre ihre Sturheit und Hartnäckigkeit gewesen. Sie wollte es allen zeigen.

⁴ Der Begriff steht hier ausschließlich im positiven Kontext, denn Anja steht für die Liebe zum Leben.

⁵ Anja bewunderte ein Foto der Tante - in richtiger Schwesternkleidung mit Uniform und Haube.

Und so ging ihr Leben dann auch weiter. Was Anja wollte, das hat sie durchgesetzt und erreicht. Ihren ersten Mann⁶ hat sie z. Bsp. heimlich im Urlaub geheiratet. Eine kleine Wohnung wurde bezogen - mit Plumpsklo, Ofenheizung und zweitem Kind.



Gearbeitet hat die junge Frau dann zunächst in der Zentralen Krippenverwaltung (ZVK). Der Erziehungsberuf war damals noch dem Gesundheitswesen zugeordnet. So konnte sie mit ihrer Ausbildung dort tätig sein. Ab der Wende ging das dann nicht mehr. Anja wäre hier ungelernnt gewesen und hat daher die Arbeitsstelle gewechselt. Im neu eröffneten Kursana-Heim war sie dann über 20 Jahre als Krankenschwester und im Betriebsrat tätig.

färben- und lebensfroh: Anja Ganzer

Der Wunsch nach Veränderung führte Anja ins Hospiz. Das war sehr bereichernd, wie sie sagt. Dort habe sie viel über den Tod aber auch das Leben gelernt. Ihre persönliche Zusammenfassung daraus ist: „Tue alles im Leben, was du tun möchtest, damit du auf dem Sterbebett nichts bereust.“

⁶ Bei Anja muss es „handfest“ sein - ihre Männer waren alles Maurer :-)

Auf die zehrende Hospizarbeit folgte 2015 eine erste Stippvisite beim Pflegeteam Ostseeküste. Die neue Kollegin interessierte sich hier besonders für Intensivpflege und Beatmung. Sie qualifizierte sich in diesem Bereich und arbeitete damit in einer häuslichen Betreuung. Bis zur nächsten Veränderung...

Gesundheitlich konnte Frau Ganzer den Beruf am Krankenbett nicht mehr ausüben. Als neue Chance erlernte sie das Qualitätsmanagement. Beim Solis-Pflegedienst konnte sie „ihr Baby“ komplett eigenständig großziehen.⁷ Darauf sei Sie heute noch stolz.

Für das QM ist unsere Anja jetzt beim Pflegeteam zuständig. Seit Übernahme von Solis 2023 profitieren nun wir von ihren Kompetenzen. Und das sind so einige. Unsere Geheimwaffe Anja:

- führt Pflegeberatungen nach §37/3SGB XI durch
→ der Bedarf steige stetig (ca. 30 pro Monat)
- begleitet unsere Konzepte und unterstützt die Umsetzung zur Steigerung der Lebensqualität
- kümmert sich um die Zufriedenheit aller mit offenem Ohr, Blick von außen, warmen Worten
- gibt gern ihr Wissen weiter → für fast alle Lebenslagen hat sie gute Tipps parat

Und das ist noch längst nicht alles. Zu ihrer Motivation befragt, meint die Kollegin:

⁷ Sichtet man die entsprechenden Qualitäts-Unterlagen, spiegeln sich dort viele von Anjas Werten - Rahmen geben, Wissen teilen, empathisch sein, gemeinsam weiterentwickeln, ...

„Ich habe Interesse an Menschen, möchte Hintergründe verstehen, ehrlich und fair Impulse geben. Vor allem möchte ich, dass es anderen gut geht.“

Und das merkt man ihr voll an, beruflich und privat. Unserer Anja sind Familie und Freunde sehr wichtig. Sie kümmert sich gut um ihre Mutter, hält netten Kontakt zu Bekannten, verwöhnt strahlend fünf Enkelkinder und sorgt kulinarisch für ihren Sigg⁸.

Anja ist immer offen für Neues. So kennt sie viele alternative Heilungsmethoden, kocht mit Kräutern, Ölen und gesunden Gewürzen. Kreative Entspannung findet sie im Garten, beim Malen und Lesen. So sorgt sie immer gut für ihr eigenes Wohlbefinden. Gemäß der Devise: „Kümmere dich um deinen Körper. Es ist der einzige Ort, an dem du leben kannst.“



Mit Blick auf die nahende Rente wünschen wir unserer Anja noch ein paar schöne Arbeitsjahre beim Pflegeteam. Denn:

Eine Geheimwaffe wie sie kann man immer gut gebrauchen.

Blick in die Zukunft? Anja gealtert als Märchen-Tante Wilma Brömmelmann.

⁸ Zitat Anja: „Sigg⁸ war mein dritter Versuch. Ich wollte nix Halbes mehr und er hatte eben alles.“

Das sind Sie - Kunden und Partner stellen sich vor

Gerhard Kopplin – ein feiner Kerl⁹

In unserer „Männer-WG“ Alte Feuerwehr geht es grundsätzlich sehr ruhig und gemäßigt zu. Vielleicht liegt das ja an einer besonderen Achtsamkeit oder Selbstfürsorge der Kunden. Fragen wir einmal nach, was Gerhard Kopplin so zufrieden dort macht.

Geboren im Sommer 1951 verbrachte Herr Kopplin sein gesamtes Leben in Greifswald. Der Vater war Schlosser und Dreher, die Mutter als Telefonistin im Chemiehandel tätig, Geschwister gab es auch.

Mit Details zu seinem Leben ist Herr Kopplin durchweg recht sparsam. Die scheinen ihm nicht so wichtig oder er bleibt eben gern etwas geheimnisvoll :-)



Arbeiten wollte der Jugendliche Gerhard von Anfang an im städtischen Betonwerk. So hat er dort nach Abschluss der Schule Platten für den Straßenbau oder für die Landwirtschaft angefertigt.

Das tat er durchgängig sein ganzes Arbeitsleben lang.

⁹ Diese treffende Beschreibung hat Herr Kopplin von einem Mit-Kunden der WG bekommen - wie nett!

Die Liebe hat der junge Gerhard hier auch gleich noch gefunden. Seine Edith wurde geehelicht und drei Söhne geboren.¹⁰ Als Ausgleich zum körperlich schweren Job erholte sich der Familienvater gern im Garten oder er trainierte beim Fußball.

Sport interessiert ihn auch heute noch, allerdings eher im TV. Denn seit nunmehr acht Jahren bedarf Herr Kopplin der pflegerischen Hilfe unseres Teams.



Befragt zu seinem Wohlbefinden bei uns in der Wohngruppe findet er einfach alles gut: die Versorgung mit Essen und Pflege, die Mitarbeiter sowie die anderen WG-Kunden.

Für großen Trubel ist der Mann nicht zu haben, dafür spielt Herr Kopplin gern in Gesellschaft, zum Beispiel Karten.

Rundum zufrieden: Gerhard Kopplin

Auch dabei redet er nicht übermäßig viel. Die Kollegen beschreiben ihn als sehr zugänglichen und immer gut gelaunten Sprücheklopfer. Zufrieden, ruhig und freundlich ist Gerhard Kopplin eben

Ein ganz feiner Kerl

¹⁰ Deren Vornamen beginnen alle mit „M“ :-)

Thema der Ausgabe – Winter

Poetisches: Für Herz und Seele

Nicht nur wir Menschen haben es im Winter gern warm und kuschelig. Auch die kleinsten Lebewesen freuen sich über ein gemütliches Plätzchen.

Fliegenbitte (Auszug)

August Heinrich Hoffmann von Fallersleben

Gönnt doch dem kleinen Wintergast
Im warmen Zimmer Ruh und Rast.
Da draußen ist gar schlimme Zeit,
Es stürmt und regnet, friert und schneit.

Ach, mein Begehren ist nur klein,
Ich nehme wenig Raum nur ein!
Im Blumenbusch am Fenster hier,
Da such' ich mir ein Nachtquartier.



Und wird es mir darin zu kalt,
So ist mein liebster Aufenthalt
Beim alten Fritzen auf dem Hut,
Da sitz' ich sicher, warm und gut.

...

Drum laß die arme Flieg' in Ruh,
Sie hat ein Recht zu sein wie du.

Kulinarisches: Für die schlanke Linie

Alle lieben Süßes - als Dessert, zur Belohnung oder zum Trost. So sind in den Kochbüchern unserer Wohngruppen zahlreiche Rezepte für Kuchen und Nachspeisen zu finden. Dann stöbern wir doch gleich mal bei „Unser neues Zuhause“, welches süße Geheimnis sich hier zum Nachmachen findet.

DDR Buttermilchkuchen

Den kennt man von früher. Der passt in jede Jahreszeit und Lebenslage. Und geht ganz einfach:

- ✓ 250 g Sonja Pflanzenmargarine vermengen mit
- ✓ 3 Eiern, 3 Tassen Zucker, 4 Tassen Mehl
- ✓ dazu 2 Tassen Buttermilch geben
- ✓ 1 Päckchen Vanillezucker und 2 gestrichene Teelöffel Natron ergänzen
- ✓ 50g Backkakao (bei Belieben) hinzufügen

Alles schön verrühren und auf einem Blech verteilen. Angaben zu Temperatur und Zeit waren nicht notiert. In der Küche geht ja viel „nach Nase“. Versuchen Sie es zunächst bei 200° und 30 Minuten.

Dann einfach die Probe machen - mit den Augen die Farbe, mit dem Holzstiel den Garzustand. Zur Probe mit der Zunge finden sich dann bestimmt zahlreiche freiwillige Verkoster ein.



Rundum gesund - Das medizinische Thema für Ihr Wohlbefinden

Selbstfürsorge, Selbstliebe und Selbstwert

Es mag zunächst etwas ungewohnt erscheinen, sich mit so viel „Selbst“ zu befassen. Aber es lohnt sich, denn: „Sich selbst zu lieben, ist der Beginn einer lebenslangen Romanze.“ Erfahren wir hier ganz unromantisch, wie Selbstliebe und -fürsorge quasi nebenbei auch unser Selbstwertgefühl enorm heben.

Selbstfürsorge - Was ist das?

Gemäß Definition bedeutet Selbstfürsorge, sich aktiv und bewusst um seine eigene Gesundheit zu kümmern - sowohl auf körperlicher, seelischer als auch sozialer Ebene. Das umfasst u.a. Schlaf, Erholung, Ernährung, Sport und soziale Interaktionen. „Egoistisches“ Ziel dabei ist die Herbeiführung bzw. Aufrechterhaltung von Lebensqualität und Wohlbefinden. Die Balance von Anstrengung und Ruhe steht im Blickfeld. In der Grundhaltung ist man es wert, gut mit sich umzugehen und darauf zu achten, dass andere dies auch tun.¹⁾

Selbstfürsorge - Was soll das?

Aber pfui! Es ist doch total egoistisch, zuerst an sich zu denken, oder? Betrachten wir es einmal anders:

¹⁾ Du bist der wichtigste Mensch in deinem Leben. Also behandle dich auch so.

Wer die eigenen Bedürfnisse nicht kennt bzw. immer wieder ignoriert, wird irgendwann Schaden davon nehmen. So kann man auch nicht mehr für andere da sein. Im Kern ist es doch ganz einfach: Nur ein glücklicher Mensch kann andere Menschen glücklich machen. Na also, seien wir gut zu uns selbst. Und das geht so...

Selbstfürsorge - Wie geht das?

Wer noch nicht genau weiß, welche Dinge ihm persönlich gut tun, fängt einfach mit den grundlegenden menschlichen Bedürfnissen an.¹²

- ♥ Welches Essen und Trinken tut mir gut?
→ bewusstes Genießen, Ungesundes meiden
- ♥ Wieviel Schlaf benötige ich?
- ♥ Welche Art von Bewegung tut mir gut?
→ Hormone sorgen für Energie und Stimmung
- ♥ Welche sozialen Kontakte sind mir wichtig?
→ sich Zeit nehmen für gute Beziehungen



In der nächsten Stufe geht es darum, die eigenen Bedürfnisse zu erkennen.

Nehmen Sie sich genügend Zeit für diese wichtige Überlegung.¹³

¹² siehe <https://www.aok.de/pk/magazin/wohlbefinden/selbstbewusstsein/selbstfursorge-tipps-fuer-mehr-selbstbewusstsein/>

¹³ Hilfreich sind hierbei sogenannte Achtsamkeitsübungen. Einfache Beispiele zum Nachmachen finden sich online auf <https://www.sonnen-kunst.de/achtsamkeit-uebungen-fuer-kinder/>

- ♥ Hobby-check und Freizeit-Pep
→ alte Hobbies wiederbeleben, Neues probieren
- ♥ Dating mit mir selbst
→ Kalendereintrag: regelmäßig Zeit für mich
→ erlaubt ist alles: einfach mal nichts tun, Musik hören, lesen, rumlümmeln, ausgehen, ...
- ♥ Grenzen setzen
→ ich darf „Nein“ sagen (zu anderen und mir)
→ ich mute mir nicht mehr alles zu
- ♥ erfolgreiches Stressmanagement
→ Regenerationquellen kennen und nutzen



Stress ade - Energie ok



Damit lässt sich doch gut arbeiten. Als kompakte Unterstützung dazu diese wichtigen Gedanken:

„Zufriedenheit beginnt, wenn du entscheidest, du selbst zu sein. Denn am schönsten sind wir alle, wenn wir niemandem gefallen wollen.“

Selbstfürsorge - Was bringt das?

Diese neuartige Beschäftigung mit sich selbst wirkt rundum positiv. Die Erkenntnis, dass jeder etwas gut kann, bringt uns Selbstvertrauen, gesteigertes Selbstbewusstsein und ein tolles Selbstwertgefühl.

HURRA auf uns SELBST¹⁴!

¹⁴ „Definition“: S - ein E - igenes L - eben B - stimmt S - ouverän T - akten

Der historische Beitrag

Selbstfürsorge und andere Selbstverständlichkeiten

Beim aktuellen Thema unserer Ausgabe ist die wie sonst übliche Betrachtung im historischen Verlauf nur marginal möglich. Verallgemeinert kann man sich vielleicht darauf einigen: Selbstfürsorge in der Steinzeit war stark beschränkt auf Nahrungssuche und Familienerhalt. Heutzutage meint der Begriff viel umfassender die Selbstverwirklichung des Einzelnen.

Betrachtet man den Zeitraum vom 20. Jahrhundert, steht Selbstfürsorge ziemlich exklusiv in Zusammenhang mit materiellem Wohlstand. Danach wird es sehr philosophisch. Antike Vorstellungen von Selbsterkenntnis im platonischen Sinne über neuzeitliche Konzeptionen der Selbstsorge sind bekannt. Das heutige "Self Care" bezieht sich hingegen auf das geistige und körperliche Wohlbefinden.

Dazu, wie das zu erreichen wäre, gibt es zahlreiche Workshops, Tutorials und Seminare. Denn Achtsamkeit und Selbstliebe sind zurecht gerade „voll hip“. Aus dieser Vielzahl von Angeboten und Möglichkeiten darf nun jeder das für sich Passende heraus suchen. Wir hätten da einen Vorschlag für Sie zum Ausprobieren. Great Dream - 10 Schlüssel zum glücklicheren Leben¹⁵:

¹⁵ <https://www.actionforhappiness.de/10-keys/>

GIVING	 Tu etwas für andere
RELATING	 Verbinde dich mit anderen
EXERCISING	 Sorge gut für deinen Körper
AWARENESS	 Lebe bewusst
TRYING OUT	 Lerne immer wieder Neues
DIRECTION	 Setz dir Ziele, auf die du dich freust
RESILIENCE	 Lerne, wieder auf die Beine zu kommen
EMOTION	 Finde heraus, was dir gut tut
ACCEPTANCE	 Fühl dich wohl mit dir selbst
MEANING	 Sei Teil von etwas Größerem

Doch Vorsicht - zu sehr übertreiben sollte man es mit der Selbstliebe nicht, da sonst ggf. die „Fremdliebe“ darunter leiden könnte. Viele der heutigen Internet-Möchtegern-Stars halten es wohl mit Falco, der in den 90ern überspitzt sang: „Die ganze Welt dreht sich um mich denn ich bin nur ein Egoist.“ Zu bedenken wäre dabei aber, dass einer alleine nicht weit kommt und dass es gemeinsam viel schöner ist.

Oder was meinen Sie?

Gehirnjogging – für die grauen Zellen

Schnee-Such-Seite



Ach herrjeh - es liegt soooo viel Schnee. Wenn auch nicht vor Ihrer Tür, dann aber gut versteckt in unserem Rätsel. Finden Sie zusammengesetzte Begriffe mit dem Wortanfang „Schnee-“.

— — — —

Gegenteil von Frau



— — — — —

trägt man an Fuß



— — — —



flauschiges „Ostertier“

— — — — —

braucht man zum Fegen

— — — — —

Schmuckstück am Hals



— — — — —

nasser Niederschlag

— — — — —

Herrscher mit Krone

— — — —

Sport- u. Spielgerät zum Werfen



— — — — — —

Sehhilfe



Genug Schnee für heute? Dann schnell am warmen
Ofen wieder auf tauen :-)

Kontakt und Ansprechpartner

Wir sind für Sie da!

Bei Anliegen jeglicher Art hilft Ihnen unser freundliches Team kompetent weiter.

Unsere Bürozeiten



Montag - Freitag, 08:00 - 15:00 Uhr

Es freuen sich auf Ihre Kontaktaufnahme

Geschäftsführung 03 83 26 / 45 55 - 83
Frau Buchholz

Verwaltung 03 83 26 / 45 55 - 84
Frau Lange, Frau Lenz-Oergel, Frau Sturm-Haack

Pflegedienstleitung 01 60 / 87 34 49 7
Frau Tekin

Bereitschaftstelefon 01 74 / 98 70 05 8
außerhalb der Bürozeiten

→ Sitz der Verwaltung

Alte Feuerwehr, Dr.-Kurt-Fischer-Straße 2
linker Eingang per Fahrstuhl im Dachgeschoss

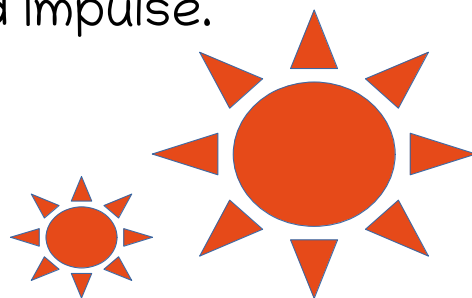
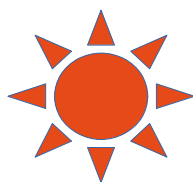
Gemeinsam noch besser

Das PFLEGE-leicht Magazin möchten wir zusammen mit unseren Lesern entwickeln und gestalten → spannend, unterhaltsam und informativ. Vor allem aber positiv und heiter.

Auf unsere Einladung zum Mitwirken haben wir nach der letzten Ausgabe (Thema Altern) einen langen Leserbrief erhalten. Danke an die Kundin für ihr Lob zur humorvollen Gestaltung unseres Magazins im Allgemeinen. Die Hinweise zum speziellen Thema Religion und Glauben haben wir interessiert aufgenommen sowie ein paar treffende Bibelzitate kennen gelernt.

Dazu sei für alle Ausgaben angemerkt, dass wir uns nicht als Fachmagazin sehen. Die Recherchen sind zwar gründlich aber nicht wissenschaftlich kleinteilig. So gibt es sicher immer wieder Ergänzungen oder Anmerkungen zu einem Thema. Wir freuen uns weiterhin über Ihre Hinweise und Impulse.

Ihr Redaktionsteam



Zitat aus dem Leserbrief:

„Sorgen bedrücken das Herz eines Menschen
aber ein gutes Wort muntert es auf.“

Impressum

Herausgeber/Redaktion

verantwortlich sind

Projektmanagement Kathleen Tobies

Geschäftsführung Dipl. Pflegewirtin Mareen Buchholz

Redaktionsanschrift

Dr.-Kurt-Fischer-Straße 1a

18507 Grimmen

Tel: 038326 / 45 55 84

mail: info@pflege team-ostseekueste.de

Steuernummer: 082 / 161 / 65404

Auflage

250 Exemplare

Druck/Herstellung

REMA-media.de

Zum Rauhen Berg 35b, 18507 Grimmen

online Ausgabe

<https://pflege team-ostseekueste.de/pflege-leicht/>

Erscheinungsweise

quartalsweise kostenfreie Verteilung an Kunden, Mitarbeiter und Partner des Pflege teams (i.d.R. im zweiten Monat eines Quartals)

Gender-Hinweis

Aus Gründen der besseren Lesbarkeit wird auf die gleichzeitige Verwendung der Sprachformen männlich, weiblich und divers (m/w/d) verzichtet.

Bild- und Quellennachweise

Deckblatt	https://www.sonnen-kunst.de
Seite 3	https://praxis-celine.ch
Seite 4, 9, 11, 13	Pflegeteam Ostseeküste
Seite 6	zukunftsbeste PFLEGE e.V.
Seite 7	https://de.dreamstime.com
Seite 12, 14	https://www.flaticon.com
Seite 14	https://emojiteria.com
Seite 15	https://www.gettyimages.de
Seite 17	https://www.etsy.com
Seite 18	https://emojipedia.com
Rückseite	https://www.spreadshirt.de

„Was passiert mit meinem Haus“

Wenn man nicht mehr so kann, wie man gern könnte, ist dies oftmals mit einem schweren Abschied verbunden.

Durch einen Umzug in eine Pflegeeinrichtung, in ein altersgerechtes oder betreutes Wohnen, verlässt man - meist nach Jahrzehnten - das geliebte Zuhause.

Ein schwerer Abschied, welcher sich meistens leider nicht vermeiden lässt.

Mit unserer Erfahrung in Sachen Immobilienverkauf würden wir Sie gerne bei diesem Abschied unterstützen.

 **Muttland Immobilien**
...sicher und stressfrei ins Eigenheim!!!

Weißdornweg 1
18439 Stralsund
Tel: 0 38 31 / 27 13 00
www.muttland-immobilien.de

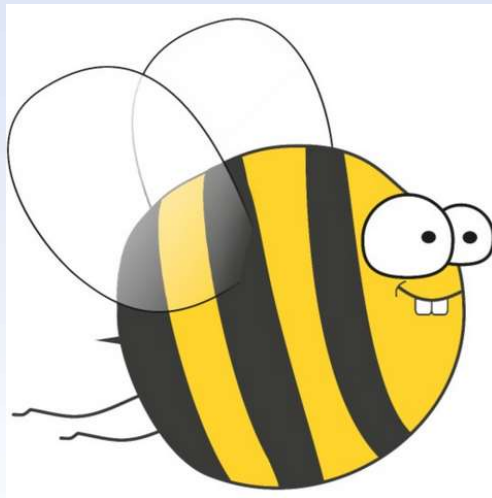


!!! Ihr Glücks-Termin !!!
Am 20. März ist internationaler Tag des Glücks :-)

Jeden Tag gepflegt genießen



Pflege team Ostseeküste



Berechnungen haben ergeben,
dass die Hummel nicht fliegen kann.
Da die Hummel das nicht weiß, fliegt sie trotzdem.
(wissenschaftliche Erkenntnis)

