



Баланс

Informationsblatt "Balance" | Ausgabe 1/2019



Fachstelle für pflegende Angehörige
Kreisverband Nürnberg e. V.

Приглашаем волонтеров для работы с русскоговорящими людьми больными деменцией

Консультационное бюро по вопросам ухода и заболевания деменции (Fachstelle für pflegende Angehörige AWO KV Nürnberg e.V.) приглашает русскоязычных волонтеров для работы с пожилыми людьми больными деменцией. Наш круг волонтеров оказывает поддержку больным деменцией людям, а также их родственникам на дому.

В рамках еженедельного посещения Вы вступаете в контакт с больным и учитывая его интересы и возможности проводите с ним определенное количество времени, тем самым снимая нагрузку с родственников и ухаживающих за ним людей. При этом в Ваши обязанности не входят уход и ведение домашнего хозяйства.

Перед началом деятельности у Вас будет возможность принять участие в курсе по подготовке волонтеров с данной целевой группой, и таким образом подготовиться к посещениям в домашних условиях. За Ваши услуги мы предлагаем почасовую оплату в размере 8,50 евро в час в виде возмещения расходов.

Мы будем рады приветствовать Вас в нашем кругу волонтеров.

Подробную информацию Вы можете получить по телефону: **0911/ 4506 - 0131**. На Ваши вопросы ответит социальный педагог Марина Найдорф.



"День здоровья" для русскоязычных Нюрнбержцев и гостей города

Как сохранить или восстановить здоровье, как научиться жить в гармонии с самим собой - вопрос не простой. Как это лучше всего сделать, Вы сможете узнать на "Дне здоровья",

который пройдет в субботу, 16 марта 2019, с 13.00 до 17.00 часов для русскоязычных жителей и гостей Нюрнберга в культурном центре Villa Leon (Philipp-Koerber-Weg 1, Nürnberg). Сердечно приглашаем Вас принять участие в "Дне здоровья" (вход свободный, мероприятие на русском языке)!

На нашем мероприятии Вы узнаете много полезного, познакомитесь с другими русскоговорящими посетителями и проведете время в приятной атмосфере. Вас ждут лекции и практические занятия, информация об организациях, представляющих помощь русскоязычным Нюрнбержцам в различных жизненных ситуациях (в том числе и на русском языке), возможность пообщаться за чашкой чая или кофе с печеньем, специальная программа для детей.



В начале "Дня здоровья": концерт с известными всем песнями в исполнении Kol Chaim. Подробная информация: Russischsprachiger Krisendienst (0911/ 42 48 55 20); SinN-Stiftung (0911/23 99 19 30).

Организаторы "Дня здоровья": Nürnberger Bündnis gegen Depression e.V.; Krisendienst Mittelfranken, SinN-Stiftung Nürnberg, Zentralwohlfahrtsstelle der Juden in Deutschland.



ПРОЕКТ-КОНКУРС "УМНЫЙ МИР ДЕТСТВА" ПРИГЛАШАЕТ ПЕДАГОГОВ, РОДИТЕЛЕЙ И УЧЕНИКОВ

Приглашаем всех творческих учителей, причастных к билингвальному образованию, а также родителей и учеников к участию в Международном проект-конкурсе "Умный мир детства". Прием работ на отборочный тур с 10 февраля по 10 мая 2019 г., без возрастных и территориальных ограничений.

>> Продолжение на стр. 4/10

ВНИМАНИЕ, КОНКУРС!



"В гостях у сказки": Стенд "СКАЗКОТЕКИ" на международном фестивале "АПЛОДИСМЕНТЫ диалогу культур" в Нюрнберге, март 2019.



ZENTRUM FÜR GESUNDHEITSFÖRDERUNG NÜRNBERG E.V.

BERATUNGSFALL DES QUARTALS

IGeL: Ultraschall der Eierstöcke. Warum zahlt die Kasse nicht?

Wenn der Beweis fehlt, dass eine medizinische Maßnahme tatsächlich sinnvoll ist, zahlt die Kasse sie meist nicht. Bietet der Arzt sie trotzdem als Individuelle Gesundheitsleistung (IGeL) an, sollte man nach dem Grund fragen - und im Zweifelsfall erst einmal ablehnen.

Gülay S. ist umgezogen und hat einen neuen Frauenarzt. Beim ersten Besuch legt die Ärztin der 33-Jährigen eine Ultraschalluntersuchung der Eierstöcke zur Krebsfrüherkennung nahe. Das sei aber eine IGeL und werde von der Kasse nicht bezahlt. Frau S. fragt sich: Wie kann das sein? Der Arzt hat ihr die Untersuchung doch extra empfohlen.

Wenn die Kasse eine medizinische Maßnahme nicht zahlt, dann meistens weil ihr Nutzen durch medizinische Studien nicht genug belegt ist. Entschieden werde das vom sogenannten Gemeinsamen Bundesausschuss (G BA). Hier legen Spitzenvertreter der Ärzte und Krankenkassen regelmäßig fest, welche Untersuchungs- oder Behandlungsverfahren von den Kassen bezahlt werden und welche nicht.

Für die Krankenkassen ist diese Entscheidung bindend. Ärzte dürften Verfahren,

die der G BA abgelehnt hat, aber als IGeL anbieten - genauso wie viele andere Untersuchungen und Behandlungen, über die der Ausschuss gar nicht entschieden hat. Die erste Anlaufstelle für Fragen sei der Arzt, der die IGeL anbietet. Dieser sollte den Patienten nicht drängen und gut begründen, warum er sie empfiehlt. Macht er das nicht, handelt er berufswidrig und man sollte die Maßnahme ablehnen - so empfehlen es die Bundesärztekammer und die Kassenärztliche Bundesvereinigung in einem gemeinsamen IGeL-Ratgeber.

Auch wichtig zu wissen: Ist aus medizinischer Sicht ein bestimmtes Verfahren wirklich nötig und sein Nutzen belegt, so wird die Kasse es mit großer Wahrscheinlichkeit auch zahlen. Das gilt zum Beispiel beim Eierstock-Ultraschall: Wenn der Arzt / die Ärztin eine Patientin mit Beschwerden zunächst abtastet und dabei etwas

Auffälliges findet, ist die Ultraschalluntersuchung eine wichtige Diagnosemethode und durchaus eine Kassenleistung.

Wenn es aber keine Hinweise auf Krebs gibt, bringt der Ultraschall keine Vorteile. Im Gegenteil: "Durch grundlose Ultraschalluntersuchungen kommt es immer wieder zu Fehlalarmen und am Ende werden bei Frauen unnötig Eierstöcke entfernt", erklärt Frau Dr. Ojewski vom Zentrum für Gesundheitsförderung Nürnberg e.V.

Unser Tipp: IGeL sind nie dringend. Egal, ob Sie sich dafür oder dagegen entscheiden: Lassen Sie sich Zeit, holen Sie sich bei Bedarf eine zweite Meinung ein und vergleichen Sie, wie viel die Leistung bei wem kostet. Die Preise sind nämlich von Arzt zu Arzt unterschiedlich, weil sie nicht einheitlich geregelt sind.

Quelle:

<https://www.igel-monitor.de/igel-a-z/igel/show/ultraschall-der-eierstoecke-zur-krebsfrueherkennung.html>

NEGATIVES BEWERTUNGSERGEBNIS DER TOP 10 IGeL-LEISTUNGEN 2018

Jeder Zweite bekommt beim Arztbesuch Individuelle Gesundheitsleistungen (IGeL) angeboten, die privat zu bezahlen sind. Der IGeL-Monitor hat in einer repräsentativen Umfrage bei 2.072 gesetzlichen Versicherten erstmals die Top 10 der meistverkauften IGeL ermittelt. Zu den am häufigsten angebotenen und angenommenen Leistungen zählen so die Augendruckmessen zur Glaukom-Früherkennung, der Ultraschall der Eierstöcke sowie der Brust zur Krebs-früherkennung, der Ultraschall des Bauchraums (Eierstöcke und Gebärmutter) sowie der PSA-Test zur Früherkennung von Prostatakrebs.

Das IGeL-Team wägte den Nutzen und Schaden der IGeL-Leistungen gegeneinander ab und fasste das Ergebnis in einer Bewertungsaussage zusammen, die von "positiv", "tendenziell positiv" und "unklar" bis hin zu "tendenziell negativ" und "negativ" reicht. Die Top 10 der meistverkauften

ten IGeL wurden dabei allesamt als "negativ" oder "tendenziell negativ" bewertet. So konnte in Studien kein Nutzen dieser IGeL gezeigt werden; im Gegenteil kann der Schaden dem Nutzen durch Überdiagnosen sogar überwiegen.

In den Arztpraxen werden IGeL hingegen immer noch als

medizinisch notwendig gesehen. Jeder Zweite bekam beim Arztbesuch diese Selbstzahlerleistungen angeboten. 96 Prozent der Befragten gab an, nicht selbst aktiv danach gefragt zu haben, sondern darauf angesprochen worden zu sein. Nur 68 Prozent der Befragten war dabei mit der



Reaktion des Arztes auf das Angebot und die Annahme zufrieden. Mehr als jeder dritte Befragte gab sogar an, sich vom Arzt bedrängt oder unter Druck gesetzt gefühlt zu haben.

Zur Info: Das Internetportal www.igel-monitor.de wird vom Medizinischen Dienst des GKV-Spitzenverband (MDS) betrieben und bietet Versicherten eine wissenschaftlich fundierte Entscheidungshilfe für oder gegen die Inanspruchnahme von Selbstzahlerleistungen.



GASTFAMILIEN GESUCHT!

Freunde fürs Leben gewinnen!



Die Initiative "Hilfe für Tschernobylkinder" der Paul-Gerhardt-Kirche Stein organisiert vom 6. Juli bis 3. August 2019 zum 27. Mal in Folge einen Erholungsaufenthalt für Kinder/Jugendliche aus Weißrussland, die durch die Reaktorkatastrophe von Tschernobyl 1986 in ihrer Heimat immer noch tagtäglich erhöhter radioaktiver Strahlung und radioaktiv belasteten Grundnahrungsmitteln ausgesetzt sind.

Die Initiative sucht Familien aus der gesamten Region mit oder ohne eigene Kinder, die ein oder zwei kleine Gäste bei sich aufnehmen.

Um alle Formalitäten kümmert sich die

Organisation. Fahrtkosten, Versicherungen und Kosten für gemeinsame Veranstaltungen werden aus Spenden getragen. Die Kinder werden von mitreisenden Lehrerinnen betreut und sind zu gemein-

samen Unternehmungen zweimal wöchentlich eingeladen. Höhepunkt ist ein großes Sommerfest mit allen Gastfamilien. SEIEN SIE DABEI!

"Hilfe für Tschernobylkinder"
Paul-Gerhardt-Kirche Stein

Kontakt: Karin Schaepe Tel. 0911/674339
Email: k.schaepe@pg-hilfe-fuer-tschernobylkinder.org
www.pg-hilfe-fuer-tschernobylkinder.org



Impressionen & Rückblicke 2018



ГОСТЕВЫЕ СЕМЬИ ДЛЯ ДЕТЕЙ ИЗ БЕЛОРУССИИ - ПОДРУЖИТЬСЯ НА ВСЮ ЖИЗНЬ!



Вот уже 27ой год Инициатива "Помощь детям Чернобыля" Пауль-Герхардт-Церкви в городе Штайн организует с 6 июля по 3 августа 2019 г. в пригороде Нюрнберга летний оздоровительный отдых для детей и подростков из регионов Белоруссии, расположенных в непосредственной близости к эпицентру экологической катастрофы после аварии на Чернобыльской АС в 1986 г., одной из самых чреватых последствиями катастроф в истории атомной энергетики.

Инициатива ищет в Нюрнберге и пригороде семьи с детьми и без детей, которые могли бы принять у себя одного или двух юных гостей из Белоруссии.

О всех формальностях, связанных с приездом детей, заботится Инициатива.

Расходы на проезд, страховки, а также экскурсионная программа оплачиваются благодаря частным пожертвованиям. Группу сопровождают педагоги, два раза в неделю все участники встречаются на совместных культурных мероприятиях.

Кульминация культурной программы - большой летний праздник для всех гостевых семей. Присоединяйтесь и будьте с нами!

"Помощь детям Чернобыля"
Пауль-Герхардт-Церковь г. Штайн

Контактные данные:

Карин Шепе - Тел. 0911/674339
Email: k.schaepe@pg-hilfe-fuer-tschernobylkinder.org

www.pg-hilfe-fuer-tschernobylkinder.org



"Умный мир детства" на фестивальных сезонах "АПЛОДИСМЕНТЫ диалогу культур" 2019. Примечательно, что как и финалисты танцевального конкурса Ева (8) и Елиас (8) из Аугсбурга, почти все участники фестиваля - билингвы!



I Международный конкурс образовательных инноваций

«УМНЫЙ МИР ДЕТСТВА»

Die kluge Welt der Kindheit

1. Internationaler Wettbewerb der Bildungsinnovationen

I МЕЖДУНАРОДНЫЙ КОНКУРС ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ИННОВАЦИЙ "УМНЫЙ МИР ДЕТСТВА"

Прием работ на отборочный тур с 10 февраля по 10 мая 2019 г.

Вы создаете свои игры, игрушки, тренинги для своих детей, учеников, коллег?

Вы - автор, которому нужны подсказки по усовершенствованию или наличию аналогов?

Вы - творческая личность, мечтающая о том, чтобы познакомить всех желающих со своей разработкой?

ЗНАЧИТ, ЭТОТ КОНКУРС - ДЛЯ ВАС!

Номинации: "Игра", "Игрушка", "Умный пол", "Говорящая стена", "Тренинговые задачи".

К участию в конкурсе допускаются все авторы, без возрастных и территориальных ограничений.

Прием заявок до 10 мая 2019 года.

Подробности: http://www.resonanz-info.de/upload/Polozhenie_Konkursa_Umnij_mir_detstva.pdf

ЖДЕМ ВАС, БУДЕТ ИНТЕРЕСНО!



Здесь Вы получите совет и помощь:

По вопросам душевного здоровья:
Beratungszentrum für seelische Gesundheit der arbewe (SpDi)

Pfründnerstr. 24, 90478 Nürnberg
тел. 0911/ 8104916
по.-ср. 9.00 - 16.00
чт. 9.00 - 15.00

По вопросам деменции и уходу за родственниками:
Fachstelle für pflegende Angehörige

Karl-Bröger-Str. 9,
90459 Nürnberg
тел. 0911/45060131
marina.naydorf@awo-nbg.de

При проблемах с учреждениями, в семье, при поиске учебы и т.д.:

Beratungszentrum für Integration und Migration – BIM AWO

Gartenstr. 9, 90443 Nürnberg
тел. 0911 / 27 41 40 27

Консультация для мигрантов

вт. 8.30 – 11.30,
пятн. 8.30 – 11.30

Служба помощи молодым мигрантам от 12 до 27 лет (**Jugendmigrationsdienst**):

пон.- пятн.: 9.00 - 12.00
пон., вт., чет.: 13.00 – 16.00

Психологическая помощь и консультирование:
Кризисная Служба (Krisendienst Mittelfranken)

Hessestr. 10, 90443 Nürnberg
тел. 0911 / 42 48 55 20
(на русском)
вт. 18.00 - 20.00, чт. 20.30 - 22.30,
сб. 17.00 - 19.00

Консультации по личным вопросам:
SinN-Stiftung: Evangelische Seelsorge

Georgstraße 10,
90439 Nürnberg
встречи по тел. договоренности;
тел. 0911 / 23991930