

# advita Journal

MAI 2021



»Wir. Miteinander. advita«  
**DIE GEWINNER  
STEHEN FEST**

Elektromobilität bei  
advita — 12

Herzlich willkommen  
Herr Renner — 16

Zwischen Depression  
und Manie — 26

## INHALT

- 3 **Editorial** *Dean Colmsee*
- 4 **Neue Termine für Ihre Gehaltszahlung**  
*Peter Fischer & Sophia Prescher*
- 6 **Richtigstellung Mindestlohn** *Annette Meschkat*
- 7 **Tag der Pflege** *Marie-Luise Mangelsdorf*
- 8 **Wissen KOMPAKT: Dehydration** *Stephan Linke*
- 9 **AIP: Standorte und Versorgungsformen**  
*Michael Rasche*
- 12 **Start der Elektromobilität bei advita** *Hendrik Uherek*
- 16 **Herzlich willkommen, Herr Renner!**  
*Alina Broddack*
- 18 **Die Gewinner stehen fest: 2.500 Mitarbeiter\*innen**  
*Uli Schuppach*
- 22 **Portrait: »Acht Stunden im Büro – das ist nichts für mich«**  
*Alina Broddack*
- 25 **Wir wollen Sie kennenlernen!** *Alina Broddack*
- 26 **Rezeptposter: Radieschenbutter** *Julia Hack*
- 28 **Kolumne: Zwischen Depression und Manie** *Susann Tschorn*
- 34 **Neues aus den Niederlassungen: Buntes Treiben**  
*Sarah Schulz*
- 35 **Neues aus den Niederlassungen:  
Miteinander und füreinander** *Lina Steinborn*
- 36 **Neues aus den Niederlassungen:  
Ausflug zu den Krokuswiesen** *Juliane Walther*
- 38 **Kreativwerkstatt** *Catharina Schewe*
- 42 **Rätsel** *Svenja Teitge*
- 44 **Presse**
- 48 **Stellenanzeigen**

## IMPRESSUM

**Herausgeber**  
advita Pflegedienst GmbH  
Kantstraße 151  
10623 Berlin  
Tel 030 437273126  
pr@advita.de

**Redaktion**  
Peter Fischer  
Uli Schuppach  
Alina Broddack

**Fotos**  
advita Pflegedienst GmbH  
Adobe Stock

**Gestaltung**  
Catharina Schewe  
Svenja Teitge  
Julia Hack

**V. i. S. d. P.**  
Peter Fischer



### Liebe Mitarbeiter\*innen,

advita ist im Laufe der letzten Jahren sowohl an neuen Standorten als auch in bestehenden Niederlassungen sehr stark gewachsen. Nach Fertigstellung und Einrichtung konnte zum 1. Mai gleich an drei Standorten eine Neueröffnung gefeiert werden.

Mit dem advita Haus An der Josefkirche in Mühlhausen haben wir unsere 6. Niederlassung in Thüringen eröffnet. Zudem haben mit dem advita Haus Alte Brauerei in Lohr am Main und dem advita Haus Altes Weingut in Bad Kreuznach jeweils unsere ersten Niederlassungen in Bayern und Rheinland-Pfalz ihren Betrieb aufgenommen. Wir heißen die neuen Kolleg\*innen vor Ort herzlich willkommen und wünschen allen einen erfolgreichen Start.

Das Konzept des advita Hauses wird von unseren Bewohner\*innen und Ihnen sehr gut angenommen und geschätzt. Inzwischen sind wir über 2.500 Mitarbeiter\*innen – und werden immer mehr. Um diese Zahl gebührend zu feiern, haben wir einen Kreativwettbewerb ins Leben gerufen – in diesem Journal werden

endlich die Gewinner gekürt. Um eines vorwegzunehmen: Wir waren wirklich überwältigt von der Vielzahl Ihrer liebevoll und künstlerisch höchst anspruchsvoll gestalteten Zusendungen. Deshalb haben wir uns entschieden, dass jedes teilnehmende Team einen Preis bekommen wird. Mehr dazu erfahren Sie in dem Artikel von Uli Schuppach auf Seite 18.

Zudem macht der Trend der nachhaltigen Elektromobilität auch vor advita nicht halt. Seit Mitte März ist der ambulante Tourenpflegedienst der Niederlassung Zschopau nahezu komplett elektrisch unterwegs. Welche Erfahrungen unsere Mitarbeiter\*innen vor Ort gesammelt haben und wie advita das Thema Elektromobilität in den nächsten Jahren strategisch vorantreiben wird, berichtet Hendrik Uherek ab Seite 12.

Weitere spannende Berichte aus den unterschiedlichen Niederlassungen und Fachbereichen runden das Journal ab. Ich wünsche Ihnen viel Spaß beim Lesen und Stöbern.

*Herzliche Grüße  
Ihr Dean Colmsee  
Geschäftsführer*

# Neue Termine für Ihre Gehaltszahlung

*Peter Fischer, Geschäftsführer &  
Sophia Prescher, Leitung Lohnbuchhaltung*

Alles ist beständig im Wandel und gerade die Pflegebranche erlebt in jüngster Zeit Veränderungen, die wir natürlich auch bei advita umsetzen wollen. Zeitgleich suchen wir bei jedem externen Anstoß nach Chancen, um Ihnen möglicherweise weitere Vorteile anzubieten.

Vielleicht haben Sie es selbst schon gehört oder gelesen. In diesem Jahr ändert sich ein ganz bedeutsamer Teil Ihrer Gehaltsabrechnung, nämlich der Zeitpunkt der Auszahlung. Ab Mai 2021 ist vorgesehen, dass alle Mitarbeitenden in der Pflegebranche *bereits zum letzten Bankarbeitstag eines laufenden Monats* das Mindestentgelt für die vertraglich vereinbarte Arbeitszeit überwiesen bekommen.

Aber was bedeutet das ganz konkret, speziell in einer Branche, die von variablen, flexiblen Gehaltsbestandteilen lebt? Der Gesetzgeber

sieht vor, dass Sie das feststehende Mindestentgelt für Ihre Arbeit bereits vor bzw. zum Monatsende erhalten. Alles darüber Hinausgehende soll bis zum Ende des Folgemonats ausgezahlt werden. Verständlich, weil viele grundlegende Abrechnungsdaten vor Abschluss des Monats noch gar nicht feststehen.

Im Normalfall wird das bedeuten, dass Sie zwar über einen Teil Ihres Gehalts etwas früher verfügen können, gleichzeitig auf einen nicht unwesentlichen Teil deutlich länger warten müssen. Vergütungen über dem Mindestentgelt, Zuschläge, Zulagen, Zuschüsse und andere Leis-

tungen des Arbeitgebers können dann bis zu einem Monat später fällig werden. Wir glauben, dass es niemandem hilft, einen ganzen Monat auf wichtige Bestandteile des Gehalts zu warten. Gerade Zuschläge für Nacht-, Sonntags- und Feiertagsarbeit sind für viele Kolleg\*innen fest kalkulierte Größen im Gehalt.

Darum haben wir versucht, trotz der Vorgaben und Herausforderungen, die das auch für uns mit sich bringt, einen Weg zu finden, der Ihnen möglichst schnell den Zugriff auf das komplette Gehalt ermöglicht. Zukünftig werden Sie demnach zum Monatsletzten das Grundgehalt bekommen. Zusätzlich werden wir aber weiterhin an unserem Zahlungstermin zum 10. Werktag

des Folgemonats festhalten. Zu diesem Zeitpunkt möchten wir Ihnen dann alle übrigen Bausteine der Gehaltssumme auszahlen und die Lohnscheine zur Verfügung stellen.

Damit erreichen wir den positiven Effekt, dass Sie nicht länger auf Ihr Entgelt warten müssen als bisher und zusätzlich auf einen Teil der Summe in Form einer Abschlagszahlung bereits ca. 10 Tage früher zugreifen können.

In der Praxis macht sich die Umstellung für Sie demnach nur in einer zusätzlichen Überweisung zum Monatsletzten bemerkbar. Alle weiteren Stichtage behalten bis auf weiteres ihre Gültigkeit.

Lassen Sie uns gemeinsam versuchen, die etwas unhandlichen Vorgaben des Gesetzgebers in etwas Gutes umzuwandeln und die Entwicklungen als Chance zu sehen, Miteinander noch besser zu werden. —



# Richtigstellung

## MINDESTLOHN

Annette Meschkat, Personalleitung

In der letzten Ausgabe des Journals ist uns leider ein Fehler unterlaufen. Auf Seite 9 haben wir fälschlicherweise den Mindestlohn für qualifizierte Hilfskräfte ab Tarifgruppe III mit 15 € ausgewiesen. Allerdings war dort der Mindestlohn für Pflegefachkräfte ab Tarifgruppe PFK II gemeint, der ab dem 1. Juli gilt.

Eine entsprechend korrigierte Fassung haben alle Niederlassungsleitungen bereits in digitaler Form erhalten. *Wir möchten uns für diesen Fehler entschuldigen.*

# Tag der Pflege

## AUFGESCHOBEN IST NICHT AUFGEHOBEN

Marie-Luise Mangelsdorf, Leitung Qualitätsmanagement

Vor zwei Jahrhunderten wurde Florence Nightingale, die wegen ihrer nächtlichen Visiten auch die Lady mit der Lampe genannt wurde, geboren. Sie gilt auch heute noch als die Begründerin der modernen Krankenpflege. Ihr Vermächtnis scheint heute wichtiger denn je. Pflegende werden in der Coronakrise als Helden verehrt und gefeiert. Doch wird das Ihnen und Ihren Aufgaben und Leistungen gerecht?

Schon Nightingale sagte, die Pflege sei eine Kunst, die – wenn sie Kunst werden soll – eine ebenso große Hingabe, eine ebenso große Vorbereitung wie das Werk eines Malers oder Bildhauers benötigt (*Notes on Nursing* 1859).

So braucht Pflegearbeit neben einem gewissen Maß an Geschick vor allem Erfahrungen, Intuition, Moral und Fachwissen. Florence Nightingale setzte sich schon damals nicht nur für die Belange des\*r Patienten\*in, sondern auch

für die Stellung der Pflege in der Gesellschaft ein. Für sie waren Pflegende mehr als nur Helden: Im Gegensatz zu der weitläufigen Meinung vieler Menschen, dass Superman allein von seinen Superkräften leben kann, setzte sie sich für die Arbeitsbedingungen und auch die Professionalisierung der Pflege ein.

Am 13. August starb Nightingale im Alter von 90 Jahren in London. Zu ihren Ehren findet seit 1967 an ihrem Geburtstag, dem 12. Mai, der »Internationale Tag der Pflege«

statt. Und seit einigen Jahren feiern wir diesen Tag mit einem ausgiebigen Frühstück in all unseren Niederlassungen. Da die aktuelle Pandemiesituation das aber noch nicht zulässt, haben wir uns entschieden, das Frühstück auf den Spätsommer zu verschieben. Auch wenn es uns schwerfällt: Aufgeschoben ist nicht aufgehoben! Nähere Informationen erhalten Sie, wenn es soweit ist.

*Und um Ihnen die Wartezeit ein wenig zu versüßen, gibt es für alle Niederlassungen eine leckere Überraschung! —*





# Dehydration

Stephan Linke

Regionaler Qualitätsmanagementbeauftragter

Durch einen Flüssigkeitsmangel oder zu hohen Flüssigkeitsverlust trocknet der Körper aus, was zu einem gestörten Elektrolythaushalt führt.

## Drei Formen der Dehydration

- Isotone Dehydration: Mangel an Natrium und Körperwasser im gleichen Ausmaß
- Hypotone Dehydration: zu wenig Natrium im Vergleich zur Wassermenge
- Hypertone Dehydration: zu viel Natrium im Verhältnis zur Wassermenge

## Ursachen

- Zu kleine Trinkmenge, zu hoher Flüssigkeitsverlust
- Erkrankungen
- Einnahme bestimmter Medikamente (u. a. Diuretika)
- Infektionskrankheiten
- Blutverlust
- akutes Nierenversagen

## Symptome

- Konzentrationsschwäche, Müdigkeit, Kopfschmerzen
- Durst, trockener Mund
- Schwindel
- Stark gefärbter Urin

## Verlauf, in Abhängigkeit von Flüssigkeitsmangel

- Ab 2 % → geistige Fähigkeiten sind verringert
- Ab 4 % → trockene Schleimhäute
- Ab 6 % → Schwindel und Erschöpfungsgefühl
- Ab 12 % → kritische Komplikationen (Schock, Koma)

## Behandlung einer Dehydration

- Flüssigkeitshaushalt regulieren, Flüssigkeit nur langsam zuführen
- Zufuhr von Elektrolyten, ggf. durch spezielle Elektrolytdrinks
- Langfristige Behebung des Mangels (Trinkverhalten überprüfen und verbessern)

## Flüssigkeitsreiche Lebensmittel

- Salatgurke (97 % Wasser)
- Wassermelone (96 %)
- Tomaten (95 %)
- Pfirsich (90 %)
- Erdbeeren (92 %)

## Empfohlene Trinkmenge

- Richtwert: mind. 1,3 l pro Tag, Medikamenteneinnahme erhöht den Flüssigkeitsbedarf
- Individuelle ärztliche Absprache bei Menschen mit Nierenschwäche oder Herzinsuffizienz

## Unterschied zur Exsikkose

Fehlt über einen längeren Zeitraum Flüssigkeit im Körper, spricht man von einer Exsikkose. Diese ist gekennzeichnet durch stehende Hautfalten auf dem Handrücken (durch kneifen erzeugt) sowie gestörter Körperfunktionen (geringe Urinmenge, trockene Schleimhäute, Muskelkrämpfe) bis hin zu einem stark gestiegenen Risiko für Blutgerinnsel (Thromben).

# Außerklinische Intensivpflege

## STANDORTE UND VERSORGUNGSFORMEN

Michael Rasche, Case Manager &  
Hein Wolf, Leitung außerklinische Intensivpflege



advita bietet ein breites Spektrum an verschiedenen Versorgungsformen für die Klient\*innen an. Ein wichtiger Baustein in der advita-Landschaft ist die außerklinische Intensivpflege (aIP). Von der individuellen Einzelversorgung über

die kleine gemütliche 3er-WG bis hin zum IPZ mit 33 Plätzen sind die Versorgungsmöglichkeiten breit gefächert. Deshalb wollen wir heute die aIP mal etwas genauer unter die Lupe nehmen. ►

**WELCHE VERSORGUNGSMÖGLICHKEITEN WERDEN AKTUELL IN DER AUSSERKLINISCHEN INTENSIVPFLEGE ANGEBOTEN?**

**Einzelversorgung**

Die Einzelversorgung findet ambulant in der Häuslichkeit des\*der Klienten\*in statt. Der Vorteil für den\*die Betroffene\*n besteht vor allem darin, dass er\*sie in seiner vertrauten Umgebung versorgt werden und oft auch die nächsten Angehörigen in unmittelbarer Nähe haben kann. Unsere Mitarbeiter\*innen sind damit nicht nur ganz nah an dem\*der Klienten\*in, sondern auch an der Familie. Nicht selten werden Mitarbeiter\*innen auch mit ins Familienleben einbezogen, da diese rund um die Uhr anwesend sind. Der hohe Personalaufwand und die damit verbundenen hohen Kosten führen jedoch dazu, dass diese Versorgungsform immer schwieriger und somit seltener bereitzustellen ist.

**Gemeinschaftsversorgung in einer Wohngemeinschaft (ambulante Versorgung)**

Auch zu dieser Versorgungsform gehört, dass der\*die Klient\*in in häuslicher Umgebung, also im privaten Wohnraum, ambulant versorgt und betreut wird. In der Pflege-Wohngemeinschaft lebt

diese\*r jedoch mit mindestens zwei und höchstens elf weiteren Pflegebedürftigen zusammen.

Das Zusammenleben der Bewohner\*innen sollte durch sie selbst geregelt werden. Das eigene Wohnzimmer kann von dem\*der Bewohner\*in nach eigenen Vorstellungen selbst möbliert und gestaltet werden. Die Gemeinschaftsräume sind bereits komplett ausgestattet.

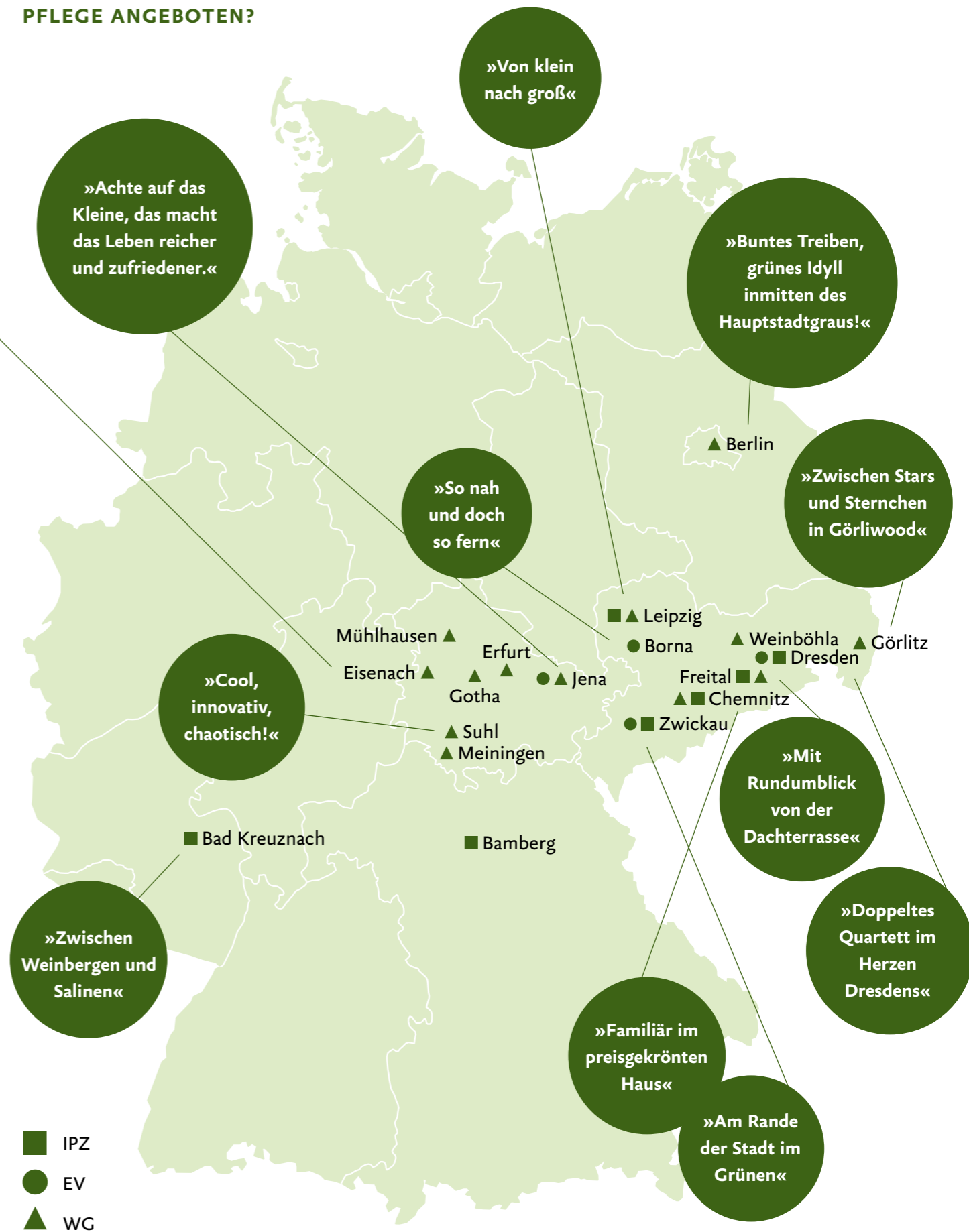
Durch entsprechende Beschaffenheit der Räumlichkeiten, die gleichzeitige Anwesenheit mehrerer zu pflegender Personen und der Möglichkeit, stets Angehörige zu empfangen bzw. in den Alltags- oder Pflegeprozess zu involvieren, ist einerseits eine sehr hohe Qualität der pflegerischen Versorgung und andererseits eine Teilnahme am gesellschaftlichen Leben gewährleistet. Mitarbeiter\*innen in der WG fungieren hier oftmals auch als Motor und Organisator\*innen des Zusammenlebens.

**Gemeinschaftsversorgung in einem Intensivpflegezentrum (stationäre Versorgung)**

In den advita Intensivpflegezentren werden Bewohner\*innen im Setting der Gemeinschaftsversorgung betreut. Ordnungsrechtlich und leistungsrechtlich handelt es sich um stationäre Versorgungen. Die Größen unserer IPZ sind sehr unterschiedlich. Die Spanne reicht von acht bis 33 Pflegeplätzen. Mitarbeiter\*innen der IPZ übernehmen oftmals auch den Part, die Interaktion zwischen den Bewohner\*innen und damit die Gemeinschaft zu fördern.

Die stationäre Versorgung in der außerklinischen Intensivpflege wurde mit dem Intensivpflege- und Rehabilitationsstärkungsgesetz (IPReG), welches seit dem 29.10.2020 in Kraft ist, als finanziell attraktivste Versorgungsform nochmals bekräftigt. Mit Inkrafttreten dieses Gesetzes werden sämtliche Kosten für die stationäre Versorgung in der außerklinischen Intensivpflege von den Kranken- und Pflegekassen getragen. —

**WO WIRD BEI ADVITA AUSSERKLINISCHE INTENSIVPFLEGE ANGEBOTEN?**





# Start der Elektromobilität bei advita

Hendrik Uherek

Leitung Fuhrparkmanagement, Einkauf und Einrichtung



Die neue E-Flotte in Zschopau.

Es ist soweit: Die ersten Elektroautos wurden am 18. März 2021 in der Niederlassung Zschopau in Dienst gestellt und bereiteten damit den Auftakt für die E-Mobilität im advita Land.

Mit sieben neuen E-Fahrzeugen werden die acht ambulanten Touren im sächsischen Zschopau zukünftig nahezu komplett elektrisch absolviert.

Um einen reibungslosen Ablauf der Touren zu ermöglichen, wurden bereits Ende 2020 für über 28.000 € die Ladepunkte im Innenhof der Niederlassung errichtet. Somit hat jedes neue Fahrzeug seine eigene Wallbox mit 11 KW Anschluss.

Dieses Ergebnis haben wir einer Planung zu verdanken, die bereits lange vor dem endgültigen Startschuss zur Einführung einer E-Flotte bei advita begann. Schon Ende

2018 beschäftigten wir uns mit der Frage einer möglichen Ladeinfrastruktur als Basis eines elektrischen Fuhrparks. Welche Ladestationen würden gebraucht werden und mit welchem Partner würden wir die individuellen Herausforderungen an den einzelnen Standorten realisieren können?

Über die Monate kristallisierte sich das Kompetenzteam Elektromobilität der Enviam als verlässlicher Partner für die Etablierung der neuen Ladestationen heraus und begleitete uns fortan bei den ersten Schritten bis hin zur ersten Tankladung in Zschopau.

Die Suche nach einem geeigneten E-Fahrzeug begann und unter der Prämisse auch weiterhin die ambulanten Touren effizient und bequem zu ermöglichen, ohne den Wechsel des Fahrzeuges unnötig zu verkomplizieren, fiel die Entscheidung rasch auf den neuen Skoda Citigo E IV, der unserem aktuellen Benziner sehr ähnlich ist.

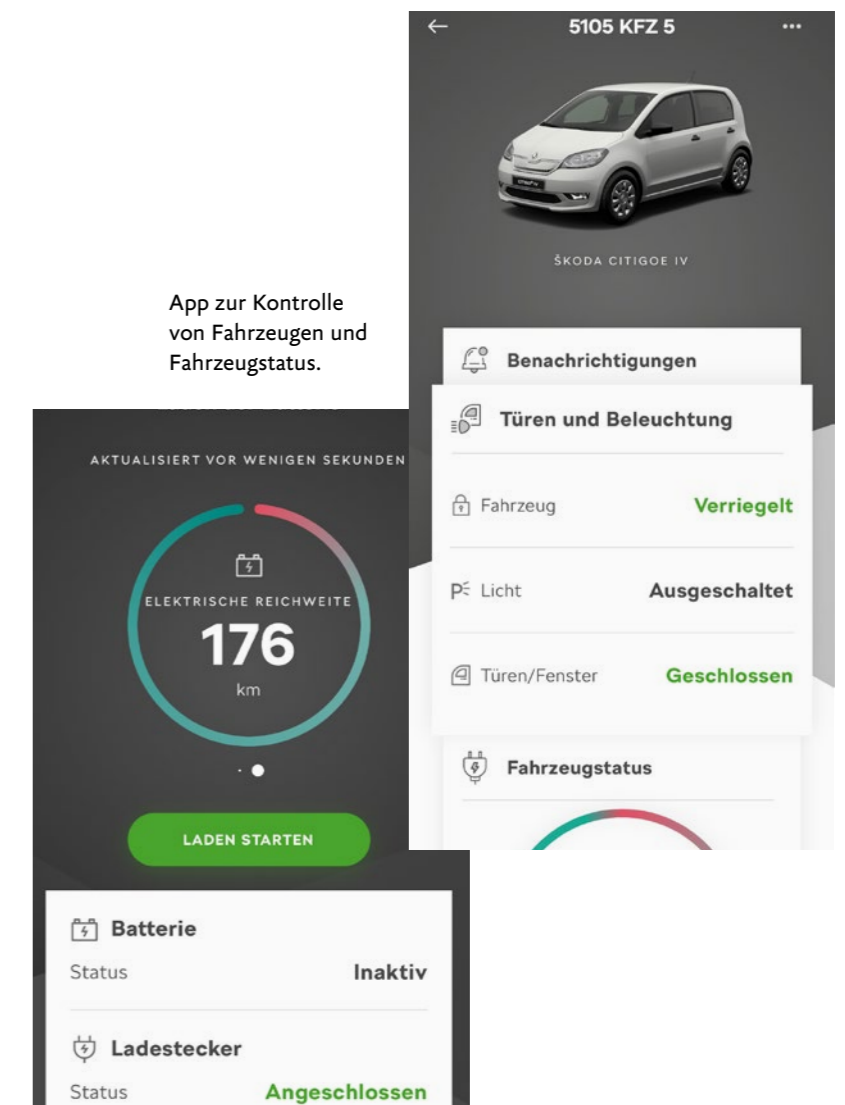
Bei der Auswahl unseres neuen Arbeitsgerätes war besonders die Reichweite ein Kriterium. Hierbei galt zu berücksichtigen, dass unsere Poolautos eine durchschnittliche Laufleistung von 40 bis 80 km am Tag ohne Betankung absolvieren müssen. Der Citigo E IV ist dafür genau der richtige Partner mit einer Reichweite von 175 km. Somit können wir ohne Ladevorgang theoretisch 2 bis 4 Tage fahren. Die Ladestrategie von advita ist aber eine andere. Bei einer Nennkapazität (früher: Kraftstofftank) von 36 kWh dauert eine vollständige Aufladung 5,5 Stunden und kann somit bequem jede Nacht durchgeführt werden. Damit starten Sie immer mit einem vollen Akku in Ihre Tour.

Für die Kontrolle der Fahrzeuge und des Fahrzeugstatus steht dem Fuhrparkbeauftragten eine App

über PC und iPad zur Verfügung. In dieser sehen Sie den Ladezustand, die aktuelle Restreichweite und weitere Informationen zum Abruf. Darüber hinaus kann in der Software die Abfahrtszeit inkl. Vorheizfunktion hinterlegt werden.

Nachdem ein neues Auto gefunden war, galt es eine Niederlassung zu wählen, die im Pilotprojekt mit der Umstellung des Fuhrparks vorangeht. Schnell zeigte sich dabei, dass unser Haus in Zschopau dafür die optimalen Bedingungen bot. Mit der Enviam als Netzbetreiber, genü-

App zur Kontrolle von Fahrzeugen und Fahrzeugstatus.





gend Stellplätzen und einer Vielzahl verschiedener Touren war die Niederlassung der optimale Schauplatz für den Start der Elektrifizierung unserer Flotte. Nach kurzer Abstimmung mit der Niederlassung waren alle Kolleg\*innen in den darauffolgenden Monaten von der ersten Idee am Reißbrett bis zum großen Tag offen und motiviert.

Die Vormittagstour am 18. März 2021 bedeutete gleichzeitig die Abschiedstour für unsere Benziner und endete zum Mittag auf dem Hof unseres advita Hauses, wo der Wechsel auf die Elektroautos erfolgte. Den großen Schritt in Richtung Zukunft begingen wir dann

mit über 20 Kolleg\*innen, in dem wir gemeinsam die neuen Fahrzeuge kennenlernten.

Neben einer theoretischen Einweisung ging es auch darum, Start und Beendigung des Ladevorgangs zu üben und die Vorteile des Automatikgetriebes zu erläutern. Besonders positiv wurde empfunden, dass Tankstellenbesuche damit der Vergangenheit angehören und nur noch alle 14 Tage die Außenwäsche zu verplanen ist. Außerdem traf die Vorheizfunktion auf große Begeisterung, die nun den pünktlichen

Tourstart um 5:50 Uhr in einem 21 Grad warmen Fahrzeug ermöglicht. Damit gewinnen wir mit dem Start in die E-Mobilität nicht nur wieder ein wenig mehr Zeit für die Pflege, sondern können unseren Mitarbeiter\*innen auch etwas mehr Komfort bieten.

Während der ersten Probefahrten zeigte sich dann die jahrelange Routine mit dem Citigo, die eine intuitive Nutzung der neuen Fahrzeuge ermöglichte und Raum ließ, die Vorzüge der Automatik zu erleben. Bereits am selben Nachmittag starteten dann die ersten voll-elektrischen ambulanten Touren im advita Land.

Das Team in Zschopau begrüßt die neuen Elektroautos.



Unsere E-Autos an einer Ladestation.



An dieser Stelle ein besonderer Dank an Frau Weidelt, welche in Ihrer Funktion als Fuhrparkbeauftragte maßgeblich zur erfolgreichen Umstellung auf die E-Autos in der NL Zschopau beigetragen hat.

### Wie geht es weiter?

Durch eine Förderung von knapp 10.000 € pro Fahrzeug sowie geringeren Betriebs- und Werkstattkosten sind die Autos wirtschaftlich ein Gewinn für advita und ermöglichen uns gleichzeitig, durch nicht vorhandenen lokalen Ausstoß von CO<sub>2</sub>-Emissionen, mehr Einsatz für die Umwelt.

Aktuell warten zwei E-Autos auf den kommenden Einsatz in Niederlassungen und weitere 20 Fahrzeuge sind bestellt und werden im

Laufe des Jahres den Fuhrpark vervollständigen. Damit ist der erste Schritt zu einem bedeutsamen Ziel geschafft, bis Ende 2025 planen wir den Einsatz von 300 elektrischen Poolautos.

Doch wir wollen und müssen realistisch bleiben. Die Themen Nachhaltigkeit, Umweltschutz und Sparsamkeit sind auch für uns gesetzt. Daher starten wir jetzt. Dennoch sehen wir uns auch anderen Herausforderungen ausgesetzt. So werden Lieferketten unserer Fahrzeuge ohne Ankündigung unterbrochen. Teilweise sind in den Niederlassungen auch keine Möglichkeiten vorhanden, eine Ladeinfrastruktur zu schaffen. Damit steuern wir konstruktiv und dennoch überlegt auf einen Mischfuhrpark zu, der beides vereint: Realismus und Nachhaltigkeit.

Für diesen Weg werden alle neuen Niederlassungen mit einer umfangreichen Ladeinfrastruktur ausgestattet. Hier realisieren wir bis Ende des Jahres weitere 45 Ladepunkte auf 10 Niederlassungen verteilt. Bei unseren Bestandsniederlassungen werden wir nach und nach Standortanalysen für einen Wechsel durchführen und ebenfalls den Weg für eine wirtschaftlichere und umweltfreundlichere Tourenpflege bereiten. ■



# Herzlich willkommen, Herr Renner!

*Alina Broddack  
Stellv. Marketingleitung*

Herr Fischer, Herr Stolpe (NLL in Eisenach) und Frau Fichtner (RL Thüringen) gratulieren Herrn Renner (2. v. r.).

Dürfen wir vorstellen? Das ist Herr Renner, Hausmeister in Eisenach. Doch er ist nicht nur Hausmeister, sondern auch die Nummer 2.500. Mit anderen Worten: Er ist DER 2.500ste Mitarbeiter bei advita. Er ist zwar schon eine Weile bei uns angestellt, pandemiebedingt konnten wir ihm leider erst jetzt in Person von Herrn Fischer dazu gratulieren und ein kleines Präsent überreichen. »Dass mit meiner Person die Schwelle von 2.500 Mitarbeiter\*innen überschritten wurde, ist schon eine Ehre«, freute er sich. Und auch Herr Fischer war zufrieden: »Schön, dass wir den 2.500sten Mitarbeiter in einem so tollen neuen Haus wie hier in Eisenach begrüßen dürfen.«

*Lieber Herr Renner,  
herzlich willkommen und viel  
Freude bei advita! —*





# Die Gewinner stehen fest!

2.500 MITARBEITER\*INNEN

*Uli Schuppach*  
Leiter Marketing

Ende letzten Jahres haben wir die Marke der 2.500 Mitarbeiter\*innen bei advita geknackt. Auf den ersten Blick ist das nur eine Zahl, auf den zweiten Blick aber vor allem Ausdruck des Erfolgs von advita, auf den wir alle stolz sein können! Um diesen Erfolg angemessen zu feiern, haben wir den Wettbewerb ausgerufen, die Zahl 2.500 zu gestalten.

Die Resonanz war schlichtweg überwältigend: Es wurde gemalt, geklebt, gebacken, genäht, gefilmt, getischlert, gestempelt, fotografiert ... Alle erdenklichen, kreativen Techniken wurden eingesetzt, um die Zahl 2.500 zu gestalten. Am Ende waren es weit mehr Einreichungen als advita überhaupt Niederlassungen hat. Vielen Dank für diese tolle Beteiligung, Ihr seid der Hammer!

Umso schwieriger war es dann natürlich, aus diesen Einreichungen die drei Gewinner auszuwählen. Und ich sage es gleich vorweg:

An dieser Aufgabe sind wir glatt verzweifelt. Ständig hat man neue, liebevolle Details entdeckt, tolle Ideen diskutiert oder handwerkliche Fähigkeiten bewundert. Am Ende kam es, wie es kommen musste: Herr Fischer schlug vor, dass jedes Team einen Preis erhalten soll und deshalb bekommt **jedes Team, das ein Kunstwerk eingereicht hat, einen Amazon-Gutschein im Wert von 250 €!** Herzlichen Glückwunsch an alle!



Trotzdem blieb uns die schwierige Aufgabe nicht erspart, die Gewinner auszuwählen. Auch wenn wir mindestens 20 Gewinner hätten nominieren müssen, konnten wir nur drei auswählen – und hier sind sie:

### Platz 3: Lichtenstein

*Die Begründung der Jury:*

Bei der Einreichung von Lichtenstein hat uns die Kreativität der Idee überzeugt. 2.500 fleißige Bienchen mit den Mitarbeiter\*innen von advita gleichzusetzen – das hat Charme. Aber auch die kreative Umsetzung sowie die liebevolle Art der Präsentation sind etwas ganz besonderes. Wir gratulieren dem Team aus Lichtenstein zum 3. Platz und damit verbunden zu 700 € und hoffen, dass auch zukünftig ganz viele advita-Bienchen schlüpfen werden! ▶





### Platz 2: Zschopau

#### Die Begründung der Jury:

Die Geschichte, die Zschopau mit seiner Einreichung erzählt, ist es, was uns überzeugt hat. Ausgehend von einem kleinen »Bäumchen« im Jahr 1994 ist mittlerweile ein stattlicher Baum entstanden, der beständig weiterwächst. Toll! Zusammen mit den bemerkenswerten handwerklichen Fähigkeiten und der Einbeziehung der Klient\*innen bei der Gestaltung hat sich diese Einreichung zu einem würdigen Preisträger qualifiziert. Wir gratulieren dem Team aus Zschopau zum 2. Platz und 800 € und freuen uns auf viele weitere Äste und Blätter am advita-Baum!



### Platz 1: Köthen

#### Die Begründung der Jury:

Was auf den ersten Blick gar nicht so spektakulär aussieht, ist auf den zweiten Blick eine ganz große Idee, die unseren Markenwert »Miteinander« perfekt in Szene setzt. Miteinander wurden in tagelanger Arbeit »Wandersteine« bemalt, auf denen zu erkennen ist, was die Kolleg\*innen aus Köthen mit advita verbinden. Zusammen ergeben alle Steine die Zahl 2.500 und das Bekenntnis, miteinander und gemeinsam den Weg bei advita weiterzugehen. Wir sind begeistert, mit welcher Mühe und Leidenschaft die Idee umgesetzt wurde und gratulieren dem Team aus Köthen zum 1. Platz und 1000 € und freuen uns auf viele weitere, gemeinsame Jahre!



Die drei Gewinner werden gebeten, sich bei der Marketing-Abteilung zu melden, um die Details zu den Preisen zu besprechen.

Abschließend möchte ich noch einmal betonen, dass die Jury, und auch ich ganz persönlich, hellauf begeistert sind von dem Engagement und der Leidenschaft mit der diese liebevollen Arbeiten zu unserem Wettbewerb eingereicht wurden.

Auch auf die Gefahr hin, dass ich mich wiederhole: Für mich seid Ihr alle Gewinner\*innen und ich bin stolz auf meine Kolleg\*innen in den Niederlassungen. **Danke für die tolle Beteiligung!**



# »Acht Stunden im Büro – das ist nichts für mich.«

## INTERVIEW MIT ANDREAS SELTMANN

*Alina Broddack  
Stellv. Marketingleitung*



Für unsere Rubrik »Portrait« hat Alina Broddack ein Interview mit Andreas Seltmann geführt. Er ist seit 2017 bei advita und arbeitet inzwischen als Pflegefachkraft in der Intensivpflege in Suhl.

**Broddack:**

*Hallo Herr Seltmann!*

*In der März-Ausgabe unseres Journals haben wir alle Mitarbeiter\*innen dazu aufgerufen, sich hier in unserem Portrait vorzustellen. Sie waren der erste Mitarbeiter, der unserem Aufruf gefolgt ist. Umso mehr freue ich mich, dass wir Sie heute kennenlernen dürfen!*

**Seltmann:**

Hallo! Ich freue mich auch sehr, dass das geklappt hat. Als ich den Aufruf gelesen habe, dachte ich gleich: »Da melde ich mich!«

**Broddack:**

*Wenn man sich Ihren beruflichen Werdegang anschaut, dann haben Sie ja auch wirklich eine ganze Menge zu erzählen. Denn Sie haben ja nicht immer in der Pflege gearbeitet.*

**Seltmann:**

Ja, das stimmt. Ich habe – damals noch in der DDR – Facharbeiter für Lagerwirtschaft gelernt. Nach der Wende habe ich dann vieles ausprobiert – ich habe im Einzelhandel und als Bauhelfer gearbeitet, war auch mal in einer Dachdeckerei angestellt. Etwas später habe ich dann mit Kindern und Jugendlichen gearbeitet und sie bei der Arbeitssuche und anderen Herausforderungen begleitet und unterstützt.

**Broddack:**

*Inwieweit hat Sie das beeinflusst?*

**Seltmann:**

Das war eine sehr prägende Zeit für mich. Ich habe damals festgestellt, dass ich mit Menschen arbeiten will, soziale Arbeit liegt mir einfach. Acht Stunden im Büro sitzen – das ist nichts für mich.

**Broddack:**

*War das sozusagen Ihr Start in die Pflege?*

**Seltmann:**

Leider war es nicht ganz so einfach. Ich habe nach vielem Hin und Her erstmal über das Arbeitsamt eine Ausbildung zum Sozialassistenten gemacht. Anschließend war ich sieben Jahre bei verschiedenen Pflegeeinrichtungen als Pflegehelfer angestellt. Irgendwann wollte ich mehr Verantwortung und mehr Aufgaben übernehmen und habe angefragt, ob ich eine Ausbildung zur Fachkraft machen kann.

**Broddack:**

*Und?*

**Seltmann:**

Tja, man sagte mir, ich sei mit meinen damals 46 Jahren »zu alt für die Ausbildung«. Das hat mich

gewurmt und das Arbeitsverhältnis wurde daraufhin beendet. Nach weiteren Gesprächen mit dem Arbeitsamt, einer Prüfung durch den psychologischen Dienst und einigen weiteren Hürden bekam ich dann endlich grünes Licht: Man genehmigte mir die Ausbildung als Maßnahme über das Arbeitsamt, das auch die Finanzierung übernahm.

**Broddack:**

*Das klingt tatsächlich nach einem ganz schön harten Kampf. Haben Sie zwischendurch gezweifelt?*

**Seltmann:**

Es gab Leute, die haben gesagt: »Lass das, Andreas. Das schaffst du nicht. Was, wenn du durch die Prüfung fällst? Machst du das dann alles nochmal?« Ich war aber überzeugt von der Idee und habe mich auf die Suche nach einem Ausbildungsbetrieb gemacht, für den ich nicht »zu alt« war (lacht). Da bin ich dann auf advita gestoßen.

**Broddack:**

*Dort hat man Sie als Auszubildenden eingestellt, richtig?*

**Seltmann:**

Genau. Schon das Bewerbungsgespräch lief super – mir wurde sofort vermittelt, dass mein Alter überhaupt keine Rolle spielt. Das war wirklich toll. Und so habe ich dann im September 2017 mit meiner Ausbildung begonnen. ►

**Broddack:**

Und die haben Sie letztes Jahr ja erfolgreich abgeschlossen – Glückwunsch dazu! Wie ging es dann weiter, Sie wurden als Fachkraft übernommen?

**Seltmann:**

Ja, das lief bei advita alles reibungslos. Schon während der Ausbildung habe ich mich sehr wohl gefühlt, meine Praxisanleiterin war jederzeit ansprechbar und stand mir mit Rat und Tat zur Seite. Ich war der älteste in meiner Ausbildungsklasse, da hatte ich es manchmal schon ein bisschen schwerer und war froh über die Unterstützung. Jetzt arbeite ich in der Intensivpflege und bin wirklich sehr glücklich und dankbar, wie sich alles entwickelt hat.

**Broddack:**

Also ist die Pflege für Sie mehr als nur ein Job.

**Seltmann:**

Ja, Pflege ist kein Beruf, Pflege ist Berufung. Hier steht das Wohl der Menschen im Fokus und ich kann etwas Gutes tun. Da ist es auch egal, ob ich 23 oder 47 Jahre alt bin. Ich bin froh, wenn es den Bewohner\*innen gut geht – ein Lächeln und ein »Danke« ist oft viel mehr wert als Geld.

**Broddack:**

Was schätzen Sie an advita als Arbeitgeber?

**Seltmann:**

Wir sind hier ein tolles Team. Weil meine Mutter sehr krank ist, muss ich sie hin und wieder zu verschiedenen Arztterminen begleiten. Bislang konnte ich das immer offen mit meiner Teamleitung besprechen. Dass man hier Verständnis für persönliche Bedürfnisse hat und Rücksicht genommen wird, schätze ich sehr. Und was mir großen Spaß gemacht hat, waren die Azubi-Tage. Da konnte man auch mal Azubis aus anderen Niederlassungen kennenlernen.

**Broddack:**

Was wünschen Sie sich für die Zukunft?

**Seltmann:**

Erstmal bin ich froh, dass ich es bis hierher geschafft habe, auch wenn es wirklich ein langer und steiniger Weg war. Es war aber auf jeden Fall die richtige Entscheidung und ich bereue nichts. Ein Traum von mir ist es, mich noch weiter in Richtung Palliativpflege zu entwickeln – vielleicht kann ich mir das auch noch erfüllen.

**Broddack:**

Bei Ihrem Kampfgeist mache ich mir da keine Sorgen. Ich wünsche Ihnen alles Gute und bedanke mich für das Gespräch!

**Seltmann:**

Danke, es hat mir viel Spaß gemacht. ■■

# Wir wollen Sie kennenlernen!

## IHRE GESCHICHTE IM PORTRAIT

Alina Broddack  
Stellv. Marketingleitung



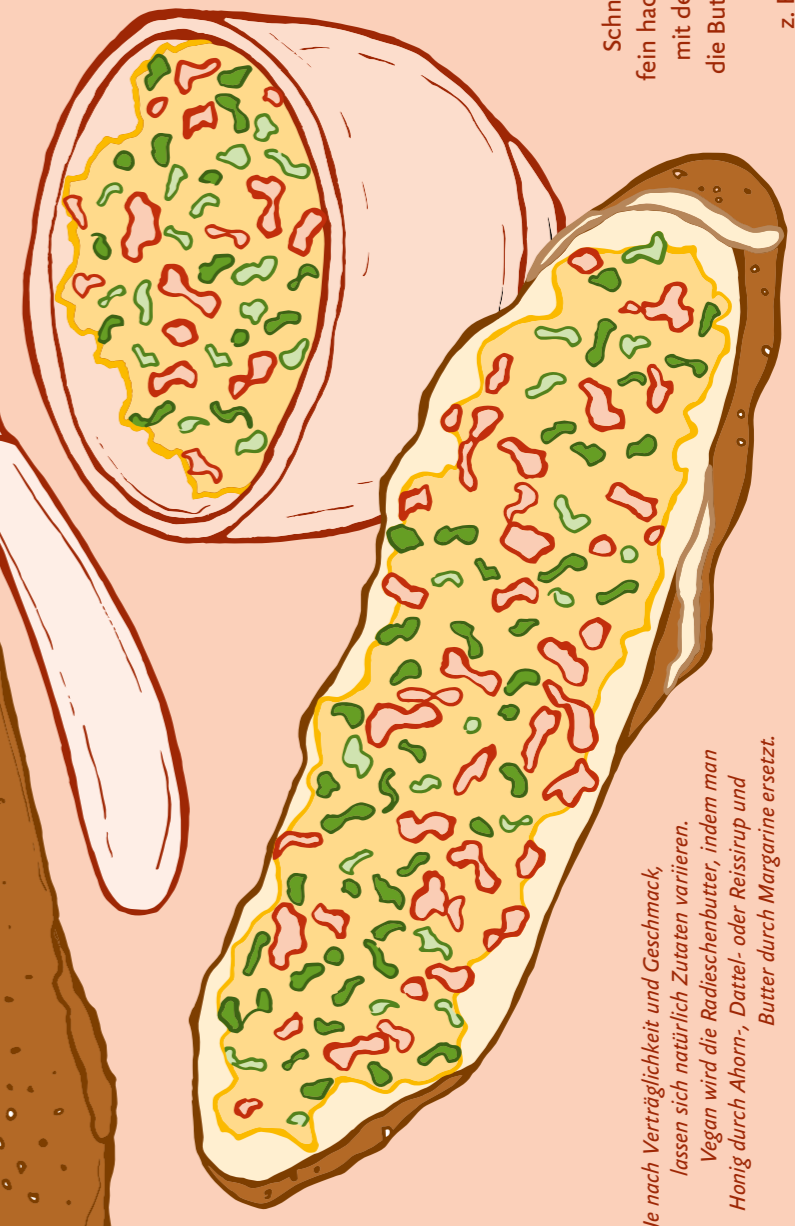
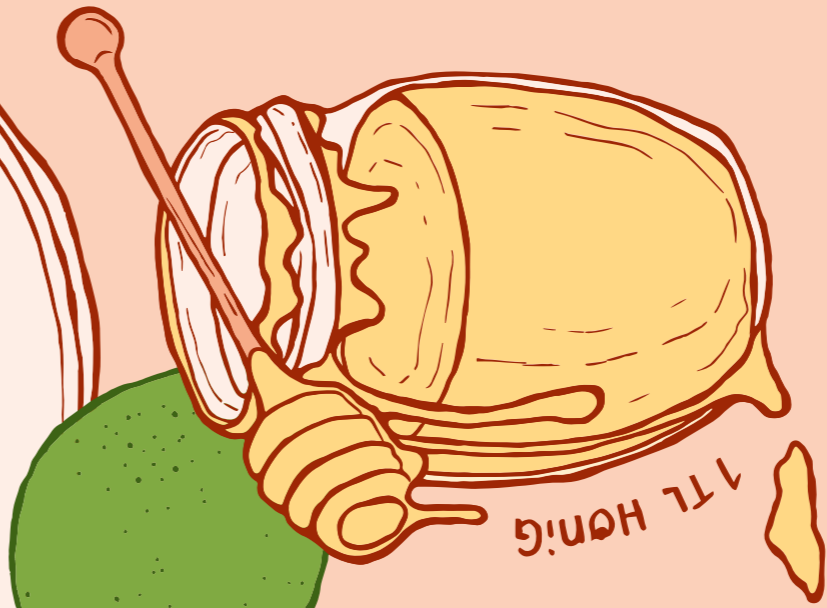
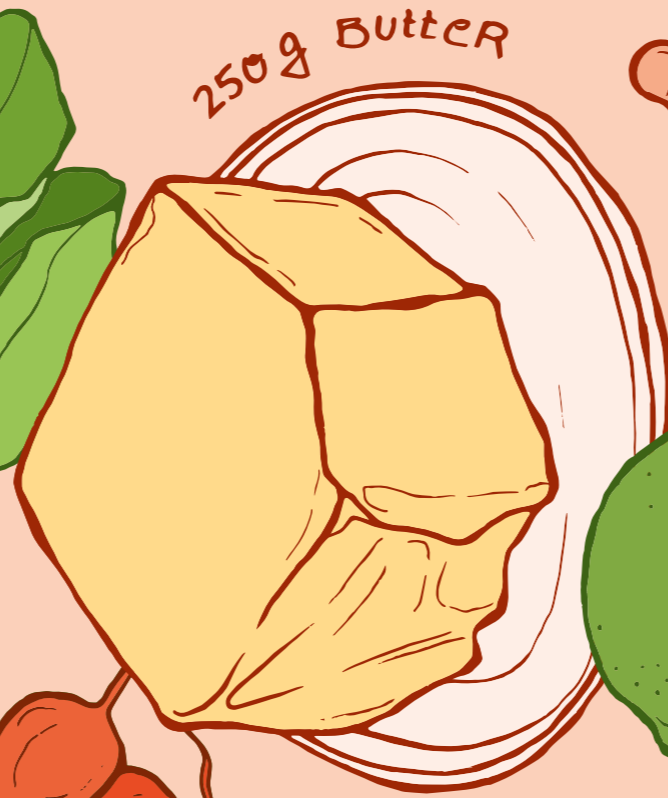
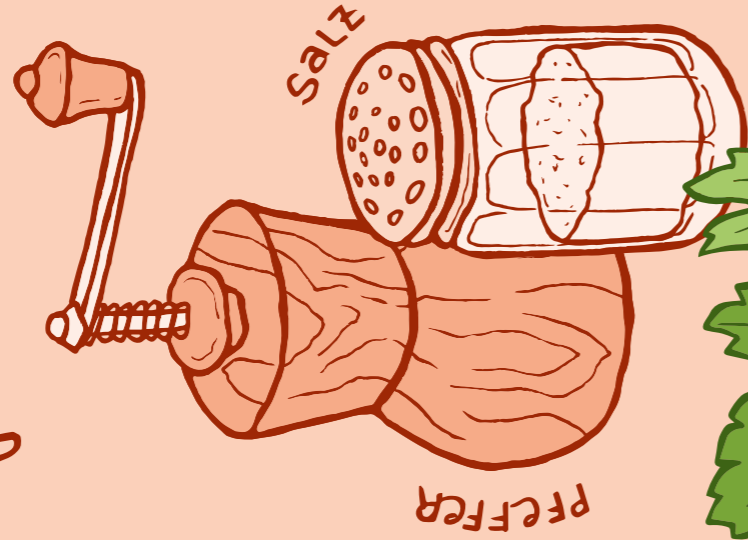
Erzählen Sie von sich:  
journal@advita.de  
Tel 030 437273 162

Wollen auch Sie wie Herr Seltmann Ihre Geschichte erzählen und sich der advita Familie vorstellen? Dann melden Sie sich bei uns! Wir freuen uns auf spannende Einblicke in Ihren Arbeitsalltag, kuriose Anekdoten oder einfach Ihre ganz persönliche Entwicklung bei advita.

Melden Sie sich unter **journal@advita.de** oder rufen Sie uns unter **Tel 030 437273 162** an! Wir würden uns freuen, zukünftig noch viele weitere Mitarbeiter\*innen kennenlernen und im Journal portraituren zu dürfen. Bis bald! ■■

# RADIESCHEN-

# BUTTER



Je nach Verträglichkeit und Geschmack,  
lassen sich natürlich Zutaten variieren.  
Vegan wird die Radieschenbutter, indem man  
Honig durch Ahorn-, Dattel- oder Reissirup und  
Butter durch Margarine ersetzt.

## Zubereitung

Radieschen putzen, waschen und sehr fein hacken. • Die weiche Butter mit Honig vermengen und mit Salz, Pfeffer und etwas Limettensaft abschmecken. • Schnittlauch und Petersilie waschen. Schnittlauch in feine Röllchen schneiden, Blätter der Petersilie fein hacken. • Alles zusammen mit den Radieschen unter die Butter mischen und auf frischem Brot – z. B. Laugengebäck – anrichten. Guten Appetit!



# Psychische Erkrankungen

## ZWISCHEN DEPRESSION UND MANIE

Susann Tschorn  
Vertrauensperson

Die psychische wie auch die körperliche Gesundheit von Menschen schwankt von Zeit zu Zeit. Besonders in Phasen starker Belastung, z. B. durch den Verlust eines geliebten Menschen, stellt es eine Herausforderung dar, die Balance zu halten. Jeder Mensch erlebt dies anders. Meist gehen große Belastungssituationen mit Gefühlen wie Erschöpfung, Traurigkeit, Angst und einer inneren Anspannung einher. Wenn diese länger anhalten, führt es oft zu Problemen im beruflichen und persönlichen Bereich. Spätestens, wenn eindeutige Symptome, wie z. B. Panikattacken, Selbstverletzung oder Wahn hinzukommen, sollte unbedingt Hilfe gesucht werden.

Vorab ist es wichtig zu wissen, dass psychische Erkrankungen

- die Wahrnehmung, das Denken, die Stimmung und das Verhalten beeinflussen können,
- alltäglicher sind als man denkt,
- jede\*n treffen können,
- von jedem\*r anders erlebt werden und
- meist wirksam behandelt werden können.

Da es viele verschiedene psychische Erkrankungen gibt, die zum Teil sehr unterschiedliche Symptome und Behandlungsmöglichkeiten aufweisen, werde ich diese in verschiedenen Journalen beleuchten. In dieser Ausgabe stehen die *affektiven Störungen* im Vordergrund.

### Was genau sind affektive Störungen?

Affektive Störungen sind psychische Erkrankungen, bei denen emotionale Störungen in Form von sehr gedrückter Stimmung (*Depression*) oder Hochstimmung (*Manie*) über lange Zeit bestehen bleiben. Diese Störungen wurden in der Vergangenheit auch als Gemütskrankheiten bezeichnet. Ein *Affekt* bezeichnet den emotionalen Zustand, der sich in Gesichtsausdruck und Gestik ausdrückt.

Depression und Manie spiegeln die beiden gegensätzlichen Pole der affektiven Störung wider. Im Bereich zwischen diesen Polen gehören auch die anhaltenden affektiven Störungen wie die *Dysthymie* ►

**Kontaktdaten im Überblick**  
advita Vertrauensperson  
Susann Tschorn  
Tel 0170 1107385  
s.tschorn@advita.de



## HÄUFIG AUFTRETENDE SYMPTOME



### Depression

- gedrückte, depressive Stimmung
- Interessenverlust und Freudlosigkeit
- Antriebsmangel mit erhöhter Ermüdbarkeit
- Verlangsamung von Denken, Sprache, Motorik und Handeln
- verminderte Konzentration und Aufmerksamkeit
- reduziertes Selbstwertgefühl und Selbstvertrauen
- Gefühle von Schuld und Wertlosigkeit
- übertriebene Zukunftsängste oder »Schwarz-sehen«
- Suizidgedanken oder -versuche, Selbstverletzungen
- Schlafstörungen
- verminderter Appetit

(dauerhaft leicht depressive Stimmung) und die *Zyklothymie* (dauerhaft zwischen leicht depressiv und leicht gehoben wechselnde Stimmung) zu den affektiven Störungen.

*Nicht jede\*r, der\*die länger traurig oder deprimiert ist, hat automatisch eine psychische Erkrankung entwickelt.* Gefühle wie Trauer sind natürliche Reaktionen auf belastende Ereignisse und helfen den Menschen, diese zu verarbeiten. Etwa 30 % der Personen, die eine\*n Arzt\*Ärztin aufsuchen, geben an, deprimiert zu sein, aber weniger als 10 % von ihnen leiden an einer schweren Depression. Eine affektive Störung wird diagnostiziert, wenn Trauer oder Hochstimmung übermäßig intensiv empfunden und von bestimmten oder typischen Symptomen begleitet werden und die körperliche Funktionsfähigkeit oder die Lebensweise im Alltag oder im Arbeitsleben beeinträchtigt ist.



### Manie

- Stimmungshoch oder gereizte Stimmung
- Beschleunigung von Denken, Sprache, Motorik und Handeln
- Energieüberschuss
- vermehrte Kreativität
- deutlich vermindertes Schlafbedürfnis
- ins Maßlose gesteigerte Selbstbewusstsein
- Realitätsverlust
- Distanzlosigkeit im Umgang mit anderen Menschen
- Enthemmung
- verminderte Gefahrenwahrnehmung
- verminderte Rücksicht auf und mangelnde Sensibilität für die Bedürfnisse und Gefühle der Mitmenschen
- manchmal Vernachlässigung von Nahrungsaufnahme und Körperhygiene

Sowohl Depression als auch Manie sind unipolare Störungen, d. h. sie treten einzeln auf. Dabei entsteht sehr selten eine Manie als alleinige psychische Erkrankung. Viel häufiger tritt sie abwechselnd mit einer Depression auf. Dann spricht man von einer bipolaren Störung. Dabei wechseln sich die typischen Symptome einer Depression und einer Manie phasenweise ab, wobei diese Phasen unterschiedlich lang und stark sein können.

heit (z. B. Trennungen, Tod eines wichtigen Menschen) oder aktuelle *Stresssituationen* in Betracht gezogen. Weiterhin können *körperliche Erkrankungen* oder die Einnahme bestimmter *Medikamente* affektive Störungen auslösen.

### Wie können affektive Störungen behandelt werden?

Meist besteht die Behandlung von psychischen Erkrankungen aus einem Zusammenspiel einer geeigneten Psychotherapie und den passenden Medikamenten. Bei Depressionen werden häufig Antidepressiva verschrieben. Diese sollen die akuten oder den Menschen belastenden Symptome dämpfen oder ganz unterdrücken, damit dieser wieder gut im Alltag zurechtkommt und sich auf die Psychotherapie einlassen kann. Da die meisten Medikamente Nebenwirkungen aufweisen, wird die Einnahme regelmäßig überprüft und so angepasst, dass der\*die Patient\*in sich einerseits gesund und wohl fühlt und andererseits weniger bis keine Symptome mehr hat. Eine Psychotherapie ist die Behandlung der Seele und kann ambulant, teilstationär (Tagesklinik) oder stationär erfolgen. Sie kann in Gruppen-, Einzelsitzungen oder in einer Kombination aus beidem stattfinden. Außerdem gibt es unterschiedliche Verfahren in der Psychotherapie. Diese unterscheiden sich in der Grundhaltung der Psychotherapeut\*innen, in ihrem Therapiekonzept und darin, wie sie die Entstehung von psychischen Erkrankungen erklären. So gibt es fünf

### Wie entstehen affektive Störungen?

Alle psychischen Erkrankungen können nicht direkt auf eine Ursache zurückgeführt werden. Für die Entstehung werden sowohl *biologische Faktoren* (z. B. genetische Belastung, Stoffwechselveränderungen im Gehirn), *familiäre Bedingungen* (z. B. Eltern mit einer Depression oder Suchterkrankung, frühe Verlust-erfahrungen) als auch *belastende Lebenserfahrungen* in der Vergangen-

Verfahren, die von den Krankenkassen übernommen werden: die *kognitive Verhaltenstherapie*, die *psychoanalytische Therapie*, die *tiefenpsychologisch fundierte Psychotherapie*, die *Gesprächspsychotherapie* und die *systemische (Familien-)Therapie*.

Welche Therapie für den jeweiligen Menschen am besten geeignet ist, hängt einerseits von der Art und Schwere der psychischen Erkrankung und andererseits von der Persönlichkeit des Menschen und seinen Vorlieben und Neigungen ab. So wird z. B. die Verhaltenstherapie oft bei Angststörungen eingesetzt, um den Umgang mit dem angstauslösenden Reizen zu trainieren und somit schrittweise die Angst zu verlieren. Liegen die Ursachen einer psychischen Erkrankung eher in der Kindheit, so werden meist das psychoanalytische oder das tiefenpsychologisch fundierte Verfahren verwendet. Dabei werden frühere Erlebnisse und Verhaltensmuster besprochen, damit der\*die Patient\*in seine\*ihre aktuellen Probleme verstehen kann. Außerdem unterstützt der\*die Therapeut\*in den\*die Patienten\*in darin, vorhandene aber unbewusste Fähigkeiten zu aktivieren, um damit die aktuellen Probleme zu lösen. Die systemische (Familien-)Therapie bezieht bei der Betrachtung einer psychischen Erkrankung die Beziehungen der gesamten Familie mit ein. Es soll die Eigenständigkeit und der Selbstwert jedes einzelnen Familienmitglieds gestärkt, die Verständigung und der Austausch zwischen den Familienmitgliedern verbessert und schädigende Beziehungsmuster erkannt und verändert werden. ►

### Welche unterstützenden Behandlungsformen gibt es?

Bei Depressionen werden neben der psychotherapeutischen und der medikamentösen Behandlung häufig folgende Möglichkeiten unterstützend angeboten: Licht-, Wach-, Bewegungs- oder Ergotherapie, künstlerische Therapien, Achtsamkeitsübungen und Entspannungsverfahren. Dabei sollen die Patient\*innen dazu animiert werden, sich wieder mehr zu bewegen und durch kreative Arbeiten positive Ergebnisse zu erzielen. Des Weiteren sollen sie lernen, auf ihren Körper zu hören und sich zu entspannen.

Eine weitere Form der Unterstützung und Behandlung sowohl für Betroffene als auch für Angehörige sind die Selbsthilfegruppen. Dort tauschen die Teilnehmer\*innen ihre Erfahrungen aus und erleben, dass sie mit ihrer Krankheit und den damit verbundenen Problemen nicht alleine sind. Sie lernen voneinander und unterstützen sich in Krisensituationen. Im Sinn der Psychoedukation (Aufklärung der Erkrankung) bestehen oft auch Schulungsangebote durch Fachleute. Selbsthilfegruppen werden häufig von der jeweiligen Stadt bzw. dem Landratsamt (Gesundheitsamt) oder einem damit beauftragten Verein ins Leben gerufen und fachlich begleitet.

### Was kann man in einem Notfall tun?

Manchmal ist der Leidensdruck so groß, dass Betroffene nicht auf einen Behandlungstermin warten können. Dann ist Soforthilfe gefragt – vor allem bei Suizidgedanken. Zum einen können Krisentelefone wie die »TelefonSeelsorge« helfen. Unter den Rufnummern **0800 1110111** und **0800 1110222** bekommen Erkrankte und Angehörige Soforthilfe. Die Hotline ist täglich 24 Stunden erreichbar, anonym und kostenlos. Sie bietet auch Mail-, Chat- und Vor-Ort-Beratungen an. Zum anderen kann es notwendig sein, dass ein\*e Betroffene\*r sofort in eine Klinik eingewiesen werden muss. Dies kann sowohl der\*die Notarzt\*Notärztin als auch der\*die Hausarzt\*Hausärztin veranlassen. Voraussetzung dafür ist eine Eigen- oder Fremdgefährdung.

### Wie können Angehörige mit einer psychischen Erkrankung umgehen?

Angehörige, Partner\*innen oder enge Freund\*innen sind von einer Depression oder Manie meist in erheblichem Maß mitbetroffen. Das Leiden verändert auch deren Leben und Alltag, sodass sie nicht selten selbst professionelle Unterstützung benötigen. Angehörige sind aber auch wichtige Hilfspersonen und Gesprächspartner\*innen für den\*die Therapeuten\*in während einer psychotherapeutisch-psychiatrischen Behandlung und zudem sehr gefordert, wenn ein\*e Patient\*in nach einer stationären Behandlung wieder nach Hause zurückkehrt. Die

Auseinandersetzung mit psychischen Erkrankungen löst bei vielen Angehörigen Ängste aus. Häufig wird in den Familien die Erkrankung verdrängt oder beschönigt. Hilfreicher ist es, dem kranken Familienmitglied oder Freund\*in Zeit zu geben, über seine\*ihre Probleme und Sicht der Dinge zu sprechen und ihm\*ihr zuzuhören. Ernst gemeintes Nachfragen und das kurzfristige Zurückstellen der eigenen Alltagsprobleme helfen mehr als wohlgemeinte Standard-



ratschläge wie »Das wird schon wieder!« oder »Gib' dir nur ein bisschen Zeit!« Wenn sich der psychische Zustand des\*der Betroffenen nicht bessert, haben Angehörige oder auch enge Freund\*innen die Verantwortung, professionelle Unterstützung hinzuzuziehen. Das bedeutet, den\*die Kranke\*n zu ermutigen und zu motivieren, zu einem\*r Arzt\*Ärztin, Psychotherapeuten\*in oder einer Beratungsstelle zu gehen und ihn\*sie eventuell dorthin zu begleiten. Falls dies nicht gelingt, sollten sich die Angehörigen selbst bei diesen Stellen Hilfe holen und sich beraten lassen, was zu tun ist.



*Wenn Sie Fragen zu diesem Thema haben oder Ihr Anliegen mit mir besprechen wollen, dann bin ich gern für Sie da. Auch bei allen anderen Themen und Fragen rund um persönliche Belastungen und Herausforderungen können Sie mich gern kontaktieren. Ich höre Ihnen zu und finde mit Ihnen die für Sie passenden Lösungsmöglichkeiten. ■*



# Buntes Treiben

## DAS TEAM DER TAGESPFLEGE IN RIESA-WEIDA TROTZT DER KRISE

Sarah Schulz

Pflegedienstleitung Tagespflege in Riesa-Weida



Momentan ist es für uns als Mitarbeiter\*innen in der Tagespflege im advita Haus Weida besonders wichtig, unseren Bewohner\*innen und Gästen eine Freude zu machen. Die Coronakrise schlägt uns allen so langsam aufs Gemüt. Um dem entgegenzuwirken, haben wir in letzter Zeit gemeinsam einige schöne Aktionen umgesetzt.

In diesem Jahr wurde unter anderem ein Hase gebastelt, der uns daran erinnern soll, den Humor und die Freude bei all dem Stress nicht zu verlieren. Was er wohl denkt? »Ich bin in Weida vorbeigekommen und hab gleich mal Platz genommen!«

Zusätzlich gab es viele andere Basteleien und gemeinsame Erlebnisse, die sowohl den Mitarbeiter\*innen als auch den Klient\*innen viel Spaß gemacht haben.

An dieser Stelle darf ein großes DANKE an das ganze Team nicht fehlen! ■■

# Miteinander und füreinander

Lina Steinborn

Niederlassungsleitung Heinsberg



Unsere Heinsberger Niederlassung ist kürzlich hart von der Coronapandemie getroffen worden. Vor ein paar Wochen erlebten wir einen enormen Ausbruch in einer unserer WGs, sowohl Bewohner\*innen als auch Mitarbeiter\*innen waren betroffen. Die Mitarbeiter\*innen dort haben einen ganz besonderen Einsatz gezeigt - trotz der wirklich schweren Zeit. Um den Kolleg\*in-

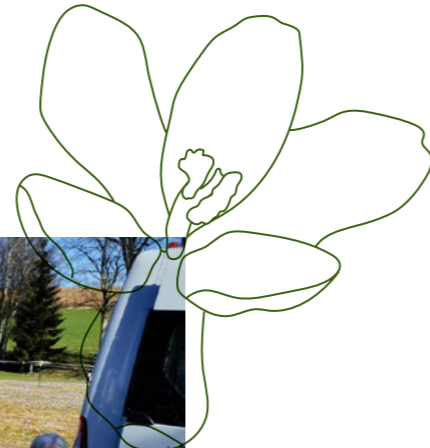
nen zu zeigen, dass sie nicht alleine sind und alle an sie denken, haben die anderen Mitarbeiter\*innen unserer beiden Tagespflegen einen großen Überraschungskorb zusammengestellt. Jede\*r Mitarbeiter\*in hat etwas von zu Hause mitgebracht und damit den Kolleg\*innen in der WG ein Lächeln ins Gesicht zaubern können.

Wirklich eine sehr schöne Geste! Auch unsere Köchinnen aus der Tagespflege haben sich über die Maßen engagiert und in den letzten Wochen für die WG mitgekocht, damit die Kolleg\*innen in der WG mehr Zeit für die Pflege haben. Das mag nur eine Kleinigkeit sein, aber manchmal sind es eben die kleinen Dinge im Leben, die zählen. ■■



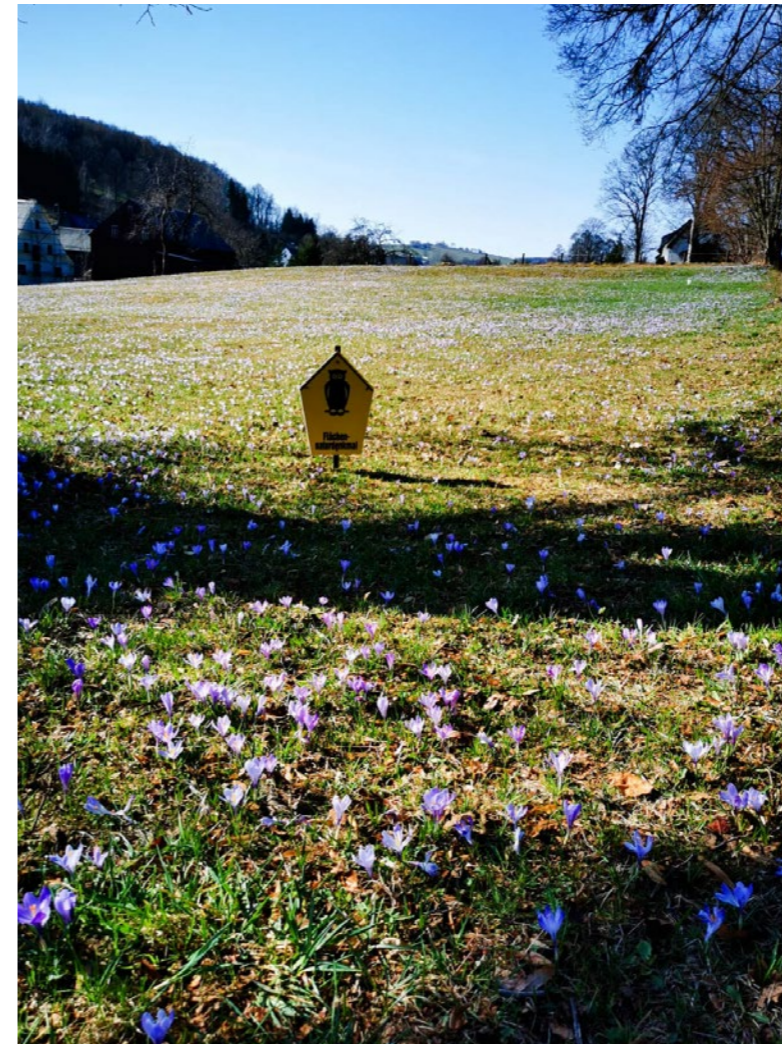
# Ausflug zu den Krokuswiesen

Juliane Walther  
Pflegedienstleitung Tagespflege in Zschopau

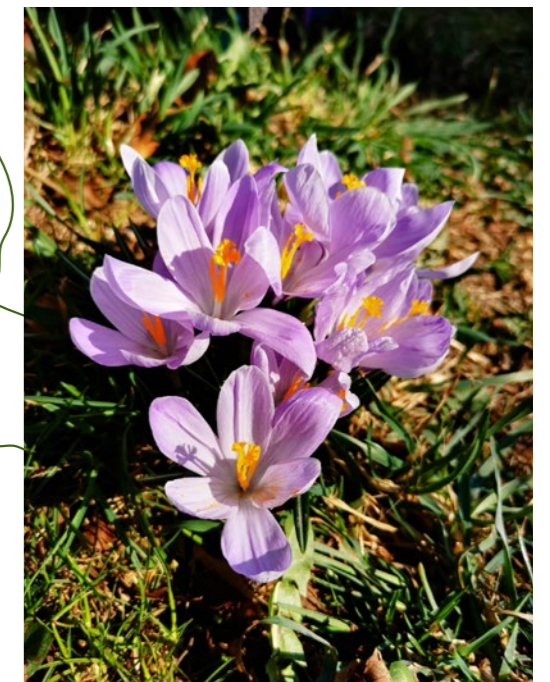


Wir, die Tagespflege im wunderschönen erzgebirgischen Zschopau, haben uns an einem Mittwoch im März in Absprache mit Regionalleitung und Niederlassungsleitung kurzerhand entschlossen, einen Ausflug in das idyllische Drebach zu wagen. Der Ort ist sachsenweit für die Krokuswiesen bekannt und

lockt tausende Besucher\*innen im Frühling in das hübsche Dorf. Nach tagesaktuellen negativen Schnelltests und Ausstattung aller Gäste mit FFP2-Masken führen wir im Rahmen der Betreuung zu den Wiesen und unsere lieben Klient\*innen konnten den herrlichen Anblick genießen. Endlich etwas Abwechslung nach langer Corona-Ausflugsdürre! Es war ein



gelungener Vormittag und wird nächstes Jahr auf jeden Fall wiederholt. Die Bilder sprechen für sich. Auch in diesen schwierigen Zeiten möchten wir ein Lächeln in die Gesichter der Gäste zaubern. Es wird wieder bessere Zeiten geben und wir als Tagespflege versuchen alles, über diese Zeit hinwegzukommen. ■





# Kleine Hauswesen

LUSTIGE FABELFIGUREN FÜR  
GROSS UND KLEIN

Catharina Schewe  
Marketing



## Material

- Karton/Pappe/Papier unterschiedlicher Materialstärke
- Kleber
- deckende Farbe
- Pinsel
- ggf. Stifte

## Was ist das?

Ein Kobold? Ein Fuchs? Ja, ein Koboldfuchs! Es geht diesmal in die Welt der Fantasiewesen - und zwar der ganz eigenen. Auf den Folgeseiten finden Sie ein paar Anregungen, wie sich bereits mit wenigen Elementen eine Vielzahl an Figuren erzeugen lässt. Aber natürlich können Sie es so weit und so bunt treiben wie Sie möchten.

Es gilt: Es gibt vielleicht blöde Ideen, aber sie sind hier ausdrücklich erwünscht! ►



## Anregungen



### Ein Schnabelbär?

Was haben wir da? Eine grobe Grundform mit Ohren, aufgeklebten Augen und einer eigenwilligen Nase. Jede\*r darf hier erkennen, was er\*sie mag. Für eine Nase (oder einen Schnabel) wie hier einfach ein Rechteck aus Karton leicht runden und am oberen Ende sowie ggf. an den Nasenflügeln festkleben.

### Aufmerksame Augen

Für die Augenpartie dieses eulenartigen Wesens einfach ein Papieroval an den Rändern mehrfach rundum einschneiden und leicht nach vorne biegen. Anschließend noch dickere Pappkreise als Augen einsetzen.



### Ein Igelbär?

Augen, Nase sowie die Mundpartie sind auch hier einfach aus dicker Pappe ausgeschnitten und auf einen unkompliziert gestalteten Körper aufgeklebt worden. Diesmal ist aber bereits etwas mehr Farbe im Spiel.



### Der Fuchskobold?

Selbst dieses kleine Wesen kommt mit ein wenig Elementen und Farben aus. Doch durch die Mischung aus flachen und erhobenen Details wirkt das Erscheinungsbild direkt abwechslungsreicher. Zudem lassen sich dadurch genau die Elemente betonen, die Sie besonders herausstellen möchten.

Jetzt sind Sie dran! Was für Kombinationen fallen Ihnen ein? Lassen Sie Ihrer Kreativität freien Lauf! —



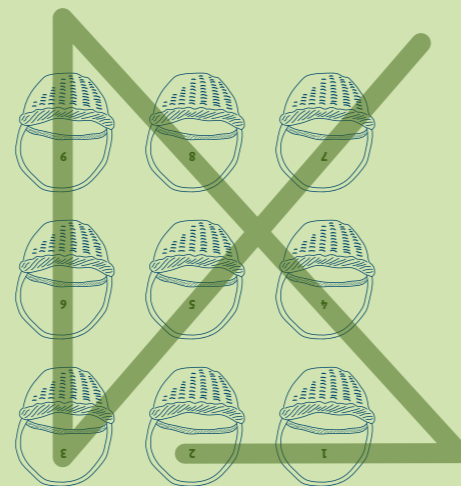
# Wege des Wonnemonats

Svenja Teitge  
Marketing

Im Rätsel dieser Ausgabe gilt es, einen geschlossenen Pfad zu bilden, der alle Zahlen in der korrekten Reihenfolge verbindet. Tragen sie hierzu die noch fehlenden Zahlen von 0 bis 100 ein. Aufeinander folgende Zahlen müssen sich entweder horizontal, vertikal oder diagonal berühren.

Ähnlich wie bei einem Sudoku ist es auch hier hilfreich, sich in die Ecken der Quadrate, in denen es mehrere Möglichkeiten gibt, die entsprechenden Zahlen als kleine Hilfe einzutragen.

Wir wünschen viel Spaß beim Lösen des Hidoku!



Lösung aus der April-Ausgabe:

		68	57		52	49			
71			55	54		51		44	46
			60	37	36				
	75	65		61		39	40		42
74		76	62		23			31	
	82				16		26	28	
79		84	21		18			27	
				89	91	1		13	
	96		87	92			3		9
100		97	94		5	6		8	

[gesundheits-rhein-nahe.de](https://www.gesundheit-rhein-nahe.de)

## Selbstbestimmt Leben in Bad Kreuznach: Neueröffnung des advita Hauses Altes Weingut

4-5 Minuten



advita Pflegedienst GmbH advita Haus Altes Weingut Brückes  
41 55545 Bad Kreuznach. Foto: Isabel Gemperlein

Am 1. Mai 2021 eröffnet die advita Pflegedienst GmbH mit dem advita Haus Altes Weingut in Bad Kreuznach das erste advita Haus in Rheinland-Pfalz: Nach langer Sanierungs- und Umbauphase entsteht im ehemaligen Weingut Anheuser-Fehrs eine moderne Alternative zum klassischen Pflegeheim, die den Menschen ein sicheres und selbstbestimmtes Leben bis ins hohe Alter ermöglicht.



Foto: Isabel Gemperlein

**Beim Rundgang mit der Presse hat sich Oberbürgermeisterin Dr. Heike Kaster-Meurer ein Bild von dem eindrucksvoll sanierten, historischen Haupthaus gemacht. Ihr Fazit: Eine gelungenes Ensemble, das den Bereich im Brückes aufwerten wird!**

Das advita Haus kombiniert Betreutes Wohnen, Pflege-Wohngemeinschaften und Tagespflege sowie ein Intensivpflegezentrum unter einem Dach. Kurze Wege und die Zentrierung der Leistungen an einem Ort machen Pflege- und Betreuungsleistungen effizient; die barrierefreien und selbst eingerichteten Wohnungen und Wohngemeinschaften bieten vielfältige Möglichkeiten für ein Leben nach eigenen Vorstellungen, selbst wenn erste Einschränkungen den Alltag erschweren.

Trotz der Corona-Pandemie ist das Interesse am Haus laut Marietheres Kilb, die die neue Niederlassung zukünftig leiten wird, groß: "Wir haben schon eine Vielzahl an Interessenten, die sich schon frühzeitig zu unserem Angebot informieren wollten und Interesse für eine Wohnung oder ein WG-Zimmer bekundet haben. Die ersten Einzüge sind für Mai bereits fest eingeplant."

Das eindrucksvolle und unter Denkmalschutz stehende Haupthaus des ehemaligen Weingutes Anheuser-Fehrs unweit der Nahe wurde um vier Neubauten auf dem Grundstück ergänzt. "Das herrschaftliche Haus in Kombination mit den Neubauten bietet unterschiedlichste Wohn- und Betreuungslösungen - und damit beste Voraussetzungen ▶

Gesundheit Rhein-Nahe, 13. April 2021



Das eindrucksvolle und unter Denkmalschutz stehende Haupthaus des ehemaligen Weingutes Anheuser-Fehrs weit der Nahe wurde um vier Neubauten auf dem Grundstück ergänzt. "Das herrschaftliche Haus in Kombination mit den Neubauten bietet unterschiedlichste Wohn- und Betreuungslösungen - und damit beste Voraussetzungen für ein selbstbestimmtes und sicheres Wohnen im Alter", erläutert Frau Kilb. Das Besondere: Im advita Haus können die Bewohnerinnen ganz individuell entscheiden, welche Leistungen sie in Anspruch nehmen möchten - von diversen Pflege- und Betreuungsleistungen bis hin zu hauswirtschaftlichen Dienstleistungen oder der Speiserversorgung im hauseigenen Restaurant.

#### **Betreutes Wohnen und eine Wohngemeinschaft für Menschen mit Demenz**

Das Haus bietet 46 Wohnungen im Betreuten Wohnen, eine Pflege-Wohngemeinschaft für 12

Menschen mit Demenz, ein Intensivpflegezentrum mit 20 Plätzen und eine Tagespflege für 40 Gäste.

Das Haus liegt keine 2 km vom Bad Kreuznacher Zentrum entfernt, sodass eine Teilnahme am

gesellschaftlichen und sozialen Leben problemlos möglich ist. Zusätzlich muss auf Sicherheit nicht

verzichtet werden: Dank Hausnotruf und dem 24-stündig besetzten Büro des advita Pflegedienstes

#### **Über die advita Pflegedienst GmbH**

Die advita Pflegedienst GmbH ist ein seit 1994 deutschlandweit tätiger Pflegedienst mit aktuell 35

Niederlassungen und zählt mit über 2.500 Mitarbeitern zu den größten Pflegediensten Deutschlands,

advita pflegt und betreut in Wohngemeinschaften, im Betreuten Wohnen, in Tagespflegeeinrichtungen und zu Hause und versorgt intensivpflegebedürftige Patienten. Die advita Häuser vereinen diese Leistungen unter einem Dach.

Weitere Informationen unter [www.advita.de](http://www.advita.de).

1. April 2021

## Osteraktion: Jung und Alt beteiligen sich

Briefaktion „Ein Lächeln schenken“ kommt gut an



Bianka Uhlig präsentiert die Bastelarbeiten, die Bewohner der Tagespflege Advita fertigten. Foto: Claudia Dohle

Patricia Smolka freut sich über jede Karte, jeden Brief und über sämtliche Bastel- und Handarbeiten, die sie für ihre Briefaktion „Ein Lächeln schenken“ erhält. In den vergangenen zwei Wochen vor Ostern haben sich nochmals eine Menge Menschen ins Zeug gelegt und für die

zwölf Pflegeeinrichtungen in der Region gemalt, geschrieben und gebastelt. Dabei gibt es keine Altersgrenze. „Unsere jüngsten Helfer waren 1,5 Jahre alt und die ältesten weit über 80“, so Patricia Smolka. Besonders überrascht zeigte sich die Initiatorin über die Teilnahme einer Tagespflegegruppe. „Es war total schön. Ich war super überrascht über den Besuch von Frau Uhlig. Es sind wunderschöne Sachen entstanden, die sie uns vorbeigebracht hat.“

„Ich verfolge schon länger, dass es diese Briefaktion gibt“, sagt Bianka Uhlig. Die stellvertretende Pflegedienstleiterin des „Advita-Hauses“ in Flöha überlegte deshalb, gemeinsam mit den Gästen ihrer Tagespflege an diesem Projekt unter dem Motto „Senioren basteln für Senioren“ teilzunehmen. Während der Beschäftigung am Vormittag schulen die überwiegend an Demenz erkrankten Tagesgäste Karten und Osterartikel. „Wir haben darüber gesprochen und die Senioren fanden die Idee gut. Ich habe kleine Aufgaben verteilt“, sagt die 44-Jährige. Ein paar Senioren zeichnen mit Schablonen vor, andere schnitten die Zeichnungen aus Pappe aus und dritte klebten sie aneinander. Eine Bewohnerin schrieb Sprüche ab, die nun die Osterkarten zieren. „Dann haben

BIANKA UHLIG stellvertretende Pflegedienstleiterin des „Advita-Hauses“ in Flöha

Foto: Claudia Dohle

wir Tontöpfe angemalt und sie mit Papp-Ohren und Federn zu Hasen und Küken umfunktioniert“, erzählt Bianka Uhlig. „Durch das Malen, Schneiden und Kleben wurden die Fingerfertigkeit und die Feinmotorik gefördert. Das ist wichtig, damit es nicht in Vergessenheit gerät.“

„Eine geniale Idee, dass Senioren für Senioren basteln“, findet auch Patricia Smolka. Die Briefaktion habe eine derartige Eigendynamik angenommen, die sie nie für möglich gehalten hätte. Mehr als 600 Briefe sowie Bastel- und Handarbeiten wurden bei ihr und ihren Mitstreiterinnen Anja Pfeiffer und Betina Reinsch vom ambulanten Hospizdienst in Oederan abgegeben. Diese Ostergrüße verteilten sie an Pflegeeinrichtungen, deren Bewohner sich darüber sehr freuten.

Allein 50 Karten fertigten die beiden Geschwister Marie (13) und Lena (9). „Das ist so süß. Seit Wochen haben die beiden Mädchen immer wieder gebastelt und geschrieben. Es ist zauberhaft“, sagt Patricia Smolka. Jede Karte der beiden sei anders gewesen. Die Mädchen planen, sich in Zukunft weiter zu beteiligen, um Senioren ein Lächeln zu schenken. Für die Zeit nach den Corona-Beschränkungen denken sie über Besuche in Pflegeheimen nach. „Wir wollen mit den Menschen reden, ihnen vorlesen und Zeit mit ihnen verbringen“, so die 13-jährige Marie. (cdo)

Freie Presse, 1. April 2021

**PFLEGEFACHKRAFT/ STELLV. PFLEGEDIENSTLEITUNG (M/W/D)**

für unsere Tagespflege

*in Annaberg-Buchholz***HEIMLEITUNG FÜR DAS INTENSIVPFLEGEZENTRUM (M/W/D)**

in unserem neuen advita Haus Altes Weingut

*in Bad Kreuznach***PFLEGEDIENSTLEITUNG (M/W/D)**

für unsere ambulante Tourenpflege

*in Bad Kreuznach***STELLV. PFLEGEDIENSTLEITUNG (M/W/D)**

für unser neues advita Haus Am Königsberger Platz

*in Bad Windsheim***PFLEGEDIENSTLEITUNG (M/W/D)**

für unser neues advita Am Königsberger Platz

*in Bad Windsheim***PFLEGEMANAGER (M/W/D)**

für unser neues advita Haus Am Königsberger Platz

*in Bad Windsheim***STELLV. PFLEGEDIENSTLEITUNG (M/W/D)**

für unser neues advita Haus

*in Bamberg***HEIMLEITUNG FÜR DAS INTENSIVPFLEGEZENTRUM (M/W/D)**

für unser neues advita Haus

*in Bamberg***PFLEGEDIENSTLEITUNG (M/W/D)**

für unser neues advita Haus

*in Bamberg***PFLEGEMANAGER (M/W/D)**

für unser neues advita Haus

*in Bamberg***PFLEGEDIENSTLEITUNG (M/W/D)**

für unsere Tagespflege im neuen advita Haus am Kaßberg

*in Chemnitz***HEIMLEITUNG (M/W/D)**

für unser Intensivpflegezentrum

*in Chemnitz***STELLV. PFLEGEDIENSTLEITUNG (M/W/D)**

für unsere ambulante Tourenpflege der Niederlassung Freital

*in Dresden***STELLV. PFLEGEDIENSTLEITUNG (M/W/D)**

für unser Intensivpflegezentrum

*in Dresden***STELLV. PFLEGEDIENSTLEITUNG (M/W/D)**

für unsere ambulante Tourenpflege

*in Dresden***PFLEGEDIENSTLEITUNG (M/W/D)**

für unser neues advita Haus Mainzer Straße

*in Erfurt***STELLV. PFLEGEDIENSTLEITUNG (M/W/D)**

für unser neues advita Haus Mainzer Straße

*in Erfurt***STELLV. PFLEGEDIENSTLEITUNG (M/W/D)**

für unser advita Haus

*in Freital***PFLEGEDIENSTLEITUNG (M/W/D)**

für unser advita Haus

*in Gotha***STELLV. PFLEGEDIENSTLEITUNG (M/W/D)**

für unser advita Haus Bernhardt

*in Halle (Saale)***STELLV. PFLEGEDIENSTLEITUNG (M/W/D)**

für unsere ambulante Tourenpflege

*in Heinsberg*



**STELLV. PFLEGEDIENSTLEITUNG (M/W/D)**

für unsere ambulante Tourenpflege

*in Kreischa***PFLEGEDIENSTLEITUNG (M/W/D)**

für unsere Tagespflege

*in Lichtenstein***PFLEGEDIENSTLEITUNG (M/W/D)**

für unsere Tagespflege im neuen advita Haus Alte Brauerei

*in Lohr am Main***STELLV. PFLEGEDIENSTLEITUNG (M/W/D)**

für unsere Tagespflege im neuen advita Haus Alte Brauerei

*in Lohr am Main***PFLEGEDIENSTLEITUNG (M/W/D)**

für unsere Tagespflege im neuen advita Haus An der Josefskirche

*in Mühlhausen***PFLEGEDIENSTLEITUNG (M/W/D)**

für unsere Tagespflege

*in Neschwitz***STELLV. PFLEGEDIENSTLEITUNG (M/W/D)**

für unser advita Haus

*in Radeberg***STELLV. PFLEGEDIENSTLEITUNG (M/W/D)**

für unsere ambulante Tourenpflege

*in Suhl***PFLEGEFACHKRAFT (M/W/D)**

für unseren advita Springerpool

*Überregional***PFLEGEKRAFT (M/W/D)**

für unseren advita Springerpool

*Überregional***STELLV. PFLEGEDIENSTLEITUNG (M/W/D)**

für unser neues advita Haus Panoramablick

*in Weimar***PFLEGEMANAGER (M/W/D)**

für unser advita Haus Altstadtort

*in Wernigerode*

Unsere Terminübersicht ist umgezogen!

Das Kursangebot der Akademie finden Sie  
jetzt unter [www.advita-akademie.de](http://www.advita-akademie.de)

*Bleiben Sie, wie Sie sind.*

**advita**  
PFLEGE