

Gospelkonzert: Das 500 Stimmen Mass-Choir Konzert

Das stimmungswaltige Gospelkonzert zum Mitsingen und Mitswingen

Am 16. März 2025 findet das stimmungswaltige Gospelkonzert „singOUT“ in Hannover statt.

Die singOUT Projekte von und mit Silas Edwin gibt es seit 2005 in ganz Deutschland. Klingt wie eine Tour, ist es aber nur teilweise. Das Projekt tourt, die Sänger kommen stets aus der jeweiligen Stadt, und werden sechs Monate intensiv auf

das große Konzert in ihrer Stadt vorbereitet. Bereits in den vergangenen Jahren begeisterten die Singout-Mass Choir Besucher in ausverkauften renommierten Sälen Deutschlands mit ihrer Stimmgewalt und Lebensfreude.

Auch dieses Jahr gibt es ein weit gefächertes Gospelprogramm mit der Band um den Pianisten Elvis E. aus den Niederlanden. Das Repertoire beinhaltet sowohl moderne als auch traditionelle, immer wieder gern gehörte Songs wie „Down by the riverside“, „Hallelujah“ und „We Are The World“. Mit dem MassChoir treten internationale Solisten auf. Die stimmungswaltige Jennifer

Philips (UK) und der Award-Gewinner Marlin Williford (USA) werden mit dem 500 Stimmen starken Chor am 16. März 2025 im Kuppelsaal Hannover einen Abend voller Gospel präsentieren. Das Konzert besticht durch ein außerordentliches Klangvolumen und verspricht einen wundervollen Gospelabend, aus dem jeder beschwingt nach Hause gehen wird.

Dies ist nicht einfach irgendein Gospelkonzert, sondern ein Gopelerlebnis der ganz großen Klasse. Seien Sie dabei!

JETZT Tickets sichern:
Telefon: (0511) 1212 3333 und an allen bekannten Vorverkaufsstellen, E-Mail: service@haz-ticketshop.de Online buchen: tickets.haz.de

Weitere Info:
www.singout-projekt.de



Foto: SingOut

ANZEIGE

Familienerholung

Online-Abend am Mittwoch, 22. Januar

LANGENHAGEN. Der Termin beim Kinderarzt. Die wichtige Präsentation für die Arbeit. Hausaufgaben beim Großen betreuen. Eben noch schnell Einkaufen gehen. An den Kindergeburtstag übermorgen denken. Und wann war nochmal der wichtige Arzttermin, bei dem Mama Begleitung braucht? Beate und Jan (Namen geändert) sind zwar ein eingespültes Team, wenn es um ihre 5-köpfige Familie geht, aber eine Atempause wäre schön.

„Doch ich arbeite nur geringfügig wegen der Kinder und so viel bleibt von Jans Gehalt am Ende auch nicht übrig. In Urlaub fahren kam deshalb nicht in Frage für uns“, erzählt Beate. „Und da haben wir von dem Zuschuss für Familienerholung gehört. Erst konnten wir uns gar nichts darunter vorstellen.“ Dabei kann dieser Zuschuss sehr entlasten. Das Land Niedersachsen möchte mit dieser Förderung vor allem

kinderreiche und belastete Familie erreichen. „Gerade Allein-erziehende oder Familien mit drei und mehr Kindern haben oft mit geringem Einkommen zu kämpfen“, weiß Jessica Kind, Kirchenkreisssozialarbeiterin, zu berichten. Gefördert werden individuelle Erholungsaufenthalte mit mindestens sieben und höchstens 14 zusammenhängenden Übernachtungen. Diese Familienurlaube können in Familienferienstätten gemeinnütziger Träger, in für Familienferien eingerichteten Jugendherbergen oder in anderen geeigneten, familien-gerechten Einrichtungen, Bauernhöfen und Campingplätzen in ganz Deutschland stattfinden.

„Wir haben unseren Familienurlaub in einer Jugendherberge gebucht. Das war viel mehr als nur Freizeit, denn es gab tolle Spielplätze und Aktionen für die Kinder. Und durch die Verpflegung vor Ort brauchten wir uns

um fast nichts kümmern. Jan und ich konnten einfach die Zeit mit unseren Kindern genießen“, während Beate erzählt, strahlt sie richtig.

Bei einem Online-Abend am Mittwoch, 22. Januar, um 19.30 Uhr informiert Kind über die Voraussetzungen für die Antragstellung und das Verfahren. Eine Anmeldung ist über dw.burgwedel-langenhagen@evlka.de bis 21. Januar möglich.



AnzeigenSpezial



Fotos: Pixabay.com

GESUNDHEIT UND PFLEGE

RATGEBER MIT TIPPS UND TRENDS



Allein klappt es langsam nicht mehr

Pflegebedürftigen bei der Mundpflege helfen

Eine sorgfältige Mundhygiene ist in jedem Alter wichtig. Aber im hohen Alter vielleicht noch etwas mehr.

Gerade pflegebedürftige Menschen sind nicht immer in der Lage, der Pflege der Zähne und des Mundraum die notwendige Aufmerksamkeit zu schenken. Dann brauchen sie Unterstützung, zum Beispiel von pflegenden Angehörigen. Was Sie dazu wissen sollten:

Warum ist gerade im Alter gute Mundpflege so wichtig?

Das hat mehrere Gründe. Mit den Lebensjahren zieht sich das Zahnfleisch zurück, was die Zahnhäule deutlich empfindlicher für Karies macht. Darauf macht das Zentrum für Qualität in der Pflege (ZQP) in einem Ratgeber aufmerksam. Auch Mundtrockenheit kann ein Thema sein – etwa als Nebenwirkung von Medikamenten. Die trockenen Schleimhäute sind nicht nur lästig, sie bieten Prothesen auch schlechteren Halt. Außerdem können sich Keime schneller vermehren und etwa für Entzündungen sorgen. „Eine schlechte Mundgesundheit kann vielfältige Probleme nach sich ziehen, wie Infektionen, Schmerzen bis hin zu Mangelernährung oder Lungenentzündung“, fasst Daniela Sulmann, Geschäftsleiterin des ZQP, zusammen.

Was sollte ich wissen, bevor ich einem Angehörigen erstmals die Zähne putze?

„Die Mundhöhle ist ein Intimbe-



Pflegebedürftige Menschen sind nicht immer in der Lage, der Mundhygiene die notwendige Aufmerksamkeit zu schenken.

Foto: Christin Klöse/dpa

reich.“ So bringt es die Landes-zahnärztekammer Baden-Württemberg auf den Punkt. Es zählen also Behutsamkeit und Einfühlungsvermögen. Denn vielen Älteren fällt es schwer, Hilfe beim Zähneputzen anzunehmen. Sie fühlen Scham. Pflegende Angehörige sollten daher das Vorgehen mit dem oder der Pflegebedürftigen abstimmen. Und vor jedem Schritt ankündigen, was genau sie tun. Das schafft Vertrauen.

Damit die Zahnpflege für alle Beteiligten sicher abläuft, sollte man sich einige Handgriffe als Routine aneignen. Pflegende sollten zum Beispiel vorab Ringe und Armbanduhr abstreifen, damit sich Pflegebedürftige daran nicht verletzen können.

Ebenfalls ein Muss: Gründlich die Hände waschen – und zwar vor und nach der Mundpflege. Um Infektionen zu vermeiden, ziehen Sie sich am besten Einmal-Handschuhe über, rät das ZQP.

Wie Sorge ich dafür, dass ich gut an den Mund komme?

Zum Öffnen des Mundes können Angehörige anregen, indem sie mit dem Finger um den Mund herumstreichen. Zudem kann man einen Zeigefinger zwischen Unterlippe und Kinn platzieren und den Kiefer vorsichtig nach unten drücken, rät das ZQP.

Ist es dem oder der Pflegebedürftigen gar nicht möglich, selbst den Mund zu öffnen, kann ein sogenanntes Zahnbänkchen helfen. Pflegende können es sich über den Finger schieben und das Hilfsmittel dann zwischen die Zahnreihen legen. Der Mund ist dann leicht geöffnet. Einen Handgriff sollte man laut den Zahnärztinnen und -ärzten der Kammer in Baden-Württemberg niemals tun: die Wange der pflegebedürftigen Person zwischen den Zahnreihen einklemmen. Denn sonst kann es zu Bissverletzungen in der Wange kommen, die schlecht abheilen. (DPA)

Wie bekomme ich eine Prothese aus dem Mund?

Auch Prothesen müssen gut gepflegt werden, schließlich sollen sich keine schädlichen Bakterien auf ihnen vermehren.

Beim Entnehmen der Prothese können Angehörige laut ZQP so vorgehen: Mit einer Hand stützen sie den Hinterkopf der pflegebedürftigen Person, dann greifen sie die Prothese mit Daumen und Zeigefinger der anderen Hand. Vollprothesen lassen sich durch vorsichtiges Wackeln lösen.

Will man auf Nummer sicher gehen, legt man beim Entnehmen der Prothese ein Handtuch ins Waschbecken. Rutschen einem die „Driten“ aus den Händen, fallen sie weich und nehmen keinen Schaden.

Was, wenn es bei der Mundpflege Konflikte gibt?

Bei Menschen mit Demenz etwa kann es passieren, dass sie die Zahnpflege ablehnen. In diesem Fall rät das ZQP zur Suche nach der Ursache, die manchmal im Detail steckt.

Vielleicht ist dem oder der Pflegebedürftigen der Geschmack der Zahnpasta unangenehm. Oder das Surren der elektrischen Zahnbürste unheimlich.

Wichtig ist dann, den Pflegebedürftigen nicht zu bedrängen. Manchmal hilft es auch, wenn jemand anders das Zähneputzen übernimmt oder wenn man es später erneut versucht. (DPA)

Job oder Pflegeplatz gesucht?

Jetzt QR Code scannen und über WhatsApp bewerben.

BACHSTRASSE SENIORENHEIM
www.bachstrasse.de
Telefon: 0511 / 64 64 17-0

Der Mensch im Mittelpunkt

Praxis für Ergotherapie Mark Bussmann
Godshorner Straße 2 • 30851 Langenhagen
☎ 0511-76 19 05 34
Termine nach Vereinbarung

- Alle Fachbereiche
- Hausbesuche
- Gruppentherapien für Kinder
- kurze Wartezeiten

IPflegedienst

Petra Schmidtke GmbH
Ihre Ambulante Pflege
PROFESSIONELL • KOMPETENT • INDIVIDUELL

Voigtwiese 8
30851 Langenhagen
Tel. 0511 / 47574727
Fax 0511 / 47574725

Ambulanter Pflegedienst

WEIL ES ZU HAUSE AM SCHÖNSTEN IST

... sorgen wir dafür, dass Sie dort so lange wie möglich bleiben können.

Diakoniestation Burgwedel/Langenhagen

Wir unterstützen Sie und Ihre Angehörigen einfühlsam und zuverlässig in allen Bereichen der ambulanten Alten- und Krankenpflege. Wir sind für Sie da. Jederzeit.

DIAKONIESTATIONEN HANNOVER
Häusliche Alten- und Krankenpflege

Ehlbeck 2 | 30938 Burgwedel
Tel. 05139 27002 | www.dsth.de
@diakoniestationenHannover

Lust auf einen tollen Job? Einfach & schnell bei uns bewerben: <https://kontakt.dsth.de>

NEU in Langenhagen! A und O Alltagsbegleitung für Langenhagen und Umgebung

Anja Oldenburger
BETREUUNG UND BERATUNG

- Einfühlsame, individuelle soziale Betreuung für Senioren und hilfsbedürftige Menschen in häuslicher Umgebung.
- Gemeinsame Spaziergänge, Gespräche, mentales Training
- Begleitung im Alltag - Förderung von Selbstständigkeit für ein aktives und erfülltes Leben
- Alltagsbegleitung, keine Grund- und Intensivreinigung des Haushaltes

A und O Alltagsbegleitung • Anja Oldenburger • Tel. 0511 76802227
E-Mail: info@aundo-alltagsbegleitung.de • www.aundo-alltagsbegleitung.de

Ihr freundlicher City Flitzer
und Ihr Partner für Fahrten zu Dialyse-, Chemo- und Bestrahlungsbehandlungen

Fandt fährt Sie gern zu Arztbesuchen und anderen medizinischen Terminen.

Überzeugen Sie sich selbst und rufen Sie uns an unter
Tel. 0511 984 23773
www.fandt-transfer.de