



## Personalien

### **Felix Urvat kommt als PJ Student!**

Die meisten von Ihnen dürften den jungen Mann schon kennen, Felix war schon als Famulant und als Aushilfe bei uns. Ab dem 3.7. wird er für vier Monate bei uns seinen letzten Abschnitt des „praktischen Jahres“, den finalen Abschnitt des Studiums absolvieren. Wir freuen uns auf die Zusammenarbeit!



### **Dr. Brigitte Rospert geht zum 1.8.**

Ihr wurde eine Ausbildungsstätte bei Ihrem Wohnort Rottweil angeboten und Frau Rospert hat sich leider entschieden, ab dem 1.8. ihre Weiterbildung dort fortzusetzen. Wir verzichten nur ungern auf die engagierte Kollegin und wünschen ihr für die berufliche und private Zukunft alles Gute.



### **Dr. Sandra Buck kommt zum 1.10.**

Frau Buck hat vor kurzem ihre Facharztprüfung in der Anästhesie abgelegt.

Da sie schon lange Interesse an der Allgemeinmedizin hegt, hat sie sich entschlossen, in diese Fachrichtung zu wechseln. Wir freuen uns sehr, dass diese pfiffige, pragmatische junge Ärztin in unser Team kommt.

## Regiodocs ist auf Instagram!



Man muss mit der Zeit gehen: deshalb haben wir gerne den Vorschlag einiger Mitarbeiterinnen aufgegriffen und vor kurzem einen Instagram Kanal (*regio\_docs*) eingerichtet. Hier erfahren Sie alles über neue MitarbeiterInnen, Änderungen in den Praxen und bekommen nützliche Gesundheitstipps – wir freuen uns, wenn Sie uns auf Instagram „folgen“!

## Änderungen in der Erreichbarkeit

Da unsere Telefonzentrale die Menge der anfallenden Anrufe, Mails, Rezeptanforderungen etc. nicht mehr bewältigen konnte, mussten wir einiges umstellen.

Direkt per Telefon erreichbar sind wir nur noch von 8–11 Uhr morgens.

Außerhalb dieser Zeiten können Sie auf dem Anrufbeantworter eine Rückrufbitte hinterlassen, Rezept- oder Überweisungswünsche aufsprechen, eine kurze Mail schreiben oder online einen Termin ausmachen. In dringlichen Fällen erreichen Sie uns nach wie vor telefonisch.

Die Umstellung hat gut geklappt, danke für Ihr Verständnis und Ihre Mitarbeit!

## Schließtage während der Sommerferien:

Während der Sommerferien haben wir nicht das Personal immer alle Praxen offen zu halten, geschlossen sind:

31.07.–11.08.	Praxis Hardt
07.08.–11.08.	Praxis Schramberg
14.08.–25.08.	Praxis Sulgen
28.08.–01.09.	Praxis Schramberg
04.09.–08.09.	Praxis Aichhalden

## Es wird heiß!

Schon im Juni war es an vielen Tagen deutlich zu warm, Juli und August sind ähnlich hohe Temperaturen zu erwarten. Die WHO warnt vor gesundheitlichen Hitzefolgen. Hier ein paar Tipps für wirksamen Schutz:

1. Richtige Kleidung: helle, atmungsaktive Kleidung schützt vor der Sonne
2. Viel trinken: es gilt: bei Hitze mehr und öfters trinken, am besten Tee, Wasser oder leichte Süßgetränke, Alkohol unbedingt vermeiden!!!
3. Effektiv verdunkeln: morgens die Wohnung gut durchlüften, dann die Fenster schließen und verdunkeln.
4. Mit Eis arbeiten: Ein Eimer mit Eiswürfeln vor dem Ventilator kühlt ähnlich wie eine Klimaanlage. In Tropennächten evtl. mit T-Shirt aus dem Eisfach schlafen...
5. Sprühflasche mitnehmen: mit Wasser aus einer kleinen Sprühflasche lassen sich Arme, Gesicht und Dekolleté wunderbar erfrischen