



Unser Leistungsspektrum:

- Füllungstherapie
- Wurzelbehandlung / Endodontie
- Behandlung von Parodontalerkrankungen
- Zahnersatz
- Prophylaxe für Kinder und Erwachsene, Professionelle Zahnreinigung
- in der Praxis wird auch Englisch & Spanisch gesprochen

Chirurgische Leistungen:

- Extraktionen

Neue Öffnungszeiten ab September:
Mo - Fr 8 - 12 Uhr, Mo - Mi 14 - 18 Uhr

Zahnarztpraxis Rivero
Große Schmiedestraße 6
21682 Stade
04141 - 411 851
www.zahnarztpraxis-rivero.de

Die Kraft der Natur für Körper und Seele

Conny Würner kombiniert Wandern und Fachberatung individuell und innovativ im „Wandercoaching“

Ruhe und Entschleunigung sind in der hektischen, digitalen Welt immer wichtiger. Conny Würner, erfahren als Coachin und Beraterin für Menschen mit psychischen Hemmnissen und begeisterte Naturfreundin, hat aus eigenem Erleben erkannt, dass die Natur eine einzigartige Umgebung für Selbsterkenntnis und Lösungsfindung bietet. Kurzerhand kombinierte die Grünendeicherin ihre beiden Leidenschaften Wandern und Beraten zu ihrem außergewöhnlichen und gleichzeitig effektiven „Wandercoaching“ durch malerische Regionen. Mit diesem Angebot, das durch eigenes Erleben der positiven Naturwirkung auf ihre persönliche Entwicklung seinen Ursprung hat, möchte Conny Würner Menschen ermutigen, die Natur zur persönlichen Entwicklung zu nutzen.



Die Grünendeicherin Conny Würner bietet „Wandercoaching“-Touren an, in denen sie das Naturerlebnis mit Beratung verbindet. „Natur hilft beim Gesundwerden“, ist sie überzeugt.

beschrieben sind, wählen oder sich individuell eine Wanderung nach seinen Bedürfnissen erstellen lassen. Die Wanderungen unterscheiden sich hinsichtlich der bewegten Themen, des Anspruchs sowie der Länge und Dauer. Besondere Kenntnisse oder Voraussetzungen sind nicht erforderlich.

Während des Wandercoachings begleitet Conny Würner die Teilnehmer, hilft ihnen, in Gesprächen Ziele zu setzen und Lösungen zu finden. Fragen und Übungen öffnen neue Perspektiven, davon ist Conny Würner überzeugt: „Natur inspiriert und reflektiert Gedanken und Gefühle. Teilnehmer lernen, Intuition zu nutzen und auf ihre innere Stimme zu hören.“ Bewegung in der Natur helfe einfach, gesund zu werden oder es zu bleiben, stellt sie fest. Das sei durch zahlreiche Studien auch belegt. „Der Aufenthalt in der Natur verbessert die Stimmung und wirkt wie ein natürliches Antidepressivum“, stellt sie fest. Menschen, die regelmäßig wandern oder sich in der Natur bewegen, leiden laut Würner auch seltener unter affektiven Erkrankungen. (iha)

Connys-Wandercoaching

Stressbewältigung • Burnout-Prävention • Krisenbewältigung
1:1 Unterstützung

Meine Wander- und Naturcoachings finden an geschützten Orten statt.
Neugierig? Für weitere Informationen besuchen Sie meine Homepage oder rufen Sie mich gerne an.
Conny Würner • Tel. 0176-88232085
www.connys-wandercoaching.de

Die Natur hilft beim Abbau von Stress und Krisen

Eingebettet sind Beratungsgespräche: „Eine wertschätzende Kommunikation, absolute Vertraulichkeit, wahrhaftige Gespräche und ein aufmerksames und respektvolles Miteinander sind mir in den Beratungen sehr wichtig“, sagt sie.

Das Wandercoaching eignet sich für die, die Stress

abbauen und präventiv gegen Burn-out aktiv werden wollen. Es ist geeignet für diejenigen, die Krisen bewältigen und persönlich wachsen wollen, sich bereits in einem Reha-Prozess befinden und Hilfe beim Übergang oder eine Neuorientierung benötigen. Nutzen können

die Wandercoaching-Angebote aber auch Menschen, die sich einfach mal eine kleine Auszeit gönnen möchten. Die Coachings finden immer an geschützten Naturorten statt. Dort, wo die Natur das Sagen hat und der Mensch sich ungestört von Alltagshektik voll auf sie einlassen kann:

im Wald oder entlang der Ufermatur von Seen.

Rundtouren buchen oder individuell planen lassen

Man kann Rundtouren aus einem Angebot bereits ausgearbeiteter Wanderungen, die im Internet ausführlich

Mehr Infos zu den Angeboten und über Conny Würner selbst unter: www.connys-wandercoaching.de.

Naturheilpraxis Bettina Gillen
Osteopathie
Heilpraktikerin • Phytotherapie
Traditionelle Chinesische Medizin

21680 Stade
Albert-Schweitzer-Straße 23
Tel. 04141 4203200
Mobil: 01520 4123716
info@naturheilpraxis-gillen.de
www.naturheilpraxis-gillen.de

In meiner Praxis verbinde ich die östliche Diagnostik und Therapie mit der Heilkraft westlicher Pflanzen.

Optimale Versorgung bei neurologischen Erkrankungen

Ganzkörperanzug hilft bei Entspannung spastischer Muskeln

Das menschliche Nervensystem steuert mehr als 100 Milliarden Nervenzellen und ermöglicht dem Menschen damit koordinierte Bewegungen. Sind Nervenzellen aufgrund einer Krankheit beschädigt, kann es zu körperlichen Einschränkungen kommen. Die Auslöser für neurologische Erkrankungen sind vielfältig und nehmen immer mehr zu. So erleiden pro Jahr circa 260 000 Menschen erstmalig in Deutschland einen Schlaganfall. Aber auch Krankheitsbilder wie Multiple Sklerose, Zerebralparese, Parkinson, Polyneuropathie, Postpoliosyndrom oder das Guillain-Barré-Syndrom schädigen das Nervensystem. Dadurch können selbst einfachste Alltagsaufgaben zu einer Herausforderung werden.



Mit diesem weltweit einzigartigen Hilfsmittel, dem Ganzkörperanzug Exopulse Mollii Suit, bietet das Sanitätshaus Incort Menschen mit spastischen Lähmungen und anderen neurologischen Bewegungsstörungen einen ganzheitlichen Lösungsansatz.

Orthopädische Hilfsmittel, Rollstühle, Treppen- und Homelifte, Hilfen für Bad und WC sowie Pflegebetten können den Betroffenen helfen, den Alltag, soweit es geht, selbstständig zu bestreiten oder Pflegenden unterstützen. Häufig sind es Hilfsmittel-Pakete, die den Menschen zu mehr Lebensqualität verhelfen. Für eine optimale Zusammenstellung setzt das Incort Sanitätshaus auf eine 360-Grad-Bedarfsanalyse und interdisziplinäre Teams. Das Angebot reicht dabei

von einer Wohnumfeldberatung bis zu innovativen Hilfsmitteln wie dem Exopulse Mollii Suit. Mit diesem weltweit einzigartigen Hilfsmittel bietet Incort Menschen mit spastischen Lähmungen und anderen neurologischen Bewegungsstörungen einen ganzheitlichen Lösungsansatz. Der Ganzkörperanzug – er erinnert optisch ein wenig an einen Taucheranzug,

ist aber angenehm zu tragen – sendet schwache, elektrische Impulse an den Gegenspieler des spastischen Muskels und löst so die verkrampfte oder schmerzhafte Muskulatur.

Die Entspannung des spastischen Muskels ermöglicht dadurch eine aktive Bewegung, eine schrittweise Verbesserung der Funktion sowie eine Verminderung von Schmerzen, wobei gleichzeitig schwache Muskeln aktiviert werden können. Eine positive Veränderung des allgemeinen Wohlbefindens und des Schlafes wurden ebenfalls in klinischen Studien festgestellt. Für die Anwender kommt zu der körperlichen Veränderung ein positiver emotionaler Effekt hinzu. Wenn mit einem Mal wieder Dinge möglich sind, die durch die Erkrankung unerreicht erschienen, wachsen das Selbstvertrauen und die Lebensfreude. Den Anzug haben bei Incort bereits unzählige Kinder und Erwachsene mit infantiler Zerebralparese (ICP), Multipler Sklerose (MS), Schlaganfällen, Rückenmarksverletzungen oder anderen neurologischen Krankheitsbildern mit spastischen Lähmungen erfolgreich erprobt. Testtermine können unter der Telefonnummer 0 41 41/ 41 19 29 vereinbart werden.

Hoher Wissensbedarf bei Behandlung des Grauen Stars



Scharf sehen bis ins hohe Alter: Mit einer Operation lässt sich der Graue Star vollständig heilen.

Foto: djd/Alcon/Getty Images/ArtMarie

Das Altern der Bevölkerung in Deutschland erhöht auch die Häufigkeit des Grauen Stars (medizinisch: Katarakt). Bereits circa zehn Millionen Menschen haben Anzeichen dieser altersbedingten Sehbeeinträchtigung, die durch eine Operation behandelt werden kann. Eine aktuelle Umfrage von Alcon, dem Spezialisten im Bereich Augenheilkunde, zeigt, dass das Sehvermögen Menschen über 50 zwar wichtig ist, jedoch große Wissenslücken zur Katarakt-OP bestehen. In Deutschland ist die Kataraktoperation der am häufigsten durchgeführte chirurgische Eingriff am Auge.

Angesichts der großen Verbreitung des Grauen Stars hat Alcon, Spezialist im Bereich Augenheilkunde, in einer aktuellen Umfrage die Bedeutung des Sehvermögens und das Wissen um die Behandlung der Sehbeeinträchtigung bei Menschen ab 50 Jahren untersucht. Die Ergebnisse zeigen, dass das Sehvermögen mit 82 Prozent für die Deutschen das dritt-wichtigste Merkmal im Zusammenhang mit dem Altern ist, nur das Gedächtnis (88 Prozent) und die Mobilität (83 Prozent) werden noch höher bewertet.

Die Umfrage zeigt, dass nur 56 Prozent der Befragten wissen, dass bei einer Operation eine künstliche Linse in das Auge implantiert wird. Und nur 41 Prozent ist bewusst, dass sie je nach ihren individuellen Bedürfnissen zwischen verschiedenen Linse-Typen wählen können. „Gerade für Menschen, die auch im Alter ein gesundes und aktives Leben führen wollen, ist die Operation des Grauen Stars eine wichtige Entscheidung. Sie kann ein entscheidender Faktor dafür sein, weiter ein aktives Leben führen können“, sagt Dr. Isabell Janßen von Medical Affairs Alcon Europa.

Die Umfrage zeigt, dass nur 56 Prozent der Befragten wissen, dass bei einer Operation eine künstliche Linse in das Auge implantiert wird. Und nur 41 Prozent ist bewusst, dass sie je nach ihren individuellen Bedürfnissen zwischen verschiedenen Linse-Typen wählen können. „Gerade für Menschen, die auch im Alter ein gesundes und aktives Leben führen wollen, ist die Operation des Grauen Stars eine wichtige Entscheidung. Sie kann ein entscheidender Faktor dafür sein, weiter ein aktives Leben führen können“, sagt Dr. Isabell Janßen von Medical Affairs Alcon Europa. www.wieder-gut-sehen.de

Kompetenz am Menschen
PHYSIO DE GRAAF
Petronella (Marienel) Demuth De Graaf

- Kinder-Physiotherapie • KG • MT • KG-ZNS
- MLD • Hausbesuche • Gruppen u.v.m.

Wir freuen uns auf Ihren Besuch!
Physiotherapiepraxis in Düdenbüttel, Hauptstr. 11
Tel: 0 41 44 / 69 81 66 5 • www.physio-de-graaf.de

Der INCORT-Gesundheitservice

Revolutionäres Hilfsmittel bei spastischen Lähmungen z. B. **Multipler Sklerose, Schlaganfall, Zerebralparese ...**

Der Exopulse Mollii Suit:

- Hilft dem Körper, sich freier und natürlicher zu bewegen
- Spastische, schmerzende Muskulatur wird entspannt
- Für Kinder und Erwachsene
- Für den privaten und klinischen Einsatz

Testen Sie den Exopulse Mollii Suit!
Termine nur begrenzt verfügbar!

Neben dem Exopulse Mollii Suit bieten wir Ihnen ein breites Sortiment an Hilfsmitteln für einen selbstständigen Alltag. Für eine persönliche Beratung vereinbaren Sie bitte einen Termin.

INCORT Orthopädie-Technik
Salztorscontrescarpe 7
21680 Stade

Informationen unter: 04141 41 19-29 orthetik@incort.de

Apotheke + Reformhaus

WIR ARBEITEN FÜR IHR LEBEN GERN!

Dr. Mathias Grau
Im Großen Sande 3 • 21640 Horneburg • Tel. 04163 2242 • www.rats-apotheke.info

Das TAGEBLATT – Ihr erfolgreicher Werbeträger in einem großen Markt.

OPTIK AM SANDE
... garantiert besser sehen

Gleitsichtwochen
jetzt einsteigen

Premium Gleitsichtgläser
Nikon schon ab 349,- €

Termintelefon 0 41 41 - 95 10 90
Holzstr. 25
21682 Stade