

MFA

CGM MEDISTAR FÜR MED. FACHANGESTELLTE

FOKUS

ANLEITUNG ZUM
GLÜCKLICHSEIN

TIPPS & TRICKS

GEWUSST WIE ...

LIFESTYLE

GEWINNSPIEL

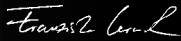


EDITORIAL

Liebes Praxisteam,
dass man mit einem ganzheitlich durchdachten Digitalisierungskonzept auf der Erfolgswelle schwimmen kann, zeigen Vergleiche mit anderen Nationen. Länder wie Estland, Dänemark und Schweden setzen schon seit Jahren Standards bei der Digitalisierung des Gesundheitswesens. Deutschland, das muss gesagt werden, hinkt weit hinterher. Dabei halten Ärzte und Psychotherapeuten digitale Anwendungen für hilfreich und sinnvoll, wie etwa den E-Arztbrief, den E-Medikationsplan und den digitalen Impfpass. Auch Patienten nutzen selbstverständlich digitale Angebote wie z. B. Untersuchungsergebnisse auf CD/DVD, Erinnerungen an Termine per SMS oder E-Mail und Online-Terminvereinbarungen. Die Vorteile liegen eigentlich auf der Hand: Man spart Zeit und Geld.

Obwohl, das wissen wir aus der Glücksforschung auch, Geld allein macht nicht glücklich. Es sind Faktoren wie Gesundheit, Familie und Beruf, die uns glücklich machen. Das jedenfalls verbindet die europäischen Nationen. Mehr Zeit für sich selbst und andere gibt uns ein gutes Gefühl und beugt Stress vor, darüber sind sich die Glücksforscher einig. Die gute Nachricht ist, dass man dem Glück auf die Sprünge helfen kann. Also bitte: Springen Sie mit auf die Erfolgswelle, denn nur so kann die Digitalisierung auch bei uns funktionieren.

Herzliche Grüße



Franziska Cernak
Brand Managerin
CompuGroup Medical Deutschland AG
Kommunikation D-A-CH



INHALT

FOKUS

- 04 ANLEITUNG ZUM GLÜCKLICHSEIN
- 06 HERZLICHEN DANK FÜR IHR FEEDBACK!
Leserumfrage
- 08 CLICKDOC:
Stress und Chaos im Praxisalltag
reduzieren
- 12 SERVICE
Klares Ziel: gut, besser, optimal
- 16 WIE VON ZAUBERHAND:
Datenschutz

TIPPS & TRICKS

- 18 GEWUSST WIE ...
Tipps & Tricks für Ihr
CGM MEDISTAR

LIFESTYLE

- 22 ERFOLGREICH
ONLINE RECHERCHIEREN
- 24 TIPPS GEGEN DIGITALE DEMENZ
- 24 GUT FÜR IHR PRAXISIMAGE:
Eigene Briefmarken
- 25 GEWINNSPIEL
- 26 WORTWÖRTLICH
- 27 IMPRESSUM



ANLEITUNG ZUM GLÜCKLICH- SEIN

GEHEN SIE AUF DIE SEITE 11 UND FOLGEN SO IHREM HERZEN

Der „Internationale Tag des Glücks“ soll daran erinnern, dass zum Glück mehr gehört als Wirtschaftswachstum und Umsatz – nämlich Mitgefühl, Gemeinwohl und nachhaltige Entwicklung.

GLÜCKSFORSCHER WISSEN GENAU, WORAUF ES ANKOMMT. DIESE FAKTOREN SORGEN DAFÜR, DASS UNSER GLÜCKSNIVEAU OBEN BLEIBT.

**FLEXIBLE
ARBEITSZEITEN**

KREATIVITÄT	TEAMARBEIT	EINKOMMEN	GESUNDHEIT
WOHNEN	FREIZEIT	FAMILIE	FREUNDE
FREIHEIT	SCHOKOLADE	VERTRAUEN IN SICH SELBST	VERTRAUEN IN ANDERE

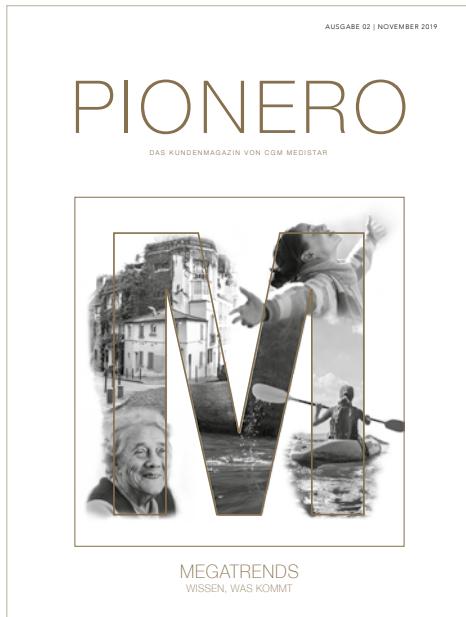
QUELLE: BR.DEWISSEN; GLÜCKSATLAS 2019.

HERZLICHEN DANK

FÜR IHR FEEDBACK!

Wir haben Sie gefragt, wie Ihnen unsere Zeitschriften PIONERO und MFA gefallen. Und mehr als 560 Leser haben sich an der Umfrage beteiligt, das ist super! Als Dankeschön für Ihre Unterstützung gab es das iPhone XR im Wert von 900 Euro zu gewinnen.

Wir freuen uns über Ihr sehr positives Feedback. Die Mehrheit (465) liest unsere Zeitschriften regelmäßig und findet die Themenauswahl sowie die Aufmachung gut (48 %) bis sehr gut (38 %). Der Gesamteindruck ist für Sie stimmig. Gefragt nach dem bevorzugten Weg für relevante Informationen aus unserem Hause, gehören die Zeitschriften (263) eindeutig dazu. Zusätzlich bevorzugen Sie den Newsletter, die Website und den persönlichen Kontakt. Kurzum: **Auch in Zukunft werden wir Sie mit unseren Zeitschriften auf dem Laufenden halten.**



PRINT ODER DIGITAL? – PRINT UND DIGITAL!

Die meisten Leser/-innen mögen es, in **gedruckten Zeitungen zu blättern (59 %)**, lesen aber auch die **elektronischen Ausgaben der Zeitungen (49 %)**. Sie **heben gerne Gedrucktes auf**, um später etwas nachlesen zu können **(40 %)**.

IHRE TOP 4 DER BEVORZUGTEN THEMEN

1

TIPPS & TRICKS
FÜR IHR
CGM MEDISTAR

2

WISSENSWERTES
ZUM THEMA **PRAXIS**
UND **PRAXISTEAM**

3

ALLGEMEINE
BEITRÄGE RUND
UM DAS
GESUNDHEITSWESEN

PRODUKTBEZOGENE
INFORMATIONEN

4



STRESS UND CHAOS IM PRAXISALLTAG REDUZIEREN

WELCHE MFA KENNT ES NICHT: DER TAG HAT GERADE ERST BEGONNEN UND SCHON KLINGELT PAUSENLOS DAS TELEFON UND AUCH DIE WARTESCHLANGE VOR DEM EMPFANG SCHEINT KEIN ENDE ZU NEHMEN. Neben den ersten Diskussionen über Wartezeiten und Chaos mit den zur Behandlung erforderlichen Versicherungskarten werden bereits vom Arzt die ersten Laborergebnisse oder Karteikarten benötigt, zwischendurch klingelt immer wieder das Telefon und obendrein haben einige Patienten bereits ihren Termin vergessen. Stressig, der heutige Praxisalltag, in dem MFAs Multitasker sein müssen. Höchste Zeit, den Stress zu reduzieren.



BELASTUNGSSITUATIONEN SENKEN MIT HILFE VON ONLINE-TERMINEN?

Dass ungeduldige oder unpünktliche Patienten im Praxisalltag Nerven kosten, ist kein Geheimnis. Der viel größere Stressfaktor wird allerdings von etwas anderem verursacht: dem ständig klingelnden Telefon! Termine oder Terminänderungen werden im Minutentakt angefragt, da der ursprüngliche Termin wieder einmal vergessen wurde, vermeintliche Notfälle werden bis ins kleinste Detail geschildert und zwischendurch wird versucht, sich fernmündlich eine Beratung zu erschleichen.

Warum also Termine nicht einfach online vergeben? Dabei haben Sie die Zügel in der Hand, denn Sie lassen immer nur so viele Termine zu, wie Sie möchten. Ihre Patienten werden automatisch per E-Mail, SMS oder App an den vereinbarten Termin erinnert. **Der große Vorteil lässt nicht lange auf sich warten: Das Anrufaufkommen sinkt signifikant, während parallel die Zufriedenheit der Patienten steigt.** Das ganze Praxisteam wird somit deutlich entlastet, vor allem am Montagmorgen oder zum Quartalsbeginn. Viele Praxen berichten bereits begeistert: „Bei uns entfällt jedes fünfte bis sechste Telefonat zur Terminvereinbarung oder -verschiebung! Das sorgt für Entlastung an der Anmeldung, vor allem morgens.“



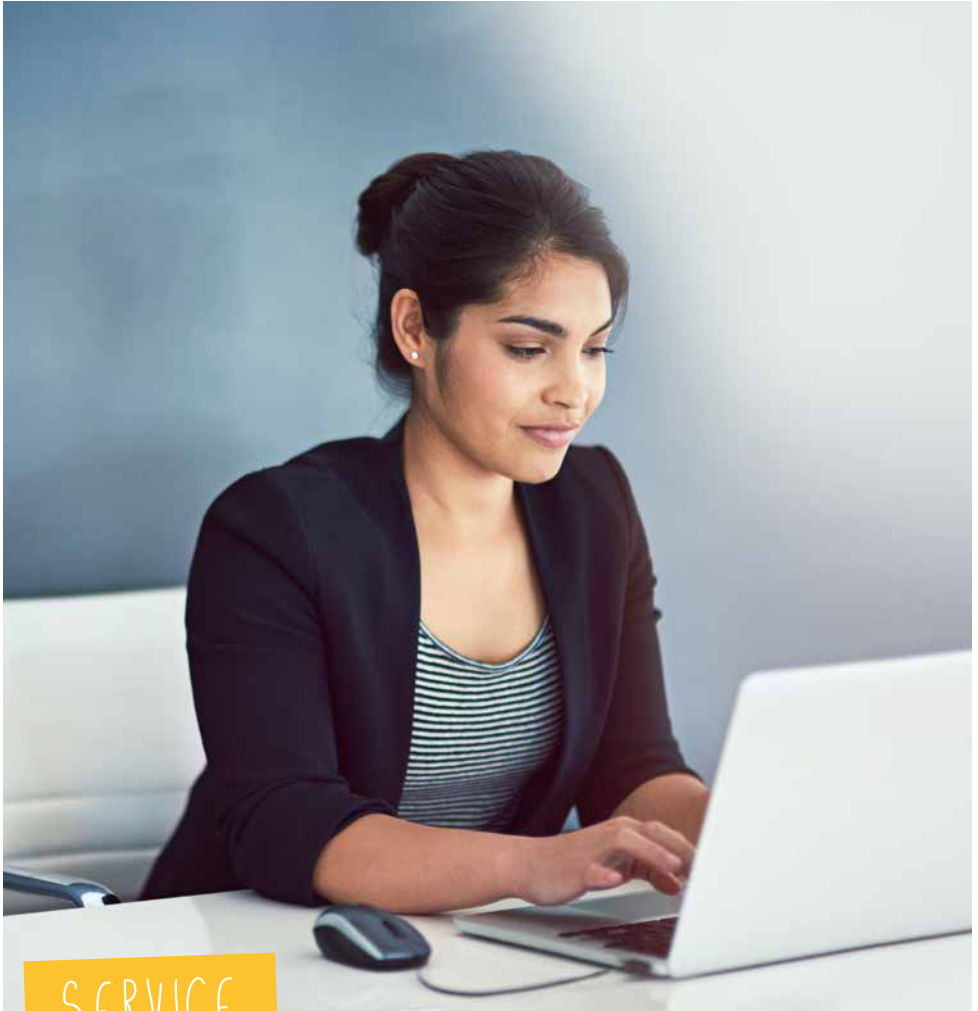
KEINE ANGST VOR ANSTECKUNG

Zur Betreuung (potenziell) infizierter oder erkrankter Personen ist die Videokommunikation eine einfache und vor allem sichere Lösung für alle Seiten. Durch den Einsatz einer Videosprechstunde können Sie Patienten und Ihr Team, aber auch sich selbst und Ihre Familie vor einer Ansteckung schützen. CGM bietet Ihnen deshalb in dieser akuten Krisensituation CLICKDOC VIDEOSPRECHSTUNDE kostenlos an. Die Lösung kann umgehend allen Ärzten, Zahnärzten, Psychotherapeuten, Hebammen, Apothekern, Patienten und sozialen Einrichtungen zur Verfügung gestellt werden und ist sofort einsatzbereit. Voraussetzung für Sie ist lediglich eine Registrierung, um per E-Mail eine Benutzerkennung zu erhalten. Ihr Patient erhält über Sie dann eine ID und kann sich damit sofort über Smartphone, Laptop oder PC zur Videosprechstunde einloggen. Ein Download oder eine Installation sind nicht notwendig.

BLEIBEN SIE GESUND!



SICHER IST SICHER, GEHEN SIE ZU SEITE 16



SERVICE

KLARES ZIEL: GUT, BESSER, OPTIMAL

Unser Ziel ist es, Ihnen immer das Beste zu bieten: die beste Software, die besten Lösungen, den besten Service. Doch lässt sich das überhaupt realisieren? Wahrscheinlich nicht, aber man sollte es sich zum Ziel machen, stetig daran zu arbeiten, dem Besten möglichst nahezukommen.



WEBINARE RUND UM DAS UPDATE UND ANDERE WICHTIGE THEMEN

Gerade im letzten Jahr haben wir uns viele Gedanken gemacht, wie wir den persönlichen Kontakt zu Ihnen ausbauen können und wie wir die vielen Informationen rund um das Gesundheitswesen, unsere Updates, unsere Leistungen und vieles mehr besser an Sie herantragen können. Unter der Prämisse, dass Sie möglichst wenig Zeit und Arbeit dafür aufwenden müssen.

DABEI STELLT SICH UNS DIE FRAGE: SIND IHNEN UNSERE NEUEN UND ETABLIERTEN SERVICES EIGENTLICH BEKANNT UND PROFITIEREN SIE BEREITS VON IHNEN? WENN NICHT, DANN WIRD ES HÖCHSTE ZEIT, SICH EINEN ÜBERBLICK ZU VERSCHAFFEN, WAS SIE BIS JETZT VERPASST HABEN.

Wir wissen, dass es Ihnen oftmals an der nötigen Zeit fehlt, sich mit den Update-Neuheiten oder auch wertvollen Zusatzlösungen auseinanderzusetzen.

Doch uns ist es wichtig, dass Ihnen diese wertvollen Informationen nicht einfach entgehen. Aus diesem Grund haben wir uns einen komfortablen Weg für Sie überlegt: Lehnen Sie sich zurück und lassen Sie sich alle aktuellen Informationen und CGM MEDISTAR-Inhalte von uns präsentieren. Kostenlos, kurz und knackig anhand unserer **Online-Webinare**.

Wann die Webinare stattfinden, erfahren Sie aktuell noch per Fax, zukünftig über unseren Newsletter.

MELDEN SIE SICH JETZT AN:
cgm.com/medistar-newsletter



HAUTNAH-VERANSTALTUNGEN

UND MESSEN



ONLINE-AKADEMIE

Lassen Sie uns ins Gespräch kommen. Im Laufe des Jahres bieten wir Ihnen 37 kostenlose CGM MEDISTAR hautnah-Veranstaltungen rund um CGM MEDISTAR und das Gesundheitswesen deutschlandweit an. Mit interessanten Referenten, einem Messekonzept mit spannenden Themen rund um die Arztpraxis sowie einem CGM MEDISTAR-Team vor Ort, das Ihre Fragen beantwortet. Seien Sie dabei!

MELDEN SIE SICH JETZT AN:
cgm.com/medistar-hautnah

Die Online-Akademie vermittelt Wissen, das Ihnen die Möglichkeit gibt, den Praxisalltag effektiv und vor allem erfolgreich zu bewältigen.

- Über 900 Termine mit ca. 50 Referenten pro Jahr
- Themen sowie Tipps und Tricks rund um CGM MEDISTAR, MOVIESTAR u. v. a.
- Flexible Termine, Dauer 15 bis 60 Minuten
- Keine Anfahrt
- Kein stundenlanger Arbeitsausfall in der Praxis
- Teilnahme an den Schulungen bequem von jedem internetfähigen Computer (DSL-Flatrate vorausgesetzt)
- Beliebig viele Personen können über Lautsprecher mithören

Nehmen Sie Kontakt zu Ihrem CGM MEDISTAR-Vertriebs- und Servicepartner auf, um mehr zu erfahren oder entdecken Sie die Angebote auf der entsprechenden Website. Auf www.medit-akademie.de können Sie sich einen Überblick über die buchbaren Themen und Termine verschaffen und sich unverbindlich registrieren. Neben den kostenpflichtigen gibt es auch einige kostenlose Seminare zum Reinschnuppern.



UPDATE-NEUHEITEN-FLYER:

ALLES AUF EINEN BLICK

NEWSLETTER +

SONDERNEWSLETTER (E-BOOK)

Das Update bringt jedes Quartal viele KBV-Änderungen und Anpassungen mit sich sowie neue Funktionen in CGM MEDISTAR, die wir auf Ihren Wunsch hin umsetzen.

Neben dem umfangreichen Leitfaden erhalten Sie mit dem Update den Neuheiten-Flyer, der kompakt und auf den Punkt die wichtigsten Informationen für Sie bereithält. Schauen Sie doch mal rein.

Der Newsletter ist ein etabliertes Medium, mit dem wir bereits knapp 9.000 Ärzte/-innen und Medizinische Fachangestellte versorgen.

Alle zwei Wochen werden den Leserinnen und Lesern aktuelle Meldungen und Neuheiten rund um CGM MEDISTAR sowie weiterbildende Tipps und Tricks an die Hand gegeben. Ein eindeutiger Vorteil: Der ein oder andere Hotline-Anruf wird ganz schnell überflüssig. Einmal im halben Jahr bekommen Sie zudem unser E-Book „Tipps und Tricks“ zugeschickt.

Um sich selbst zu überzeugen, welchen Mehrwert Ihnen der Newsletter bietet, können Sie sich gerne die letzten Newsletter online anschauen und sich bei Gefallen direkt anmelden:

cgm.com/medistar-newsletter



SICHER IST SICHER: PC-LOC®

GEHEN SIE ZU SEITE 22 UND FOLGEN SIE IHREM GLÜCK

WIE VON ZAUBERHAND:

DATENSCHUTZ

SIE SIND STÄNDIG IN BEWEGUNG. AUS DIESEM GRUND GEHÖRT DAS PERMANENTE SPERREN UND ENTPERREN VON GERÄTEN ZU DEN BESONDERS WICHTIGEN, ABER AUCH LEIDIGEN HANDGRIFFEN IM PRAXISALLTAG, UM PC-ARBEITSPLÄTZE VOR FREMDZUGRIFF UND DATENMISSBRAUCH ZU SCHÜTZEN.

Hierfür gibt es nun eine Lösung, die mitdenkt: Anhand eines Annäherungssensors registriert PC-LOC®, wenn Sie sich aus dem zuvor definierten Arbeitsbereich entfernen, und sorgt dafür, dass Sie sofort automatisch aus CGM MEDISTAR abgemeldet werden. Nähern Sie sich dem Gerät wieder an, entspernt es sich automatisch und meldet Sie als Nutzer mit Ihrer ID in CGM MEDISTAR an.

Weniger Handgriffe, mehr Zeit für Ihre Patienten, hohe Datensicherheit!



SCHULUNG UND SENSIBILISIERUNG DER MITARBEITER WIRD ALS BESTE MASSNAHME GESEHEN, UM DATENSICHERHEIT ZU GEWÄHRLEISTEN.

Patienten vertrauen darauf, dass in Praxen folgende Maßnahmen umgesetzt werden:

- Alle Computer sind durch eine Anti-Virus-Software gesichert, die Angriffe von außen abwehrt.
- Patientenakten werden sicher verwahrt, da die Computer passwortgeschützt sind.
- Patientendaten werden nur verschlüsselt über das Internet versendet.
- Die Zugriffsberechtigung auf Daten wird überwacht, es kann also nicht jeder in der Praxis auf alle Dateien und Ordner zugreifen.
- Alle Patientendaten sind verschlüsselt gespeichert.

IHRE VORTEILE AUF EINEN BLICK:

- Reibungslose Abläufe und hohe Sicherheit durch automatisches Sperren und Entsperren
- Schneller berührungsloser Login
- Erfüllen höchster Datensicherheitsstandards
- Zentrales Management der Zugriffsrechte
(1 Person: 1 Computer | 1 Person: mehrere Computer | mehrere Personen: 1 Computer)
- Automatische Dokumentation aller Login-/Logout-Aktivitäten
- Sehr leichter und widerstandsfähiger Schlüssel individuell für jeden Mitarbeiter

BEI INTERESSE FRAGEN SIE BEI IHREM CGM MEDISTAR-VERTRIEBS- UND SERVICE-PARTNER NACH.

GEWUSST WIE ...

RECHNUNGSANGANGSBUCH EINFACH EXPORTIEREN

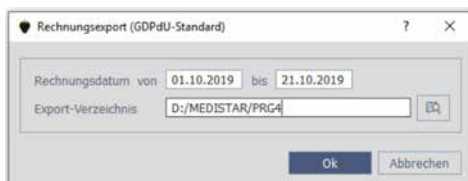
In CGM MEDISTAR haben Sie die Möglichkeit, für die Privatliquidation das Rechnungsausgangsbuch nach GDPdU-Standard (GDPdU= Grundsätze zum Datenzugriff und zur Prüfbarkeit digitaler Unterlagen) zu exportieren.

Das kommt Ihnen dann zugute, wenn Daten im Falle einer Betriebsprüfung über eine Betriebsprüfungssoftware importiert werden müssen.

GEHEN SIE WIE FOLGT VOR:

Geben Sie auf der Kommandoebene „PLEX“ ein.

Wählen Sie den Auswertungszeitraum für den Datenexport aus. Der Speicherort der Daten ist frei wählbar, sie können beispielsweise auf Ihrem Desktop gespeichert werden.



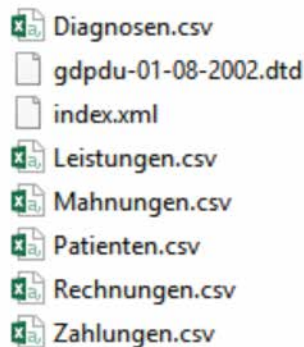
Rechnungsexport (GDPdU-Standard)

Rechnungsdatum von: 01.10.2019 bis: 21.10.2019

Export-Verzeichnis: D:/MEDISTAR/PRG4

Ok Abbrechen

Der Ordner, der sich dabei automatisch anlegt, heißt: GDPdUExport_PraxisX_VonDatum_BisDatum



HINWEIS: Es werden keine Patientennamen exportiert, lediglich die Patientennummer. Zudem ist eine gemeinsame Nutzung der Privatliquidation bei der Erstellung der Export-Dateien nicht möglich, da sonst die Korrektheit der Daten nicht gewährleistet werden kann.

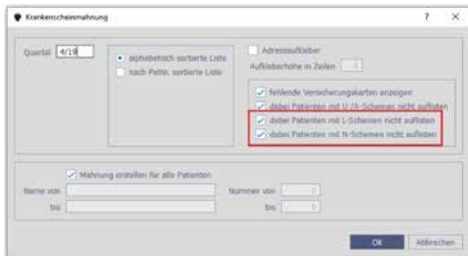
KRANKENSCH EINM AHNUNGEN

ÜBERSICHTLICHER DARSTELLEN

Seit einiger Zeit ermöglichen wir es Ihnen, Scheine, bei denen nicht zwingend die Versichertenkarte notwendig ist, aus der Krankenscheinmahnung herauszunehmen, beispielsweise Laboraufträge oder Notfallscheine. Dadurch haben Sie den Vorteil, dass Ihre Liste wesentlich übersichtlicher wird.

Rufen Sie über die Kommandozeile „KMAHN“ auf und entscheiden Sie per Klick, ob die Patienten mit Labor- oder Notfallscheinen auf Ihrer Liste erscheinen sollen.

Mit „OK“ bestätigen und schon profitieren Sie von einer geordneteren Liste.



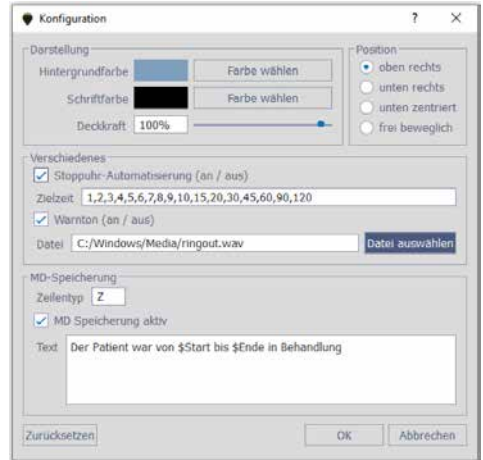
BEHANDLUNGSZEITEN

IM BLICK

Um die genaue Behandlungszeit für die Patienten im Blick zu behalten, können Sie die Stoppuhr in CGM MEDISTAR aktivieren.

Rufen Sie hierfür auf der Kommandoebene „ISU“ auf, um die Stoppuhr zu konfigurieren:

- Hintergrundfarben
- Schriftfarben
- Position der Stoppuhr



Im Bereich „Verschiedenes“ setzen Sie den Haken bei Stoppuhr-Automatisierung, damit die Stoppuhr in Ihrem CGM MEDISTAR erscheint. Zudem können Sie hier Zielzeiten definieren, die Sie dann bei der Behandlung auf jeden Patienten abgestimmt auswählen können. Überschreiten Sie die gewählte Zielzeit bei der Behandlung, blinkt die Stoppuhr rot und es kann bei Bedarf ein Warnton erklingen.

Um die Zeit in den MDs protokollieren zu können, wählen Sie im Bereich „MD-Speicherung“ einen Zeilentypen aus und setzen Sie den Haken bei „MD-Speicherung aktiv“. Der Text, den Sie mit \$Start und \$Ende in den dafür vorgesehenen Einstellungsbereich geschrieben haben, wird in die MDs übernommen, sobald Sie nach Behandlungsende die Schaltfläche „MD“ auswählen.



WARTEBEREICHE DARSTELLEN

Für einen besseren Überblick in der Warteliste haben Sie die Möglichkeit, verschiedene Wartebereiche bzw. Räume zu konfigurieren.

Geben Sie hierfür in der Kommandozeile „ITKW“ ein.



Über die Konfigurationshilfe können Sie für alle Ihre Terminarten einen eigenen Wartebereich anlegen. Dies passiert automatisch, wenn Sie die Schaltfläche „Wartebereiche gemäß Terminarten konfigurieren“ auswählen.

In den „Allgemeinen Einstellungen“ definieren Sie, wie viele Wartebereiche und Räume nebeneinander angezeigt werden sollen.

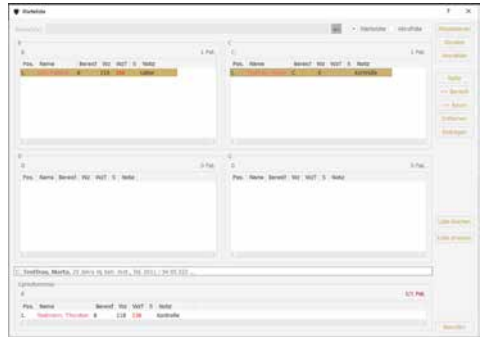
Im Einstellungsbereich „Automatische Aktualisierung“ legen Sie fest, in welchem Intervall die neu hinzugefügten Patienten in der Warteliste angezeigt werden sollen.

IN DEN BEREICHEN „ABRUFLISTE“, „WARTEBEREICHE“ UND „RÄUME“ NEHMEN SIE FOLGENDE EINSTELLUNGEN VOR:

- Überschriften der Wartebereiche,
- an welchem Task sie angezeigt werden sollen,
- Listenspalten für den Wartebereich,
- wie viele Patienten in einem Raum eingetragen werden können, bis dieser als „belegt“ markiert wird
- und vieles mehr.

(„HitPanel-Anzeigesystem“ muss hierbei nicht beachtet werden!)

Haben Sie alle Konfigurationen abgeschlossen, werden in der Warteliste die verschiedenen Wartebereiche und Räume dargestellt.



Damit Sie über Überbelegungen informiert werden, erhalten Sie bei der Auswahl „Raum“ folgenden Hinweis, wenn der Raum bereits belegt ist:

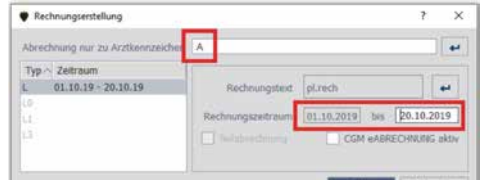




RECHNUNGSERSTELLUNG NACH ARZTKENNZEICHEN

Möchten Sie Rechnungen von mehreren Ärzten an einem Tag erstellen? Kein Problem!

Für jeden Arzt sind arztkennzeichenbezogen Leistungen und Diagnosen in den MDs hinterlegt, die gefiltert werden können.



01.10.2019	A	D	Diabetes mellitus Typ I
	A	L	1-5-750-1
02.10.2019	B	D	Fraktur li. Fuß
	B	L	1
20.10.2019	A	L	1-5-750-3-7-0K1-4
21.10.2019	B	L	1-5-750-3-7-0K1-4
	R		

Nach Rechnungserstellung rufen Sie wieder „PLRE“ auf, um die Rechnung für den nächsten Arzt – wie oben beschrieben – mithilfe des Arztkennzeichens am gleichen Tag zu erstellen.

Geben Sie auf der Kommandoebene „PLRE“ ein und tragen Sie im Feld „Abrechnung nur zu Arztkennzeichen“ das gewünschte Arztkennzeichen ein. Bestätigen Sie dieses mit der Return-Taste oder wählen Sie den Pfeil rechts aus. Im folgenden Schritt wird Ihnen automatisch der passende Zeitraum für das jeweilige Arztkennzeichen angezeigt.

L	1-5-750-3-7-0K1-4	
R	<A> Nr.100059-20.10.19	vom 21.10.19
L	1-5-750-3-7-0K1-4	
R	 Nr.100060-21.10.19	vom 21.10.19

DAS LÖSUNGSWORT LAUTET: GLÜCKLICHSEIN



ERFOLGREICH

ONLINE RECHERCHIEREN

Jeden Tag suchen wir zu privaten oder beruflichen Fragen nach Informationen im Internet. Doch finden wir auch immer genau das, wonach wir suchen? Die „**Google Zukunftswerkstatt**“ lädt Sie ein: auf einen Streifzug durch die Welt der Online-Recherche. In dem kostenlosen Kurs lernen Sie effektive Techniken und hilfreiche Werkzeuge kennen sowie Tipps und Tricks, wie Sie zukünftig zielgerichteter, schneller und sicherer recherchieren.

Hier geht's zum Kurs:

https://learndigital.withgoogle.com/zukunftswerkstatt/course/erfolgreich_online_recherchieren

TIPPS GEGEN DIGITALE DEMENZ

Die intensive Nutzung digitaler Medien birgt auch Gefahren. Experten gehen sogar so weit zu behaupten, dass unser Gehirn abbaut. Die gute Nachricht lautet, dass jeder etwas dagegen tun kann.

Die Tipps stammen aus dem Buch „Digitale Demenz“ von dem Gehirnforscher Manfred Spitzer.

- 1 **Ernährt euch gesund!**
- 2 **Bewegt euch täglich eine halbe Stunde!**
- 3 **Seid im Hier und Jetzt, nicht irgendwo anders!**
- 4 **Nehmt euch nur das vor, was auch machbar ist!**
- 5 **Helft anderen!**
- 6 **Gebt Geld aus für Ereignisse, nicht für Sachen!**
- 7 **Hört Musik!**
- 8 **Singt!**
- 9 **Lächelt!**

Wenn Sie genauer nachlesen möchten:

BUCH-TIPP: „Digitale Demenz: Wie wir uns und unsere Kinder um den Verstand bringen“, von Manfred Spitzer.



IHR LOGO

GUT FÜR IHR PRAXISIMAGE:

EIGENE BRIEFMARKEN

Mit einer eigenen Gestaltung wird jeder Brief und jede Postkarte zum einzigartigen Markenbotschafter für Ihre Praxis.

www.deutschepost.de/de/m/marke_individuell/geschaeftskunden.html

LUST, ONLINE ZU SHOPPEN?

DANN AB AUF DIE SUCHE! UNTEN RECHTS AUF SEITE 4 GEHT ES LOS.

Senden Sie die Lösung an die E-Mail-Adresse der Redaktion **kundenmagazin.mfa@cgm.com** mit Ihrer Postadresse und dem Namen der Praxis. Gewinnen Sie einen **Amazon-Gutschein** im Wert von **50 Euro**.

Einsendeschluss ist der 30. Juni 2020. Ihre Kontaktdaten werden von CGM MEDISTAR ausschließlich für die Auslosung des Gewinnspiels und die Kontaktaufnahme im Gewinnfall verwendet und gespeichert sowie im Nachgang an die Gewinnauslosung umgehend gelöscht. Die Gewinnübermittlung erfolgt postalisch. Der Rechtsweg ist ausgeschlossen. Mitarbeiter von CGM MEDISTAR und CGM SE sind von der Teilnahme ausgeschlossen.

In der letzten Ausgabe sollten Sie das Zitat „Öffnen Sie die Augen für eine Zukunft voller Möglichkeiten“ finden. Die richtige Antwort lautet: Seite 2. Wir gratulieren dem Gewinner!



**ALS MFA
SICHER UND
GESCHÜTZT
VON ZU HAUSE
AUS ARBEITEN**

UND ANSTECKUNGS-
GEFAHR REDUZIEREN

**TELEMED
Mobile Praxis
Center**

Jetzt kostenfrei
bis 30.06.2020!

Weitere Informationen und eine **Online-Bestellmöglichkeit** finden Sie auf: **cgm.com/telemed-mpc**
Oder fragen Sie bei Ihrem CGM MEDISTAR-Vertriebs- und Servicepartner nach.

WORTWÖRTLICH

TOMATEN AUF DEN AUGEN HABEN

Bedeutung: Etwas übersehen, nicht bemerken.

Der Spruch kommt aus dem mittelalterlichen Spanien. Dort galt die Tomate als Frucht der Sünde, sodass Diebe oder Betrüger oft das Gerichtsurteil „tomates en los ojos“ (Tomaten auf die Augen) hörten. Das bedeutete, dass sie wochen- oder monatelang Tomaten vor die Augen gebunden bekamen und sich so in der Öffentlichkeit zeigen mussten.

DEN FADEN VERLIEREN

Bedeutung: Vergessen, was man sagen wollte.

Die Redewendung hat seinen Ursprung im Bereich des Spinnens und Webens. Rutschte einem der Faden aus der Hand, wurde der Arbeitsablauf gestört und man verlor wertvolle Zeit.

KOHLDAMPF HABEN

Bedeutung: Sehr hungrig sein.

„Rotwelsch“ entwickelte sich früher aus mehreren Dialekten unter Landstreichern. Hunger bedeutete Koll(er) und/oder Dampf, woraus das Wort Kohldampf entstanden ist.

JEMANDEM DEN LAUFPASS GEBEN

Bedeutung: Eine Beziehung beenden.

Im 18. Jahrhundert bekamen Soldaten den Laufpass ausgestellt, wenn sie aus dem Militärdienst austraten. Dieser Ausweis belegte, dass sie nicht desertiert sind, sondern offiziell aus dem Dienst ausscheiden durften.

QUELLE: WIKIPEDIA



IMPRESSUM

HERAUSGEBER

CompuGroup Medical Deutschland AG
Geschäftsbereich MEDISTAR
Karl-Wiechert-Allee 64, 30625 Hannover

REDAKTION

Franziska Cernak
Beata Luczkiewicz
Jürgen Veit (Chefredakteur)

BILDNACHWEIS

CGM Deutschland AG
gettyimages: S. 1, 2, 3, 4, 6, 9, 10, 11, 12, 17, 21, 22, 24, 27

LAYOUT

Nicole Mengelkoch

DRUCK

DFS Druck Brecher GmbH
Rheinische Allee 5, 50858 Köln

MFA – EINE KOSTENFREIE BEILAGE DES PIONERO

MFA

CompuGroup Medical Deutschland AG

Geschäftsbereich MEDISTAR

Karl-Wiechert-Allee 64

30625 Hannover

T +49 (0) 511 5405-00

F +49 (0) 511 5405-3986

info@medistar.de

cgm.com/medistar