Extrablatt Bethel* Welzheim

* Das Extrablatt ist eine Publikation von Bethel Welzheim. Die von Bodelschwingschen Stiftungen Bethel sind eine eigenständige Organisation mit Sitz in Bielefeld. Beide Unternehmen sind Partner im diakonischen Auftrag.

Ausgabe 03 /2013, Welzheim Alfdorf Urbach Plüderhausen Althütte Kaisersbach und Umgebung

Nur frohe Gesichter

Tag der offenen Tür und Ausstellung 12 Leben

Am 13.Oktober war der große Tag der offenen Tür mit der Eröffnung der Heimat-Ausstellung 12 Leben. Vier der zwölf Zeitzeugen saßen bei der Eröffnungsfeier in bester Stimmung in der ersten Reihe.

Es sind v. l. die aus dem Sudetenland geflohene Ilse Brecht, der Ofensetzer Hermann Kuhn, der Portraitfotograf Fritz Kühnle und Oberstudiendirektor Otmar Baumann, der 1973 den ersten Schul-Computer in Welzheim installierte. Rechts daneben freut sich Hauptgeschäftsführer Karl-Heinz Bader mit seiner Gattin Susanne über die gelungene Veranstaltung. Ganz rechts erkennen wir Lisa Kuhn, die als stellvertretende Heimleiterin das Projekt 12 Leben vor Ort gemanagt hat.

(Hans-Jürgen Krackher) Über 100 geladene Gäste gelangten am Sonntag der Eröffnung über einen roten Teppich zum Sektempfang in das Seniorenzentrum. Damit war allen sofort klar: In diesem Haus Bethel ist jeder etwas ganz Besonderes. Der Große Saal war zum Musiksaal geworden, beherrscht von einem großen schwarzen Konzertflügel. Hier sorgten Gudrun Kaiser und Jennifer Reich mit Klavier und Cello für die musikalische Untermalung. Das Repertoire reichte von Klassik bis hin zu Film- und Popmusik, alle Stücke beschäftigten sich mit dem Thema Zeit. Die Interpretinnen bekamen für ihre Darbietungen begeisterten Applaus. Zur Einführung begrüßte Hauptgeschäftsführer Karl-Heinz Bader die große Zahl der Ehrengäste im Publikum. Darüber hinaus betonte er die wichtige Rolle des Dialogs der Generationen vor dem Hintergrund der demographischen Entwicklung in Deutschland.
Dr. Rosemarie Längle-Sanmartin, die Sozialdezernentin des Rems-Murr-Kreises, bekräftigte das Thema als eine bedeutende sozialpolitische Aufgabe. Thomas Bernlöhr, der Bürgermeister der Stadt Welzheim, begrüßte die Initiative 12 Leben und gab Informationen zur Demographie in Welzheim und im Landkreis. Als Heimfürsprecher des Seniorenzentrums bedankte sich Werner Buhl für das gezeigte Engagement und wünschte der Ausstellung viel Erfolg. Schließlich berichtete Hans-Jürgen Krackher als Fachredakteur und Ideengeber des Projektes über die Freude und das Interesse, das er bei seinen menschlichen Begegnungen in Welzheim erlebte. Dann endlich war es soweit: Gemeinsam durchschnitten Sozialdezernentin Dr. Rosemarie Längle-Sanmartin und Hauptgeschäftsführer Karl-Heinz Bader das Rote Band zur Ausstellung und machten den Weg frei für das Erlebnis 12 Leben.

Das Urteil der Besucher war bald zu erkennen: Wohin man auch sah – nur frohe Gesichter.
Nach vielen guten Gesprächen freuten sich die Gäste auf die kulinarischen Genüsse, die Küchenchef Armin Wiedmann mit seinem Team inzwischen im festlich geschmückten Speisesaal auftischte. Die Menükarte war ein weiterer Höhepunkt des Tages und geschmorte Rinderbäckle in Trollingerjus oder Lachsmedallion in Dijonsenfsauce sind noch heute in bester Erinnerung.
Vom 4.November bis zum 15.Januar ist die Ausstellung in den Räumen der Volksbank Welzheim zu sehen.

LIEBE LESERIN, LIEBER LESER,

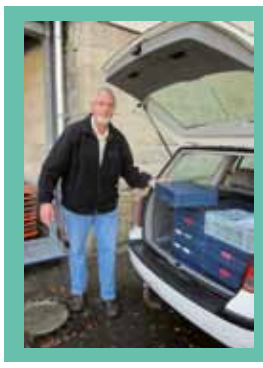
Rückblick und Vorausschau finden Sie in dieser Ausgabe. Zudem wird es nass.
Wir blicken gemeinsam noch einmal zurück auf die Ausstellungseröffnung „12 Leben“ und den Tag der offenen Tür in unserer Einrichtung. Dann schauen wir voraus, was Sie bei unserem diesjährigen Adventsmarkt erwarten dürfen. Sollten Sie Eltern oder Großeltern von kleinen Kindern sein, dann finden Sie Interessantes zu dem Thema Baby- und Kinderschwimmen auf den folgenden Seiten. Gewohnte Rubriken runden diese Ausgabe des Extrablattes ab.

Zu unserem Adventsmarkt am 2. Adventswochenende lade ich Sie persönlich herzlich ein. Verweilen Sie in adventlicher Atmosphäre bei uns, treffen Sie Menschen zum Gespräch, sorgen Sie für Ihr leibliches Wohl oder stöbern Sie an den Ständen.

Ich wünsche Ihnen wie immer eine interessante Lektüre, eine besinnliche Adventszeit

und grüße Sie herzlich
Ihr

Karl-Heinz Bader



Seite 3
Steckbrief unseres Mitarbeiters Martin Ziesel

Seite 4
Qualitäts-zirkel

Seite 5
Tiger im Bethel

NETZWERK FÜR MENSCHEN
DIAKONIEWERK BETHEL

SCHWIMMKURSE FÜR BABYS UND KINDER

(Hans-Werner Dielitzsch) Dienstag- und Freitagnachmittag sind rund um das Bewegungsbad der Reha-Klinik für diesen Ort ungewöhnliche Stimmen zu hören. Kinder und Babys bestimmen das Bild, junge Mütter und Väter helfen ihren Kindern sich umzuziehen. Muntere Kinderstimmen erzeugen eine quirlige Atmosphäre an einem Ort, wo es sonst doch eher ruhiger zugeht. Dient das Bad im Regelbetrieb dazu geriatrischen Patienten Bewegungsabläufe zu erleichtern, wird es an diesen Nachmittagen zu einer Schwimmschule für die Kleinsten. Unter der fachkundigen Anleitung der Schwimmmeisterinnen Sandra Dworschak und Andrea Obermann lernen Kinder schwimmen und Babys einen ersten Kontakt mit dem nassen Element aufzunehmen.

BABYSCHWIMMEN

Lars Thies, der Inhaber der Schwimmschule „Alles im Wasser“, ist ganz begeistert, wenn er von den kleinen „Wasserflöhen“ spricht: „Wasser stimuliert die Bewegungs- und Sinnesfähigkeit des Babys, es vermittelt neue Eindrücke und fördert die geistige Aufnahmefähigkeit des Kindes“. Babyschwimmen ist „Wassergymnastik“ für sehr kleine Kinder. Ab der 12. Lebenswoche und einem Körpergewicht von 6 Kilogramm nehmen Lars Thies und seine Mitarbeiterin Andrea Obermann Kinder für den Kurs an. Das Schwimmbad muss dafür bestimmte Voraussetzungen erfüllen: Eine Wassertemperatur von 32-35 Grad und die Lufttemperatur soll ebenfalls wohlige Wärme ausstrahlen. Tiefe Wasserbecken sind nicht geeignet, Erwachsene sollen darin stehen können.

KINDERSCHWIMMKURSE

Sandra Dworschak bietet freitags ihre Kinderschwimmkurse an. Die 43-jährige richtet Anfängerkurse und ein Fortgeschrittenangebot mit dem schönen Namen „Piratenkurs“ aus. Das Ziel der kleinen Schwimmanfänger ist das Seepferdchen als Abschluss. Dazu müssen 25 Meter geschwommen werden, im Schwimmbad der Reha-Klinik sind dies drei Bahnen. „Ich biete eine Garantie für das Erlernen des Schwimmens an, sagt die erfahrene Schwimmmeisterin, „ich mache dies seit 26 Jahren. In kleinen Gruppen von acht bis zehn Kindern lässt sich sehr individuell auf jedes Kind eingehen.“

Im Piratenkurs schnorcheln die fortgeschrittenen Kinder und gehen auf Schatzsuche unter Wasser. Sandra Dworschak schätzt die guten Voraussetzungen wie die großen Umkleidekabinen, Duschen und Toiletten bei Bethel Welzheim: „Das warme Wasser ist für die Kinder ein guter Einstieg und erleichtert den Zugang zum Schwimmen sehr“.

Warum können Schwimmkurse für Babys einen Sinn machen? Säuglinge sind von Natur aus mit einem Atemschutzreflex ausgestattet. Er sorgt dafür, dass das Kleinkind gefahrlos tauchen kann. Dieser Reflex verliert sich zwischen dem dritten und sechsten Lebensmonat. Durch regelmäßigen Kontakt mit Wasser verstärkt er sich wieder und das gesamte Herz-Kreislaufsystem wird mittrainiert. Darüber hinaus fördern sie die Bindung zwischen Kind und Eltern und Ängste werden abgebaut, da ist sich Thies sicher. Eltern lernen den „Y-Griff“ oder den „Schulterhaltegriff“, mit denen sie im Wasser Kontakt zu ihren Kindern halten. „Im Babyschwimmen werden spielerisch Erfahrungen im Element Wasser gemacht. „Es soll nichts lernen müssen, sondern Spaß mit den Eltern und den anderen Kindern im Wasser haben“, betont der Schwimmmeister und beugt damit der Kritik eines falsch verstandenen Ehrgeizes und einer überzogenen Frühförderung vor.

Neben den Babyschwimmkursen hat Lars Thies noch ein besonderes „Schmankerl“ in petto. Er ist auch leidenschaftlicher Unterwasserfotograf und auf besonderen Wunsch hält er die Kleinen auf ihren „Tauchgängen“ im Bild fest.

Da Eltern in der Schwimmhalle tabu sind, arbeitet die Schwimmmeisterin natürlich mit einem Assistenten, der Handpuppe „Schwimmibaldi“. Bei den Kindern ist die große Handpuppe sehr beliebt. Sie kann eher ängstlichen Naturen Mut zusprechen und dies ohne die Neigung der Erwachsenen Ängste klein zu reden. Die selbstbewusste Aussage vieler Kinder „Jetzt schwimm i bald!“ liegt der Namensentstehung des Puppenassistenten

Geplant sind demnächst Erwachsenenschwimmkurse, ob da auch Schwimmibaldi mit von der Partie sein wird, ist noch ein Geheimnis.

Lars Thies und Andrea Obermann

Informationen über die nächsten Kurse, die Kosten und vieles mehr gibt es auf der Internetseite www.alles-im-wasser.de oder der Telefonnummer 0 71 95 / 58 47 56.

Impressum:

PFLEGEDIENST
BETHEL WELZHEIM gemeinnützige GmbH
Schorndorfer Str. 81 · 73642 Welzheim
Tel. 0 71 82 / 25 48 · Fax 0 71 82 / 8 01 - 3 70
E-Mail: PDWE@BethelNet.de
Amtsgericht Stuttgart HRB 742336
Hauptgeschäftsführer: Karl-Heinz Bader
Geschäftsführerin: Anna Byczek-Palfalusi

GERIATRISCHE REHA-KLINIK
BETHEL WELZHEIM gemeinnützige GmbH
Schorndorfer Str. 81 · 73642 Welzheim
Tel. 0 71 82 / 8 01 - 0 · Fax 0 71 82 / 8 01 - 1 29
E-Mail: RKWE@BethelNet.de
Amtsgericht Stuttgart HRB 282141
Hauptgeschäftsführer: Karl-Heinz Bader
Geschäftsführer/in: Ulrike Helmle, Georg Haggenmüller

SENIORENZENTRUM
BETHEL WELZHEIM gemeinnützige GmbH
Schorndorfer Str. 81 · 73642 Welzheim
Tel. 0 71 82 / 8 01 - 3 00 · Fax 0 71 82 / 8 01 - 1 11
E-Mail: SZWE@BethelNet.de
Amtsgericht Stuttgart HRB 282140
Hauptgeschäftsführer: Karl-Heinz Bader
Geschäftsführerin: Ulrike Helmle

Redaktion: Bethel Welzheim · Layout/Satz: Bethel Welzheim / Design&Print, Alfdorf-Neuwirtshaus · Druck: Einhorn Verlag+Druck GmbH, Schwäbisch Gmünd

STECKBRIEF: ESSEN-AUF-RÄDERN-FAHRER

Martin Ziesel
ist den Menschen im Welzheimer Wald gut bekannt als Rettungsassistent. Vor ziemlich genau drei Jahren beschloss er, dass er seinen Mitmenschen auch im „Unruhestand“ nach wie vor helfen möchte. Zu diesem Zeitpunkt entdeckte er die Anzeige „Fahrer gesucht“ des Bethel. Da war für ihn klar, das ist es!

„Es ist eine wunderbare Aufgabe“, bekräftigt Ziesel, „wir fahren täglich rund ums Jahr 3 verschiedene Touren für Essen-auf-Rädern. Viele Kunden warten schon sehnsüchtig am Fenster oder an der Haustüre auf uns.Sie freuen sich auf das leckere Essen und einen kleinen Schwatz mit uns Fahrern. Den hilfebedürftigen Menschen bringen wir das Essen auch in die gute Stube und öffnen ihnen die Thermobox.

Ich bin zusammen mit meinen beiden Kollegen Eberhard Pfeil und Helmut Nisi auch heute noch gerne dabei. Am Wochenende werden wir von Jana und Michael Münkel, sehr netten jungen Leuten, unterstützt.“

Was kostet Essen auf Rädern und wo bestelle ich?

6,70 € Menue (Hauptgang mit Suppe und Nachtisch)
5,80 € Seniorenteller (Hauptgang ohne Suppe/Nachtisch)

Vorab Speiseplan für die kommende Woche

- Vollkost
- Leichte Kost
- Vegetarische Kost

Täglich frisch zubereitetes Essen, auch Samstag/Sonntag.

Bestellungen / Abbestellungen
nur unter **0 71 82 / 8 01 - 0**
bis zum Vortag 16 Uhr!

Wir sind erreichbar Mo-Fr von 9 bis 16 Uhr
Sa/So von 13:30 bis 16 Uhr

Wir liefern in Welzheim, nach Althütte, Kaisersbach, Urbach, Plüderhausen und Alfdorf.

Guten Appetit!
wünscht
Ihr Essen-auf-Rädern-Team

UMWELT: PREISGEKRÖNTE IDEE GEHT IN DIE PRAXIS

(Hans-Werner Dielitzsch) Zuerst war es eine Idee für den ausgelobten Innovationspreis, anlässlich des 125. Jubiläums des Diakoniewerkes Bethel im letzten Jahr. Dann war es ein Gewinnerprojekt dieses Preises und jetzt nimmt es Gestalt in der Praxis an.

Das Umweltmanagement wird bei Bethel Welzheim groß geschrieben.
Gabi Schabe, die Umweltbeauftragte der Einrichtung, sieht ihre Aufgabe auch in einem direkten Zusammenhang mit dem christlichen Auftrag, die Schöpfung zu wahren. Dies sei Motivation genug, wenn sich dazu noch andere Dinge hinzugesellen wie finanzielle Einsparungen oder gezielter Ressourcenschutz, sei es ein zusätzlicher Ansporn für alle Kollegen, zeigt sich die engagierte Mitarbeiterin überzeugt.

Es wird an vielen Stellen bei Bethel Welzheim gearbeitet, um die Umwelt zu entlasten. So werden zurzeit in zahlreichen Räumen Bewegungsmelder eingebaut. Sie dienen dazu, das Licht nur einzuschalten, wenn es auch benötigt wird. „In Lagerräumen, Umkleideräumen, in den Duschen werde schon mal vergessen das Licht zu löschen, dann brenne es lange unnötig“, analysiert Gabi Schabe, „Bewegungsmelder schaffen hier Abhilfe.“ Eine stattliche Zahl von 45-50 dieser Geräte wird in diesen Tagen montiert. „Und wenn man in beiden Händen was trägt, dann sind so Bewegungsmelder auch sehr praktisch,“ weiß die erfahrene Fachkraft. Bewegungsmelder sind aber nicht die einzige Investition. Neuartige LED Lampen bieten bis zu 30% Einsparungsmöglichkeiten. Diese modernen Lichtquellen werden nun auch da eingesetzt, wo es möglich ist.

Das Blockheizkraftwerk (siehe Bericht in der Ausgabe des Extrablattes 02/2013) wird auch einen großen Beitrag zum Umweltschutz leisten.

Gemeinsam mit Energiefachleuten wurde der Energieverbrauch der Küche gemessen. Ergebnis waren vermeidbare Stromspitzen, d. h. ein sehr hoher Energieverbrauch zu einem bestimmten Zeitpunkt. Jetzt werden Maßnahmen umgesetzt, die den Verbrauch entzerren. Gabi Schabe macht deutlich wie dies mit ganz unterschiedlichen Schritten erreicht wird. Zum einen werden technische Lösungen eingesetzt und zum anderen Arbeitsabläufe geändert. Mensch und Technik wirken zusammen, um die Umwelt zu schonen. Für die Wäscherei werde auch nach einer Absenkung der Energiespitzen gesucht, hier seien aber die Voraussetzungen andere, so die Umweltbeauftragte.

Geplant ist in den nächsten Wochen eine Schulung der Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter. In ihr soll ganz allgemein für das Thema Umweltschutz im Betrieb geworben werden. Eine Ideenbörse soll Vorschläge für die nächsten Projekte hervorbringen. Themen könnten z. B. die Abfalltrennung oder die Wäschevermeidung sein. „Wahrscheinlich kommen durch die Ideen der Mitarbeitenden ganz neue Aspekte hinzu“, vermutet Gabi Schabe.

„Umweltschutz geht alle an“, da ist sich die Umweltbeauftragte Gabi Schade sicher und sie ist sich gewiss, dass viele ihrer Kolleginnen und Kollegen interessiert sind mitzumachen.

Wichtige Unterstützung erfährt ihre Arbeit durch den Hausmeister Jörg Pongratz und den Hauptgeschäftsführer Karl-Heinz Bader, denen „Umweltschutz sehr am Herzen liegt.“

Von Links hinten: Lisa Kuhn, stellvtr. Heimleiterin, Georg Haggenmüller Geschäftsführer und leitender Arzt Reha-Klinik, Anna Byczek-Palalusi, Geschäftsführerin Pflegedienst Bethel, Karl-Heinz Bader Hauptgeschäftsführer.
Von links vorn: Ulrike Helme Geschäftsführerin und PDL Reha-Klink und Seniorenzentrum, Artur Bair, Leiter CompetenceCentrum Pflege, AOK, Ina Deutsch CompetenceCentrum Reha, AOK, Susan Faigle von AOK Bezirksdirektion

BETHEL WELZHEIM UND AOK LUDWIGSBURG 2. QUALITÄTSZIRKEL IN BIETIGHEIM-BISSINGEN

Am Donnerstag, den 14.11.2013 trafen sich die Geschäftsführer und Geschäftsführerinnen der Bethel Einrichtungen in Welzheim, sowie die stellvertretende Heimleiterin des Seniorenzentrums mit Vertretern der AOK Ludwigsburg zum 2. Qualitätszirkel in Bietigheim- Bissingen. Ina Deutsch (Leiterin des CompetenceCentrums Reha), Artur Baier (Leiter des CompetenceCentrums Pflege) und Susan Faigle von AOK Bezirksdirektion –Vertragsrecht-Ludwigsburg-Rems-Murr und die Geschäftsführerin Ulrike Helmle (Rehaklinik und Seniorenzentrum Bethel Welzheim), Anna Byczek-Palfalusi Geschäftsführerin (Pflegedienst Bethel Welzheim), Georg Haggenmüller Leitender Arzt (Rehaklinik Bethel Welzheim), Lisa Kuhn stellvertretende Heimleitung Bethel Welzheim und Karl-Heinz Bader, Hauptgeschäftsführer konnten in einer 2-stündigen Sitzung, viele Praxisfragen klären. Thematisch ging es u. a. um das PNG (Pflegeneuausrichtungsgesetz) und dessen aktueller Stand der Umsetzung, um konkrete Abrechnungsfragen bzgl. der erfreulichen Erhöhung der Vergütungen im Bereich SGB V der ambulanten Pflege und um die gemeinsamen Einschätzungen künftiger Entwicklungen im Bereich der geriatrischen Rehabilitation. Dabei wurden viele Einzelaspekte unter die Lupe genommen bis hin zu den neuen Hausarztmodellen und deren Nutzen für die stationäre Pflege. Gesprochen wurde auch über das Angebot der AOK für die stationäre, teilstationäre und ambulante Pflege der Bethel Einrichtungen in Welzheim einen Gesamtversorgungsvertrag abzuschließen. Hauptgeschäftsführer Bader bestätigte nochmals das Interesse an einem solchen Vertrag, wenn gleich noch einige rechtliche Formulierungen zu überprüfen sind.
Auch dieser 2. Qualitätszirkel hatte zum Ziel, die Qualität auf allen Ebenen der Zusammenarbeit zum Wohle der Bewohner und Patienten im Bethel zu erhöhen und den Mitgliedern der AOK ein Höchstmaß an Service und Versorgung zu bieten. Gemeinsam war man sich am Ende einig, dass das persönliche Gespräch für die Erreichung dieses Ziels unabdingbar ist und so verständigte man sich schnell auf ein weiteres Treffen im Frühjahr 2014 im Bethel in Welzheim.

TIGER IM BETHEL?

TAGESMÜTTERVEREIN WELZHEIMER WALD E.V. VERANSTALTET TIGER-TAGUNG IM BETHEL

(Susanne Bader) Zu dieser Informationsveranstaltung hatten sich keine Experten für Zoologie angemeldet, sondern Spezialisten und Praktiker aus der Kindertagesbetreuung. Der Verein Tagesmütter Welzheimer Wald lud ins Bethel zu einer Fachtagung interessierte Fachkräfte, Welzheimer Stadträte und Verantwortliche aus der Stadtverwaltung, Tagesmütter und Tagesväter, sowie den Fachdienst Kindertagesbetreuung des Jugendamtes des Rems-Murr-Kreises ein.

Der Begriff „TigeR“ ist die Kurzform für **T**agesbetreuung **i**n **ge**eigneten **R**äumen. Die Besonderheiten dieser Betreuungsform, Anforderungen und Möglichkeiten wurden von Frau Sabine Spiegel aus Reutlingen referiert. Sie wurde als Expertin eingeladen, weil in Reutlingen zwanzig „TigeR“- Gruppen seit 2009 erfolgreich von ihr mit aufgebaut wurden und dort seither neben Kindergärten, Kindertagesstätten und Krippe zum vielfältigen Betreuungsangebot gehören.

Auch in Welzheim laufen die Planungen für eine erste „TigeR“-Gruppe auf Hochtouren. Möglicher Standort könnte in der Schorndorfer Straße 95, der ehemaligen Diakoniestation sein. Nach einem Umbau der Räumlichkeiten könnten von zwei Tagesmüttern/Tagesvätern bis zu neun Kinder in einer altersgemischten Gruppe betreut werden.

Bethel Hauptgeschäftsführer Karl-Heinz Bader machte in seiner Begrüßungsansprache den Vertreterinnen des Tagesmüttervereins und den Vertretern der Stadt Welzheim Hoffnung, dass die Planungen zum Umbau der Schorndorfer Str. 95 bald abgeschlossen sind und dass mit den Arbeiten zügig begonnen werden kann. Das Diakoniewerk Bethel in Berlin, als Gesellschafter der Welzheimer Betheleinrichtungen, hat jedenfalls im Vorfeld schon signalisiert, dass es dem Vorhaben sehr aufgeschlossen gegenüber steht. Passt es doch gerade zum Start einer demnächst bundesweiten Kampagne, in denen die Betheleinrichtungen ihr familienfreundliches Arbeitgeberprofil präsentieren werden.

Das überaus zahlreiche Erscheinen beim Fachtag bestätigte, dass in Welzheim großes Interesse an einer familienfreundlichen Betreuungslandschaft besteht. Die Eltern haben sehr unterschiedliche Betreuungsbedürfnisse und Förderungswünsche für ihre Kinder. Dafür bedarf es Vielfalt bei den Angeboten. Die verschiedenen Angebote konkurrieren nicht, sondern sind gleichwertig nebeneinander zu sehen und bilden ein Gesamtpaket für die Welzheimer Eltern.

In der konkreten Planungsphase des ersten „TigeR“ wollte der Verein Tagesmütter Welzheimer Wald möglichst viele Verantwortliche und Ideenträger ausführlich informieren. Dies ist an diesem Fachtag umfänglich erfüllt worden. Von den Fachtagbesuchern wurden viele Fragen an Sabine Spiegel gestellt, die praxisnah, anschaulich und ermutigend beantwortet werden konnten. Nun können weitere Schritte geplant und umgesetzt werden. Der Verein Tagesmütter Welzheimer Wald bedankt sich bei allen Teilnehmern für das rege Interesse und bei Bethel für den Veranstaltungsraum inklusive Vollverpflegung.

Von l. n. r.: Karl-Heinz Bader (Hauptgeschäftsführer Bethel), Ingrid Gulden (Geschäftsführerin Tagesmütterverein Welzheim), Sabine Spiegel (Referentin Reutlingen), Isabel Schmitz (1. Vorsitzende Tagemütterverein Welzheim), Silke Bareiß-Fetzer (Diplom Sozialarbeiterin Tagesmütterverein Welzheim), Gunda Müller (Stadtverwaltung Welzheim)

BETHEL SUCHT PFLEGEKRÄFTE

www.BethelNet.de

Verstärke unsere Teams

ambulant und vollstationär
als Pflegehilfskraft
oder Pflegefachkraft

Wir arbeiten in zertifizierten Einrichtungen

Bewirb Dich schriftlich bei uns!

Sende Deine Unterlagen an Bethel Welzheim, Schorndorfer Str. 81 in 73642 Welzheim

NETZWERK FÜR MENSCHEN
DIAKONIEWERK BETHEL

SERIE „GESUNDHEIT IM ALTER“: IM HEILPFLANZENGARTEN

(Dr. med. Philip Mavberg)

In der letzten Ausgabe hatten wir unser Kräuterbeet vorgestellt mit einigen Pflanzen, die den Menschen in seiner täglichen Ernährung begleiten und dabei seine Gesundheit unterstützen. Natürlich sollte jeder bei einer Erkrankung die vertrauensvolle Beratung durch einen Arzt oder Therapeuten suchen, denn eine sinnreiche Therapie soll und muss auf die persönlichen Besonderheiten des Patienten eingehen!
Viele Pflanzen werden seit Jahrhunderten erfahrungsheilkundlich genutzt; wenngleich nicht in gleichem Maße wissenschaftliche Untersuchungen vorliegen. Bürgerstiftungen, wie die Carstens-Stiftung unterstützen die Forschung für einen Brückenschlag mit der Naturheilkunde.
In unserer Klinik verwenden wir mit Erfolg Tinkturen oder auch eigene Heilpflanzen-Teemischungen, die wir gemeinsam mit der Firma Esswein zusammengestellt haben. Zwei Heilpflanzen daraus sollen hier vorgestellt werden

Die **Schafgarbe** oder *Achillea millefolium* genannt, soll bereits beim Kampf um Troja als Wundkraut Verwendung gefunden haben. Auch der deutsche Namensbestandteil „garbe“ (garwa“ = Heilende) deutet in diese Richtung.
Bei der heilkundigen Äbtissin Hildegard von Bingen wird so auch auf die äußerliche Verwendung bei Wunden hingewiesen, d. h. „wenn ein Mensch durch einen Schlag verletzt wird“ empfiehlt sie Umschläge mit gekochter Schafgarbe; und sie beschreibt auch eine innerliche Wirkung: „wer aber im Körperinnern eine Wunde erhielt, der pulverisiere die Schafgarbe und trinke jenes Pulver in warmen Wasser“.
Tatsächlich enthält die Schafgarbe neben ätherischen Ölen Bitter- und Gerbstoffe, die zusammenziehend, blutstillend, entzündungshemmend wirken, so dass sie äußerlich vor allem in Sitzbädern bei Entzündungen des Urogenitalbereich verwendet wird. Der Tee ist innerlich überwiegend bei Appetitlosigkeit und leichten krampfartigen Beschwerden im Magen-Darm-Bereich indiziert.

Die **Ringelblume** oder *Calendula officinalis* gehört ebenfalls zu den Korbblütlern. Ihre Blüten öffnen sich bei Sonnenaufgang und schließen sich bei Sonnenuntergang, bleiben aber auch bei Regentagen geschlossen. Sie gedeiht bekanntermaßen recht mühelos und sät sich auch gerne selbst aus. Ihre Stängel und Blätter fühlen sich klebrig an und geben damit einen subtilen Hinweis auf ihre verschließende Wirkung bei Wunden.
Erwähnungen findet sie auch bei den Heilkundigen in den Klöstern des Mittelalters. So lesen wir bei Hildegard von Bingen: Die Ringelblume hat eine starke Grünkraft (= in etwa „Gesundungskraft“) in sich.“.
Tatsächlich ist sie, wie sich auch an der Erwähnung in modernen Phytotherapie-Büchern [1] zeigt, in hohem Maße wundheilungsfördernd, dabei wundreinigend, d. h. geeignet bei schlecht heilenden Wunden, wie Risswunden oder sekundär heilenden Wunden, oder auch bei Wunden, die durch das Wundliegen im Alter entstehen. Zur Behandlung und Reinigung von Wunden kann man die (mit abgekochtem Wasser oder steriler Lösung verdünnte) Tinktur in einem Feuchtverband verwenden, später dann die Salbenverbände.
Und wenn man selbst sammelt, ist zu berücksichtigen, dass im Kelch viel mehr ätherische Öle enthalten sind, als in den Zungenblüten, was auch bei Allergien zu beachten ist. Ihre Wirkung verdankt die Pflanze den Saponinen (Seifenstoffen), Alkoholen, wundheilungsfördernden Flavonoiden, sowie Polysacchariden (Schleimstoffen), neben ihrem ätherischen Öl. Insgesamt also eine richtige Wunderpflanze für Wunden!

Literatur zum Weiterlesen:
[1] Ursel Bühring „Praxis-Lehrbuch der modernen Heilpflanzenkunde“, Stuttgart, 2005
[2] Rudolf Weiss, Volker Fintelmann „Lehrbuch der Phytotherapie“, Stuttgart 2005
[3] Gerda Tornieport, „Hildegard von Bingen – Das Gartenbuch“, München 2008
[4] Hilfreiche Informationen auch über die Fördergemeinschaft Natur und Medizin e.V. der Karl – und Veronica-Carstens-Stiftung http://www.naturundmedizin.de , NATUR UND MEDIZIN e.V.
Am Deimelsberg 36, 45276 Essen

REHA-PATIENTIN VERABSCHIEDET SICH MIT EINEM GEDICHT:

Zum Abschied

Meine Schenkel hen an Wenkel,
meine Knui sen nemme nui,
meine Wada hen an Schada;
doch will i ~~nett~~ net weiter klaga
solang mi meine Füaße traga!

Meine Schenkel haben einen Winkel,
meine Knie sind nicht mehr neu,
meine Waden haben einen Schaden,
doch will ich nicht weiter klagen,
solang mich meine Füße tragen!

Für alle, die mit ihren Beinen Probleme haben,
und trotzdem in diesen Problemen auch noch das
Gute sehen können, seien es Schwaben (1.s.o)
oder solche, die des schwäbischen nicht mächtig sind. (2.s.o)

Zum Andenken an meine Rehazeit hier in Welzheim.
Einen großen, herzlichen Dank möchte ich allen denen
sagen, die mich liebevoll betreut und verwöhnt haben,
allen, Ärzten, Schwestern, Therapeuten und all denen,
die rund um meine Versorgung tätig waren.

Rosemarie Gühi, Zi. 168

Welzheim v. 25.7. - 14.8.2013

ES IST EIN ROS ENTSPRUNGEN

(Wolfgang Holstein) Diese Blume steht für ein sehr *altes* Weihnachtssymbol. Seinem Ursprung nach ist es ein viel älteres Symbol als *Tannenbaum* und *Kerze*. Seinem Ursprung nach ist es sogar *älter* als die Krippe und die Geburt Jesu *selbst*. Mich hat diese Blume an das Weihnachtslied erinnert „*Es ist ein Ros entsprungen*“ und an den alten Text des Propheten Jesaja:
„*Aus dem Baumstumpf Isais wird ein Spross erwachsen*!“

Bruder Laurentius ist Mönch in einem Kloster an der Mosel bei Trier. Es ist der Weihnachtsmorgen des Jahres 1587. In der Nacht hat es Neuschnee gegeben. Als Bruder Laurentius durch den Klostergarten geht, macht er eine ungewöhnliche Entdeckung. Im Schutz der Brunnenmauer hat ein Rosenbusch eine neue Blüte getrieben. Und sie ist nicht erfroren. ”Seltsam“, denkt der Mönch bei sich, ”eine blühende Rose mitten im kalten Winter.“ Er schneidet sie behutsam ab, nimmt sie mit in die Kapelle und legt sie dort auf den Altar. Jeden Moment soll die Messe beginnen. Darum begibt er sich auf die Orgelbank. Sein Blick bleibt auf die frisch erblühte Rose gerichtet. Der Priester liest einen Text aus der Bibel Jesaja 11:
”Ein Spross wächst aus dem Baumstumpf Isai, ein neuer Trieb schießt hervor aus seinen Wurzeln. Ihn wird der Herr mit seinem Geist erfüllen. Es ist der Geist, der Weisheit und Einsicht gibt, der sich zeigt in kluger Planung und in Stärke, in Erkenntnis und Ehrfurcht vor dem Herrn.“

Für Bruder Laurentius passt das wunderbar zusammen – das Wort von Jesaja und die frisch erblühte Rose. Als der Weihnachtsgottesdienst zu Ende ist, bleibt er an der Orgel sitzen und beginnt zu spielen. Töne und Worte verschmelzen zu einem neuen Lied: „Es ist ein Ros‘ entsprungen“. Sieger Köder hat dazu ein Bild gemalt. Eine Rose, die aus einem Baumstumpf heraus wächst. Der Stumpf aber sieht aus wie zwei geöffnete Hände, die das Licht von oben empfangen. Die rote Farbe daran könnte ein Widerschein der Rose sein; oder ist es Blut? Die verletzten Hände oder Arme, die sich nach dem Licht Gottes ausstrecken. Die Rose steht für den Neubeginn. Gott macht einen neuen Anfang! Er bringt Hoffnung in unsere dunkle Welt durch diese Rose.

Genau davon spricht Jesaja. Ein Spross wächst aus dem Baumstumpf Isai. Der Baumstumpf bedeutet: Hier ist alles zu Ende, hier kann man nichts mehr erwarten. Hier ist etwas abgebrochen oder abgeschlagen worden. Hier ist kein Leben mehr. Als Jesaja diese Worte spricht, scheint es noch gar nicht so schlimm um Israel bestellt zu sein. Aber das Unheil wirft bereits seine Schatten voraus. Wer mit offenen Augen durch die Welt ging, konnte das damals sehen. Jesaja blickt schon in die weitere Zukunft. Er weiß, dass der Untergang nicht mehr aufzuhalten ist. Deshalb zeigt ihm Gott schon, was er danach tun wird. Er wird mit seinem Volk neu anfangen. Der Untergang ist nicht das Ende. Es wird ein Spross hervorbrechen.
Wir leben heute in einer anderen Zeit. Es geht uns sogar ganz gut, jedenfalls den meisten. Und doch steht manch einer vor dem Umbruch seines Lebens. Solche Situationen können ganz unterschiedlich aussehen: Vielleicht hast Du Konflikte mit Deinen Kindern, oder am Arbeitsplatz. Vielleicht fühlst du dich überfordert. Du hast Angst zu versagen. Du denkst, dass Du das Leben nicht gemeistert bekommst. Vielleicht hast Du auch einen lieben Menschen verloren. Du hast gehofft, gebangt, gewartet. Manche haben das Gefühl sich zu verlieren in dieser hektischen Welt. Da schlummert das Heimweh in uns nach einem Ort, wo wir Zuhause sein können und Geborgenheit erfahren. Da wohnt die Sehnsucht in uns nach Frieden und nach einem Hauch Vollkommenheit. Manch einer sehnt sich danach, glücklich sein und glauben zu können, dass es einen Gott gibt, bei dem diese so oft enttäuschten Sehnsüchte Wirklichkeit werden.
Und das ist gut so. Denn Gott ist ein Gott, bei dem wir glücklich werden können. Er ist ein Gott, der gerne hilft. Und für ihn ist keine Situation zu aussichtslos, denn er hält alle Macht in seinen Händen. Und er sehnt sich danach, uns aus unseren ausweglosen Situationen zu befreien. Gott ist sich nicht zu schade, den Ort der Trostlosigkeit in Deinem Leben zu besuchen. Er lässt Dich ganz bestimmt nicht allein in dem Bereich Deines Lebens, für den Du bereits jede Hoffnung begraben hast. Darum sag Gott, wo Du Dir nicht mehr vorstellen kannst, dass sich da noch etwas regt, bewegt oder verändert. Zeig ihm, wo bei Dir Leben abgestorben ist, wo das Licht dunkel und der Anfang zum Ende geworden ist. Er kann das Tote lebendig machen. Und es gibt bei ihm keine hoffnungslosen Fälle. Er hält alle Macht in seinen Händen. Er gibt Dich nicht auf. Aus dem abgehauenen, verletzten Stamm bricht neues Leben hervor. Das will Gott auch in Deinem Leben tun.

Denn das sagt uns Weihnachten: Leben, wo man es nicht erwartet. Zartes, verletzliches Leben, das sich durchsetzt. Hoffnung, wo es kalt ist. Neues Leben, das allein Gott geschaffen hat. Ein Zeichen des Frühlings mitten im Winter.
Mit Weihnachten kommt das Licht in unsere Welt. Nichts wird so verbreitet in der ganzen Welt gefeiert wie die Geburt Jesu. Und die Geburt Jesu ist wirklich das einschneidendste Ereignis der Weltgeschichte überhaupt. Weihnachten hat Gott alles, was er zu sagen hat, in einem Namen zusammengefasst: JESUS! Das heißt: Gott rettet! Mit Weihnachten beginnt ein neuer Vertrag zwischen Gott und seiner Welt: „Wer diesem Kind Jesus vertraut, der wird Gottes Kind!“ Lass Dir die Augen öffnen für das, was Gott Dir in diesem Kind gegeben hat. Dann wird das Licht von Weihnachten in Dein Leben hineinleuchten. Es wird Dir neue Hoffnung schenken. Und was stumpf und tot in Deinem Leben ist, wird verwandelt werden.
Die Frage, die sich für uns dabei stellt, ist nur, ob wir das auch glauben. Jesus zu vertrauen, dass er das in deinem Leben tun kann? Dieser Glaube gehört zum Weihnachtsfest. Ich meine nicht, dass man ihn verordnen kann, aber man erlebt Weihnachten erst, wenn man sich auf das Kind in der Krippe einlässt. Nichts ist für mich und Dich und für die ganze Welt von so großer Bedeutung wie die Geburt Jesu. –
Gottes Blume mitten im kalten Winter.

ADVENTSMARKT

Besuchen Sie unseren beliebten Adventsmarkt am **6. und 7. Dezember**. Auf dem **Bethel-Parkplatz an der Schorndorfer Straße 81 in Welzheim** erstrahlen viele weihnachtlich geschmückte Stände im Glanz der Lichter. Die Möglichkeit ausgefallene Geschenke zu kaufen ist riesengroß. Für adventliche Stimmung sorgt der Duft nach Kartoffelpuffern, Weihnachtsgebäck und Waffeln.
Wer herzhafte Speisen liebt, hat die Qual der Wahl: Es gibt Nikolaus-Würstchen, Steaks oder Stockbrot am offenen Feuer. Natürlich gehören Glühwein, Punsch und andere Heißgetränke zu unseren Angeboten. Wir sind auf die großen und kleinen Besucher des Adventsmarktes gut vorbereitet. Lassen Sie sich überraschen von den vielen Ständen und Buden die Mitarbeiter/innen aller Abteilungen, Hobbykünstler, Kindergärten, Vereine und die Volksbank gestaltet haben. Für den musikalischen Rahmen sorgen verschiedene Chöre mit stimmungsvoller, weihnachtlicher Musik.
Für die kleinen Besucher darf am Nikolaustag natürlich auch der Nikolaus mit einem prall gefüllten Sack nicht fehlen!

- **Bratwurst, Steaks**
- **Heiße und kalte Getränke**
- **Flammkuchen (Bethel)**
- **Zimtwaffeln, Lavendelwaffeln, Feinkost**
- **Stockbrot am Lagerfeuer**
- **Glühmost (Volksbank Welzheim)**
- **Stiftungsvesper (Bürgerstiftung Region Welzheimer Wald)**
- **Selbstgewebte Hausschuhe**
- **Holzbastelarbeiten**
- **Holzkrippen + Zubehör**
- **Patchwork**
- **Filzdekoration + Schafwolle**
- **Selbst gemachte Kerzen**
- **Handbemalte Keramik, selbstgestaltete Karten**
- **Schmuck und Lampen**
- **Handarbeiten (Süddeutsche Vereinigung)**
- **Deko-Artikel für Weihnachszeit**
- **Kinder-Karusell des Schwabenparks**

Informationen und Service aus erster Hand!

Bethel und die Volksbank Welzheim bieten Ihnen die Möglichkeit, immer am 1. Dienstag im Monat im Seniorenzentrum Bethel (Schorndorfer Str. 81) zwischen 14 und 16 Uhr mit einem der beiden Volksbank-Berater Friedemann Fuchs oder Eberhard Ockert persönliche Bankgespräche zu führen.

Nutzen Sie die Chance und besuchen Sie uns!

Telefon (0 71 82) 80 09 - 0
www.volksbank-welzheim.de

Volksbank Welzheim eG
Mir sen´gleich - aber anders