

3. Gesundheitstag im centrovital

Sonnabend, 4. Juli, an der Neuendorfer Straße 25



Anzeige

Anzeige

Rund ums Wohlergehen

3. Spandauer Gesundheitstag am 4. Juli im centrovital

Spandau. Der 3. Spandauer Gesundheitstag findet am 4. Juli von 10 bis 16 Uhr im centrovital, Neuendorfer Straße 25/Brauereihof 6, statt.

Zum dritten Mal gibt es den Spandauer Gesundheitstag. Hervorgegangen aus den Vitalmessen der Zentrums-Apotheke im Staaken-Center, wurde daraus vor drei Jahren der Gesundheitstag im Staaken-Center. Das war in diesem Jahr jedoch mit seinen Aktivitäten zum 40. Bestehen (das Spandauer Volksblatt berichtete) voll ausgelastet.

Schnell fand sich ein nicht weniger attraktiver Standort: das centrovital, das auf dem Gelände der ehemaligen Schultheiss-Brauerei gleich drei Spandauer Standortvorteile in Blicknähe rückt: Die Insel Eiswerder und die Zitadelle, dazu direkt die Havel. Mit mehr als 20 Ausstellern ist die Beteiligung am Ge-



Nicht weit vom Gesundheitstag: Blick von der Zitadelle auf Eiswerderbrücke. Foto: CS

sundheitstag seit dem Beginn 2013 um rund ein Drittel gewachsen.

Im Eingangsbereich und auf den Ebenen des centrovital präsentieren sich die Aussteller, wobei auch das centrovital mit Sportstudio, Wellness- und Ayurvedabereich sowie Gesundheitszentrum selbst zum Aussteller wird. Die Besucher erwartet damit nicht

nur eine Messe verschiedener Anbieter von der Vorsorge über die klassische Medizin bis zu Naturheilkunde, Wellness und Kurreisen, sondern ein attraktives Wochenenderlebnis, zu dem auch ein gesundes kulinarisches Angebot zählt.

Für die fachliche Information steht die einzelne Praxis ebenso zur Verfügung wie mit den Havelland-Kliniken ein ganzes Krankenhaus. Experten können Tipps geben, wie man gesund bleibt, oder es wieder wird.

Wie wichtig die Spandauer Politik und Wirtschaft den Gesundheitstag nehmen, zeigt die Eröffnung um 10 Uhr. Die wird von Bürgermeister Helmut Kleebank (SPD), Gesundheitsstadtrat Frank Bewig (CDU) und der Vorsitzenden der Vereinigung Wirtschaftshof Spandau, Gabriele Fliegel, vorgenommen. Der Eintritt zum dritten Spandauer Gesundheitstag ist frei. CS

Gesundheit treibt die Wirtschaft an

Gespräch mit Gabriele Fliegel vom Wirtschaftshof Spandau

Spandau. Der dritte Spandauer Gesundheitstag zeigt die Potenziale der Gesundheitswirtschaft für die Zitadellenstadt, die auch für die Vereinigung Wirtschaftshof ein wichtiges Thema sind.

Seit gut fünf Jahren arbeitet die Vorsitzende der Vereinigung Wirtschaftshof Spandau, Gabriele Fliegel, besonders intensiv am Thema Gesundheitswirtschaft: „Wir haben hier 5000 entsprechende Adressen.“ Mit Hilfe Europäischer Fördergelder wurden die vorhandenen Unternehmen erfasst, und längst wird daran gearbeitet, wie diese noch besser vernetzt werden können. Die Spannweite reicht vom einzelnen Selbstständigen, der Dienstleistungen im Gesundheitsbereich anbieten, über kleine und große Produzenten aus Medizintechnik und Pharmabereich bis hin zu den großen Kliniken.



Gabriele Fliegel vom Wirtschaftshof Spandau. Foto: CS

Zusammen mit Berlin Partner für Wirtschaft und Technologie – der Fördergesellschaft, in der sich der Senat und rund 200 Unternehmen zur Wirtschaftsförderung der Stadt zusammen geschlossen haben – arbeitet die Vereinigung Wirtschaftshof auch am Medizintourismus. „Wir haben hier Weltklasse-Professoren an den Krankenhäusern“, sagt Gabriele Fliegel über die Qualität der medizini-

schen Versorgung. Und die zieht längst Patienten aus dem Ausland an. In Komfortkliniken werden Gäste aus aller Welt behandelt. Oft kommen die Familien mit, suchen Spezialisten auf oder genießen die Attraktionen Spandaus wie auch Berlins.

Hier schließt sich dann der Kreis mit sozialen Aspekten: „Wir können muttersprachliche Lotsen anbieten, die die Menschen in ihrer Sprache durch die Stadt begleiten“, sagt Gabriele Fliegel mit Blick auf die vielen Spandauer unterschiedlicher Herkunft. Die Willkommenskultur funktioniert.

Und letztlich profitieren auch andere Branchen von der Gesundheitswirtschaft. Die Barrierefreiheit von Arztpraxen ist dafür ein wichtiges Beispiel. So manches Haus braucht einen Aufzug, damit der beliebte Doktor auch weiter problemlos von seinen Patienten aufgesucht werden kann. CS



centrovital.

Das Mehr für Ihr Wohlbefinden.

- Day SPA
- Siddhalepa Ayurveda Center
- Großzügige Pool- und Saunalandschaft
- SPA & Sportclub
- Gesundheitszentrum
- Restaurant Kochkunst, Bar & Bistro Backstein
- 4*-Hotel mit 158 Zimmern und Suiten
- Elf Veranstaltungsräume
- Tiefgarage mit 157 Parkplätzen

Wir freuen uns, Sie zum 3. Spandauer Gesundheitstag am Samstag, den 04.07.15 bei uns im centrovital zu begrüßen!


centrovital
HOTEL · SPA & SPORT · GESUNDHEIT

centrovital
Neuendorfer Straße 25
13585 Berlin
Tel.: +49/30/818 75-0
info@centrovital-berlin.de
www.centrovital-berlin.de

centromed Berlin-Spandau Betriebs GmbH & Co. KG

3. Gesundheitstag im centrovital

Sonnabend, 4. Juli, an der Neuendorfer Straße 25



Anzeige

Anzeige

Alles für Ihr Wohlbefinden

centrovital: Sport, Wellness, Gesundheit und Genuss unter einem Dach

Das centrovital befindet sich seit 2004 in der Neuendorfer Straße 25/Brauereihof 6 und beherbergt in seinem Gesundheitszentrum, das unter ärztlicher Leitung steht, außerdem eine Privatpraxis für Innere Medizin, Sportmedizin und Kardiologie.

Zu den umfangreichen Angeboten des Gesundheitszentrums gehören unter anderem ambulante orthopädische Rehabilitation, Physio- und Ergotherapie, Ernährungsberatung sowie Präventionskurse, die von den Krankenkassen bezuschusst werden. Weiterhin ermöglicht der Sportclub des centrovital ein



Willkommen zur Erholung: Das Hotel des centrovital befindet sich am historischen Standort der ehemaligen Schultheiss Brauerei.

Fotos: Raabe



Ayurveda-Spezialist Nihal Jayadeva.

Training an modernsten Geräten und der 25-Meter-Pool sowie die Saunalandschaft bieten alles für Fitness- und Wellness-Fans. Das Day SPA verwöhnt mit individuellen Kosmetikbehandlungen und im Siddhalepa Ayurveda Center werden die individuellen Behandlungen vom Spezialisten Nihal Jayadeva, der in Sri Lanka die traditionelle indische Heilkunst studiert hat, und seinem Team vorgenommen. Das Hotel des centrovital befindet sich

am historischen Standort der früheren Schultheiss Brauerei und bietet als 4-Sterne-Haus alle Vorzüge für einen angenehmen Aufenthalt. Das Restaurant „Kochkunst“ ist integriert, ebenso das Bistro „Backstein“ inklusive Bar. „Mit dieser Angebotskombination sind wir in Berlin und weit über die Grenzen hinaus einzigartig“, freut sich Marketingleiterin Vera Jürgens und verweist auf den 3. Spandauer Gesundheitstag, der am Sonnabend, 4. Juli,

von 10 bis 16 Uhr hier stattfindet. Dann werden zahlreiche Anbieter mit ihren Infoständen anwesend sein, die Tipps rund um die Themen Gesundheit, Wellness, Fitness, Kurreisen und Pflege geben. Darüber hinaus gibt es interessante Vorträge und für das leibliche Wohl ist natürlich ebenfalls bestens gesorgt.

P.R.

Weitere Informationen unter: ☎ 818 75-0, www.centrovital-berlin.de.

geriavita GmbH

Ihr Pflegeheim am Schützenhof

Im grünen Norden von Hackenfelde, an der Villa Schützenhof, in einer sehr schönen Parkanlage liegt unsere familiäre und etwas andere Pflegeeinrichtung, die geriavita. Wir pflegen unsere Unternehmensphilosophie: „So wie wir selbst einmal gepflegt und betreut werden wollen, so verstehen wir unsere Aufgaben in der Pflege und Betreuung der uns anvertrauten Menschen.“ Wir verfügen über 44 Pflegeplätze, in Einzel- und Doppelzimmern. Sehr viel Wert legen wir auf Räumlichkeiten mit einem ansprechenden Ambiente. Unseren Bewohnern steht eine Parkanlage mit altem Baumbestand und Bereiche zum Verweilen zur Verfügung.

Unseren Bewohnern bieten



In einer schönen Parkanlage liegt die Pflegeeinrichtung.

wir neben der vollstationären Pflege auch die häusliche Pflege bei Verhinderung der Pflegeperson, die „Verhinderungspflege“ an Angehörigenversammlungen, Gespräche mit Betreuern und unseren Dienstleistern stehen regelmäßig auf der Tagesordnung.

geriavita GmbH, Niederneuendorfer Allee 13, 13587 Berlin, ☎ 35 59 35 52.

Bodylizer Studio Berlin

Modernste Kosmetik für Ihre Haut

Glauben Sie nicht an die Wirkung der Produkte, sehen Sie sie in Ihrem Spiegel! Die Dr. E Voss-Kosmetik enthält beste moderne Wirkstoffe in hohen Konzentrationen, ohne Emulgatoren, Parabene, Farbstoffe und Stabilisatoren für die Problemhaut bei Akne, Rosazea, Neurodermitis sowie stark irritierter Haut wie z.B. nach einer Chemotherapie. Mit

der Hilfe eines Mikroneedlings kann die Wirkung noch um ein Vielfaches gesteigert werden. Der Aufbau von Kollagen, Elastin und Hyaluron wird angeregt.

Wir freuen uns auf Sie und beraten Sie gerne ausführlich.

Bodylizer Studio Berlin: ☎ 76 21 32 01, ☎ 0160/97 50 53 44; www.bodylizer-berlin.de.

bodykey personalisiertes Programm zur Gewichtsreduktion auf Basis Ihrer eigenen Gene (DNA-Test)

eSpring die weltweit meistverkaufte Marke im Bereich der Küchen-Wasserfiltersysteme. (Basierend auf einer weltweiten Verkaufsstudie von Verity Markets aus dem Jahr 2012)

Kostenfreie Beratung + Ernährungs- & Körperanalyse

Katrin & Eric Wils 0177 / 829 63 31

Sauer macht nicht Lustig!

Dank modernster Technologie erhalten Sie das Ergebnis zu Ihrem Stoffwechseltyp und der aktuellen Übersäuerung sofort zum Mitnehmen. Keine Blutabnahme, keine Wartezeiten. Besuchen Sie uns auf dem 3. Spandauer Gesundheitstag* oder buchen Sie einen persönlichen Termin.

Anja & Thomas Hoga GbR | Tel.: 030/3357429

Messpreis 20,- Euro*

Bodylizer Studio Berlin
Wir helfen bei Problemhaut!

Wir bieten Ihnen Wirkstoffe ohne Chemie, Rezepturen, die ausschließlich auf die Hautbedürfnisse ausgerichtet sind und Behandlungsmethoden mit Laser, Ultraschall und ganz neu Radiofrequenzneedling.

Augsburger Straße 25
10789 Berlin
Tel 030/76 21 32 02
Mobil: 0160 97 50 53 44
www.bodylizer-berlin.de

Dr. E. Voss
Professional Care

Wir sind gesund
gabriele gruber

esundheit
elax
ngewöhnliches
erlung
leben
das ichtige
zur richtigen
zeit tun

Die Naturheilpraxis Spandau seit 1999

Informieren Sie sich über die Praxis und Therapien auf dem Gesundheitstag im Centro Vital am 04.07.2015 von 10.00 – 16.00 Uhr

Testen Sie die Physikalische Gefäßtherapie - BEMER Hoffnung für Chronische Krankheiten!

Messe Angebote:
Herzraten Variabilität – Messung und Analyse
Fachvortrag:
Chronische Erkrankungen und die Bedeutung der Mikrozirkulation – Heilung unterstützen

Gabriele Gruber – Heilpraktikerin/Dozentin
Zeppelinstraße 27 / 13583 Berlin
030 / 39793766 – 01795036874
www.schmerztherapie-diealternative-berlin.de
info.gruber@gmx.de

BARMER GEK die gesund
experten

Wir freuen uns auf Ihren Besuch an unserem Stand beim 3. Spandauer Gesundheitstag im CENTROVITAL. Es gibt viele Informationen für Kunden und Interessierte.

Regionalgeschäftsstelle:
Berliner Straße 25a · 13507 Berlin
Telefon: 0800 33 30 04 - 10 14 51

Büro Spandau:
Nonnendammallee 42-42 · 13599 Berlin
Telefon: 0800 33 20 60 - 44 81 50

www.barmer-gek.de

GÖNNEN SIE SICH MAL EINE AUSZEIT ...
... ALLES ANDERE ERLEDIGEN WIR

SCHNUPPERKUR IN KOLBERG/POLEN
10 % Rabatt in Gastronomie, Minibar und Friseur salon
Inkl. Halbpension
Inkl. Ambulante Vorsorgekur (1x ärztl. Eingangsuntersuchung, 2x Kuranwendung/Worktag, Indikation gemäß Therapieplan)

Sand Hotel by Zdrojowa**** 8-tägig **ab € 299** p.P.

DERPART Reisebüro Spandau
Charlottenstraße 14 · 13597 Berlin
Tel. 030 333 50 35 · spandau@derpart.com
www.DERPART.com/spandau
Zweig Niederlassung der DERPART Reisevertriebs GmbH, Emil-von-Behring-Str. 2, 60439 Frankfurt

3. Gesundheitstag im centrovital

Sonnabend, 4. Juli, an der Neuendorfer Straße 25



Anzeige

Anzeige

DERPART Reisebüro Spandau

Gesunder Urlaub aus Expertenhand

Für die schönsten Tage im Jahr – Ihren Urlaub – haben Uwe Rösler und die Reiseexperten aus dem DERPART Reisebüro Spandau in der Altstadt, Charlottenstr. 14 (direkt am Taxistand) immer ein besonderes Angebot, eine reizvolle Adresse oder einen individuellen Tipp parat.

Das Team ist fachlich äußerst versiert: Viele Reiseziele und Kreuzfahrtschiffe kennen die Reiseberaterinnen persönlich. Sie sind Spezialisten für alle Art des Reisens – egal ob es zum Badeurlaub an feinsandige Strände geht, Entdeckung und Kultur auf Städte- oder Studienreisen im Vordergrund stehen, eine Schiffsreise gewünscht ist oder der Koffer noch einmal Last Minute fliegen möchte. Wahre Kleinode der Reisewelt organisiert Uwe Rösler seit über 38 Jahren mit seinen selbst begleiteten Gruppenreisen auf alle Kontinente.

Als zertifiziertes Gesundheitsreisebüro bietet das DERPART Reisebüro Spandau auch Präventions-, Kur- oder Wellnessreisen an. Viele Aktivprogramme oder gesundheitsfördernde Leistungen



Das Team vom DERPART Reisebüro Spandau.

sind bereits im Reisepreis enthalten. Ausgewählte Reisen werden sogar von einem Arzt begleitet.

Flugtickets, Bahn- oder Busfahrkarten, Ferienwohnungen, Mietwagen, Reiseschutz und vieles mehr runden das Angebot des DERPART Reisebüros Spandau ab.

Buchung im Reisebüro bietet Vorteile: In aktuellen Preisvergleichen haben Kauf und Beratung im Reisebüro oftmals besser abgeschnitten als selbst gebuchte Internet-Urlaube. Wer sich bereits einmal im DERPART Reisebüro Spandau hat beraten lassen, wird das bestätigen.

DERPART Reisebüro Spandau, Charlottenstraße 14 in der Altstadt, ☎ 333 50 35.

Anja und Thomas Hoga

Stoffwechsel-Screening

Zu Stoffwechsel-Screening durch modernste Messtechnologie: Mit dem CRS System wird Ihr Stoffwechsel innerhalb weniger Sekunden analysiert – die ideale



Anja und Thomas Hoga

Voraussetzung für Gesundheitsvorsorge, Ernährungsberatung oder Trainingsoptimierung. Dank zehn Jahren Erfahrung der in Spandau ansässigen Anja und Thomas Hoga erhalten Sie Ergebnisse sowie Lösungsvorschläge vor Ort auf dem 3. Spandauer Gesundheitstag.

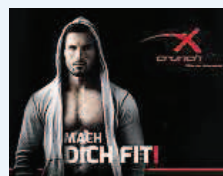
Crunch Fit

Fitness auf einem neuen Level im Discount-Bereich

Crunch Fit ist noch ein vergleichbar junger Anbieter im Fitnessmarkt, der jedoch bereits jetzt mit seinen Clubs zu überzeugen weiß. Für einen Beitrag von nur 19,90 Euro im Monat bekommt der Kunde ein 5-Sterne-Produkt zu einem 1-Sterne Preis und das an 365 Tagen im Jahr. Crunch Fit hat täglich von 6-24 Uhr geöffnet.

Crunch Fit hat sich zum Ziel gesetzt, das beste Produkt und die breiteste Produktpalette im Fitnessmarkt für unter 20 Euro im Monat anzubieten. Zeitloses Design, modernes Ambiente und nur die besten Fitnessgeräte vom Weltmarktführer Life Fitness/Hammer Strength laden zu einem Fitness-Erlebnis der besonderen Art ein. Fitness und Wellness ohne Kompromisse.

Egal ob Du Körperpfeil verbrennen, Muskeln aufbauen oder einfach nur Spaß am Sport haben möchtest, ob Du Anfänger oder angehender Olympionike bist, bei Crunch



Fit rücken auch anspruchsvolle Trainingsziele in greifbare Nähe. Du wolltest Dich schon immer mal in Zumba verausgaben, ein effektives Rücken-Workout machen oder bei Yoga Geist und Seele in Einklang bringen? Kein Problem! Der mit 60-80 Angeboten in der Woche umfassende Kursplan bietet für jeden den passenden Kurs. Daneben hat Crunch Fit im Rahmen des Kurssystems das Functional Training und das Cycling integriert. Mit Functional Training erhält auch das Training der Top Athleten Einzug in die Fitness-Clubs. Beim Cycling wird mit einem Live-Instruktor ordentlich in

die Pedale getreten. Und das Beste: Alles Kurse sind im Beitrag von 19,90 Euro im Monat bereits enthalten.

Crunch Fit bietet in jedem Studio auch einen gesonderten Frauenbereich an, in dem die Ladies in ruhiger Atmosphäre unter sich trainieren können. Auch der Wellnessbereich folgt diesem Anspruch. Nach dem Training kann der Körper in einer tollen Atmosphäre entspannen und die Seele wieder ins Gleichgewicht gebracht werden.

Allen, denen das nicht reicht, für die hat Crunch Fit noch den Comfort-Tarif. Für 29,90 Euro im Monat erhält das Mitglied zusätzlich noch eine Solarium-Flat und die Möglichkeit, Vibrafit zu benutzen. Mit Vibrafit erreichst Du in nur 10 Minuten das, was Du sonst nur in schweißtreibendem, stundenlangem Training erreichen könntest. Dies alles kanalisiert sich in Crunch Fits Slogan: „Fühle den Unterschied“.

Chiropraxis Petra Butschko

Chiropraktik USA: die sanfte Heilmethode

Die Chiropraktik USA zielt darauf ab, das perfekte Zusammenspiel von Nervensystem und Körper zu bewahren oder wieder herzustellen. Durch Fehlstellungen einzelner Wirbelkörper können Nervstörungen entstehen, sogenannte Subluxationen. Die Chiropraxis Petra Butschko kann mit einer gezielten, effektiven Behandlung helfen, um eine entsprechende optimale Bewegungsfähigkeit wieder herzustellen. Gleichzeitig werden die Selbstheilungskräfte des Körpers unterstützt. Chronische Beschwerden erfordern eine Reihe von Justierungen, um im Rahmen des Machbaren wieder optimale, schmerzfreie Bewegungen zu ermöglichen.



Petra Butschko

Die Arbeit der Chiropraxis Petra Butschko hat mit dem landläufig angenommenen „Einrenken“ wenig gemeinsam. Vielmehr gibt es eine Vielzahl von Techniken, die von minimalen Impulsen oder Lagerungen bis zu gezielten, sicheren Manipulationen einzelner Wirbel reichen. „Besuchen Sie mich an meinem Stand am Gesundheitstag. Dort kann ich Ihnen die Vorzüge anhand einer praktischen Behandlung erläutern“, so Petra Butschko, ☎ 67 92 81 60, www.petra-butschko.de.

Kennenlertage
am 8.7. und
11.7.2015



Leben im Alter: Don't worry be happy!

Die Premiumresidenz KATHARINENHOF IM UFERPALAIS bietet ein außergewöhnliches Konzept des modernen Seniorenwohnens. Am 8.7. und 11.7.2015 in der Zeit von 10 bis 14 Uhr können Sie bei einer individuellen Hausführung unser einzigartiges Ambiente in den Gemäuern der ehemaligen Schuttheiß-Brauerei genießen. Parallel informieren wir im Foyer über interessante Themen wie Gesundheit, Wellness und Ernährung. Lernen Sie uns kennen – wir freuen uns auf Sie!

KATHARINENHOF®



KATHARINENHOF IM UFERPALAIS, Ansprechpartnerin: Alexandra Stromenger, Brauereihof 19, 13585 Berlin, Telefon: 030 333 070, www.katharinenhof.net

3. SPANDAUER GESUNDHEITSTAG - 04. JULI 2015

IHR HABT DEN
KALORIEN DEN
KAMPF ANGESAGT?

CRUNCH FIT
HILFT EUCH DABEI!

BESUCHT UNS AUF DEM
3. GESUNDHEITSTAG
UND INFORMIERT EUCH
ÜBER DEN BESTEN
FITNESS-CLUB
IN BERLIN SPANDAU.

TOLLE PREISE ZU
GEWINNEN

WWW.CRUNCHFIT.DE

3. Gesundheitstag im centrovital

Sonnabend, 4. Juli, an der Neuendorfer Straße 25



Anzeige

Anzeige

Havelland Kliniken

Erfolgreiche Strategien gegen krankhaftes Übergewicht

Sobald es draußen wärmer und die Kleidung damit leichter und kürzer wird, fassen die meisten Bundesbürger mit schöner Regelmäßigkeit den Vorsatz abzunehmen, denn viele kämpfen mit zu viel Pfunden. Für eine steigende Anzahl von Menschen ist es aber mit einer befristeten Diät nicht getan.

Es bedarf eines systematischen Herangehens unter ärztlicher Aufsicht, um krankhaftes Übergewicht (Adipositas) erfolgreich zu therapieren. Von einer solchen spricht man nach Definition der Weltgesundheitsorganisation WHO ab einem Körpermasseindex (BMI) von 30 kg/m². In den Havelland Kliniken bietet das renommierte Adipositaszentrum diverse Methoden zur Behandlung des Übergewichts an. Leiter des Zentrums ist Dr. med. Stefan Lenz, der Chefarzt der Klinik für Allgemein- und Viszeralchirurgie.

Für die konservative Behandlung konnten die Havel-



Chefarzt Dr. Stefan Lenz

land Kliniken als erste Brandenburger Einrichtung mit der AOK Nordost einen neuen Vertrag über die Durchführung eines ambulanten Adipositas-Programms abschließen. Diese Maßnahmen stehen grundsätzlich aber auch Patienten anderer Krankenkassen offen. Herzstück ist dabei die interdisziplinäre Diagnostik und Therapie. Unter ernährungsmedizinischer Leitung wird im Adipositas-Zentrum der Havelland Kliniken mit anderen Gesundheitsberufen wie z. B. Ernährungswissenschaftlern, Sporttherapeuten und Psychologen eng zusammengearbeitet. Die umfassen-

de Ernährungs-, Bewegungs- und Verhaltenstherapie verfolgt das Ziel, dauerhafte Impulse für einen gesunden Lebensstil zu setzen. Das aktive Programm ist jeweils auf zwölf bzw. sechs Monate angelegt. Dabei wird mit jedem Patienten ein individuelles Therapieziel festgelegt. Während der Kurseinheiten werden in Kleingruppen die verschiedenen Themenkreise mit Experten so bearbeitet, dass die Teilnehmer ihr Wissen auch im Alltag anwenden können. Um den Behandlungserfolg langfristig zu sichern, bietet das Adipositaszentrum nach dem Ende der Maßnahme weitere Nachsorgen in Abständen von sechs Monaten an beiden Klinikstandorten – Nauen und Rathenow – an.

Führt die skizzierte konservative Behandlung nicht zum Erfolg oder liegt ein sehr extremes Übergewicht vor, kann im Adipositaszentrum auch ein geeigneter operativer Eingriff erfolgen. Die

Ärzte der Havelland Kliniken verfügen über langjährige Erfahrung im Bereich der minimal-invasiven Chirurgie, die auch bei allen Eingriffen der Adipositaschirurgie zum Einsatz kommt. Dabei wird modernste Medizintechnik eingesetzt, um kleinere Wunden und einen schnellen Heilungsprozess zu ermöglichen. Ihr Hausarzt überweist Sie als Patienten in das Adipositaszentrum und bleibt auch nach dem Ende des Programms Ihr erster Ansprechpartner.

Ergänzend gibt es in den Havelland Kliniken auch eine Selbsthilfegruppe, in der sich Betroffene gegenseitig Tipps geben und in schwierigen Phasen unterstützen. Übergewicht ist kein Schicksal, dem der einzelne hilflos ausgeliefert ist. Durch die nahtlos aufeinander abgestimmte Betreuung im Adipositaszentrum der Havelland Kliniken lassen sich Gesundheit und die Lebensqualität der Patienten erheblich verbessern.

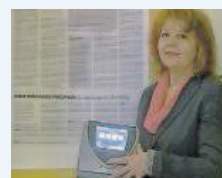
Naturheilpraxis Spandau

Lebensqualität steigern

Die Naturheilpraxis Spandau gibt es seit 1999 und hat sich auf chronische Erkrankungen spezialisiert, wie z.B. Schmerzen, Stoffwechselerkrankungen, Durchblutungsstörungen und Herz-Kreislauferkrankungen.

Mit verschiedenen Techniken wie Schmerztherapie ohne Medikamente, Physikalische Gefäßtherapie und der Time Waver Med-Cardio kann Ihre Regulationsfähigkeit analysieren und therapieren und einiges mehr.

Der Rücken schmerzt, die Gelenke tun weh, der Schlaf ist gestört... Man fühlt sich müde, schwach und krank. Ursache kann eine verminderte Durchblutung der kleinsten Gefäße im Organismus sein – der sogenannten Mikrozirkulation. Diese versorgt die Zellen, Gewebe und Organe mit Sauerstoff sowie Nährstoffen und transportiert Stoffwechselendprodukte ab. Ist die Mikrozirkulation gestört, können sich Krankheiten entwickeln.



Heilpraktikerin Gabriele Gruber

Einem Berliner Forscherteam ist es gelungen, die Durchblutung in den kleinsten Gefäßen durch gezielte biophysikalische Reize zu stimulieren. Am 4. Juli zum Spandauer Gesundheitstag können Sie diese Physikalische Gefäßtherapie kennenlernen und ausprobieren. Außerdem biete ich Ihnen eine Herzraten Variabilitätsmessung zum Messepreis an.

Zeppelinstraße 27, 13583 Berlin, ☎ 39 79 37 66, ☎ 0179/503 68 74, E-Mail: info.gruber@gmx.de, Internet: www.schmerztherapie-diealternative-berlin.de.

chronisches ÜBER GEWICHT

Da muss **professionelle Hilfe** her



Adipositaszentrum der Havelland Kliniken

www.havelland-kliniken.de

Wir behandeln überregional und sind gut zu erreichen!

Ihr Übergewicht ist eine chronische Erkrankung mit Folgen – doch sie ist heilbar. In unserem Adipositaszentrum bieten Ihnen unsere Spezialisten verschiedene Verfahren zur erfolgreichen Behandlung an. Ob konservativ oder operativ, wir finden mit Ihnen gemeinsam eine auf Ihre persönliche Situation zugeschnittene Lösung. **Wir nehmen uns Zeit für Sie!**

03321 42-1200 • 03385 555-3200

HAVELLAND KLINIKEN GMBH
HAVELLAND KLINIKEN UNTERNEHMENSGRUPPE



Caritas. Ein sicheres Netz. Rund um die Uhr.



Caritas-Sozialstation Spandau
Pflege zu Hause
Westerwaldstr. 20 | 13589 Berlin
Tel.: 030 66633-560

Caritas-Seniorenwohnhaus St. Stephanus
Servicewohnen
Gorgasring 11 | 13599 Berlin
Tel.: 030 3344038

Wir freuen uns auf Ihren Besuch an unserem Informationsstand und auf interessante Gespräche mit Ihnen!

030 61 79790
www.caritas-altenhilfe.de



3. Gesundheitstag im centrovital

Sonnabend, 4. Juli, an der Neuendorfer Straße 25



Anzeige

Anzeige

Mrs.Sporty

Flacher Bauch – schön und gesund

Für Frauen ist er ein Schönheitsideal, für Mediziner ein Gesundheitsfaktor: ein flacher Bauch. Denn Bauchfett ist nicht nur unschön anzusehen, sondern zudem auch ungesund. Daher bieten die 5 Mrs.Sporty Clubs in Spandau Frauen ein Training, das besonders darauf abzielt, den Bauch zu straffen.

Ungesundes Bauchfett erhöht das Risiko von Herz-Kreislauf-Erkrankungen und Diabetes. Mediziner schlagen Alarm, wenn der Taillenumfang bei Frauen 88 cm übersteigt. Denn Visceralfett legt sich zuerst um die inneren Organe, bevor es in der Körpermitte sichtbar wird.

Ein Weg zu einem flachen Bauch führt über das richtige Training. Beim Fettstoffwechseltraining nehmen die Muskeln die Energie, die sie brauchen, aus dem Körperfett. Der Fettstoffwechsel wird angekurbelt, indem man mit 60 bis 70 Prozent des ma-



ximalen Puls trainiert. Zusätzlich sollten Frauen gezielt Muskeln am Bauch aufbauen. Diese verbrennen nicht nur Fett, sondern straffen auch ihre Figur. Außerdem sollten Frauen auf ihre Ernährung achten. Wie sie am besten trainieren und sich ernähren, um einen flachen Bauch zu erlangen, erfahren sie in einem Beratungsgespräch und einem Probetraining in einem Mrs.Sporty Club Ihrer Wahl.

Mrs.Sporty wurde 2004 in Berlin gegründet und ist mit mehr als 550 Clubs in sieben Ländern Europas einer der marktführenden Anbieter für Frauenfitness sowie eines der führenden Franchise-Systeme. Das Mrs.Sporty Training besteht aus einem 30-minütigen, effektiven Intervalltraining für Ausdauer, Muskelkräftigung und Koordination.

Herzstück des Konzepts ist die individuelle Betreuung der Mitglieder, die durch qualifizierte persönliche Trainer auf dem Weg zu ihren Zielen begleitet werden.

Das Mrs.Sporty Ernährungskonzept berücksichtigt die persönliche Ernährungshistorie der Frauen und ermöglicht in Verbindung mit einem regelmäßigen Training eine gesunde Gewichtsabnahme. Mehr über die 5 Spandauer Mrs.Sporty Clubs:

Mrs.Sporty Spandau Hakenfelde: club174@club.mrssporty.de, ☎ 66 40 16 60

Mrs.Sporty Spandau Altstadt: club671@club.mrssporty.de, ☎ 55 12 44 77

Mrs.Sporty Siemensstadt: club334@club.mrssporty.de, ☎ 48 81 35 10

Mrs.Sporty Falkensee: club308@club.mrssporty.de, ☎ 03322/12 71 11

Mrs.Sporty Staaken: club676@club.mrssporty.de, ☎ 36 40 48 60.

Wils & Wils GbR

Gewicht reduzieren

Seit mehr als 10 Jahren beschäftigt sich Katrin Wils mit dem Thema Ernährung, Gewicht und präventive Gesundheit. Ebenso lang hat sie sich selber kohlenhydrate-



duziert ernährt, bis ihr ihre Gene durch einen DNA-Test verriet, dass ihr Stoffwechsel Kohlenhydrate braucht und sie Fett meiden soll. Diese Erfahrungen und noch viel mehr gibt Katrin Wils beim 3. Spandauer Gesundheitstag gern an Sie weiter. Lernen Sie mehr über Ihren Körper, finden Sie heraus, wie Sie abnehmen und Ihrer Gesundheit vorbeugen. Info@wils-sack.com, ☎ 03327/726 80 81.

Casa Reha Seniorenpflegeheim „Am Wiesengrund“

Seniorenheim feiert 1. Geburtstag

In Staaken eröffnete vor einem Jahr die neue Pflegeeinrichtung der Unternehmensgruppe Casa Reha. Bereits 100 Bewohner haben hier in modernem, aber gemütlichem Ambiente ein neues liebevolles zu Hause gefunden. Viel hat sich entwickelt in diesem Jahr. Nur noch wenige Zimmer sind frei, die Cafeteria wurde eröffnet und das Haus lebt.

Regelmäßig finden Feste und Ausflüge statt. Zuletzt besuchten unsere Bewohner einen Spargelhof. Derzeit planen wir die Feier zu unserem ersten Geburtstag. Dazu wird am Sonnabend, 11. Juli, von 15 bis 19 Uhr ein buntes Sommerfest und Tag der offenen Tür in unserem wundervollen Garten stattfinden. Es wird für jeden etwas dabei sein. Bei Musik etwas Leckerer genießen, Hausführungen und sogar eine Hüpfburg für die Kleinsten. Gäste sind an die-



Seit einem Jahr gibt es das Casa Reha Seniorenpflegeheim „Am Wiesengrund“.

sem Tag herzlich willkommen. Aber Casa Reha ist in Staaken nicht nur für unsere Bewohner ein Zuhause geworden, auch fast 70 Mitarbeiter haben einen neuen Arbeitsplatz gefunden. Casa Reha ist in diesem Jahr zum zweiten Mal zum „besten Arbeitgeber“ gekürt worden. „Da die Nachfrage an freien Plätzen sehr groß ist, suchen wir natürlich auch weiterhin engagierte Mitarbeiter in allen Bereichen“, sagt die Heimleiterin Katrin Berents-Neumann.

OFFEN FÜR NEUES?

Die effektive Frauenfitness in Spandau

Mrs.Sporty Hakenfelde
Inhab. Gertrud Beck-Plehn
Cautiusstr. 44, 13587 Berlin
Tel.: 030 - 66401660
mail: club174@club.mrssporty.de
www.mrssporty.de/club174

Mrs.Sporty Siemensstadt
Inhab. Martina Fritsche-Schulz
Nonnendammallee 92,
13629 Berlin
Tel.: 030 - 48813510
mail: club334@club.mrssporty.de
www.mrssporty.de/club334

Mrs.Sporty Falkensee
Inhab. Petra Schwarz
Spandauer Str. 150,
14612 Falkensee
Tel.: 03322 - 127111
mail: club308@club.mrssporty.de
www.mrssporty.de/club308

Mrs.Sporty Spandau
Inhab. Lital Ben-Schalom
Jüdenstr. 46, 13597 Berlin
Tel.: 030 - 55124477
mail: club671@club.mrssporty.de
www.mrssporty.de/club671

Mrs.Sporty Staaken
Inhab. Christine und Klaus Göttmann
Obstallee 28 - 30, 13593 Berlin
Tel.: 030 - 36404860
mail: club676@club.mrssporty.de
www.mrssporty.de/club676

MRS.SPORTY

3. Gesundheitstag im centrovital

Sonnabend, 4. Juli, an der Neuendorfer Straße 25



Foto: Andrea Pöhlert, Fotolia.com

Anzeige

Anzeige

Dr. Mathias Grote

Zahnimplantate – sicherer Ersatz

Die umfangreiche Forschung und die verfeinerten Behandlungsmethoden ermöglichen es, dass Zahnimplantate heute eine sehr sichere und langfristige Behandlungsmethode zum Ersatz fehlender Zähne darstellen. In vielen Fällen kann durch Implantate auf das Abschleifen gesunder Zähne verzichtet werden, es können einzelne, mehrere oder alle Zähne ersetzt, sowie der Sitz von Vollprothesen deutlich verbessert werden.

Da Implantate vollständig aus Titan bestehen ist eine sehr gute Einheilung im Knochen gewährleistet, eine Gefahr von Allergien besteht nicht.

Vor der Implantatsetzung ist eine Röntgenaufnahme des Kiefers oder eine 3D-Aufnahme notwendig. In einigen Fällen muss vor der eigentlichen Implantat-Operation Knochen aufgebaut werden, die Möglichkeiten hierzu sind heutzutage sehr vielfältig und schonend, oft ist der Knochenaufbau ohne größere, zusätzliche Eingriffe möglich. Während der Einheilphase kann ein provisorischer Zahnersatz getragen werden.

Zum langfristigen Erhalt der Implantate ist selbstver-



Damit auch Sie wieder strahlend lächeln können.

hygiene wie bei natürlichen Zähnen wichtig. Mindestens zweimal pro Jahr sollte eine professionelle Reinigung erfolgen, die von speziell geschulten Helferinnen durchgeführt wird, übrigens auch wenn man keine Implantate hat. So können Entzündungen und Knochenabbau vermieden werden.

Zu den Kosten sind pauschale Angaben nicht möglich, hierzu muss vorher eine Untersuchung durch den Implantologen erfolgen, in vielen Situationen kann eine kostengünstige Lösung gefunden werden. Die Behandlungskosten werden nicht von der gesetzlichen Krankenversicherung erstattet, es besteht jedoch Anspruch auf einen einmaligen Festzuschuss zum Zahnersatz. Private Krankenversicherungen erstatten die Leistungen meist, es muss jedoch in jedem Einzelfall ein Kostenplan erstellt und vorher eingereicht werden.

Lassen Sie sich zu den Möglichkeiten, Risiken und Kosten von Zahnimplantaten unverbindlich durch einen erfahrenen Implantologen oder Oralchirurgen beraten.

Fachpraxis Dres. Grote und Kirchheim, Breite Str. 24, 13597 Berlin, ☎ 333 26 08 oder per E-Mail: grote.kirchheim@t-online.de.

BARMER GEK

Es geht um Ihre Gesundheit

Der 3. Spandauer Gesundheitstag bietet den Bürgern eine willkommene Gelegenheit zur Information, wie sie ihr Wohlbefinden steigern können. Das ist ganz im Sinne der BARMER GEK, die als eine der bundesweit größten Krankenkassen im Jahr 2003 die Initiative „Deutschland bewegt sich“ mit ins Leben gerufen hat. 34 Millionen Menschen kennen seitdem die Gesundheitsinitiative und konnten sich informieren über Gesundheit, Bewegung und gesündere Ernährung. Das soll zu gesundheitsförderndem Verhalten motivieren. Denn der Anspruch der BARMER GEK ist es, ihren Versicherten nicht nur im Krankheitsfall als kompetenter und verläss-



Die Barmer GEK ist Ihr verlässlicher Gesundheitspartner.

licher Partner zur Seite zu stehen. Ebenso wichtig sind Präventionsanstrengungen, die darauf hinzielen, dass die Bürger lang gesund bleiben. Daher unterstützt die BARMER GEK den Gesundheitstag ausdrücklich und wünscht den Besuchern spannende neue Erkenntnisse. www.barmer-gek.de.

Diakonie-Station Spandau gGmbH

Verlässlicher Partner in der Pflege

Seit über 30 Jahren ist die Diakonie-Station Spandau in der Judenstraße 33 im Herzen der Spandauer Altstadt ansässig und ein verlässlicher Partner in der häuslichen Pflege und Krankenpflege. Hierbei ist das diakonisch-christliche Profil die Grundlage der Arbeit. Liebevoll und mit fachlichem Wissen werden pflegebedürftige Menschen in ihrem Zuhause von den engagierten Mitarbeitern betreut. Im Jahr 2007 eröffnete zusätzlich in der Altstadt das barrierefreie Beratungszentrum in der Marktstraße 3. Hier bekommen Menschen zu Fragen zum Thema „Rund um das Alter“ Beratung. Zur Einrichtung gehören Desweiteren zwei Tagespflegestätten für pflegebedürftige Menschen (VSI gGmbH),



Bei der Diakonie-Station Spandau steht der Mensch im Mittelpunkt.

eine Wohngemeinschaft für Menschen mit Demenz sowie das Projekt „Haltestelle Diakonie“ für Menschen mit Demenz. In einem starken Team macht den Mitarbeitern die Arbeit Freude und kommt den pflegebedürftigen Menschen zugute.

Kontakt:
☎ 68 83 92 18 22, www.diakoniespandau.de.

Caritas Sozialstation Spandau

Ambulante Pflege in der Havelstadt

Seit 1982 existiert die Caritas Sozialstation Spandau in der Westerwaldstraße 20, die von Pflegedienstleiter Uwe Guth geführt wird und eine Einrichtung der Caritas Altenhilfe gGmbH ist. „Im Regelfall betreuen wir durchschnittlich 190 pflegebedürftige ältere Menschen in deren häuslichem Umfeld, wobei zum Leistungsspektrum unter anderem das Einkaufen, die Haushaltshilfe, die Körperpflege sowie die medizinische Versorgung wie Verbandswechsel oder das Verabreichen von Injektionen zählen“, so Uwe Guth. „Darüber hinaus werden von uns auch schwerstpflegebedürftige Menschen sowie demenziell Erkrankte versorgt.“ Für den täglichen Einsatz, der im gesamten Spandauer Raum erfolgt, stehen insgesamt 18 Pflegefachkräfte sowie 38 Pflegehilfskräfte zur Verfügung. Außerdem bietet die Einrichtung das „Betreute Seniorenwohnen St. Stephanus“ im Gorgasring 11 in Haselhorst. Ein „Demenz-Café“ in der Kirchengemeinde St. Markus Am Kiesteich lädt Betroffene regelmäßig ein. Weiterhin ermöglicht



Pflegedienstleiter Uwe Guth bietet eine ambulante Pflege in der Havelstadt an.

die Caritas Sozialstation Spandau einen fahrbaren Mittagstisch. Selbstverständlich sind am Standort Westerwaldstraße auch persönliche Beratungen nach Vereinbarung möglich. Bürozeiten: Mo-Fr 7-17 Uhr. ☎ 666 335 60 rund um die Uhr. www.caritas-berlin.de.

Alkohol- und Medikamentenberatung Spandau

Den Alkoholkonsum reduzieren

Sie fühlen sich mit Ihrem Alkoholkonsum nicht mehr wohl? Sie wollen weniger trinken, aber es gelingt Ihnen nicht? Das ambulante Gruppenprogramm zum kontrollierten Trinken (KT) richtet sich an Menschen, die weniger trinken oder ganz aufzuhören wollen. Start des zehnwöchigen

zertifizierten Programms ist am 15. Oktober. Vereinbaren Sie ein Vorgespräch in der Alkohol- und Medikamentenberatung Spandau der vista gGmbH, Carl-Schurz-Str. 31, ☎ 355 308 770, spandau@vistaberlin.de oder direkt bei Mandy Klaus: mandy.klaus@vistaberlin.de, www.vistaberlin.de.

Dauerpflege daheim

Wenn ein Familienmitglied hilfebedürftig wird: Ist ein Pflegeheim die einzige Lösung? Wir helfen mit erfahrenen Betreuungskräften aus Polen und beraten, welche Zuschüsse möglich sind. Informieren Sie sich beim Spandauer Gesundheitstag. www.pflegelux24.de, ☎ 270 177 18.

Anzeige

Herzlich Willkommen

... in Spandau-Staaken! Wir freuen uns auf Ihren Besuch.

Tag der offenen Tür im CASA REHA Seniorenpflegeheim »Am Wiesengrund«

Sonntag, 12. Juli 2015, 15 bis 19 Uhr

♥ Sie erwartet zum 1-jährigen Bestehen unseres Hauses ein buntes Programm mit Musik und Unterhaltung, leckerem Kuchen und Gegrilltem, Hausrundgänge und vieles mehr...

CASA REHA Seniorenpflegeheim »Am Wiesengrund«
Wiesengrund 20 • 13591 Berlin
Telefon: 030/209163-0
www.casa-reha.de/wiesengrund

Dres. Grote & Kirchheim**Fachpraxis**

Oralchirurgie Implantologie Parodontologie

Dr. Mathias Grote
Oralchirurg
Schwerpunkt Implantologie

Dr. Christine Wacke
Zahnärztin
Oralchirurgin

Dr. Astrid Kirchheim
Zahnärztin
Schwerpunkt Parodontologie

Dr. Sandra Gerlach
Zahnärztin
Schwerpunkt Kinderzahnheilkunde

Montag - Donnerstag
09.00 - 19.00 Uhr

Freitag
09.00 - 14.00 Uhr

Breite Straße 24 | 13597 Berlin-Spandau | Tel.: 030 333 26 08
Potsdamer Straße 108 | 14469 Potsdam | Tel.: 0331 52 00 16
Alt-Moabit 126 | 10557 Berlin-Mitte | Tel.: 030 391 26 55
www.oralchirurgie-spandau.de grote.kirchheim@t-online.de

Pflege ganz persönlich

Stationäre Pflegeeinrichtung
mit ganzheitlicher
Rundum-Betreuung

- Verhinderungspflege und Probewohnen möglich
- Auswahl an verschiedenen Mittagsmenüs
- vielseitige Veranstaltungs- und Beschäftigungsangebote sowie eigener kleiner Garten
- Psychologische Beratung für Bewohner und Angehörige



Familiäre Pflege-Atmosphäre

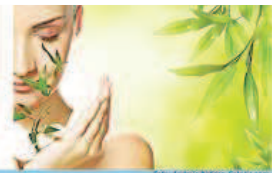
Fischer-Dittmer-Heim

Hohenzollernring 119 | 13585 Berlin
Telefon 030.37 505-0 | www.tww-berlin.de
fischerdittmerheim@tww-berlin.de

THEODOR
WENZEL
WERK E.V.

3. Gesundheitstag im centrovital

Sonnabend, 4. Juli, an der Neuendorfer Straße 25



Anzeige

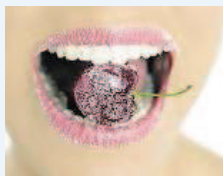
Anzeige

Ketterling Dental-Technik GmbH

Sicherer Qualitätszahnersatz – made in Germany

Ihr starker Partner im Nordwesten Berlins: Der Zahn-techniker-Meister Horst Ketterling gründete 1971 das Dental-Labor „Ketterling“ in Berlin. Ziel des Unternehmens war es schon damals, mit Hilfe modernster Technik sicheren Qualitätszahnersatz aus Deutschland anzubieten. In der zweiten Generation führt Guido Kirchberg seit 2014 diese Philosophie fort.

Die kontinuierlichen Weiterbildungen der Geschäftsführung sowie der 24 Mitarbeiter sind weiterhin eine wichtige Säule, um das Familienunternehmen kompetent stetig zukunftsorientiert zu erweitern und zu modernisie-



Ketterling liefert sicheren Qualitätszahnersatz.

ren: Denn Kundenzufriedenheit, Produktqualität und Know-how stehen bei uns nach wie vor an erster Stelle.

Unsere Zertifizierungen und Umweltsiegel garantieren Ihnen die Überprüfbarkeit unserer Versprechen und bieten Ihnen eine große

Produktsicherheit. Aus diesem Grund können wir Ihnen ruhigen Gewissens auf alle unsere Arbeiten eine echte Garantie von 2 Jahren geben.

Ein Schwerpunkt unserer täglichen Arbeit liegt auf der Herstellung hochwertiger Implantatversorgungen: Zu Ihrer Sicherheit arbeiten wir ausschließlich mit Originalzubehör der Implantathersteller bzw. mit Zubehör von zertifizierten und zugelassenen Herstellern wie der Firma Medentika GmbH aus Hügelsheim sowie der Firma Amann Girrbach aus Pforzheim. Mit modernen CAD/CAM-gestützten Anlagen, aber auch in traditioneller Handwerkskunst

unter Verwendung sicherer, zuverlässiger und aktuellster Materialien, die ausschließlich für die Herstellung von Gesundheitsprodukten entwickelt und zugelassen wurden, fertigen wir täglich kleine Kunstwerke für Sie.

Sprechen Sie Ihren Zahnarzt auf unsere Leistungen an. Gerne beraten wir Sie. Servicenummer: ☎ 335 50 55. Mo, Di und Do 7.30-17 Uhr, Mi 7.30-16 Uhr, Fr: 7.30-15.30 Uhr. Werktagen sind wir bis 19 Uhr telefonisch für Sie zu erreichen.

Ketterling Dental-Technik GmbH, Streitstraße 11-14, 13587 Berlin. Infos: www.ketterling-dentaltechnik.de.

Berufsbildungswerk des Roten Kreuzes

Wenn Gegenwind Spaß macht

Dieses Gefühl erlebt, wer sich mit dem Elektrorad „i:SY“ in Bewegung setzt. Egal, ob ich beim Freizeitradeln mithalten möchte oder ob ich bei Knieproblemen die Muskeln trainieren, aber die Gelenke schonen soll – das „i:SY“ ist genau richtig. Auch beim Koronar- und Lungensport. Schauen Sie es sich auf dem 3. Spandauer Gesundheitstag an! Die i:SY-Station Berlin des Berufsbildungswerkes



Das ist das „i:SY“ Bike.

des Roten Kreuzes leistet diese umfassende Hilfe. www.das-e-rad.de, ☎ 230 83 50.

Fischer-Dittmer-Heim

Betreuung mit familiärem Charakter

Die stationäre Pflegeeinrichtung Fischer-Dittmer-Heim wird bei Bewohnern wie Angehörigen vor allem wegen der besonderen familiären Pflege-Atmosphäre geschätzt. Unterstützt wird dies auch durch kleine Wohneinheiten, was für eine hohe Zufriedenheit bei unseren Bewohnern sorgt.

Als renommierte Pflegeeinrichtung blickt das Fischer-Dittmer-Heim bereits auf eine mehr als 70-jährige Tradition in der stationären Altenbetreuung zurück. Die medizinischen und pflegerischen Aspekte mit den individuellen Bedürfnissen unserer Bewohner zu verbinden, ist den Mitarbeiterinnen der Einrichtung besonders wichtig. Das geschieht auch mittels Bereichs- und Bezugspflege, bei der kleine Gruppen durch eine hauptverantwortliche Pflegekraft sehr individuell betreut werden.

Die medizinische Versor-



Ansicht vom Fischer-Dittmer-Heim.

gung der Bewohner und Patienten erfolgt durch deren Hausärzte sowie langjährig dem Haus verbundene Mediziner und Therapeuten. Die Einrichtung bietet neben vielen Betreuungsangeboten auch Doppelzimmer für Ehepaare – auch wenn nur einer pflegebedürftig ist, Dauer- und Verhinderungspflege sowie seelsorgerische Betreuung und Hausandachten.

KATHARINENHOF IM UFERPALAIS – Premium Residenz

Leben wie im Urlaub

Für den KATHARINENHOF IM UFERPALAIS – Premium Residenz ist die Seepromenade vor dem Haus, das Restaurant und Café wie ein Schatz. Schon vom Empfangsbereich aus sieht man die gekräuselten Wellen. Wie lebt man im KATHARINENHOF IM UFERPALAIS? Großzügig! Das Palais bietet Weite, Höhe, Raum.

Neben den 199 komfortablen und sehr gut ausgestatteten Wohnungen verfügt das Haus über einen eigenen ambulanten Pflegedienst, der den Bewohnern rund um die Uhr zur Verfügung steht und somit die Pflege in den eigenen 4 Wänden ermöglicht. Außerdem verfügt die Residenz über einen vollstationären Pflegewohnbereich mit 42 großzügig angelegten Einzelzimmern. Der Umgangston im Hause ist stets sensibel für die besonderen und hohen Ansprüche der Palais-Bewohner. Diese Umgebung lässt dem KA-



Blick in die Lobby vom KATHARINENHOF IM UFERPALAIS.

THARINENHOF IM UFERPALAIS die Freiheit, sich mit aller Kraft seiner Hauptaufgabe, der liebevollen und fachkundigen Betreuung und Pflege der Bewohner, zu widmen. Alle arbeiten sie hier vorbildlich für das absolute Wohlbefinden der Bewohner. Hier wird gezeigt, wie man ein faszinierendes Industriegebäude in ein erstklassiges Senioren-Domizil verwandelt hat. Wer hierher kommt, fühlt sich schnell zu Hause.

Besuchen Sie das Palais-Besichtigungen sind jederzeit möglich: ☎ 333 07-0.

Funktion & Ästhetik:
Ihr Partner für höchste Ansprüche

Qualitätszahnersatz
aus zertifiziertem
deutschen Meisterlabor.



Ketterling Dental-Technik GmbH
Streitstraße 11-14 | 13587 Berlin
Tel. 030 335 50 55
www.ketterling-dentaltechnik.de
info@ketterling-dentaltechnik.de

- Information und Beratung – auch für Angehörige
- Hilfe und Selbsthilfe
- Angebote für Jugendliche und junge Erwachsene
- Kooperation und weiterführende Hilfen



Alkohol- und Medikamentenberatung Spandau
Carl-Schurz-Str. 31, 13597 Berlin
Telefon 030 / 35 53 08 - 770
spandau.vistaberlin.de
www.vistaberlin.de

geriavita GmbH

Das besondere und familiäre Pflegeheim an der Villa Schützenhof in Hakenfelde

Niederneuendorfer Allee 13
13587 Berlin - Spandau
eMail: wr@geriavita.de
FON 030 35 59 35 0
FAX 030 35 59 35 55



Sie suchen einen Pflegeplatz im Grünen und in familiärer Umgebung? Dann sollten Sie uns besuchen. Das Team von geriavita steht Ihnen für Fragen und Antworten zur Verfügung und wird Ihnen gern unser Haus mit den betreuungsgerecht eingerichteten Zimmern und Aufenthaltsräumen sowie unseren Garten zeigen.

Diakonie Station Spandau



Ihre Diakonie-Station Spandau
in der Judenstraße 33 ...

... bietet mehr als nur ambulante Pflege!

Die Mitarbeiter der Diakonie-Station Spandau legen großen Wert auf das Wohlergehen ihrer Kunden und möchten, dass es Ihnen gut geht.

Haben Sie Interesse, unser Team zu verstärken? Dann heißen wir Sie „Herzlich willkommen“.

Wenn Sie Freude daran haben, für uns „in die Turnschuhe zu springen“, uns in unserer Arbeit zu unterstützen und vielleicht sogar beim nächsten Laufevent dabei zu sein, das wäre toll! Wir freuen uns über Ihren Besuch auf dem Gesundheitstag.

Angebote und Informationen zur Häuslichen Pflege und Krankenpflege:
Telefon: 030/68 83 92 18 22 • www.diakoniespandau.de

Petra Butschko Heilpraktikerin



Termine nach Vereinbarung

Telefon: (030) 6792 8160
Mobil: 0170 5566 856

Internet: www.petra-butschko.de
E-Mail: praxis@petra-butschko.de

Philippstraße 11
14059 Berlin

Chiropraktik USA · Akupunktur · Schmerztherapie

Gesundheit und Medizin

Kleinanzeigen-Annahme: ☎ 26 06 80

Rätselhafte Ohrengeräusche

Dem Tinnitus die Bedeutung nehmen

Klaus Hausmann begleitet der Tinnitus seit bald 15 Jahren. Er ist Gründer und Leiter der Tinnitus-Selbsthilfegruppe in Celle.

„Es ist ein mühsamer Weg mit vielen Tiefs, aber man kann lernen, mit Tinnitus zu leben. Gefährdet sind vor allem Menschen, die Lärm und Stress ausgesetzt sind, viel Verantwortung tragen und oft sehr hohe Ansprüche an sich selbst haben.“ Das ist seine Beobachtung. Sie deckt sich mit denen von Prof. Birgit Mazurek, Direktorin des Tinnituszentrums des Universitätsklinikums Charité in Berlin. „Je emotional erschöpfter ein Mensch ist, desto häufiger ist eine Hörminderung und desto häufiger tritt ein Tinnitus auf.“ Und: Was sonst überhört wird, erscheint bei Stress bedrohlich.

Für das Geräusch im Ohr gibt es keine Schallquelle. Die Entstehung des Pfeifens, Brummens oder Rauschens gibt der Wissenschaft Rätsel auf. „Wir kennen zwar

mittlerweile eine Reihe von Auslösern für einen Tinnitus, aber die genauen Entstehungsmechanismen sind noch nicht komplett geklärt“, sagt Birgit Mazurek.

„Tinnitus ist ein Symptom, eine Fehlfunktion, keine eigene Krankheit“, erklärt die Fachärztin für Hals-Nasen-Ohrenheilkunde. Lärm kann ebenso Auslöser sein wie eine Durchblutungsstörung im Innenohr oder eine Blockade an der Halswirbelsäule. Dadurch gerät irgendwo auf dem Weg vom Ohr zum Gehirn die Kommunikation zwischen den Nervenzellen aus dem Takt. Höreindrücke werden falsch weitergegeben oder verselbstständigen sich. Störende Geräusche werden nicht mehr gefiltert, oder Nervenzellen reagieren besonders sensibel, um eine Schwerhörigkeit nach einem Hörsturz auszugleichen.

Hält das Ohrgeräusch einen Tag an, sollten Betroffene zum Arzt gehen. „70 bis 80 Prozent der akuten Ohrgeräusche bilden sich wieder zurück“, sagt Mazurek. Nach drei Monaten gilt



Pfeifen, Brummen, Rauschen: Menschen mit Tinnitus hören Geräusche, die niemand sonst wahrnimmt. Aber nicht jeder Tinnitus wird chronisch, oft verschwindet das Ohrgeräusch wieder.

Foto: Silvia Marks

der Tinnitus als chronisch. Rund drei Millionen Menschen in Deutschland leiden Schätzungen zufolge an einem chronischen Tinnitus.

Viele Betroffene probieren alternative Therapien aus, deren Nutzen zum Teil sehr umstritten und deren Wirksamkeit oft in keiner Weise erprobt ist. „Es gibt sehr vie-

le unseriöse Angebote auf dem Markt“, sagt Prof. Gerhard Goebel, Vizepräsident der Deutschen Tinnitus-Liga und Sprecher des fachlichen Beirats der bundesweit tätigen Selbsthilfeorganisation. Er rät Betroffenen deshalb, den Therapeuten zu fragen, ob er entsprechend den von einer wissenschaftlichen

Kommission erstellten Leitlinien zur Tinnitusbehandlung arbeitet.

Bei einem chronischen Tinnitus gilt derzeit die sogenannte Retraining-Therapie als die erfolgversprechendste Methode. Sie kombiniert verschiedene Bausteine wie Hörtraining, Verhaltenstherapie, Entspannungsmethoden und umfassende Aufklärung über die Mechanismen, die den Tinnitus entstehen lassen. Ziel ist, dem Pfeifen, Brummen oder Rauschen seine Bedeutung zu nehmen. „Das Ohrgeräusch wird durch die Retraining-Therapie nicht weggehen. Aber der Patient merkt, dass es aktiv beeinflussen kann“, sagt Mazurek. Das Training erfordert Geduld: „Mit ein bis zwei Jahren muss man rechnen“, sagt die Tinnitus-Expertin. „Es bringt nur dann etwas, wenn der Patient die Strategien selbstständig trainiert.“ **mag**

Weitere Informationen zum Thema im Internet unter www.tinnitus-liga.de und tinnituszentrum.charite.de.

Mundgeruch
wegputzen

Gegen Mundgeruch hilft in der Regel gute Zahnhygiene und eine jährliche professionelle Zahnreinigung. Darauf weist die Initiative proDente in Köln hin. Außerdem ist ratsam, den Zungenbelag mit einem Zungenschaber regelmäßig zu entfernen. Allerdings kann chronischer Mundgeruch auch ein Symptom für eine ernste Erkrankung wie eine chronische Entzündung der Nasennebenhöhle sein. Wenn gute Mundhygiene den schlechten Atem nicht beseitigt, sollten Betroffene zum Zahnarzt gehen, um die Ursache dafür herauszufinden. **mag**

Obst nur vor dem
Abend essen

Süße Früchte liefern wichtige Vitamine – Figurbewusst sollten sie allerdings nicht zu jeder Tageszeit essen. Obst solle eher über den Tag genossen werden, rät Prof. Ingo Frobose von der Deutschen Sporthochschule Köln. „Am Abend wären die Früchte aufgrund des Fruchtzuckers eine versteckte Dickmacherquelle.“ **mag**



**Ambulanz Team
Havel-Spree**
Medizin mit Herz
Inh. Renè Wappler

kompetent • zuverlässig • sicher

Unsere Leitstelle ist 24 h erreichbar:

030 339 7777 - 0<http://www.ambulanzteam-havelspree.de>

**Mit Elektro-Kraft...
...den Weg geschafft!**
typenoffene Servicewerkstatt



elektr. Schiebehilfe für mech. Rollstühle
Besuchen Sie unseren Ausstellungsraum, Terminvereinbarung erwünscht



- ★ Elektro-Mobile
- ★ Elektro-Roller
- ★ Rollstühle
- ★ Rollatoren
- ★ Rampen
- ★ Treppenlifte
- ★ Aufstehesessel

Kostenlose Produktübersicht und Preisliste anfordern!

Für Sie da: Mo.-Fr. 9-17 Uhr

☎ 030 - 6789 79 69

Conze Elektro-Mobile

Britzer Damm 12, 12347 Berlin

www.elektro-mobile.de

Lohnt sich immer: das Spandauer Volksblatt



**Medizinische
Ästhetik
und Kosmetik**
Natürliche
Schönheit
aus der Hand eines
erfahrenen Arztes

Gesichtsrevitalisierung • Mesolift
Faltenunterspritzung • Botox
Fettweg-Spritze • Cellulitebehandlung
LHE-Haarentfernung • Beseiniger

**INFOABEND
„Fettweg-Spritze“**
Doppelkinn, Bauch, Hüften...
!Nur 1-3 Behandlungen!
Unter Anleitung von Dr. Ressel
findet am Dienstag, den 07.07.2015
um 19 Uhr, ein Info-Vortrag statt.
(10% Rabatt für Teilnehmer)
Bitte um teil. Anmeldung!

HAUT+HAAR
Info-Ressort ☎ 030-37 58 89 59
Praxis: Stadtrandstr. 555 13589 Berlin
www.haut-haar-vital.de



Vivantes
Leben in Berlin

Spitzenmedizin in
angenehmer Atmosphäre

Das Vivantes Klinikum Spandau ist das Krankenhaus der Wahl für das anspruchsvolle Berlin.

Mit unserer Vielzahl von Fachabteilungen bieten wir modernste Diagnose- und Therapiemöglichkeiten. Zudem sind wir überregionales Leistungszentrum für eine Vielzahl von Themen, wie z. B. der Kardiologie, der Minimal Invasiven Chirurgie und der Onkologie. Mit unserem einzigartigen neuen Komfortbereich, der Station 61, bieten wir Komfort und Service auf höchstem Niveau.

- Zentrum für Schwerst-Schädel-Hirnverletzungen
- Zentrum für Adipositas und metabolische Chirurgie

Adipositas
Anästhesiologie
Chirurgie
Depression
Dermatologie
Frührehabilitation
Gefäßmedizin
Gastroenterologie
Hämatologie
Hepatologie
Kardiologie
Komfortklinik
Mannergesundheit
Neurologie
Onkologie
Palliativmedizin
Orthopädie
Ophthalmologie
Psychiatrie
Radiologie-MRT/CT
Schlaganfall
Schmerztherapie
Strahlentherapie
Unfallchirurgie
Visceralkirurgie

Vivantes Klinikum Spandau

(030) 130 13 0

Vivantes
Netzwerk für Gesundheit GmbH

www.vivantes.de
www.facebook.com/Vivantes

Christophorus Kurzzeitpflege in Havelhöhe

Die Kurzzeitpflege in Havelhöhe bietet Menschen für eine begrenzte Zeit die Möglichkeit, Unterstützung, Betreuung und Pflege in Anspruch zu nehmen.

Kurzzeitpflege erfolgt im Wesentlichen aus folgenden Anlässen:

- Nach Krankenhaus- oder Rehabilitationsbehandlung
- Wenn der Aufenthalt Zuhause vorübergehend nicht möglich ist
- Bei Urlaub von Angehörigen und Betreuungspersonen

Wir bieten eine warme Atmosphäre in geräumigen Einzelzimmern.

Bei Interesse oder Fragen wenden Sie sich an unsere Beratungsstelle:

030/34 33 34 132 oder per E-Mail an pd@christophorus-kurzzeitpflege.de**Christophorus Kurzzeitpflege · Kladower Damm 221 · 14089 Berlin**

Lohnt sich immer:

Wellness-Tipps

im Spandauer Volksblatt

- Anzeige -

- Anzeige -

Kribbeln, Taubheit, Schmerzen?
Bei Diabetes die Signale der Füße ernst nehmen!

Ein Diabetes mellitus kann sprichwörtlich „auf die Nerven gehen“: Etwa jeder dritte Zuckerkrankte ist von einer diabetesbedingten Nervenschädigung, einer sogenannten diabetischen Neuropathie, betroffen. Doch viele wissen es gar nicht. Dabei ist Früherkennung das A und O, wenn es darum geht, schwerwiegende Komplikationen zu vermeiden. Menschen mit Diabetes sollten daher die Signale ihrer Füße immer ernst nehmen. Denn hier macht sich eine Neuropathie meist zuerst bemerkbar: Bei dem einen äußert sie sich durch ein Kribbeln in den Füßen, bei dem nächsten durch unerträgliche Schmerzen. Andere empfinden Taubheit oder ein Kältegefühl in den Füßen. Manche spüren aber auch gar nichts von ihrer Neuropathie, weil unmerklich die Sensibilität für Berührung, Temperatur oder Schmerzen nachlässt. Das birgt aber die große Gefahr, dass Verletzungen, Druckstellen und Wunden unbemerkt bleiben und sich daraus ein diabetisches Fußsyndrom entwickelt.



Foto: © Arne Behrmann/fotoblog.com

Was tun?

Wer zuckerkrank ist, sollte seine Füße immer im Blick haben und Auffälligkeiten dem Arzt mitteilen: Werden leichte Berührungen oder Temperaturunterschiede nicht mehr wahrgenommen? Bestehen Wunden oder Druckstellen? Ist die Haut besonders trocken und rissig?

Eine gute Blutzuckereinstellung ist die wichtigste Maßnahme gegen diabetische Folgeerkrankungen wie die Neuropathie. Außerdem hat sich zur Behandlung der Neuropathie der gut verträgliche Wirkstoff Benfotiamin bewährt (enthalten in milgamma® protekt). Diese für den Körper sehr gut verfügbare Vorstufe des Vitamin B1 kann die schädlichen Auswirkungen des erhöhten Blutzuckers reduzieren und

dadurch Nerven- und Gefäßschäden entgegenwirken. So kann milgamma® protekt bei regelmäßiger Einnahme nachweislich gegen Neuropathiebeschwerden wie Kribbeln, Brennen, Schmerzen und Taubheit in den Füßen helfen.* milgamma® protekt ist rezeptfrei in Apotheken erhältlich.

Noch Fragen zur diabetischen Neuropathie? Dann rufen Sie an! Am 6. Juli steht Ihnen eine erfahrene Diabetologin in der Zeit von 15 bis 17 Uhr am Experten-Telefon unter der Nummer: 0800 / 5197197 zur Verfügung. Weitere Informationen unter www.milgamma.de/expertentelefon/

milgamma® protekt
Wirkstoff: Benfotiamin. Anwendungsgebiete: Behandlung von Neuropathien und kardiovaskulären Störungen, die durch Vitamin-B1-Mangel hervorgerufen werden. Therapie oder Prophylaxe von klinischen Vitamin-B1-Mangelzuständen, sofern diese nicht ernährungsbedingt bedingt werden können. Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihren Arzt oder Apotheker. Wirkweg Pharma GmbH & Co. KG, Calber Str. 7, 71034 Böblingen
*bei diabetischer Neuropathie infolge eines Vitamin-B1-Mangels. Diabetiker tragen ein deutlich erhöhtes Risiko für einen ausgeprägten Vitamin-B1-Mangel, der Neuropathien verstärken oder verursachen kann.

Gesundheit und Medizin

Kleinanzeigen-Annahme: 26 06 80

Unheilbar krank

So kommen Betroffene damit besser klar

Wenn die Diagnose „unheilbar krank“ lautet, reißt einem das erstmal den Boden unter den Füßen weg. Aber das ist eine völlig normale Reaktion. Es kommt darauf an, wie Betroffene mit der neuen Situation umgehen.

Pia Heußner von der Deutschen Krebsgesellschaft rät: Zunächst müsse jeder für sich klären, was wichtig ist. Zum Beispiel die Frage: Habe ich den richtigen Arzt – einen, dem ich bedingungslos vertrauen kann? Oder: Hätte ich gerne, dass mich jemand zu den Arztbesuchen begleitet? „Entweder kämpfen oder sterben, das habe ich mir 2010, als die Krankheit festgestellt wurde, gesagt“, erzählt Martina Kopera. Sie leidet unter der lebensbedrohlichen Erkrankung LAM, bei der die Sauerstoffaufnahme in der Lunge blockiert ist. Von jetzt auf gleich kann es vorbei sein. Die heute 46-Jährige, die an Sauerstoff-Tonnen angeschlossen ist, entschied sich fürs Kämpfen. „Ich will leben“, bekräftigt sie. Seit langem wartet sie auf eine neue Lunge. Die Transplantation gilt als ein Weg, das Leben um einige Zeit zu



Martina Kopera hat Lymphangioleiomyomatose – das ist eine sehr seltene Krankheit, bei der die Sauerstoffaufnahme in der Lunge blockiert ist.

Foto: Franziska Koark

verlängern. Neben Depressionen habe sie anfangs Panikattacken gehabt, Angst, dass sie gar keine Luft mehr bekommt. Im zweiten Jahr ging es aufwärts, dann kam ein Rückschlag. Sie hatte regelmäßig Todesängste, musste zur Behandlung in eine Klinik. Die Energie zum Weiterkämpfen schöpft sie aus ihrer Familie. „Meine Kinder geben mir viel Kraft“, sagt sie.

Ein stabiles soziales Netzwerk – also Familienangehörige und gute Freunde – sei für die Betroffenen extrem wichtig, um psychisch aufgefangen zu werden, betont Onkologin Heußner. Unterstützung gibt es auch bei einer Vielzahl von Beratungsstellen und Selbsthilfegruppenorganisationen. „Dort haben Betroffene die Möglichkeit, sich in Gesprächskreisen gegenseitig aufzurichten

und auch Infos über ihre Krankheit auszutauschen“, sagt Heußner. Wenn die Krankheit Martina Kopera psychisch zu zermürben droht, holt sie sich professionelle Hilfe und spricht mit einem Psychologen oder Seelsorger. Wer neben der Unterstützung durch Familie, Freunde oder Leidensgenossen ganz akut verbale Zuwendung benötigt, kann zum Beispiel die Telefonseelsorge kontaktieren oder die Nummer von psychiatrischen Krisentelefonen wählen.

Benno Bolze vom Deutschen Hospiz- und Palliativverband plädiert dafür, sich frühzeitig über die Möglichkeiten der Versorgung und Begleitung am Lebensende beraten zu lassen: „Das gibt für die Zeit der schweren oder unheilbaren Erkrankung Sicherheit.“

Im Internet oder über das Telefonbuch sind die Adressen der Hospiz- und Palliativdienste zu finden. Dort gilt der Grundsatz ambulant vor stationär. „Erst wenn eine Versorgung zu Hause nicht mehr möglich ist und der Patient es wünscht, erfolgt die Aufnahme in einem stationären Hospiz“, erläutert Bolze. **mag**

Vortrag: Übelkeit nach der Narkose

Übelkeit und Erbrechen treten auch heute noch nach Operationen regelmäßig auf und können je nach Ausprägung und Dauer eine deutliche Belastung für den Patienten darstellen. Bei bis zu 30% der heutzutage durchgeführten Operationen wird dieses Phänomen beobachtet. Übelkeit und Erbrechen sind komplexe Vorgänge, die durch verschiedene Ursachen ausgelöst werden können. Warum dieser Mechanismus nach Operationen zum Tragen kommt, ist bisher nur in einigen Zusammenhängen erklärt. Neben einer mangelnden Zufriedenheit der Patienten kann das Auftreten dieses Problems häufig zu längeren Verweildauern im Aufwachraum oder

aber nach einer ambulanten OP zu einer ungeplant stationären Aufnahme führen. In den vergangenen Jahren wurden verschiedene Risikofaktoren erkannt, die es heute ermöglichen, durch Auswahl geeigneter Anästhesieverfahren und medikamentöser prophylaktischer Maßnahmen das Auftreten postoperativer Übelkeit zu reduzieren oder gar zu vermeiden.

Informationen gibt es beim Patientenseminar am 13. Juli von 17.30-19 Uhr zum Thema „Übelkeit nach der Narkose – gibt es das immer noch?“ in der Klinik für Anästhesie, operative Intensivmedizin am Vivantes Klinikum Spandau, Neue Bergstraße 6, 13585 Berlin, ☎ 130 13 21 01.

Neu eröffnet in Spandau

Ambulanzteam Havel-Spree

Ob im Sanitätsdienst oder Krankentransport, wir handeln ganz im Dienste unserer Patienten und setzen auf Erfahrung, Kompetenz und einfühlsame Betreuung: kompetent, zuverlässig, sicher, immer an Ihrer Seite. Für uns steht jeder Kunde und jeder Patient an erster Stelle.

Unsere Leistungen für Sie: 24-Stunden erreichbar, Leitstelle ☎ 339 77 77-0, Stadt- und Fernfahrten, Beförderung von Transplant-Patienten, ambulante OP-Patienten, Heimfahrten und Nachsorge, Beförderung von Schmerzpatienten mit spezieller Lagerung.

Wir übernehmen Verantwortung – ein Motto, das viel verspricht. Wir halten es.

Grundsätze wie Pünktlichkeit, Freundlichkeit und Empathie sind uns ein großes Bedürfnis. Wir freuen uns darauf, für Sie da sein zu dürfen.

Ambulanzteam Havel-Spree; ☎ 339 77 77-0, Internet: www.ambulanzteam-havelspree.de.

Aufforchen bei Tinnitus-Patienten

Die neue Produktgeneration der Oticon Hörgeräte hilft, wenn der Tinnitus den Ton angibt

Unter Tinnitus oder störenden Ohrgeräuschen leiden in Deutschland ca. 2,7 Millionen Menschen. 90 Prozent der Betroffenen haben gleichzeitig auch eine Hörminderung.

Die alltäglichen Umgebungsgeschäfte, die dabei helfen, den Tinnitus zu überhören, werden bei einem Hörverlust minimiert. Ein Hörtest kann klären, ob der Tinnitus die Begleitsymptom einer generellen Hörminderung ist.

Die ultrakleinen Kombi-Hörgeräte von Oticon unterstützen das Gehör genau da, wo es Schwächen aufweist. Mittels Klanganreicherung verstärken sie die natürlichen Geräusche aus der Umgebung und lenken so von den nervtötenden Geräuschen des Tinnitus ab.

Der integrierte Klang-Generator Tinnitus SoundSupport™ hüllt den Tinnitus mit natürlichen Klängen ein und ver-

schaft so Linderung. Studien zeigen, dass Nutzer den Klang auslaufender Wellen am Strand den technischen Geräuschen klar vorziehen, die die klassischen sogenannten „Tinnitus-Noiser“ bieten.

Die neuen Tinnitus Hörgeräte von Oticon profitieren von der einzigartigen Brain-Hearing-Technologie. Die Geräte werden speziell auf die Arbeitsweise des Gehirns abgestimmt, um Höranstrengungen und Konzentrationsanstrengungen zum Ausgleich von Hörminderungen zu reduzieren.

Die neuen Geräte bieten eine Spitzentechnologie und sie verschwinden auch nahezu unsichtbar hinter der Ohrmuschel oder direkt im Gehörgang. Sie können zudem auch per Smartphone App bedient werden. Erstnutzer mit einer leichten Hörminderung schätzen diese Diskretion.



Apotheken-Notdienst

01. Juli bis 08. Juli 2015

Mittwoch, 01. Juli
Apotheke 97, Nonnendammallee 97, ☎ 382 42 34
Stadt-Apotheke Staaken, Fachinger Str. 16, ☎ 366 94 81

Donnerstag, 02. Juli
Central-Apotheke Siemensstadt, Nonnendammallee 94, ☎ 382 60 06
West-Apotheke, Seegelfelder Str. 60, ☎ 333 26 90

Freitag, 03. Juli
Kronen-Apotheke, Schönwalder Str. 29, ☎ 35 50 36 30
Mariannen-Apotheke, Brunsbütteler Damm 271, ☎ 366 43 64

Samstag, 04. Juli
Askanier-Apotheke, Streitstr. 11-14, ☎ 335 26 80
Damian-Apotheke, Falkenseer Chaussee 196, ☎ 373 57 92

Notdienste vom aufgeführten Tag 9.00 Uhr bis 9.00 Uhr am nächsten Tag
Weitere Informationen unter www.akberlin.de

Sonntag, 05. Juli
Arcaden-Apotheke, Klosterstr. 3, ☎ 330 01 00
Nicolai-Apotheke, Sandstr. 58 A, ☎ 361 20 40

Montag, 06. Juli
Privilegierte Adler-Apotheke, Carl-Schurz-Str. 39, ☎ 333 50 64

Dienstag, 07. Juli
Engel-Apotheke, Michelstadter Weg 50, ☎ 355 94 10
Märkische Apotheke Kladow, Kladower Damm 366, ☎ 36 80 19 00
Siemensstadt-Apotheke, Toeplerstr. 35, ☎ 382 20 76

Mittwoch, 08. Juli
Kontor Apotheke, Seeburger Str. 8, ☎ 35 13 13 81
Kopsch Apotheke Hakenfelde, Streitstr. 31, ☎ 355 34 40

Kennen Sie den Unterschied?

Psychiater werden häufig gefragt: Sind sie Arzt, Psychologe oder Psychotherapeut? Die Berufsbezeichnungen klingen ähnlich und können doch sehr unterschiedlich sein. Wir möchten Ihnen die Unterschiede und die verschiedenen Arbeitsweisen darlegen.

Ein **Diplom-Psychologe** hat ein Psychologiestudium absolviert. Psychologen arbeiten in verschiedenen Richtungen, u.a. in der Wirtschaft, in Personalabteilungen großer Unternehmen oder in der Forschung. Ein Teil der Psychologen entscheidet sich für eine therapeutische Laufbahn. Hierfür absolvieren sie zusätzlich eine mehrjährige Therapieausbildung. Das sind psychologische Psychotherapeuten. Sie behandeln Probleme mit Hilfe von Gesprächen.

Unterschied zwischen **Psychologen** und **Psychiatern**: Ein Psychiater ist immer ein Arzt. Er hat Medizin studiert. Die Spezialisierung erfolgt nach dem Studium im Rahmen

der Facharztweiterbildung. Diese beinhaltet auch einen Psychotherapieausbildungsteil, wie bei den Psychologen. Nach Abschluss ist man „Facharzt für Psychiatrie und Psychotherapie“. Im Unterschied zu psychologischen Psychotherapeuten können Psychiater Medikamente verschreiben, Krankschreibungen ausstellen oder ins Krankenhaus überweisen.

Ein Psychotherapeut ist entweder ein Arzt oder ein Psychologe. Beide Berufsgruppen haben eine entsprechende Weiterbildung absolviert. Die eigentliche Arbeitsweise ist gleich. Durch Gespräche werden psychische Probleme behandelt.

Im Institut emovis GmbH arbeiten Fachärzte für Psychiatrie und Psychotherapie. Wir bieten allen Menschen mit psychischen Problemen kostenlose und unverbindliche Beratungsgespräche an. Kurzfristige Termine können Sie unter ☎ 130 136-18 vereinbaren.

IMMANUEL KRANKENHAUS BERLIN
Rheumathorapie · Rheumatologie · Naturheilkunde

Informationsveranstaltung der Abteilung
Untere Extremität, Endoprothetik, Fuß- und Wirbelsäulenchirurgie

Abnutzung des Kniegelenkes – was ist das beste Verfahren für mich?

Von der Knorpelstimulation zur patienten-individualisierten Kniegelenksendoprothetik

Donnerstag · 9. Juli 2015 · 19.30 Uhr

Chefarzt
Dr. med. P. NaatzLeitender Oberarzt
Dr. med. C.D. BöningOberarzt
Dr. med. J. Hertel

Vortragsraum
Immanuel
Restaurant · Ebene 0
Königsstraße 63
14109 Berlin-Wannsee
Tel.: (0 30) 8 05 05-282

Besuchen Sie unsere Webseite: www.berlin.immanuel.de

Diakonie-Station
Tel. 030 · 336 09 - 368

Kooperationspartner der Charité und des Evangelischen Waldkrankenhauses Spandau

- Häusliche Krankenpflege
- qualifiziertes Wundmanagement
- Hauswirtschaftliche Hilfen und Einzelbetreuung zu Hause
- Soziale Beratung und Beratungsgespräche nach § 37, 3 SGB XI
- Kurse für pflegende Angehörige
- Palliativ Care (Sterbebegleitung)

Diakonie-Station Johannesstift

030 · 336 09 - 368, Schönwalder Allee 26, 13587 Berlin

Diakonie-Station Falkenhagener Feld

030 · 370 227 - 300

Stadtrandstraße 555, 13589 Berlin

Parkmöglichkeiten am Eingang Griesingerstraße

