

# GESUNDHEIT, WELLNESS, PFLEGE & BETREUUNG



## Rollator-Tanz und Shanty-Chor

Die Tagespflege Sabine Schmidtke hat ihr 15-jähriges Bestehen gefeiert

Am 22. August feierte die Tagespflege Sabine Schmidtke ihr 15-jähriges Bestehen – ein Jubiläum, das von Herzlichkeit, Musik und vielen unvergesslichen Momenten geprägt war. Der festliche Tag begann mit einem reichhaltigen Frühstück, das liebevoll vorbereitet war und die Tagesgäste verwöhnte.

Ein besonderes Highlight am Vormittag war der bühnenreife Rollator-Tanz, den das Team der Tagespflege mit viel Humor und Begeisterung aufführte – eine Darbietung, die nicht nur für Applaus, sondern auch für große Emotionen

sorgte. Auch Bürgermeister Armin Pollehn überbrachte persönlich seine Glückwünsche und würdigte in seiner Ansprache die langjährige Arbeit und das Engagement des gesamten Teams.

Am Nachmittag sorgte der Shanty-Chor Isernhagen mit seinen maritimen Klängen für echte Nordsee-Stimmung. Aufgrund des ungemütlichen Wetters mit kaltem Wind konnten die Tagesgäste sich nicht, wie eigentlich geplant, auf der Terrasse aufhalten. Dafür sangen sie durch die geöffneten Fenster mit. Das bunte Programm umfasste außerdem eine

Tombola, mitreißende Sommerlieder, leckere Cocktails und viele rührende Glückwünsche. „Ein Tag, der uns allen noch lange in Erinnerung bleiben wird“, resümierten die Tagesgäste.

Weitere Eindrücke und Fotos vom Jubiläum sind auf der Website der Tagespflege Sabine Schmidtke zu finden, unter <https://tagespflege-schmidtke.de>.

**Bürgermeister Armin Pollehn gratuliert der Tagespflege zum 15-jährigen Bestehen.**

Foto: privat



**Eigener Fahrdienst**      **TAGESPFLEGE**      **Kennenlern-Gutschein**

Sabine Schmidtke

**Lust auf Gesellschaft und Abwechslung?**

**Vom Frühstück bis zum Kaffeetrinken in familiärer Atmosphäre. Unser Fahrdienst kann Sie auf Wunsch abholen und sicher nach Hause bringen.**

**Vereinbaren Sie gleich einen Termin!**

**Mo. – Fr. 08:30 Uhr - 16:30 Uhr**

Wächterstieg 9  
31303 Burgdorf  
05136/ 804 64 99  
[www.tagespflege-schmidtke.de](http://www.tagespflege-schmidtke.de) | [info@tagespflege-schmidtke.de](mailto:info@tagespflege-schmidtke.de)

Auf dem Amtshof 3  
30938 Burgwedel  
05139/ 951 92 78  
[info@tagespflege-schmidtke.de](mailto:info@tagespflege-schmidtke.de)

**Gemeinsamkeit statt Einsamkeit**

## Pflegeheim-Kosten im Überblick - wer zahlt was?

Was tun, wenn es finanziell eng wird?

Im Heim gepflegt zu werden, das wird für Pflegebedürftige immer teurer: Im Bundesdurchschnitt müssen Bewohnerinnen und Bewohner mit Stand 1. Juli im ersten Jahr im Heim 3.108 Euro pro Monat aus eigener Tasche zahlen. Das zeigt eine aktuelle Auswertung des Verbandes der Ersatzkassen.

Diese Summe umfasst nicht nur den Eigenanteil für die Pflege, sondern auch Kosten für unter anderem Unterkunft, Verpflegung und Investitionen. Doch was, wenn die Rente und Rücklagen nicht ausreichen, um all das zu stemmen?

### ERST EINMAL IST DAS EIGENE VERMÖGEN DRAN

Grundsätzlich gilt: Bis auf einige Ausnahmen muss dann das eigene Vermögen für die Heimkosten eingesetzt werden, wie die Verbraucherzentralen erklären. Und: Gibt es erwachsene Kinder, die ein Jahresbruttoeinkommen von mehr 100.000 Euro haben, müssen sie sich an der Finanzierung für einen Heimplatz beteiligen - Eltern-unterhalt nennt sich das.

Die Ersparnisse sind längst dahingeschmolzen, das Geld reicht

hinten und vorn nicht? Dann ist sinnvoll, sich beraten zu lassen. Anlaufstellen dafür sind das örtliche Sozialamt, Pflegestützpunkte, Verbraucherzentralen oder die Bundesinteressenvertretung für alte und pflegebetroffene Menschen.

Dort können sich Pflegebedürftige und ihre Angehörigen über Unterstützungsleistungen informieren, die bei finanzieller Not greifen. Die sollte man allerdings rasch beantragen. Sie werden nämlich erst ab dem Monat der Antragstellung gewährt, nicht aber rückwirkend. Ein Überblick:

### WOHNGELD: FÜR HEIM-BEWohner EINE OPTION

Das Wohngeld ist ein Zuschuss zur Miete, auf den auch Heimbewohnerinnen und -bewohner unter bestimmten Bedingungen Anspruch haben. Bei einer ersten Einschätzung, ob man überhaupt mit Wohngeld rechnen darf und wie hoch es ausfallen könnte, kann den Wohngeld-Plus-Rechner des Bundesbauministeriums helfen.

Gut zu wissen: Die Höhe des Wohngeldanspruchs für Heimbe-

wohner orientiert sich an dem Mietniveau in der Region, in der sich das Heim befindet, so die Verbraucherzentralen.

Beantragen können Pflegebedürftige, die im Heim leben, das Wohngeld bei der örtlichen Wohngeldbehörde. In vielen Bundesländern gibt es dafür ein spezielles Formular. In dem Antrag müssen Heimbewohnerinnen und -bewohner ihre wirtschaftlichen Verhältnisse offenlegen, also unter anderem aktuelle Rentenbescheide und Nachweise über Vermögen beifügen. Einen Teil des Antrags muss auch die Heimleitung ausfüllen - etwa mit Details zum Wohnraum.

### PFLEGEWOHNGELD: NUR FÜR DREI BUNDESLÄNDER

Wer in Nordrhein-Westfalen, Schleswig-Holstein oder Mecklenburg-Vorpommern im Pflegeheim lebt, kann vom Pflegewohngeld profitieren, wenn es finanziell knapp wird. Mit dieser Leistung sollen die Investitionskosten gedeckt werden. Der Antrag auf Pflegewohngeld wird beim Sozialamt gestellt. Den Angaben der Ver-



**Ein Platz im Pflegeheim geht richtig ins Geld. Doch was, wenn dieses Geld fehlt? Was viele nicht wissen: Auch wer im Heim lebt, hat unter Umständen Anspruch auf Wohngeld.**

Foto: Sebastian Kahnert/dpa

braucherzentralen zufolge unterscheiden sich die Voraussetzungen und die Höhe je nach Bundesland.

### SOZIALHILFE: HILFE ZUR PFLEGE

Es besteht kein Anspruch auf Wohngeld? Dann bleibt noch die Möglichkeit, beim Sozialamt die sogenannte Hilfe zur Pflege zu be-

antragen. Auch hier müssen Heimbewohner Auskunft über ihre finanziellen Verhältnisse geben.

Reichen die nicht aus, um die Pflege im Heim zu finanzieren, springt das Sozialamt ein.

Wichtig: Sollten Pflegebedürftige bis dahin Schulden gemacht haben, um die Heimkosten zu bezahlen, werden diese nicht übernommen, so die Verbraucherzentrale. (DPA)

## 3 Tipps, wie unser Gedächtnis in Schuss bleibt

Haben Sie bestimmt schon mal gehört: dass man das Gehirn und das Gedächtnis trainieren kann und soll, damit der Kopf möglichst fit ist - und lange bleibt. Aber wie geht das im Alltag? Der Psychologe und Neurowissenschaftler Christian Jarrett nennt im Magazin «BBC Science Focus» unter anderem diese drei Methoden:

### 1. Mit Humor bleibt's besser hängen

Schon in den 1970er-Jahren zeigte sich in Studien: Lerninhalte, die mit Humor vermittelt wurden, blieben

bei Studierenden besser im Gedächtnis - allerdings nur, wenn der Witz zum Thema passte. Der Mechanismus dahinter: Wenn wir etwas lustig finden, kommt es zu biochemischen Veränderungen im Gehirn. Weil der humorvolle Inhalt in der Regel ein wenig überraschend ist und dann lustig, werden Neurotransmitter wie Dopamin ausgeschüttet und das Belohnungszentrum aktiviert.

Wie nutzt man das aktiv? Indem man es sich lustig macht. Etwa mit witzigen Akronymen (Anfangsbuchstaben von Begriffen), Eselsbrücken (wie dieser aus dem Musikunter-

richt: «Geh, du alter Esel, hole Fische» für Dur-Tonarten) oder, in dem man den Sachen auf der Einkaufsliste unterhaltsamere Namen gibt.

### 2. Direktive: Navi aus!

Rein ins Auto, Navi an - manche machen das sogar in der eigenen Stadt, und es ist ja auch praktisch und bequem. Aber: Wenn wir uns nur auf die elektronischen Wegweiser verlassen, statt den eigenen Orientierungssinn zu benutzen, hat das einen negativen Effekt auf unser räumliches Gedächtnis - es schrumpft quasi. Die gute Nachricht:

Es funktioniert auch andersherum. Wer häufiger den eigenen Orientierungssinn einsetzt, kann diese Fähigkeiten wieder aufbauen. Das muss nicht heißen, dass man lange Fahrten direkt ohne Navi antritt - anfangen kann man damit, bei Fahrten in der eigenen Gegend auf technologische Hilfe zu verzichten.

### 3. Unter Leuten sein hält fit

Wer regelmäßig mit anderen Menschen zu tun hat, bleibt länger geistig auf der Höhe, das belegen Studien. Eine weist darauf hin, dass der Effekt umso größer ist, je unter-

schiedlicher die sozialen Aktivitäten sind - ob Treffen mit Freunden, Ehrenamt, Verein. Eine andere kommt zu dem Schluss, dass zweimal pro Woche Kontakte pflegen einer der Hauptfaktoren ist, die vor nachlassender Gedächtnisleistung schützen.

Man sollte sich bemühen, zweimal pro Woche unterschiedliche soziale Aktivitäten einzuplanen. Und Christian Jarrett hat noch einen Extra-Tipp: Das kann man auch mit anderen Gedächtnis-Boostern kombinieren, etwa eine neue Sprache in einem Kurs lernen. (DPA)

## Demenz Forschung braucht Ihre Hilfe!

www.breuerstiftung.de

Spendenkonto:  
IBAN DE22 5019 0000 7100 0175 41

Hans und Ilse Breuer Stiftung  
ALZHEIMER FORSCHUNG UND HILFE

**WohnPark**  
Großburgwedel  
*Die Alternative für das Wohnen im Alter.*

## Betreutes Wohnen für Senioren

☎ 05139 986500  
✉ [info@wohnpark-grossburgwedel.de](mailto:info@wohnpark-grossburgwedel.de)  
🌐 [www.wohnpark-grossburgwedel.de](http://www.wohnpark-grossburgwedel.de)

Familienunternehmen seit 25 Jahren

❤️📍 im Herzen von Großburgwedel

---

**EichenHof**  
Burgwedel  
*Wertvolle Zeit im Alter.*

## Ambulante Pflege & Tagespflege

EichenStube

☎ 05139 986580  
✉ [info@eichenhof-burgwedel.de](mailto:info@eichenhof-burgwedel.de)  
🌐 [www.eichenhof-burgwedel.de](http://www.eichenhof-burgwedel.de)

## WEIL ES ZU HAUSE AM SCHÖNSTEN IST

... sorgen wir dafür, dass Sie dort so lange wie möglich bleiben können.

Diakoniestation Burgwedel/Langenhagen

Wir unterstützen Sie und Ihre Angehörigen einfühlsam und zuverlässig in allen Bereichen der ambulanten Alten- und Krankenpflege. Wir sind für Sie da. Jederzeit.

Ehlbeek 2 | 30938 Burgwedel  
Tel. 05139 27002 | [www.dsth.de](http://www.dsth.de)  
@diakoniestationenHannover

Lust auf einen tollen Job? Einfach & schnell bei uns bewerben: <https://kontakt.dsth.de>

**Jens Brandtstädter**  
Ambulante Pflege & Intensivpflege

Tel.: (0 51 39) 28 04      Fax: (0 51 39) 89 53 09  
[info@burgwedel-pflegedienst.de](mailto:info@burgwedel-pflegedienst.de)  
[www.burgwedel-pflegedienst.de](http://www.burgwedel-pflegedienst.de)

## Ambulante Pflege Burgwedel

Ihr Pflege- und Palliativdienst mit Herz und Kompetenz

**24 Stunden kompetent versorgt**

Vor dem Hagen 2 · 30938 Burgwedel-Fuhrberg  
Telefon (05135) 14 75 · **24 Stunden erreichbar**  
[www.ambulante-pflege-burgwedel.de](http://www.ambulante-pflege-burgwedel.de)

...gemeinsam aktiv.

## SENIOREN-TAGESSTÄTTE Melanie Strate

Breitenkampstraße 1A · 31311 Uetze-Hänigsen  
[senioren-tagesstaette.de](http://senioren-tagesstaette.de) · Tel. 05147-1064  
Mo.-Fr.: 8:00-16:00 Uhr · hauseigener Fahrdienst

## Massage-/therapie Burgdorf

Therapie & Entspannung

Ausgebildeter Masseur und med. Bademeister: bei Verspannungen, nach Verletzungen, bei Migräne und zur Entspannung.

**Kontakt:**  
Tel.: 0170 9119508  
WhatsApp: 0170 9119508  
[www.SimSeMobilemassage.com](http://www.SimSeMobilemassage.com)

5,- Rabatt

**Immer für Ihre Gesundheit vor Ort für Sie da.**

## Sperber-Apotheke

Apotheker Jannis Lang  
Hannoversche Straße 4B · Großburgwedel  
Tel. **05139 · 896770** · Fax 05139 · 896771  
[www.sperberapotheke.de](http://www.sperberapotheke.de)  
tägl. von 8.00 bis 18.30 Uhr durchgehend geöffnet,  
samstags von 9.00 bis 13.00 Uhr

über 60 Jahre

Wir helfen, wenn das Leben schwer wird.

## Ambulante Pflege JANZ

Dammstraße 7 – 30938 Burgwedel  
[www.pflegedienst-janz.de](http://www.pflegedienst-janz.de)  
Telefon: (05139) 895816