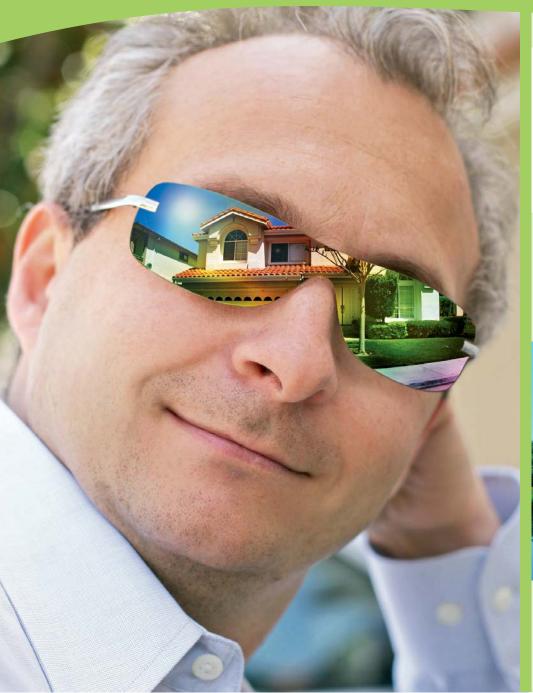
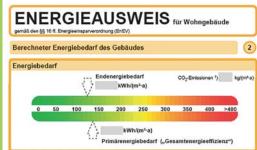
älter werden aktiv im Leben





SPEZIAL:
Altbausanierung
und Energieausweis
Seite 4–9



Leserreise auf Norwegens Postschiffroute Seite 14

Schokolade – Genuss ohne Reue grenzenlos.zuhause – alles ist möglich

Vorgestellt: Die GesunheitsManager

Ganzheitliche Gartenpflege

Darunter verstehen wir als Fa. BIEBER ihren Garten im Einklang mit der Natur von der Beratung bis zur Pflege ganzheitlich zu versorgen.

Bei der Beratung stellen wir Ihre Bedürfnisse in den Vordergrund und beraten über evtl. Veränderungen der Gestaltung, der Pflege angepasst an Ihre Lebenssituation. Dies kann eine Umgestaltung der Wege, eine Vereinfachung der Pflege genauso beinhalten wie z.B. die Anlage eines seniorengerechten Hochbeetes. Bäume und Sträucher wachsen, werden immer größer und brauchen entsprechende Rückschnitte und Verjüngungen. Auch hier bedeutet eine Veränderung ein anpassen an neue Lebenssituationen.

Im Einklang mit der Natur bedeutet, die Ernährung ihrer Blumen und Sträucher genauso wie die Gemüsebeete, naturgemäß zu düngen. Wenn der Boden gesund ist, dann ist auch die Pflanze gesund – und damit auch das Gemüse. Unser aus der Natur ge-

Wir bieten kompetente
Lösungen für Ihren Garten.
Ihr Vorteil: bei uns können Sie
das ganze Jahr Bieber-Punkte
sammeln und Geld sparen!

Senioren-Gärten*

Hochbeete*

naturgemäßes Düngen*

ganzheitliche Gartenpflege von Meisterhand bedeutet,
besprechen wir gerne mit Ihnen persönlich! Rufen Sie uns an.

Galgengraben 15 · 90574 Roßtal · Mobil 0172-73 40 80 8

Nehmen Sie uns beim Wort und rufen Sie uns an!

wonnene Dünger FRISOL ist das Produkt dazu. Ein schöner Rasen ist eine Wohltat für die Augen und eine Ruheoase für die Seele.

Gerade mit zunehmendem Alter werden viele Gartenarbeiten oft zur Last, hier gilt es einzugreifen um den Garten pflegeleichter zu gestalten, damit der eigene Garten nicht zur Last wird sondern vielmehr zur Lust am verweilen einläd.

Fachkundige Hilfe über das ganze Jahr bieten wir Ihnen an!

Ganzheitliche Gartenpflege - wir kommen zu Ihnen in ihren Garten zur Beratung – ganz unverbindlich! Gerne machen wir Ihnen Gestaltungs- und Pflegevorschläge, wir fahren mit Ihnen in einen der schönsten Gartencenter in unserer Region, beraten Sie beim Einkauf und pflanzen Ihnen die gekauften Sachen fachgerecht in Ihren Garten! Da bleibt dann auch noch Zeit für eine Tasse Kaffee und ein Stück Kuchen – was sagen Sie dazu: rufen Sie uns an 0172-73 40 80 8 und testen Sie uns!

Ihr Partner für den Garten – BIEBER GARTENPROFI – immer für Sie da!

•••••

Wir freuen uns darauf für Sie zu arbeiten!

INHALTSVERZEICHNIS

Ganzheitliche Gartenpflege	2
Editorial	3
Schokolade – Genuss ohne Reue	4
Schön dicht halten	5
grenzenios. zuhause	6
Vom Altbau zum energiepsparenden Eigenheim	8
Vorgestellt: Die GesundheitsManager	10
Termine & Veranstaltungen	12
Wichtige Telefonnummern	15
Impressum	19

RUBRIKEN

Im Blickpunkt
Vorsorge & Finanzen
Gesundheit & Fitness
Reisen & Mobilität
Wohnen

Mode & Schönheit Termine & Veranstaltungen Tipps & Tricks Wichtige Telefonnummern



Immobilienerwerb ist schlichtweg die beste und ertragreichste Kapitalanlage und die beste und sicherste Altersvorsorge - aber nur dann, wenn man die wichtigsten Grundlagen beachtet, das war bisher so und wird auch weiterhin so bleiben. Der Traum von den eigenen vier Wänden kann mitunter

zum Albtraum mutieren, nicht nur bei Investitionen im Ausland: Stichwort Mängelbeseitigung. Unterschätzt wird oft, dass nach einem längst erfolgten Einzug sich weitere "Überraschungen" ergeben können. Und hier sind wir im Thema dieses Spezials - den Energiekosten. Hier haben wir es mit zwei Umständen zu tun. Einmal mit den fossilen Brennstoffen, die aufgrund von Verknappung und höherem Bedarf immer teurer werden und andererseits mit ökologischem Verständnis. Die Zeit in welcher man meinte, Energie stünde einfach so zur Verfügung und man könnte für immer aus dem Vollen schöpfen, ist vorbei. Inzwischen sollte sich herumgesprochen haben, dass man bei vernünftigem Haushalten mit den natürlichen Ressourcen, zwei Fliegen mit einer Klappe schlagen kann - man spart Geld und schont die Umwelt. Dafür ist es notwendig sich fachmännischen Rat zu holen. Diese

Ausgabe amortisiert sich mittelfristig auf alle Fälle. Fängt man damit beizeiten an - vor Renteneintritt steht das durch Engergiesparmaßnahmen gesparte Geld später für andere Ausgaben zur Verfügung. Vielleicht ist es genau der Betrag, der für einen auskömmlichen Lebensstandard oder Leistungen für Gesundheit oder haushaltnahe Dienstleistungen benötigt wird? Bedenken wir, dass es wohl kaum mehr zu nennenswerten Rentensteigerungen kommen wird (Stichwort Demografiefaktor), ist diese Präventionsmaßnahme nicht nur ein bloßes Erfüllen eines Gesetzes. Es bietet sich die Möglichkeit über eine Bestandsaufnahme wirksame Maßnahmen zu überdenken. Machen Sie Ihre Energieversorgung und Ihr Bad zukunftsfähig. Wie Sie vorgehen lesen Sie auf Seite 8.

In der nächsten Ausgabe beleuchten wir etwas näher das barrierefreie Bad. Wir zeigen Ihnen dann, wie komfortabel und schick sie es "aufmöbeln" können! Freuen Sie sich auf interessante Artikel in dieser und in der Juni Ausgabe.

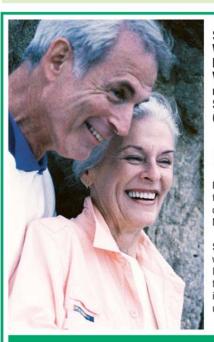
Mit den besten Wünschen Ihre Ruth Knittel

Das nächste Heft erscheint am 28.06.2008

Mit SPEZIAL: Rund um's Bad

mit Drehscheibe und Aufstehhilfe

Sitzkomfort nach Ma



Suchen Sie eine Wohnung passend zu Ihrem Lebensabschnitt? Vielleicht haben wir die richtige für Sie. Rufen Sie uns an – zum Ortstarif:

01801-800412

Die WBG Nürnberg Gruppe ist die führende Unternehmensgruppe der Wohnungswirtschaft in der Metropolregion Nürnberg.

Sie können direkt bei uns mieten, wenn Sie eine Wohnung suchen. Natürlich provisionsfrei! Wir helfen Ihnen gerne, denn "Wohnen ist unser Produkt". Bitte rufen Sie uns an.

Wir gestalten Lebens Räume WBG Nürnberg Gruppe





Als die spanischen Conquistatores 1519 Mexiko eroberten und die Azteken unterwarfen, entdeckten sie sehr schnell, dass ihnen "Braunes Gold" in die Hände gefallen war. Die Spanier waren es dann auch, die Kakao mit Milch zum Modegetränk in Europa machten.

Macht Schokolade glücklich? Oder sinnlich? Verdirbt sie die Linie oder die Moral? Das sind die weltbewegenden Fragen, die der schwedische Regisseur Lasse Hallström in seinem international besetzten Film "Chocolat" aufwirft. Immerhin bringt es seine zartbittere Verfilmung des Romanerfolgs von Joanne Harris, die auch bei der Berlinale für Aufsehen sorgte, auf fünf Oscar-Nominierungen.

Seitdem wurde die neue Lust auf Schokolade geweckt. Lassen Sie sich bei "Vianne Cocolate"in der Brunnengasse verführen.

Naschen und etwas für die Gesundheit tun

Die sogenannten sekundären Pflanzeninhaltsstoffe und im Kakao ganz speziell bestimmte Flavonoide, die Epicatechine und die Procyanidine wurden erst kürzlich im Kakao entdeckt und sorgten aufgrund seiner gesundheitsfördernden Wirkung für Aufsehen. Das Besondere dabei ist, dass diese Inhaltsstoffe im Kakao in besonders hohen Konzentrationen vorhanden sind, mehr als in anderen gesunden Lebensmitteln wie zum Beispiel Brokkoli. Harvard-Professor Norman Hollenberg fand heraus, dass

Epicatechin das Auftreten von vier der fünf häufigsten Krankheiten der westlichen Welt (Hirnschlag, Herzinfarkt, Krebs und Diabetes) auf weniger als 10% senken könnte.

Flavonoide – was sind das für Stoffe und was bewirken sie?

Fast könnte man sagen, wahre Wunder: Wissenschaftler haben herausgefunden, dass Kakaozubereitungen mit hochkonzentrierten Flavonoiden die Durchblutung und damit die Reaktionsschnelligkeit des Gehirns deutlich anregen. Diese Wirkung lässt zwar bald wieder nach, aber es gibt Hinweise, dass der regelmäßige Genuss von Kakao sich positiv auf das Altern unseres Denkorgans auswirkt. Das weiß in Mittelamerika fast jeder.

Kürzlich wurde auch seine wundheilende Wirkung an der Universität Münster entdeckt.

Schweizer Kardiologen bezeichnen dunkle Schoko-



lade mit über 70 % Kakakoanteil als "süßes Aspirin", auf der Jahrestagung der amerikanischen Herzspezialisten in Chicago im November 2006 wurde vorgestellt, dass bioaktive Verbindungen in dunkler Schokolade die Verklumpung der Blutplättchen vermindern.

Aber enthalten Kakaobohnen nicht besonders viel Fett? Das ist richtig, aber Kakaopulver ist von Haus aus schon entfettet. Die Kakaobutter ist

ein hochwertiges Fett und wird zu vielen Produkten weiterverarbeitet. Das Besondere an dunkler Schokolade ist, dass sie nur einen sehr geringen Fettanteil hat und mehr an den wertvollen Epicatechinen enthält. Deshalb möglichst Trinkschokolade ohne

Azteken
Trinkschokolade
(Rezept für 2 Personen)

1 Prise Chilipulver
Ingwer, 2 cm
½ Liter Milch
2 Rippen Schokolade,
Zartbitter (mind. 70 %)
1 Prise Zimt

½ Tüte Vanillezucker

Zucker und mit hohem Kakaoanteil verwenden, die sind am gesündesten .

Die Züricher verquirlen den Zucker mit einem Eigelb und geben dies der nicht mehr heißen Schokolade zu. Zum Schluss mit einem Sahnehäubchen garnieren.

Genießen Sie "Ihre" Schokolade und wenn Sie auf den Geschmack gekommen sind, besuchen Sie doch auch mal das Schokolademuseum Köln.

Anschrift

Schokoladenmuseum GmbH Rheinauhafen 1a 50678 Köln

Homepage: www.schokoladenmuseum.de

Schön dicht halten!

Moderne Kunststofffenster geben Häusern ein ganz individuelles Gesicht und verbessern die Energiebilanz.

Im Grunde gesehen sind Fenster die Augen des Hauses. Sie sollten den Bewohnern einen guten Blick nach draußen verschaffen, zuverlässig vor der Witterung schützen, aber auch Licht und Luft in die Räume bringen. Die Zeiten, da man einen schönen Ausblick und lichtdurchflutete Räume mit hohen Heizkosten bezahlen musste, sind Vergangenheit. Kunststofffenster haben eine erstaunliche Entwicklung hinter sich: Im Vergleich zu den bis in die 70er Jahre üblichen einfach verglasten Modellen hat sich der Energieverlust durch moderne Wärmeschutzgläser auf ein Viertel bis ein Zehntel reduziert. Da darf die Verglasung ruhig großzügiger ausfallen – und die Energiebilanz stimmt trotzdem.

Wie gut eine Fensterscheibe isoliert, erkennt man an ihrem U-Wert, der den Wärmeverlust in Watt pro m² Glasfläche angibt: Je niedriger dieser Wert desto besser. Heutige Zweifachgläser erreichen U-Werte zwischen1,2 und 1,1 W/m²K – dank einer dämmenden Edelgasfüllung im Zwischenraum und

einer hauchdünnen Metallbeschichtung auf der Innenseite, die Wärmestrahlen zurück in den Raum reflektiert. Zum Vergleich: Die ersten Isoliergläser, die vor 30 Jahren eingesetzt wurden, hatten noch einen U-Wert von 3,0 W/m²K. Mit Dreifachgläsern plus Gasfüllung und Beschichtung sind sogar U-Werte von 0,8 bis 0,5 W/m²K möglich, die Fenster isolieren damit besser als viele Altbauwände.

Ein Berechnungsbeispiel macht die Energieeinsparung deutlich:

Pro 0,1 W/m²K Verbesserung werden im Jahr 1,2 Liter Öl pro m² Glasfläche eingespart.

Dies ergibt bei einer Verbesserung von 3,0 W/m²K auf 1,1 W/m²K und durchschnittlich 25 m² Glasfläche eine Einsparung von 570 Liter Heizöl.



grenzenlos.zuhause – neue Impulse beim Wohnen im Alter



Unter diesem Motto entwickelt der Nürnberger Architekt Kai Halbig neue Modelle für den wachsenden Bedarf an altengerechten Wohnformen. Was genau sich dahinter verbirgt, hat Ruth Knittel im Interview für Sie herausgefunden.

ten entwickeln. Kernstück dabei ist der Ansatz, dass das Zuhause als vertraute Umgebung, als Ort der Geborgenheit bereits beim Neubezug alle Eventualitäten berücksichtigt, die später durch gesundheitliche Disposition bis hin zur Pflegebedürftigkeit auftreten können. Neben den Aspekten "schwellenfrei" und "rollstuhlgerecht" innerhalb und außerhalb der Wohnungen ist im Haus bereits ein pflegegerechtes Stationsbad sowie ein kleines Appartement vorgesehen, das im späteren Bedarfsfalle der dauerhaften Unterbringung einer Pflegekraft dient. Entscheidend ist dabei, dass die Größenordnung dieser

Häuser auf 18 bis 20 Wohnungen begrenzt ist, um keinesfalls einen "Heimcharakter" aufkommen zu lassen, sondern ein hohes Maß an Individualität und Privatheit zu garantieren.

Herr Halbig, wie kam es zu dem Titel "grenzenlos.zuhause", und was kann ich mir darunter konkret vorstellen?

Mir war es wichtig, anstelle der Begriffe "schwellenfrei" oder "barrierefrei" von vorneherein ein unbeschwertes Lebensgefühl im Sinne von "alles ist möglich" zu kreieren, so kam es zu dem Motto "gren-

zenlos.zuhause". Es handelt sich um ein Konzept zur Realisierung von Mehrfamilienwohnhäusern mittlerer Größe, das wir für Bauherrengemeinschaf-

"alles ist möglich"

Das klingt interessant, aber sind solche Pflegeeinrichtungen nicht sehr teuer?

Allein betrachtet stellt ein Pflegebad sicherlich eine größere Investition dar. Die Kosten werden jedoch auf acht bis maximal 20 Eigentümer verteilt und im Zuge der Gesamtbaumaßnahme gleich mit ausgeführt. Das ist deutlich günstiger als jede spätere Nachrüstung. Angesichts der Entwicklung unseres Gesundheitssystems gewinnt die private Vorsorge für das Leben im Alter immer mehr an Bedeutung und zeichnet sich bereits als Bewußtseinswandel ab. So waren wir beispielsweise bereits für Kunden im Alter von unter 30 Jahren tätig, die von sich aus Themen wie schwellenfreie Zugänge und bodengleiche Duschbereiche ansprechen.

Was würden Sie unseren Lesern empfehlen, wenn sie sich für so ein Wohnkonzept interessieren?

Ich empfehle zunächst eine ehrliche Bestandsaufnahme zu machen: "Wie will ich im Alter leben? Was



Bleichstraße 19 90429 Nürnberg Tel 0911·80 18 246

Neubau · Umbau · Sanierung · Modernisierung

Entwurf · Planung · Bauleitung · Gutachten SiGe-Koordination · Brandschutznachweise

www.halbig-architektur.de

ist mir wichtig, was weniger?" Im nächsten Schritt stehe ich gern für ein Erstgespräch zu Verfügung, um die grundsätzliche Machbarkeit der Wünsche zu prüfen. Sobald genügend Interessenten mit ähnlichem Anforderungsprofil zusammen sind, geht es dann in die ersten Planungsschritte. Ganz besonders wichtig ist auch, dass die zukünftigen Nachbarn und Miteigentümer sich kennenlernen, bevor der Startschuss fällt, denn schließlich will man ja eine lange Zeit in angenehmer Umgebung verbrin-

gen. Neben allen Aspekten der Energieeinsparung, der Ökonomie und Ökologie, deren Berücksichtigung für mich als Architekt selbstverständlich ist, halte ich den zwischenmenschlichen Faktor für den wichtigsten, wenn es um Lebensqualität geht.

Das ist ein schöner Ausblick. Ich kann das sehr gut nachempfinden, denn auch für mich hat Geborgenheit sehr viel mit Herzenswärme zu tun. Ich danke Ihnen für das interessante Gespräch.

Energie sparen – Umwelt schonen

Gravierende Klimaveränderungen und knapper werdende fossile Energieressourcen zwingen die Politik, die Wirtschaft und die Verbraucher zum Umdenken.

Etwa ein Drittel des deutschen Primärenergieverbrauchs entfällt auf die Heizung und Warmwasserbereitung. Die höchsten CO² - Minderungs- und Energieeinsparpotentiale liegen im Wärmemarkt. 30 – 50 Prozent des Verbrauchs in Gebäuden können mit heutiger marktverfügbarer Technik eingespart werden. Eine echte Alternative bieten Wärmepumpen und Solaranlagen. Sie sind ideal für den Einsatz in Neu- und Altbauten. Einfache Installation

der Anlagen ohne Erdarbeiten, leise im Betrieb, geringe Investitionskosten und gute Leistungszahlen. Sie schaffen zusätzlichen Platz im Heizungskeller, da die Lagertanks entfallen und es riecht nicht mehr nach Öl.

Mit einer Wärmepumpenheizung lassen sich die Heizenergiekosten etwa halbieren. Das ist möglich, weil Sie mit gespeicherter Sonnenenergie in Erde,

Wasser und Luft heizen. Das macht Sie unabhängig von Energiepreissteigerungen, da etwa dreiviertel der Energiekosten kostenlos zur Verfügung stehen. Nur etwa 25 Prozent müssen über das Stromnetz "eingekauft" werden. Es ist möglich einen vorhandenen Gasoder Ölkessel durch diese Umweltheizung zu ersetzen. Häufig kann das vor-Wärmeverteilhandene system unverändert weiter genutzt werden. Insbesondere dann, wenn der Wär-



mebedarf des Gebäudes im Lauf der Jahre durch nachträgliche Wärmedämm-Maßnahmen reduziert wurde. Neben dem Heizbetrieb übernehmen Wärmepumpen auch problemlos die Warmwasserbereitung. Luft-/Wasser-Wärmepumpen können sowohl im Hausinneren als auch im Freien aufgestellt werden. Mit der richtigen Pumpe lässt sich der Stromverbrauch im Haushalt erheblich senken.



Vom Altbau zum energiesparenden Eigenheim

Kräftig Kosten sparen, den Wohnkomfort steigern und den Wert der Immobilie erhöhen - das schafft eine energetische Sanierung.

Seit 1. Oktober 2007 gilt die neue Energieeinsparverordnung (EnEV). Ab dem 1. Juli 2008 wird der Energieausweis verpflichtend. Für Hausbesitzer, die ihr Eigentum verkaufen oder vermieten wollen wird es nun ernst mit dem bundesweit einheitlichen Energieausweis. Er ist so etwas wie ein Personalausweis fürs Haus, der in einer für Laien verständlichen Weise ausdrückt, ob ein Haus viel oder wenig Energie verschlingt. So gibt es zum Beispiel den Energietacho von 0 bis 550. Null liegt im absolut grünen Bereich, 550 im absolut roten. Mit Hilfe des Energieausweises bekommen Verbraucher ein Entscheidungskriterium bei Anmietung oder Kauf einer Wohnung an die Hand; Eigentümer erhalten individuelle Modernisierungsempfehlungen.

Hauseigentümer, deren Wohngebäude bis Ende 1965 erbaut wurden, müssen Mietern oder Kaufinteressenten am dem 1. Juli 2008 einen Energieausweis vorlegen. Ein halbes Jahr später – ab dem 1. Januar 2009 – gilt dies für alle Wohngebäude. Eine gute Gelegenheit sich den Energieverbrauch genauer anzusehen und für die Zukunft entscheidende Weichen für die Wohnqualität zu stellen z.B. gleichzeitig auf Barrierefreiheit zu achten.

Technisch ist es heute problemlos möglich, den Energieverbrauch eines durchschnittlichen Wohnhauses durch eine geschickte Sanierung um etwa 85 Prozent zu senken. Gerade im Hinblick auf die zurückgehenden Ressourcen im Bereich der fossilien Brennstoffe und der Preissteigerungen bei Öl, Gas und Strom ein echter Kostensenkungsfaktor! Da dies auch kein Zwischenspiel sein dürfte – was sich auch durch die höchst volatilen Währungsschwankungen zeigt – , ist es sinnvoll die Prüfung alternativer Energie- und Heizformen mit einzubeziehen.

Die sieben Schritte zum Zukunftshaus

1. Energieberater einschalten

Jede Modernisierung beginnt mit der Analyse des Gebäudes. Bauteile wie Außenwände, die Fenster oder die Heizung, werden begutachtet,bewertet und anhand einer Wirtschaftlichkeitsprüfung eine konkrete Empfehlung gegeben.

2. Finanzierung und Förderung planen

Neben Angeboten der KfW Förderbank und dem Bundesamt für Wirtschaft und Ausfuhrkontrolle (BAFA) gibt es einige regionale Förderprogramme.

3. Sanierungsmaßnahmen festlegen und Fachleute einbeziehen

Bei umfangreichen Sanierungen ist die Planung durch einen Architekten sinnvoll. Insbesondere bei schrittweiser Sanierung. Referenzen zeigen die Kompetenz des Fachmanns.

4. Angebote einholen und Kompetenz prüfen

Holen Sie mindestens drei Angebote von Handwerksbetrieben ein. Lassen Sie die Maßnahmen detailliert beschreiben, nur so können Sie die Qualität beurteilen und dementsprechend eine Entscheidung treffen.

5. Bauverträge abschließen und Ausführung verfolgen

Haben Sie sich entschieden, dann fixieren Sie die Leistungen und den Zeitplan mit einem Bauvertrag. Hierin sollten Abnahmetermine, Zahlungsfristen und Mängelansprüche festgehalten werden – ebenso die Fristen für bewilligte Förderungen.

6. Abnahme protokollieren und Technik erklären lassen

In einem Abnahmeprotokoll alles schriftlich festhalten. Wartungsverträge für die neuen Anlagen sind sinnvoll.

7. Energieverbrauch beobachten

Nur wer kontinuierlich beobachtet erkennt auch noch weitere mögliche Einsparpotentiale.

ENERGIEAUSWEIS für Wohngebäude gemäß den §§ 16 ff. Energieeinsparverordnung (EnEV) Berechneter Energiebedarf des Gebäudes Energiebedarf Endenergiebedarf CO₂-Emissionen 1) kg/(m²-a) kWh/(m²-a) kWh/(m²-a) Primärenergiebedarf ("Gesamtenergieeffizienz")

Quelle:

Bundesministerium für Verkehr, Bau und Stadtentwicklung.



Es kommt nicht darauf an, wie alt man wird, sondern wie man alt wird!

Wir beraten Sie gerne über eine sinnvolle und altersgerechte
Umgestaltung der eigenen vier
Wände. Für mehr Lebensqualität!
Rena Göbel



Schenken Sie ihrer Gesundheit mehr Aufmerksamkeit

Die GesundheitsManager unterstützen Sie

Älter werden – aktiv im Leben. Wer will das nicht? Gerade wenn wir älter werden, spielt uns jedoch die Gesundheit häufig Streiche. Ein tiefer Schnitt, ein Unfall, eine Operation, offene Beine, ein künstlicher Ausgang. Die Wunde schmerzt. Die Heilung ist oft langwierig. Häufig nehmen gerade ältere Menschen dies hin und verzichten so auf ein Stück Lebensqualität. Würde der Wundheilung, der eigenen Hautpflege und allgemeinen Hygiene mehr Aufmerksamkeit geschenkt, wäre der Alltag sehr viel angenehmer. Wir sprachen mit Helmut Fendler dem Eigentümer der Gesundheits-Manager GmbH und dem Geschäftsführer. Milton Reichert. Herr Fendler ist ein erfahrener, zertifizierter Wundmanager®. Die Firma ist ein herstellerunabhängiger, hochspezialisierter Dienstleister für Wund-, Pflege- und Hygiene-Management.

Herr Fendler stellen Sie uns die GesundheitsManager bitte vor.

Ich bin ausgebildeter Gesundheits- und Krankenpfleger. In dieser Tätigkeit hatte ich sehr viel mit Wunden zu tun. Häufig musste ich feststellen, dass die Patientenversorgung auf diesem medizinischen Gebiet nicht den modernen medizinischen Kenntnissen entsprach. Deshalb habe ich mich zum zertifizierten Wundmanager® ausbilden lassen und 2003 die GesundheitsManager GmbH gegründet.

Wir beschäftigen Experten, die examinierte Pflegefachkräfte mit Zusatzausbildung zum zertifizierten Wundmanager® oder Pflegefachkräfte mit Weiterbildung in der Wundheilung sind. Dazu gehören beispielsweise Wundbehandlung, Dekubitusprophylaxe, Inkontinenzversorgung und viele andere Bereiche.



Helmut Fendler (li.) und Geschäftsführer Milton Reichert (re.) vor den Photos der Mitarbeiter.

Herr Reichert wie können wir uns denn die Behandlung vorstellen?

Diese ist sehr umfangreich, da wir, in Zusammenarbeit mit dem behandelnden Arzt, individuell auf den Patienten eingehen. Ein typischer Behandlungsablauf beginnt mit einer Besprechung mit dem behandelnden Arzt, bevor wir mit dem Patienten Kontakt aufnehmen. Dabei macht sich die Fachkraft ein Bild von dem Patienten, von seiner Versorgungssituation und seiner chronischen, künstlichen oder sonstigen Wunde. Ohne ein besonderes Augenmerk auf die persönliche Situation des Betroffenen heilt nämlich keine Wunde dauerhaft ab. Wir analysieren dazu beispielsweise die Vorgeschichte der Krankheit, die Ernährung, die Mobilität und das soziale Umfeld des Patienten. Daraus dann wird eine Behandlungsempfehlung erarbeitet und gemeinsam mit dem behandelnden Arzt ein individuelles Wundmanagement festgelegt.

Herr Fendler müssen ihre Patienten denn dazu ihren Hausarzt wechseln?

Nein. Der Hausarzt oder auch das Pflegepersonal sind, wie bereits gesagt, bewährte Partner der Patienten. Wir verstehen uns da als hochkompetente Mittler, die Arzt und Pflegepersonal mit ihrem Fachwissen unterstützen und auch ein Stück weit entlasten wollen. Beispielsweise erarbeiten wir für Arzt,

Pflegepersonal und auch für den Patienten Dokumentationen zum Wundheilungsverlauf.

Herr Fendler ist die Behandlungsempfehlung für jeden Patienten gleich?

Nein, jeder Mensch ist ein Individuum und der Heilungsprozess wird von vielen Faktoren beeinflusst. Dies allein zeigt uns an, dass eine Behandlungsempfehlung immer auf den Einzelnen und dessen Wunde ausgerichtet werden muss. Da wir herstellerunabhängig sind, können wir auch für jeden einzelnen Patienten die optimalen Mittel zur Wundheilung einsetzen. Nur so können wir unseren Patienten höchste Qualität anbieten.

Herr Reichert, wie beschreiben Sie die von Herrn Fendler soeben genannte "höchste Qualität"?

Wir denken und handeln kundenorientiert. Wir organisieren die benötigten Mittel für Wundversorgung und entlasten unsere Kunden bei der Beschaffung. Im Weiteren spielen hier auch die Anleitung und Verwendung der Mittel eine Rolle, so dass Kunden, Angehörige und Pflegedienste gezielt den Heilungsprozess unterstützen können.

Herr Fendler wo arbeiten Sie und ihr Team in der Praxis?

Unsere Arbeit richtet sich nach den Erfordernissen unserer Kunden. Sehr häufig kommen wir zum Patienten nach Hause, in dessen gewohnte Umgebung; aber auch in Alten- und Pflegeheimen sind wir vor Ort.

Seit Jahresbeginn arbeiten wir an festen Anlaufstationen in Nürnberg, Fürth und Erlangen. In diesen Anlaufstationen können sich Betroffene und deren Angehörige informieren, beraten und fachgerecht versorgen lassen. Wichtig ist, dass wir Wert auf die Zusammenarbeit mit den niedergelassenen Ärzten legen, da wir keine ärztliche Versorgung gewähren. Wir sehen unser Handeln als Entlastung und Dienstleistung für behandelnde Ärzte und Pflegepersonal. Das bedeutet, der tägliche Praxis- und Arbeitsablauf unserer Partner wird durch unsere Versorgung der Wunden reibungsloser.

Herr Reichert, ist das ein hoher Personalaufwand den Sie betreiben?

Nein. Erst einmal ist es wichtig zu wissen, dass wir neben unserem eigenem Stammpersonal, mit freien Mitarbeitern und Franchisenehmern arbeiten. Diese müssen alle dieselben Qualifikationen durchlaufen. So gewährleisten wir unseren Kunden und Partnern eine ausgezeichnete Versorgung.

Herr Reichert wie gewinnen Sie Ihr Personal?

Nicht nur dass wir unser Stammpersonal selbst qualifizieren lassen, auch unseren freien Mitarbeitern und Franchisenehmern bieten wir eine Gründungsbasis für ihre Zukunft mit einer sehr gut konzipier-

ten Strategie zu sehr fairen Bedingungen.

Wie können Interessenten und Betroffene mit Ihnen in Verbindung treten?

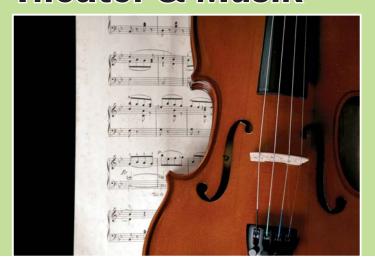
Interessenten für eine Zusammenarbeit und Betroffene können sich mit ihren Fragen direkt an unsere Beratungshotline, Tel. 0911-54-44-77-0 zur Klärung ihrer Fragen richten.

Herr Fendler und Herr Reichert, vielen Dank für diese wertvollen Informationen.

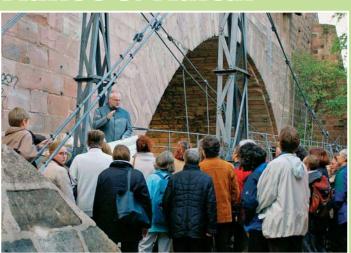
Manager

Frau Stefanie Willhof zertifizierte Wundmanagerin unterwegs für Sie.

Theater & Musik



Kunst & Kultur



Im Rahmen der von der Stadt Nürnberg veranstalteten Reihe unter dem Motto "die Region bewegt sich" fanden im April diverse Veranstaltungen mit dem Titel tanzen!08 statt. Vorgestellt wurden auch die Mitmachtänze für Alleintänzer der Gruppen unter Tanzleiterin (BVST) Ingrid Ullmann.

Für Mitmachtänze gibt es keine Altersbegrenzung. So gibt es in Nürnberg Tanzkreise für Tanzbegeisterte in verschiedenen Schwierigkeitsgraden – auch Oma und Enkel Kurse. Informationen erhalten Sie bei

Frau Ullmann unter der Telefonnummer 40 64 99.

01. Mai 2008 - 20:00 Uhr

Hugo Strasser Hot Five

15. New Orleans Music Festival Wendelstein

Auch der Swing ist ein Kulturgut des 20. Jahrhunderts und verdient es, lebendig zu bleiben. An der Spitze dieser Künstler, die den Swing am Leben halten, steht zweifellos HUGO STRASSER, der mit seiner Klarinette Musikgeschichte geschrieben hat. Waldhalle, Wendelstein-Großschwarzenlohe, Erlenstr. 30

Veranstalter:

Markt Wendelstein Tel: 09129 401103

Eintritt: 20 €

26. April 2008 – 21:00 Uhr Stadtführung: Noris Nocturne - Zur Geisterstunde in Nürnberg

Die gruselige Tour über Nürnbergs Altstadtbrücken zwischen Hauptmarkt, Henkersteg und Lorenzkirche

Treffpunkt: Hauptmarkt, Touristinformation Kosten: 6 €

27. April 2008 – 14:00 Uhr Führung: Rund um den Kirchenberg -Ein Streifzug durch Mögeldorf

Treffpunkt: Mögeldorfer Kirchenberg Veranstalter: Verein Geschichte f. Alle

21. Juni 2008 – 20:00 Uhr

"Die Geister der Johannisnacht"
Ein Märchenabend für Erwachsene

Bühne im Torhaus, Neustadt / Aisch, Untere Schlossgasse

Eintritt: 8 €

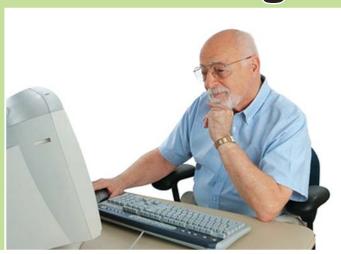
Veranstalter: Fränkischer Sagen- und

Märchenkreis

Fitness & Sport



Kurse & Vorträge



30. April 2008 – 19:15 Uhr Singlewanderung in der Walburgisnacht

Der Wanderweg führt an der Pegnitz entlang zu den Gutshöfen Unter- und Oberbürg und zur historischen Werkssiedlung Hammer . Über Malmsbach gelangen wir nach Schwaig zur gemütlichen Einkehr.

Bitte Laternen und Taschenlampen mitbringen. Wanderzeit ca. 2 Stunden. Rückfahrt von Schwaig jederzeit möglich.

Wanderführung: Gerhard Freyberger Treffpunkt: Endhaltestelle Linie 8. Erlenstegen

Samstag, 17. Mai 2008

Singlewanderung: "Über die Ehrenbürg zum Moritzbrunnen"

Wanderführung: Helmut Ros.

Der Rundwanderweg führt über die Hochfläche des Walberla (512 m) zur Moritzkapelle mit seinem Orakelbrunnen. In Leutenbach im Brauereigasthof Drummer ist Mittagsrast. Durch das Ehrenbachtal wandern wir zurück nach Kirchenehrenbach. Der Wanderweg ist ca. 13 km lang.

Treffpunkt 8.25 Uhr

Nürnberg Hauptbahnhof Osthalle.

Abfahrt 8.47 Uhr

Rückkehr in Nürnberg ca. 19 Uhr.

DB-Ticket 5 Pers. 27 Euro.

Nächster voraussichtlicher Wandertermin ist der 14.6.08

30. April 2008 - 15:15 Uhr bis 16:45 Uhr

"Der Pegnesische Blumenorden im Biedermeier"
- Bilder, Ausschnitte aus Dokumenten und Dichtungen aus den Jahren 1794 bis 1844 -

Referent: Dr. Werner Kügel, BZ Stadt Nürnberg, Zi. 3.11 Veranstalter: Altenakademie Am Gewerbemuseumsplatz 1

Tel. 0911/53 70 10

27. Mai 2008 – 16:30 Uhr bis 17:30 Uhr "Lernen und Älterwerden". Stärken und Potenziale aus der Sicht der Gerontopsychologie.

Was können Ältere wann besser als Jüngere? Referentin: Johanna Myllymäki-Neuhoff (Gerontologin) BZ Stadt Nürnberg, Zi. 3.12 Am Gewerbemuseumsplatz 1 Tel. 0911/53 70 10

05. Juni 2008 - 19:30 Uhr

Alte Liebe rostet nicht "Und ich hatte schon Angst, aus dem Alter sind wir raus…"

Intimität und Sexualität im Alter

Referent: Dr. Stefan Zettl, Uni.-Klinik Heidelberg

Ort: Haus Eckstein, Burgstr. 1-3 Eintritt: 10 € / ermäßigt 8 € Verantstalter: Pro Familia





NORWEGENS SCHONSTE SEESETEN

MIT DEM POSTSCHIFF ENTLANG DER NORWEGISCHEN FJORDKÜSTE!

Die Info-Veranstaltung für Interessierte an dieser Reise findet am 28. Mai 2008 um 15 Uhr

im Vereinsgasthaus des Post-SV,
 Ziegenstraße 110,
 90482 Nürnberg-Mögeldorf statt.

Sie erhalten exklusive Informationen und sehen beeindruckende Bilder dieser Lesereise, die der Repräsentant von Hurtigruten für Sie vorbereitet hat.

Anmeldung unter Tel.: 0911/23 98 58 00

04.07. – 15.07.2008 MS Kong Harald

Nürnberg – Oslo - Bergen (mit der Bergen Bahn) – Kirkenes – Trondheim – Nürnberg ab € **3029,-**

Reisebegleitung Herr Dr. Eckehard Schmidt

04.08. - 15.08.2008 MS Nord Norge

Nürnberg – Oslo - Bergen (mit der Bergen Bahn) – Kirkenes – Trondheim – Nürnberg ab € **3029,-**

Reisebegleitung Frau Margot Gruber

24.08. - 03.09.2008 MS Polarlys

Nürnberg – Bergen – Kirkenes –Trondheim – Nürnberg ab € **2763,-**

(Einzelkabinen ohne Zuschlag) Reisebegleitung Frau Margot Gruber

27.08. - 06.09.2008 MS Nord Norge

Nürnberg – Bergen – Kirkenes – Trondheim – Nürnberg ab € **2763,**-

(15% Seniorenermäßigung ab 60 Jahre)
Reisebegleitung Herr Peter Kolb

weitere Info, Beratung und Buchung (gerne auch telefonisch) bei Ihrem HURTIGRUTEN Spezialisten

REISESERVICE ERHARDT

Quellenstr. 9 in 90556 Wachendorf Tel. 09103 – 718309 o. 796170 reiseservice-erhardt@t-online.de www.reiseservice-erhardt.de



Nofallnummern

Polizei	110

Feuer, Rettungsdienst, Notarzt

112

Notarzt, Rettungsdienst, Krankentransport

19 222

Polizei (Röthenbach)	(09 11) 57 09 989
Polizei Lauf	(09123) 94 07 – 0
Freiwillige Feuerwehr Röthenbach	(09 11) 57 72 40

Medizinische Notfälle

Giftnotruf ProfErnst-Nathan-Str. 1, Nürnberg	3 98 – 24 51
Giftnotrufzentrale	(0 89) 19 240
Ärztlicher Akut-Dienst Für Privatpatienten, 24 h (bis. Mo. 8.00 Uhr)	(0 18 05) 304 505 1 92 92
Ärztlicher Bereitschafts-/Notfalldienst	(018 05) 19 12 12

Notfallpraxis Erlangen	(09	9131)	81	60	60
Notfallpraxis Fürth			74	96	00
Tiernotdienst (8.00-17.00 Uhr) (17.00-8.00 Uhr)	(01	60) 2			90 32
Zahnärztlicher Notdienst		58	88	83	55
Euromed Klinik 24-Stunden-Notfallambul	anz		97 ⁻	146	666

Soziale Notfälle

Allgem. Sozialdienst wochentags 8 – 16	Uhr 2 31 – 74 74
Ambulanter Krisendienst Nürnberg-Fürth	4 24 85 50
Anonyme Alkoholiker	45 45 46
Evangelische Diakonistation Rückersdorf	57 05 941
Frauen-Notruf Nürnberg	28 44 00
Sozialstation Röthenbach	57 53 80
Telefonseelsorge evangelisch	(08 00) 1 11 01 11
Telefonseelsorge katholisch	(08 00) 1 11 02
22Rettungs- und Hilfsdienste	
Bayerisches Rotes Kreuz	53 01 – 0
BRK-Ambulanzflugdienst	(089) 92 41 – 3 13
Hochwasserdienst	46 21 – 2 01
Katastrophenschutz	2 31 – 53 10
Rettungsleitstelle Nürnberg	9 68 91 – 20
Technisches Hilfswerk (THW) Nürnberg N	Nord 5 43 07 22
Technisches Hilfswerk (THW) Nürnberg S	Süd 47 10 33
Tiernot- und Rettungsdienst	80 73 90
Weißer Ring – Hilfe für Kriminalitätsopfer Außenstelle Fürth	7 66 87 97

Verbraucherhilfe

EC-Karten-Sperrmeldungen auch für Kreditkarten und Handyverlust	116 116
Entstörungsdienste Nbg Wasser Entstörungsdienste Nbg Gas	2 71 – 35 38 2 71 – 36 00
Fernsprech-Entstörungsstelle	(08 00) 330 20 00
Funkstörungen	(0 18 03) 23 23 23
Fundbüro	4 31 76 24

Auskünfte / Sonstiges

Taxi	1 94 10
Ansagedienst Bäderöffnungszeiten	89 07 00
Autobahndirektion Nordbayern	46 21 – 01
Bürgerinformationszentrum	2 31 – 55 55
Deutsche Bahn AG (gebührenfrei) gebührenpflichtig + Verkauf	(0800) 150 70 90 11 8 61
Flughafen Nürnberg	9 37 – 00
Telefonauskunft national / International	11 8- 33 / -34
VGN-Info-Service	27 07 50

Beratungsstellen für Senioren

35 05 – 1 23
2 31 – 23 34
43 10 40
231 – 65 55
34 38 88
2 31 – 34 22
2 31 – 66 57
2 31 – 55 55
2 31 – 65 02
2 05 83 – 0

Versorgung und Pflege

Essen auf Rädern apetito zuhaus	2 14 81 – 11
Essen auf Rädern ASB	9 49 79 – 13
Essen auf Rädern BRK	5 30 12 33
Hausnotrufdienste Malteser	9 68 91 – 16
Menüservice Johanniter Unfall-Hilfe	1 92 14

Behörden

Behindertenberater Sozialamt	2 31 – 32 33
Bestattungswesen, Erde	2 31 – 31 84
Bestattungswesen, Feuer	2 31 – 23 49
24 h (gewerblich)	22 17 77

Einwohneramt	2 31 – 32 51
Kraftfahrzeugzulassungsstelle	2 31 – 40 01
Krematorium	2 31 – 25 05
Lohnsteuerkartenstelle	2 31 – 28 47
Rentenversicherungsamt	2 31 – 29 25
Sozialamt	2 31 – 23 15
Versorgungsamt	9 28 – 0
Wohngeld	2 31 – 25 17

Gesundheitswesen Selbsthilfegruppen

Aphasie Gruppe Nürnberg, Fr. Rieger	22 35 13
Beratungsstelle Schädel-Hirn-Verletzung	2 87 39 74
Bluthochdruck – Hans Schwab	33 39 12
Diabetesberatung	3 98 – 24 64
Diabetiker Bund	2 34 98 76
Demenz – Angehörigenberatung	26 61 26
Deutsche Gesellschaft f. Ernährung	(0228) 3 77 66 00
Deutsche Gesellschaft f. Muskelkranke	3 93 94 95
Deutsche Zöliakie-Gesellschaft, Fr. Gahn	69 76 27
Geriatrie Förderverein	3 66 95 70
Gesundheitsamt	2 31 – 81 00
Kneipp-Verein Kneipp-Kurse und Seminare, Leubelfingstr. 117	61 83 99 71
Notgemeinschaft Medizingeschädigter	(09131) 970988
Osteoporose – Bundesselbsthilfever.	(0221) 319165
Pollenflugwarndienst	3 98 – 29 77
Praxisnetz NbgNord Praxisnetz NbgSüd	5 39 95 83 81 81 51 61 – 0
Begleit./Beratung in Krankheit u. Krisen (BinK)	24 40 39 97
Schlaganfall-Selbsthilfegruppe	26 61 97
Schwerhörigenseelsorge	53 00 – 90
Selbsthilfegruppen Regionalzentrum	2 34 94 49
Sprue, Frau Gottschalk	54 38 79
Tropenmedizinische Impfberatung	(09 31) 7 91 28 25



Bestattungen

Bestattung Rummel	83 17 87
GBG	20 62 00
Trauerbegleitung	(0180) 11 123 11

Altenclubs

Altenclub Arbeiterwohlfahrt	46 06 – 56
Altenclub der Gewerkschaften DGB	23 76 – 0
Altenclubs/Seniorentreffs	23 76 – 0
Altentagesstätte in Eibach/Röthenbach AWO	63 26 34
Altentagesstätte Lukas Eck	56 46 66
Altentagesstätte Maxfeld-Wöhrd AWO	55 60 70
Altentagesstätte Mögeld.Diakoniestation	995 41 50
Komm-Senioren	22 36 47
Kreuzgassentreff für Senioren BRK	2 44 76 53
Senioren-Bastelgruppe BRK	53 01 – 2 95
Seniorenbegegnungsstätte	35 05 – 123
Seniorenberatung AWO	45 06 – 0
Seniorengymnastik AWO (Jahnturnhalle)	45 82 91
Seniorengymnastik BRK	53 01 – 2 95
Seniorenkurse des Naturheilvereins Nürnberg 1886	61 95 73
Senioren-Tagesstätte beim BRK	53 01 – 0
Senioren-Tagesstätte Rangierbahnhof AWO	86 94 92
Seniorentreff Bleiweiß	2 31 – 82 24
Seniorentreff Heilig Geist	2 31 – 46 96
Seniorentreffs in Kulturläden	2 31 – 46 75
Seniorentreff i. Nachb.schaftshaus Gostenhof	26 75 05

Seniorenzentrum am Tiergärtnertor	35 05 – 1 23
Tagesbetreuung für Senioren	99 541 60
Tanzhaus Erlangen (ERSA)	(0700) 88226699
Tanzkreis-Mitmachtänze, Ingrid Ullmann	40 64 99

Krankenhäuser / Kliniken

-	
Institut f. Palliativmed., Prof. Dr. Wilhelm	3 98 – 72 13
Kliniken Dr. Erler GmbH	27 28 – 0
Kliniken Dr. Steger	94 03 – 0
Klinik Hallerwiese	33 40 – 01
Krankenhaus Martha-Maria	9 59 – 0
Krankenhäuser Nürnberger Land, Lauf	(09123) 1 80 – 0
Krankenhäuser Nürnberger Land, Altdorf	(09187) 8000
Kompetenzzentrum Ernährung und Diabetes, Altdorf	(09187) 800-217
Maximilians Augenklinik	91 99 4 – 0
Pflegeberatung, Sozialdienst am Klinikum	3 98 – 28 43
Sana Klinik Nürnberg GmbH	68 08 – 0
St. Theresien Krankenhaus GmbH	56 99 – 0
Klinikum Nürnberg Nord / Süd Besuchszeitenansage	3 98 – 0 3 98 – 28 88

Geriatrische Rehabilitation

(Alterserkrankungen)

Geriatrie Klinikum	3 98 – 24 34
Geriatrische Tagesklinik	3 98 – 34 20
Institut f. Biomedizin des Alterns	3 00 05 - 0
Krankenhaus Martha-Maria	9 59 – 10 04
Krankenhaus St. Theresien	56 99 – 252
Psychogeriatrische Beratungsstell	2 31 – 22 97

Alzheimererkrankungen

(Gedächtnissprechstunde)

Alzheimer- und Gedächtnisberatung	60 00 98 – 0
Klinikum Nürnberg-Nord, Dr. Lehfeld	3 98 – 39 43
Uniklinik Erlangen, Dr. Bleich Uniklinik Erlangen, Dr. Engel	(09131) 85 – 34597 (09131) 85 – 22519

Hospiz

Diakoniezentrum Nürnberg-Mögeldorf	9	95 41 -	- 70
Trauerbegleitung des Evangelischen Gemeindevereins Nürnberg Mögeldorf	e.V.	99 54 ⁻	1 70
Hospiz-Team Nürnberg e.V.		2 87 73	3 49
Hospizgruppe der Caritas, Lauf	(091 23)	9 62 68	3 18
Hospizverein Eckenta	(0912	6) 2979	880
Haus Xenia, Thumenberger Weg 96	(0911)	9 59 80	0 50

Zenger – erlesenes für Hunde und Katzen

Meine Vorliebe für Hunde und Katzen wurde zu meiner Berufung. Im Onlineshop www.zenger.biz finden Sie viele nützliche und vor allem schöne Accessoires die Ihrem Liebling und natürlich auch Ihnen viel Freude bereiten werden.

Ebenfalls ausgefallene Geschenkideen für einen besonderen Anlass für Ihren tierliebenden Freundeskreis.

Rufen Sie mich unter Tel.: 0911-504486 einfach an und wir besprechen persönlich woran Sie interessiert sind Ihre Barbara Zenger



Betreutes Wohnen

Albert-Schweitzer-Heim	9 19 67 11
Betr. Wohnen am Opernhaus, Sonnenhof 60+	53 01 – 243
Betr. Wohnen am Langwassersee	98 97 80 18
Betr. Wohnen Mögeldorf-Laufamholz, Rehofstr.	50 47 41 – 0
Betr. Wohnen Sonnenhof 60+	3 60 72 29
Betr. Wohnen Tafelhain	5 97 88 41
Betr. Wohnen Tafelhain Verkauf	24 42 45 – 0
Betr. Wohnen Tillypark	6 10 43 29
Seniorenwohnpark Neulichtenhof	530 98 08
Seniorenwohnen Martha-Maria	959 – 16 52
Hesperidenpark	530 98 08

Alten- / Pflegeheime

Alten- und Pflegeheim an den Pegnitzauen	9 33 61 – 0
Alten- und Pflegeheim Beim Rednitzgrund, Eibach	6 49 23 41
Alten- und Pflegeheim Martha-Maria	9 59 – 1650
Alten- und Pflegeheim, Nordring	3 50 33 –0

Alten- und Pflegeheim AWR,	0/404 0
Reichelsdorfer Hauptstr.	9 64 84 – 0
Altenpflegeheim, Lerchenbühlstraße	3 78 03 88
Altenwohn- und Pflegeheim Caritas-Pirckheimer	8 18 82 – 0
Altenheime Christl. Arbeitsgem. Sperberstraß	se 9 44 64 – 0
Altenheim Hensoltshöhe, Am Stadtpark	95 11 99 – 0
Altenheim Wohnstift Hallerwiese, Praterstraße	9 28 82 – 09
August-Meier-Heim, Regensburger Straße	94 08 79 – 0
Caritas-Heim St. Josef, Giesbertstraße	9 89 98 – 0
Caritas-Senioren- und Pflegeheim, Herbartstraße	9 64 49 14
Christian-Geyer-Heim, Gernotstraße	96 17 10
Käthe-Hirschmann-Heim, Langwasser	98 186 – 0
Karl-Heller-Stift	9 95 73 – 16
Kursana Hesperidenpark, Burgschmietstr.	32 25 54 – 0
Kurzzeitpflege Mögeldorf, Mathildenhaus	9 95 41 30
Michael-Bauer-Heim, Heimerichstraße	9 93 30 – 0
Pflegeheim BRK, Philip-Kittler-Straße	99 40 35 00
Pflegeheim Hersbruck-Artelshofen (09	151) 83 32 – 0
RKS Seniorenwohnen Mögeldorf	54 81 60
Seniorenresidenz am Schloß Stein	62 66 95 20
Seniorenwohnanlage Plattnersberg	9 55 11 – 713
Seniorenzentrum a.d. Radrunde	89 13 555
Seniorenzentrum "Gründlachpark" Heroldsberg	5 67 77 – 100
St. Josef, Caritas, Tauroggenstraße	9 64 49 18
St. Martin, Caritas, Grolandstraße	9 64 49 16
St. Michael	57 70 71
St. Willibald, Caritas, Klenzestraße	9 64 49 17
Vitanas Seniorenzentrum, Bärenschanzstr.	9 28 82 – 0

Immobilien

Gerhard Lehmeyer, RE/MAX- Lizenznehmer	58 05 46	- 13
WBG Nürnberg	0180-800)412
Seleco	230 4	5 12



Geld sparen!

Kaufen Sie im Internet bei mehr als 1.000 Partnern wie Schlecker, Conrad, plus, EDKEKA 24, BAUR, Quelle, Neckermann 24, Otto usw. und sparen jede Menge Geld dabei.

Mit ihrer Mehrwert-Kundenkarte erhalten Sie

5 % Tankbeleg-Rückvergütung



Heidi Hagelauer • Ringstrasse 34 D - 90596 Schwanstetten ☎+49 (0)9170 - 94 37 37

Mobil: +49 (0)177 - 80 68 917

Impressum

Chef-Redaktion und V.i.S.d.P.:

Ruth Knittel

ISSN 1864-7340

Herausgeber:

© 2007 Concept Verlag & Service, Ruth Knittel.

Kleestraße 21-23, 90461 Nürnberg

Tel: (0911) 23 98 58 00

Fax: (0911) 23 98 58 09,

E-Mail: rk@aelterwerden-online.de

Anzeigengestaltung & Satz:

hofmann medien

Emmericher Straße 10

90411 Nürnberg

Tel.: (0911) 52 03-360

Anzeigen Beratung & Verkauf:

E-Mail: vertrieb@aelterwerdenonline.de

Druck:



hofmann druck

Hofmann Druck Nürnberg GmbH & Co. KG Emmericher Straße 10, 90411 Nürnberg Telefon: 0911 / 52 03 - 0

Verteilung:

Kostenlos in jeden erreichbaren Haushalt des Verteilungsgebietes mit Schwergewicht auf Generation 50+.

Schwaig inkl. Behringersdorf (2770); N-Laufamholz (2620); N-Mögeldorf inkl. Schmausenbruck, Zabo, Norikus (8578); N-Erlenstegen inkl. Jobst, Steinplatte, Rennweg (8143); N-Langwasser (2158) + N-Altenfurt (2359)

Eine Haftung für unverlangt eingesandte Manuskripte und Fotos kann nicht übernommen werden. Bilder und Texte werden nur zurückgeschickt, wenn ausreichend Rückporto beigelegt ist. Mit Namen oder Kurzzeichen gekennzeichnete Artikel geben die Meinung des Verfassers wieder und müssen nicht mit der Meinung der Redaktion übereinstimmen. Reproduktion, Nachdruck oder Nachahmung der von uns gestalteten Anzeigen ist nur mit unserer schriftlichen Genehmigung gestattet. Für Irrtümer und Druckfehler kann keine Haftung übernommen werden.

Fotos von www. fotolia.de, Hurtigruten, Kai Halbig, GesundheitsManager, Stadt Nürnberg.



Service-Wohnen für Senioren am Wöhrder See



Neues, einzigartiges, integriertes Wohnkonzept für Senioren

- Hier entstehen 78 attraktive Seniorenwohnungen.
- Beste Versorgung in allen Pflegestufen durch den Evang. Gemeindeverein Nürnberg-Mögeldorf gGmbH.
- Flexibles Leistungsangebot.
- Hotelähnliches Flair.
- Kauf oder Miete möglich.





Leben im Grünen mit dem See vor der Tür

Projektentwicklung:



Serviceleister:



Beratung, Finanzierung und Verkauf:





1

(09 11) 230 - 45 12



Sonst venangert sien dieses am ein weiteres Jani.	
Rechnungsanschrift	Lieferanschrift bei Geschenk-Abonnement
Name/Vorname	Name/Vorname
Straße/Nr.	Straße/Nr.
PLZ/Ort	PLZ/Ort
Telefon	Telefon
E-Mail	E-Mail
□ Bankeinzug □ Rechnung □ Kreditkarte Bank	Datum/Unterschrift
Konto-Nr.	Bitte faxen Sie Ihre Bestellung an : 0911/23 98 5809
Bankleitzahl	oder senden Sie uns diese Seite postalisch zu: Concept Verlag & Service Ruth Knittel
Gültig bis	Kleestraße 21-23 90461 Nürnberg