

TOP-ADRESSEN

FÜR SPANDAU



Zahnarzt-spandau.de



Dr. Bastian Kämpfe
Dr. Christina Midderhoff

Seeburger Weg 13
13581 Berlin
Tel. 361 90 71

Angst vor einem Implantat muss nicht sein!

Sie haben Angst vor der
Implantatoperation?

Wir setzen das Implantat am Tag
der Zahnentfernung direkt in die Wunde,
das heißt ohne das Zahnfleisch aufzu-
schneiden ist in einer Sitzung alles erledigt.
Keine Blutung, keine Schwellung,
keine Schmerzen.

Zahn raus, Implantat rein, fertig!

DACHDECKEREI PETER MLECZAK

- Meisterbetrieb -

- Dacheindeckung • Dachabdichtungen aller Art
- Dachklempnerarbeiten • Dachfenstereinbau
- Wartungsservice • Kleinstreparaturen u.v.m.

Brunsbütteler Damm 120
13581 Berlin · Tel. 432 13 23
Fax 43 55 19 24 · Mobil 0157 - 72 54 16 98
mlecza-dach@t-online.de



Tipps für pflegende Angehörige

BERLIN: Angebote zur Entlastung und Unterstützung sind weiterhin erreichbar

Es gibt in Berlin rund 200 000 Menschen – Familienangehörige, Freunde und Nachbarn –, die mehr als 106 000 Pflegebedürftige in den eigenen vier Wänden versorgen. Der Coronavirus und die damit einhergehenden Einschränkungen machen ihnen diese Aufgabe nicht leichter.

Pflegebedürftige sind besonders durch den Coronavirus gefährdet. „Für sie gilt daher im besonderen Maße das Gebot der Kontaktvermeidung zu anderen Menschen. Mittelbar gilt es aber natürlich auch für die Pflegepersonen – die pflegenden Angehörigen, damit diese nicht zum Überträger des Virus werden“, teilt die Fachstelle für pflegende Angehörige mit.

Um sich selbst und den zu pflegenden Angehörigen gut schützen zu können, hat die Pflegeabteilung der Senatsverwaltung für Gesundheit, Pflege

und Gleichstellung auf ihrer Internetseite Handlungsempfehlungen veröffentlicht. Unter <https://bwurl.de/14vj> werden Schutzmaßnahmen vorgestellt und Hinweise zu den Themen Einkauf und Vorratshaltung gegeben.

Viele pflegende Angehörige fühlen sich mit ihrer Situation allein. Das wird nun dadurch verschärft, dass Entlastungsangebote wie die persönliche Beratung, Besuchsdienste oder Selbsthilfegruppen ausgesetzt werden. Trotzdem bleibt ein breites Angebot an Beratungs- und Begleitungseinrichtungen erhalten, versichert die Fachstelle. Sie sollen telefonisch und per E-Mail erreichbar sein.

Die Berliner Pflegestützpunkte, die Kontaktstellen PflegeEngagement, Pflege in Not, die Fachstelle für pflegende Angehörige, die Alzheimergesellschaft Berlin, einige Haltestellen der

Diakonie und das Gesprächstelefon Silbernetz stehen zur Verfügung. Einige haben die telefonischen Sprechzeiten bereits verlängert, andere arbeiten daran. Die Alzheimer Angehörigen Initiative organisiert virtuelle Austauschforen unter Alzheimer-AAI@YahooGroups.de. Unter www.pflegen-und-leben.de gibt es die Möglichkeit einer internetgestützten Begleitung durch Psychologen. In der kostenlosen APP „In-Kontakt“, die durch die Interessenvertretung „wir pflegen e.V.“ betrieben wird, gibt es die Möglichkeit, sich mit anderen pflegenden Angehörigen auszutauschen.

Folgende Kontaktdaten sind besonders wichtig:

- Pflegestützpunkte: www.pflegestuetzpunkteberlin.de, Hotline 0800 595 00 59 (werktäglich 9-18 Uhr)
- Corona-Telefon der Telefonseelsorge: 0403 66 58 85

- (24 Std./Tag)
- Beratungs- und Beschwerdetelefon Pflege in Not: 069 59 89 89 (Mo.-Fr. 10-16 Uhr, Sa. 10-14 Uhr)
- Angebote der Kontaktstellen PflegeEngagement: www.pflegeselbsthilfe-berlin.de, E-Mail: kompetenzzentrum@sekis-berlin.de
- Selbsthilfekontaktstellen: kompetenzzentrum@sekis-berlin.de
- Gesprächstelefon gegen Einsamkeit im Alter „Silbernetz“: 0800 470 80 90 (täglich 8-22 Uhr)

Neben allen Einschränkungen zeigt die Krise auch Positives. Immer mehr Menschen bieten Nachbarschaftshilfe an – in Hilfebörsen, per Aushang im Treppenhaus oder an der Wohnungstür. Auf Portalen wie www.nebenan.de und www.coronaport.net organisieren sich Gruppen, die Nachbarschaftshilfe anbieten.

Naturboden Falkensee

Anzeige

Kork in über 1000 Farben

Seit über 17 Jahren werden Korkböden in allen Wohnbereichen, auch in Küchen und Bädern, verlegt. Auf 150 Quadratmetern Studiofläche wird Kork in vielen Formaten, verschiedenen Stärken und über 200 Oberflächenstrukturen von Arne Kohls und Thomas Könen angeboten. Neben einer eigenen Produktlinie werden auch Sorten anderer Hersteller angeboten. Die Vielfalt der ausgestellten Oberflächen sucht in Berlin und Brandenburg Ihresgleichen. Der flexible und stark belastbare Korkboden kann nicht nur im Nass- oder gewerblichen Bereich verlegt werden, er ist



Naturboden Falkensee in der Spandauer Str. 184.

eine vorzügliche Alternative auf Fußbodenheizungen. Für die handwerklichen Leistungen steht Ihnen ein erfahrenes Team zur Verfügung. Naturboden Falkensee, Spandauer Str. 184 in 14612 Falkensee, 03322/409 90 20. Di-Fr 12-19 Uhr und Sa 10-14 Uhr.

PSS Reifen + Autotechnik

Anzeige

Was bei Sommerreifen zu beachten ist

Der Winter ist fast überstanden und die Temperaturen steigen wieder. Genau die richtige Zeit, die Sommerreifen hervorzuholen und zu prüfen, ob die Reifen standhalten oder ob ggf. neue angeschafft werden müssen. „Bisher unentdeckte Risse oder die Folgen einer falschen Lagerung können die Reifen unbrauchbar machen. Auch sollte man darauf achten, dass die Reifen einer Achse nicht stark unterschiedlich abgefahren sind“, weiß Nico Hentschel, Geschäftsführer von PSS Reifen + Autotechnik. Was die Profiltiefe betrifft, sollte man nicht warten, bis das gesetzlich festgelegte Minimum erreicht ist.



Wer Besitzer eines neueren Fahrzeugs ist, hat möglicherweise ein Reifendruckkontrollsystem (RDKS). Das bietet Vorteile, erfordert aber besondere Fachkenntnisse beim Reifenwechsel – die finden Sie bei Nico Hentschel und seinen Mitarbeitern! Mo-Do 7-18 Uhr, Fr 7-17 Uhr. Pichelsdorfer Str. 61, 13595 Berlin, 0361 97 62, www.pss-reifen.de.

Kork – Der Wohlfühlboden

NATURBODEN
FALKENSEE
Die Korkspezialisten

Spandauer Straße 184
14612 Falkensee
Telefon 03322-4 09 90 20
www.naturboden-falkensee.de

geöffnet: Di.–Fr. 12.00–19.00 Uhr, Sa. 10.00–14.00 Uhr, jederzeit nach Vereinbarung

Neu verliebt? „Herzklopfen“ finden Sie zuverlässig im Spandauer Volksblatt.

FRÜHJAHRSAKTION

POLSTEREI

WERKSTATT ADAM

30% RABATT

auf jeden Auftrag: Stühle & Sessel
Dieses Angebot gilt ab heute 7 Tage!
Tischlerarbeiten sind ausgeschlossen.

Wir sind spezialisiert auf antike Möbelstücke!
Kostenlose Beratung vor Ort bei Ihnen zu Hause.
Ein Anruf genügt.

über 15.000 Leder- & Stoffarten Wunschbezug • Schnürung • Leder
Holzarbeiten • Reparaturen diverser Möbelstücke
kostenlose Abholung & Bring-Service im Umkreis bis 150 km

Wir sind spezialisiert auf das fachmännische Polstern & Neu-Beziehen Ihrer Polstermöbel!

Öffnungszeiten:
Mo.-Fr. 10-18 Uhr
Sa. 10-14 Uhr

Filiale 1 • Am Yachthafen 10b
16761 Hennigsdorf
Tel. 030/93670975 oder
0176/61558083

Filiale 2 • Dahlmannstr. 15
10629 Berlin
Tel. 030/51642361 oder
0176/20969873

www.polster-ei-yachthafen.de

Frisch, intensiv & blumig –
Unsere **Frühlings-Düfte** sind da!

20% RABATT

Ab 50 € Einkaufswert erhalten Sie 20% Rabatt auf einen Einkauf Ihrer Wahl. Nicht mit anderen Rabatten kombinierbar. Gilt nicht für Dienstleistungen und reduzierte Artikel. Nur Barzahlung und EC-Karte.

HAVELPARK
DALLGOW

YBPN
YOUR BEAUTY PROFESSIONAL NETWORK

www.parfuemerie-krueger.de

Parfümerie Krüger

MEIN DOPPELT ICH

HAVELPARK • Döberitzer Weg 3 • 14624 Dallgow-Döberitz

Juwelier Mary Goldankauf

Jetzt mehr Geld für ihr Gold!

Wir kaufen an:

- Alt-Gold / Zahngold
- Brillantschmuck
- Luxus- und Markenuhren
- Gold- und Silbermünzen
- Silberschmuck
- Tafelsilber & Bestecke

Tel. 030/32709244

Markt 5, 13597 Berlin Altstadt Spandau

Podcast: „Wir gegen Corona“

Corona hat Berlin, Deutschland, die ganze Welt im Griff. Stündlich kommen neue, meist schlechte Nachrichten. Das öffentliche Leben wird auf Sparflamme gefahren, um die Ansteckungsgefahren zu verringern. Doch wie fassen wir neuen Mut? Wie bewahren wir Berliner uns die Herz-mit-Schnauze-Mentalität? Die Berliner Morgenpost hat den Podcast „Wir gegen Corona“ gestartet, in dem Morgenpost-Autor Hajo Schumacher und seine Frau, die Psychologin, Naturtherapeutin und Krisenberaterin Suse Schumacher, Mut machen wollen: kein Grund zur Panik, sondern zum Mitdenken, Mitfühlen, Mitgestalten. Alle Folgen: <https://www.morgenpost.de/podcast/wir-gegen-corona/my>

TOP-ADRESSEN

FÜR SPANDAU

Anzeige

Anzeige

CD- und Vinyl- Ankauf „Schönwettermusik“

Ankauf von Vinyl, CDs & DVDs

Sven Dörre kauft Ihre Schallplatten-, CD- oder DVD-Sammlung an. Deutschlandweit, auch per Abholung! Er kauft fast alle Genres, bevorzugt Rock & Jazz (keine Schlager). Machen Sie Ihre Sammlung zu Geld und besuchen Sie uns in der Transvaalstr. 21 (Nähe U-Bhf. Rehberge) in Wedding. Er zahlt faire Preise, sofort in bar und freut sich über Ihren Besuch oder Anruf. Weitere Infos: ☎ 463 31 84, www.schoenwettermusik.de.



Sven Dörre

Dachdeckerei Peter Mleczak

Alles rund ums Dach

Der Name Mleczak ist seit über 20 Jahren ein Begriff auf dem Berliner Dachdecker-Markt. Die Dachdeckerei Peter Mleczak hat ihren Firmensitz am Brunsbütteler Damm 120 und übernimmt die Ausführung von Dachdeckungsarbeiten aller Art, den Einbau von Dachfens-

tern und Fensterblechen, Dachreparaturen, auch Kleinstaufträge und Wartungsdienste sowie das Anbringen von Dachrinnen und Fallrohren. Einen nicht unwesentlichen Anteil haben Mauerwerksabdichtungen und Flachdacharbeiten. Näheres unter ☎ 432 13 23.

Segelmacherei Friedel

Über 50 Jahre Qualität nach Maß

Unterstützt durch zwei Mitarbeiter fertigt und repariert Anne Hölterhoff Segel aller Art, aber nicht nur das: Persenninge, Sprayhoods, Klappverdecke für Motorboote und Sonnensegel für Garten und Balkon gehören ebenso zum Programm.



Außerdem werden Polsterarbeiten am Boot durchgeführt. Ein beliebtes „Nebenprodukt“ sind Taschen aus alten Segeln. Maßnahmen und Anpassen vor Ort ist für Frau Hölterhoff und ihre Mitarbeiter eine

Selbstverständlichkeit. Ihr oberstes Ziel ist der zufriedene Kunde. Fehrbelliner Straße 29, 13585 Berlin, ☎ 375 46 05, ☎ 0177/ 375 46 05, www.segelmacherei-friedel.de.

inserf-Bautenschutz GmbH

Spezialist für gesundes Wohnklima

inserf-Bautenschutz GmbH wurde 1992 gegründet und vom geschäftsführenden Inhaber Hendrik Kaul am Mariendorfer Damm 159 geleitet. Das Unternehmen arbeitet berlinweit und ist spezialisiert auf die Sanierung von Feuchtigkeits- und Schimmelschäden. Auch Abdichtungen ge-

gen zeitweise aufstauendes und permanent drückendes Wasser gehören zu den Aufgaben. Dank einer umfangreichen Ursachendiagnostik mittels modernster Analysetechnik wird mit dem Kunden gemeinsam ein Sanierungskonzept erarbeitet. ☎ 36 80 15 86, www.inserf-bautenschutz.de.

BHI Hesse Immobilien

MEHR aus Ihrem Eigentum machen

Seit Sommer 2019 ist die alt eingesessene Spandauer Firma BHI Hesse Immobilien nun mit ihrem modernen Immobilienbüro in der Spandauer Altstadt, Havelstraße 14, präsent – zusätzlich zu ihrem Büro in Hakenfelde. Die neue Adresse wird gut angenommen.



Im Rahmen der vielen persönlichen Gespräche mit unseren Spandauern hat sich ergeben, dass es neben den klassischen Gründen für eine persönliche Veränderung und den damit verbundenen Aufgaben beim Verkauf noch eine weitere Anforderung gibt. Diese rückt mehr und mehr in den Fokus von Eigentümern. BHI Hesse Immobilien wird immer häufiger gefragt: Gibt es einen Weg, die Verantwortung für meine Immobilie abzugeben, dabei aber die Annehmlichkeiten und Vorzüge meines gewohnten Umfeldes weiter nutzen und genießen zu können?

Profis von BHI Hesse Immobilien gemeinsam mit jedem Eigentümer eine passgerechte und vor allem wirtschaftlich sinnvolle Lösung. Diese Entscheidung betrifft nicht nur die weitere Lebensplanung, sondern man redet hier in den meisten Fällen über den größten wirtschaftlichen Wert, den man in seinem Leben geschaffen hat. Daher gehört die Planung und Umsetzung eines solchen Projektes – wie zufriedene Kunden von BHI Hesse Immobilien bestätigen – zu 100 % in professionelle und seriöse Hände!

Die Antwort darauf ist so individuell wie die Lebenssituation eines jeden Immobilienbesitzers. Deshalb erarbeiten die

Havelstraße 14, 13597 Berlin, ☎ 336 00 50, www.immobiliensmakler-spandau.de.

Fischersozietät Tiefwerder-Pichelsdorf

Angelkarten für Spree und Havel

Die Fischereifläche der Fischersozietät Tiefwerder-Pichelsdorf umfasst 5529 ha in Berlin und Brandenburg. Die häufigsten Fischarten in Spree und Havel sind Blei, Güster, Plötze, Barsch, Kaulbarsch und Zander. Durch Besatz mit Jungfischen gestützt werden die Bestände von

Aal, Hecht, Karpfen, Schleien und Wels. Angelkarten können Sie in unserer Geschäftsstelle oder auf angelkarten-berlin.de erwerben. Öffnungszeiten: Di-Fr 9-12 Uhr, Do auch 14-17 Uhr, Weißerburger Straße 43, 13595 Berlin, ☎ 332 36 31, www.fischersozietat.de.

Parfümerie M. Krüger

Ihre Schönheit in guten Händen

Sie lieben das Leben, sind offen für Neues und schätzen die sympathische Einkaufsumgebung einer persönlich geführten Parfümerie? Herzlich willkommen bei uns! Ihre Schönheit ist bei uns in guten Händen.

neue interessante Aktionen. Fachkundige Beratung in allen Bereichen von Pflege, Duft und Make-up sowie kompetente Antworten auf Ihre Fragen sind für uns selbstverständlich. Besuchen Sie uns bald – wir freuen uns auf Sie!

Es erwartet Sie eine umfassende Auswahl bekannter Marken. Sie finden topaktuelle Neuheiten und immer wieder

Parfümerie M. Krüger, Havelpark Dallgow, Döberitzer Weg 3, 14624 Dallgow-Döberitz, www.parfuemerie-krueger.de.

in serf Bautenschutz GmbH **ISOLIER Fachbetrieb**
Ihr Partner für ein trockenes Zuhause!

Nasse Wände? Feuchte Keller?
Komplettlösungen gegen Feuchtigkeit und drückendes Wasser auch **ohne Schächten** von innen ausgeführt

Mariendorfer Damm 159 12107 Berlin ☎ (030) 36 80 15 86/87
www.inserf-bautenschutz.de

TÜV-geprüfter Fachbetrieb – Mitglied im Holz- und Bautenschutzverband

Fischer Sozietät
Tiefwerder-Pichelsdorf
Angelkarten für Spree und Havel
Nachtangelkarten für Berlin

Öffnungszeiten:
Dienstag 09:00 - 12:00 Uhr
Mittwoch 09:00 - 12:00 Uhr
Donnerstag 09:00 - 12:00 Uhr
Freitag 09:00 - 12:00 Uhr
14:00 - 17:00 Uhr

Weißerburger Straße 43
13595 Berlin (Spandau)
Tel.: 030/332 36 31
Fax.: 030/351 05 132
info@fischersozietat.de
www.fischersozietat.de

Auf ins Gartenjahr 2020!
Frühjahrs-Aktionsangebote 1. März - 31. Mai 2020

Der nächste heiße Sommer kommt bestimmt! Mit Mulch schützen Sie den Boden optimal vor Austrocknung.

■ **Rindenmulch 0/40 mit RAL-Gütezeichen**
brutto 28,00 €/m³
(regulär 31,50 €/m³)
aus regionaler naturbelassener Kiefern- und Fichtenrinde.
Aufwandmenge 40-60 l/m²

■ **Naturholzmulch**
brutto 7,00 €/m³
(regulär 10,00 €/m³)
aus regionalen naturbelassenen Laub- und Nadelhölzern.
Aufwandmenge 40-60 l/m²

14612 Falkensee · Nauener Str. 101 · Tel. 03322/24 77-70 · info@galafa.de
www.galafa.de · Montag bis Freitag 7-18 Uhr · Sonnabend 8-13 Uhr

Sie möchten schon HEUTE von dem Wert Ihrer Immobilie profitieren?

Wir informieren Sie gerne frühzeitig über diese Themen, damit Sie Ihre Zukunft weiterhin aktiv gestalten können:

- Immobilienverrentung
- Verkauf mit Wohnrecht oder Nießbrauch
- Klassischer Verkauf
- Umschuldung oder Zwischenfinanzierung

Kommen Sie einfach und unkompliziert in unserem Immobilienbüro in der Spandauer Altstadt vorbei **Havelstraße 14** (gegenüber dem Kolk) oder vereinbaren einen Termin bei sich zu Hause.



Ihr Makler im Herzen Spandaus

Havelstraße 14
13597 Berlin
Fon: 030. 336 00 5-0
www.immobiliensmakler-spandau.de



Kaufe gebrauchte Schallplatten- und CD-Sammlungen
Faire Preise - Sofort Bargeld - Abholung
Täglich, auch Sa./So. und abends

030-463 31 84
0173-214 72 45

Transvaalstr. 21
13351 Berlin
Mo-Fr 10-20 Uhr
info@schoenwettermusik.de

Rock, Pop, Jazz, Punk, Heavy Metal, Filmmusik, Krautrock, Techno, Electro, Trance, House, HipJop, Gothic und mehr...

www.schoenwettermusik.de

Segelmacherei Friedel

- Neuanfertigungen / Reparaturen
- Persenninge + Sprayhoods
- Klappverdecke für Motorboote
- Bootspolster
- Sonnensegel für den Garten
- Taschen aus alten Segeln

Fehrbelliner Straße 29 · 13585 Berlin-Spandau
Tel. 030-375 46 05 · 0177-375 46 05
www.segelmacherei-friedel.de
Öffnungszeiten Mo-Do 8.00-16.30, Fr 8.00-14.00 Uhr

TOP-ADRESSEN

FÜR SPANDAU



**Wir machen
Ihr Auto fit
und beraten Sie
kompetent.**

**Viel Service zum
günstigen Preis!**

**Reifendienst
Achsvermessung
HU + AU täglich**

**Seit 38 Jahren
in Spandau**

PSS

Reifen + Autoservice OHG
Typenoffene KFZ-Werkstatt
Goodyear Service Partner

13595 Berlin
Pichelsdorfer Str. 61
Tel: 030 - 361 97 62
E-Mail: info@pss-reifen.de
Web: www.pss-reifen.de



World Vision
ZUKUNFT FÜR KINDER

**Kindern eine Zukunft
zu schenken ist ein
wundervolles Erlebnis**

Erlebe die Kraft der Patenschaft. Werde jetzt Pate auf worldvision.de



Galafa Erdenwerk

Anzeige

Der richtige Boden

Als zertifizierter Fachbetrieb vor der Spandauer Haustür entsorgt das Galafa Erdenwerk Gartenabfälle wie Laub, Rasen und Baumschnitt. Daraus gewinnt das Unternehmen hochwertige Komposte, Erden und Substrate für Ihren Garten, die Sie dort in Falkensee in großer Auswahl erhalten. Ein natürlicher, organischer und regionaler Kreislauf für Mensch und Natur, von dem Sie profitieren



können! Das Galafa Erdenwerk bereitet der Freude am Garten den Boden. Hochwertige Erden werden dort nachhaltig

und ökologisch erzeugt – ohne chemische Zusätze! Ob Sie Gemüse anbauen, Rosen züchten oder ein Moorbeet anlegen wollen: Jeder Boden sieht anders aus, fühlt sich speziell an und duftet anders. Die Experten beraten Sie, um die richtige Mischung für Sie zu finden! Galafa GmbH, Nauener Straße 101, 14612 Falkensee, ☎ 03322/24 77-70, www.galafa.de.

Polsterei Adam

Anzeige

Handwerkskunst in dritter Generation

Über Berlins Grenzen hinaus bekannt ist der Familienbetrieb in der City-West, nur wenige Schritte vom Kurfürstendamm entfernt, Höhe Adenauerplatz. Bereits in dritter Generation wird hier perfekte Handwerkskunst mit hoher Kreativität ausgeübt.

Die Vielfalt der Materialien, von Seide, Baumwolle und Leder bis zu modernen Möbelstoffen, bietet enorme Möglichkeiten, so dass jedes Sitzmöbel im neuen Glanz erstrahlt. Das Angebot gilt auch für Boots- und Campingwagenbesitzer. Dahlmannstraße 15, 10629 Berlin,



Die Polsterei Adam berät Sie auch gern bei Ihnen vor Ort.

☎ 51 64 23 61, ☎ 0176/ 20 96 98 73, Mo-Fr 10-18 Uhr, Sa 10-14 Uhr.

Dr. Bastian Kämpfe und Christina Miederhoff

Anzeige

Keine Angst vorm Implantat

Viele Patienten hätten gerne ein Implantat, fürchten sich aber vor den damit verbundenen Beschwerden und der Operation an sich. Um ein Implantat zu setzen, muss man eine Spritze geben, das Zahnfleisch muss aufgeschnitten und ein Loch in den Knochen gebohrt werden. Nach dem Setzen des Implantates wird zugenäht und eine Woche später der Faden entfernt. All das kann man heutzutage vermeiden, wenn man eine Sofortimplantation macht. Wenn ich einen Zahn entfernen muss, wird eine Betäubung gemacht und der Zahn gezogen. Dann hat man zwei Vorteile: Erstens es ist schon alles taub und zweitens ist durch das Ziehen schon ein Loch im Knochen

vorhanden. Dieses wird dann nur ein ganz klein wenig erweitert und schon kann ich mein Implantat setzen. Da ich nicht aufgeschnitten habe, muss auch nicht zugenäht werden und es muss später auch kein Faden mehr entfernt werden. Außerdem ist die Wunde gleich so gut wie verschlossen und es blutet kaum. Der zeitliche Mehraufwand beim Implantieren nach Zahnentfernung ist nur wenige Minuten. Die Nachwehen sind die gleichen, ob ich nur einen Zahn ziehe oder ziehe und sofort implantiere.

Dr. Bastian Kämpfe und Christina Miederhoff, Seeburger Weg 13, 13581 Berlin, ☎ 361 90 71, www.zahnarzt-spandau.de.

Havelland Kliniken GmbH

Anzeige

Krankhaftes Übergewicht angehen

Der Wunsch, das Gewicht zu reduzieren, ist bei vielen Menschen groß. Diäten können in den meisten Fällen nicht helfen, im Gegenteil: Häufig sind sie sogar kontraproduktiv und führen langfristig zu einer Gewichtszunahme (JoJo-Effekt). Es bedarf vielmehr eines systematischen Herangehens unter ärztlicher Aufsicht, um krankhaftes Übergewicht (Adipositas) erfolgreich zu therapieren. Das Adipositas-Zentrum der Havelland Kliniken hat dazu ein anerkanntes multimodales Therapiekonzept entwickelt. Herzstück ist dabei die interdisziplinäre Diagnostik und Therapie. Das Adipositas-Zentrum arbeitet eng mit anderen Gesundheitsberufen wie z.B. Ernährungswissenschaftlern, Sporttherapeuten und Psychologen zusammen. Die umfassende Ernährungs-, Bewegungs- und Verhaltenstherapie verfolgt das Ziel, dauerhafte Impulse für einen gesunden Lebensstil zu setzen. Das Programm läuft je nach Schweregrad des Übergewichtes unterschiedlich lang. Durch die nahtlose aufeinander abgestimmte Betreuung im Adipositas-Zentrum der Havelland Kliniken lassen sich Gesundheit und die Lebensqualität für Patienten erheblich verbessern. Und wenn alle

Maßnahmen nicht fruchten, besteht immer noch die Möglichkeit, im Zentrum einen gewichtsreduzierenden operativen Eingriff durchführen zu lassen. Diese Eingriffe werden frequent und sehr erfolgreich im Zentrum durchgeführt.

Öffnungszeiten Corona-Ambulanz

KLADOW. Die Corona-Ambulanz im Gemeinschaftskrankenhaus Havelhöhe hat für begründete Verdachtsfälle montags bis freitags von 9 bis 17 Uhr geöffnet. Die telefonische Anmeldung erfolgt unter ☎ 365 01 72 22 und zwar montags bis freitags von 8 bis 18 Uhr sowie sonntags und sonntags von 9.30 bis 15.30 Uhr. Adresse des Krankenhauses ist der Kladower Damm 221. **uk**

Insolvenzberatung nur am Telefon

SPANDAU. Die Schuldner- und Insolvenzberatungsstelle der Arbeiterwohlfahrt an der Betckestraße 7 bleibt wegen der aktuellen Situation geschlossen. Beraten wird bis auf Weiteres nur telefonisch unter ☎ 36 28 38 66 und ☎ 36 28 38 67 oder per E-Mail unter verwaltung@awo-spandau-sib.de. Wer eine Bescheinigung für das Pfändungsschutzkonto braucht, ruft vorher an. Die Mitarbeiter ermöglichen dann ein persönliches Gespräch. Weitere Informationen gibt es unter <https://bwurl.de/14up>. **uk**

Juwelier Mary

Anzeige

Der Juwelier Ihres Vertrauens

Neben unserem umfangreichen Schmuck und Goldangebot bieten wir Ihnen darüber hinaus ein umfangreiches Serviceangebot. Dazu zählen unter anderem Batteriewechsel für nur 5 Euro, Uhrenarmbandwechsel, Uhrenreparaturen, Schmuckreparaturen, Schmuckaufarbeitung, Gravurarbeiten. Darüber hinaus ziehen wir auch Ihre Perlen neu auf. Nasen- und Ohrlochstechen machen wir natürlich auch. Altstadt Spandau, Markt 5, ☎ 32 70 92 44.

Schwer-Punkt-Therapie

**Wir helfen professionell
und beraten Sie individuell
zu Ihren Therapie-Möglichkeiten.**

- Einfach anrufen
- Termin vereinbaren
- Kennenlernen

Tel: 03321 42-1200

www.adipositaszentrum-havelland.de



HAVELLAND KLINIKEN GMBH
HAVELLAND KLINIKEN UNTERNEHMENSGRUPPE

www.havelland-kliniken.de

Ernährungsberatung und Diättherapie
Delia Winke

www.delia-winke.de

TOP-ADRESSEN

FÜR SPANDAU



Kick out the Band

BERLIN. Das digitale Zeitalter ist voller Möglichkeiten. So wird die ursprünglich geplante Veranstaltung „Kick out the Band“, in der sich Bands musikalisch messen und das Publikum einen Gewinner bestimmt, nun online übertragen: Am 27. März um 18 Uhr unter Kick out the band. Es darf interaktiv abgestimmt werden, der Spendenerlös kommt der Kinderkrebsstiftung zugute. Der Musiker Niklas G. hat das Projekt mit dem SpiralMusicStudio ins Leben gerufen. kle/foto: privat

Theodor Poeschke Bestattungen e.K.

Anzeige

Im Trauerfall für Sie da

Das Bestattungshaus Poeschke begleitet Sie in schwierigen Zeiten und nimmt Ihnen Aufgaben ab (gern mit Hausbesuch), damit Sie Zeit haben Abschied zu nehmen und zu trauern. Ein ehrenamtlicher Rentenberater ist regelmäßig für Sie vor Ort. Bestattungsvorsorge ist für jedes Budget möglich. Ihre Wünsche und die Persönlichkeit der Verstorbenen fließen in die Ge-

staltung der Trauerfeier ein – klassisch oder würdevoll-modern. Die einfühlsamen Mitarbeiterinnen beraten Sie ohne Zeitdruck und bieten Ihnen Trauerdrucksachen und Trauerreden aus einer Hand. Poeschke Bestattungen (☎ 35 40 20 90) in Haselhorst, Gartenfelder Str. 111, 13599 Berlin und in Alt-Reinickendorf 29d, 13407 Berlin, poeschke-bestattungen.de.

Hair Harmony GmbH

Anzeige

Willkommen bei Hair Harmony!

Wir sind ein langjähriger Meisterbetrieb im Friseurhandwerk und führen mehrere Friseursalons in Berlin. Bei uns ist die ganze Familie willkommen und unsere Kunden stehen an erste Stelle. Wir freuen uns, auch Sie begrüßen zu dürfen. Bringen Sie die Bonuskarte mit. Filialen unter www.hairharmony.de.



Hilfe für Ältere in der Coronakrise

GESUNDBRUNNEN: Silbernetz-Hotline ist jetzt auch bundesweit erreichbar

von Dirk Jericho

Das Silbertelefon für vereinigte oder isolierte ältere Menschen ist gerade in diesen schwierigen Zeiten von enormer Bedeutung.

Die kostenfreie Hotline ☎ 0800 470 80 90 von Silbernetz ist jetzt aus ganz Deutschland zu erreichen. Täglich von 8 bis 22 Uhr bieten die Mitarbeiter in ihrem Büro in der Wollankstraße 97 Ge-

sprache für einsame ältere Menschen an.

Gerade jetzt, in der Coronakrise, entstehen auch bei mobilen Älteren Isolation, die Angst vor Einsamkeit und neue Ängste wie zum Beispiel, nicht mit lebenswichtigen Lebensmitteln oder Medikamenten versorgt zu werden. Und das gilt nicht nur für die Berliner Senioren. „Für diesen besonderen Fall gaben unsere Berliner Förderer grünes Licht. Das Silbertelefon kann jetzt aus ganz Deutschland angerufen werden“, sagt Silbernetz-Gründerin und Vorsitzende des Vereins Silbernetz, Elke Schilling. Silbernetz und der Humanistische Verband Berlin-Brandenburg betreiben das Projekt Silbernetz. Zu den weiteren Angeboten zählen die „Silbernetz-Freundschaft“ und die „Silberinfo“. Bei der „Freundschaft“ vermittelt Silbernetz einen Freund, der einen älteren Menschen regelmäßig anruft. Die „Silberinfo“ liefert Informationen über Angebote.



Das Silbertelefon unter ☎ 0800 470 80 90 ist jetzt bundesweit erreichbar. Foto: Silbernetz e.V.

„Feldküche“

Lieferservice jetzt auch bis abends

Auch in der Corona-Krise, die den Alltag in einen verzweifelten Dornröschenschlaf versetzt, bleibt die Feldküche in der Wilhelmstadt weiterhin für Sie geöffnet. „Selbstverständlich halten wir alle Senatsvorschriften bezüglich der Hygiene-Standards genauestens ein“, erklärt Oliver Straube. Weiterhin bieten er und sein Team jetzt auch einen umfangreichen Lieferservice mit den beliebten deutschen Spezialitäten an, so dass es den Spandauern kulinarisch an nichts fehlt. „Die Kunden müssen nur online die aktuellen Angebote einsehen oder anrufen, dann erfahren Sie, was aktuell täglich frisch in der „Feldküche“ gezaubert wird. Desserts, Kuchen und Getränke werden ebenfalls ausgeliefert, ebenso die aktuelle Speisekarte für die nächsten Tage. Die Bestellungen sind täglich bis 17 Uhr möglich. Und wer seine Lieblings Speisen

nicht persönlich in Empfang nehmen will, legt einfach das Geld in einen Briefumschlag vor die Tür. Die „Flinken Helfer“ halten den gebotenen Abstand ein, so dass Sie sich sicher fühlen können und platzieren Ihnen dann Ihre Lieferung griffbereit. Übrigens wird der Abholservice täglich ab 12 Uhr angeboten, wobei auch hier unter anderem die erforderlichen Mindestabstände eingehalten werden. Familie Straube und ihr Team wünschen allen Gästen und Kunden beste Gesundheit und freuen sich, Sie weiterhin mit ihren gastronomischen Angeboten verwöhnen zu können.

„Feldküche“
Wilhelmstraße 167/168
13595 Berlin
Mo-Sa 8-17 Uhr, So ab 9 Uhr
Tel. 200 96 333
www.flinkenhelfer.com



Oliver Straube (mi) und seine Söhne Enrico-Pascal (li) und Marco-Antonio bieten jetzt einen noch umfangreicheren Lieferservice bis abends an.

Bestattung und Vorsorge für Spandau

Poeschke
BESTATTUNGEN

Tag & Nacht erreichbar:

030 / 35 40 20 90

Gartenfelder Str. 111

13599 Berlin

U Haselhorst / Bus 133



Kerstin Drescher Robert Leonhard Martina Nunold

Erd-, Feuer-, See- und Baumbestattungen
würdevoll für jedes Budget

Jobs & Bildung

Kleinanzeigen-Annahme: ☎ 26 06 80

Aus- und Weiterbildung

Betreuungsassistent/in 553c. gerontopsych. Spez. 3Mon. Ausbil. Spritzen-Medik.schein ☎ 36405666 www.medipoint-berlin.de

Du bist am Zug! Ausbildung zum Lokführer (m/w/d) od. Rangierlokf. (m/w/d) ab 27.04.20 in Berlin. Mit 100% Jobgarantie! Finanzierung über Bildungsgutschein. ☎ 030-577 01 38 74, www.bahn-jobs.de

Tierarztpraxis in Spandau sucht ab 01. August 2020 eine/n Auszubildende/n zur/zum TMFA ☎ 030-332 31 57

Gesundheit und Soziales

Heil- oder Sozialpädagogen (m/w/d) Die Heilpädagogische Ambulanz Berlin gGmbH sucht Heilpädagogen oder Sozialpädagogen für die ambulante Betreuung von erwachsenen Menschen mit geistiger Behinderung und zusätzlichen psychischen Störungen bzw. gravierenden Verhaltensauffälligkeiten. Weitere Informationen unter www.hpa.berlin

Lebenshilfe stellt Schulhelfer zur Förderung von Kindern mit Behinderung in der Schule ein. Einsätze zw. 10-25 Std. (kein Minijob) ☎ 829 99 84 00 od. bewerbung@schule-lebenshilfe.de

Wir suchen exam. Pflegefachkräfte in VZ, TZ od. auf 450-€-Basis; ab 3.670 € Grundgehalt in VZ, bei Wunschdienstplan. MVI PERSONAL POWER GmbH, Frau Rehfeld ☎ 030/20659-236

Pflegefachkraft für Frühdienst gesucht. Spandau Staaken, kein Wochenende, aduio-pflege.de/ ☎ 030-346497132

Handwerkliche Berufe

Aushilfe (m/w/d) für das Parkhaus in den Spandau Arcaden auf Minijob-Basis gesucht. Fundiertes technisches Verständnis und handwerkliches Geschick sind erwünscht. Ihre aussagekräftige Bewerbung bitte per E-Mail an: anna.konik@ext.urw.com

Handwerksfirma erledigt schnell und günstig z. B. Dachreparaturen, Maler- und Putzarbeiten, Trockenlegungen, Terrassengestaltungen, Holz- und Bautenschutz.
Tel. 0163-0192900

Kaufmännische Berufe

Bestattungsinstitut sucht Mitarbeiter (m/w/d) für Innen- & Außendienst in Vollzeit. buchhaltung@nowaczyk-bestattungen.de

Buchhalter/in von Hauskrankenpflagedienst in Bln-Charlottenburg in Teilzeit gesucht. ☎ 030-323 73 75

Sekretärin (m/w) f. Gewerbebetrieb, Charisma Berlin GmbH, ☎ 86 09 84 10, schumacher@charisma-berlin.com

Anbieten, suchen, finden? Kleinanzeigen im Spandauer Volksblatt.

Sonstige Tätigkeiten

Dringend Helden gesucht! Blutplasma spenden - Leben retten- Aufwandsentschädigung erhalten! Infos ☎ 030-30 10 59 20 www.plasmaspende-spandau.de Jetzt Spende-Termin vereinbaren!

Firma sucht für Gartenpflege und Hausreinigung Mitarbeiter zur Erweiterung eines tollen Teams. Führerschein ist Pflicht. Sehr gute Bezahlung und einiges mehr. ☎ 0173-245 43 52



DAS BRINGEN WIR SCHON HIN.

BEWIRB DICH BEIM TOPZUSTELLER:
WWW.BERLINLASTMILE.DE



BERLIN LASTMILE