

Kurz InFormiert

- * Pflegereform endlich auf den Weg bringen
- * Jeder zehnte Schüler mobbt via Internet
- * Elternratgeber Grundschulzeit

Wissenswertes

- * Mit einer Sehbehinderung leben
- * Wissenswertes über den Blindenführhund
- * Risiken, die unter die Haut gehen



Merk dir den Smiley...



...wenn körperliche Einschränkungen oder gesundheitliche Beschwerden Hilfsmittel im Alltag erfordern, oder ein geliebter Mensch pflegebedürftig wird, dann sind wir für Sie da.

Mit zahlreichen Produkten verbessern wir Lebensqualität. Sorgen mit leistungsstarkem Service und kompetenter Beratung für ein barrierefreies und selbst bestimmtes Leben.

Bei der Erledigung der Formalitäten sind wir Ihnen gerne behilflich.

Rufen Sie uns an oder besuchen Sie uns, auch im Internet.



ortho-care West

ehemals Sanitätshäuser Schild und Kelz

Brunnenstraße 101-103 · 41069 M'gladbach
Sandradstraße 14 · 41061 M'gladbach

Außerdem in Grevenbroich

Telefon 0 21 61 / 1 43 60
www.orthocare-west.com



reha team West

Wir bringen Hilfen

Sandradstraße 14 · 41061 M'gladbach

**Außerdem in Düsseldorf, Krefeld,
Duisburg und Jüchen**

Zentralruf 08 00 / 009 14 20
www.rtwest.de

Das starke Team der Spezialisten

Herausgeber: pflege plus Telefon: 02166 / 130980	Inhalt & Impressum 3
Redaktion, Layout, Grafik: pflege plus® GmbH Dahlener Str. 119 - 125 41239 Mönchengladbach & TEXTDOC Inh. B. Stuckenberg Telefon: 02434 - 2408554 Fax: 02434 - 2408553 Mail: redaktion@text-doc.com	Vorwort Achim R. Zweedijk, pflege plus® 4
Verantwortlich für den Inhalt: Birgitt Stuckenberg	Kurz InFormiert * In fast jedem dritten Haushalt leben Senioren * Pflegereform endlich auf den Weg bringen 5 * Ärzte verordnen fünf Packungen pro Kopf * Schlecht riechende Medikamente dem Apotheker zeigen 6 * Kreislauf-Erkrankungen häufigste Todesursache * Frauenkalender liegt aus * 595 Bäume werden gefällt 7 * Tierschutz in der Geflügelhaltung * Jeder zehnte Schüler mobbt via Internet 8 * Elternratgeber Grundschulzeit 9
Erscheinungsweise: 4 x jährlich	
Herstellung / Druck: pflege plus® auf Minolta CF 5001	
Auflage: 4000	
Erscheinungsgebiet: Mönchengladbach, Viersen, K`broich	
Die Redaktion übernimmt für unverlangt eingesendete Bilder und Manuskripte keine Gewähr. Die Redaktion behält sich das Recht vor, die veröffentlichten Beiträge auch elektronisch zu verbreiten. Mit Namen gezeichnete Artikel geben die Meinung des Verfassers wieder, die nicht mit der Meinung der Redaktion identisch sein muss. Nachdruck, auch auszugsweise, sowie die Herstellung von fototechnischen Vervielfältigungen sind nur mit ausdrücklicher Genehmigung des Herausgebers und unter genauer Quellenangabe gestattet. © 2008 pflege plus® GmbH. ™pflege plus® und das pflege plus® Logo sind eingetragene Markenzeichen von Achim R. Zweedijk, Mönchengladbach.	Wissenswertes * Mit einer Sehbehinderung leben 10 * Wissenswertes über den Blindenführhund 11 * Risiken, die unter die Haut gehen 13
HINWEIS: Wir haben uns um korrekte Informationen bemüht. Diese ersetzen jedoch nicht den Rat oder die Behandlung eines Arztes, Therapeuten oder eines anderen Angehörigen der Heilberufe. pflege plus® lehnt jede Verantwortung für Schäden oder Verletzungen ab, die direkt oder indirekt durch die Anwendung von im InForm Magazin dargestellten Übungen, Therapien und / oder Behandlungsmethoden entstehen können. Es wird ausdrücklich bei Auftreten von Krankheitssymptomen und gesundheitlichen Beschwerden vor einer Selbstbehandlung auf der Grundlage der Inhalte des InForm Magazins ohne weitere ärztliche Konsultation gewarnt.	Fehlerbild: * Finden Sie alle 12 Fehler? 15 © Rainer Sturm / Pixelio
	Titelfoto: © Carl-Ernst Stahnke / Pixelio



Liebe Leserinnen und Leser,

noch während wir zu Herbstbeginn eine letzte Hitzewelle erleben konnten, gab es bereits die ersten Weihnachtsleckereien in den Geschäften zu kaufen. Alle Jahre wieder, aber es führt einem doch vor Augen, wie schnell die Zeit vergeht beziehungsweise, wie schnelllebig unser Dasein ist. In keiner Epoche vor uns gab es eine derartige Daten- und Informationsflut, die den Menschen zur Verfügung steht, aber auch, sie überfordert, krank, ja sogar süchtig macht, glaubt man den neuesten Veröffentlichungen des Bundesministeriums für Gesundheit. Wichtig ist hierbei vor allem, was die rasante Entwicklung unserer technischen Möglichkeiten aus und mit unseren Kindern macht. Aus unterschiedlichen Aspekten hatten wir bisher mit der InForm stets ein Auge auf die Folgen für die psychische und körperliche Gesundheit dieser, unserer schwächsten, da am meisten beeinflussbaren Mitglieder unserer Gesellschaft. So waren es Themen wie Belästigung via Internet, Übergewicht als Folge von Bewegungsmangel, um nur zwei Beispiele einer Entwicklung zu nennen, die derzeit ihren

vorläufigen Höhepunkt im sogenannten Cybermobbing findet. Mit offenbar unabsehbaren Folgen für unsere Kids.

„Leben und Alltag mit Sehbehinderung“, im Rahmen der jährlich stattfindenden „Woche des Sehens“, ist ein Thema dieser Ausgabe. Neben praktischen Informationen erfahren Sie nebenbei auch einiges über Blindenführhunde und wichtige Dinge, die man als sehender Mitmensch beachten sollte.

In eine ganz andere Richtung geht unser letztes Thema: Gesundheitsrisiko durch Tätowierung. Dies betrifft keineswegs nur eine gesellschaftliche Randgruppe, denn 10 Prozent der Deutschen sind tätowiert. Also auch ein gesellschaftliches und nicht nur ein modisches Phänomen. Dass die Risiken dieses permanenten Körperschmucks nicht zu unterschätzen sind, aber auch, wie man denselben wieder entfernen kann, lesen Sie im Beitrag des BfR (Bundesinstitut für Risikobewertung). Denn viele Menschen bereuen offenbar diese „Jugendsünden“. Womit wir wieder beim Anfang wären, die Zeit vergeht und es ändert sich vieles. Alles ist im Fluss – das wenigstens steht fest.

Ganz unphilosophisch gibt es natürlich wieder vieles weitere Interessante und Informativ zu lesen. Viel Spaß bei der Lektüre dieser Zeitschrift, die ganz altmodisch aus bedrucktem Papier besteht und ohne Touchscreen umgeblättert werden kann.

*Es grüßt Sie herzlich
Ihr Achim R. Zweedijk*



- ◇ Krankenpflege
- ◇ Altenpflege
- ◇ Kinderkrankenpflege
- ◇ Betreuung
- ◇ Nachtwache
- ◇ 24 Stunden Versorgung
- ◇ 24 Stunden Notdienst
- ◇ Hauswirtschaft
- ◇ Menüservice
- ◇ Hausnotruf
- ◇ Einkaufsdienst
- ◇ Seniorenurlaub
- ◇ Betreutes Wohnen



Unsere Pflege - Ihr Plus

pflege plus®
Pflegedienst und mehr...
Dahlener Str. 119-125
41239 Mönchengladbach
Telefon: 02166 / 130980

Beratungsstellen:

Dahlener Str. 119-125
41239 Mönchengladbach
Telefon: 02166 / 130980

Gasstr. 14
41751 Viersen - Dülken
Telefon: 02162 / 571844



2010: In fast jedem dritten Haushalt leben Senioren

Wiesbaden. Im Jahr 2010 lebte in 30 Prozent der 40,3 Millionen Privathaushalte in Deutschland nach aktuellen Ergebnissen des Mikrozensus mindestens eine Person im Seniorenalter ab 65 Jahren. Wie das Statistische Bundesamt (Destatis) zum Internationalen Tag der älteren Menschen am 1. Oktober 2011 weiter mitteilt, betrug der Anteil der Seniorenhaushalte vor rund 20 Jahren (1991) lediglich 26 Prozent.

Rund 81 Prozent der insgesamt 12,1 Millionen Seniorenhaushalte im Jahr 2010 waren „reine“ Seniorenhaushalte (knapp 9,8 Millionen), das heißt Haushalte, in denen ausschließlich Personen ab 65 Jahren wohnten. In weiteren knapp 2,4 Millionen Haushalten lebten sowohl Personen im Seniorenalter als auch Jüngere unter einem Dach zusammen.

Die Haushalte mit älteren Menschen sind im Durchschnitt kleiner als die Haushalte, in denen keine Senioren leben. So lebten 2010 in einem reinen Seniorenhaushalt

durchschnittlich 1,44 Personen, dagegen wohnten in den Haushalten ohne Senioren im Schnitt 2,20 Personen. Die durchschnittliche Haushaltsgröße aller 40,3 Millionen Privathaushalte in Deutschland betrug 2,03 Personen.

Quelle: Destatis

Foto: Günter Havlena / Pixelio

VdK: Pflegereform muss endlich auf den Weg gebracht werden

Bonn. „Der koalitionsinterne Streit über die Finanzierung der Pflege darf nicht länger auf dem Rücken der Betroffenen ausgetragen werden und zu weiteren Verzögerungen führen“, erklärte die Präsidentin des Sozialverbands VdK Deutschland, Ulrike Mascher, anlässlich Meldungen, nach denen sich die Reform der Pflegeversicherung weiter verzögern wird. „Es ist ein Skandal, dass sich im von der Regierung ausgerufenen Jahr der Pflege 2011 die Situation der Pflegebedürftigen und ihrer Angehörigen nicht im Geringsten verbessert hat“, sagte Mascher. Zugleich erteilte die VdK-Präsidentin dem Vorschlag von Bundesgesundheitsminister Daniel Bahr, der die Pflegeversicherung um eine kapitalgedeckte Zusatzversicherung erweitern will, erneut eine klare Absage. „Das Recht auf gute Pflege darf nicht von den finanziellen Möglichkeiten des Einzelnen abhängen“, betonte Mascher. Der VdK schlägt stattdessen eine geringe Anhebung des Pflegeversicherungsbeitrags vor. Dabei müssen auch die Arbeitgeber in die Pflicht genommen werden. Zudem hält der VdK einen Solidarausgleich zwischen privater und gesetzlicher Pflegeversicherung für angemessen. „Gute Pflege ist ein Gebot der

Menschenwürde, und diese darf nicht unter Kostenvorbehalt stehen. Die notwendigen Mittel sind vorhanden, sie müssen nur solidarisch verteilt werden“, forderte Ulrike Mascher die Bundesregierung zum Handeln auf. Vor allem die Situation pflegender Angehöriger sei unbefriedigend und stehe in keinem Verhältnis zu dieser schweren und wichtigen Aufga-



be. Deshalb fordert der VdK, den Pflegebedürftigkeitsbegriff zu erweitern. Denn von vier Millionen Menschen, die zu Hause gepflegt werden, haben 2,5 Millionen, darunter viele Demenzkranke, keine Pflegestufe und erhalten so auch kein Pflegegeld aus der Pflegeversicherung. Ohne Pflegestufe gibt es für die pflegenden Angehörigen von Demenzkranken keine Anrechnung von Rentenanwartschaften und auch keine Entlastungsangebote wie Verhinderungs- und Kurzzeitpflege. Dabei sind sie häufig rund um die Uhr – oft genug zum Nulltarif – im Einsatz. „Menschen, die ihre Angehörigen pflegen, brauchen mehr Wertschätzung, Entlastung und Geld“, so VdK-Präsidentin Mascher.

Mit seiner Kampagne „Pflege geht jeden an“ appelliert der Sozialverband VdK an die Bundesregierung, pflegende Angehörige bei der Reform der Pflegeversicherung angemessen zu berücksichtigen.

Quelle: VdK / Michael Pausder

Foto: Gerd Altmann / Pixelio



Arzneimittel: Ärzte verordnen fünf Packungen pro Kopf

Hamburg. Rund 338 Millionen Medikamenten-Packungen haben die Ärzte im ambulanten Bereich den gesetzlich Versicherten in den ersten sechs Monaten dieses Jahres verordnet. Statistisch gesehen entspricht dies etwa fünf Packungen pro Kopf, wie die Techniker Krankenkasse (TK) mit Hinweis auf die Statistiken des GKV-Spitzenverbandes mitteilt.

Die Anzahl der verschriebenen Packungen war damit leicht rückläufig. Im ersten Halbjahr 2010 hatten die Ärzte noch 348 Millionen Packungen verordnet. „Ein möglicher Grund für den Rückgang ist, dass die Ärzte weniger kleine und mittlere Packungen und stattdessen mehr größere Packungen verordnet haben“, erklärt Tim Steimle, Arzneimittelexperte bei der TK. Die niedergelassenen Mediziner haben im ersten Halbjahr 2011 Rezepte im Wert von gut 16 Milliarden Euro ausgefüllt – das waren rund drei Prozent weniger als im Vorjahreszeitraum.

Jeder gesetzlich Versicherte bekam demnach Arzneimittel für rund 235 Euro verordnet. Allerdings sind die regionalen Unterschiede enorm: Während die Ärzte in Mecklenburg-Vorpommern Medikamente im Wert von rund 300 Euro pro Kopf (28 Prozent über dem Bundesdurchschnitt) verschrieben haben, waren es in der Regi-

on Westfalen-Lippe nur rund 208 Euro (13 Prozent unter dem bundesweiten Mittel).

Quelle: TK

Foto: Andrea Damm / Pixelio

Schlecht riechende Medikamente dem Apotheker zeigen

Berlin. Wenn ein Medikament schlecht riecht, sollten Patienten es ihrem Apotheker „unter die Nase halten“. „Riecht eine Tablette merkwürdig, kann das je nach Einzelfall harmlos sein, auf einen Verpackungsfehler hinweisen oder ein Anzeichen für eine Qualitätsminderung sein“, so Prof. Dr. Manfred Schubert-Zsilavecz, Mitglied der Chefredaktion der Pharmazeutischen Zeitung (PZ). Über die Nachweismethoden berichtet die PZ in ihrer aktuellen Ausgabe. Liegt kein Qualitätsmangel vor, hilft eine einfache Methode: Der Geruch eines Medikaments verschwindet meist innerhalb weniger Minuten. Wer Probleme mit dem Geruch hat, sollte seine Tabletten also aus der Verpackung nehmen, ein paar Minuten offen liegen lassen und erst dann einnehmen.

Geruch entsteht, wenn gasförmige Moleküle von einem Medikament an die umgebende Luft abgegeben werden, etwa von einer Tablette an die Luft im Blister. Beim Öffnen des Blisters entweicht diese Luft dann schlagartig. In der Regel entstehen diese geruchsintensiven Verbindungen, wenn durch eine undichte Verpackung Luftfeuchtigkeit auf das Medikament einwirken kann. Andere Ursachen sind Reste von Lösungsmitteln. Je nach Wirkstoff können Medikamente unterschiedlich riechen. Ein Essiggeruch kann zum Beispiel bei Acetylsalicylsäure (ASS) entste-

hen, nach Schwefel kann der blutdrucksenkende Wirkstoff Captopril riechen. Fischgeruch kann bei dem Antibiotikum Erythromycin vorkommen. Verschiedene Wirkstoffe gegen Diabetes oder Bluthochdruck können einen muffigen Geruch entwickeln.

Apotheker können Arzneimittel mit Qualitätsmängeln an die Arzneimittelkommission der Deutschen Apotheker (AMK) schicken. Diese kann das Zentrallaboratorium Deutscher Apotheker (ZL) mit einer chemischen Analyse beauftragen.

Quelle: ABDA



Mehr Suizide in Nordrhein-Westfalen im Jahr 2010

Düsseldorf. In Nordrhein-Westfalen schieden im Jahr 2010 insgesamt 1.816 Menschen freiwillig aus dem Leben (466 Frauen, 1.350 Männer). Wie Information und Technik Nordrhein-Westfalen als Statistisches Landesamt mitteilt, hat sich damit die Zahl der Suizidopfer im Vergleich zum Vorjahr erneut erhöht (+150 Fälle bzw. +9,0 Prozent).

Die Suizidrate – das ist der Anteil der Bevölkerung, der durch Selbsttötung stirbt – lag im Jahr 2010 bei durchschnittlich 10,2 Suizidopfern pro 100.000 Einwohner. Sie stieg mit dem Lebensalter an. Die meisten Selbsttötungen fanden durch Erhängen, Strangulie-

ren oder Erstickten statt (747 Sterbefälle). An zweiter Stelle standen Suizide durch Vergiften mit Medikamenten oder anderen Drogen einschl. Alkohol (322). Die dritthäufigste derartige Todesursache waren Stürze in die Tiefe (165).

Bei der Betrachtung der Suizide nach Kalendermonaten fällt auf, dass es in Nordrhein-Westfalen die meisten Suizidopfer im Frühjahr (März bis April: 507 Sterbefälle), die wenigsten in den Wintermonaten gab (Januar, Februar und Dezember 2010 zusammen: 407 Sterbefälle).

Quelle: IT.NRW

Foto: D. Braun / Pixelio



Kreislauf-Erkrankungen weiterhin häufigste Todesursache in Nordrhein-Westfalen

Düsseldorf. Im vergangenen Jahr verstarben in Nordrhein-Westfalen 192.137 Menschen. Wie Information und Technik Nordrhein-Westfalen als Statistisches Landesamt mitteilt, waren 2010 die Krankheiten des Kreislaufsystems (73.299 Gestorbene) nach wie vor die häufigste Todesursache. Allerdings ist der Anteil der an Herz-Kreislauf-Erkrankungen Gestorbenen an der Gesamtzahl der Verstorbenen seit 2005 von 43,3 Prozent auf 38,1 Prozent zurückgegangen. Die Zahl der Fälle, bei denen Erkrankungen des Kreislauf-Systems die Todesursache war,

ging im gleichen Zeitraum um 9,2 Prozent zurück.

Insbesondere die Zahl der Personen, die einem Myocardinfarkt (Herzinfarkt) erlagen, war 2010 um 23,6 Prozent niedriger als 2005.

Starben im Jahr 2005 noch 15.395 Menschen an einem akuten oder rezidivierenden (nach kurzer Zeit erneut auftretenden) Myocardinfarkt, so waren dies im vergangenen Jahr nur noch 11.757.

Quelle / Grafik: IT.NRW



Frauenkalender liegt aus: Schwerpunkt Frauenaktionstage im Oktober

Mönchengladbach. Der aktuelle, kostenlose Frauenkalender für die Monate September bis Dezember liegt jetzt in Bezirksverwaltungsstellen, Rathäusern, Bibliotheken, aber auch Apotheken, Kirchen und Frauenarztpraxen aus. Das abwechslungsreiche Kompendium der Gleichstellungsstelle gibt in den Rubriken Beruf und Praxis, Frau und Gesellschaft sowie Kultur und Freizeit einen Veranstaltung Überblick. Themenschwer-

punkt sind die Frauenaktionstage am 15./16.Oktober. Brigitte Brouns, Gleichstellungsbeauftragte, sagt: „Ich wünsche allen Frauen viel Spaß beim Lesen und freue mich darauf, viele Menschen bei den Frauenaktionstagen im TiG in Eicken begrüßen zu können.“

Quelle: pmg

Foto: Gerd Altmann / AllSilhouettes.com / Pixelio



595 Bäume werden im Rahmen von Durchforstungsmaßnahmen gefällt

Außerdem stehen 431 geschädigte Bäume auf der Fällliste

Mönchengladbach. 595 Bäume müssen im Rahmen von Durchforstungsmaßnahmen in den nächsten Monaten von der Stadt gefällt werden. Nach Auskunft des Fachbereiches Grünunterhaltung und kommunaler Forst erklärt sich die Anzahl durch die extrem hohe Zahl von Bäumen wie Weiden, Robinien und Birken, die durch Samenflug entstanden sind. Die Durchforstungsmaßnahmen werden im Hinblick auf den weiteren Zuwachs und um ausreichende Entwicklungsräume zu schaffen durchgeführt. Von den zu fallenden Bäumen fallen 393 unter die Baumschutzsatzung. Die restlichen 202 Bäume sind Pappeln Weiden und Nadelhölzer, die nicht

unter die Baumschutzsatzung fallen oder Bäume mit weniger als 80 Zentimeter Stammumfang.

Weitere 431 Bäume mit Vorschäden wie Faulstellen, Pilzbefall und abgestorbenen Baumkronen stehen auf der Fällliste. Aber auch Bäume, deren Schräglage so weit fortgeschritten ist, dass ein Erhalt auch nach bestem fachlichem Ermessen nicht mehr möglich oder sinnvoll, werden gefällt. Auf die Liste sind auch eine Reihe von Bäumen gekommen, die erhebliche Schäden zum Beispiel an Rad- und Gehwegen anrichten oder angrenzende Gebäude stark verschatten. Zertifizierte Baumkontrolleure der Abteilung Grünunterhaltung beobachten und kontrollieren einmal jährlich den kompletten Baumbestand. Bereits erkrankte oder vorgeschädigte Bäume werden hingegen zweimal jährlich geprüft. Der Umweltausschuss, der Planungs- und Bauausschuss und die Bezirksvertretungen werden über die Baumfällmaßnahmen informiert. Im Regelfall wird an Standorten der Einzelbäume, nach vorheriger Prüfung auf möglicherweise vorhandene Leitungen, eine Ersatzpflanzung vorgenommen.

Quelle: pmg

Foto: Torsten Born / Pixelio



Tierschutz in der Geflügelhaltung

Berlin. Aufgrund der aktuellen Diskussion um die Zustände rund um den deutschen Geflügelkonzern PHW (Marke „Wiesenhof“) fordern die Bundestierärztekammer e.V. (BTK) und der Bundesverband der beamteten Tierärzte e.V. (BbT), bundeseinheitliche Vorgaben nicht nur für die Haltung von Masthühnern, sondern auch für Puten, Enten und Elterntiere von Masthühnern und Legehennen zu schaffen. Entsprechende Vorschriften sollten in die Tierschutznutztierhaltungsverordnung aufgenommen werden. Bilder wie sie in der vergangenen Woche in der ARD gezeigt wurden, sind schockierend.

Aus Sicht der Tierärzteschaft müssen tierschutzrelevante Veränderungen am Schlachthof, wie Knochenbrüche und Blutergüsse als wesentlicher Indikator für Mängel in der Haltung und im Umgang mit den Tieren erfasst werden.

Diese Daten sollten an den Mastbetrieb und an das Veterinäramt gemeldet werden. „Nur so wird die gezielte (risikoorientierte) Kontrolle von auffälligen Betrieben möglich“, erläutert Dr. Martin Hartmann vom BbT. Ein zentrales Problem ist für BTK und BbT die derzeit fehlende Erfassung der Fängerkolonnen, die keine Erlaubnis benötigen und keine Sachkunde nachweisen müssen. Sie sind daher in der Regel den Veterinärämtern nicht bekannt.

Quelle: BTK

Foto: Gerd Altmann / Pixelio

Studie: Jeder zehnte Schüler mobbt via Internet

Hamburg. Was früher als „Klassenkloppe“ galt, kommt im 21. Jahrhundert als „Cybermobbing“ daher.

Virtuell und anonym fallen Kinder und Jugendliche dabei im Internet gezielt übereinander her. Oft mit fatalen Folgen. Eine repräsentative

SDS
SDS Sicherheitsdienst Stade
Tel.: 04148 - 616233
Fax: 04148 - 616234

deutschlandweit

Wir verwenden Geräte der neuesten Generation von Attendo Systems

zuzahlungsfreier Hausnotruf ab Pflegestufe I

Immer für Sie da!
pflege plus® GmbH

02166 130980
0177 8180011

pflege plus

Studie der Techniker Krankenkasse (TK) zeigt: Mehr als jeder dritte Jugendliche war schon einmal Opfer des Mobbing via Internet. Und jeder Zehnte ist nach eigener Aussage selbst schon einmal Täter gewesen.

Der Tatort ist das Kinderzimmer: 99 Prozent der Befragten gaben an, zu Hause auf das Internet zuzugreifen, und neun von zehn Schülern nutzen dabei auch soziale Netzwerke (66 Prozent täglich). Tatort Nummer zwei ist die Schule selbst (59 Prozent), an Platz drei steht das gemeinsame Surfen bei Freunden (54 Prozent). Hinzu kommt, dass jeder Vierte auch mobil auf das Internet zugreift.

Die Befragung ergab: Jeder Fünfte hält es für wahrscheinlich, selbst einmal zum Täter zu werden. Besonders deutlich zeigt sich dies bei denjenigen, die das Internet täglich mehr als drei Stunden nutzen. Ihre Bereitschaft, selbst zum Mobber zu werden, ist deutlich höher als die des Durchschnitts.

Auch den Mitteln der virtuellen Attacken ist die Studie nachgegangen. An erster Stelle stehen dabei Drohungen und Beleidigungen (18 Prozent), gefolgt von übler Nachrede (13 Prozent) bis zu Identitätsmissbrauch (acht Prozent) und unberechtigter Weitergabe privater



Mails oder Fotos (drei Prozent).

Die Befragung zeigt auch, dass Täter weitestgehend ungehindert auf das World Wide Web zugreifen: Nur bei 17 Prozent der Befragten sind Seiten gesperrt, und nur bei rund jedem Zweiten nehmen Eltern Einfluss auf die Dauer (58 Prozent) oder die Inhalte (41 Prozent) der Internet-Nutzung.

Die Attacken aus dem Internet bleiben nicht ohne Folgen: 66 Prozent der Befragten gaben an, wütend zu sein, jeder Dritte fühlte sich sehr verletzt (35 Prozent), jeder Fünfte verzweifelt oder hilflos. Auf diese Weise bleiben auch körperliche Beschwerden nicht aus. 18 Prozent gaben an, Schlafstörungen zu haben, auch Kopf- und Bauchschmerzen führen Schüler auf die Internet-Attacken zurück (jeweils sechs Prozent).

Quelle: TK

Bild: Angela Parszyk / Pixelio

Elternratgeber Grundschulzeit gibt praktische Tipps

Mönchengladbach. Der Fachbereich Schule und Sport der Stadt Mönchengladbach hat in Zusammenarbeit mit dem Weka-Verlag einen Ratgeber für die Eltern der Schulneulinge herausgegeben. Die Informationsbroschüre beantwortet typische Elternfragen rund um das Thema Einschulung. Sie liefert zahlreiche Tipps und Ideen, damit Eltern ihr Kind bestmöglich auf die Schulzeit vorbereiten und es in den ersten Wochen und Monaten der Schulzeit optimal unterstützen können. Außerdem erhalten die Eltern viele Hinweise und Anregungen, wie sie den ersten Schultag ihres Kindes zu einem unvergesslichen Erlebnis machen können. Der Ratgeber ist allen Eltern von Schulneulingen bereits mit den Einschulungsunterlagen übersandt worden. Interessierte Personen können die Broschüre beim Fachbereich Schule und Sport der Stadt Mönchengladbach telefonisch unter der Rufnummer 02161/25 3708 anfordern. Außerdem kann die Broschüre im Internet unter www.moenchengladbach.de heruntergeladen werden.

Quelle: pmg



Hallerstraße 69
41844 Wegberg

Fest: 0 24 34 - 24 08 55 4
Fax: 0 24 34 - 24 08 55 3
Mobil: 0 17 4 - 37 38 157
E-Mail: info@text-doc.com

www.text-doc.com

- Texte für Printmedien und Internet
- Redaktion, Textkorrektur
- PR-Beratung, Konzepterstellung
- Flyer, Broschüren, Visitenkarten
- Korrespondenz
- Zielgruppenorientierte PR
- Kreativität zu fairen Preisen
- PC-Wartung, -Instandsetzung
- Installation, Konfiguration, Update
- LAN, W-LAN, DSL, Internet

BEERDIGUNGSINSTITUT RENNERS G. HACKEN

Hans-Gerd Hacken
Geschäftsführer

Erd-, Feuer- und Urnenseebestattungen · Überführungen von und zu jedem Ort
Bestattungsvorsorge · Beratung · Hausbesuche · Eigener Abschiedsraum
Erledigung sämtlicher Formalitäten · Tag und Nacht dienstbereit

Dammer Straße 123 · 41066 Mönchengladbach
Telefon 02161 - 66 28 24 und 66 1410 · Telefax 02161 - 66 5412
www.bestattungen-renners.de · info@bestattungen-renners.de

Woche des Sehens im Oktober 2011



Mit einer Sehbehinderung leben

Einführung

Kaum einem normal sehenden Menschen ist es bewusst, dass die menschliche Wahrnehmung zu 80 Prozent über das Auge erfolgt. Und so gibt es kaum Dinge im Leben, bei denen wir die Augen nicht nutzen. Denkt man nur mal an die Auswahl der Kleidung, die Kontaktaufnahme zu anderen Menschen, die Orientierung auf der Straße, die Anforderungen im Beruf, ans Lesen, Fernsehen und das Surfen im Internet oder auch an einen Spaziergang in der Natur. Sehbehinderte Menschen können noch etwas sehen. Dieses verbliebene Sehvermögen ist allerdings im Vergleich zu Menschen mit gesunden Augen auch unter Zuhilfenahme von Brillen oder Kontaktlinsen so stark eingeschränkt, dass sie bei der Bewältigung ihres Alltages oft vor großen Problemen stehen. Deshalb müssen sehbehinderte

Menschen ihr Leben ganz anders organisieren, in vielen Lebensbereichen erforderliche Tätigkeiten an ihre Situation anpassen, spezielle Hilfsmittel verwenden und so manches Mal entsprechende Hilfe von Menschen in ihrer Umgebung in Anspruch nehmen.

Lesen

Die meisten sehbehinderten Menschen können zu Hause und am Arbeitsplatz mit vergrößernden Sehhilfen und der richtigen Beleuchtung gedruckte Texte, oft auch in üblichen Schriftgrößen (Normalschrift), selbständig lesen. Kleine und einfach zu transportierende Hilfsmittel, wie beleuchtete Lupen und Lupenbrillen, ermöglichen auch das Lesen unterwegs. Außerdem gibt es Lesesprechgeräte bzw. Vorlesesysteme. Hier werden die Texte eingescannt, von einer Texterkennungssoftware verarbeitet und anschließend über die Sprachausgabe wiedergegeben. Auf diese Weise können Bücher und Zeitschriften, aber auch Bankaus-

züge, Rechnungen und alle sonstigen Schriftstücke vorgelesen werden.

Schwieriger ist es für sehbehinderte Menschen, in Handschrift verfasste Mitteilungen, Briefe oder Ansichtskarten zu lesen, besonders wenn die Handschrift unleserlich ist und die Nachricht auf farbigem Papier steht. Besser ist es, groß, deutlich und möglichst in Druckbuchstaben mit einem dicken schwarzen Stift auf weißes Papier zu schreiben.

Großdruck und Maxi-Druck

Es gibt Verlage, die Bücher in Großdruck anbieten, also mit einer etwas größeren als der üblicherweise in Büchern verwendeten Schriftgröße. Diese Exemplare sind ganz normal im Buchhandel erhältlich. Für einige sehbehinderte Leser ist jedoch selbst ein solcher Großdruck noch zu klein. Eine Variante mit noch größerer Schrift ist der so genannte MAXI-Druck. Es gibt verschiedene Einrichtungen, die für sehbehinderte Menschen auf Bestellung Texte in der individuell erforderlichen Schriftgröße erstellen. Diese besonders große Schrift ermöglicht es vielen sogar, die Texte ohne Hilfsmittel zu lesen.

Blindenschrift

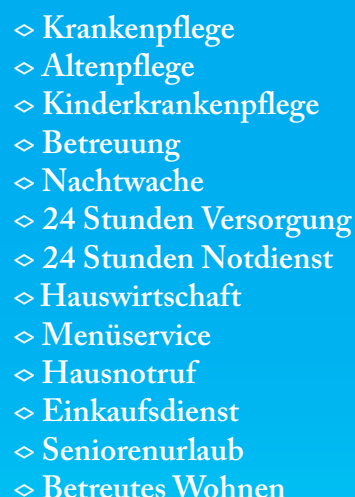
Menschen mit hochgradigen Sehbehinderungen erreichen oft nur ein langsames Lesetempo. Häufig ist für diesen Personenkreis, besonders im beruflichen Bereich, das Lesen von Blindenschrift die bessere Lösung. Das Erlernen der Blindenschrift ist aber nicht einfach. Deshalb beginnen sehbehinderte Menschen, die unter nicht heilbaren fortschreitenden Augener-

Auszüge aus der Broschüre „Ich sehe so, wie du nicht siehst“ mit freundlicher Genehmigung des Deutschen Blinden- und Sehbehindertenverbandes und des Bayerischen Blinden- und Sehbehindertenbundes. Die komplette Broschüre ist erhältlich bei den Beratungsstellen der Selbsthilfe unter der bundesweiten Rufnummer: 0 18 05 – 66 64 56 (0,14 €/Min. aus dem Festnetz, Mobilfunk max. 0,42 €/Min.) Nähere Informationen zur Woche des Sehens unter: www.woche-des-sehens.de



gleich selbstbewusster Hund nach gründlicher Ausbildung und Einarbeitung mit dem blinden oder hochgradig sehbehinderten Führhund-Halter fähig ist. Selbst im modernen Großstadtverkehr bringt der gut ausgebildete Führhund seinen Halter sicher an jedes gewünschte Ziel. Hierbei umgeht er Hindernisse (selbst wenn er sie allein leicht unterlaufen könnte!), zeigt einmündende Straßen an, erleichtert dem Halter die oft gefährvolle Straßenüberquerung und sucht auf entsprechende Hörzeichen verschiedenste Objekte auf, wie Fußgängerüberwege, Treppen, Türen, Sitzgelegenheiten, bestimmte häufiger angelaufene Ziele und manches mehr.

Blinde oder hochgradig sehbehinderte Föhrhund-Halter sind auf die Hilfe ihrer Föhrhunde angewiesen. Diese begleiten sie deshalb zum Beispiel beim Einkaufen, zum Arzt, ins Restaurant, in öfentliche Gebäude, in die Kirche, auf Rei-



Beratungsstellen:

Gasstr. 14
41751 Viersen - Dülken
Telefon: 02162 / 571844

pflege plus® InForm Seite 11

sen und zu kulturellen oder anderen Veranstaltungen. Folgerichtig genießt der Führhund besondere Rechte: So ist beispielsweise vielerorts sein Mitbringen in Lebensmittelgeschäfte veterinärrechtlich ausdrücklich erlaubt oder zumindest geduldet, und auf Flugreisen dürfen blinde oder hochgradig sehbehinderte Passagiere ihren Führhund in die Passagierkabine mitnehmen.

Den Blindenführhund im Dienst erkennen Sie daran, dass er ein weißes Führgeschirr trägt. Dessen Bügel ermöglicht es blinden Menschen, alle Bewegungen des Tieres zu erkennen und jeden Richtungswechsel sicher mitzumachen.

Wie können Sie helfen?

Nicht ablenken oder locken. Bitte lenken Sie den Führhund nicht von seiner Arbeit ab, die viel Konzentration verlangt. Insbesondere: Streicheln oder füttern Sie ihn nicht. Sprechen oder starren Sie ihn nicht an. Nehmen Sie Ihren eigenen Hund an die Leine und umgehen Sie das Führhund-Gespann zügig in einem gewissen Abstand. Locken Sie den Führhund nicht, denn er muss unbedingt immer bei

seinem Halter bleiben.

Nicht anfassen. Bitte helfen Sie nur durch Zuruf. Unvermitteltes fremdes Anfassen und Führen machen den Hund unsicher.

An Ampeln. Bitte sagen Sie dem blinden oder hochgradig sehbehinderten Fußgänger an Ampelüberwegen, wenn es grün wird. Der Führhund kann die Verkehrsampel nicht deuten.

Keine Rolltreppen. Fragen Blindenführhund-Halter nach einer Treppe, so ist immer eine normale Treppe gemeint. Führhunde dürfen keine Rolltreppen anlaufen, da sie sich dort die Pfoten verletzen könnten.

Hinweise hilfreich, Gesten nicht. Für Orientierungshinweise sind blinde oder hochgradig sehbehinderte Personen sehr dankbar. So ist es an Haltestellen hilfreich, die Nummern einfahrender Bahn- und Buslinien zu nennen. Werden Sie von blinden oder sehbehinderten Menschen nach dem Weg gefragt, geben Sie bitte eindeutige Richtungsanweisungen. Gesten sind sinnlos.

Ausweichen. Bitte erleichtern Sie es dem Führhund, seinen Weg zu finden; geben Sie gegebenenfalls den Weg frei.

Parken. Bitte parken Sie so, dass ein Führhund-Gespann auf dem Gehweg noch vorankommt und stellen Sie Straßenübergänge nicht zu.

Hindernisse. Bitte sorgen Sie dafür, dass Hecken, überhängende Blumen,

Mülltonnen und andere Hindernisse den Gehweg nicht vollständig versperren, sondern immer noch ein ausreichend breiter und hoher Durchgang bleibt. Sonst muss der Führhund auf die Fahrbahn ausweichen, wodurch der Halter und andere Verkehrsteilnehmer unnötig gefährdet werden.

Hunde tragen keine Schuhe. Bitte werfen Sie nichts auf Gehweg oder Fahrbahn, das die Hundepfoten verletzen könnte, entfernen Sie derartige Dinge möglichst rasch und vollständig von der Straße.

Nicht erschrecken. Bitte erschrecken Sie den Führhund nicht, vor allem nicht mit knallenden oder knallähnlichen Geräuschen wie zum Beispiel Feuerwerkskörpern. Dadurch wird seine Diensttauglichkeit gefährdet.

Kein Zutrittsverbot. Bitte denken Sie immer daran, dass die blinden oder sehbehinderten Führhund-Halter dringend auf ihre Führhunde angewiesen sind und diese nicht aus ihrer Obhut geben sollten. Gestatten Sie ihnen deshalb den Zutritt auch dort, wo Hunde sonst nicht zugelassen sind. Auszüge aus der Broschüre: Wissenswertes über den Blindenführhund, Herausgeber:

Deutscher Blinden- und Sehbehindertenverband e. V.

Die komplette Broschüre ist erhältlich bei den Beratungsstellen der Selbsthilfe unter der bundesweiten Rufnummer: 0 18 05 – 66 64 56 (0,14 €/Min. aus dem Festnetz, Mobilfunk max. 0,42 €/Min.)

Nähere Informationen zur Woche des Sehens unter: www.woche-des-sehens.de

Quelle: woche-des-sehens.de

Foto 1: Claudia Hautumm / Pixelio

Foto 2: Jan Tornack / Pixelio



**BRILLEN
DAHMEN**

Brillen Dahmen
Odenkirchener Str. 20
41236 Mönchengladbach Rheydt
(Direkt neben der Hauptpost)



Foto: Fotolia

**Mit uns sehen
Sie Schaf.**

Nutzen Sie unseren tierisch guten Service. Wir führen bei Ihnen einen **kostenlosen und unverbindlichen Sehtest*** durch.

Unser Dankeschön-Geschenk an Sie für die Teilnahme an unserer Sehtest-Aktion: ein **Brillen-Mikrofasertuch**.

Nur 1 Tuch pro Person, so lange Vorrat reicht.

**Kommen Sie jetzt
zum Sehtest***

1.500 mal einmalig.



* Ermittlung der Sehschärfe (Visusbestimmung). Für die Anfertigung einer Brille ist in einem weiteren Schritt die Ermittlung der exakten Sehkraft (Refraktion) notwendig.

Risiken, die unter die Haut gehen



BfR weist auf gesundheitliche Risiken von Tätowierungen und deren Entfernung hin

Tätowierungen können mit unerwünschten Wirkungen wie Infektionen, Narbenbildung oder allergischen Reaktionen verbunden sein. Zudem sind gesundheitliche Langzeitwirkungen der Tätowiermittel, die unter die Haut eingebracht werden, möglich. Aber auch die Entfernung von Tattoos ist nicht ohne Risiko: Seit einiger Zeit werben Anbieter verstärkt mit Verfahren, in denen flüssige

Tattoo-Entferner verwendet werden. Dabei handelt es sich um Lösungen, die in der Regel 40-prozentige L(+)-Milchsäure enthalten, und ebenso wie die Tätowiermittel unter die Haut gespritzt werden. Dem Bundesinstitut für Risikobewertung (BfR) sind Fälle gemeldet worden, in denen nach der Anwendung flüssiger Tattoo-Entferner unerwünschte Wirkungen aufgetreten sind. In einigen Fällen kam es zu schweren Entzündungsreaktionen der Haut mit Narbenbildung. Eine Alternative zur che-

mischen Tattoo-Entfernung ist der Einsatz von Lasertechnik. Hierbei ist bislang allerdings ungeklärt, welche chemischen Verbindungen bei der Behandlung entstehen und welche unerwünschten Wirkungen von diesen Verbindungen ausgehen können. „Angesichts der gesundheitlichen Risiken sollten Verbraucherinnen und Verbraucher sich sehr gut überlegen, ob sie sich ein Tattoo stechen lassen“, so Professor Dr. Dr. Andreas Hensel, Präsident des BfR. Wer sich für ein Tattoo oder dessen Entfernung entscheidet, sollte sich vorher möglichst umfassend über die eingesetzten Mittel und Verfahren informieren und sich von fachkundigem Personal behandeln lassen. Rund 10 Prozent der Deutschen sind tätowiert, in der Altersgruppe der 16- bis 29-Jährigen liegt der Anteil sogar bei fast 25 Prozent. Tätowiermittel werden ebenso wie Permanent-Make-up-Farben unter die Haut eingebracht. Für Schmucktätowierungen werden meistens Mittel eingesetzt, die organische Pigmente enthalten, für Permanent-Make-Up werden oft Eisenoxide und Ruße verwendet. Unerwünschte Nebenwirkungen



Für mich gekocht. Für mich gebracht.
Von **apetito**

Wir bringen Ihnen
Ihre Lieblingsgerichte
direkt ins Haus

**PROBIER-
ANGEBOT**
Jetzt bestellen und
selbst überzeugen!

Rufen Sie uns an! 0 21 61 – 46 03 17
www.landhaus-kueche.de

Alles Gute für Ihre Gesundheit.

- Orthopädietechnik
- Kinder-Reha Versorgung
- Rehabilitationstechnik

RehaZentrum
VIERSEN GmbH

- Medizintechnik
- Krankenpflegeartikel
- Stoma- und Inkontinenzprodukte

RehaZentrum Viersen GmbH
Corneliusstraße 8
41751 Viersen-Dülken
Fon: 0 21 62 - 50 39 0

RehaZentrum Viersen GmbH
Borner Straße 28
41379 Brüggen
Fon: 0 21 62 - 50 39 20

Öffnungszeiten:
Montag - Freitag: 9⁰⁰ - 13⁰⁰ Uhr
14³⁰ - 18⁰⁰ Uhr
Mittwoch: 9⁰⁰ - 13⁰⁰ Uhr
14³⁰ - 17⁰⁰ Uhr

Öffnungszeiten:
Montag - Freitag: 9⁰⁰ - 13⁰⁰ Uhr
14⁰⁰ - 18⁰⁰ Uhr

www.rehazentrumviersen.de

einer Tätowierung oder eines Permanent-Make-Ups können Infektionen, Entzündungen, Narbenbildung oder allergische Reaktionen sein. Zudem sind Langzeitwirkungen möglich, über die bislang kaum Erkenntnisse vorliegen. Diskutiert werden die Spaltung von Farbmitteln unter der Haut sowie der Transport von Pigmenten und deren Spaltprodukten in andere Organe. So wurden beispielsweise bei tätowierten Personen Farbpigmente in den Lymphknoten nachgewiesen.

Auch die Entfernung von Tätowierungen und Permanent-Make-Up ist mit gesundheitlichen Risiken verbunden: Flüssige Tattoo-Entferner werden ebenso wie die Tätowierungsmittel unter die Haut gespritzt. Sie können als Wirkstoff 40-prozentige Milchsäure enthalten. Milchsäure ist haut- und schleimhautreizend, die Reizwirkung kann bereits bei einer Konzentration von 20 Prozent in Formulierungen auftreten.

Dem BfR sind Fälle gemeldet worden, in denen nach der Anwendung von Milchsäure zur Entfernung von Tätowierungen und Permanent-Make-Up teilweise starke unerwünschte Wirkungen auftraten. In den schlimmsten Fäl-

len kam es zu schweren Entzündungen der Haut und zu Narbenbildungen.

Die Entzündungsreaktionen werden auf die Verwendung der Milchsäure zurückgeführt. Zudem ist es möglich, dass bei den Behandlungen nicht unter sterilen Bedingungen gearbeitet wurde und Keime unter die Haut gelangen konnten.

In der Medizin setzt man derzeit auf Verfahren zur Tattoo-Entfernung, die auf der Lasertechnik basieren. Kurz gepulste Laserstrahlung, die in ihrer Wellenlänge dem jeweiligen Farbpigment angepasst ist, spaltet die Pigmente unter der Haut auf. Aber auch bei diesen Verfahren sind Nebenwirkungen möglich. Bislang ist ungeklärt, welche chemischen Verbindungen bei der Laserbehandlung entstehen und welche gesundheitlichen Risiken von ihnen ausgehen.

Angesichts der gesundheitlichen Risiken, die sowohl mit Tätowierungen als auch mit deren Entfernung verbunden sind, sollten Verbraucherinnen und Verbraucher sich das Stechen einer Tätowierung sehr gut überlegen.

Wer sich für ein Tattoo oder Permanent-Make-Up entscheidet, sollte sich vorher möglichst um-

fassend über die verwendeten Mittel informieren und darauf achten, dass die Behandlung von fachkundigem Personal durchgeführt wird. So sollte unter anderem die Be-



rücksichtigung von Hygienestandards sichergestellt sein.

Das Gleiche gilt für den Fall der Tattoo-Entfernung: Auch hier sollten sich Verbraucherinnen und Verbraucher vor dem Eingriff detailliert über die Entfernungsmethode, mögliche Nebenwirkungen und die Expertise des Anbieters informieren.

Über das BfR

Das Bundesinstitut für Risikobewertung (BfR) ist eine wissenschaftliche Einrichtung im Geschäftsbereich des Bundesministeriums für Ernährung, Landwirtschaft und Verbraucherschutz (BMELV). Es berät die Bundesregierung und die Bundesländer zu Fragen der Lebensmittel-, Chemikalien und Produktsicherheit. Das BfR betreibt eigene Forschung zu Themen, die in engem Zusammenhang mit seinen Bewertungsaufgaben stehen.

Quelle: BfR

Foto1: Sandra Neumann / Pixelio

Foto2: Michael Berger / Pixelio



Praxis für
Physiotherapie/Krankengymnastik

Holger Mekle

Klosterstraße 25
41189 Mönchengladbach

Tel.: 0 21 66 - 14 65 955
Fax: 0 21 66 - 14 65 956

Termine nach Vereinbarung

- Krankengymnastik
- Schmerztherapie
- Bobath für Erwachsene
- Hausbesuche
- Sportphysiotherapie
- Orthopädische Rückenschule
- Massage/Heißluft/Kältetherapie
- Brüggertherapie
- Dorn- u. Breuss-therapie
- Fußreflexzonenmassage
- Atemtherapie



Original und Fälschung: Finden Sie alle 12 Fehler im unteren Bild?



Polizei: 110

Feuerwehr: 112

Bitte machen Sie folgende Angaben

Wer ruft an?

Nennen Sie Ihren Namen und die Telefonnummer, unter der Sie erreichbar sind

Wo ist der Einsatzort?

Nennen Sie die Adresse und die Besonderheiten bei der Zufahrt

Was ist passiert?

Beschreiben Sie mit kurzen Worten, was passiert ist

Wie viele Verletzte?

Nennen Sie die Anzahl der Verletzten

Welcher Art sind die Verletzungen?

Nennen Sie die Art der Verletzungen

Warten auf Rückfragen! - Nicht auflegen!

Erst wenn keine Fragen mehr offen sind, beendet die Feuerwehr das Gespräch

Notruf unterwegs:

Handy

in allen Mobilfunknetzen 112, ohne Vorwahl!

auch ohne gültige Karte und ohne PIN-Nummer

Telefonzelle

112, auch ohne Telefonkarte oder Geld

Giftnotruf Nordrhein-Westfalen
02 28 / 1 92 40

Bitte machen Sie folgende Angaben

Wer ruft an?

Nennen Sie Ihren Namen und die Telefonnummer, unter der Sie erreichbar sind

Wem ist es passiert?

Nennen Sie Alter und Gewicht des Betroffenen

Was wurde eingenommen?

Geben Sie an, was eingenommen wurde:

Medikament? Pflanze? Haushaltsmittel? Drogen?

Wie viel wurde eingenommen?
Geben Sie an, welche Menge eingenommen wurde

Wann ist es passiert?

Sagen Sie, wann sich der Vorfall ereignet hat

Wie wurde es eingenommen?

Sagen Sie, ob die Substanz getrunken/gegessen oder eingeatmet wurde, bestand Hautkontakt?

Wie geht es dem Betroffenen jetzt?

Beschreiben Sie den Zustand des Betroffenen: Ist er bewusstlos? Welche anderen Symptome?

Wo ist es passiert?

Sagen Sie, wo sich der Vorfall ereignet hat

Was wurde bereits unternommen?

Geben Sie an, welche Maßnahmen Sie bereits vorgenommen haben

Warten auf Rückfragen! - Nicht auflegen!

Erst wenn keine Fragen mehr offen sind, beendet der Giftnotruf das Gespräch.

Wichtig:

Bewahren Sie die giftige Substanz, Pflanze oder Verpackung auf.

Sollten Sie den Rat bekommen, eine Klinik aufzusuchen, bringen Sie alles in die Klinik mit.

Telefonseelsorge
08 00/ 11 10 11 1
08 00/ 11 10 22 2

Ärztlicher Notdienst
01805 / 044100

Zahnärztlicher Notdienst -MG-
0 21 61 1 00 98

Tierärztlicher Notdienst -MG-
0 21 61 52 00 3

Rufnummern der pflege plus® GmbH
Zentrale:
0 21 66 13 09 80

Pflegebereitschaft der pflege plus®
Notrufnummer
01 77 8 18 00 11

Apothekennotdienst
Mobiltelefon:
22 8 33
Festnetz:
0137 888 22 8 33



Unsere Pflege - Ihr Plus

pflege plus® GmbH
Unsere Pflege - Ihr Plus
Dahlener Str. 119-125
41239 Mönchengladbach
Telefon: 02166 / 130980

Beratungsstellen:

Dahlener Str. 119-125
41239 Mönchengladbach
Telefon: 02166 / 130980

Gasstraße 14
41751 Viersen - Dülken
Telefon: 02162 / 571844

TEXTDOC 02434-2408554
Ein Angebot von

Schnelle Hilfe bei
PC-Problemen
0174-3738157