NEWSLETTER

Selbsthilfegruppe Handicap e.V. | shghandicap.de

Ausgabe 1/2022

Nun ist es wieder soweit, ein altes Jahr vorbei, ein neues da!

Was gibt's zu berichten? Corona bedingt nicht viel – die Hoffnung, dass es besser wird, hat sich nur zeitweise bestätigt. Wir konnten ein paar Monate lang etwas normal leben, bis die Regierung den Fehler gemacht hat, Karneval stattfinden zu lassen, wo sich bei den Veranstaltungen im November viele angesteckt haben.

Nun, ich bin erleichtert, dass aus unseren Mitglieder-Reihen niemand dabei war und alle noch froh und munter unter uns weilen. Die Aussichten für das neue Jahr sind nicht besser als rückblickend das alte. Planungsunsicherheit weit und breit, nach der Deltavariante ist Omikron da und polarisiert weitere Teile der Bevölkerung was Impfen und nicht Impfen angeht, die Lage wird immer kritischer und wir mittendrin.

Die Hoffnung, das wieder bessere Zeiten kommen werden, ist noch nicht gestorben, allerdings müssen wir auch feststellen, dass die Regierungen ihre Fehler wiederholen und nur langsam dazu lernen, denn nach dem Ausbruch der Deltavariante hätte man das Einreisen aus England unterbinden sollen, wurde aber nicht getan … und nun die Omikron-Variante – auch hier keine Einreiseeinschränkung bzw. viel zu spät! Dass die regierende Politik nicht lernt, wie man weltweite Krisen lokal lösen kann, ist Fakt! So werden wir noch lange Zeit mit Corona leben müssen und somit auch mit dieser eingeschränkten Lebensweise! Und einige von uns werden auch aufgrund dieser Nachlässigkeit diese Welt verlassen – auch das ist Fakt!

Ich hoffe und bete für uns alle, dass wir das überstehen, aber die Nachlässigkeit der regierenden Politik macht mich sehr nachdenklich!

Ich wünsche euch allen ein gesundes und schönes neues Jahr, achtet auf euch und eure Lieben. Lasst euch auch dieses Jahr nicht durch unnötige Panik den Kopf verdrehen, Panik ist immer ein schlechter Wegbegleiter und schafft mehr Probleme als es sowieso schon gibt. Bleibt bitte gesund und das nicht nur körperlich, sondern auch geistig!

LG Stef

Inhalt

Aktuell 2

Rückblick 5

Erfahrungsbericht . . 6

Wissenswert 7

Urlaubserinnerungen . 8

Erlebnisbericht 10

Gut informiert 12

Geburtstagskinder . . 14

Impressum 14

Termine 15

Mitgliedsbeitrag

Liebe Mitglieder, ein neues Jahr ist da und der Mitgliedsbeitrag für 2022 ist fällig.

Somit bitten wir alle Bar-/Selbstzahler dies nachzuholen.

Bitte richtet einen Dauerauftrag bei eurer Bank ein, damit wir nicht immer bei jedem einzelnen bitten müssen.

Wer eine Einzugsermächtigung bewilligt hat, bei dem wird Anfangs März der Beitrag eingezogen.

Pflegeleistungen der Krankenkassen

Sofern durch häusliche Krankenpflege ein Krankenhausaufenthalt vermieden oder verkürzt werden kann oder wenn ein Krankenhausaufenthalt aus bestimmten Gründen nicht möglich ist, übernehmen die gesetzlichen Krankenkassen die Kosten je Krankheitsfall für einen Zeitraum von bis zu vier Wochen – in begründeten Ausnahmefällen auch länger. Die häusliche Krankenpflege umfasst in der Regel die Grund- und Behandlungspflege (zum Beispiel Verbandswechsel).

Häusliche Krankenpflege in Form von Behandlungspflege wird auch dann erbracht, wenn sie zur Sicherung des Ziels der ärztlichen Behandlung erforderlich ist. Die Krankenkasse kann zusätzlich zu leistende Grundpflege und hauswirtschaftliche Versorgung vorsehen und deren Umfang und Dauer bestimmen. Voraussetzung: Im Haushalt leben keine Personen, die die Pflege im erforderlichen Umfang übernehmen können.

Anspruch auf häusliche Krankenpflege

Anspruch auf häusliche Krankenpflege besteht zunächst im Haushalt der Versicherten. Der Haushaltsbegriff ist jedoch breiter: Häusliche Krankenpflege kann auch in Wohngemeinschaften oder neuen Wohnformen sowie an anderen geeigneten Orten wie Schulen, Kindergärten und bei erhöhtem Pflegebedarf ebenso in Werkstätten für Menschen mit Behinderungen erbracht werden. Kein Anspruch besteht für die Zeit des Aufenthalts in Einrichtungen, in denen nach gesetzlichen Bestimmungen Anspruch auf die Erbringung von Behandlungspflege durch die Einrichtungen besteht. Ausnahmsweise kann medizinische Behandlungspflege Versicherten in Pflegeheimen verordnet werden, die auf Dauer – voraussichtlich für mindestens sechs Monate – einen besonders hohen Bedarf an medizinischer Behandlungspflege haben. Dies trifft dann zu, wenn die ständige Anwesenheit einer geeigneten Pflegefachkraft erforderlich ist, weil behandlungspflegerische Maßnahmen in ihrer Intensität oder Häufigkeit unvorhersehbar am Tag und in der Nacht erfolgen müssen oder die Bedienung und Überwachung eines Beatmungsgerätes am Tag und in der Nacht erforderlich sind.

Anspruch pflegebedürftiger Menschen ohne Pflegeeinstufung oder mit Pflegegrad 1

Es gibt Fälle, in denen Menschen vorübergehend Pflege benötigen, ohne dass eine Pflegebedürftigkeit im Sinne der Pflegeversicherung vorliegt, zum Beispiel nach einer Operation oder aufgrund einer akuten schwerwiegenden Erkrankung. Bisher hatten Patientinnen und Patienten hierbei keinen Anspruch auf gesetzliche Leistungen. Diese Versorgungslücke hat das Krankenhausstrukturgesetz mit der sogenannten Anschlussversorgung nach Krankenhausaufenthalt geschlossen. Es wurde ein neuer Anspruch auf Kurzzeitpflege als Leistung der Krankenkassen eingeführt.

Seit dem 1. Januar 2016 haben Versicherte für einen Zeitraum von bis zu vier Wochen Anspruch auf Grundpflege und hauswirtschaftliche Versorgung im Rahmen der häuslichen Krankenpflege sowie auf eine Haushaltshilfe. Befinden sich Kinder im Haushalt, die bei Beginn der Leistung jünger als zwölf Jahre oder behindert und auf Hilfe angewiesen sind, kann die Haushaltshilfe auf bis zu 26 Wochen verlängert werden. Reichen diese Leistungen nicht aus, besteht ein Anspruch auf Aufnahme in eine Kurzzeit-Pflegeeinrichtung für bis zu acht Wochen je Kalenderjahr. Die Krankenkasse beteiligt sich an den Kosten für Pflege, Betreuung und Behandlungspflege bis zu einem Betrag von jährlich 1.612 Euro. Voraussetzung ist, dass keine Pflegebedürftigkeit mit Pflegegrad 2, 3, 4 oder 5 im Sinne des Elften Buches Sozialgesetzbuch (SGB XI) festgestellt ist.

Pflegeeinrichtungen und Krankenhausentlassung

Die Pflegeeinrichtungen müssen einbezogen werden, wenn Pflegebedürftige aus dem Krankenhaus entlassen werden. Dabei soll es eine enge Zusammenarbeit zwischen dem Krankenhaus und den Pflegeberaterinnen und Pflegeberatern geben.

Fahrkosten zu einer ambulanten Behandlung

Fahrten zu einer ambulanten Behandlung bedürfen grundsätzlich der vorherigen Genehmigung durch die Krankenkasse. Für Pflegebedürftige mit Pflegegrad 3, wenn sie dauerhaft in ihrer Mobilität eingeschränkt sind, und für alle Pflegebedürftigen mit Pflegegrad 4 oder 5 sowie für Menschen mit Behinderungen mit dem Kennzeichen „aG“ (außergewöhnliche Gehbehinderung), „Bl“ (blind) oder „H“ (hilflos) in ihrem Schwerbehindertenausweis werden Kosten für medizinisch notwendige Fahrten zu einer ambulanten Behandlung übernommen. Sie gelten mit der ärztlichen Verordnung als genehmigt.

Stand: 07. Oktober 2021

(Quelle: https://www.bundesgesundheitsministerium.de/themen/pflege/online-ratgeber-pflege/leistungen-der-pflegeversicherung/pflegeleistungen-der-krankenkassen.html)

Inklusion ist kein Schönwetter-Konzept

von Ottmar Miles-Paul

Berlin (kobinet) Der Beauftragter der Bundesregierung für die Belange von Menschen mit Behinderungen Jürgen Dusel sprach im ZB-Interview über Herausforderungen während der Corona Pandemie und machte deutlich, dass Inklusion nichts mit Fürsorge oder Caritas zu tun hat, sondern ein fundamentales Grundrecht ist. Inklusion sei kein Schönwetter-Konzept, machte Jürgen Dusel deutlich.

Auf die Frage: Kann man sagen, dass Menschen mit Behinderungen in vielen Belangen durch die Corona- Pandemie besonders betroffen sind? antworte Jürgen Dusel zum Beispiel: „In Deutschland gibt es circa 13 Millionen Menschen mit Beeinträchtigungen – knapp 8 Millionen davon sind schwerbehinderte Menschen. Diese Gruppen sind sehr heterogen. Aus diesem Grund ist die Betroffenheit durch die Corona-Pandemie nicht leicht zu beantworten. Was klar ist: Innerhalb der Gruppe der Schwerbehinderten gibt es Menschen, die sich bereits seit über einem Jahr isolieren müssen. Diese Menschen haben große Sorgen, sich zu infizieren und an COVID-19 zu sterben – kritisch ist für diese Gruppe jetzt der lange Verlauf der Pandemie."

Auf die Frage, welches derzeit die großen Themen sind und worauf in der Pandemie geachtet werden muss, antwortete Jürgen Dusel: „Wir stellen fest, dass sich bestehende Problemlagen in der Pandemie noch einmal verschärft haben. Das betrifft die Teilhabe am Arbeitsleben, die gesundheitliche Versorgung der Menschen mit Beeinträchtigungen und die Barrierefreiheit insgesamt. Aus diesem Grund ist es wichtig, dass wir bei allen neuen Gesetzen, die wir jetzt in der Pandemie auf den Weg bringen, darauf achten, dass sie inklusiv sind. Ob das jetzt ein Konjunkturprogramm, ein Krisenbewältigungsprogramm, die Unterstützung von Inklusionsunternehmen, oder die Informationsvermittlung per Gebärdensprache ist – alle Ideen und Programme sollten auch für Menschen mit Behinderungen zukunftsfähig sein. Das hat dann auch positive Auswirkungen auf die Zeit nach der Pandemie."

Die Inklusion an Schulen und in anderen Bereichen hat nach Ansicht des Behindertenbeauftragten der Bundesregierung, Jürgen Dusel, während der Corona-Krise gelitten. Deswegen sei es wichtig, dass staatliche Hilfen zur Überwindung der Krise auch für die Rechte von Menschen mit Behinderung eingesetzt würden. Darauf hat Jürgen Dusel einem ntv-Bericht zufolge gegenüber dem Redaktionsnetzwerk Deutschland (RND) hingewiesen.

„Wenn wir Geld in die Hand nehmen für die Infrastruktur, muss damit auch Barrierefreiheit stattfinden", Dringend notwendige Investitionen in die Renovierung von Städtichen und Staatlichen Gebäuden müssten immer an Barrierefreiheit gekoppelt sein. Der Beauftragte forderte zudem die Unternehmen auf, die Arbeitschancen von behinderten Menschen zu verbessern. Hilfen für die Wirtschaft in der Krise seien ein Akt der Solidarität. „Dann erwarte ich von den Unternehmern auch, dass sie Menschen mit Behinderungen einstellen, betonte Jürgen Dusel dem Bericht zufolge. Im Vergleich zu Beginn der Corona-Pandemie im März 2020 verzeichnet die Bundesagentur für Arbeit fast 17.000 mehr schwerbehinderte Arbeitslose.

| OTTMAR MILES-PAUL HTTPS://WP-TEST.KOBINET-NACHRICHTEN.ORG/

Anbieter sozialer Dienste fordern Existenzsicherung

von Ottmar Miles-Paul/Hartmut Smikac

DÜSSELDORF (kobinet) Ausgehend von der kürzlich beschlossenen Pflegereform fordert der neugewählter Landesvorsitzender des Bundesverband privater Anbieter sozialer Dienste (bpa) in Nordrhein-Westfalen aktive Unterstützung der Pflege durch Landesregierung und die Abgeordneten des Landesparlamentes.

Wenn die aktuelle Pflegereform nicht korrigiert wird, können sich Pflegebedürftige und ihre Familien in Nordrhein-Westfalen künftig nicht mehr auf eine sichere pflegerische Versorgung verlassen. Davor warnt der neugewählte Landesvorsitzende dieses Bundesverbandes Bernhard Rappenhöner.

„Mit den aktuellen Plänen für eine Pflegereform wird einseitig an einer Stellschraube gedreht, was das gesamte System instabil macht. Höhere Löhne für Pflegende sind gut und wichtig. Sie müssen jedoch refinanziert werden. Gleichzeitig gilt es, die Existenz der Pflegeeinrichtungen zu sichern und für die Entlastung der Pflegebedürftigen zu sorgen", fordert Rappenhöner.

Pflegedienste und Heime hätten größtes Interesse daran, ihre Teams noch besser zu bezahlen. „Wir können aber nur das ausgeben, was wir gegenüber den Kostenträgern abrechnen können." so der neue Landesvorsitzende.

Die Inklusion an Schulen und in anderen Bereichen hat nach Ansicht des Behindertenbeauftragten der Bundesregierung, Jürgen Dusel, während der Corona-Krise gelitten. Deswegen sei es wichtig, dass staatliche Hilfen zur Überwindung der Krise auch für die Rechte von Menschen mit Behinderung eingesetzt würden. Darauf hat Jürgen Dusel einem ntv-Bericht zufolge gegenüber dem Redaktionsnetzwerk Deutschland (RND) hingewiesen.

„Wenn wir Geld in die Hand nehmen für die Infrastruktur, muss damit auch Barrierefreiheit stattfinden", wird Jürgen Dusel im ntv-Coronavirus-Liveticker zitiert. Dringend notwendige Investitionen in die Renovierung von Schulen müssten immer an Barrierefreiheit gekoppelt sein. Der Beauftragte forderte zudem die Unternehmen auf, die Arbeitschancen von behinderten Menschen zu verbessern. Hilfen für die Wirtschaft in der Krise seien ein Akt der Solidarität. „Dann erwarte ich von den Unternehmern auch, dass sie Menschen mit Behinderungen einstellen, betonte Jürgen Dusel dem Bericht zufolge.

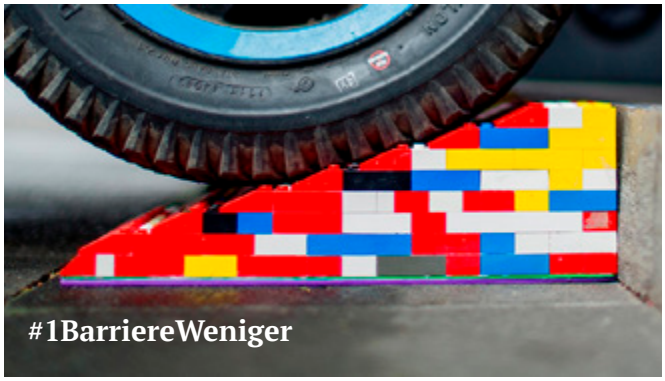
Im Vergleich zu Beginn der Corona-Pandemie im März 2020 verzeichnet die Bundesagentur für Arbeit fast 17.000 mehr schwerbehinderte Arbeitslose.

| OTTMAR MILES-PAUL HTTPS://WP-TEST.KOBINET-NACHRICHTEN.ORG/

Mach deine Nachbarschaft barrierefrei

von Ottmar Miles-Paul

Bonn (kobinet) „Die Stufe vor der Bäckerei nebenan, der nicht barrierefreie Web-Shop oder das Formular mit komplizierten Formulierungen: Wenn es um Teilhabe im Alltag geht, ist jede Barriere eine zu viel. Mit unserer neuen Förderaktion #1BarriereWeniger packen wir genau hier an: Aktionen für mehr Barrierefreiheit im öffentlichen Raum fördern wir mit einem Zuschuss von 5.000 Euro. Du willst dein Gewerbe oder deine Nachbarschaft barrierefrei machen? Dann informier dich jetzt!" So heißt es im neuesten Newsletter der Aktion Mensch über das Förderprogramm der Organisation zum Abbau von Barrieren



https://www.aktion-mensch.de/foerderung

| OTTMAR MILES-PAUL HTTPS://WP-TEST.KOBINET-NACHRICHTEN.ORG/

Gelungene Weihnachtsfeier am 16.12.21

Bei 37 Anmeldungen sind dann letztendlich 31 Mitglieder zu unserer Weihnachtsfeier erschienen und das war nicht nur für mich erfreulich!

Wir hatten gemeinsam einen wirklich schönen, stimmungsvollen Abend und, insbesondere da letztes Jahr keine Weihnachtfeier stattfinden konnte, war das eine wunderbar befreiende Erfahrung!

Rosita, die „Kölsche Nachtigall", hat für Unterhaltung und Stimmung gesorgt und das Weihnachtessen hat allen gut gemundet.

So bleibt nur zu sagen „schön war´s" verbunden mit der Hoffnung, dass wir bald wieder etwas für euch veranstalten dürfen und können.

Wie ist das Leben eigentlich im Heim?

von Susanne Klose

Viele Menschen meinen, im Heim ist es ganz furchtbar, hoffentlich muss ich nicht mal ins Heim! Ich kann nicht mehr kochen, kann nicht mehr einkaufen gehen und viele Dinge im Haushalt nicht mehr machen.

Man hat zwar meistens eine Putzhilfe, die 1x in der Woche kommt, aber ansonsten ist man mit allem allein und muss sehen, wie man klarkommt. Der Mensch wird älter und die tägliche Arbeit fällt immer schwerer, besonders wenn man gehbehindert, oder Rollstuhlfahrer ist.

Einen Heimplatz zu finden, ist sehr, sehr schwer. Die Plätze sind rar und sehr teuer. Aber irgendwann ist es so weit, ein Platz ist gefunden und der Umzug kann gemacht werden.

Im Heim wird mir alles gezeigt und der erste Eindruck ist sehr beeindruckend. Es gibt große und kleine Zimmer mit großem Bad, sowie mit Balkon oder Terrasse. Auf jeder Etage gibt es 1-2 Speiseräume und eine Küche. Morgens wird man von den Schwestern oder Pfleger geweckt und fertig gemacht. Man wird je nach Wunsch geduscht oder gewaschen und angekleidet. Man bekommt Hilfe in fast allen Lebenslagen. Das ist nicht immer einfach, denn viele Leute haben eine Körperbehinderung oder leiden an Demenz, da muss schon Rücksicht genommen werden.

Im Speiseraum sitzen wir mit 10 Personen an einem großen Tisch. Wir werden bedient und betreut, können auch im Zimmer essen. Das Essen ist mal gut, mal weniger gut, auch kann man Essenwünsche äußern. Mittags können wir uns auf dem Bett ausruhen. Im Bad und am Bett gibt es eine Klingel. Die Tabletten werden uns, morgens, mittags und abends gereicht.

Das Zimmer ist mit einer 3türigen Kleiderschrank, Anrichte, Nachttisch und 2 Sesseln möbliert. Man kann noch eigene Möbel hinstellen und auch umräumen. Jeden Tag findet ein Angebot statt: Singen, Basteln, Gespräche, Backen, Spielen, Kochen. Da ist für jeden was dabei. Will man am Abend ausgehen, so sagt man Bescheid und dann ab ins Nachtleben?!?

In der Nacht sind die Nachtschwerstern da und gucken nach den Bewohnern. Ich kann euch nur empfehlen: quält euch nicht mehr zu Hause rum, versucht es mal im Heim. Viel Glück bei der Suche und herzliche Grüße sendet euch Susanne.

Physiotherapie, Friseur, Fußpflege, Kamin und Lesezimmer sowie eine Cafeteria befindet sich im Haus. Ein großer Innenhof ist vorhanden. Angelegt mit guten Wegen, blühenden Blumen und Pflanzen! – Dort kann man gut spazieren gehen und sich auf den Bänken ausruhen.

Mit gegenseitigem Verständnis und gutem Willen geht es immer!

Anmerkung: Liebe Susanne, vielleicht kannst du mir einmal mitteilen, wie die Zeiten sind – zum Beispiel, wann wirst du morgens fertig gemacht, wann ist Bettzeit. Denke, das würde bestimmt auch interessieren. Ich finde es großartig, dass du uns ein wenig aus deiner Sicht einen Einblick in das Heim gewährt hast. LG Hanne

Wohnberatung im Rhein-Erft-Kreis

Das eigene Zuhause! Manchmal ist es zu eng, zu steil, zu dunkel, aber es ist mein Zuhause! Dafür nimmt man auch schon einmal Kompromisse in Kauf, die Stufen ohne Geländer, die fehlende Dusche oder das schmale Treppenhaus. Denn was unser Zuhause ausmacht, das ist mehr als eine Wohnung. Es ist das Gefühl des Vertrauten, der Menschen um einen herum, die Kenntnis der Örtlichkeit und Möglichkeit.

Ziel der Wohnberatung ist es, Menschen trotz altersbedingter Einschränkung, Behinderung oder Krankheit so zu beraten, dass sie nach Möglichkeit in der gewohnten Umgebung ihres Hauses oder ihrer Wohnung bleiben können. Dieses Ziel lässt sich nicht immer und auch nicht grundsätzlich verwirklichen, aber mit der Unterstützung vieler Institutionen, Vereine und ehrenamtlich tätigen Menschen kann es gelingen, diesem Wunsch zu entsprechen. In diesem Netzwerk soll die Wohnberatung ein Baustein sein.

Es braucht viel Erfahrung, um die Wünsche, Notwendigkeiten und Machbarkeiten der Ratsuchenden zu erkennen und umzusetzen. Oft sind es nicht die offensichtlichen Beeinträchtigungen der Ratsuchenden, die den Verbleib in den eigenen „4 Wänden“ in Frage stellen. Die eigene Einschränkung oder Behinderung ist bekannt und deshalb auch händelbar. Viel belastender ist manchmal das Zusammenleben mit dem Partner und der Familie. Damit Wohnen in den eigenen 4 Wänden gelingt, muss sich jeder Einzelne wiederfinden und das Gesamtbild muss stimmen. Dabei kann neben den persönlichen Bedürfnissen auch der Blick und die Einschätzung eines objektiven Dritten helfen, nämlich durch die Wohnberatung.

Seit April 2020 ist eine Wohnberatungsstelle für den Rhein-Erft-Kreis fest installiert und Frau Valeria Erlenkötter hat diese Aufgaben für den Rhein-Erft-Kreis übernommen.

Was macht die Wohnberatung?

Zusammen mit den Ratsuchenden und betroffenen Angehörigen werden Lösungsmöglichkeiten aufgezeigt und diskutiert. Dabei liegt die Entscheidung der Umsetzung immer bei den Ratsuchenden.

Für wen ist die Wohnberatung da?

Frau Erlenkötter berät alle Bürger*innen des Rhein-Erft-Kreises, unabhängig vom Alter, einer Behinderung oder Pflegebedürftigkeit. Für die Wohnberatung spielt es keine Rolle, ob es sich um ein Mietobjekt oder um Eigentum handelt, ob Sie selbst akut betroffen sind oder sich vorsorglich informieren möchten.

Wie erreiche ich die Wohnberatung?

Sie erreichen **Frau Erlenkötter**
telefonisch unter **02271/83-15098** oder
per E-Mail **pflege@rhein-erft-kreis.de**

Die Wohnberatung ist ein **kostenloses und unverbindliches Angebot** zur Unterstützung der Bürger*innen des Rhein-Erft-Kreises.

Urlaub in Griechenland im September 2021

Athen

Nachdem wir in Spanien die Stadt Murcia aufgesucht haben und dort die Barrierefreiheiten für mobilitätseingeschränkte Menschen im öffentlichen Umfeld begutachtet und bewundert haben, haben wir uns Griechenland angeschaut und einen Vergleich gemacht.

Wir haben Athen und Hania besucht und siehe da..., es wurde daran gearbeitet und es wurden Barrieren abgeschafft! Zwar ist noch viel zu tun, aber auch dort sieht man, dass das Thema Inklusion und Barrierefreiheit immer mehr an Bedeutung gewinnt und ernst genommen wird... aber bisher machen uns die Spanier tatsächlich in Deutschland aber auch in anderen Ländern vor, wie flächendeckende Barrierefreiheit aussieht, mein Chapeau!

Hania (Shoppingstr.)

ein schlechtes Beispiel für Barrierefreiheit

In Griechenland gibt's Städte wie Karditsa, Trikala und Kavala sowie Hania, die für Menschen mit Mobilitätseinschränkungen gut geeignet sind – da Griechenland aber auch ein bergreiches Land ist und somit nicht so viele Möglichkeiten aufweist, eine höchstmögliche Barrierefreiheit zu erlangen, ist jedem Kenner klar! Aber es gibt genauso wie hier auch dort Planer und Handwerker, die nicht wissen was sie tun. Ein Highlight unseres Besuches war die Akropolis in Athen, hier wurde endlich ein Aufzug installiert und zwischen den antiken Gebäuden Wege gebaut, so dass nun auch Menschen mit Mobilitäts-Einschränkungen das UNESCO Weltkulturerbe bestaunen können und dürfen! Und dies sogar kostenlos.

Die Reise ging dann mit der „barrierefreien" Fähre nach Hania auf Kreta weiter, auch dort wurde die Altstadt von Barrieren befreit und man kann dort einen schönen Urlaub verbringen. Neben den vielen Geschäften zum Shoppen gibt sehr viele gute Restaurants in den Gassen der Altstadt, die griechische/kretische Spezialitäten anbieten und natürlich den weltberühmten griechischen Wein und mittlerweile hervorragendes griechisches Bier.

Ein weiteres Highlight war der Strand von Elafonisi, ein wunderschöner Badestrand mit Liegen für mobilitätseingeschränkte Menschen und Buggys für die Beförderung ins Wasser und zurück. Die Bucht von Elafonisi ist sehr flach und so breit wie lang, dadurch ist das Wasser relativ warm und angenehm. Berühmt ist der Strand außerdem dadurch, dass der Sand rosa Farbpigmente erhält, die insbesondere dann gut sichtbar sind, wenn die Meereswellen auf den Strand treffen – ein wirklich einmaliges Naturschauspiel!

Strand von Elafonisi

Auf Kreta werden die Handwerkskünste wie Lederwaren und Schmuck aber auch die Töpfer- und Schmiedekunst seit der Antike praktiziert und bieten sehr schöne Produkte an. Tipp: handgemachte Messer sind auf Kreta traditionell von hoher Qualität und relativ preiswert! Es lohnt sich beim Messerschmied in der Stadt vorbei zu schauen.

Kreta wurde eine Zeitlang von Venedig regiert und so findet man dort Gebäude aus dieser Zeit wie z.B. Kirchen, Reste von Stadtmauern usw. In Hania gibt's sogar eine Katholische Gemeinde mit regelmäßigen Gottesdiensten. Hania/Kreta ist auf jeden Fall eine Reise wert! Neben dem angenehmen Klima und den hervorragenden kulinarischen Angeboten bietet die Insel sehr viel zum Bestaunen. Was Barrierefreiheit angeht, liegt man noch etwas zurück, aber die Veränderung und der Wille, es besser zu machen, ist wahrnehmbar. In Heraklion wird ein neuer Flughafen geplant und auch eine Autobahn, die alle 4 größeren Städte im Norden verbindet, ist bereits beschlossene Sache!

Kirche

Akropolis

Die Flut – das Wasser!

von Susanne Klose

Als ich Mitte August nach Erftstadt ins Krankenhaus kam, (in Bergheim war kein Zimmer frei) war ich wirklich schlimm dran. Ich lag 11 Tage isoliert und sollte am nächsten Tag auf die Normalstation verlegt werden – aber es kam anderes!

Morgens wurde laut durchgerufen: „Es gibt heute kein Frühstück, in der Küche unten steht das Wasser. Plötzlich wurde es dunkel und der Strom war weg! Jetzt war Geschrei auf dem Flur zu hören: „Alle Patienten, die sich noch bewegen können, bitte zum Notausgang kommen!“ Dann sah ich so viele Menschen an meiner offenen Tür vorbeiziehen – mit Rollatoren, im Rollstuhl und mit Krücken und viele Betten mit Patienten wurden vorbei geschoben. Plötzlich höre ich ein lautes Plätschern und eine mächtige Woge Wasser kam rechts neben mir in der Ecke ins Zimmer rein geschwemmt. Ich erschrak. Muss noch erklären, meine Beine und mein rechter Arm sind gelähmt, auch die Hand ist nicht mehr zu gebrauchen. Ich rief laut: Hilfe, Hilfe. Hallo, Hallo! Aber niemand hörte mich! Und wieder schwappte die nächste große Welle ins Zimmer und war schon unter dem Bett. Ich war total hilflos! Jetzt schlug auch noch meine Zimmertür zu und schon wieder kam eine Welle. Ich hatte Angst, richtige Angst und dachte, mein letztes Stündlein hat geschlagen. Ich dachte auch an meine Kinder, an Gott, auch an das Leben. Dann hatte ich nur noch Angst und dachte an gar nichts mehr, und ich rief und schrie!

Später öffnete sich meine Türe eine Handbreit und mein Arzt, Dr. Riberio, ein junger Portugiese, steckte seinen Kopf ins Zimmer und sagte: „Frau Klose, sie sind ja noch hier?! Ich hole sie hier raus! Alles ging rasend schnell. Er legte sein Stethoskop, das er um den Hals hatte, auf mein Bett, warf meinen kleinen Beutel und die Handtasche hinterher und schob mich so gut es ging durch die Tür zum Notausgang hin.

Ich konnte meinen Kopf ca. 4 cm anheben und blickte durch den Flur. Plötzlich kam das Wasser mit einer unheimlichen Gewalt und mit rasender Geschwindigkeit angeschossen und 2 Regale sah ich, die vom Wasser angehoben wurden, ca. 40 cm stand es ja schon im Flur. Ein junger Mann kam durch das Wasser gestampft und hat mitgeholfen, das Bett zu schieben bis auf eine große Terrasse. Da standen so viele Betten und Leute. Wohin jetzt mit all den Menschen? Aus dem schönen großen Park war ein riesiger See geworden. Jetzt legten die beiden Männer auch noch ihre Notrücksäcke auf mein Bett, denn sie mussten mich ja fest schieben, immer durch das ca. 30-40 tiefe Wasser. Mein rechter Arm und auch mein Bein, fielen dauernd runter. Das tat sehr weh und ich musste oft schreien. Dr. Riferio half. Eine Schwester schrie uns den Weg zu: „Also erstmal geradeaus und dann nicht erschrecken, es geht über eine kleine Brücke mit vielen kleinen Steinchen. Auch das geschafft, mein Arm fiel wieder runter. Ich sah nur die Wipfel und Kronen von den Bäumen und dann das viele Wasser, darin spiegelten sich die alten Bäume und Blätter wehten leise im Wind. Es war eine gespenstische Situation.

Dann kam der Ruf, wir sollen nach rechts gehen, dann wieder mehr nach links, irgendwo mussten wir doch durch, denn das Wasser wurde immer tiefer. Jetzt wieder gerade aus und irgendwann kamen wir in einen Ort und dies alles mit ca. 44 Betten. Ich sehe immer noch, wie die lange Schlange Betten durchs Wasser zieht. Jetzt kam auch schon die Bundeswehr mit Booten und der „Park See“ wurde abgesucht. Nun standen wir am Straßenrand, rechts eine Reihe Betten und links auch eine Reihe Betten. Einige Autos kamen und holten die Kranken ab und auch Leute die am Sauerstoff hingen wurden versorgt. Meine beiden Männer sagten Adieu und ich tausend Dank. Wie lange wir dort standen, weiß ich nicht. Wir hatten Glück, die Sonne schien, wir haben nicht gefroren.

Wir bekamen 2 Kekse und ein kleines Fläschchen Wasser. Mit den schwerbehinderten Patienten, die nicht umgelagert werden konnten, fuhr man nach langer Beratung zu Fuß weiter. Dr. Riberio war auch zeitweise wieder da, aber ein netter junger Mann, ein Ausländer, mit großer dunkler Hornbrille, schob mich die ganze lange Strecke, es ging Bergauf. Oben vom Berg kam ein junger Mann, der spontan helfen wollte. Ja, er hat tüchtig mit angepackt wo Hilfe nötig war. Die Hilfsbereitschaft war enorm groß, ich lasse nichts auf unsere heutige Jugend kommen!

Sie schoben mich und viele andere durch eine schöne Allee, dann über eine Kreuzung mit Ampeln auf die andere Seite und noch durch 2 Straßen. Der Weg war weit und beschwerlich. Wir kamen zu einer Schule, da waren viele Menschen drin. Also mussten wir in den sogenannten Vorführraum. Viele Stufen führten zu dem Eingang hinauf, ca. 1 m gerade, dann 1 Stufe, dann wieder 1 Stufe und dann wieder 1 m gerade. Irgendwann waren wir oben. Endlich hörten wir das Geräusch von den Hubschraubern nicht mehr. Die ganze Zeit

waren die über uns geflogen, es war unwahrscheinlich laut. Die Halle war mit ca. 150 Leuten voll, ich stand mit meinem Bett in der 1. Reihe. Vor mir die große Kinoleinwand und über mir die großen Scheinwerfer.

Wir bekamen noch 1 Tütchen Saft und 5 Salzstangen. Betreut wurden wir von vielen Ärzten. Ein Herzspezialist, ein Neurologe, ein Rettungsarzt und Dr. Riberio (Internist), der sich als erster zu diesem Einsatz gemeldet hatte. Viele Schwestern und Helfer boten ihre Hilfe an und haben ein großes Dankeschön verdient. Fast alle standen da mit hochgekrempelten Hosen, nassen Socken, nassen Schuhe. Manche liefen auch Barfuß da oben rum. Sie alle waren durchs knietiefe Wasser gewatet.

Ich stand mit meinen 3 Kinder per Handy in regem Kontakt und erzählte ihnen alles ganz genau. Doch plötzlich war der Strom weg, es war kein Empfang mehr möglich. Jetzt höre ich, es soll ein Camp für die Nacht gebaut werden. Zum Glück war das nicht mehr machbar, das Wasser kam zu schnell, wir waren schon fast vom Wasser umgeben. Denn bis auf eine einzige Straße, die noch befahrbar war, kam man nirgendwo mehr hin.

Das rote Kreuz, das grüne Kreuz, die Bundeswehr, Polizei, Autos, Traktoren, Feuerwehr, das THW… alles war da und voll im Einsatz. Alle, wirklich alle, haben ein großes Lob verdient! Nach vielen Stunden kamen wir aus dem Raum raus und wurden unten auf der Straße verteilt. Die Krankenhäuser in Frechen und Bergheim waren voll, bis Grevenbroich fuhr niemand. Also kamen viele nach Bedburg, die konnten einige aufnehmen. Jetzt wurde ich am späten Abend noch 1 1/2 Stunden untersucht und war dann fix und fertig. Mich hatten 3 Männer aus Hanau den weiten Weg gefahren, die haben einen großen Dank verdient. Endlich gegen 22.00 Uhr kam ich auf Station, wurde in ein dunkles Zimmer geschoben. Keine Schelle, nichts zu trinken, alles dunkel und keine Menschenseele zum Sprechen. Rufen half nichts!

Ich selbst lag ja mittlerweile in ca. 4 cm hohem Wasser im Bett. Ich kann mich ja weder nach rechts noch nach links drehen. Meine Hände und Finger haben sich noch tagelang geschält. Das Bettzeug war fast triefend nass, aber Niemand kam nach mir gucken, man hatte mich vergessen!

Ich kam am nächsten Morgen in ein anderes Zimmer zu 3 Demenzkranken Damen, die den ganzen Tag nur wirres Zeug erzählten. Ich wurde endlich versorgt, gefüttert, gecremt und gesalbt. Mir war jetzt alles egal, ich war fertig mit der Welt und wollte nur noch schlafen, schlafen, schlafen.

Heute will ich noch ein bisschen Leben, denn ich bin 85 Jahre alt. Noch oft denke ich an die Evakuierung zurück.

Alles Gute und viel Gesundheit wünscht euch Susanne.

Anmerkung: Liebe Susanne, es war traurig zu lesen, wie du diese schlimme Zeit überstanden hast. Ich kann dich verstehen wie verzweifelt du gewesen sein musstest. Das Gefühl alleine zu sein und auch dass die Gedanken immer wieder kommen. Ich wünsche dir, dass die negativen Gefühle mit der Zeit verblassen. Von Herzen alles Liebe … Hanne

§ 33 Hilfsmittel – Anspruch auf Versorgung

Versicherte haben Anspruch auf Versorgung mit Hörhilfen, Körperersatzstücken, orthopädischen und anderen Hilfsmitteln, die im Einzelfall erforderlich sind, um den Erfolg der Krankenbehandlung zu sichern, einer drohenden Behinderung vorzubeugen oder eine Behinderung auszugleichen, soweit die Hilfsmittel nicht als allgemeine Gebrauchsgegenstände des täglichen Lebens anzusehen oder nach § 34 Abs. 4 ausgeschlossen sind.

Die Hilfsmittel müssen mindestens die im Hilfsmittelverzeichnis nach § 139 Absatz 2 festgelegten Anforderungen an die Qualität der Versorgung und der Produkte erfüllen, soweit sie im Hilfsmittelverzeichnis nach § 139 Absatz 1 gelistet oder von den dort genannten Produktgruppen erfasst sind.

Der Anspruch auf Versorgung mit Hilfsmitteln zum Behinderungsausgleich hängt bei stationärer Pflege nicht davon ab, in welchem Umfang eine Teilhabe am Leben der Gemeinschaft noch möglich ist; die Pflicht der stationären Pflegeeinrichtungen zur Vorhaltung von Hilfsmitteln und Pflegehilfsmitteln, die für den üblichen Pflegebetrieb jeweils notwendig sind, bleibt hiervon unberührt.

Für nicht durch Satz 1 ausgeschlossene Hilfsmittel bleibt § 92 Abs. 1 unberührt.

Der Anspruch umfasst auch zusätzlich zur Bereitstellung des Hilfsmittels zu erbringende, notwendige Leistungen wie die notwendige Änderung, Instandsetzung und Ersatzbeschaffung von Hilfsmitteln, die Ausbildung in ihrem Gebrauch und, soweit zum Schutz der Versicherten vor unvertretbaren gesundheitlichen Risiken erforderlich, die nach dem Stand der Technik zur Erhaltung der Funktionsfähigkeit und der technischen Sicherheit notwendigen Wartungen und technischen Kontrollen. 6Ein Anspruch besteht auch auf solche Hilfsmittel, die eine dritte Person durch einen Sicherheitsmechanismus vor Nadelstichverletzungen schützen, wenn der Versicherte selbst nicht zur Anwendung des Hilfsmittels in der Lage ist und es hierfür einer Tätigkeit der dritten Person bedarf, bei der durch mögliche Stichverletzungen eine Infektionsgefahr besteht oder angenommen werden kann. 7Zu diesen Tätigkeiten gehören insbesondere Blutentnahmen und Injektionen. 8Der Gemeinsame Bundesausschuss bestimmt in seiner Richtlinie nach § 92 Absatz 1 Satz 2 Nummer 6 bis zum 31. Januar 2020 die Tätigkeiten, bei denen eine erhöhte Infektionsgefährdung angenommen werden kann. 9Wählen Versicherte Hilfsmittel oder zusätzliche Leistungen, die über das Maß des Notwendigen hinausgehen, haben sie die Mehrkosten und dadurch bedingte höhere Folgekosten selbst zu tragen. § 18 Absatz 6a des Elften Buches ist zu beachten.

Versicherte haben bis zur Vollendung des 18. Lebensjahres Anspruch auf Versorgung mit Sehhilfen entsprechend den Voraussetzungen nach Absatz 1. 2Für Versicherte, die das 18. Lebensjahr vollendet haben, besteht der Anspruch auf Sehhilfen, wenn sie…

1. nach ICD 10-GM 2017 auf Grund ihrer Sehbeeinträchtigung oder Blindheit bei bestmöglicher Brillenkorrektur auf beiden Augen eine schwere Sehbeeinträchtigung mindestens der Stufe 1 oder…

2. einen verordneten Fern-Korrekturausgleich für einen Refraktionsfehler von mehr als 6 Dioptrien bei Myopie oder Hyperopie oder mehr als 4 Dioptrien bei Astigmatismus aufweisen; Anspruch auf therapeutische Sehhilfen besteht, wenn diese der Behandlung von Augenverletzungen oder Augenerkrankungen dienen. 3Der Gemeinsame Bundesausschuss bestimmt in Richtlinien nach § 92, bei welchen Indikationen therapeutische Sehhilfen verordnet werden. Der Anspruch auf Versorgung mit Sehhilfen umfasst nicht die Kosten des Brillengestells.

3. Anspruch auf Versorgung mit Kontaktlinsen besteht für anspruchsberechtigte Versicherte nach Absatz 2 nur in medizinisch zwingend erforderlichen Ausnahmefällen. 2Der Gemeinsame Bundesausschuss bestimmt in den Richtlinien nach § 92, bei welchen Indikationen Kontaktlinsen verordnet werden. 3Wählen Versicherte statt einer erforderlichen Brille Kontaktlinsen und liegen die Voraussetzungen des Satzes 1 nicht vor, zahlt die Krankenkasse als Zuschuss zu den Kosten von Kontaktlinsen höchstens den Betrag, den sie für eine erforderliche Brille aufzuwenden hätte. 4Die Kosten für Pflegemittel werden nicht übernommen.

4. Ein erneuter Anspruch auf Versorgung mit Sehhilfen nach Absatz 2 besteht für Versicherte, die das vierzehnte Lebensjahr vollendet haben, nur bei einer Änderung der Sehfähigkeit um mindestens 0,5 Dioptrien; für medizinisch zwingend erforderliche Fälle kann der Gemeinsame Bundesausschuss in den Richtlinien nach § 92 Ausnahmen zulassen.

5. Die Krankenkasse kann den Versicherten die erforderlichen Hilfsmittel auch leihweise überlassen. 2Sie kann die Bewilligung von Hilfsmitteln davon abhängig machen, dass die Versicherten sich das Hilfsmittel anpassen oder sich in seinem Gebrauch ausbilden lassen.

   Eine vertragsärztliche Verordnung ist für die Beantragung von Leistungen nach den Absätzen 1 bis 4 nur erforderlich, soweit eine erstmalige oder erneute ärztliche Diagnose oder Therapieentscheidung medizinisch geboten ist. 2Abweichend von Satz 1 können die Krankenkassen eine vertragsärztliche Verordnung als Voraussetzung für die Kostenübernahme verlangen, soweit sie auf die Genehmigung der beantragten Hilfsmittelversorgung verzichtet haben. 3§ 18 Absatz 6a und § 40 Absatz 6 des Elften Buches sind zu beachten.

   Sofern die Krankenkassen nicht auf die Genehmigung der beantragten Hilfsmittelversorgung verzichten, haben sie den Antrag auf Bewilligung eines Hilfsmittels mit eigenem weisungsgebundenem Personal zu prüfen. 2Sie können in geeigneten Fällen durch den Medizinischen Dienst vor Bewilligung eines Hilfsmittels nach § 275 Absatz 3 Nummer 1 prüfen lassen, ob das Hilfsmittel erforderlich ist. 3Eine Beauftragung Dritter ist nicht zulässig.

6. Die Versicherten können alle Leistungserbringer in Anspruch nehmen, die Vertragspartner ihrer Krankenkasse sind. 2Vertragsärzte oder Krankenkassen dürfen, soweit gesetzlich nicht etwas anderes bestimmt ist oder aus medizinischen Gründen im Einzelfall eine Empfehlung geboten ist, weder Verordnungen bestimmten Leistungserbringern zuweisen, noch die Versicherten dahingehend beeinflussen, Verordnungen bei einem bestimmten Leistungserbringer einzulösen. 3Die Sätze 1 und 2 gelten auch bei der Einlösung von elektronischen Verordnungen.

7. Die Krankenkasse übernimmt die jeweils vertraglich vereinbarten Preise.

8. Versicherte, die das 18. Lebensjahr vollendet haben, leisten zu jedem zu Lasten der gesetzlichen Krankenversicherung abgegebenen Hilfsmittel als Zuzahlung den sich nach § 61 Satz 1 ergebenden Betrag zu dem von der Krankenkasse zu übernehmendem Betrag an die abgebende Stelle. 2Der Vergütungsanspruch nach Absatz 7 verringert sich um die Zuzahlung; § 43c Abs. 1 Satz 2 findet keine Anwendung. Die Zuzahlung bei zum Verbrauch bestimmten Hilfsmitteln beträgt 10 vom Hundert des insgesamt von der Krankenkasse zu übernehmendem Betrag, jedoch höchstens 10 Euro für den gesamten Monatsbedarf.

9. Absatz 1 Satz 9 gilt entsprechend für Intraokularlinsen beschränkt auf die Kosten der Linsen.

Text in der Fassung des Artikels 1
Gesundheitsversorgungsweiterentwicklungsgesetz (GVWG) G. v. 11. Juli 2021
BGBl. I S. 2754 m.W.v. 20. Juli 2021

HERZLICHEN GLÜCKWUNSCH

Geburtstage

Allen Mitgliedern,

die im

Januar, Februar
oder März

Geburtstag haben,

wünschen wir alles Gute,

viel Glück und Gesundheit.

IMPRESSUM

SHG (Selbsthilfegruppe) Handicap e.V.
Postfach 1654
50106 Bergheim

Eingetragener Verein beim
Amtsgericht Köln: VR 15979

Verantwortlich für den Inhalt:
Stefanos Dulgerakis
Telefon: 0174/5272861
newsletter@shghandicap.de

© Sämtliche Texte/Bilder sind
urheberrechtlich geschützt.

Vielen Dank für Ihre Spende auf
unser Konto:
IBAN: DE15 3705 0299 0142 2821 68
BIC: COKSDE33, Kreissparkasse Köln

Bei der Realisierung des Newsletters
unterstützen uns:
compri Werbeagentur
www.compri-pie.de

federbusch-design
www.federbusch-design.de

MIT VOLLGAS

geht's weiter in 2022 – unsere Aktivitäten dann hier wieder im Überblick.

Bergheimer Stammtisch

Hotel Restaurant Lindenstuben, Carl-Sonnenschein Straße 1-3 in Bergheim

Der Bergheimer Stammtisch findet bis auf weiteres jeden 1. Montag im Monat im Hotel Restaurant Lindenstuben, Carl-Sonnenschein Straße 1-3 in Bergheim (die Toiletten sind nicht rollstuhlgerecht) unter **G2+-Bedingungen** statt. **Das bedeutet, wer nicht „geboostert" ist, also die 3. Impfung noch nicht bekommen hat, muss zusätzlich einen aktuellen Corona Test vorweisen - bitte bringt stets eure Impfnachweise und Personalausweise mit.**

Wir freuen uns, euch begrüßen zu dürfen.

Frühstückstreff

Backhaus Schnabel, Hauptstr. 72 50126 Bergheim

... mit barrierefreiem Eingang und einem rollstuhlgerechten WC. Das Frühstücken findet immer am 2. Dienstag im Monat von 10.00–12.00 Uhr statt.

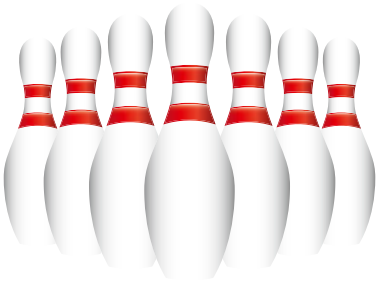
Auch dort sind die **Corona-Bestimmungen G2+** einzuhalten. Bitte anmelden, damit das Backhaus sich besser vorbereiten kann, tel., oder schriftlich per Mail. Hanne: 0173-2717020.

Mitgliedsausweis

Hast du deinen Mitgliedsausweis verloren?
Oder vielleicht noch keinen bekommen?
Bitte melde dich beim Vorstand!

Jetzt wieder Kegeln für unsere Mitglieder!

... auch hier bis auf weiteres unter G2+-Bedingungen – siehe Stammtisch.



Das H**otel- Restaurant Lindenstuben, Carl-Sonnenscheinstr. 1-3, in 50126 Bergheim** ist nicht ganz barrierefrei aber die Rollifahrer/innen kommen von hinten zur Gaststätte rein, einfach rechts neben dem Haus, also nächste Straße rein und dann wieder links. Denn vor der Gaststätte gibt es eine erhöhte Stufe.

Toiletten sind ebenerdig, aber keine Rolli-Toilette.

Kosten hängt von den Spielern ab.

Aber was auf alle Fälle neu ist, die Kegelbahn ist auch für Rollifahrer/innen nutzbar, da sie ebenerdig ist.

Also liebe Rollifahrer, traut euch, ihr könnt jetzt genauso Kegeln gehen!

Immer MONTAGS ab 18 Uhr / alle 4 Wochen.
Und nachfolgend die Terminübersicht für 2022:

31.01. | 15.08. | 28.02. | 12.09. | 28.03. | 10.10. | 25.04.
07.11. | 23.05. | 05.12. | 20.06. | 18.07.

Wenn Ihr noch Fragen habt:
Ansprechperson ist Marlies Bertling

AUF DIESE PARTNER KÖNNEN WIR BAUEN:

Näher am Patienten.

MOHREN APOTHEKE

ST.GEORG APOTHEKE

Inhaber Apotheker Christian Werth

Hauptstr. 1
50126 Bergheim
Tel. 02271 / 42270
www.mohren-apotheke.de

Hauptstr. 42
50126 Bergheim
Tel. 02271 / 43188
www.st-georgapotheke.de

Einladung zur Schaltung von Werbeanzeigen in unseren SHG Handicap Newslettern

Sehr geehrte Damen und Herren, wir präsentieren Ihnen nachfolgend unsere Preisliste für Werbeanzeigen in unserem SHG Handicap e.V. Newsletter:

Paket	Format (B×H)	Für 1 Ausgabe	Für 2 Ausgaben	Für 3 Ausgaben	Für 4 Ausgaben
Werbung Paket 1	A4 1/1 Seite (17×26 cm)	150 €	200 €	300 €	395 €
Werbung Paket 2	A5 1/2 Seite (13×17 cm)	115 €	150 €	225 €	295 €
Werbung Paket 3	A6 1/4 Seite (10×14 cm)	90 €	120 €	180 €	235 €
Werbung Paket 4	A7 1/6 Seite (8,5×8,5 cm)	55 €	75 €	110 €	145 €
Werbung Paket 5	1/8 Seite (17,5×3,5 cm)	55 €	75 €	110 €	145 €
Werbung Paket 6	Pauschalbetrag für eine Unternehmenspräsentation (pro Ausgabe)				150 €

Falls Sie Fragen zu diesem Angebot haben oder zusätzliche Informationen benötigen, erreichen Sie uns unter der Rufnummer **0 22 71 / 99 37 16** oder **0151 / 56 61 71 70** sowie per Email: **vorstand@shghandicap.de**