

Älterwerden hat viele Facetten



Seniorenratgeber Burgenlandkreis



13013 KW 39-2022

Eine Sonderveröffentlichung der LINUS WITTICH Medien KG



Deutsches Rotes Kreuz
Kreisverband Naumburg/Nebra e. V.

Jägerstraße 28
06618 Naumburg

Telefon: 0 34 45 / 7 13 30
E-Mail: info@drk-naumburg.de
www.drk-naumburg.de

Pflegeheime	Pflegezentrum Naumburg Pflegezentrum Laucha	03445-782414 034462-698557
Tagespflegen	Naumburg Laucha	03445-7912246 034462-698532
Suchteinrichtung	Sozioth. Zentr. Eckartsberga	034467-4050
Ambulante Pflege	Naumburg/Eckartsberga Freyburg	03445-782420
Pflegedienst		
Am Michaelisholz	Naumburg	03445-205503
Krankentransport	Krankenbeförderung	03445-782444



FLYER & FALZFLYER



ab
25
Stück

LINUS WITTICH Medien KG
Anfragen & Preisangebote: agentur.herzberg@wittich.de

Im Alter zu Hause - schöner leben mit Komfort!



Sie bekommen eine
maßgeschneiderte Badlösung.

Mit uns haben Sie einen Ansprechpartner fürs komplette Bad. Wir planen und realisieren Ihr Bad zum Festpreis, vielseitig nach Ihren Wünschen und finanziellen Vorstellungen. Sämtliche Handwerksarbeiten können von uns organisiert, koordiniert und ausgeführt werden. Sie brauchen sich um nichts zu kümmern.

Der Zahn der Zeit hat an Ihrem Bad genagt?
Sie wünschen sich mehr Komfort, mehr
Schönheit, mehr Lebensqualität?

Warten Sie nicht länger.



Eine flache Duschwanne, ein bequemer Wanneneinstieg, langlebige funktionale Produkte sowie ein ansprechendes und zweckmäßiges Design sorgen dafür, dass Sie sich in Ihrem Komfortbad täglich wohl und im Alter sicher fühlen!

Die interessante Alternative zur Komplettbad-Renovierung:

Die Bad-Teilrenovierung.

In wenigen Tagen Dusche
oder Wanne neu.



Eigentlich ist Ihr Bad noch ganz schön anzuschauen, aber einzelne Produkte bieten nicht mehr den Komfort, den Sie sich wünschen? Dann ist eine Teilrenovierung genau das Richtige für Sie.

Duschen mit niedrigem Einstieg oder Kombi-Badewannen mit Tür und Duschzone geben viel Bewegungsfreiraum. Nahezu fugenlose, reinigungsfreundliche Rückwände sorgen für langlebige Schönheit.

Wir planen für Sie und führen alle Arbeiten aus.

In wenigen Tagen ist Ihre Bad-Teilrenovierung fertig gestellt - zum Festpreis. Bitte vereinbaren Sie mit uns einen kostenlosen Beratungstermin.

Gewerbegebiet Steinkreuzweg · Am Hohen Stein 46 · 06618 Naumburg

Telefon: 0 34 45 / 78 12 45

info@ritter-mein-bad.de · www.ritter-mein-bad.de

Öffnungszeiten: Mo. - Fr. 10.00 - 18.00 Uhr

Seniorenbeirat Burgenlandkreis

Seniorenbeirat Burgenlandkreis
 Schönburger Straße 41
 06618 Naumburg
 Telefon: 03445 73 - 2982 oder 2984
 E-Mail: geissler.marion@blk.de



Steuererklärung? Wir machen das.

Arbeitnehmer und Rentner:
 Als Einkommensteuer-Experte bin ich für Sie da.

Vereinigte Lohnsteuerhilfe e.V. – wir beraten Mitglieder im Rahmen von § 4 Nr. 11 StBerG.

Beratungsstelle Naumburg
 Isabel Kral
 Lindenring 7 · 06618 Naumburg
 Tel. 03445-2349670 · Fax 03445-7109498
 E-Mail: Isabel.Kral@vlh.de
 Termine nach Vereinbarung



www.vlh.de

Verbandsgemeinde
 Droyßiger-Zeitzer Forst
 Zeitzer Straße 15
 06722 Droyßig
 Telefon: 034425 414 – 25
 E-Mail: info@vgem-dzf.de
 Homepage: www.vgem-dzf.de

Entspannt statt angespannt

Anzeige

Ist die Seele angespannt, reagiert der Körper oft verspannt: Wir ziehen unbewusst den Kopf ein und die Schultern zusammen. Die Folge: Verhärtungen und Schmerzen in Nacken, Rücken und Schultern. Sie gehören zu den häufigsten stressbedingten Beschwerden. Höchste Zeit, sich locker zu machen – zum Beispiel mit sanften Sportarten wie Yoga, Pilates oder Tai-Chi. Unterstützend können Nährstoffe wie Magnesium und B-Vitamine wirken. Denn B-Vitamine leisten einen Beitrag zur normalen Nervenfunktion, Magnesium kann helfen, verhärtete Muskeln zu lockern und die Bildung von Stresshormonen zu hemmen. Als Soforthilfe gegen Nackenverspannungen hat sich außerdem Wärme bewährt.

djd/Bioelectra

Gesünder gehts nicht

Anzeige

Radfahren ist die ideale sportliche Betätigung für Seniorinnen und Senioren. Man verbraucht auf sanfte Art Kalorien und sorgt für eine Entlastung der Gelenke, der Kreislauf kommt in Schwung, Muskeln und Lunge sind gefordert. Und nicht zuletzt macht Radfahren gute Laune. Vor allem aber bleiben aktive Radler höheren Alters mobil und selbstständig. Damit das Radfahren für Seniorinnen und Senioren auch wirklich gesundheitsfördernd ist, sollten Radgeometrie und Sattel möglichst optimal auf die Nutzerin und den Nutzer abgestimmt sein. So wird die Wirbelsäule geschont und man ist kraftsparend unterwegs. Denn dank optimaler Sitzposition ist eine geringere Halt- und Stützarbeit des Körpers notwendig. Ergonomie ist somit unerlässlich, um ein bequemes Radfahren zu ermöglichen.

djd 67253



Foto: djd/www.die-sattelkompetenz.de/Getty Images/amriphoto

Senioren- und Behindertenbeirat Lützen

Stadt Lützen
 Markt 1
 06686 Lützen
 Telefon: 034444 315 - 0



Seniorenbeirat der Dom- und Residenzstadt Zeitz

Am Kalktor 5
06712 Zeitz
Telefon: 03441 725973



**Fa. Taxi-Langer
n. q. Krankentransport**

Inhaber: Daniela Volkenand

**Taxifahrten aller Art • Bestell- und Sofortfahrten
n. q. Krankentransport:**

Tragestuhltransport · Rollstuhltransport · Liegendtransport
Dialysefahrten, Fahrten zu Chemo- und Strahlentherapie
Einweisungen und Entlassungen in Kliniken
– für alle Krankenkassen und privat –

freundlich – kompetent – zuverlässig

Donaliesstraße 23 · 06712 Zeitz · Tel. (034 41) **221903**

Wieder guter Dinge sein

Anzeige

Lebensmut, Lebensfreude, Lebensqualität: Für zahlreiche ältere Menschen klingen diese Begriffe inzwischen wie aus einer anderen Welt. Denn die Corona-Pandemie hat auch für Senioren vieles verändert. Ihnen fehlten und fehlen vor allem die sozialen Kontakte, die gerade für sie so wichtig sind. Professionelle und individuelle Unterstützung können gerade in schwierigen Zeiten Senioren-Assistent*innen geben. Die entsprechende Nachfrage ist enorm gewachsen. Ute Büchmann entwickelte 2006 das Ausbildungsmodell Senioren-Assistenz.

Rund 1.700 Frauen und Männer haben die entsprechende Qualifikation inzwischen erlangt und sind als selbstständige Dienstleister tätig.

djd 68572/www.die-senioren-assistenten.de



AUFMERKSAM · ZUVERLÄSSIG · KOMPETENT

STIFTUNG SENIORENHILFE ZEITZ

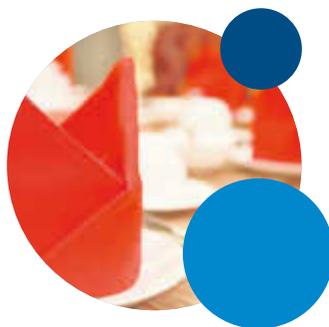
- Individuelle Beratung
- Pflege und Begleitung in Ihrer Häuslichkeit
- Selbstständiges Wohnen mit Betreuung
- Sinnfindendes Leben im Wohnheim für Behinderte
- Erhaltung und Förderung Ihrer Vitalität durch Tagespflege
- Zuwendung und Geborgenheit verbunden mit professioneller Pflege während einer Kurzzeitpflege und beim Wohnen in unseren modernen Einrichtungen
- Kreative Bildung und Erziehung im Kindergarten

Schützenplatz 21 · 06712 Zeitz

Tel: 03441 631106 · Fax: 03441 631136

www.seniorenhilfe-zeitz.de

E-Mail: info@seniorenhilfe-zeitz.de



**Friseursalon
Schnipp Schnapp**

**Termine zurzeit
nur nach
telefonischer
Absprache.**

**Leipziger Straße 2
06712 Zeitz
Inhaberin
Daniela Volkenand
03441 / 225705**



Seit 01.12.2010 EU zertifizierter Betrieb

**Neue Werkstraße
06712 Zeitz**

Bestelltelefon 03441 / 21 35 40

Bestellfax 03441 / 21 35 43

**SIE WOLLEN FEIERN? ODER
JEDEN TAG MIT UNS ESSEN?**

- **VERSORGUNG** von Schulen und Kitas, mit bis zu 5 Menüs einschließlich einer vegetarischen Kost
- **MENÜ-SERVICE** Lieferung frei Haus - auch an Sonn- und Feiertagen (mind. 7 Auswahlmenüs) ab 4,20 €
- **PARTYSERVICE** für jede Gelegenheit

Senioren- und Behindertenbeauftragter der Verbandsgemeinde „An der Finne“

Verbandsgemeinde „An der Finne“
 Bahnhofsweg 2a
 06647 Bad Bibra
 Telefon: 034465 6020



Anzeige

Gürtelrose: Impfung schützt Ältere

Nicht nur Corona gefährdet die Menschen: Ab dem mittleren Alter besteht zudem ein erhöhtes Risiko, an der äußerst schmerzvollen und zum Teil langwierigen Gürtelrose zu erkranken. Sie kann gerade im Alter zu schweren, langwierigen Verläufen oder gar Krankenhausaufenthalten führen. Diese Krankheit lässt sich nicht durch die etablierten AHA-Regeln verhindern. Die Ständige Impfkommission (STIKO) empfiehlt daher auch während der Pandemie eine Impfung für Personen ab 50 mit Grunderkrankungen, sowie für alle über 60-Jährigen. Wichtig dabei sind zwei Faktoren: Sowohl vor als auch nach einer Corona-Impfung sollte ein Abstand von 14 Tagen zu anderen Impfungen liegen. Infos zum Thema Gürtelrose gibt es unter www.impfen.de/guertelrose

djd K68101



Foto: djd/Hermes Arzneimittel

Bezahlbare Pflege

Anzeige

Die Lebenserwartung in Deutschland steigt weiter an. Doch mit ihr wächst auch die Zahl derer, die im Alter Betreuung oder Pflege benötigen. Die meisten Betroffenen möchten so lange wie möglich einen Heimaufenthalt vermeiden. Eine Alternative zu finden ist jedoch nicht einfach. Eine Möglichkeit ist beispielsweise der Einsatz einer Betreuungskraft aus Osteuropa. Doch auch hier gibt es Unsicherheiten, etwa über die Rechtssicherheit der Dienste. Hinzu kommt die wachsende Sorge, der neue Mindestlohn verteuere die Angebote und mache sie unattraktiv. Dann besteht die Gefahr, dass Senioren und Angehörige Angebote aus dem Bereich der Schwarzarbeit nutzen. Das ist gefährlich und illegal, weder für Betreuer noch für Betreute gibt es Sicherheiten. Daher sollte man sich an seriöse Anbieter wenden, die passende Betreuungskräfte vermitteln und die gesamte Organisation ihres Aufenthalts übernehmen. Das Vermittlungsangebot ist groß, viele kleine Unternehmen bieten ihre Dienste an. Ihr Geschäftsmodell ist jedoch häufig nicht transparent genug. Seriöse Anbieter haben daher hohe Qualitätsstandards entwickelt, die unter anderem vom TÜV Rheinland zertifiziert sind. Die vermittelten Betreuer zahlen Steuern, leisten Sozialabgaben und sind versichert. Ihr Einsatz erfolgt im Rahmen der europäischen Dienstleistungsfreiheit und damit auf einer sicheren Rechtsgrundlage. djd/pt

LANGZEITPFLEGE · KURZZEITPFLEGE



» Am Anfang war alles neu für mich – jetzt ist es mein Zuhause. «

*pro*seniore

Residenz Bibertal

Am Schmiedeweg 1 · 06647 Bad Bibra
 Telefon 034465 67-000 · www.pro-seniore.de

IMPRESSUM

Herausgeber, Satz, Druck & Vertrieb:

LINUS WITTICH Medien KG

vertreten durch den Geschäftsführer:

ppa. Andreas Barschtipan

An den Steinenden 10, 04916 Herzberg (Elster)

☎ 03535 489-0 🌐 www.wittich.de

✉ info@wittich-herzberg.de

Senioren- und Behindertenbeirat Einheitsgemeinde Elsteraue

Hauptstraße 30
06729 Elsteraue
Telefon: 03441 226 - 100

Seniorenbeirat der Stadt Naumburg/Saale

Stadt Naumburg
Markt 1
06618 Naumburg
Telefon: 03442 273 - 0



Anzeige

Inklusivleistungen und Wahlleistungen

Die Kinder sind längst ausgezogen und die Instandhaltung von Haus und Garten fällt zunehmend schwer. An diesem Punkt liebäugeln viele Menschen mit einem angenehmen und stressfreien Leben in einer Seniorenresidenz. Doch was kostet das betreute Wohnen? Reichen Ersparnisse und Rente, um sich eine solche Wohnform zu leisten? Grundsätzlich sollte man Miete, Verpflegung und mögliche Pflegekosten eines Angebots prüfen. Anbieter rechnen Miete und Grundversorgung meist über eine feste Pauschale ab. Daher lohnt sich ein genauer Blick, welche Leistungen im Pensionspreis eingeschlossen sind. In den verschiedenen Residenzen beispielsweise ist das Leben schon ab rund 1.700 Euro möglich. Neben vielen Inklusivleistungen gibt es zahlreiche Wahlleistungen, die jeder passend zum Budget zubuchen kann: sei es ein Handwerker, der die Glühbirnen austauscht, oder eine Alltagsbegleitung etwa zum Einkaufen. *djd 67680*

Mit Freude älter werden

Anzeige

Wer heute 65 Jahre alt ist, kann sich statistisch gesehen als Mann auf weitere knapp 18 Jahre und als Frau sogar auf weitere gut 21 Lebensjahre freuen. Diese aktualisierten Werte teilte das Statistische Bundesamt mit. Ob man jedoch mit Freude älter wird, hängt von vielen Faktoren ab, vor allem vom Gesundheitszustand. Daneben können aber auch Veränderungen im persönlichen Umfeld wie Familie, Freundeskreis oder Nachbarschaft dazu führen, dass Seniorinnen und Senioren in Isolation und Vereinsamung abgleiten. Dies gilt insbesondere für die Hochaltrigen ab 80. *djd 69279/www.die-senioren-assistenten.de*

ALLTAGSUNTERSTÜTZUNG FÜR SIE UND IHRE FAMILIE!

SIE suchen Entlastung und Unterstützung? WIR sind sofort an Ihrer Seite und übernehmen die Betreuung und Versorgung Ihrer Liebsten.

Betreuung Zuhause & außer Haus | Demenzbetreuung | Unterstützung bei der Grundpflege | Hilfe im Haushalt | Familienbetreuung

BETREUUNG UND PFLEGE – EINFACH PERSÖNLICHER

RUFEN SIE UNS AN!

☎ 03445 7912 -680

Bildungs- und Kooperationsgesellschaft
Burgenlandkreis mbH
Topfmarkt 9/10 · 06618 Naumburg
www.homeinstead.de/
naumburg-burgenlandkreis



Jeder Home Instead Betrieb ist unabhängig sowie selbstständig und wird eigenverantwortlich betrieben. © 2021 Home Instead GmbH & Co. KG



**Kostenübernahme durch
Kranken- und Pflegekasse möglich**

Seniorenbeirat Wethautal

Verbandsgemeinde Wethautal
 Corseburger Weg 11
 06721 Osterfeld
 Telefon: 034422 414 - 0



Senioren- und Behindertenbeirat der Stadt Hohenmölsen

Im Haus der Stadtgeschichte
 Altmarkt 2
 06679 Hohenmölsen
 Telefon: 034441 41805



Arthrosevorbeugung

Anzeige

Bewegungsmangel kann bei älteren Menschen zu schmerzhaften Muskelverspannungen und Rückenschmerzen führen sowie die bei Senioren weitverbreitete Arthrose fördern. Dem sollte gerade in der warmen Jahreszeit aktiv entgegengewirkt werden. Sind bereits Schmerzen vorhanden, kann ein fünfprozentiges Ibuprofen-Schmerzgel wie doc punktgenau die Pein bekämpfen. Turnübungen etwa für einen starken Rücken gibt es unter www.doc-gegen-schmerzen.de. Zudem sollten Angehörige ihre Lieben dazu anhalten, auch Indoor wieder aktiver zu werden. Man kann ihnen etwa einen Pedaltrainer, ein kleines Trampolin oder Gymnastikbälle schenken und damit zu mehr Bewegung motivieren. Die Angehörigen sollten sich am besten am Training selbst beteiligen.



Nachhaltig Gutes tun

Mit einer Kondolenzspende für den BUND bewahren Sie ein würdiges Andenken an Verstorbene und helfen uns, Umwelt und Natur für nachfolgende Generationen zu erhalten.

Informationen unter:
 E-Mail: info@bund.net oder
 Tel. 0 30/2 75 86-565



www.bund.net/kondolenzspenden

Pflege ist Vertrauenssache!

Mobile Krankenpflegestation GmbH
Monika Reimann

Wir bieten:

- kompetente Krankenpflege
- qualitative Pflege
- zuverlässige Haushaltshilfe
- Wohnen mit Service

Tagespflege „Am Kirschberg“

Wilhelm-Külz-Straße 4
 06679 Hohenmölsen
 Telefon (034441) 39853

Mobile Krankenpflegestation GmbH
Monika Reimann *Pflege ist Vertrauenssache!*

Platz an der Mühlstraße 1 • 06682 Teuchern • Tel. 034443 / 21138

Seniorenbeirat der Stadt Weißenfels

Stadt Weißenfels
 Bereich Gleichstellung/Integration
 Markt 1
 06667 Weißenfels
 Telefon: 03443 370464



Finanzielle Sicherheit im Alter

Anzeige

In Deutschland leben die Menschen immer länger, schon ein Fünftel der Bevölkerung ist 65 Jahre oder älter und noch ganz schön fit. Die Senioren freuen sich auf ein Leben mit viel Zeit für Dinge, die während der Berufstätigkeit zu kurz kamen. Doch die höhere Lebenserwartung sorgt auch dafür, dass sie den Ruhestand finanziell planen und rechtzeitig Kassensturz machen müssen. Reicht das Geld, um bis ins hohe Alter hinein finanziell sorgenfrei zu sein? Wer ein eigenes Haus oder eine eigene Wohnung besitzt, kann das Budget mit einer Immobilienrente verbessern und in seinem lieb gewonnenen Zuhause wohnen bleiben. Das müssen Senioren über die Immobilienrente wissen: Wer 70 Jahre oder älter ist, verkauft das Haus oder die Wohnung zum Beispiel an die Deutsche Leibrenten Grundbesitz AG. Das Unternehmen gewährt im Gegenzug ein lebenslanges Wohnrecht und zahlt eine Immobilienrente. Die Senioren können wählen zwischen monatlichen Beiträgen, einer Einmalzahlung oder einer Kombination aus beidem. Wohnrecht und Leibrente werden an erster Stelle im Grundbuch verankert, das macht die Immobilienrente zu einer sehr sicheren Form der Altersfinanzierung. Als vertrauenswürdiger Partner hat sich die Deutsche Leibrenten AG etabliert (www.deutsche-leibrenten.de). Der Marktführer für Immobilienrenten hat das Modell zusammen mit Notaren und Experten für die Altersfinanzierung entwickelt.

Anzeige

spp-o

spp-o

Junggeblieben im Alter

Die Werbung hat es längst erkannt und auch Studien zeigen: Die heutigen Männer und Frauen in ihren sechziger oder siebziger Jahren sind deutlich junggebliebener als ihre Altersgenossen in früheren Jahren. Immer mehr Plakate zeigen aktive, konsumfreudige und lebenslustige sogenannte Best Ager oder Golden Ager, die ihr Leben in vollen Zügen genießen und scheinbar sorgenfrei sind. Die erhöhte Vitalität schützt leider aber nicht davor, sich in dieser Phase des Lebens mehr Sorgen und Gedanken um sich selbst und seine Lieben zu machen. Bis zu 18,5 Prozent der älteren Menschen leiden unter innerer Unruhe und Angstgefühlen. Die Gründe dafür sind vielfältig: Gedanken über die eigene Gesundheit oder die der Liebsten, Schicksalsschläge im sozialen Umfeld nehmen zu, Krankheits- oder gar Todesfälle bei Freunden oder in der Familie sind zu verkraften. Wenn Angstgefühle und innere Unruhe tagsüber überhandnehmen, fällt es immer schwerer, auch nachts „abzuschalten“. Darunter kann auch die Schlafqualität spürbar leiden und Vitalität und Lebensqualität verschlechtern sich. Um diesen Teufelskreis zu durchbrechen, können pflanzliche Präparate wie beispielsweise Lasea helfen.

... mit Sicherheit zum Eigentum!

NE Immobilien-Service

Gebrauchimmobilien, Neubau, Sanierung, Baubetreuung
 Wertermittlung, Grundstücks-Service
 Finanzierung

Große Kaland-Str. 8
 06667 Weißenfels
 Telefon: 441510
www.ne-immobilien.de

Wir suchen ständig Einfamilienhäuser, Mehrfamilienhäuser, Eigentumswohnungen und Grundstücke.

Fit für die Enkelkinder

Anzeige

Sie toben mit ihren Enkeln auf dem Spielplatz, lesen den Kleinen vor und bringen ihnen im Freibad das Schwimmen bei: Großeltern übernehmen oft die Betreuung für ihre Kindeskiner. Damit sind sie eine große Unterstützung für junge Familien. Die gemeinsam verbrachte Zeit tut auch dem Verhältnis zwischen den Generationen gut. Einer internationalen Studie zufolge soll das Babysitten Großeltern sogar länger jung halten. Doch trotz aller Vitalität können altersbedingte Krankheiten wie der Graue Star die Unternehmungslust stark einschränken und die Betreuungsaufgabe erschweren. Der Graue Star ist weltweit die häufigste Augenerkrankung. Rund ein Drittel der Männer und fast die Hälfte der Frauen über 75 Jahren leiden an der Eintrübung der Augenlinse. Dabei macht sich die Erkrankung zunächst nur langsam bemerkbar, da sie schleichend voranschreitet. Betroffene bemerken ein vermindertes Kontrastsehen, sehen beim Vorlesen plötzlich die Buchstaben verschwommen oder reagieren beim Autofahren empfindlich auf Blendungen entgegenkommender Autos. Auch eine häufige Veränderung der Brillenstärke kann auf die Augenerkrankung hinweisen.

Wer unter diesen Symptomen leidet, sollte möglichst schnell einen Augenarzt aufsuchen. Durch eine Operation lässt sich das Sehvermögen wieder deutlich verbessern. Eine Therapie mit Medikamenten gibt es dagegen nicht.

djd 62134n



Trödel-Nic.de

Service macht den Unterschied!

- ✓ **Haushaltsauflösungen**
(Anrechnung verwertbarer Gegenstände)
- ✓ **Entrümpelungen**
(auch in schwierigen Fällen)
- ✓ **Entfernen von Wand- & Deckenverkleidungen**
- ✓ **Entfernen von Fußbodenbelägen**
- ✓ **Entfernen von Tapeten**

- ✓ **Kostenlose Vor-Ort-Besichtigung**
- ✓ **Kostenlose Angebotserstellung**
- ✓ **Festpreise**
- ✓ **In der Regel keine Vorkassezahlungen**

Nico Ebert
staatlich geprüfter Desinfektor · zertifizierter Tatortreiniger

📍 Langendorfer Straße 30 · 06667 Weißenfels
✉ info@troedel-nic.de ☎ 0177-6805000

☎ **03443-4220163**

Modemobil GmbH

Rudolf Schmeer

Modemobil
Burgenlandkreis/Thüringen

Am Stadtberg 40
06667 Weißenfels

Tel. 03443 - 341019

Fax 03443 - 341028

Mobil 0172 - 7239287

www.modemobil.de

MODEMIMOBIL®

Mode, die zu Ihnen kommt



Mode ist keine Frage des Alters!

- Anzeige -

Das hat sich das Franchiseunternehmen MODEMIMOBIL, das im Jahr 2003 von Frau Beate Winklewsky in Wuppertal gegründet wurde, auf die Fahne geschrieben.

Mode soll auch im Alter Spaß machen, soll begeistern und Lebensqualität schenken! Mit einer mobilen Boutique und einem Rund-um-Service für Bekleidungsinkauf besucht MODEMIMOBIL Senioreneinrichtungen unterschiedlichster Art: von Seniorentreffs, Seniorenheimen und betreuten Wohnanlagen, über Kirchentreffs, Tagespflegen bis hin zu Behinderteneinrichtungen. Die Franchisenehmer oder „Modemobiler“ sind mit Herzblut für eine umfassende Modedienstleistung an Senioren unterwegs und vermitteln ihre Begeisterung im persönlichen Kontakt mit ihren Kunden.

Die Kollektion bietet aktuelle, funktionelle und qualitativ wertige Mode für Damen und Herren in jeder Preiskategorie. Dabei ist Passgenauigkeit die große Stärke der MODEMIMOBIL-Bekleidung. Sie wird deutschlandweit an über 35 Standorten durch Franchisepartner und Mitarbeiter in Form von kleinen Mode-Events und Modenschauen erlebbar gemacht. Rüstige Bewohner der Einrichtungen und ehrenamtliche Models 60+ zeigen komplette saisonale Looks. In vertrauter Umgebung können Senioren nach Herzenslust stöbern, anprobieren und shoppen – inklusive einer individuellen Beratung.

In Zusammenarbeit mit namhaften Herstellern wie Raphaela by Brax oder Rabe Moden und mit einer eigenen Linie ist die MODEMIMOBIL-Kollektion auf über 1.000 Teile angewachsen: von Oberbekleidung wie Hosen, Blusen, Pullover, Westen und T-Shirts über Tag- und Nachtwäsche bis hin zu Schuhen und Accessoires. Das Sortiment kombiniert modische Aktualität mit dezenten Problemlösungen für alle Lebensbereiche, z. B. kaschierende A-Formen bei den Oberteilen, extra kurze Arm- und Hosenlängen, große Knöpfe, Innentaschen bei Jacken, Bequemschuhe oder Zweireißverschlüsse. Dazu die Geschäftsführerin Beate Winklewsky: „Unser mobiler Mode-Service bietet Senioren, die in ihrer Mobilität eingeschränkt sind, ein komfortables Einkaufserlebnis mit hohem Spaßfaktor und Unterhaltungswert. Rundum modisch und bedarfsmäßig perfekt eingekleidet sein: Das garantiert MODEMIMOBIL und schenkt neue Lebensqualität mit dem Gefühl, aktiv am Leben teilzunehmen.“

Die MODEMIMOBIL-Events sind ein kleines Highlight im Seniorenalltag. Sie werden von der Einrichtung und Angehörigen im Sinne eines kontrollierten Einkaufs begleitet und bieten unterhaltsame Abwechslung, wobei der Service-Gedanke an erster Stelle steht. Individuelle Nachbestellungen werden ebenso entgegen genommen wie Änderungswünsche. MODEMIMOBIL ist auch auf ausgewählten Seniorenmessen aktiv und zeigt seine Mode in Modenschauen, bei denen ehrenamtliche Models 60+ vielseitig kombinierbare, saisonale Outfits für unterschiedliche Tageszeiten und Anlässe präsentieren.

MODEMIMOBIL®

Mode, die zu Ihnen kommt

Das notarielle Testament

Anzeige

Ein öffentlich-notarielles Testament erstellt ein Notar und beurkundet den letzten Willen des Erblassers. Dabei kann man dem Notar seine letztwillige Verfügung mündlich oder schriftlich mitteilen. Der Notar setzt das Testament auf, liest es einem vor und man selbst und der Notar unterschreiben das Dokument. Nach der Beurkundung übergibt der Notar das Testament an das Nachlassgericht (zuständige Amtsgerichts des Bezirks) zur amtlichen Verwahrung. Fordert man das notarielle Testament aus der Verwahrung zurück, widerruft man das Testament gleichzeitig. Möchte man das Testament ändern, fallen allerdings neue Notargebühren an. Im Gegensatz zum privaten Testament garantiert einem das notarielle Testament Rechtssicherheit. Der Notar ist dazu verpflichtet, einen umfassend zu belehren und aufzuklären sowie das Testament umfassend zu prüfen. So kann man sichergehen, dass sein Testament rechtswirksam ist. Durch die ordnungsgemäße Verwahrung des Dokuments hat man auch die Garantie, dass sein Testament nicht verloren geht, gefälscht wird oder generell in falsche Hände gelangt. Liegt ein notarielles Testament vor, müssen die Erben in der Regel keinen Erbschein mehr beantragen, der meist teurer als das notarielle Testament wäre. *BdF*

Vorsorgevollmacht

Anzeige

Jeder Erwachsene kann plötzlich in die Lage kommen, wichtige Angelegenheiten des Lebens nicht mehr selbstverantwortlich regeln zu können. „Dann ist es von Vorteil, wenn die Person eine Vorsorgevollmacht erstellt hat“, sagt Heike Morris, juristische Leiterin der Unabhängigen Patientenberatung Deutschland (UPD). „Das Dokument benennt eine Person des Vertrauens, die im Ernstfall stellvertretend für den Verfasser und in seinem Namen handeln darf.“ Ein solcher Ernstfall tritt zum Beispiel ein, wenn Sie aufgrund einer psychischen Krankheit, körperlichen Beeinträchtigung, geistiger oder seelischer Behinderungen nicht mehr in der Lage sind, sich vollständig selbst um Ihre Angelegenheiten zu kümmern. In der Vorsorgevollmacht können Sie festlegen, welche Bereiche Ihres Lebens sie betrifft und welche Befugnisse Sie dem Bevollmächtigten einräumen. „Dieser kann dann zum Beispiel Entscheidungen bezüglich Ihres Vermögens oder Aufenthaltsortes treffen oder dazu berechtigt werden, Sie vor Gericht oder bei Behörden zu vertreten.“ In anderen notwendigen Fällen, die nicht von der Vollmacht erfasst sind, kann weiterhin eine Betreuerbestellung erforderlich werden. Sicherheitshalber sollte die Vorsorgevollmacht schriftlich aufgesetzt, mit Ort und Datum versehen und eigenhändig unterschrieben werden. *spp-o*

Hilfe in  **schweren Stunden** 

**Bestattungshaus
Milker & Theil GbR**
Tag und Nacht dienstbereit



06712 Zeitz
Altenburger Str. 47 **Tel. (03441) 726182**

Trebnitz/Teuchern Tel. (034443) 620155
*Auf Wunsch Hausbesuch jederzeit kostenfrei - Sterbegeldversicherung -
Vorsorgeregelungen - individuelle Kostenregelung*



**Ihr Nachlass
öffnet Augen!**

www.cbm.de



unter allen wipfeln ist ruh?
Waldbestattung im RuheForst® Marienthal
... mehr als nur ein Friedhof



**Ruhe finden im Herzen des Waldes, im Wandel der Jahreszeiten,
im Einklang mit der Natur.**

Wir laden Sie zu einer öffentlichen Führung ein:
Sonnabend 23.10. 15:00 Uhr • Sonnabend 13.11. 14:00 Uhr
Sonnabend 11.12. 14:00 Uhr



Anmeldungen jederzeit unter (034467) 279 870
Treffpunkt und Anfahrt unter ruheforst-marienthal.de **www.RuheForst.de**

Weißenfels 
BESTATTUNGSHAUS
MANDY EBERT
geprüfte Bestattungsfachkraft

Vereinbaren Sie noch heute Ihren kostenlosen
Vorsorge- und Beratungstermin

- Friedwald®-Bestattungen
- Erdbestattungen • Feuerbestattungen
- Seebestattungen • Vorsorgeregelungen
- weltweite Über- und Rückführungen

Tel. 03443 8078564 - Tag & Nacht erreichbar
Promenade 34a - 06667 Weißenfels

Mehr Sehkomfort für „graue“ Augen

Mit zunehmendem Alter brauchen die Augen oft mehr Unterstützung. Denn altersbedingte Einschränkungen der Sehkraft reduzieren Kontraste, erhöhen die Blendempfindlichkeit und lassen die Sehorgane rascher ermüden. Besonders häufig ist dafür der Graue Star (Katarakt) die Ursache. Dabei handelt es sich um eine durch den verlangsamteten Stoffwechsel entstehende Eintrübung der Augenlinse, die störendes Streulicht und Schleiersehen verursacht. Sie beginnt oft schon im mittleren Lebensalter und führt laut dem Berufsverband der Augenärzte Deutschlands bis zum 75. Lebensjahr bei der Hälfte der Menschen zu spürbaren Sehproblemen.

Weltweit ist der Graue Star die häufigste Ursache für Erblindung, doch dank moderner Operationsmethoden kann diese heute verhindert werden.

Dabei wird die getrübbte Linse entfernt und durch eine Kunstlinse ersetzt, die wieder für scharfen Durchblick sorgt. Sowohl in noch leichteren Stadien der Erkrankung vor einer OP als auch nach dem Eingriff können die Augen aber Unterstützung und Schutz gegen Umwelteinflüsse gut gebrauchen. So gibt es Brillengläser mit einem speziellen Blaulichtfilter, der stark streuende und blendende Lichtanteile weitgehend entfernt.

Das schärft die Kontraste und entspannt die Augen nicht nur bei hellem Tages- und Sonnenlicht, sondern auch beim Ferngucken, bei der Bildschirmarbeit oder beim Schauen aufs Handy.

djd/ Schweizer Optik



Anzeige

Nasenkribbeln bei Senioren:

Viele Senioren kennen das Problem: Ständig läuft die Nase.

„Mit zunehmendem Alter verändern sich Schleimhaut und Schleimdrüsen. Das kann zur sogenannten Alterstriefnase führen“, erläutert Professor Ludger Klimek vom Wiesbadener Zentrum für Rhinologie und Allergologie im Apothekenmagazin „Senioren Ratgeber“.

Eine laufende Nase kann aber auch eine allergische Reaktion sein - etwas, das Betroffene oft nicht auf dem Schirm haben. „Viele ältere Menschen denken nicht an einen Heuschnupfen oder eine Hausstauballergie“, so Klimek. Doch in den letzten 20 Jahren hat sich die Zahl der Menschen, die jenseits der 65 eine Allergie entwickeln, mehr als verdreifacht.

ots

Standorte





Wir helfen - vielfältig und individuell

Wohnen und Pflege

Altenhilfzentrum Sankt Georg-Stift in Teuchern
Alten- und Pflegeheim
Telefon: (034443) 6228-0
E-Mail: aph@diakonie-naumburg-zeitz.de

Barbara-Haus in Teuchern
Barrierefreie Wohnungen
Telefon: (03445) 2337-0
E-Mail: info@diakonie-naumburg-zeitz.de

Villa Lepsiusstraße in Naumburg
Selbstorganisierte Wohngemeinschaften
Telefon: (03445) 2337-0
E-Mail: info@diakonie-naumburg-zeitz.de

Diakonie Naumburg-Zeitz
Telefon: (03445) 2337-0
www.diakonie-naumburg-zeitz.de

Ambulante Pflege

Sozialstation Bad Kösen
Telefon: (034463) 275 59
E-Mail: bad.koesen@diakonie-naumburg-zeitz.de

Sozialstation Finnland in Bad Bibra
Telefon: (034465) 850 18
E-Mail: finnland@diakonie-naumburg-zeitz.de

Sozialstation Kayna bei Zeitz
Telefon: (034426) 210 32
E-Mail: kayna@diakonie-naumburg-zeitz.de

Sozialstation Naumburg
Telefon: (03445) 7812 268
E-Mail: naumburg@diakonie-naumburg-zeitz.de

Sozialstation Osterfeld
Telefon: (034422) 6298 80
E-Mail: osterfeld@diakonie-naumburg-zeitz.de

Sozialstation Unstrut in Laucha
Telefon: (034462) 203 05
E-Mail: unstrut@diakonie-naumburg-zeitz.de



Foto: Nicky Hellfritzsch

 <h2>TAGESPFLEGE</h2> <h3>„Zur Alten Schule“</h3> <p>als alternatives „Tages-Zuhause“</p>	 <h2>Ambulantes PflegeZentrum</h2> <p>Burgenlandkreis</p>	<h2>BETREUTES WOHNEN</h2> <p>eine Alternative fürs Wohnen im Alter</p>
<p>Es gibt viele gute Gründe für den Besuch der Tagespflege „Zur Alten Schule“:</p> <ul style="list-style-type: none"> ♥ Nicht mehr zu Hause allein sein ♥ Entlastung der pflegenden Angehörigen ♥ Aufbau und Pflege von sozialen Kontakten ♥ Sich geborgen und gebraucht fühlen ♥ Kurzweiligkeit und gemeinsame Aktivitäten ♥ tägliches gemeinsames Essen in netter Gesellschaft ♥ Förderung vorhandener Fähigkeit <p>Betreuungszeiten: Mo bis Fr 8 - 16 Uhr</p>	<p>Wir übernehmen für Sie sämtliche Leistungen im Rahmen der Pflege- und Krankenversicherung:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Hauswirtschaft (Hausputz, Einkauf, Kochen, Wäsche usw.) • Hilfe bei der Körperpflege • Serviceleistungen (Fensterputzen, Gartenpflege, Begleitung zum Arzt usw.) • Beratungsbesuche bei Bezug von Pflegegeld • Ausführung ärztliche Verordnungen (Medikamentengabe, Insulininjektion, Kompressionsstrümpfe usw.) • Stundenweise Entlastung pflegender Angehöriger 	<div style="display: flex; justify-content: space-around;"> <div data-bbox="1034 246 1230 347"> <p>Osterfeld Residenz „Zur alten Schule“ mit Tagespflege im Haus</p> </div> <div data-bbox="1270 246 1466 347"> <p>Teuchern Residenz „Oberstraße“ mit hauseigenem ambulanten Pflegedienst</p> </div> </div> <p>Wir bieten: schöne 1 bis 2-Zimmer-Wohnung zwischen 32 – 63 m²</p> <ul style="list-style-type: none"> • 24h-Rufbereitschaft • Hausmeister • Mahlzeitenversorgung • sämtliche Leistungen von der Grund- bis zur Behandlungspflege • aktive Alltagsgestaltung und Geselligkeit, Ausflüge, Basteln, Musizieren <p>Besichtigungstermin jederzeit möglich.</p> 
<p>Ambulantes PflegeZentrum • Tel. 034422 - 617956 • E-Mail: info@apz-sa.de • www.apz-sa.de</p>		

Werden Sie Teil der APZ-Familie!
Wir suchen Pflegekräfte (m/w/d) in VZ/TZ!
Bewerben Sie sich jetzt!

Urlaubsreif?



SCHIFFLER-REISEN

Tagesfahrten - Gruppenreisen
Kreuzfahrten - Flugreisen
Busreisen - Kurreisen
Wohnmobilvermietung
Reisegutscheine



Urlaubstraumreisen

by Schiffler-Reisen

Reußener Weg 2 - 06667 Stößen
Tel/WhatsApp: 034445 908890
www.schiffler-reisen.de

König-Heinrich-Str. 5 - 06217 Merseburg
Tel/WhatsApp: 03461 275 6960
www.urlaubstraumreisen.de

Im Gespräch mit dem Schlafexperten Heiko Matalla

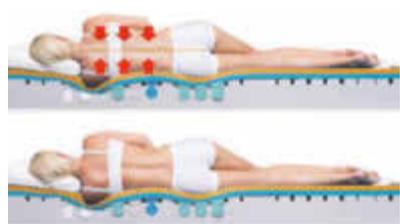
Kann mir meine Matratze helfen, Rückenschmerzen zu lindern?

Wie man sich bettet, so liegt man. Am Anfang steht immer die Frage nach der Ursache, denn wer diese kennt, kann Beschwerden nachhaltig verbessern. Nicht die Matratze allein kann zu Rückenschmerzen führen, sondern auch mangelnde Bewegung, falsche Ernährung, Stress und vieles mehr. Tatsache ist aber, dass sich manche der Ursachen nicht so schnell beseitigen lassen, daher ist eine Anpassung an diese Umstände notwendig, um die Beschwerden zu lindern.

Wussten Sie: Die Matratze ist der meist genutzte Gegenstand im Alltag. So liegen wir immerhin sechs bis acht Stunden im Bett und das bei einer Nutzungsdauer von sieben bis zehn Jahren. Es lohnt sich also, Zeit und Geld in die Anschaffung einer individuellen Matratze zu investieren. Bei der Auswahl der Matratze müssen die verschiedenen Lebensumstände sowie körperliche Voraussetzungen (z. B. Gewicht, Größe) und die eigenen Schlafgewohnheiten analysiert und berücksichtigt werden. Genau hier liegt der Unterschied zwischen einer professionel-



Heiko Matalla begleitet seit vielen Jahren Menschen bei der Suche nach der optimalen Matratze. Er leitet das Bettenland in Weißenfels, wo er auch Ihnen eine individuelle Matratze mit Hilfe des Liege-Simulators vor Ort anpassen kann.



len Beratung und einem einfachen „zur Probe liegen“ oder einem Kauf im Internet. Wir übernehmen somit eine wichtige Rolle in der Evaluierung des eigenen Gesundheitsstatus und sind dementsprechend ausgebildet.

Individuelle Anpassung
Mittlerweile haben einige Studien von Wissenschaftlern auf der ganzen Welt die Auswirkung des Matratzenaufbaus auf Rückenschmerzen untersucht. Dabei kamen sie zur wenig überraschenden Erkenntnis, dass der richtige Aufbau der Matratze die Schlafqualität positiv beeinflussen und verbessern kann.

Jeder Mensch ist einzigartig, daraus ergibt sich, dass es nicht „die eine“ richtige Matratze für alle gibt. Mit einer guten, fundierten Beratung durch einen ausgebildeten Schlafexperten und einer auf die Bedürfnisse des Körpers angepassten individuellen Matratze können Rückenschmerzen positiv beeinflusst werden. Die für den Einzelnen richtige Matratze lässt sich so finden und der Alltag verbessern. Denn die Voraussetzung für einen guten Tag liegt in einer erholsamen Nacht.



BETTENLAND

WEISSENFELS

Öffnungszeiten

Montag – Freitag
10 – 18 Uhr
Samstag
10 – 13 Uhr

Gratis Ergo-Kissen
erhalten Sie zu jeder individuellen Matratze ein ergonomisches Kopfkissen im Wert von 185,00 € geschenkt

In Weißenfels bietet Heiko Matalla den vom Schlafforschungsinstitut Proschlaf entwickelten Test am Liege-Simulator kostenlos an.

Instagram: [bettenland_weissenfels](https://www.instagram.com/bettenland_weissenfels)
Facebook: [bettenlandweissenfels](https://www.facebook.com/bettenlandweissenfels)

Termine unter:
TEL-Nr.: 03443-2198195
oder Mail an:
info@bettenland-weissenfels.de
Bettenland Weißenfels
Merseburger Straße 57
06667 Weißenfels