

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 /2015, Welzheim Alfdorf Urbach Plüderhausen Althütte Kaisersbach und Umgebung



Weihnachten steht vor der Tür



(Gudrun Kaiser)

Weihnachten steht vor der Tür – das Fest der Freude, des Friedens, der Familie...

Für Menschen, die jahrelang dieses Fest in vertrauter Umgebung und Gemeinschaft feiern, klingt das heimelig. Den

Gedanken, dass es auch mal anders sein könnte, schiebt man gerne schnell von sich weg.

Wer im Bethel wohnt, für den wird vieles anders – aber anders ist nicht gleichbedeutend mit schlechter!

Wenn wir in der Weihnachtszeit unsere Bewohner fragen, wie es ihnen geht, sagen viele: „Es ist schön, an Weihnachten nicht alleine zu sein.“ „Es ist schön, im Glanz eines echten Christbaums zu sitzen.“

„Es ist schön, miteinander in der Adventszeit zu backen, das Haus und das Zimmer zu schmücken und miteinander zu singen.“ Vieles davon wäre zu Hause so nicht möglich.

Weihnachten lebt davon, dass man Traditionen pflegt und sich einstimmt. Dazu gibt es im Bethel vielfältige Möglichkeiten.

Die ganze Adventszeit über zieht sich das Thema durch die Erinnerungsstunden, die Bastelrunden und die Backstuben. Kein Tag vergeht, wo nicht irgendwo im Haus die Weihnachtsliederbücher die Runde machen. Manche Wohnbereiche pflegen sogar Adventskalender für ihre Bewohner.

In der Reha-Klinik wird ein wöchentliches Weihnachtslieder-Singen angeboten. Der große Zulauf zeigt, dass es gut tut in Gemeinschaft zu sein.

Oftmals bringen uns Schulen, Chöre oder Musikgruppen zusätzlichen Glanz ins Haus. Kleine Gesten – große Freude. Wer hat nicht selbst schon einmal im Krankenhaus gelegen und dankbar einem Chor gelauscht?

Kurz vor Weihnachten treffen sich die Bewohner und Patienten zur großen Weihnachtsfeier. Traditionelles, Besinnliches und Lustiges prägt das Programm zum gemeinsamen Kaffeetrinken. Jedes Jahr freuen wir uns hier über den kleinen Auftritt von Schülern der Jugendmusikschule. Ähnlich pflegen es die Mieter der betreuten Wohnanlagen. Sie treffen sich zwar regelmäßig das Jahr über, aber die Weihnachtsfeier lockt noch so manchen zusätzlich in die heimelige Weihnachtsstube.

Ein großer ökumenischer Gottesdienst läutet die Weihnachtswoche ein. In schöner Tradition wird er durch die Flötengruppe von Kerstin Buchwald feierlich umrahmt.

Ankommen, nachdenken, sich Zeit nehmen für das Wesentliche – Weihnachtsgottesdienste können Herzen öffnen. Das ist im Bethel nicht anders.

Und der Heilige Abend?

Da holen die Hausmeister alle Stühle, die sie irgendwo gelagert haben ins Parkcafé und ins Foyer, „auf dass alle Raum haben in der Herberge“ oder vielmehr zur Christmette im Bethel!

In der Umbauzeit aus der Not geboren, erfreut sich diese feierliche Andacht, gestaltet von den Mitarbeitern und dem Streichorchester von Irene Zantow immer größerer Beliebtheit.

Hier darf jeder sein: Bewohner, Angehörige, Patienten, Besucher, Kinder und Mitarbeiter. Im Anschluss einen Punsch und Gebäck und natürlich Geschenke. Hier wünscht sich jeder gerne „Frohe Weihnachten“ und man kann etwas spüren vom Frieden auf Erden.

„Das ist mein Weihnachtsgottesdienst“, erklärt eine Mitarbeiterin aus der Hauswirtschaft, „danach kann ich richtig befriedigt heimgehen.“

Und wer sein Zuhause im Bethel hat, der kann in die festlichen Wohnzimmer auf die Wohnbereiche zurück. Auch hier sorgen die Mitarbeiterinnen für Weihnachtsstimmung und gutes Essen in fröhlicher Gemeinschaft. Wer Weihnachten im Herzen spürt, der kann es überall feiern!

LIEBE LESERIN, LIEBER LESER,

heute ist die Zeit der Vorfreude auf das Weihnachtsfest. Betriebliche Weihnachtsfeiern und Nikolausfeiern füllen den Terminkalender.

Wir feiern im Bethel am 16. Dezember und am 24. Dezember mit unseren Bewohnern, Patienten und deren Angehörigen.

In der Adventszeit werden die schwäbischen Gutsle gebacken und Hausfrau und Hausmann befassen sich ausgiebig mit dem Festmenue.

An dieser Stelle möchte ich Ihnen unser weihnachtliches Schlemmermenue, zusammengestellt von unserem Küchenchef Steffen Heintel, empfehlen.

Mit das Wichtigste ist jedoch unser traditioneller Adventsmarkt am kommenden Wochenende, Freitag, 4. Dezember ab 16:00 Uhr und Samstag, 5. Dezember ab 15:00 Uhr jeweils bis 20:00 Uhr auf dem Bethel-Parkplatz.

Ich wünsche Ihnen eine besinnliche Weihnachtszeit und ein gesegnetes Neues Jahr 2016

Ihr

Karl-Heinz Bader
Hauptgeschäftsführer



NETZWERK FÜR MENSCHEN
DIAKONIEWERK BETHEL



UNSER KÜCHENCHEF STEFFEN HEINTEL EMPFIEHLT:



Weihnachtliches Schlemmer Menü

Räucherlachsflädle
mit Meerrettichespuma
an winterlichem Salat

Cremesuppe vom Ackersalat
mit Schwarzbrotkracherle



Geschmortes Rehschäufele
in Wacholderrahmsauce
mit Rosenkohl
und Haselnusspätzle

Lebkuchenmousse im Glas
mit Gewürzkirschen

Einkaufen

Räucherlachsflädle

125 g Mehl
1 E
150 ml Milch Type 405
Prise Salz
Kräuter nach Geschmack
Öl zum Ausbacken
100 g Crème fraiche
250 g Räucherlachs

Meerrettichespuma

100ml Kalbsfond
200ml Sahne
2 EL Meerrettich
1 Blatt Gelatine
Salz, Pfeffer

Dressing

4 cl Haselnußöl
2 cl Limettensaft
2 cl Traubenkernöl
50ml weißer Balsamico
Salz, Pfeffer
50g Salat nach Belieben,
geputzt

Cremesuppe

30g Butter
1 kl. Schalotte, sehr fein
gewürfelt
30g Mehl
400ml Gemüsefond
150ml Weißwein
1 Prise Muskat
Salz, Pfeffer
50ml Crème fraiche
150g Ackersalat, geputzt
3 Scheiben Schwarzbrot vom
Vortag

Haselnusspätzle

400g Mehl
4 Eier,
1 Tl. Salz
250ml Wasser
50g Haselnußgries geröstet

Zubereiten und Anrichten

Mehl, Ei, Milch, Salz zu einem
glatten Teig schlagen. Kräuter
zugeben.

Einzelne Flädle in Öl ausbak-
ken. Nach dem Erkalten mit
Crème fraiche bestreichen
und mit Räucherlachs bele-
gen. Flädle beidseitig ca. 1 cm
einschlagen und kompakt auf-
rollen. Rolle in Klarsichtfolie
einwickeln und kalt stellen.

Kalbsfond, Sahne aufkochen,
zur Seite stellen. Gelatine
einweichen, ausdrücken,
unter die heiße Kalbsfond-
Sahnemasse rühren. Mit Salz,
Pfeffer, Meerrettich würzen.
In eine ISI-flasche füllen, kalt-
werden lassen, mittels Kapsel
begasen, kaltstellen.

Zutaten zu einem Dressing
verrühren und Salat marinie-
ren.

Salat auf Teller anrichten.
Lachsrolle in Scheiben schnei-
den, dazu anrichten. Mit Espu-
ma garnieren. Nach Belieben
Dill zur Garnitur.

Butter und Schalotten 5 Min.
farblos anschwitzen. Mehl zu-
fügen, sofort verrühren, ohne
Farbe anschwitzen. Mit Gemü-
sefond, Weißwein ablöschen.
Mit Muskat, Salz und Pfeffer
würzen. Creme fraiche zuge-
ben, nicht mehr aufkochen.
Ackersalat zugeben, im Mixer
oder mit Zauberstab pürieren.

In Suppentassen anrichten,
mit gerösteten Brotwürfeln
garnieren.

Zutaten zu einem glatten Teig
schlagen. In kochendes Salz-
wasser schaben, 1 Minute
sieden lassen, mit Schaumlöf-
fel herausnehmen. In kaltem
Wasser abwellen.

Einkaufen

Rosenkohl

500g Rosenkohl
30g Butter
1 El. gehackte Petersilie

Geschmortes Rehschäufele

2 ganze Rehschultern

Wacholderrahmsauce

1 Zwiebel
½ Karotte
75g Knollensellerie
¾ Tl. Puderzucker
½ El. Tomatenmark
150ml Rotwein
500ml Wildfond
1 Tl. Wacholderbeeren, zer-
drückt
¼ Tl. Pfefferkörner, schwarz
¼ Koriander, Körner
½ Tl. Piment, Körner
½ Stange Zimt
1 Lorbeerblatt
1 Tl. Speisestärke, in wenig
Wasser angerührt
1 El. Preiselbeeren

Lebkuchenmousse

175g weiße Kuvertüre
1 Blatt Gelatine
1 Vollei
1 Eigelb
500g geschlagene Sahne
2 cl weißer Rum
2 – 3 El. Lebkuchen gemahlen

Gewürzkirschen

300g Kirschen, TK
100g Zucker
¼ l Rotwein
½ Zimtstange
2 Nelken
1 Sternanis
½ Vanillestange
1 El. Speisestärke

Zubereiten und Anrichten

Rosenkohl putzen, in Salzwasser
weich kochen. In Eiswasser abküh-
len. Butter bräunen, Rosenkohl zu-
geben, schwenken, Petersilie
zugeben

Rehschulter in Öl scharf anbraten
und zur Seite stellen.

Zwiebel, Karotten, Sellerie schälen,
in 1-2cm große Würfel schneiden.
Puderzucker erhitzen, karamellisie-
ren, Gemüse zugeben. Dann
Tomatenmark zugeben, etwas
anrösten lassen. Mit Rotwein
Wildfond ablöschen.

Alle Gewürze zugeben, Rehschulter
einlegen, kurz aufkochen. Bei 160°C
im Backofen ca. 1,5 Std. schmoren
lassen.

Schulter vom Knochen lösen,
Knorpel entfernen. Sauce abbinden,
passieren. Preiselbeeren
unterheben, mit Sahne verfeinern.

Kuvertüre schmelzen. Gelatine
einweichen, ausdrücken, in Rum
auflösen. Sahne steif schlagen, kalt
stellen. Vollei und Eigelb auf
Wasserbad zu cremiger Masse
aufschlagen (Vorsicht nicht zu heiß
werden lassen!) Eimasse leicht
abkühlen lassen, erst Gelatine, dann
Kuvertüre unterrühren. Gemahlene
Lebkuchen zugeben, dann
geschlagene Sahne unterheben.
Mousse in hohe Gläser abfüllen, kalt
stellen.

Rotwein und Gewürze aufkochen.
Zucker zugeben. Speisestärke in
etwas Wasser anrühren, dann nach
und nach unterrühren bis der Sud et-
was andickt. Danach über die gefro-
renen Kirschen gießen, kühl stellen.

Gewürzkirschen auf die abgefüllte
Mousse geben. Mit Schokostange
oder Schokoraspel verzieren.
Evtl. mit Zitronenmelisse garnieren.





Jauchzet, frohlocket, auf, preiset die Tage,
rühmet, was heute der Höchste getan!
Lasset das Zagen, verbannet die Klage,
Stimmt voll Jauchzen und Fröhlichkeit an!
Dienet dem Höchsten mit herrlichen Chören,
Laßt uns den Namen des Herrschers
verehren!



Das Weihnachtsoratorium wendet sich
sicherlich nicht nur an den Musikliebhaber,
sondern ist für die Kirchengemeinschaft
gedacht, um unseren Glauben zu stärken
mit der Verkündigung der frohen Botschaft.

Am liebsten möchte man in den Jubelruf im
Weihnachtsoratorium mit einstimmen, mit
Pauken und Trompeten wird die Geschichte
von der Geburt Jesu verkündet.

Es gab Zeiten, in denen wir uns mit Besinn-
lichkeit, Buße und Enthaltensamkeit von den
Genüssen dieser Welt auf das Weihnachts-
fest vorbereiteten.

Für diese innere Vorbereitung sind Weih-
nachtsfeiern und Lichterketten ein dürftiger
Ersatz.



Der Advent – die Zeit vor der Ankunft des
Herrn im Stall von Bethlehem – ist die Zeit
der Erwartung, das Warten auf etwas ganz
Wunderbares und Einzigartiges.

Nach den leisen Tönen der Erwartung im
Advent dürfen wir mit Freude jauchzen und
frohlocken in der Heiligen Nacht:

„Ehre sei Gott in der Höhe und Friede auf
Erden, den Menschen ein Wohlgefallen.“

Was an Wunderbarem und Einzigartigem
geschah, war die Geburt eines armseligen
Kindes, dazu noch in einem Stall, dessen
Eltern, dem Befehl des Kaisers folgend auf
Wanderschaft fern ihrer Heimat waren.

„Freuet euch im Herrn allewege. Und aber-
mals sage ich euch: Freuet euch, der Herr
ist nahe.“

Wir sollten die Tage preisen, die vor uns
liegen - die Tage der Weihnachtszeit. Wir
sollten sie preisen mit unseren christlichen
Bräuchen, sie zu Tagen der Einkehr und
des Friedens machen - zu Tagen der
Geborgenheit und Liebe.



Der Evangelist Johannes sagt: „So hat Gott
die Welt geliebt, dass er seinen eingebore-
nen Sohn gab, damit alle, die an ihn
glauben, nicht verloren werden, sondern
das ewige Leben haben.“

Gott liebt uns und das ist das größte
Geschenk, das wir Weihnachten
empfangen dürfen.

Bestimmt fällt es manchen schwer, zu jau-
chen und zu frohlocken. Den Arbeitslosen,
den Kranken und Sterbenden, den
Einsamen und Verlassenen, den um einen
verstorbenen Angehörigen Trauernden –
allen, die in einer Krise stecken.

Wir vergessen vielleicht, dass sie in der
Weihnachtszeit mit den fröhlichen
Glöckchen ihre Trauer und Einsamkeit
noch viel deutlicher spüren.

Doch die Musik hat auf alle Menschen
eine ganz besondere Wirkung - sie kann
trösten, sie hilft uns über Kummer hinweg-
zukommen, sie nimmt Einfluss auf unsere
Stimmung. Mit dem Jubelchor aus dem
Oratorium möchten wir jauchzen und
frohlocken.

So können wir für einige Zeit vergessen,
was uns betrübt. Der Kummer ist noch da,
doch für kurze Zeit nicht im Vordergrund –
da steht die Freude über das Wunder der
Heiligen Nacht.

Ein Wunder, das aus Liebe geschehen ist.
Der Liebe Gottes zu uns. Dieses Wunder
lässt keinen Raum für Resignation und
Schmerz.

Der Jubelchor fordert uns auf:

„Dienet dem Höchsten mit herrlichen
Chören, lasst uns den Namen des
Herrschers verehren!“

Gott ist in unsere Mitte gekommen, um
uns nahe zu sein. Er hat uns seinen Sohn
geschenkt und ist damit unser aller Diener
und Herr zugleich geworden. Dieser Gott
ist es wert, dass wir ihn loben und
preisen, für das, was er uns geschenkt
hat. (seng)



Die Musik ist die gemeinsame Sprache aller Nationen dieser Erde. *Khalil Gibran*



SERIE „GESUNDHEIT IM ALTER“: AROMATHERAPIE

(Dr. med. Philip Mavberg)

Wenn das Jahr dem Ende zu-
geht und die Blütenfarben des
Sommers nur eine Erinnerung
sind, so können wir uns durch
aromatische Pflanzenöle etwas
von ihrer Wärme und Erinne-
rung bewahren. Und wenn wir
älter werden, so helfen uns
Pflanzen nicht nur in
Erinnerungen zu schwelgen
und sondern auch wieder zu
uns selbst zu finden. Pflanzendüfte werden direkt über den
Geruchssinn im Gehirn aufgenommen und wirken unmittelbar. Das
macht sie in der Pflege von geriatrischen oder schwerkranken
Patienten so wertvoll, so dass sie auch in unserer Reha-Klinik in
der Aromatherapie zur Anwendung kommen. Hierbei sind insbe-
sondere wohlriechende und durchblutungsfördernde Öle wichtig,
denn durch sie werden das Nervensystem, wie auch der Bewe-
gungsapparat besser durchblutet.



Seit der Antike sehr geschätzt durch ihre Vielseitigkeit ist die
Melisse (Zitronenmelisse). Nach Hildegard von Bingen stellt ihre
Wirkung gleichsam eine Essenz von mehreren Kräutern dar, also
so etwas wie ein „Allheilmittel“. Ihre besondere Wirkung kommt in
ihrem in Südeuropa gebräuchlichen Namen „Herzensfreude“ zum
Ausdruck. Sie hilft uns, entspannt und mit Ruhe, die Welt um uns
mit Dankbarkeit und heiterer Gelassenheit zu betrachten.



Daneben unterstützt die Melisse die Verdauung, wirkt unterstüt-
zend bei Entzündungen und ist hilfreich bei Infekten, was im Mittel-
alter dem Melissenwasser eine breite Verwendung in der klösterli-
chen Heilkunde bescherte. Eine beliebte Anwendungsmöglichkeit
heutzutage ist der Aufguss als Tee. Das pure Öl sollte aufgrund
seiner Stärke jedoch nur unter fachlicher Aufsicht verwendet
werden.

Auch in Bädern und in
Duftsteine und Lampen)
Öle zu Hause einfach



der Raumluft (z. B. durch
lassen sich aromatische
nutzen. So kann das

leichte, fruchtige Zitronenöl die Luft – aber auch den eigenen Kopf
– frisch und klar halten. Daneben besitzt das Öl desinfizierende
Eigenschaften, und kann so in der Raumluft auch bei Erkältungs-
krankheiten nützlich sein.

So manche Wohnung ist zurzeit erfüllt vom Mandarinenduft. Diese
Frucht gilt – nicht zu Unrecht – traditionell als verdauungsstärkend
und ihr Duft vermittelt in dieser Zeit ein Gefühl der Geborgenheit
und Besinnlichkeit. Auch das Mandarinenöl rot, sparsam zu



gleichen Teilen mit Lavendelöl gemischt, ist eine be-
währte Mischung. Sie wirkt, wenn sie eingeatmet wird,
stimmungsaufhellend und beruhigend und vermittelt
uns so das Versprechen auf das kommende Jahr.

Literatur: Wabner, Beier Aromatherapie, München 2012

Lubinic, Handbuch Aromatherapie, Stuttgart 2004

Werner, von Braunschweig, Praxis Aromatherapie, Stuttgart 2014



Alle Jahre wieder verwandelt sich der

Bethel-Parkplatz

an der Schorndorfer Straße 81
in Welzheim
am 4. Dezember, 16 – 20 Uhr und
am 5. Dezember, 15 – 20 Uhr
in einen Adventsmarkt.

- * Bratwurst, Steaks
- * Heiße und kalte Getränke
- * Zimtwaffeln, Lavendelwaffeln
- * Feinkost
- * Stockbrot am Lagerfeuer
- * Glühmost und Glühwein
- * Selbstgewebte Hausschuhe
- * Holzbastelarbeiten
- * Holzkrippen + Zubehör
- * Patchwork
- * Filzdekoration + Schafwolle
- * Selbst gemachte Kerzen
- * Handbemalte Keramik
- * selbstgestaltete Karten
- * Schmuck und Lampen
- * Handarbeiten
- * Deko-Artikel für Weihnachtszeit
- * Kinder-Karussell des Schwabenparks

Liebevoll geschmückte Stände erstrahlen wieder im Glanz der Lichterketten.
Weihnachtliche Atmosphäre zaubert der Duft nach Weihnachtsgebäck und Crêpes.

Wer lieber herzhaftes mag, hat die Qual der Wahl:

Es gibt Nikolaus-Würstchen, Steaks oder Stockbrot am offenen Feuer.
Glühwein, Punsch und andere Heißgetränke wärmen von innen.

Lassen Sie sich überraschen: Mitarbeiter aller Abteilungen,
Hobbykünstler, Kindergärten, Vereine und die Volksbank
sind mit Ständen und Buden vor Ort und bieten Bewährtes und Ausgefallenes aller Art an.
Für den musikalischen Rahmen sorgen verschiedene Gruppen
mit stimmungsvoller, weihnachtlicher Musik.

Das Bethel-Team freut sich gut vorbereitet auf die großen und kleinen Besucher des Adventsmarktes.

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

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 Brenner, 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 Brenner



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