

**BANDICK
BANDICK**

MOBILE PFLEGEAMBULANZ ANN BANDICK GMBH



Inhalt

	Seite
Die Mobile Pflegeambulanz Ann Bandick GmbH stellt sich vor	4
□ 24-Stunden-Erreichbarkeit	5
□ Beratung	5
□ Anträge	5
□ Zusammenarbeit	5
<hr/>	
Ambulante Leistungen für psychisch kranke/seelisch behinderte Menschen	7
□ Verbesserung und Sicherstellung der Teilhabe am gesellschaftlichen Leben: Eingliederungshilfe gem. §§99ff SGB IX	8
□ Absicherung ärztlicher (psychiatrischer) Leistungen: Fachpsychiatrische Krankenpflege gem. SGB V § 132	10
□ Unterstützung des selbstständigen Lebens im eigenen Haushalt: Hilfe zur Weiterführung des Haushalts gem. SGB XII § 70 Haushaltshilfe gem. SGB XII § 27	10
□ Unterstützung der sozialen oder familiären Situation, besonders der Kinder und Jugendlichen in der Familie: Hilfen zur Erziehung gem. §§ 30/31 SGB VIII Haushaltshilfe gem. SGB V §§ 38.1 und 38.2.	11

	Seite
□ Unterstützung der somatisch gesundheitlichen Situation: Häusliche Krankenpflege gem. SGB V § 132 Hilfe zur Pflege gem. SGB XI Hilfe zur Pflege gem. SGB XII	11
<hr/>	
Ambulante Leistungen für geistig-, körperlich- und sinnesbehinderte Menschen	
□ Eingliederungshilfen gem. SGB XII §§ 53/54.....	13
<hr/>	
Ziele/Methoden/Service	16
<hr/>	
Hilfe zur Selbsthilfe	17
<hr/>	
Unsere Hilfe zeichnet sich aus durch	17
<hr/>	
Das Team: Fachqualifikationen, Supervision und Weiterbildung	18
<hr/>	
Wie wir unsere Qualität sicherstellen	
□ Interne Qualitätszirkel	19
□ Patientenbefragungen und Beschwerdemanagement	19
□ Qualitätssicherung	19
<hr/>	
Arbeitsgruppen und Organisationen	19

Die Mobile Pflegeambulanz Ann Bandick GmbH stellt sich vor

Die Mobile Pflegeambulanz Ann Bandick GmbH ist seit 1990 spezialisierter Anbieter personenzentrierter und ambulanter Hilfen für Menschen, die trotz gesundheitlicher und sozialer Einschränkungen das Leben im eigenen Zuhause wünschen. Darin helfen und unterstützen wir psychisch kranke, seelische behinderte Menschen und geistig-, körperlich- und sinnesbehinderte Menschen.

Das Recht auf ein Leben in Selbstbestimmung und Selbstständigkeit müssen auch Menschen realisieren können, die sozial benachteiligt oder behindert sind, die krank sind oder Pflege brauchen. Das Leben in eigener Häuslichkeit als Ausdruck individueller Autonomie, die Erhaltung und Stärkung sozialer Beziehungen und die Unterstützung hilfebedürftiger Menschen sind deshalb unsere Ziele.

Die abgegrenzte Zuständigkeit einzelner Kostenträger (Kranken- und Pflegekassen, Sozialamt u.a.) heben wir durch unsere patientenzentrierte Koordination auf, indem wir alle einschlägigen Leistungsverträge für ambulante Leistungen abgeschlossen haben und so den Hilfeempfängern alle ihnen zustehenden Leistungen aus einer Hand anbieten können. Ein Wechsel der Bezugspersonen und die komplizierte Koordination verschiedener Anbieter bleiben unseren Klienten weitgehend erspart.

DAS LEISTUNGSSPEKTRUM:

- Eingliederungshilfe für Menschen mit Behinderungen (SGB XII):
PPM, PBW, HFbK, WA
- Fachpsychiatrische Krankenpflege (SGB V)
- Hilfe zur Weiterführung des Haushaltes (SGB XII)
- Haushaltshilfe (SGB XII)
- Häusliche Krankenpflege (SGB V)
- Hauswirtschaftliche Versorgung (SGB V)
- Pflegeversicherungsleistungen (SGB XI)
- Hilfen zur Erziehung (SGB VIII)

24-STUNDEN-ERREICHBARKEIT

Wir haben eine telefonische Rufbereitschaft, die jederzeit – auch nachts und an den Wochenenden – erreichbar ist.

Unser Büro ist werktags von 8.30 bis 16.30 besetzt. In diesen Zeiten führen wir persönliche Beratungen durch.

BERATUNG

Wir unterstützen unsere Klienten in Bezug auf Fragen zu Leistungen aller Kostenträger und geben Einschätzungen zu Art und Umfang des individuellen Hilfebedarfs und zu geeigneten Hilfsmöglichkeiten. Die Beratung kann zuhause oder auch bei uns im Büro stattfinden.

ANTRÄGE

Wir helfen bei der Antragstellung von Leistungen der Kostenträger und dabei, das individuell optimale Hilfeprogramm zusammenzustellen. Wir begleiten unsere Klienten auch zu Terminen bei Behörden und Versicherungen.

ZUSAMMENARBEIT

Im Sinne einer vertrauensvollen Zusammenarbeit auf der Basis der Kenntnis und Akzeptanz der unterschiedlichen Rollen und Haltungen kooperieren wir mit

- den sozialpsychiatrischen Diensten der Hamburger Bezirke,
- mit den Fachämtern Eingliederungshilfe und Integration,
- gesetzlichen Betreuern,
- niedergelassenen Ärzten – insbesondere Psychiatern und Neurologen,
- Sozialdiensten der Krankenhäuser,
- Selbsthilfegruppen und
- anderen Trägern der Eingliederungshilfe.

Ambulante Leistungen für psychisch kranke/ seelisch behinderte Menschen

Wir unterstützen psychisch kranke/seelisch behinderte Menschen in ihrer Selbständigkeit.

Dazu entwickeln wir unsere Hilfen personenzentriert:

Für Menschen mit psychischen Krankheiten/seelischen Behinderungen bieten wir ein vielfältiges Spektrum von Leistungen verschiedener Kostenträger, aus denen integrierte, individuelle Programme erstellt werden.

Die Leistungen sind dabei medizinisch/psychiatrisch pflegerisch und sozialpädagogisch ausgerichtet.

DER FACHLICHE ANSATZ, DEN WIR VERFOLGEN,
WIRD GEPRÄGT VON:

- der Orientierung auf die Ressourcen unserer Klienten, und
- eine individuell ausgerichtete Sozialpädagogik, die sich an den Diagnosen orientiert.

Das Leben mit einer schweren psychischen Krankheit/seelischen Behinderung ist geprägt von besonderen Wahrnehmungs- und Verhaltensmustern, die häufig das Leben in der Gemeinschaft erschweren.

Deshalb ist unsere Eingliederungshilfe auf diese Besonderheiten in jedem Einzelfall spezifisch eingestellt und setzt auf die Stärkung vorhandener Kompetenzen.

VERBESSERUNG UND SICHERSTELLUNG DER TEILHABE AM GESELLSCHAFTLICHEN LEBEN

Eingliederungshilfe gem. §99ff SGB IX: PPM

Wir bieten Eingliederungshilfe für psychisch kranke/seelisch behinderte Menschen gem. §99ff SGB IX (PPM: personen-zentrierte Hilfen für psychisch kranke Menschen) an.

Diese Hilfen richten sich auf die Wiedergewinnung einer selbständigen und selbstverantwortlichen Lebensführung im eigenen Haushalt und die Teilnahme am Leben in der Gemeinschaft.

Wichtig dafür ist der Erhalt bzw. die Herstellung besserer Lebensverhältnisse, besonders bezüglich der finanziellen Absicherung und des Wohnens.

In diesem Sinn verfolgen wir die Stabilisierung des sozialen Netzwerks bzw. helfen bei dessen Entwicklung, die Überwindung von Isolation und Vereinsamung und die Zunahme von Mobilität.

Wir helfen bei der Suche nach bzw. beim Erhalt einer geeigneten Arbeit und unterstützen bei beruflichen Qualifizierungsmaßnahmen sowie Fort- und Weiterbildungen.

Zum besseren Umgang mit der eigenen Situation unterstützen wir die Schärfung der Wahrnehmung der psychischen Beeinträchtigung und die Förderung der Fähigkeit, Krisen psychischer und sozialer Art besser zu erkennen und überwinden zu können.

Wir fördern das Verständnis von Wirkungen und Nebenwirkungen medikamentöser, psychotherapeutischer Behandlungen sowie das Erkennen belastender und entlastender Situationen und Prozesse.

Ein zentrales Anliegen unserer Hilfe ist die Vermeidung stationärer Hilfen, besonders durch die Förderung verbleibender und kompensatorischer Fähigkeiten.

Die Hilfen umfassen folgende Bereiche:

GRUNDVERSORGUNG, PLANUNG UND ABSTIMMUNG

- Diagnostik und Sozialanamnese,
- Erstellung, Überprüfung, Fortschreibung oder Änderung eines integrierten Eingliederungsplans,
- Planungszeitraum von 6 bis 12 Monaten,
- Case Management

HILFEN IM BEREICH WOHNEN UND SELBSTVERSORGUNG

Im Besonderen Hilfen zu folgenden Themen:

- Ernährung, Körperpflege und Kleidung
- Umgang mit Geld
- Reinigung und Gestaltung des Wohnraums
- Tages- und Nachtrhythmus
- Inanspruchnahme psychiatrischer Hilfen, sozialer Dienstleistungen und Rechte sowie medizinischer Hilfen

HILFEN BEI DER TAGES- UND KONTAKTGESTALTUNG

Im Besonderen Hilfen zu folgenden Themen:

- Wohn- und Lebensbereich
- Partnerschaft und Ehe (auch im Hinblick auf die Geschlechtsrolle) und sonstige familiäre Beziehungen
- Soziale Kontakte und Teilnahme am gesellschaftlichen Leben

HILFEN IM BEREICH ARBEIT UND AUSBILDUNG

- Schule, Ausbildung, Beschäftigung und Arbeit

ABSICHERUNG ÄRZTLICHER (PSYCHIATRISCHER) LEISTUNGEN

Fachpsychiatrische Krankenpflege gem. SGB V § 132

Die fachpsychiatrische Krankenpflege ist eine besondere Variante der häuslichen Krankenpflege. Die Leistung wird ausschließlich von psychiatrisch ausgebildeten und erfahrenen Krankenpflegekräften erbracht. Im Mittelpunkt stehen die Krankenbeobachtung, die Wirkungskontrolle von Medikamenten, Gespräche mit dem Ziel der Entlastung, Hilfen in Krisen und Hilfe beim Umgang mit der Erkrankung. Ein Ziel ist häufig die Wiederherstellung des Realitätsbezuges des Patienten. Voraussetzung für den Erhalt fachpsychiatrischer Krankenpflege ist eine Verordnung und ein Behandlungsplan eines Psychiaters oder Neurologen (dabei unterstützen wir unsere Klienten).

UNTERSTÜTZUNG DES SELBSTSTÄNDIGEN LEBENS IM EIGENEN HAUSHALT

Hilfe zur Weiterführung des Haushalts gem. SGB XII § 70,
ggf. Haushaltshilfe gem. SGB XII § 27

Wenn die Haushaltsführung nicht mehr selbst bewältigt wird und niemand anderes im Haushalt dazu in der Lage ist, können wir auch diese Leistung erbringen. Unterstützung und Anleitung stehen bei der Hilfe zur Weiterführung des Haushalts (§ 70) im Fokus, um den Betroffenen in die Lage zu versetzen, den Haushalt später wieder selbst übernehmen zu können.

Die Hilfe bezieht sich konkret auf die Organisation des Haushaltes, Einkäufe, Aufräumen, Wäsche waschen etc, Begleitung zu Ämtern, Sicherstellung ärztlicher Behandlung.

Haushaltshilfe (§ 27) sieht die teilweise oder ganze praktische Übernahme von Haushaltstätigkeiten vor, wenn diese von dem Betroffenen nicht erbracht werden können.

UNTERSTÜTZUNG DER SOZIALEN ODER FAMILIÄREN SITUATION, BESONDERS DER KINDER UND JUGENDLICHEN IN DER FAMILIE¹

Hilfen zur Erziehung gem. §§ 30/31 SGB VIII
für Kinder mit kranken Eltern
Haushaltshilfe gem. SGB V §§ 38.1 und 38.2.

Kinder mit – z.T. dauerhaft – kranken Eltern brauchen Hilfen in besonderer Weise. Die ambulante Jugendhilfe geht auf die Lage der Kinder ein und sorgt für psychische Entlastung und für ein Klima, in dem altersgemäße Entwicklung wieder Raum greifen kann.

Wir kombinieren in der Regel die Hilfen zur Erziehung mit Leistungen der ambulanten Krankenpflege und Haushaltshilfe. Familien mit Kindern unter 12 Jahren können Haushaltshilfe über ihre Krankenkasse erhalten, wenn die Erziehungsberechtigten (meistens die Mutter) im Haushalt nicht aktiv sein können.

Dies kann z.B. bei einem Aufenthalt im Krankenhaus oder einer Erkrankung mit Einschränkung der Mobilität der Fall sein. Voraussetzung für die Bewilligung der Leistung ist, dass andere Personen (Angehörige oder Bekannte) nicht zur Verfügung stehen.

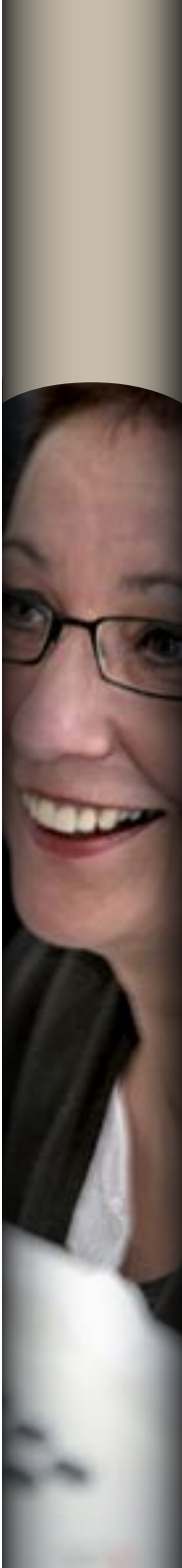
Haushaltshilfe unterstützt alle Tätigkeiten der allgemeinen Haushaltsführung: Einkauf, Wäsche waschen, Wohnungsreinigung. Auch die Kinderbetreuung wird geleistet.

ZUR UNTERSTÜTZUNG DER SOMATISCH GESUNDHEITLICHEN SITUATION²

Häusliche Krankenpflege (Behandlungspflege) gem. SGB V § 132,
Hilfe zur Pflege gem. SGB XI (Pflegeversicherung),
Hilfe zur Pflege gem. SGB XII

¹ Ausführliche Informationen dazu in unserer Broschüre "Kinder- und Jugendhilfe"

² Ausführliche Informationen dazu in unserer Broschüre "Häusliche Pflege"





Ambulante Leistungen für geistig-, körperlich- und sinnesbehinderte Menschen

EINGLIEDERUNGSHILFEN
GEM. SGB XII §§ 53/54

PBW: PÄDAGOGISCHE BETREUUNG IM EIGENEN WOHNRAUM

Die pädagogische Betreuung im eigenen Wohnraum ist eine besondere Hilfe für volljährige geistig-, körperlich- und sinnesbehinderte Menschen.

Diese Hilfe soll diesen Menschen in ihrem eigenen Lebensraum die Teilnahme am Leben in der Gemeinschaft ermöglichen oder erleichtern und stationäre Maßnahmen vermeiden oder deren Beendigung unterstützen.

Sie soll die Menschen darin unterstützen, ihre Selbständigkeit wieder zu erlangen, ihre Lebenssituation zu stabilisieren und ihre Fähigkeiten weiter zu entwickeln. Insbesondere soll den Menschen dabei geholfen werden, ihr Wohnumfeld und ihre Freizeit zu gestalten und eine Verschlechterung der Behinderung und deren Folgen zu verhüten bzw. zu verlangsamen.

Die Leistung richtet sich auf die Bereiche:

- Wohnen,
- Umgang mit Behörden u.ä.,
- Gesundheit und Alltagsbewältigung,
- Die Tages- und Kontaktgestaltung / Tagesstrukturierung:
Soziale Beziehungen,
Teilnahme am öffentlichen Leben,
Mobilität,
- Bildung und Arbeit.

WA: WOHNASSISTENZ

Die Wohnassistenz ist eine lebenspraktische ambulante Leistung, die Menschen mit Behinderung langfristig dabei unterstützen soll, in der eigenen Häuslichkeit weitestgehend selbständig zu leben.

Die Notwendigkeit einer stationären Wohnform soll vermieden werden. Vorrangiges Ziel der Wohnassistenz ist es, die eigenständige Lebensführung in der eigenen Häuslichkeit sicher zu stellen.

Leistungen werden in Form von Beratung, Motivierung, Begleitung, Unterstützung und Anleitung gewährt.

Die Wohnassistenz kann ergänzend zu PBW (auch Nachbetreuung PBW) erbracht werden. Bei der Wohnassistenz stehen die praktischen, koordinierenden und organisatorischen Leistungen im Vordergrund. Im Gegensatz zur PBW, bei der die pädagogischen Leistungen im Vordergrund stehen.

Wenn die praktische Übernahme von Tätigkeiten erforderlich ist, und diese sich ausschließlich auf die Hauswirtschaft oder die Zubereitung einer warmen Mahlzeit beziehen, können Leistungen nach §§ 27 Abs. 3 und 70 SGB XII geeignet sein, bzw. kann ein Mahlzeitendienst eingeschaltet werden.

BANDICK
BANDICK

HFBK: HILFE FÜR FAMILIEN MIT BEHINDERTEN KINDERN

Wir betreuen Familien mit behinderten Kindern im Alter von 3 bis 18 Jahren. Es kommt dabei besonders darauf an, die aktuelle Lage der familiären und individuellen sozialen Umgebung des Kindes entsprechend der Art und dem Umfang der Hilfe zu berücksichtigen.

Die Hilfe dient der sozialen Eingliederung sowie der Begleitung und Beratung in erzieherischen sowie alltagspraktischen Dingen mit der Absicht, das Leben mit Behinderungen positiv zu unterstützen, stationäre Unterbringung zu vermeiden oder wieder abzulösen.

Behinderte Kinder sollen auf ein eigenverantwortliches und gemeinschaftsfähiges Leben vorbereitet oder darin unterstützt werden. Die Hilfen zielen vorrangig auf die Bewältigung des Alltags, auf die pädagogische Förderung der Entwicklung und die Sinnorientierung im Leben des Kindes.

Darüber hinaus werden hier Hilfen gewährt, die als Unterstützung zur Bewältigung und/oder Verminderung spezifischer, individuell besonders ausgeprägter Beeinträchtigungen, Behinderungen oder Gefährdungen wirken.

Im Besonderen:

- Bei der Betreuung junger mehrfachbehinderter Menschen.
- Bei starken Defiziten im Hinblick auf vorschulische (z.B. motorische oder sprachliche) und schulische Leistungen, wenn die Maßnahmen der Frühförderung nicht ausreichen.
- Im Falle situativ sich zuspitzender, krisenhafter Entwicklungen im Einzelfall.

Unsere Ziele

Wir unterstützen unsere Klienten darin, ihr Leben möglichst unabhängig und selbständig zu gestalten. Um dies zu erreichen engagieren wir uns darin

- drohende Notlagen abzuwehren,
- die Teilnahme am Leben in der Gemeinschaft zu sichern,
- die Wirksamkeit zuvor gewährter Hilfen zu erhalten,
- den Vorrang ambulanter vor vermeidbarer stationärer Hilfe umzusetzen,
- eine drohende Behinderung oder Verschlechterung von Behinderungen zu verhüten und
- ggf. die optimale Kooperation mit stationärer Hilfe zu realisieren.

Methoden

Wir nutzen in unserer Arbeit Methoden

- der systemischen Beratung, und
- der Aktivierung sozialer Netzwerke („Netzwerkkarte“).

Service

- Unterstützung der Antragstellung als kostenloser Service, auch für die Beantragung und Durchführung weiterer Leistungen anderer Kostenträger,
- zügige Übernahmen von Klienten,
- überregionale Präsenz in ganz Hamburg,
- Krisenintervention und Ergebnisorientierung: Wir helfen, auch schwierige Situationen zu meistern und finden schnelle und bedarfsgerechte Lösungen.

Hilfe zur Selbsthilfe

Alle Mitarbeiter und Mitarbeiterinnen gehen von einem Menschenbild aus, das jedem Menschen ein positives Interesse an sich selbst und an einem gelungenen sozialen Miteinander unterstellt.

Jeder hat ein Interesse an einer Sinn gebenden Lebensgestaltung und möchte sich im alltäglichen Leben positiv erfahren.

Der Respekt vor der Autonomie und der Problemlösungskompetenz der Empfänger unserer Hilfen ist uns wichtig.

Unser professionelles Handeln folgt der allgemeinen Maxime „Hilfe zur Selbsthilfe“, wobei das Suchen und Wiederfinden von Ressourcen und Potentialen ein wichtiger Grundsatz dieser Arbeit ist.

Unsere Hilfe zeichnet sich aus durch

- die ambulante „1 zu 1“ Betreuung: jeder Klient wird durch jeweils einen Betreuer zu festen Zeiten im eigenen Lebensumfeld aufgesucht und dort betreut,
- Individualität der Leistungsgestaltung: Wir stimmen unsere Leistung auf die individuelle Situation und den schrittweisen Fortschritt in der Förderung zur selbständigen Lebensführung ab. Die jeweilige Art, der Umfang und die Intensität der Hilfe werden auf den Einzelfall bezogen geplant und durchgeführt,
- Kontinuität durch professionelle „Beziehungen auf Zeit“ zwischen Betreuern und Leistungsempfängern (und deren Lebensumfeld),
- die aktive Einbeziehung des institutionellen und sozialen Umfeldes in die Hilfe.

Das Team: Fachqualifikationen, Supervision und Weiterbildung

Im Leitungsteam arbeiten Mitarbeiter/innen mit langjährigen Erfahrungen aus der Psychiatrie, Rehabilitation, Psychosomatik, Krankenpflege und Sozialpädagogik. Das besondere personenzentrierte Leistungskonzept wird durch ein interdisziplinäres Team erbracht, dessen Fachqualifikationen den Anforderungen der jeweiligen Bedarfe und Vorschriften der Kostenträger gerecht werden:

- Diplomsozialpädagogen/-innen,
- Diplompädagogen/-innen,
- Diplompsychologen/-innen,
- examinierte Krankenpfleger/-schwestern,
- examiniertes Pflegepersonal mit fachpsychiatrischer Zusatzausbildung.

Viele Mitarbeiter verfügen über Mehrfachqualifikationen.

Alle Mitarbeiter und Mitarbeiterinnen nehmen regelmäßig an Supervisionen teil – auch für spezifische Themen und Problemlagen differenziert (z.B. „Arbeit mit der Netzwerkkarte“, „Kollegiale Zusammenarbeit im Team“, „Familienarbeit und eigene Biografie“ u.a.). Die Weiterbildung und Supervision orientiert sich inhaltlich an den Standards der Deutschen Gesellschaft für Systemische Therapie und Familientherapie (DGST).

Die Fortbildungen und die regelmäßige Supervision im Bereich „Netzwerkkarte“ orientiert sich an den Ergebnissen zur Forschung und Praxis an der Schnittstelle zwischen Psychologie und sozialer Arbeit des Fachbereichs Psychologie der Universität Hamburg.

Die Weiterbildungen im Bereich Fachpsychiatrische Krankenpflege umfassen alle psychiatrischen Krankheitsbilder, deren Therapie und aktuelle Entwicklungen von Psychopharmaka und anderen Medikamentationen und werden von klinischen Praktikern durchgeführt.

Wie wir unsere Qualität sicherstellen

INTERNE QUALITÄTSZIRKEL

Qualitätszirkel finden regelmäßig statt und dienen dazu Lösungen im Gesamtteam zu finden.

PATIENTENBEFRAGUNGEN UND BESCHWERDEMANAGEMENT

Mindestens einmal jährlich führen wir eine allgemeine Befragung unserer Klienten durch. Darüber hinaus haben die Patienten jederzeit die Möglichkeit, Beschwerden, Kritik und Anregungen zu äußern. Dieses Feed-back wird systematisch ausgewertet und fließt in die Verbesserung unserer Leistungen ein.

QUALITÄTSSICHERUNG

In einem jährlichen Bericht erfassen wir die Qualität der Eingliederungshilfe.

Arbeitsgruppen und Organisationen

Die Mobile Pflegeambulanz Ann Bandick GmbH

- arbeitet in Fachgremien, Qualitätszirkeln und Arbeitsgruppen mit Behörden, anderen Fachkräften, Sozialversicherungen u.a. zusammen,
- ist Mitglied im bpa (Bundesverband privater Anbieter sozialer Dienste e.V.),
- in der Gesundheits- und Pflegekonferenz Hamburg Eimsbüttel,
- im Interdisziplinären Gesprächskreis Krankenhaus Bethanien,
- in den psychosozialen Arbeitsgemeinschaften der Bezirke Hamburg Eimsbüttel, Nord und Mitte,
- im Verein Irre menschlich e.V.,
- in der Kooperationskonferenz der Kinder- und Jugendpsychiatrie/ Kinder- und Jugendhilfe Hamburg.

BANDICK BANDICK

MOBILE PFLEGEAMBULANZ ANN BANDICK GMBH

20253 Hamburg · Hoheluftchausee 125 · Tel. 040-422 49 02 · Fax: 040-422 12 44
info@mobile-pflegeambulanz.de · www.mobile-pflegeambulanz.de