

ÜBER UNSERE KLINIK- SPAZIERGÄNGE ...

Während eines Krankenhausaufenthaltes kann es zu längerer Bettlägerigkeit ohne regelmäßige körperliche Aktivität kommen. Das kann viele Probleme verursachen, u.a. Muskelschwäche, Gelenksteifigkeit und Verstopfung.

Bewegung stärkt Körper und Seele

Bewegung ist ein wahres Wundermittel, wenn es um gesundheitliche Prävention geht. Herz, Organe und Muskulatur kommen damit in Schwung. Und sie bedanken sich dafür, indem sie z. B. die Ausschüttung von Endorphinen, auch Glückshormone genannt, anregen. Diese wiederum steigern merklich die Laune.

Körperlich aktive Menschen sehen daher nicht nur frischer aus, sondern sind auch im Alltag belastbarer und fühlen sich besser. Bewegung lässt zudem den Fettstoffwechsel verstärkt arbeiten und senkt so u. a. die Cholesterinwerte. Obendrein kommt das Immunsystem auf Touren und produziert vermehrt Abwehrzellen.

(Bundesministerium für Gesundheit)

DIE DIAKOVERE SCHWESTERNSCHAFT

Wir sind eine aufgeschlossene evangelische Schwesternschaft von etwa 600 Frauen und Männern aller Alters- und Berufsgruppen.

Wir arbeiten in der Regel in den Einrichtungen und Arbeitsfeldern der DIAKOVERE gGmbH sowie ihrer Kooperationspartner.

Wir gestalten unsere Schwesternschaft selbstständig. Als äußeres Zeichen unserer Zusammengehörigkeit und unserer Qualifikation tragen wir die Brosche und – zu besonderen Anlässen – unsere Tracht.

Kontakt

DIAKOVERE Schwesternschaft
Humboldtstraße 5
30169 Hannover
Telefon: (05 11) 129-22 04

Oberin Schwester Nicole Trumpetter
Telefon 0511 / 129-2201
nicole.trumpetter@diakovere.de

Referentin Schwester Sabine Ritter
Telefon 0511 / 129-2205
schwesterenschaft@diakovere.de

www.diakovere.de



**Machen Sie sich
auf den Weg!**



KLINIKSPAZIERGANG

Kleine Rundgänge durch das
Friederikenstift

LIEBE PATIENTINNEN UND PATIENTEN!

Mit unseren Spaziergängen möchten wir Sie einladen, sich während Ihres Aufenthaltes bei uns im Haus ein wenig zu bewegen und dabei gleichzeitig das Friederikenstift etwas näher kennen zu lernen.

Folgen Sie doch einfach einmal den hier aufgeführten Stationen durch unser Haus – beide Rundgänge starten in der Eingangshalle und können separat oder gleich nacheinander entdeckt werden.

Beachten Sie, dass Sie Runde 1 komplett barrierefrei ist, Runde 2 können Sie zwischen Treppen oder alternativ Aufzug wählen. Wir wünschen Ihnen dabei viel Freude und angenehme Bewegung.

Machen Sie sich auf den Weg!

Orientieren Sie sich an den beschriebenen Haltestellen und Wegbeschreibungen.

Hier finden Sie eine Möglichkeit zum Ausruhen:



Und hier geht es um ein christliches Symbol:



Hier haben wir zusätzliche Informationen für Sie, die Sie über das Scannen des QR-Codes abrufen können:



Diesen Spaziergang gibt es auch online unter www.diakovere.de/schwesternschaft.

Wir hoffen, unsere Spaziergänge machen Ihnen ein wenig Freude und wünschen Ihnen nun gute und schnelle Genesung.

Ihre
DIAKOVERE Schwesternschaft

RUNDE 1

barrierefrei

1. Eingangshalle Christusfigur im Windfang und Infowand



(Gehen Sie durch die Tür rechts vom Empfang und wenden Sie sich nach rechts.)

2. Flur vor Station E-West Schriftrelief an der Wand



(Kehren Sie zurück in die Eingangshalle und gehen Sie raus in den Patientengarten.)

3. Patientengarten Beet in Form eines Fisches



(Gehen Sie zurück in die Eingangshalle und weiter in die zweite Halle bei Aufzug 4.)

4. Zweite Halle bei Aufzug 4 Luftbilder DIAKOVERE-Standorte

(Gehen Sie weiter durch die nächste Tür.)

5. Café-Fenster und Gang bei Stationärer Aufnahme Blick in die alte Eingangshalle, Ida-Arenhold-Mosaik, Fotoausstellung „Krankenhaus früher“



(Gehen Sie den Fenster-Gang weiter, biegen Sie links ab in den Verbindungsgang Richtung „Nord“.)

6. Verbindungsgang Neubau „Nord“ Blick auf alte Fassade und das Fürstenzimmer



(Gehen Sie zurück, folgen Sie dem Fenster-Gang links weiter.)

7. Ahnengalerie und Fotos Portrait-Sammlung, Vitrine und Bilder aus dem historischen Hannover



(Folgen Sie dem Gang weiter.)

8. Schwesternpforte Gemälde Königin Friederike & König Ernst-August



> Ende des Spaziergangs

RUNDE 2

mit Treppen, barrierefrei
über Umwege (Aufzüge)

A. Eingangshalle Christusfigur im Windfang und Infowand



(Fahren Sie mit Aufzug 1/2 in die 5. Etage, wenden Sie sich nach links.)

B. Warteraum 5-West Hannoveraum: Aufenthaltsraum



(Steigen Sie erneut in Aufzug 1/2 oder gehen Sie durch das Treppenhaus bis in die 4. Etage.)

C. Bücherei 4-West Blick in Friedas Bücherei

(Folgen Sie dem Gang Richtung Station 4-Mitte bis zur „Kreuzung“ mit den Aufzügen 6 bzw. 7.)

D. Warteraum 4-Mitte „Gute Stube“



(Nehmen Sie in Aufzug 6/7 oder die Treppe bis in die 3. Etage, dort auf Station 3-Mitte)

E. Warteraum 3-Mitte Urologie: Aufenthaltsraum mit Meditation



(Folgen Sie dem Gang rechts Richtung Station 3-West.)

F. Warteraum 3-West Blumenzimmer: Aufenthaltsraum



(Nehmen Sie in Aufzug 1/2 oder die Treppe bis in die 2. Etage Richtung Palliativstation.)

G. Gemälde vor Palliativstation in der 2. Etage Bild „Leben“



(Gehen Sie eine Treppe runter – oder zurück zum Aufzug, weiter Richtung Kirche in der 1. Etage.)

H. Kirche in der 1. Etage/Altbau, EG Alte Glocke, Blick auf alten Stifts-Eingang, Rosettenfenster, Meditation, Kirche



> Ende des Spaziergangs