



Foto: Martina Heinzel

**Exklusivinterview**  
mit Bayerns  
Gesundheits- und  
Präventionsministerin  
**Judith Gerlach**

---

*Magazin aus den Einrichtungen der Schwestern vom Göttlichen Erlöser  
(Niederbronner Schwestern) – Provinz Deutschland und Österreich*

---

## In Bewegung kommen

Bewegung hält uns gesund – körperlich wie geistig. Sie stärkt, schafft Ausgleich und gibt neue Energie. Doch unser Schwerpunktthema „In Bewegung kommen“ meint mehr als Sport oder Aktivität im Alltag. Es beschreibt auch unsere Bereitschaft, uns als Organisation weiterzuentwickeln und auf Veränderungen offen zu reagieren.

Gerade in den Bereichen Gesundheit, Pflege und Bildung ist Wandel Teil unseres Arbeitsalltags. Neue Anforderungen, veränderte Bedürfnisse und gesellschaftliche Entwicklungen fordern uns heraus. In Bewegung zu kommen heißt hier, Bestehendes wertzuschätzen

und gleichzeitig Neues zuzulassen, Schritt für Schritt und gemeinsam. Dabei ist die eigene Gesundheit ein zentraler Faktor. Wer Verantwortung für andere übernimmt, braucht auch Raum für Selbstfürsorge und Unterstützung. Eine Organisation in Bewegung schafft diese Freiräume und entwickelt Strukturen, die Menschen stärken.

Diese Ausgabe lädt Sie ein, Bewegung in all ihren Facetten zu betrachten: persönlich und gemeinsam, praktisch und strukturell. Bleiben wir in den Einrichtungen der Schwestern vom Göttlichen Erlöser gemeinsam in Bewegung: aufmerksam, gesund und zuversichtlich.

Inhalt

In Bewegung kommen 1  
 Editorial 2

**Schwerpunktthema**

**„In Bewegung kommen“**

Interview mit BGM Judith Gerlach 3  
 „Aufzug? Ich doch nicht!“ 6  
 Teamgeist in Gießen 7  
 KITA-Kinder in Bewegung 8  
 Was für ein Zirkus! 9  
 Bewegungserziehung 10  
 Turnstunde war gestern 11  
 Physiotherapie in der Klinik 12  
 Tanzen im Sitzen 14  
 Geheimnis Regelmäßigkeit 15  
 Pädagogik in Bewegung 17

**Aus den Einrichtungen der Schwestern vom Göttlichen Erlöser**

**Kongregation**

Grundsteinlegung im Kloster Bühl 20

**Trügersgesellschaft TGE**

Mietvertrag mit Montessori-Verein 22  
 Kommunale Partnerschaften 23

**Krankenhaus Zum Guten Hirten**

Millionenförderung für Neubau 24

**Sankt Vincentius Krankenhaus**

Baustellenparty auf neuer Station 25

**Krankenhaus-Stiftung**

Neue Fachkräfte aus Tunesien 26

**St. Josefs Krankenhaus**

**Balserische Stiftung**

Schutz in der Notaufnahme 27

**Neumarkter Akademie**

Besuch beim Arbeitsgericht 29  
 Abschluss Geriatrie-Kurs 29  
 „Die Zukunft ist alt“ 30  
 Abschluss Stationsleitungskurs 32  
 Abschluss Weiterbildung Praxisanleitung 33

**Alten- und Pflegeheim Theresianum**

Neue Einrichtungsleitung 34  
 „Room of Horror“ 35  
 Besuch von „Krümel“ 35

**Alten- und Pflegeheim St. Alfons**

Neue Einrichtungsleitung 36  
 Verabschiedung Oberin Sr. Goretti 37  
 „Kloster Helau!“ 38

**Prävention**

Präventionskonzept bietet Hilfe 38

**Rezept**

Blumenkohl-Tomatencurry 39

**Ausblick**

40

*Liebe Leserin, lieber Leser,*



Mitgehen – schon der Name unserer Mitarbeiterzeitschrift bringt auf den Punkt, worum es in unserem gemeinsamen Tun geht: in Bewegung bleiben, sich weiterentwickeln, miteinander unterwegs sein. Die aktuelle Ausgabe mit dem Titel „In Bewegung kommen“ greift diesen Gedanken auf vielfältige Weise auf. hier gekürzt

Beim Lesen dieser Ausgabe ist mir wieder bewusst geworden, wie viel uns alle verbindet – unabhängig davon in welcher Einrichtung oder in welchem Land wir tätig sind. Unterschiedliche Aufgabenbereiche, unterschiedliche Perspektiven – und doch eine gemeinsame Basis aus Engagement, Verantwortung und dem Wunsch, für die uns anvertrauten Menschen, das Beste zu geben. Diese gemeinsame Haltung ist es, die uns trägt und in Bewegung hält.

Ein Beitrag dieser Ausgabe hat mich dabei besonders angesprochen: der Artikel von Mag. Martin Pfeiffer, Geschäftsführer der Bildungszentren in Wien und Gleiß. Vielleicht auch deshalb, weil mich das Thema ganz persönlich berührt – meine jüngste Tochter, die Lehramt studiert, bringt immer wieder neue Impulse rund um Künstliche Intelligenz mit nach Hause und regt zum Nachdenken an.

Der Artikel zeigt eindrucksvoll, wie sehr sich Pädagogik im Spannungsfeld zwischen Tradition und Innovation bewegt. Er beschreibt, wie technologische Entwicklungen – insbesondere im Bereich der Künstlichen Intelligenz – unsere Sicht auf Lernen, Wissen und Bildung verändern. Wenn Informationen jederzeit verfügbar sind und Maschinen immer mehr Aufgaben übernehmen, rückt eine andere Frage in den Mittelpunkt: Wie wichtig ist das eigene Denken, das kritische Hinterfragen und die Fähigkeit, Verantwortung zu übernehmen? Gleichzeitig macht der Beitrag deutlich, dass bei aller Dynamik eines unverändert bleibt: die Bedeutung von Werten und Haltung. Begriffe wie Nächstenliebe, Hilfsbereitschaft und echte Begegnung gewinnen gerade in einer zunehmend digitalen Welt an Bedeutung. Bildung bedeutet eben nicht nur Wissensvermittlung, sondern vor allem die Begleitung von Menschen – etwas, das keine Maschine ersetzen kann.

Diese Ausgabe lädt dazu ein, genau diese Balance zu entdecken: zwischen Bewegung und Orientierung, zwischen Innovation und Bewährtem, zwischen technischem Fortschritt und menschlicher Nähe.

Ich wünsche Ihnen viel Freude beim Lesen dieser Ausgabe und viele anregende Gedanken beim Mitgehen.

*Ihre Andrea Brönnner*

**Sie haben Anmerkungen oder Fragen an die Redaktion und das Herausgaberteam?**

Dann schreiben Sie uns per E-Mail an [mitgehen@tge-online.de](mailto:mitgehen@tge-online.de)

## Bewegung beginnt mit dem ersten Schritt

Bayerns Gesundheits- und Präventionsministerin Judith Gerlach im Exklusivinterview über Motivation, den inneren Schweinehund und warum fünf Minuten Bewegung ein guter Anfang sind

**Bewegung ist ein Schlüssel zu Gesundheit, Wohlbefinden und Fitness. Mit der Initiative „Bavaria Moves – Beweg Dich mit!“ setzt das Bayerische Staatsministerium für Gesundheit, Pflege und Prävention ein starkes Zeichen für einen aktiveren Alltag.**

Warum gerade kleine Schritte eine große Wirkung haben können und welche Rolle Politik, Arbeitgeber und jede Einzelne, jeder Einzelne dabei spielen, das verrät Bayerns Gesundheits- und Präventionsministerin Judith Gerlach im exklusiven Gespräch mit unserer Redaktion.

**Sehr geehrte Frau Ministerin, das Schwerpunktthema der aktuellen Ausgabe unserer Zeitschrift „mitgehen“ ist „In Bewegung kommen“. Das passt sehr gut zu Ihrer Kampagne „Bavaria Moves“-Bayern bewegt sich.**

**Warum ist es aus Ihrer Sicht so wichtig, dass wir uns mehr bewegen – und wie setzt genau hier die Kampagne „Bavaria Moves“ an?“**

**Bayerns Gesundheits- und Präventionsministerin Judith Gerlach:**

Bewegung ist einer der wichtigsten Schlüssel für unsere Gesundheit – körperlich wie seelisch. Sie stärkt Herz und Kreislauf, hilft bei Stressabbau, verbessert den Schlaf und beugt vielen Erkrankungen vor. Gleichzeitig wissen wir: Viele Menschen bewegen sich im Alltag

zu wenig. Genau hier setzt „Bavaria Moves – Beweg Dich mit!“ an. Die Kampagne möchte motivieren, Bewegung wieder selbstverständlich in den Alltag einzubauen – ohne Leistungsdruck und mit einfachen Zugangsmöglichkeiten. Es geht nicht um Hochleistungssport, sondern die einfache Botschaft: Jede Bewegung zählt. Der Freistaat Bayern will zeigen, wie Bewegung niedrigschwellig, alltagstauglich und mit Freude gelingen kann.

**Wie schätzen Sie den aktuellen „Bewegungsstatus“ in Bayern ein:**



Bayerns Gesundheits- und Präventionsministerin Judith Gerlach geht selbst mit gutem Beispiel voran. Trotz ihrer vielen Verpflichtungen findet sie immer noch Zeit für Sport, Krafttraining und Gymnastik.

### **wo stehen wir gut da, wo besteht Handlungsbedarf?**

Bayern hat viele gute Voraussetzungen: Wir haben eine starke und vielfältige Vereinslandschaft, engagierte Kommunen und viele Initiativen rund um die Themen Gesundheit und Prävention. Gleichzeitig sehen wir, dass Bewegung im Alltag oft zu kurz kommt – besonders bei Jugendlichen, bei Menschen mit wenig Zeit oder bei sozial benachteiligten Gruppen. Handlungsbedarf gibt es vor allem dort, wo der Zugang zu Bewegung fehlt. Deshalb setzen wir bewusst auf niedrigschwellige Angebote, die alle erreichen – unabhängig von Alter, Einkommen oder sportlicher Vorerfahrung.

**„BavariaMoves – Beweg Dich mit!“ findet man vor allem online auf den Social-Media-Kanälen des Ministeriums mit vielen guten Beispielen, wie sich Bewegung in den Alltag integrieren lässt.**

**Welche gesundheitlichen Effekte ergeben sich besonders schnell, wenn man schon mit kleinen Alltagsbewegungen startet?**

Die gute Nachricht ist: Man spürt positive Effekte oft sehr schnell. Schon kleine Bewegungseinheiten können beispielsweise den Kopf freier machen, den Kreislauf anregen und Verspannungen lösen.

Regelmäßige Alltagsbewegungen wie Treppensteigen, Spazieren gehen oder kurze Aktiv-Pausen senken langfristig das Risiko für Herz-Kreislauf-Erkrankungen, Diabetes oder Rückenschmerzen. Unter anderem solche alltagstauglichen Ideen zeigt „BavariaMoves“ auf den Social-Media-Kanälen des Ministeriums.

**Wir sind ein Arbeitgeber im Gesundheits- und Sozialwesen mit Kliniken, Alten- und Pflegeheimen und Bildungseinrichtungen. Was wünschen Sie sich von Unternehmen wie dem unseren für ein „bewegteres Bayern“?**

Arbeitgeber spielen eine zentrale Rolle für ein bewegteres Bayern. Ich wünsche mir, dass Bewegung am Arbeitsplatz mitgedacht und ermöglicht wird – zum Beispiel durch bewegte Pausen, ergonomische Arbeitsplätze oder kleine Mitmach-Aktionen. Selbst wer im Arbeitsalltag schon viel auf den Beinen ist, wie etwa Pflegekräfte, profitiert von Bewegung, die einen Ausgleich bietet. Auch der Arbeitgeber profitiert von gesünderen Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern.

### **Frauen haben noch immer Nachholbedarf beim Sport**

Um Arbeitgeber noch stärker zu motivieren, Bewegung im Arbeitsalltag zu ermöglichen, haben wir im vergangenen Jahr einen landesweiten Präventionstag eingeführt. Begonnen haben wir 2025 mit den Schulen, in diesem Oktober sind auch Betriebe, Behörden, Kommunen und andere Interessierte eingeladen mitzumachen – und das vielfältige Engagement für Prävention sichtbar zu machen. Der Präventionstag soll ein Impuls für weitere gesundheitsfördernde Aktivitäten sein.

**In unseren Einrichtungen arbeiten vor allem Frauen. Es gibt Studien die einen „Gender Exercise Gap“ zeigen, d.h. Frauen machen weniger Sport als Männer, obwohl sie nachweislich gesundheitlich mehr davon profitieren. Warum, glauben Sie, bewegen sich Frauen im Durchschnitt weniger – und was braucht es, um gerade sie besser zu erreichen?**

Die Gründe hierfür sind vielfältig. Angebote im Breitensport sind teilweise noch sehr auf klassische Wettkampfsportarten ausgerichtet, mit denen sich nicht alle Mädchen und Frauen identifizieren. Gleichzeitig spielen auch Zeitmangel, ge-

sellschaftliche Erwartungen oder Unsicherheiten rund um das eigene Körperbild eine Rolle. Deshalb müssen wir Bewegung breiter denken: mit flexiblen Angeboten ohne Leistungsdruck und näher am Alltag. Der Freistaat Bayern unterstützt dafür gezielt das Projekt „Girls` Power“ des Bayerischen Landessportverbands, um Mädchen langfristig bis ins Erwachsenenalter im Sport zu halten und ihnen passende Bewegungsangebote zu machen.

**Sie selbst bringen sich stark und sehr authentisch in die Kampagne „Bavaria-Moves“ ein. Man sieht Sie zum Beispiel beim Yoga, Krafttraining und Pilates und man sieht es Ihnen auch an, dass Sie das nicht nur für die Kamera machen.**

**Wie schaffen Sie es persönlich trotz Ihrer vielen Verpflichtungen, Zeit für sich und den Sport zu finden und kämpfen Sie da auch manchmal gegen den „inneren Schweinehund“?**

Ja, den „inneren Schweinehund“ kenne ich auch. Gerade mein politischer Alltag ist oft mit Terminen gefüllt. Umso wichtiger ist es mir, Bewegung bewusst einzuplanen, weil sie mir guttut. Ich habe auch Lust darauf, neue Sportarten auszuprobieren wie zum Beispiel Calisthenics und Reformer Pilates.

**Welchen kleinen Tipp würden Sie jedem/jeder Einzelnen geben, der/die „in Bewegung kommen“ möchte, aber nicht weiß, wo er/sie anfangen soll?**

Mein Tipp: klein anfangen und realistisch bleiben. Wer es gleich zu Beginn übertreibt, verliert schnell wieder die Lust an Bewegung. Fünf Minuten Bewegung sind besser als keine. Ein kurzer Spaziergang, ein paar Dehnübungen oder bewusst öfter aufzustehen, reichen für den Anfang völlig aus. Wichtig ist nur, dass man dranbleibt.

## **Welche Maßnahmen oder Projekte sind im Rahmen von „BavariaMoves“ in diesem Jahr noch geplant?**

Neben der laufenden Social-Media-Kampagne setzt der Freistaat auf kostenlose Sportangebote, die wir über unser neues Landesprogramm „Sport vor Ort – draußen, offen, für alle“ starten. Wir stellen allen Gesundheitsämtern Mittel bereit, um Bewegungsangebote auf öffentlichen Plätzen zu organisieren. Die

Angebote werden unkompliziert kostenlos zugänglich sein – als Anregung vor allem für diejenigen, die den Weg in den Sportverein oder das Fitnessstudio bislang nicht suchen. Die Planungen dafür haben schon begonnen und nach und nach werden die Angebote vor Ort starten.

Für unseren landesweiten Präventionstag am 12. Oktober möchte ich hier nochmal kräftig die Werbetrommel rühren. Unser Ziel ist es,

möglichst viele Akteurinnen und Akteure für eine Mitwirkung an diesem Tag zu gewinnen. Es passiert in Bayern schon so viel, lassen Sie uns das gemeinsam sichtbar machen. Ob Mitmach-Aktion, Vortrag oder Workshop: Der Kreativität sind keine Grenzen gesetzt, jeder Beitrag ist wertvoll.

**Frau Ministerin, ganz herzlichen Dank für dieses Gespräch!**

## **Warum „BavariaMoves“?**

*Bewegung tut Körper und Seele gut, stärkt die Gesundheit und kann bestehende Erkrankungen lindern oder deren Heilung unterstützen. Schon kurze Bewegungseinheiten von fünf bis zehn Minuten wirken sich positiv auf die Gesundheit und das mentale Wohlbefinden aus.*

*Mit gerade einmal 15 Minuten moderater körperlicher Aktivität pro Tag kann man das Risiko für häufige Krankheiten wie Diabetes mellitus Typ 2, Bluthochdruck und andere Herz-Kreislauf-Erkrankungen oder einige Krebsarten senken – und die Lebenserwartung steigt!*

*Zu diesen 15 Minuten zählen nicht nur Sport, sondern auch bestimmte Alltagstätigkeiten wie ein Spaziergang oder häufigeres Treppensteigen.*

*Und für alle, die es ganz genau nehmen: Die Weltgesundheitsorganisation (WHO) empfiehlt Erwachsenen mindestens 150 Minuten moderate oder 75 Minuten intensive körperliche Aktivität pro Woche sowie Muskelkräftigungsübungen an zwei oder mehr Tagen.*

*Viele schaffen das nicht. Wir finden: Nicht aufgeben, dranbleiben und bewegen Sie sich mit!*

**Mehr dazu ►**



*Quelle: Bayerische Staatsministerium für Gesundheit, Pflege und Prävention*



*Auch in die Kampagne „BavariaMoves“ bringt sich die Ministerin stark ein. Unter #BavariaMoves posten Menschen in den Sozialen Medien aus allen Lebensbereichen ihre sportlichen Alltagstipps: vom Yoga in der Mittagspause bis zur Familien-Radtour, vom Home Office-Stretching bis zum Workout im Fitness-Studio oder Gymnastik im Wohnzimmer.*

# „Aufzug? Ich doch nicht!“

Wie meine Kollegin Anja mich an Land und im Wasser in Schwung bringt

Ich gebe es zu: Bis Juli 2025 war ich ein echter Bewegungsmuffel. Klar, ich fuhr täglich mit dem Rad zur Arbeit – ein E-Bike, versteht sich –, aber bei Regen nutzte ich doch viel lieber das Auto. Bequemlichkeit hatte leider Priorität.

Dann kam Anja. Neue Kollegin, Mitarbeiterin im Qualitätsmanagement (41 Jahre, Sportwissenschaftlerin) und ihr Schreibtisch direkt neben meinem. Und plötzlich war alles anders. Anja fährt bei Wind und Wetter mit ihrem alten Damenrad ganz ohne Motor zum Krankenhaus, dreimal so weit wie ich. Sie hat mir gezeigt: Mit der richtigen Kleidung geht's auch bei Nieselregen oder Kälte.

Treppen statt Aufzug? Für Anja selbstverständlich. „Komm, wir laufen!“, ich hechelte hinterher. Aus einem stillen „Bloß-nicht-von-Anja-

im Aufzug-erwischen-lassen“ wurde schnell ein klares „Aufzug? Ich doch nicht!“ Und während ich am Wochenende gemütlich auf der Couch lag, sah ich in ihrem WhatsApp-Status, wie sie mit ihren Kids joggte, Ski fuhr, wanderte: Bewegung ist einfach ihr Ding.

Was mich am meisten motivierte: Anja predigt nicht mit erhobemem Zeigefinger. Sie lebt ihre Lust an Bewegung und ihr ansteckendes „Motivationslachen“ sorgt dafür, dass man gar nicht anders kann, als mitzumachen. Nach und nach merkte ich erste Erfolge: Zwei Stockwerke Treppe laufen ohne außer Atem zu sein! Und wenn ich im Fitnessstudio (dahin gehe ich jetzt wieder regelmäßig) ein neues Bewegungsziel schaffe, schicke ich ihr ein Bild und hole mir ein „Daumen hoch“ von ihr ab.

Mein persönliches Highlight? Anja bietet seit vier Wochen im hauseigenen Bewegungsbad einen Aquafitnesskurs für Mitarbeitende an. Im Badeanzug vor Kollegen? Erst dachte ich: „Oh nein!“, aber dann doch „Augen zu und durch“. Am Ende standen Spaß, Muskelkater in Armen und Bauch und ein unglaublich gutes Gefühl, meinen inneren Schweinehund mal wieder überwunden zu haben.

Danke, Anja, für die Bewegung und dafür, dass ich jetzt merke: Aktiv sein macht einfach Freude! Mein Tipp für alle Bewegungsmuffel: Such dir eine „Anja“.

Text und Fotos: Andrea Brönnner,  
Referentin für Presse- und Öffentlichkeitsarbeit Sankt Vincentius  
Krankenhaus Speyer

**Die drei folgenden Übungen können mit dem Schwimmbrett oder der Poolnudel ausgeführt werden: Die Belastungsintensität kann über die Geschwindigkeit gesteuert werden, da so der Wasserwiderstand höher wird.**

## 1. Übung: Rudern

Brett/Nudel auf Brusthöhe Arme strecken und beugen; auf eine aufrechte Haltung achten, Schulterblätter zusammenziehen, wenn Brett/Nudel an der Brust ist

### Variationen:

1. Stand
2. Gehen
3. Joggen

## 2. Übung: Strecksitz auf Brett/Nudel

Im Strecksitz im Wasser schweben, mit gestreckten Armen Brett/Nudel vom Po nach unten wegstrecken (nicht auf Brett/Nudel sitzen)

### Variationen:

1. Die Beine fahren Fahrrad
2. Beine gestreckt öffnen/schließen
3. Beine gestreckt abwechselnd hoch/runter

## 3. Übung: Stand mit einem Fuß auf Brett/Nudel

### Variationen:

1. Bein vor dem Körper beugen/strecken (Brett/Nudel durch Auftrieb nach oben kommen lassen, aktiv runterdrücken)
2. Mit gestreckten Bein Brett/Nudel vor Körper durch Auftrieb nach oben kommen lassen, aktiv runterdrücken
3. Das Bein seitlich wegspreizen



# Teamgeist auf Rädern und zu Fuß

Beim Stadtradeln und Stadtlauf sind Mitarbeitende vom St. Josefs Krankenhaus Baleserische Stiftung in Gießen gerne dabei

**Auch in diesem Jahr heißt es wieder: Rauf aufs Rad und an den Start! Zahlreiche Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter des St. Josefs Krankenhauses Baleserische Stiftung sind traditionell mit viel Engagement dabei, wenn in Gießen die beliebten Aktionen „Stadtradeln“ und der Stadtlauf „Run ´n´Roll for Help“ stattfinden.**

Im Mai treten unsere Radler beim „Stadtradeln Gießen“ kräftig in die Pedale, um Kilometer für den Klimaschutz zu sammeln. Auftakt der Aktion ist der „FahrRad!-Tag“ Anfang Mai auf dem Brandplatz, wo Radfahrbegeisterte einen sportlichen Start in die dreiwöchige Aktion erleben. Jeder gefahrene Kilometer zählt – egal ob beruflich oder privat – und trägt dazu bei, umweltfreundliche Mobilität zu fördern. Besonders eifrig tritt unser Radlkönig Max Cramer in die Pedale, der bereits mehrfach die meisten Kilometer gesammelt hat und immer mit viel Freude und Motivation dabei ist.

## Wettbewerb um den Pokal

Wer lieber läuft, kommt im August auf seine Kosten: Beim Stadtlauf „Run ´n´Roll for Help“ erwartet die

Teilnehmer wieder ein buntes Programm aus Walking, Nordic Walking, Juniorenlauf, 5 Kilometer-Lauf und dem 10 Kilometer-Hauptlauf. Hier steht der Spaß genauso im Vordergrund wie der sportliche Ehrgeiz, besonders die Betriebsmannschaften kämpfen um den begehrten Pokal als „Schnellste Mannschaft“. Neben dem sportlichen Erlebnis setzt die Veranstaltung ein starkes Zeichen für Inklusion und soziale Verantwortung, denn auch Menschen mit physischen oder psychischen Beeinträchtigungen nehmen aktiv teil. Die Erlöse kommen der Lebenshilfe Gießen e. V. und der Aidshilfe Gießen e. V. zugute.

Egal ob auf zwei Rädern oder zu Fuß, die Aktionen zeigen: Bewegung macht Spaß, stärkt den Teamgeist und bringt die Gemeinschaft zusammen. Wir freuen uns schon auf zahlreiche motivierte Teilnehmer und unvergessliche Momente in Gießen!

Text: Jasmin Hahn,  
Referentin für  
Unternehmenskommunikation  
Fotos: privat



## Max Cramer:

„Fahrrad fahren ist für mich der wahrscheinlich schönste Zeitvertreib, den ich nicht missen möchte. 365 Tage im Jahr wird geradelt, bei Wind und Wetter. Der Wettbewerb „Stadtradeln“ bietet zusätzliche Motivation gemeinsam im Team in die Pedale zu treten und ein Statement zu setzen.“

## Matthias Weber:

„Bewegung und Gesundheit gehören für mich einfach zusammen. In jedem Krankenhaus, in dem ich bisher tätig war, habe ich daher auch immer an den Firmenläufen teilgenommen. Als ich dann hier im Jokba angefangen habe, war ich erfreut, dass es auch hier so eine schöne Tradition gibt, am Firmenlauf im Rahmen des Gießener Altstadtfestes teilzunehmen. Für den Lauf habe ich die Funktion des Teamkapitän übernommen. Im Sommer mache ich intern wieder Werbung, melde uns an und hole die Startunterlagen. Ende August ist es dann wieder soweit: Schwitzen für das Team Jokba, weil meist ist es sehr heiß und dazu läuft man noch in der Innenstadt. Ich freue mich wieder auf ein tolles Erlebnis im Team, übergreifend über alle Berufsgruppen und Hierarchien, dann sind wir alle nur Sportler und Sportlerinnen.“

# Auf leisen Sohlen und mit Riesensprüngen

*Hüpfen, Toben, Rennen: warum jede Bewegung die Welt für Kinder immer ein Stück größer macht*



*Balancieren in jungen Jahren stärkt nicht nur das körperliche Gleichgewicht, sondern auch Geist, Fokus und Aufmerksamkeit.*

**Nicht ohne Grund ist Bewegung ein grundlegendes, kindliches Bedürfnis. Bewegung ist ein fundamentaler Pfeiler des gesunden Aufwachsens. Deshalb gibt es jeden Tag in der Kindertagesstätte Katharina viele Bewegungsangebote.**

Hüpfen, Springen, Rennen und Toben sind alltägliche Bewegungen, durch die die Kinder mit Lebensfreude und Neugier ihre Umwelt wahrnehmen und erkunden. Aufgabe von den Mitarbeitenden ist es, diesen Alltagsbewegungen Raum zu geben, sei es im Turnraum, im Garten, beim Spaziergehen oder auf dem Spielfeld.

Doch nicht nur das. Gerade das Ausführen von bewussten und gezielten Bewegungsabläufen fördert Selbstbewusstsein, Koordination und

Gesundheit. Hierüber lernen Kinder die Möglichkeiten ihres Körpers kennen und sich vor Gefahren zu schützen. Dabei entwickelt sich ein gesundes Körpergefühl, das sie sowohl körperliche, als auch emotionale Grenzen erkennen lässt. Damit schützen sie sich vor Verletzungen und nehmen sogar Grenzüberschreitungen schneller wahr. Bewegung dient deshalb auch dem Kinderschutz. Wöchentliche Turnstunden, Parcours mit Sinnesmaterial, Balancierübungen und vieles mehr sind Aktivitätsangebote in der Kita.

Gemeinsam aktiv zu sein stärkt das soziale Miteinander, bildet Freundschaften und unterstützt die emotionale Entwicklung. Dadurch können sowohl emotionale als auch soziale Hemmschwellen abgebaut werden und durch das gemeinsame Tun Ängste vergessen werden. Ein feinerer Sinn für Körpersprache wird entwickelt. Die räumliche Wahrnehmung und die Sinne werden geschult, wenn z.B. der Ball „nach oben“ geworfen wird oder der Boden weich, hart oder matschig ist.

## **Auch sprachliche Anregung**

Auch die sprachliche Entwicklung wird trainiert, ohne dass Kinder einem starren Lernsetting ausgesetzt sind, denn das gesprochene Wort wird nicht nur gehört, sondern auch erfahren, gefühlt und in Taten umgesetzt. Andere Kinder können nachgeahmt werden, auch wenn die Sprache noch nicht verstanden wird. Es entstehen Anregungen zum Sprechen, sei es bei Kleinkindern, die gerade erst das Sprechen

lernen, bei Kindern mit Sprachstörungen oder bei Kindern, die gerade erst unsere Sprache lernen.

Die vielfältigen positiven Effekte von gezielter Aktivität lassen uns immer wieder selbst staunen: zum Beispiel wird beim Kinderyoga nicht nur die Beweglichkeit und die Koordination geübt, sondern auch ein „Bei-sich-bleiben“. Diese Kompetenz ist eine wichtige Ressource für unsere Schulkinder, um sich auch in einer großen Klasse mit verschiedenen Geräuschen und Einflüssen konzentrieren zu können.

## **Gegen den „Handynacken“**

Damit Kinder in einer bewegten Welt aufwachsen können, braucht es Erwachsene, sei es das Team der Kita oder die Familie zu Hause, die selbst Freude an Bewegung haben und bereit sind, aktiv mit den Kindern zu agieren und an ihrer Seite zu sein. Gerade in Zeiten, in denen Medienkonsum und Stress zunehmen, brauchen Kinder von Klein auf alltagsintegrierte und gezielte Bewegung. Umso früher Kinder spüren, dass ihnen Bewegung guttut und Freude bringt, umso eher werden sie im Laufe des Erwachsenwerdens selbst aktiv und bewegt sein. Der sogenannte Handynacken ist leider bei Teenagern keine Seltenheit mehr.

Auch in diesem Jahr nehmen wir wieder an der Knaxiade teil und unsere Tanz-AG hat einen Auftritt beim Jubiläumsfest einer örtlichen Klinik. Möglichkeiten zur Bewegung gibt es viele, sie müssen nur genutzt werden.

*Text:  
Martina Heinzl, Pädagogische Leitung  
der Kita Katharina, Bad Endorf  
Foto: Pixabay*

## Was ist die Knaxiade?

Die KNAXIADE ist ein Gemeinschaftsprojekt der Kindergärten und Grundschulen mit den Sparkassen und dem Bayerischen Turnverband.

Unter dem Motto „Bewegung macht Spaß“ rief der Turnbezirk Schwaben 1994 zusammen mit den schwäbischen Sparkassen die KITA-KNAXIADE ins Leben. Seit 1997 wird zudem die Grundschul-KNAXIADE durchgeführt, viele Gemeinden Oberbayerns, der Oberpfalz und aus Unterfranken sind seit 2005 dabei.

Seit dem Projektstart haben bisher über 1,6 Millionen Kinder an einer KNAXIADE teilgenommen. Als Mitmachprämie erhalten alle Kinder eine Urkunde sowie eine Medaille von der betreuenden Sparkasse. Insgesamt unterstützen und fördern derzeit 17 Sparkassen die KNAXIADE.



## Was für ein Zirkus!

### Manege frei für die jungen Artisten der Klasse 4B

**Ende Jänner hieß es in der Volksschule des Bildungszentrums Kenyongasse „Was soll denn dieser Zirkus?“. Die Klasse 4B tauchte gemeinsam mit ihrem Klassenlehrer Simon Weissteiner in die fantastische Welt des Zirkus ein.**

Selbst im Zirkus seiner Eltern aufgewachsen, lud Simon Weissteiner seine Mutter, Sigrid Federspiel,

aus Südtirol ein, seine Schülerinnen und Schüler „in Bewegung“ zu bringen. Sigrid Federspiel ist langjährige Zirkus- und Theaterpädagogin, sowie Choreografin und Regisseurin im Bereich zeitgenössischem Zirkus.

Der Mehrzweckraum der Schule wurde für eine Woche zum bunten Zirkuszelt, in dem die Kinder ihre artistischen Fähigkeiten entdecken,

entwickeln und auch präsentieren konnten. Neugierig ließen sich die Kinder auf das Zirkusspiel ein und schon bald darauf flogen Bälle, Tücher und Reifen durch die Luft. Es wurden Hula Hoops und auch Balancegeräte, wie zum Beispiel eine Laufrolle, Pedalos, Stelzen und Leitern ausprobiert.

Es zeigte sich, dass die Kinder die Welt der Zirkus-Artistik rasch für sich entdeckten und in selbstbemalten T-Shirts ihren Eltern eine unvergessliche Aufführung voll Humor, Eleganz und auch dem notwendigen Quäntchen Mut präsentieren konnten.

So ging eine bewegte und bewegende Projektwoche viel zu rasch zu Ende, bei der nicht nur die Kinder in Bewegung kamen, sondern sich auch Körper und Geist vereinten. Konzentration, die Körperkoordination, die Feinmotorik, aber auch die Gemeinschaft wurden gefördert und Emotionen in Schwung gebracht.

*Selbst eine menschliche Pyramide war nach der Zirkuswoche für die Nachwuchskrobaten eine leichte Übung, mit der sie ihre Eltern zum Staunen brachten.*



Text:  
Sigrid Federspiel und Susanne Stangl  
Foto: Ivett Angeles



*Auch die Älteren haben viel Freude an den Bewegungsangeboten, die sie für die Kleinsten vorbereiten.*

## Erfolgs-erlebnisse im eigenen Tempo

*Über die Bedeutung von früher Bewegungserziehung und deren Stellenwert in der Kinderpflegeausbildung*

**Kinder, besonders im Krippen- und Kindergartenalter, bewegen sich gerne und viel. Dabei ist die Bewegung weit mehr als nur Zeitvertreib. Bewegung gehört zu den elementaren Bedürfnissen von Kindern und ist eng mit Lernen, Wohlbefinden und Persönlichkeitsentwicklung verbunden. Kinder benötigen Bewegung. Sie ist grundlegende Voraussetzung dafür, dass Kinder sich gesund entwickeln können: körperlich, geistig und emotional. Bewegung legt die Basis für spätere Fähigkeiten. Eine gut entwickelte Motorik unterstützt die Sprachentwicklung, erleichtert das Schreibenlernen und hilft Kindern, ihren Körper besser zu steuern.**

So ist es von zentraler Bedeutung, dass auch die Schülerinnen und Schüler der Berufsfachschule für Kinderpflege in der Neumarkter Akademie für Gesundheits- und Sozialberufe spezielles Grundwissen zur Bewegungserziehung erlangen, da sie später im Krippen- und Kindergartenalltag eine wichtige Schlüsselrolle für die gesunde, ganzheitliche Entwicklung von Kindern übernehmen werden.

Dafür benötigen sie fundiertes Wissen über die motorische Entwicklung von Kindern, über altersgerechte Bewegungsformen sowie über Sicherheitsaspekte. Die angehenden Kinderpfleger\*innen sollen lernen, diesen Prozess bewusst zu unterstützen und zu begleiten.

### **Altersgerechte Angebote**

Sie erkennen, wie wichtig es ist, Kindern vielfältige Bewegungsanreize zu bieten und wie diese altersgerecht gestaltet werden können. Besonders effektiv sind sogenannte Bewegungsstationen, die Kinder selbstständig erkunden dürfen.

Typische Stationen können sein:

- Krabbelstationen mit Tunneln, Matten oder kleinen Hindernissen, die die Körperwahrnehmung fördern
- Balancierstrecken aus Seilen oder schmalen Bänken, die Gleichgewicht und Konzentration schulen
- Kletterelemente in niedriger Höhe, die Mut machen und die Muskelkraft stärken
- Roll- und Rutschstationen, die

Raumlage und Koordination verbessern

### **Die Welt verstehen**

Solche Angebote lassen sich leicht anpassen und ermöglichen jedem Kind Erfolgserlebnisse im eigenen Tempo. Genau hier liegt der pädagogische Wert. Bewegung soll nicht überfordern, sondern ermutigen. Hier zählt nicht der Leistungsgedanke.



*Mitte: Mit Rutschbrettern durch selbstgebaute Tunnel sausen macht Spaß und fördert die Koordination.*

*Unten: Die angehenden Kinderpflegerinnen und -pfleger machen die Übung vor, die Kinder folgen.*

Die angehenden Kinderpflegerinnen und Kinderpfleger lernen dabei nicht nur die Theorie, sondern auch die praktische Umsetzung.

Die Berufsfachschule für Kinderpflege der Neumarkter Akademie für Sozialberufe nutzt die Synergien, die sich durch die vielfältigen Einrichtungen am Bildungscampus St. Marien ergeben. So begleiten die Auszubildenden die Grundschul Kinder der Freien

katholischen Grundschule St. Marien und den gemeinsamen Sportlehrer zu Aktionen wie Schwimmen oder Schlittschuhfahren oder betreuen in der Turnhalle aufgebauete Bewegungsparcours am „Tag der offenen Schule“. Auch gemeinsame Bewegungsangebote mit Krippe und KITA im Fach Bewegungserziehung sind geplant: eine Win-Win-Situation für die Auszubildenden der Kinderpflege und die KITA- und Grundschul Kinder.

In Bewegung zu kommen bedeutet für Kinder, sich selbst und die Welt besser zu verstehen. Wer das früh erlebt, profitiert ein Leben lang. Bewegungserziehung sollte aus diesen obengenannten Gründen kein Zusatzangebot sein, sondern ein zentraler Bestandteil guter pädagogischer Arbeit in Kindertagesstätten.

*Text und Bilder:  
Berufsfachschule für Kinderpflege  
an der Neumarkter Akademie*

## Turnstunde war gestern

*KITA, Schule, Hort: Im Bildungszentrum Kenyongasse in Wien sind alle aktiv*

**Beim Thema „Bewegung in Bildungseinrichtungen“ denkt vielleicht jeder sofort an die klassische Turnstunde am Vormittag. Aber diese Zeiten sind vorbei, das Angebot ist vielfältiger, wie die folgenden Beiträge aus Kindergarten, Schule und Hort im Bildungszentrum Kenyongasse in Wien zeigen.**

So fand beispielsweise gemeinsam mit der Bildungsanstalt für Elementarpädagogik (BAfEP) im Kindergarten Kenyongasse ein fröhliches Sportfest statt, das allen Kindern große Freude bereitete. An zahlreichen Spiel- und Sportstationen stellten die Jüngsten im Bildungszentrum ihre Geschicklichkeit, Schnelligkeit und Koordination unter Beweis.

Gestaltet wurden die Stationen von den Schüler\*innen der BAfEP Kenyongasse gemeinsam mit ihrer Sportlehrerin Mag.a Katharina Reingruber-Kolar.

Ob beim Hüpfen, Balancieren, Werfen oder Laufen, überall waren lachende Gesichter und anfeuernde Rufe zu hören. Die Kindergarten-

kinder machten neue Bewegungserfahrungen und entdeckten dabei, wie schön es ist, gemeinsam aktiv zu sein. Die BAfEP Schüler\*innen sammelten Erfahrungen für ihren zukünftigen Beruf.

Zum feierlichen Abschluss erhielten alle Kinder eine Medaille, die den erfolgreichen und fröhlichen Tag perfekt abrundete.

Wenn in der Allgemeinbildenden höheren Schule (AHS) eine Sportstunde beginnt, zeigt sich schnell, wie unterschiedlich Schüler\*innen mit Bewegung umgehen. Manche sind sofort dabei, andere brauchen erst etwas Zeit. Einige sind sehr selbstbewusst, andere eher zurückhaltend.

### **Teamübungen in der Schule**

Im Unterricht geht es deshalb nicht nur um Leistung oder Technik, sondern wichtig ist vor allem, dass alle die Möglichkeit haben, sich auszuprobieren und Bewegung auf ihre eigene Weise zu erleben. Spiele, kleine



*Wer geht beim Bobby Car-Rennen zuerst über die Ziellinie? Für die Kindergartenkinder lassen sich die Schüler\*innen der BAfEP immer wieder etwas Neues einfallen.*

Aufgaben oder Teamübungen helfen, Hemmungen abzubauen und gemeinsam aktiv zu werden. Kinder, die anfangs noch zögerlich waren, beteiligen sich plötzlich am Spiel oder probieren Übungen aus, die sie sich vorher nicht zugetraut hätten. Als Sportlehrer sind genau diese Momente wichtig. Bewegung kann dazu beitragen, dass Schüler\*innen Vertrauen in ihre eigenen Fähigkeiten entwickeln und erleben, dass Aktivität auch einfach Freude und Spaß machen kann.

Zweimal im Monat verwandelt sich der Hort im Bildungszentrum Kenyongasse in einen Ort voller Energie, Freude und gemeinsamer Aktivität. Beim regelmäßigen „Activity Day“, der jeweils an einem



*Wenn der Reifen die Runde macht, ist bei den Kindern im Hort viel Geschicklichkeit gefragt.*

Donnerstag stattfindet, rückt der gewohnte Lernalltag bewusst in den Hintergrund, stattdessen steht die Bewegung im Mittelpunkt.

### **Aktionstag im Hort**

An diesen besonderen Tagen gibt es keine Hausaufgaben. Die Kinder dürfen den Schulstress hinter sich lassen und in ein abwechslungsreiches Programm eintauchen, das Körper und Gemeinschaft gleichermaßen stärkt. Das Angebot ist dabei ebenso vielfältig wie motivierend: Von Ausflügen in die Natur über sportliche Gruppenspiele bis hin zu kreativen Bewegungsstationen erwartet die Kinder ein buntes Programm an Aktivitäten.

Der Bewegungstag bietet den Kindern die Möglichkeit, sich frei zu entfalten, ihre motorischen Fähigkeiten weiterzuentwickeln und gleichzeitig soziale Kompetenzen wie Teamgeist und gegenseitige Rücksichtnahme zu stärken.

Alle drei Momentaufnahmen zeigen eines sehr deutlich: Schüler\*innen haben unglaubliche Freude und Spaß an der Bewegung und erleben dadurch ein tolles Gemeinschaftsgefühl.

*Text: Renate Ripper,  
Bereichsleitung Kindergärten,  
Fabio De Monte, AHS Pädagoge,  
Marco Schöll, Hortleiter  
(alle im Bildungszentrum Kenyongasse)*

## **Mobilisieren. Motivieren. Mut machen.**

*Physiotherapie im Krankenhaus: zwischen Stationsalltag, Teamarbeit und persönlichem Einsatz*

***Wenn morgens die ersten Sonnenstrahlen durch die Fenster der Station fallen, hat für das Team der Physiotherapie der Arbeitstag längst begonnen. Während andere noch beim Frühstück sitzen, sind die Therapeuten bereits unterwegs, auf dem Weg zu Patienten, die nach einer Operation wieder aufzustehen lernen, nach einer schweren Erkrankung neue Kraft schöpfen oder im Alter ihre Selbstständigkeit zurückgewinnen möchten.***

Doch was passiert eigentlich hinter den Kulissen der Physiotherapie im St. Josefs Krankenhaus Balsaerische Stiftung in Gießen?

Die Ausbildung zum Physiotherapeuten dauert drei Jahre und kann auf unterschiedlichen Wegen erfolgen. Eine Möglichkeit ist die Ausbildung an der Ludwig-Fresenius-Schule in Marburg, einer privaten Berufsfach-

schule. Zudem besteht eine Ausbildungsmöglichkeit am Universitätsklinikum Gießen und Marburg.

Mit der Ludwig-Fresenius-Schule besteht eine enge Kooperation. Im ersten Ausbildungsjahr steht vor allem die Theorie im Mittelpunkt. Anatomie, Physiologie und Krankheitslehre bilden die Grundlage für alles, was später am Patientenbett geschieht.

Ab dem zweiten Jahr folgen Blockpraktika in verschiedenen Fachbereichen und Kliniken, wie die praktische Ausbildung in den Bereichen Chirurgie sowie Innere Medizin und Geriatrie. Hier lernen die angehenden Therapeuten, ihr theoretisches Wissen im Klinikalltag anzuwenden.

Ein besonderer Moment ist die praktische Examensprüfung im



*Physiotherapeut Michael A. Lutz bei der Behandlung eines Patienten. In seinem Beruf sind nicht nur Fachkenntnisse sondern auch viel Einfühlungsvermögen gefragt.*

Fachbereich Innere Medizin. Ein Dozent der Schule begleitet die Prüfung. Die Prüflinge haben zunächst dreißig Minuten Vorbereitungszeit, bevor sie dreißig Minuten lang einen Patienten behandeln. Die Prüfungen in Orthopädie und Chirurgie finden in anderen Einrichtungen statt.

Der Tag in der Physiotherapie ist abwechslungsreich und anspruchsvoll. Nach einer kurzen Teambesprechung beginnen die ersten Be-

handlungen auf Station, im Therapieraum oder direkt am Krankenbett.

Gerade in der Geriatrie ist die Arbeit intensiv. Oft arbeiten zwei Therapeuten gemeinsam, etwa wenn ein Patient allein nicht mobilisiert werden kann. Ziel ist es, Beweglichkeit zu fördern, Schmerzen zu lindern und die Selbstständigkeit Schritt für Schritt zurückzugeben.

Neben der praktischen Arbeit begleiten Therapeuten an einzelnen Tagen auch die Visiten der Unfallchirurgie, Orthopädie und Neurochirurgie. So sind sie frühzeitig in die Behandlungsentscheidungen eingebunden.

Einmal wöchentlich findet in der Geriatrie eine interdisziplinäre Teambesprechung statt. Gemeinsam mit Ärzten, Pflege, Sozialdienst, Psychologie, Logopädie sowie Ergo- und Physiotherapie werden Ziele definiert und die Fortschritte der einzelnen Patienten besprochen. Diese enge Zusammenarbeit ist ein zentraler Bestandteil der erfolgreichen Therapie.

### **Kleine Schritte, große Wirkung**

Nach der Ausbildung stehen zahlreiche Fort- und Weiterbildungsmöglichkeiten offen. Ob Manuelle Therapie, Lymphdrainage, Bobath-Konzept, Sturzprophylaxe oder Fachtherapeut Geriatrie – das Spektrum ist breit gefächert.

Es gibt kompakte Wochenendkurse wie Rückenschule oder Taping, aber auch umfangreiche Weiterbildungen, die sich über mehrere Wochen erstrecken. Darüber hinaus besteht die Möglichkeit eines berufsbegleitenden Studiums bis hin zum Masterabschluss, beispielsweise über Fernstudiengänge oder in Teilzeit an einer



*Ziel der Physiotherapie ist es, Beweglichkeit zu fördern, Schmerzen zu lindern und die Selbstständigkeit Schritt für Schritt zurückzugeben.*

### **Intensive Arbeit in der Geriatrie**

Universität. In unserer Abteilung verfügen viele Mitarbeiter über Zusatzqualifikationen, ein Gewinn für Patienten und Team gleichermaßen.

Was motiviert Physiotherapeuten besonders? Es ist die Dankbarkeit der Patienten. Der Moment, wenn jemand nach Tagen im Bett wieder selbstständig aufstehen kann. Wenn ein unsicherer Gang wieder stabil wird. Wenn Schmerzen nachlassen und Zuversicht zurückkehrt. Der direkte Vergleich zwischen dem Zustand bei Aufnahme und den Fortschritten bis zur Entlassung zeigt täglich, wie viel durch gezielte Therapie erreicht werden kann.

Die Arbeit ist körperlich anspruchsvoll. Patienten müssen mobilisiert, gestützt und gesichert werden. Anders als in einer eigenen Praxis bringt die Tätigkeit im Krankenhaus besondere Herausforderungen mit sich: schwer erkrankte Patienten, komplexe Krankheitsbilder und enge Zeitfenster.

Besonders belastend sind Situationen, in denen Patienten nicht mitarbeiten möchten oder wenig Lebenswillen zeigen. Wenn gesetzte Ziele dadurch kaum erreichbar sind, for-

dert das viel Einfühlungsvermögen, Geduld und professionelle Haltung.

### **Kollegiale Abstimmung**

Unser Team besteht aus insgesamt zwanzig Physio- und Ergotherapeuten. Die Zusammenarbeit ist eng und kollegial, besonders in der Geriatrie. Häufig werden Therapien gemeinsam durchgeführt, um Patienten optimal zu unterstützen.

Die interdisziplinäre Abstimmung mit Pflege und Ärzten ist essenziell. Nur durch den kontinuierlichen Austausch können individuelle Therapieziele realistisch geplant und erreicht werden.

Physiotherapie im Krankenhaus bedeutet weit mehr als Übungen und Mobilisation. Es geht um Motivation, um Vertrauen und darum, Menschen in schwierigen Lebensphasen zu begleiten.

Ein Blick hinter die Kulissen zeigt: Jeder Tag ist anders. Aber eines bleibt gleich – das Ziel, Patienten Schritt für Schritt zurück in Bewegung und damit ein Stück Lebensqualität zu bringen.

*Text und Fotos: Jasmin Hahn,  
St. Josefs Krankenhaus  
Balslerische Stiftung*

## Tanzen kann man auch im Sitzen

*Musik, Rhythmus und Lebensfreude kennen kein Alter*

**Seit mittlerweile zehn Jahren bringt Elisabeth Basalka, diplomierte Bewegungs- und Tanzpädagogin sowie engagierte freiwillige Mitarbeiterin, Bewegung, Musik und Freude in den Alltag älterer Menschen. Sitztänze sind fester Bestandteil des sozialen Lebens im Seniorenzentrum Alfons Maria in Gablitz und vorher im dortigen Marienheim.**

Menschen mit eingeschränkter Mobilität, Rollstuhlfahrerinnen und Rollstuhlfahrer sowie Seniorinnen und Senioren nehmen mit Begeisterung teil.

Elisabeth Basalka entwickelt gemeinsam mit ihnen ein Bewegungsangebot, das sich an den individuellen Möglichkeiten orientiert und dennoch Raum für Kreativität, Rhythmus und Gemeinschaft lässt.

„Tanzen im Sitzen macht Spaß, das habe ich vorher nicht geglaubt, dass so etwas möglich ist“, erzählt eine Teilnehmerin mit einem Lächeln. Die Musik der Sitztänze wirkt nicht nur motivierend, sondern weckt auch Erinnerungen.

Die Sitztanzgruppe ist mehr als nur Bewegung. Sie ist ein Ort der Begegnung, des Austauschs und der Lebensfreude. Lachen, gemeinsames Erleben und das Gefühl, Teil einer Gruppe zu sein, stehen im Mittelpunkt jeder Einheit.

Begleitet und unterstützt wird die Gruppe sowie das gesamte freiwillige Team von Ivana Zovko, der Freiwilligenkoordinatorin.

Elisabeth Basalka betont, wie wichtig diese Zusammenarbeit ist. „Dank der professionellen und perfekten Unterstützung von Ivana Zovko macht die Tätigkeit richtig Spaß“, sagt sie.

Das zehnjährige Jubiläum der Sitztänze ist nicht nur ein persönlicher Meilenstein für Elisabeth Basalka, sondern auch ein Zeichen dafür, wie wertvoll freiwilliges Engagement im sozialen Bereich ist. Es zeigt, wie viel mit Herz, Fachwissen und Ausdauer bewegt werden kann.

Auch im Theresianum in Fürstfeldbruck bringen Sitztänze Musik, Bewegung und Lebensfreude in



*Sie sind das engagierte Team „hinter den Sitztänzen“ im Seniorenzentrum SAM in Gablitz: Heimleiter Ing. Josef Kreimer, Elisabeth Basalka, Pflegedienstleitung Jasna Mašić, MSc und Freiwilligenkoordinatorin MAS DT Ivana Zovko (von links nach rechts)*

den Heimalltag, ganz im Sinne eines aktiven, würdevollen und gemeinschaftlichen Alterns.

Hier sind es Schülerinnen und Schüler der Fachoberschule (FOS), die im Rahmen ihres Musikunterrichts liebevoll gestaltete Sitztänze vorbereiten, die sie dann mit den Bewohnerinnen und Bewohnern voller Elan umsetzen und somit auch eine Brücke zwischen den Generationen schlagen. Die Tänze mit bekannten Liedern wie „Es gibt kein Bier auf Hawaii“ oder „99 Luftballons“ kommen sehr gut an.

Der absolute Hit ist ein Sitztanz nach der Musik „Tulpen aus Amsterdam“, der jedes Mal für strahlende Gesichter sorgt.

*Text: Elisabeth Basalka,  
SAM Gablitz und Anett Menzel,  
Theresianum  
Fotos: privat*



*Auch im Alten- und Pflegeheim Theresianum in Fürstfeldbruck geht bei Hits wie „Es gibt kein Bier auf Hawaii“ die Stimmung nach oben.*

# Das Geheimnis ist die Regelmäßigkeit

*Coach und Kampfkünstler Stefan Schubart darüber, warum echte Veränderung nicht im Denken beginnt, sondern im Tun*

**Stefan Schubart ist Coach, Personaltrainer und Sportler. Seit vielen Jahren beschäftigt er sich mit den Grundlagen körperlicher und mentaler Stärke ausgehend von der asiatischen Kampfkunst.**

Wir sprachen mit ihm in seiner Nürnberger Wohnung, wo der feine Duft von Räucherstäbchen schon einen ersten Hinweis auf seine Leidenschaft gibt.

**Herr Schubart, welche Menschen kommen zu Ihnen?**

Das ist ganz unterschiedlich. Manchen geht es um ihre sportliche Fitness, anderen um ihre persönliche Entwicklung. Wieder andere wünschen sich beides.



*Stefan Schubart motiviert seine Klientinnen und Klienten auch durch seine positive Ausstrahlung. Er selbst findet seine Balance durch Sport mit bewussten Erholungspausen.*

**Wie können sie dabei helfen?**

Zuallererst möchte ich betonen, dass ich Coach bin, kein Psychologe. Aber durch meine persönlichen Erfahrungen und meine verschiedenen Ausbildungen stelle ich am Anfang meinen Klienten erst einmal Fragen, z.B. wenn es um die persönliche Fitness geht: Was heißt fit für dich? Willst du es einfach schaffen eine Treppe hochzulaufen ohne außer Atem zu kommen oder willst du einen Marathon laufen? Welche Ziele hast du? Und wo stehst du gerade?

Viele Menschen wollen schnelle Erfolge. Aber das Geheimnis liegt in „wenig ist viel“.

**Wie meinen Sie das?**

Regelmäßigkeit kommt vor Leistung. Das heißt, ich rate meinen Klientinnen und Klienten oft mit 5 Minuten Training pro Tag anzufangen.

**Nur 5 Minuten?**

Ja, denn zuallererst müssen sie ja mal in ihrem Alltag Platz finden für etwas Neues. Und wenn man sich dann gleich eine Stunde pro Tag vornimmt, schafft man das nicht. Wer aber über vier Wochen jeden Tag fünf Minuten übt, der bleibt dran und baut sein Pensum aus. Dann ist die neue Gewohnheit etabliert.

**Was raten Sie noch?**

Sich nicht zu viel vorzunehmen. Mit Sport anzufangen, gleichzeitig ab-

nehmen zu wollen und nebenher noch zu meditieren und das Rauchen aufzugeben, das klappt nicht. Besser ist es, sich immer nur eine Sache vorzunehmen. Das sieht man ja auch bei den Fitnessstudios. Die sind Anfang des Jahres voll mit Leuten mit Neujahrsvorsätzen und im Frühling sind die schon wieder leer.

**Sie raten auch dazu, sich grundsätzlich einige Fragen zu stellen, wenn man in seinem Leben etwas verändern will.**

Man sollte für Klarheit sorgen: um was geht es mir wirklich? Was ist der Kern meines Wesens, was passt zu mir? Was ist mein Herzenswunsch, den ich schon lange verfolge?

**Da kommt man aber doch ins Psychologische ...**

Es geht darum, Alltägliches aus einer anderen Perspektive zu betrachten. Man kommt zu einer Lebenseinstellung, die zu einer anderen Lebensweise führt.

**Was heißt das genau?**

Klarheit entsteht nicht im Denken, sondern im Handeln. Der erste Schritt ist selten perfekt, aber er bringt dich in Bewegung. Und genau dort beginnt die Veränderung.

**Wie kann ich diese Erkenntnis beispielsweise im Berufsleben nutzen?**

Ich empfehle Besprechungen auch mal im Stehen oder beim Gehen zu machen. Mit dem Team eine Runde durch den nahegelegenen Park oder um den Block zu drehen

und dabei ins Reden kommen. Allein das verändert das Denken und gibt ihm neue Richtungen.

**Das stelle ich mir gerade in stressigen Zeiten sehr hilfreich vor ...**

Durch Bewegung bauen wir effektiv Stresshormone ab und steigern gleichzeitig unsere Glückshormone. Wir kommen wieder in Balance. In Balance zu sein, ist sehr wichtig. Zur Balance gehören aber auch Pausen, ganz bewusste Erholungsphasen, in denen wir zur Ruhe kommen ohne Handy oder andere Ablenkungen. Wenn wir es schaffen, ausschließlich im Moment präsent zu sein und Aufmerksamkeit und Achtsamkeit in unser Leben bringen, dann ändert sich alles.

**Herr Schubart, vielen Dank für dieses Gespräch!**

Interview: Anja Müller,  
TGE-Pressestelle  
Fotos: privat, Pixabay



**Zur Person:**

Stefan Schubart wuchs in einem sozialen Brennpunkt in Nürnberg-Langwasser auf, wo er schon von klein auf lernte, sich auf der Straße zu verteidigen. Zunächst besuchte er als einziger deutscher

Junge einen türkischen Taekwondo-Club in der Nürnberger Südstadt. Während seiner Lehre in einem Musikgeschäft lernte er einen Kunden kennen, einen japanischen Kung Fu-Lehrer, der ihn u.a. in die speziellen Kung Fu-Techniken des Meisters Ip Man und dessen Schüler Bruce Lee einwies. Er brachte ihm auch den „Weg des Kriegers“ (Bushido) näher, den ethischen Kodex der Samurai. Während eines längeren Aufenthalts in Japan vertiefte er dort seine Kenntnisse.

Als Berufssoldat schloss Stefan Schubart sich einer Boxstaffel der Bundeswehr an und absolvierte eine Ausbildung zum Fallschirmjäger. Durch sein Talent fürs Boxen entdeckte er das Kickboxen und Thaiboxen für sich und errang im Vollkontaktkickboxen nationale Titel. Bereits damals hatte er viel Freude daran, andere zu trainieren und machte u.a. eine Ausbildung zum Fitnesstrainer. Er gründete eine Firma für Sicherheitsdienste und Begleitschutz und war als Personenschützer im Einsatz. Dadurch kam er in Kontakt mit zahlreichen Führungskräften aus der Wirtschaft, die einen Trainer oder Coach suchten. Daraufhin machte er sich als Berater selbstständig. Heute berät er vor allem Selbstständige und Unternehmer, ist Seminarleiter, gestaltet Samurai-Camps und ist weiterhin als Trainer im Einsatz u.a. für Boxen, aber auch für Yoga.

Mehr dazu: [www.stefanschubart.de](http://www.stefanschubart.de) oder @stefanschubart bei Instagram



Yoga ist eine hervorragende Möglichkeit, sich ganz auf den eigenen Körper zu konzentrieren. Die langsamen und achtsam ausgeführten Bewegungen helfen dabei, im gegenwärtigen Moment zu bleiben.

# Mitgehen statt Stillstand: Pädagogik in Bewegung

Wohin führt der Weg, wenn Werte, Wandel und KI Bildung herausfordern?

**Der Name unserer MitarbeiterInnenzeitschrift trägt bereits in sich, worum es im Kern geht: „Mitgehen“. Ein Wort, das Bewegung ausdrückt, Dynamik, gemeinsames Unterwegssein. Wer mitgeht, bleibt nicht stehen, sondern ist Teil eines Weges, einer Entwicklung, eines gemeinsamen Prozesses. Und wer mitgeht, geht auch nicht allein.**

Vielleicht beschreibt gerade diese Einleitung treffend, was auch Pädagogik im Grunde immer war und auch heute noch ist: ein ständiges Unterwegssein zwischen Bewahren und Verändern. Pädagogik war nie statisch. Sie steht immer im Spannungsfeld zwischen Tradition und Fortschritt, zwischen Erfahrung und Innovation, zwischen dem, was sich bewährt hat, und dem, was neu gedacht werden muss. Begriffe wie Religion, Glaube oder Charisma stehen auch in unseren Bildungseinrichtungen in einem besonderen Spannungsfeld - schließlich scheinen soziale Medien für vieles einen schnellen Ersatz bereitzuhalten: für Gemeinschaft, für Aufmerksamkeit, manchmal sogar für Sinn. Vielleicht besteht genau hier eine Aufgabe unserer Bildungseinrichtungen: Begriffe wie Glauben, Religion oder Charisma nicht einfach zu bewahren, sondern sie so zu übersetzen, dass ihre Bedeutung auch in unserer Zeit wieder verständlich und erfahrbar wird.

## Selber denken

Neue wissenschaftliche Erkenntnisse verändern unseren Blick auf Lernen und Entwicklung von Kin-

dern und Jugendlichen. Gesellschaftliche Entwicklungen verschiedenen Erwartungen an Schule und Bildungseinrichtungen. Und technologische Sprünge eröffnen Möglichkeiten, die noch vor wenigen Jahren kaum vorstellbar gewesen wären.

Ein besonders eindrucksvolles Beispiel dafür ist die Entwicklung im Bereich der Künstlichen Intelligenz. Noch vor kurzer Zeit klang vieles davon nach Zukunftsmusik oder nach Szenarien aus Science-Fiction-Filmen. Heute sind Programme, die Texte schreiben, Bilder erzeugen, Daten analysieren oder komplexe Informationen in Sekunden zusammenfassen können, längst Teil des Alltags geworden. Schülerinnen und Schüler wachsen in einer Welt auf, in der Wissen jederzeit verfügbar scheint und Maschinen Aufgaben übernehmen können, die früher ausschließlich menschlicher Kompetenz vorbehalten waren.

## Nächstenliebe kommt nicht durch Algorithmen

Damit entstehen neue Fragen für Bildung: Wenn Informationen überall abrufbar sind, welche Bedeutung hat dann Wissen? Wenn Programme Texte formulieren können, welche Rolle spielt das eigene Denken? Wenn Algorithmen Antworten liefern, welche Bedeutung bekommt das Fragenstellen?

Die Herausforderung besteht also nicht darin, technologische Entwicklungen einfach zu ignorieren oder ihnen unkritisch zu folgen, sondern darin, sie pädagogisch zu verstehen, einzuordnen und verantwortungsvoll zu gestalten. Es

geht um Urteilskraft, um kritisches Denken, um Verantwortungsbewusstsein – und letztlich um die Fähigkeit, die eigene Rolle in einer komplexen Welt zu reflektieren.

All diese Entwicklungen bringen Bewegung in die Pädagogik. Und sie zeigen zugleich, dass diese Bewegung nicht aus reiner Veränderungslust entsteht, sondern aus der Notwendigkeit heraus, auf eine Welt zu reagieren, die sich selbst in ständiger Bewegung befindet.

## Die Richtung entscheidet

Unsere Zeit hat eine besondere Beziehung zur Bewegung. Alles soll sich verändern, möglichst schnell, möglichst innovativ, möglichst transformativ. Begriffe wie „Agilität“, „Transformation“ oder „Innovation“ haben inzwischen fast schon einen festen Platz in pädagogischen Diskussionen. Manchmal entsteht dabei der Eindruck, dass Bewegung fast schon ein Wert an sich geworden ist. Hauptsache, etwas verändert sich. Hauptsache, etwas ist neu. Doch Bewegung allein ist noch keine Qualität. Wer sich bewegt, sollte (zumindest ungefähr) wissen, in welche Richtung. Sonst wird aus Bewegung schnell eine Art pädagogisches Dauer-Jogging: viel Aktivität, viel Energie, aber der Ausgangspunkt bleibt erstaunlich nah.

Inmitten dieser Dynamik stellt sich eine entscheidende Frage: Was bleibt eigentlich (noch) stabil, worauf kann man sich denn verlassen? Auf die Pension vielleicht, auf dauerhaft gesicherten Frieden oder zumindest auf stabile Benzinpreise – wer die Nachrichten verfolgt oder an einer Tankstelle steht, merkt schnell: Auch diese Sicherheiten sind erstaunlich „beweglich“ geworden.



*Die pure Energie: Schülerinnen und Schüler des Bildungszentrums Gleiß zeigten einen Abend lang wie viel Lebensfreude in ihnen steckt.*

Die Bildungseinrichtungen der Kongregation der Schwestern vom Göttlichen Erlöser versuchen darauf eine Antwort zu geben: Stabilität entsteht dort, wo Werte tragen. Nun haben Werte gelegentlich den Ruf, nicht unbedingt „in“ zu sein. Sie erscheinen selten als Schlagworte in Innovationspapieren und kommen in strategischen Präsentationen meist ohne besonders spektakuläre Grafiken aus. Und dennoch zeigt sich etwas Bemerkenswertes: Manche Dinge kommen einfach nicht aus der Mode. Hilfsbereitschaft etwa. Oder Nächstenliebe. Oder der Dienst am Menschen.

### **Frage nach dem Menschlichen**

In einer Welt, die zunehmend von Effizienz, Geschwindigkeit und digitaler Vernetzung geprägt ist, gewinnen solche Werte sogar an Bedeutung. Denn je komplexer und technischer unsere Lebenswelt wird, desto stärker stellt sich die Frage nach dem Menschlichen.

Das bedeutet allerdings nicht, dass Werte unverändert bleiben können. Auch Werte müssen sich

bewegen – zumindest in ihrer Ausdrucksform. Jede Zeit braucht ihre eigene Sprache, um das auszudrücken, was ihr wichtig ist. Werte müssen immer wieder übersetzt, vermittelt und in neue gesellschaftliche Kontexte übertragen werden, damit sie lebendig bleiben. Auch das ist ein Bewegungsprozess.

### **Die Haltung zählt**

Die Tradition der Kongregation bietet hier eine besondere Perspektive, die man durchaus als pastorale Antwort auf die Dynamik unserer Zeit verstehen kann. Sie erinnert daran, dass Bildung immer auch eine Frage der Haltung ist. Bildung bedeutet nicht nur, Wissen zu vermitteln oder Kompetenzen zu entwickeln, sondern Menschen in ihrer Ganzheit wahrzunehmen und zu begleiten.

Kein Algorithmus kann Nächstenliebe programmieren.

Keine Maschine kann echte Hilfsbereitschaft automatisieren.

Und kein digitales System kann die Bedeutung einer menschlichen Begegnung ersetzen.

Ein schönes Wortspiel entsteht dort, wo aus Bewegung Begegnung wird – und es braucht dafür nur wenige Buchstaben Veränderung. Vielleicht liegt gerade darin eine kleine pädagogische Wahrheit. Denn vieles, was Bildung lebendig macht, geschieht genau an diesem Punkt: wenn Menschen sich aufeinander zu bewegen. Vielleicht könnte man sagen: Gute Pädagogik sorgt nicht nur für Bewegung – sie schafft vor allem Begegnung. Und manchmal genügt tatsächlich schon die Veränderung weniger Buchstaben, um sichtbar zu machen, worum es im Kern geht.

### **Gemeinsame Energie**

Wo Bewegung entsteht – im gemeinsamen Lernen, im Arbeiten an Projekten oder im Engagement für eine Idee – entstehen fast automatisch auch Begegnungen: zwischen Schülerinnen und Schülern, zwischen Lehrenden und Lernenden, zwischen PädagogInnen und Kindern, zwischen unterschiedlichen Erfahrungen, Perspektiven und Lebensgeschichten.

Bewegung entsteht selten von selbst. Sie braucht Energie, und die-

se Energie entsteht meist dort, wo Menschen gemeinsam an etwas arbeiten. Ein besonders schönes Beispiel dafür war die Veranstaltung „Gleiß on Stage“ im Jänner 2026. An diesem Abend setzte sich ein ganzes Bildungszentrum in Bewegung. Schülerinnen und Schüler, Lehrerinnen und Lehrer sowie Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter aus Volksschule, Mittelschule, Fachschule und Hort gestalteten gemeinsam einen Talenteabend, der weit über eine einzelne Veranstaltung hinauswirkte. Bereits in den Wochen zuvor war überall Bewegung spürbar: in Probenräumen, in Klassenzimmern, bei technischen Vorbereitungen, bei organisatorischen Absprachen und kreativen Ideen.

Der Schülersprecher der Privaten Mittelschule Gleiß, Julian Blamauer (4b, Schuljahr 2025/26), formulierte diese Erfahrung sehr treffend: „Schon die Vorbereitungsarbeiten zu ‚Gleiß on Stage‘ haben alle Beteiligten Schülerinnen und Schüler sowie die Lehrerinnen und Lehrer in Bewegung gebracht – durch Proben, Aufbauarbeiten, Technik und Werbemaßnahmen. Auch die Beiträge auf der Bühne waren bewegte Bilder: Akrobatik, Schauspiel, Tanz und Musik. Sogar die Besucherinnen und Besucher haben durch ihr Kommen und ihre aktive Teilnahme Bewegung in die Veranstaltung gebracht, mit tosendem Applaus und Standing Ovationen.“

Eine Schülerin der Volksschule brachte es nach der Veranstaltung mit einem einzigen Satz auf den Punkt: „Das war sooooo cool.“

### **Spiegel der Gesellschaft**

Pädagogik muss sich bewegen, weil sie immer auch ein Spiegel der Gesellschaft ist. Doch gleichzeitig braucht sie ein Gespür dafür, welche Bewegungen tatsächlich sinnvoll sind. Nicht jede neue Idee führt automatisch zu besserer Pädagogik. Nicht jede Reform hält länger als die nächste Generation von Konzeptpapieren. Und gelegentlich tau-

chen auch im Bildungsbereich Persönlichkeiten auf, die mit großem Selbstbewusstsein sehr einfache Lösungen für ausgesprochen komplexe Fragen anbieten. Die Geschichte der Pädagogik kennt auch ihre pädagogischen Scharlatane.

### **Nicht blind folgen**

In einer Zeit, in der scheinbar jede neue Entwicklung sofort Aufmerksamkeit verlangt und jedes Konzept verspricht, die Zukunft der Bildung neu zu erfinden, braucht es auch den Mut, nicht überall gleichzeitig vorne mitlaufen zu müssen. Vielleicht liegt genau hier die eigentliche Herausforderung: das richtige Maß zu finden. Hier zeigt sich die Bedeutung von klaren Werten und Haltungen, die auch Halt geben können. Zu ihnen zu stehen verlangt manchmal mehr Mut, als sich einfach in den Strom der

Gute Pädagogik braucht beides: Beweglichkeit und Orientierung. Das Gegenteil von Bewegung ist stehen bleiben und Stillstand und Stillstand kann sich Pädagogik tatsächlich nicht leisten. Vielleicht beschreibt der Name unserer Zeitschrift deshalb so gut, worum es auch in der Pädagogik letztendlich geht: Mitgehen. Nicht blind folgen. Nicht stehen bleiben. Sondern gemeinsam unterwegs sein, aufmerksam, reflektiert und mit einem klaren gemeinsamen Ziel vor Augen: im Dienst der uns anvertrauten Menschen. Und vielleicht ist das gar kein so schlechtes Lebensziel: am Ende, nach all den Wegen, Umwegen, Bewegungen und Begegnungen, sagen zu können, mit der einfachen Klarheit eines Kindes: „Das war sooooo cool.“

Mehr Zusammenfassung braucht es manchmal gar nicht. Ziel erreicht!



„Gleiß on stage“ brachte manch verborgenes Talent auf die Bühne und sorgte für Standing Ovationen des Publikums.

jeweils neuesten Ideen einzureihen. Wer Werte ernst nimmt, entscheidet sich bewusst dafür, bestimmten Haltungen Vorrang zu geben – etwa der Achtung vor dem Menschen, der Verantwortung füreinander oder der geliebten Nächstenliebe, durchaus auch im Vorbild unserer Ordensgründerin Mutter Alfons Maria Eppinger.

Text: Mag. Martin Pfeiffer,  
Geschäftsführer der Bildungszentren  
in Wien und Gleiß  
Fotos: Bildungszentrum Gleiß

# Grundsteinlegung am Kloster Maria Hilf in Bühl

*Baubeginn für Betreutes Wohnen und Wohngemeinschaften*



SCHWESTERN  
VOM GÖTTLICHEN ERLÖSER  
(NIEDERBRONNER SCHWESTERN)

sondere für Schwestern mit höherem Unterstützungsbedarf ausgelegt sind.

## **Café im Haus**

Im Betreuten Wohnen sind insgesamt 49 barrierefreie, teils rollstuhlgerechte Wohnungen mit einer Größe von 40 bis 75 Quadratmetern vorgesehen mit integriertem Wohn- und Schlafbereich, Küchenzeile, barrierefreiem Bad, Balkon oder Loggia. Jede Wohnung ist über Aufzüge erreichbar und verfügt über ein Notrufsystem in allen Wohneinheiten. Ein Gemeinschaftsraum führt die Bewohnerinnen und Bewohner bei Besuchen, Festen und Veranstaltungen zusammen. Die Parkanlage

lädt zu Spaziergängen und Erholung ein. Eine Tiefgarage, Fahrradstellplätze, Lademöglichkeiten für E-Rollstühle und gemeinschaftliche Funktionsräume machen das Angebot komplett.

Als Wahlleistungen werden ein Reinigungs-, Wäsche- und Mahlzeitenservice, Hausmeisterdienste und Einkaufs- und Begleitdienste angeboten. Mitarbeitende vor Ort unterstützen im Alltag im Kontakt mit Behörden und Dienstleistern und organisieren gemeinschaftliche Angebote und Veranstaltungen. Im Falle eines Pflegebedarfs steht der ambulante Pflegedienst „Pflege Maria Hilf“ im Haus zur Verfügung. Eine Kooperation mit niedergelassenen Ärzten, Apotheken, Physio- und



*Schöner hätte der Tag nicht sein können: bei frühlingshaften Temperaturen und unter blauem Himmel verfolgten die zahlreichen Gäste die Reden und Grußworte zur Grundsteinlegung.*

**Was als Vision begann, wird Realität: Auf dem Gelände des Klosters Maria Hilf in Bühl wurde bei herrlichem Wetter und mit vielen Gästen feierlich der Grundstein für das neue „Betreute Wohnen Maria Hilf“ gelegt.**

In zwei neuen Gebäuden entstehen moderne Wohnungen für ältere und pflegebedürftige Schwestern der Kongregation vom Göttlichen Erlöser, die auch Menschen mit erhöhtem Versorgungsbedarf offenstehen. Zudem finden Seniorinnen und Senioren aus Bühl und der Region hier künftig ein neues Zuhause mit altersgerechten Appartements und einem Pflegedienst direkt vor Ort. Ein Café wird die Attraktivität zusätzlich steigern, als offener Treffpunkt

für Bewohnerinnen und Bewohner, Besuchende, Nachbarschaft und die Stadtgesellschaft.

Besonderen Wert legt man auf die harmonische Eingliederung der Neubauten in das historisch gewachsene Klosterensemble. Die mehrgeschossigen Gebäude entstehen an der Rückseite des bestehenden Haupthauses und sind eng an den Klosterkomplex angebunden. Die Nähe zur Klosterkirche bleibt dabei bewusst erhalten: Kurze Wege zur Kirche ermöglichen den Schwestern auch künftig die Teilnahme am geistlichen Leben. Parallel zum Neubau wird das Hauptgebäude im Inneren saniert. Dort entstehen zwei anbietergestützte ambulant betreute Wohngemeinschaften, die insbe-

Ergotherapieeinrichtungen sowie regionalen Krankenhäusern sichert die medizinische Grundversorgung.

### **Spirituelles Angebot**

Ein zentraler Bestandteil des Konzeptes ist die spirituelle Begleitung. Die Teilnahme am Gottesdienst in der Klosterkirche, Feiern der kirchlichen Feste im Jahreskreis, Gesprächsangebote und Seelsorge sind auf Wunsch möglich.

Betreiber der Wohngemeinschaften und des Betreuten Wohnens ist die TGE gTrägersgesellschaft mbH für die Einrichtungen der Schwestern vom Göttlichen Erlöser mit Sitz in Neumarkt i.d. OPf..

### **Nachhaltiges Energiekonzept**

Die Neubauten an sich zeichnen sich vor allem durch ihre nachhaltige Gebäudetechnik aus. Eine vollflächige Photovoltaikanlage auf dem Dach in Kombination mit einer Wärmepumpe und einem großen Batteriespeicher versorgen sie ganzjährig und nahezu CO<sub>2</sub>-neutral mit Energie. Die aufwendige Fassadengestaltung fügt sich harmonisch in die schon vorhandene historische Klostersilhouette ein. Federführend dabei ist Alfred Krampfert: Der Bühler Unternehmer ist nicht nur Eigentümer der neuen Gebäude, sondern errichtet sie auch mit seiner gleichnamigen Baufirma. Die Kongregation stellt ihm das Grundstück langfristig im Rahmen eines Erbpachtvertrags zur Verfügung.

Die Projektleitung für Entwicklung des gesamten Klostergeländes liegt in den Händen von Hartig & Hirsch, einem auf Standort- und Projektentwicklung spezialisiertem Beratungsbüro aus Knechtsteden in Nordrhein-Westfalen.

*Text und Fotos:  
Anja Müller, TGE-Pressestelle*



*Oben: Sie legten gemeinsam die Zeitkapsel in das Fundament: Dr. Michael Hitzschke, Hauptgeschäftsführer der TGE gTrägersgesellschaft für die Einrichtungen der Schwestern vom Göttlichen Erlöser (Niederbronner Schwestern), Matthias Bauernfeind, Oberbürgermeister der Stadt Bühl, Sr. Barbara Geißinger, Provinzoberin der Schwestern vom Göttlichen Erlöser (Niederbronner Schwestern) und Alfred Krampfert, Bauunternehmer und Investor (von links nach rechts)*

*Mitte: Die Kinder des Klosterkindergartens hatten die Zeitkapsel künstlerisch gestaltet. Darin u.a. traditionsgemäß eine tagesaktuelle Zeitung, ein Rosenkranz und eine Medaille mit der Abbildung der Ordensgründerin Mutter Alfons Maria.*

*Unten: Zahlreiche Schwestern aus dem Kloster Bühl nahmen trotz des beschwerlichen Wegs in die Baugrube an der feierlichen Veranstaltung teil. Auch für sie werden in den neuen Gebäuden moderne Räumlichkeiten geschaffen.*

# Weichenstellung für ein alternatives Bildungsangebot

Initiative „Plan M“ schließt Mietvertrag mit der TGE zur  
Gründung einer Montessori-Mittelschule in Neumarkt



TGE-Hauptgeschäftsführer Dr. Michael Hitzschke (links) und die Schulleiterin der Freien Katholischen Grundschule im Haus St. Marien, Ursula Weinig (2.v.l.) unterstützen die Pläne von Christina Bögl und Sascha Machalett vom Förderverein Montessori Neumarkt + Postbauer-Heng e.V.

**Die Initiative „Plan M“ zur Gründung einer Montessori-Mittelschule in Neumarkt hat einen wichtigen Meilenstein erreicht: Mit der TGE gTrägergesellschaft für die Einrichtungen der Schwestern vom Göttlichen Erlöser (Niederbronner Schwestern) wurde ein Mietvertrag über die Nutzung von Räumlichkeiten im Haus St. Marien geschlossen. TGE-Hauptgeschäftsführer Dr. Michael Hitzschke sowie die Vorstandsmitglieder des Fördervereins Montessori Neumarkt + Postbauer-Heng e.V., Christina Bögl und Sascha Machalett, besiegelten die Zusammenarbeit mit ihrer Unterschrift.**

„Plan M“ strebt eine Bildungseinrichtung ab der 5. Jahrgangsstufe an. Jugendliche können dann entweder nach der 9. Klasse den Qualifizierenden Abschluss (Quali) erwerben oder im M-Zug weiterlernen und die Mittlere Reife erreichen.

Im Rahmen des Mietvertrags wird die Initiative zunächst mehrere Räume anmieten, darunter einen Mehrzweckraum sowie einen Werkraum. Die eigentlichen Unterrichtsräume sind in Containern nahe des Bildungscampus Haus St. Marien geplant. So ergibt sich ein weiterer Vorteil: die Versorgung der neuen Schule mit Mittagessen aus der Küche des Klosters St. Josef.

Für beide Seiten ist es auch in pädagogischer Hinsicht eine Win-Win-Situation. Das Haus St. Marien beherbergt bereits die Freie Katholische Grundschule, die nach dem „Marchtaler Plan“ arbeitet, einem Konzept, das in seiner Grundausrichtung viele Parallelen zur Montessori-Pädagogik aufweist. Schulleiterin Ursula Weinig verfügt zudem über eine Montessori-Ausbildung. Dieser Wissensschatz kann auch dem Förderverein insbesondere

re in der sensiblen Aufbauphase der neuen Schulform zugutekommen. Angedacht sind unter anderem gemeinsame Fortbildungen und ein kollegialer Austausch.

Die Vertragsunterzeichnung wurde auch auf kommunaler Ebene positiv begleitet. Der Neumarkter Oberbürgermeister Markus Ochsenkühn hatte in den vergangenen Monaten im Hintergrund das Vorhaben nach Kräften unterstützt. Die Nachfrage nach einem Montessori-Angebot ist in der Region bereits jetzt sehr groß, ein Zeichen dafür, dass die Initiative einen wichtigen Bedarf aufgreift.

Der Mietvertrag enthält eine aufschiebende Bedingung: Er tritt erst dann vollständig in Kraft, wenn die zuständige Regierungsstelle die Montessori-Mittelschule offiziell genehmigt hat. Sollte sich der Schulstart auf das kommende Jahr verschieben, besteht zudem die Möglichkeit, den Vertrag vorübergehend zu pausieren. Damit wurde eine flexible und faire Lösung geschaffen, die beiden Seiten Planungssicherheit gibt.

Sofern die verantwortlichen Regierungsstellen grünes Licht geben, kann die neue Schule im September 2026 an den Start gehen. In der Eingangsklasse sind bereits jetzt alle Plätze vergeben.

Text und Foto:  
Anja Müller, TGE-Pressestelle

# TGE stärkt kommunale Partnerschaften: Austausch in Gablitz und Bad Endorf

*Nur durch offenen Dialog mit den Gemeinden können Altenhilfe und frühkindliche Bildung nachhaltig weiterentwickelt werden*

Mit zwei Besuchen bei den örtlichen Bürgermeistern unterstreicht die TGE gTrägergesellschaft mbH für die Einrichtungen der Schwestern vom Göttlichen Erlöser (Niederbronner Schwestern) die Bedeutung der engen Zusammenarbeit mit den Kommunen. Im österreichischen Gablitz trafen sich TGE-Hauptgeschäftsführer Dr. Michael Hitzschke, der TGE-Referent Altenhilfe, Ilja Steinbock, und Josef Kreimer, Einrichtungsleiter des Seniorenzentrums Alfons Maria in Gablitz mit Bürgermeister Michael W. Cech und Vizebürgermeisterin Manuela Dundler-Strasser um über aktuelle Entwicklungen in der Altenhilfe zu sprechen. Beide Seiten betonten den Wert einer verlässlichen, vertrauensvollen Kooperation, die entscheidend ist für eine qualitativ hochwertige Versorgung älterer Menschen.

In Bad Endorf empfing Bürgermeister Alois Loferer Dr. Hitzschke sowie die drei örtlichen Leiterinnen der Kindertagesstätten der Haus St. Marien gGmbH, einer Tochtergesellschaft der TGE. Im Mittelpunkt standen



*TGE-Hauptgeschäftsführer Dr. Michael Hitzschke und sein Team setzen auf direkten Dialog, um lokale Angebote in der Pflege, wie hier in Gablitz, gemeinsam mit der Gemeinde weiterzuentwickeln.*

Herausforderungen und Perspektiven der frühkindlichen Bildung. Der Bürgermeister hob dabei die Bedeutung des direkten Dialogs hervor, die TGE zeigte sich erfreut über die Offenheit und Unterstützung der Kommune.

Ob Altenhilfe oder Kindertagesstätten: Die Treffen zeigen, wie wichtig der kontinuierliche Dialog zwischen der TGE und Gemeinden ist. Nur durch enge Abstimmung entstehen Angebote, die den lokalen Bedürfnissen entsprechen. Gleichzeitig stärken regelmäßige Gespräche das Vertrauen, schaffen klare Rahmenbedingungen und ermöglichen eine langfristige Sicherung von Qualität, für Seniorinnen und Senioren ebenso wie für Kinder und Familien.

*Text: Anja Müller, TGE-Pressestelle  
Fotos: privat*



*Gemeinsam engagiert für die Kleinsten (von links nach rechts): Der Geschäftsführer der Haus St. Marien gGmbH, Dr. Michael Hitzschke, Joanna Wajer (Leitung Kiga Glühwürmchen), Karin Müller (Leitung Kiga Am Kirchplatz), Martina Heinzl (Leitung Kita Katharina) und Bürgermeister Alois Loferer. Foto: privat*

# Große Freude über Millionenförderung für Zukunftsneubau

*Am Krankenhaus Zum Guten Hirten entsteht in den kommenden Jahren eine Klinik mit modernsten Behandlungsmöglichkeiten*

**Einen Förderbescheid in dieser Höhe überbrachte Alexander Schweitzer – seinerzeit noch Ministerpräsident – mit großer Freude: Mit 76,8 Millionen Euro unterstützt das Land Rheinland-Pfalz den geplanten Neubau am Krankenhaus zum Guten Hirten in Ludwigshafen.**

In einem modernen Umfeld auf 16.000 Quadratmetern Fläche werden Patientinnen und Patienten künftig überwiegend in Ein- und Zweibettzimmern untergebracht. Neue Therapie- und Funktionsräume für Physiotherapie, Ergotherapie, Musiktherapie und Logopädie verbessern die Behandlungsmöglichkeiten. Die Klinik für Geriatrie und Innere Medizin wird auf vier Stationen wachsen, die Psychiatrie erhält künftig fünf Stationen. Insgesamt werden 204 Betten und Plätze auf neun Stationen sowie 34 teilstationäre Plätze in der Tagesklinik zur Verfügung stehen.

## **Nachhaltige Versorgung**

Ein technisches Highlight des Neubaus ist die nachhaltige Energieversorgung: Mithilfe von Sole-Wasser-Wärmepumpen, einem Fernwärmeanschluss und einer Photovoltaikanlage wird eine umweltfreundliche und energieeffiziente Versorgung realisiert. Der Neubau wird zudem mit einem eigenen Technikgebäude und einem Parkdeck ausgestattet, das 87 Stellplätze für Autos und 30 Fahrradstellplätze bietet.

Bereits seit 2011 laufen Gespräche über einen Neubau. Das ursprüngliche Krankenhausgebäude, das aus den 30er- und 60er-Jahren



*So sieht moderne Klinikarchitektur aus: hell, offen und einladend mit vielen neuen Möglichkeiten für Diagnostik und Therapie.*

stammt, entspricht nicht mehr den modernen Anforderungen an ein Fachkrankenhaus. Besonders die steigenden Anforderungen der beiden Kliniken für Psychiatrie und Geriatrie machen eine Erweiterung nötig. „Es ist das richtige Krankenhaus im falschen „Körper“, so Dr. Wolfgang Schell, Vorstand der Krankenhaus-Stiftung der Niederbronner Schwestern. „Nur dank des Engagements aller Mitarbeitenden können wir die Patientenversorgung in dieser hohen Qualität aufrechterhalten.“

## **Übergabefeier mit Torte**

Die Gesamtinvestition in das Großprojekt beläuft sich auf etwa 89,2 Millionen Euro. Neben der großzügigen Landesförderung bringt die Krankenhaus-Stiftung der Niederbronner Schwestern einen Eigenanteil von rund 12,6 Millionen Euro auf. Die Bauarbeiten werden im April 2026 starten und sollen bis 2031 abgeschlossen sein, wobei der laufende Betrieb des Krankenhauses nicht beeinträchtigt wird.



Zum Abschluss der feierlichen Übergabe des Förderbescheids mit der musikalischen Umrahmung durch zwei Kollegen aus der Musiktherapie fand ein festlicher Empfang mit geladenen Gästen und vielen Mitarbeitenden statt. Im Mittelpunkt stand eine beeindruckende Torte, die das Bild des geplanten Neubaus zeigte. Alle Mitarbeitenden blickten mit Vorfreude auf den Neubau, der nicht nur mehr Raum für

die Patienten bietet, sondern auch die Arbeitsbedingungen für das gesamte Team erheblich verbessern wird. Die Stimmung war von Begeisterung und Zuversicht geprägt – alle freuen sich darauf, die neuen Möglichkeiten in der Praxis umzusetzen und weiterhin zur hohen Qualität der Patientenversorgung beizutragen.

*Fotos: Andrea Bröner, Referentin für Presse- und Öffentlichkeitsarbeit; Schmucker und Partner Mannheim*



*Den Förderbescheid heißt es gut festhalten: der damals noch amtierende Ministerpräsident von Rheinland-Pfalz, Alexander Schweitzer (in der Mitte vorne), überreicht die Zusage der Milliardensumme an Vorstand, Krankenhausleitung und Kuratorium der Krankenhaus-Stiftung.*

## Bester Ausblick mit Beats und Brille

### Große Baustellenparty zum Richtfest der neuen Wahlleistungsstation

**Die neue Station im vierten Obergeschoss über den Dächern von Speyer verbindet zukünftig zwei Häuser und wird 24 moderne Ein- und Zweibettzimmer umfassen. Somit wächst das Haus um 37 weitere Betten auf eine künftige Gesamtbettenkapazität von 256 Betten und stellt sich damit gegen den allgemeinen Trend, Kliniken zu verkleinern.**



*In der „Virtuellen Realität“ (VR) kann Sr. Roswitha mithilfe einer VR-Brille bereits auf der neuen Wahlleistungsstation in die modernen Zimmer schauen.*

Nach dem neuem Bettenhaus 2022, der Erweiterung der Intensivstation 2023 und der neuen Zentralen Notaufnahme mit Elektivem Behandlungszentrum 2025 werden nun erneut rund 15 Millionen Euro investiert. Davon übernimmt das Land Rheinland-Pfalz über 11 Millionen Euro und die Krankenhaus-Stiftung der Niederbronner Schwestern rund vier Millionen Euro.

Clemens Hoch, zu diesem Zeitpunkt noch Minister für Wissenschaft und Gesundheit, sowie Stefanie

Seiler, Oberbürgermeisterin der Stadt Speyer, lobten das Krankenhaus als einen verlässlichen Partner im Gesundheitswesen. Besonders in Zeiten wirtschaftlicher Unsicherheit sei diese Investition ein ermutigendes Signal.

#### **Richtspruch und Segensworte**

Dr. Wolfgang Schell, Vorstand der Krankenhaus-Stiftung, stellte die

von Mitarbeitenden der Bauunternehmung Streib. Segensworte, gesprochen von Gemeindereferentin Sigrid Sandmeier vom ökumenischen Seelsorgeteam, gaben der Feier einen würdigen und besinnlichen Rahmen.

Im Anschluss an den offiziellen Teil startete die Baustellenparty mit passender Deko, leckerem Essen



*Richtfest über den Dächern von Speyer mit Pflegedirektoren Sebastian Schäfer und Barbara Brandt, Minister Clemens Hoch, Dr. Wolfgang Schell und Oliver Heath, Vorstand der Krankenhaus-Stiftung der Niederbronner Schwestern, Oberbürgermeisterin Stefanie Seiler, Sr. Beata Maria und Sr. Roswitha aus der Schwesterngemeinschaft im Sankt Vicentius Krankenhaus (links), Provinzoberin Sr. Barbara Geißinger, Generalassistentin Sr. Klara Sexlinger und Gemeindereferentin Sigrid Sandmeier*

neue Wahlleistungsstation auf „Hotelniveau“ vor. Er betonte aber auch, dass alle Patienten im Sankt Vicentius Krankenhaus die gleiche hohe Qualität der medizinischen Versorgung erhalten würden, unabhängig davon, auf welcher Station sie behandelt werden oder welchen Versicherungsstatus sie haben.

Ein besonderer Höhepunkt war im Anschluss der lustige und selbst gereimte Richtspruch, vorgetragen

und dem fetzigen Sound von FAMDÜSAX, vier Saxofonistinnen aus Speyer. Alle Gäste, die Schwesterngemeinschaft und Mitarbeitende hatten zudem die Gelegenheit, den Rohbau in Haus A1 zu besichtigen und sich mithilfe einer VR-Brille ein Bild von der zukünftigen Wahlleistungsstation zu machen.

*Text und Fotos: Andrea Bröner, Referentin für Presse- und Öffentlichkeitsarbeit*

# An der Küste Tunesiens neue Fachkräfte finden



*Internationaler Pflegekongress eröffnet den Weg nach Deutschland durch Begegnungen, Austausch und starke Partnerschaften*

**Neue zukünftige Kolleginnen und Kollegen kennenlernen, Einblicke in Ausbildung und Arbeitsbedingungen gewinnen und gemeinsam über die Zukunft der Pflege sprechen, all das stand im Mittelpunkt eines internationalen Pflegekongresses, der Mitte Februar im tunesischen Küstenort Hammamet stattfand.**

Für das Krankenhaus zum Guten Hirten Ludwigshafen und das Sankt Vincentius Krankenhaus Speyer nahmen Pflegedirektorin Yvonne Aguntius, Eya Rjeibi und Praxisanleiterin Elena Hack teil.

Organisiert wurde die Veranstaltung von der Recruiting-Agentur Karray Pflege. Mehr als 800 interessierte Bewerberinnen und Bewerber sowie rund fünfzehn Einrichtungen aus Krankenhäusern, Kliniken, Pflegeschulen und ambulanten Diensten nutzten die Gelegenheit zum Austausch.

## **Erfolgreiches Speed-Dating**

Besonders schön war die erstmals persönliche Begegnung mit Pflegefachkräften, die bereits durch Online-Bewerbungsgespräche für eine Tätigkeit gewonnen wurden. Drei zukünftige Mitarbeitende für Ludwigshafen und sechs für Speyer bereiten sich derzeit noch in Tunesien auf ihren Start vor.

Auch fachlich bot der Kongress viele Impulse. In Workshops und Gesprächen ging es unter anderem um Onboarding-Strukturen, Integrationsphasen und den Anerkennungsprozess ausländischer Abschlüsse.

Beim sogenannten Speed-Dating mit rund hundert Teilnehmenden konnten zwei weitere Pflegekräfte für das Krankenhaus Zum Guten Hirten gewonnen werden.

Ein besonderer Moment war die Podiumsdiskussion mit Eya Rjeibi und Elena Hack. Eya Rjeibi, selbst aus Tunesien stammend und heute Pflegefachkraft auf Station 5 in Sankt Vincentius Krankenhaus in Speyer, berichtete dort von ihrem Weg nach Deutschland und ihren Erfahrungen im Pflegealltag. Für große Freude sorgte außerdem Salim Baccari von Station 3, der für einen Videobeitrag über die Unterschiede zwischen der Pflege in Deutschland und Tunesien den ersten Preis gewann.



*Das Recruitingteam und die neuen Kolleginnen und Kollegen entdecken gemeinsam die Altstadt – ein erster Schritt in eine gemeinsame Zukunft in Deutschland.*

Neben dem Kongressprogramm nutzten die Kongressteilnehmer auch die Gelegenheit, die Ausbildung vor Ort kennenzulernen: Besuch einer Sprachschule, verschiedener Universitäten, eines Simulationszentrums



*Pflegedirektorin Yvonne Aguntius, Eya Rjeibi und Praxisanleiterin Elena Hack (von links nach rechts) warben für einen Arbeitsplatz in den Häusern der Krankenhausstiftung in Speyer und Ludwigshafen.*

sowie einer Privatklinik gaben Einblick in die hohe Ausbildungsqualität in Tunesien.

Den Abschluss der Reise bildete ein gemeinsames Mittagessen mit den zukünftigen Kolleginnen und Kollegen sowie eine Altstadtbesichtigung. Solche persönlichen Begegnungen sind ein wichtiger Schritt auf dem Weg nach Deutschland und ein ermutigendes Zeichen dafür, dass aus internationalen Kontakten schnell ein echtes Miteinander entstehen kann.

Seit 2017 rekrutieren die beiden Häuser erfolgreich und mit viel persönlichem Einsatz der beiden Pflegedirektionen internationale Pflegefachkräfte. Die Erfahrungen sind durchweg positiv und Begegnungen wie diese bestärken alle Beteiligten darin, diesen Weg weiterzugehen.

*Text: Nina-Maria Dorigo, Referentin für Presse- und Öffentlichkeitsarbeit  
Fotos: Elena Hack*

# Ruhig bleiben, auch wenn es schwierig wird

Wie sich Mitarbeitende in der Notaufnahme gegen Übergriffe schützen können



St. Josefs Krankenhaus  
Balerische Stiftung gGmbH

Akademisches Lehrkrankenhaus  
der Justus-Liebig-Universität Gießen

**Lautes Stimmengewirr, Zeitdruck, Sorge um die eigene Gesundheit – die Notaufnahme ist für viele Menschen eine Ausnahmesituation. Wo Angst, Schmerz und Überforderung aufeinandertreffen, entstehen manchmal Situationen, die eskalieren können.**

In den vergangenen Jahren haben verbale und körperliche Übergriffe in Notaufnahmen zugenommen. Um Mitarbeiter zu schützen und gleichzeitig einen respektvollen Umgang mit Patienten zu bewahren, setzt das St. Josefs Krankenhaus Balerische Stiftung (Jokba) auf gezielte Deeskalationstrainings und besondere Sicherheitskonzepte, darunter auch ein sogenannter Panic Room.

Jasmin Hahn, Referentin für Unternehmenskommunikation und Social Media im Jokba, hat die stellvertretenden Leitungen des Pflegedienstes der Zentralen Notaufnahme (ZNA), Petra Pompalla und ihren Kollegen Gerhard Eberle, dazu befragt:

**Die Notaufnahme ist oft der erste Kontakt mit dem Krankenhaus – für viele Menschen in einer Ausnahmesituation. Wie erleben Sie diese besondere Atmosphäre im Alltag?**

„Die Atmosphäre ist überwiegend geprägt von Dankbarkeit, oft aber auch von Angst, Schmerz und Hilflosigkeit in der unbekanntem Situation.“

**Wann merken Sie, dass eine Situation kippen könnte – gibt es frühe Warnzeichen?**

„Es gibt verbale Hinweise wie übertriebene Vorwürfe, wieder-



Mitarbeitende in Notaufnahmen lernen auch Techniken der Selbstverteidigung um sich in einer Situation wie dieser erfolgreich wehren zu können. Die Szene wurde nachgestellt.

holte Drohungen, abwertende beleidigende Worte und die Lautstärke nimmt zu, der Tonfall wird aggressiv. Weitere Anzeichen machen sich auch in der Mimik und Körpersprache sichtbar. So sind Muskelanspannung, drohende Körperhaltung, fixierender oder abwertender Blick, verschränkte Arme, zurückgelehnte Körperhaltung mit hohem Spannungsgrad und aggressives Näherkommen klare Indizien dafür.“

**Was macht es emotional mit einem Menschen, wenn aus einem Hilferuf plötzlich Aggression wird?**

„Stress ist ein Trigger, denn unser Aggressionssystem und unser Stresssystem sind eng gekoppelt. Letztendlich sind wir, wenn wir aggressiv agieren in einer Stresssituation.“

**Deeskalation beginnt oft vor Worten oder Handlungen. Was bedeutet Deeskalation für Sie persönlich?**

„Deeskalieren (englisch: to de-escalate) bedeutet für uns, eine angespannte Situation schrittweise zu entschärfen und einen Konflikt zu beruhigen oder konstruktiv zu beenden.“

**Was lernen Mitarbeiter in den Trainings über den Umgang mit Angst, Wut und Überforderung – auf beiden Seiten?**

„Das Wichtigste ist: wehret den Anfängen! Deeskalation beginnt so früh wie möglich mit einzelnen Schritten:

- für eine ruhige Umgebung sorgen ohne Schaulustige
- sich selbst beruhigen und in der eigenen Mitte bleiben
- angespannte Patientinnen und Patienten brauchen eine konkrete Ansprechpartnerin oder einen Ansprechpartner
- die Situation durch eigene Körpersprache entschärfen und Augenkontakt herstellen

- Machtkämpfe meiden und sich nicht provozieren lassen
- wertschätzend bleiben: was steckt eigentlich hinter dem Verhalten?
- sich selbst schützen und verteidigen bei körperlichen Angriffen“

**Fühlen Sie sich durch die Trainings sicherer im Umgang mit aggressiven Situationen?**

„Ja, die Trainings sorgen für Handlungssicherheit und ein sicheres Auftreten in Konfliktsituationen. Dadurch verzeichnen wir weniger Übergriffe und wir haben weniger Angst vor der Konfrontation mit aggressiven Patienten, Besuchern sowie Angehörigen.“

**Der Panic Room ist ein Ort, über den man ungern sprechen möchte – warum ist er trotzdem so wichtig?**

„Der Panic Room ein Zufluchtsort für das Personal, der speziell gesichert ist. Bei uns ist das ein gut erreichbarer Raum in der Mitte der Notaufnahme, der beim Bau bereits mit geplant wurde.“

**Wie erleben Betroffene die Situation, wenn der Panic Room tatsächlich genutzt werden muss?**

„Die Situation ist beängstigend, der Raum ist zwar geschützt, aber es wird ein Kontrollverlust erlebt.“

**Wie wichtig ist es, dass Mitarbeiter sich vom Arbeitgeber ernst genommen und geschützt fühlen?**

„Das ist eine Grundvoraussetzung für die tägliche Arbeit, die von unserem Träger erfüllt wird. Jeder Vorfall wird ernst genommen und thematisiert. Dazu wurde eigens ein Formular entwickelt.“

**Welche Unterstützung erhalten Kollegen nach einem Übergriff – auch emotional?**

„Wir können Feedbackgespräche mit unserer Leitung oder den haus-eigenen oder externen Präventions-beauftragten in Anspruch nehmen.

Eine Supervision oder psychologische Hilfe ist ebenfalls möglich.“

**Wie spricht man im Team über solche Erlebnisse?**



„Eine klare Körpersprache setzt bereits Grenzen. Dabei heißt es selbst ruhig zu bleiben und sich nicht provozieren zu lassen.“

„Bei den Übergaben oder Team-besprechungen und untereinander wird darüber gesprochen. Diese Vorfälle werden immer transparent diskutiert.“

**Viele Patienten handeln aus Angst oder Überforderung. Wie gelingt es, dafür Verständnis zu bewahren?**

„Wichtig ist, sich immer mit der Thematik auseinanderzusetzen. Sich selbst zu reflektieren und die eigene emotionale Verfassung zu erkennen, gegebenenfalls auch einen Kollegen hinzuziehen oder übernehmen lassen. Die Situation muss immer wieder evaluiert werden.“

**Welche Botschaft möchten Sie Patienten und Angehörigen mitgeben, die sich in einer emotionalen Extremsituation befinden?**

„Sie werden gesehen und ernstgenommen, auch wenn ihre Bedürfnisse nicht sofort erfüllt werden können. Diese Botschaft muss unter Umständen mehrmals wiederholt werden.“

**Was würde die Arbeit in der Notaufnahme erleichtern?**

„Wir wünschen uns, dass Hausarztpraxen, sowie ärztliche Bereit-

schaftsdienste vorab Patienten schon kategorisieren, damit Notaufnahmen nicht mit Petitesse verstopft werden.“

**Was gibt Ihnen persönlich Kraft, diesen anspruchsvollen Beruf jeden Tag auszuüben?**

„Ausgeglichenheit, gute Aus- und Weiterbildung, Teamarbeit, offe-nen zu bleiben und Psychohygiene.“

**Vielen Dank für das vertrauensvolle Gespräch!**

Interview und Fotos: Jasmin Hahn, Referentin für Unternehmenskommunikation und Social Media

# Einblick hinter die Kulissen des Landesarbeitsgerichts Nürnberg



## Angehende Stationsleiter verfolgten Verhandlungen live

Ein besonderer Programmpunkt erwartete die Teilnehmenden der Stationsleiterweiterbildung der Neumarkter Akademie für Gesundheits- und Sozialberufe: Gemeinsam besuchten sie das Landesarbeitsgericht in Nürnberg. Begleitet wurde die Gruppe von dem ehemaligen Vorsitzenden Richter des Landesarbeitsgerichts Nürnberg, Ulrich Uhlemann, der den Teilnehmenden spannende Einblicke in die Praxis des Arbeitsrechts ermöglichte.

Während des Besuchs hatten die angehenden Stationsleitungen die Gelegenheit, mehrere arbeitsrechtliche Verhandlungen live zu verfolgen. Insgesamt vier Fälle standen auf der Tagesordnung, die den Teilnehmenden eindrucksvoll verdeutlichten, wie komplex arbeitsrechtliche Fragestellungen im Berufsalltag sein können. Zu den behandelten Themen gehörten unter anderem eine unrechtmäßig über das Internet angeforderte Krankmeldung, eine Kündigung im Krankheitsfall sowie die Überschreitung von Kompetenzen durch eine Chefsekretärin.

Besonders beeindruckend war für die Gruppe die verständliche und an-

schauliche Erklärung der Vorsitzenden Richterin, die die einzelnen Sachverhalte, rechtlichen Hintergründe und Entscheidungsprozesse sehr nachvollziehbar darlegte. Dadurch konnten die Teilnehmenden nicht nur den Ablauf eines Gerichtsverfahrens kennenlernen, sondern auch wertvolle Einblicke in arbeitsrecht-

liche Fragestellungen gewinnen, die für Führungskräfte im Gesundheitswesen von großer Bedeutung sind.

*Text und Foto:  
Anne Bujnoch, Gesundheits-  
und Pflegepädagogin B.A.*



*Die Teilnehmenden der Stationsleiterweiterbildung der Neumarkter Akademie beim Besuch des Landesarbeitsgerichts Nürnberg – begleitet von Ulrich Uhlemann, ehemaligem Vorsitzenden Richter (links neben dem Schild stehend).*

# Mitarbeitende meistern Geriatrie-Kurs

*Mitarbeitende aus dem Krankenhaus Rummelsberg, dem Krankenhaus Martha-Maria St. Theresien Nürnberg und der Rehaklinik Berching absolvierten erfolgreich den ersten Zercur® Geriatrie Basiskurses an der Neumarkter Akademie für Gesundheitsberufe. Der Basiskurs vermittelt grundlegendes Wissen für die ganzheitliche Versorgung älterer Menschen. Wir gratulieren allen Teilnehmenden herzlich und freuen uns über den gemeinsam erreichten Meilenstein in der geriatrischen Versorgung. Text und Foto: Tamara Schneemayer, Bildungsreferentin*





Zahlreiche Akteure der Neumarkter Akademie, des Klinikums Neumarkt, der Trägergesellschaft der Einrichtungen der Schwestern vom Göttlichen Erlöser (Niederbronner Schwestern), der Kongregation, der Barbara & Walter Scheel-Stiftung und der örtlichen Politik unterstützten die erstmalig organisierte Veranstaltung.

## „Die Zukunft ist alt“

Veranstaltung zum aktiven Älterwerden mit Unterstützung der „Barbara & Walter Scheel-Stiftung“

**Mitte März wurde das Haus St. Marien zu einem Ort der Begegnung, des Austauschs und der Inspiration: Die Neumarkter Akademie für Gesundheits- und Sozialberufe lud gemeinsam mit der Barbara & Walter Scheel-Stiftung zur Veranstaltung „Aktiv älter werden – mit Ideen, Impulsen und Perspektiven“ ein.**

Zahlreiche Besucherinnen und Besucher aus der Region folgten der Einladung und erlebten einen abwechslungsreichen Tag rund um das Thema Älterwerden. Schon der musikalische Auftakt mit den Maierbachsängerinnen sorgte für eine angenehme und herzliche Atmosphäre, die den gesamten Tag prägte.

### **Gebrechlichkeit ist kein Schicksal**

Im Mittelpunkt standen spannende Fachvorträge: So sprach Prof. Dr. med. Elisabeth Steinhagen-Thiessen von der Charité Berlin über „Die Zukunft ist alt“ und zeigte die positiven Seiten des Alterns auf und die Chancen, die das Älterwerden mit sich bringt. PD Dr. med. Dominik Spira ebenfalls von der Charité gab Einblicke in das Thema Gebrechlichkeit im Alter und stellte dar, welche Faktoren diese beeinflussen und wie man ihr entgegenwirken kann.

Auch das Klinikum Neumarkt war aktiv vertreten: Dr. med. Astrid Täuber und Christopher Simon stellten die geriatrischen Angebote des Hauses vor: von der Tagesklinik über die spezialisierte Pflege bis hin zur interprofessionellen Versorgung von Patientinnen und Patienten mit Delir oder Demenz.



Aufmerksam verfolgten die Anwesenden in der Turnhalle des Haus St. Marien die Ausführungen von Prof. Dr. med. Elisabeth Steinhagen-Thiessen, die Mut machte, das Alter als Chance und nicht nur als Belastung zu sehen.

Neben den Vorträgen boten Informationsstände und gemeinsame Pausen mit Imbiss viel Raum für persönliche Gespräche. So entstand eine offene und wertschätzende Atmosphäre, in der sich Fachleute, Interessierte und Angehörige austauschen und vernetzen konnten.

### **Selbstbestimmtes Leben führen**

Die Veranstaltung hat eindrucksvoll gezeigt, wie wichtig Information, Prävention und Zusammenarbeit sind, wenn es um ein gutes und selbstbestimmtes Älterwerden geht. Gleichzeitig wurde deutlich, welchen wertvollen Beitrag die Neumarkter Akademie für Gesundheits- und Sozialberufe mit der Unterstützung der Barbara & Walter Scheel-Stiftung in diesem Bereich leisten.

Ein rundum gelungener Tag, der nicht nur wertvolles Wissen vermittelte, sondern auch Gemeinschaft erlebbar gemacht hat und zugleich verdeutlichte, dass das Älterwerden uns alle betrifft und als gemeinsame gesellschaftliche Aufgabe verstanden werden muss.

*Text: Anne Bujnoch, Gesundheits- und Pflegepädagogin B.A.*

*Fotos: Uwe Niklas, Gute Fotografie Nürnberg*



*Oben: Die Sektionsleiterin Geriatrie am Klinikum Neumarkt, Oberärztin Dr. med. Astrid Täuber, und ihr Team-Kollege Christopher Simon M.Sc., Pflegeexperte für Delir- und Demenzmanagement, klärten über das Behandlungsangebot ihrer Klinik für ältere Patientinnen und Patienten auf.*

*Mitte: An Informationsständen der Kooperationspartner informierten sich die Besucherinnen und Besucher in den Pausen. Andrea Kippes von der TGE beantwortete Fragen zur Trägergesellschaft und zur Zusammenarbeit mit der Neumarkter Akademie und dem Klinikum Neumarkt.*

*Unten: Viel Applaus gab es für die Maierbachsängerinnen. Die dreistimmige Frauengesangsgruppe mit Gitarrenbegleitung umrahmte das Programm mit volkstümlichen Liedern aus der Oberpfalz.*

*Oben: Durch das Programm führten Michael Springs, Geschäftsführer der Neumarkter Akademie, und die Schulleiterin der Neumarkter Akademie für Gesundheitsberufe, Sylvia Ehrnsberger-Reindl.*

*Unten: Auszubildende der Akademie halfen tatkräftig mit bei der Organisation und versorgten die Besucherinnen und Besucher mit Getränken und einem Imbiss. Akademie-Beirat Prof. Dr. med. Helmut Hahn (zweite Reihe links) und Stiftungsvorstand Christoph Höppel dankten den jungen Aktiven herzlich für ihren Einsatz.*



Die nächste Veranstaltung im Rahmen der „Walter Scheel Vorlesungen“ findet statt am **26.09.2026, ab 10 Uhr**, unter dem Motto **„Pflege von Menschen beginnt zuhause – Ihr Fachtag für mehr Sicherheit im Alltag“**. Herzlich eingeladen sind alle Interessierten aus der Pflege und Medizin sowie aus der breiten Öffentlichkeit.

# Neue "Reiseleiter" für Pflegeteams

*Frischgebackene Stationsleiter erhielten ihre Urkunden*

**Im Mai 2024 fiel der Startschuss für die Weiterbildung „Leitung einer Station/eines Bereichs“. Mit motivierten Teilnehmerinnen und Teilnehmern begann eine spannende und lehrreiche Zeit, die weit über klassischen Unterricht hinausging.**

Von Beginn an stand nicht nur die Vermittlung von Fachwissen im Mittelpunkt, sondern auch der Austausch untereinander und das gemeinsame Lernen. Die Teilnehmenden erwartete ein abwechslungsreiches Programm mit vielen spannenden Unterrichtsinhalten rund um Führung, Organisation und Kommunikation im Pflegealltag.

Besondere Highlights waren die vielfältigen Exkursionen: Im Kletterwald wurden Teamarbeit und Vertrauen auf eine ganz andere Art erlebt und gestärkt. Eine weitere Fahrt führte nach Kaiserswerth, wo unter anderem das Florence-Nightingale-Krankenhaus besucht wurde, ein Ort mit großer Bedeutung für die Geschichte der Pflege.

## **Training im "Skills Lab"**

Ein weiterer wichtiger Baustein war das Kommunikationstraining im „Skills Lab“ der Bamberger Akademien. Hier konnten herausfordernde Gesprächssituationen realitätsnah geübt und reflektiert werden, auch dies eine wertvolle Erfahrung für zukünftige Führungskräfte.

Im März 2026 konnten schließlich zwölf Teilnehmerinnen und Teilnehmer die Weiterbildung erfolgreich abschließen. In einer Feierstunde an der Neu-

markter Akademie für Gesundheits- und Sozialberufe erhielten sie ihre Urkunden, begleitet vom Schulteam sowie Vertreterinnen und Vertretern der Pflegedienstleitungen aus den einzelnen Einrichtungen sowie weiteren geladenen Gästen.

Wir gratulieren von Herzen zum Abschluss der Weiterbildung und wünschen allen weiterhin eine spannende und glückliche Reise als Reiseleiter für die Teams vor Ort.

*Text : Anne Bujnoch,  
Gesundheits- und Pflegepädagogin B.A.*

*Ein Bild, zwei Stimmungen:  
vom neugierigen „Wir lernen uns  
kennen“ (oben) zum glücklichen  
„Wir haben den Abschluss!“ in  
intensiven gemeinsamen Monaten.  
Foto: Tamara Schneemayer*



# Pflegeprofis von morgen dank der Praxisanleiter von heute

*Fachkräfte schließen Weiterbildung als Ausbildungsbegleiter erfolgreich ab*

**Grund zur Freude gab es an der Neumarkter Akademie für Gesundheits- und Sozialberufe: Eine weitere Gruppe engagierter Pflegefachkräfte hat erfolgreich die Weiterbildung zur Praxisanleiterin bzw. zum Praxisanleiter abgeschlossen. Insgesamt nahmen elf Frauen und Männer teil, u.a. aus den Medizinischen Einrichtungen des Bezirks Oberpfalz (medbo) in Parsberg, aus der stationären Langzeitpflege, aus der ambulanten Pflege sowie aus der Kreisklinik Roth.**

Im Rahmen einer kleinen Feierstunde erhielten die Teilnehmenden ihre Zertifikate und damit die Qualifikation, künftig Auszubildende in der Pflege fachlich und pädagogisch in der Praxis anzuleiten.

Praxisanleiterinnen und Praxisanleiter spielen eine zentrale Rolle in der generalistischen Pflegeausbildung: Sie begleiten Auszubildende während ihrer Praxis Einsätze, vermitteln konkrete pflegerische Fähigkeiten und unterstützen sie dabei, ihr theoretisches Wissen sicher im Alltag anzuwenden. Gleichzeitig sind sie wichtige Ansprechpartner für fachliche und persönliche Fragen.

## **Mentoren für Auszubildende**

Als Bindeglied zwischen Praxis und Pflegeschule sorgen sie dafür,



*Geschafft! Die Gruppe der neuen Praxisanleiter und Praxisanleiterinnen vor dem Haus St. Marien nach der feierlichen Übergabe der Zertifikate.*

dass Unterrichtsinhalte gezielt in die praktische Ausbildung übertragen werden. Gerade durch die Einsätze

## **Qualifizierte Praxisanleitung gibt Auszubildenden Stärke und Sicherheit**

in unterschiedlichen Bereichen wie Krankenhaus, stationärer und ambulanter Pflege ist eine qualifizierte Praxisanleitung entscheidend, damit Auszubildende Sicherheit gewinnen und schrittweise Verantwortung übernehmen können.

Mit der abgeschlossenen Weiterbildung stärken die neuen Praxisanleiterinnen und Praxisanleiter nicht nur ihre eigenen pädagogischen und fachlichen Kompetenzen, sondern

leisten auch einen wichtigen Beitrag zur Qualität der Pflegeausbildung. Sie tragen dazu bei, den Pflegeberuf für den Nachwuchs attraktiv zu gestalten und die zukünftigen Pflegefachkräfte bestmöglich auf ihren verantwortungsvollen Beruf vorzubereiten.

*Text: Anne Bujnoch,  
Neumarkter Akademie für  
Gesundheits- und Sozialberufe  
Foto: Janina Hedwitschak*

# Mit lebendigen christlichen Werten und neuen Impulsen in die Zukunft

Seit Jahresbeginn hat Sandra Haiges die Einrichtungsleitung von Armin Seefried übernommen

**Das Alten- und Pflegeheim Theresianum Fürstenfeldbruck hat seit Jahresbeginn eine neue Einrichtungsleiterin: Sandra Haiges ist die Nachfolgerin von Armin Seefried, der seit über 25 Jahren die Geschicke des Hauses leitete. Er wird seiner Nachfolgerin noch beratend zur Seite stehen und den Übergang im laufenden Jahr begleiten.**

Sandra Haiges ist gelernte Altenpflegerin mit einem Studienabschluss im Gesundheitsmanagement. Die 45jährige verfügt über eine langjährige Erfahrung in der Alten- und Krankenpflege und war zuvor in verschiedenen Einrichtungen in leitenden Funktionen tätig, u.a. als Stations- und Pflegedienstleitung. Zuletzt arbeitete sie in einem großen diakonischen Verbund in Fürstenfeldbruck als stellvertretende Einrichtungsleitung mit umfassender Verantwortung für die Organisation und Steuerung innerhalb des Unternehmens.

## **Arbeit wertschätzend gestalten**

Nicht nur aufgrund ihrer regionalen Verbundenheit freut sich die Einrichtungsleiterin über ihre neue Aufgabe im Theresianum. „Christliche Werte wie Nächstenliebe, Respekt und Fürsorge sind eine wichtige Grundlage meines Handelns. Ich bin überzeugt, dass eine Einrichtung nur dann langfristig erfolgreich ist,



*Mit einem großen Blumenstrauß wurde die neue Einrichtungsleiterin Sandra Haiges (Mitte) von Geschäftsführer Armin Seefried sowie Verwaltungsleiterin Simone Kiehl (rechts) und Pflegedienstleitung Sanita Mustapic an ihrem neuen Arbeitsplatz im Theresianum begrüßt. Foto: Anett Menzel/Theresianum Fürstenfeldbruck*

wenn sie diese Werte im Alltag lebendig werden lässt. Das ist im Theresianum der Fall“, betont Sandra Haiges.

Sie möchte in Zukunft aus ihrer bisherigen Erfahrung, u.a. auch als frühere Delegierte im Deutschen Bundesverband für Pflegeberufe (DBfK), gezielt Impulse für eine moderne, menschlich zugewandte Pflege setzen in einer Arbeitsatmosphäre in der Mitarbeitende gesehen und gefördert werden. „Pflege muss

sich aktiv weiterentwickeln, um den Anforderungen der Zukunft gerecht zu werden,“ ist sich die neue Leiterin sicher. Dabei stehe die Zufriedenheit von Bewohnerinnen und Bewohnern und Mitarbeitenden an erster Stelle.

## **Gutes Gespür**

Da sie selbst bereits Familienmitglieder gepflegt hat, weiß sie um die Nöte von Angehörigen und Betroffenen. Durch ihr ehrenamtliches Engagement u.a. in der Nachbarschaftshilfe ihres Wohnorts in Puchheim kennt sie sehr genau die Schnittstellen zwischen ambulanter Unterstützung und stationärer Pflege in der Region.

Geschäftsführer Armin Seefried freut sich daher über die Übergabe an die junge Kollegin: „Meine

Nachfolgerin bringt nicht nur eine hohe fachliche Qualifikation mit, sondern auch das richtige Gespür für die Menschen und die Werte dieses Hauses. Das Theresianum ist bei ihr bestens aufgehoben.“

*Text: Anja Müller,  
TGE-Pressestelle  
Foto: Anett Menzel*

# Finde den Fehler im „Room of Horrors“

Ein spezieller Trainingsraum schafft Bewusstsein für die Sicherheit von Bewohnern

**Im Rahmen ihrer Weiterbildung zur Praxisanleitung hat Ausbildungsleiterin Anett Menzel im Theresianum Fürstenfeldbruck ein „Horrorzimmer“ („Room of Horrors“) eingerichtet.**

Die Idee dafür stammt ursprünglich aus der Schweiz. Unter einem „Room of Horrors“ versteht man einen Trainingsraum, in dem Mitarbeitende in einem Alten- und Pflegeheim anhand einer simulierten Situation für Patientensicherheit sensibilisiert werden.

Das heißt konkret: Eine Trainerin versteckt in einem dafür vorbereiteten Zimmer alltagsnahe Fehler und Risiken für Bewohnerinnen und Bewohner. Darauf versuchen Fachpersonen einzeln oder in (interprofessionellen) Teams von drei bis sechs Personen, die eingebauten Fehler und Risiken aufzudecken. So werden die Mitarbeitenden auf niederschwellige und praxisnahe Art für die Patientensicherheit sensibilisiert, trainieren die Aufmerksamkeit für Umgebungselemente und lernen von anderen Gruppenteilnehmern. Die Bewohnersicherheit ist ein wichtiger Aspekt nicht nur im täglichen Tun, sondern auch in der Ausbildung.

Es wurden Fallbeispiele für Auszubildende sowie Schulklassen erdacht zum Beispiel anhand einer konkreten Situation: eine Bewohnerin wurde gerade gewaschen und möchte jetzt frühstücken, manchmal steht sie allein auf.

## Risiken erkennen

In ihrem Zimmer können dabei folgende Fehler und Risiken bestehen:

- ein Kabel auf dem Boden (Sturzgefahr)
- ein Rollstuhl ist nicht festgebremst bzw. steht zu weit weg
- das Gebiss liegt noch auf dem Tisch
- eine schmutzige Einlage ist auf dem Boden
- die Bewohnerin ist nicht zugedeckt, friert und schämt sich
- ein schmutziger Waschlappen liegt noch auf dem Tisch
- ein falsches Medikament steht bereit
- Getränke stehen zu weit entfernt

Auch wenn solche Bedingungen in gut geführten Alten- und Pflegeheimen nicht vorkommen sollten, leitet der „Room of Horrors“ Auszubildende und Schulklassen an, auf spielerische Art und Weise auf Risiken und Fehler aufmerksam zu werden und ein Bewusstsein dafür zu entwickeln.

*Text und Fotos: Anett Menzel, Ausbildungsleiterin*



*Der reinste Horror: Stolperfallen, Unordnung und Nachlässigkeit gefährden in einem solchen Zimmer die Gesundheit und das Wohlbefinden der Bewohner. Gut, dass es nur ein Trainingsraum ist.*

## Kleines Schwarzkopflamm schenkte Freude und Wärme



„Krümel“ war da und mit ihm ein Stück pure Lebensfreude im Theresianum. Das kleine Schwarzkopfschaf, welches von seiner Mutter nach der Geburt verstoßen wurde, wird von seinen Zieheltern Silvia und Florian Hradetzky (@wollfuehlschafe\_herzenswaermer) mit der Flasche großgezogen. Es war schön zu sehen, wie wohl sich Krümel besonders bei einer Bewohnerin fühlte. Beide teilen eine Besonderheit, denn sie sind beide ein „Drilling“. Das schien eine ganz eigene Verbindung zu schaffen. An die Seniorinnen und Senioren gekuschelt, bewirkte das Lämmchen kleine Wunder: Bewohner, die sich sonst kaum mitteilen, begannen plötzlich zu erzählen und strahlten über das ganze Gesicht. Es ist erstaunlich, wie viel Wärme ein so kleines Wesen geben kann.

Das Lämmer-Besuchsprogramm der Bürgerstiftung für den Landkreis Fürstenfeldbruck gibt es seit 2024. Finanziert wird es aktuell von der Seniorenhilfe Sonnenstrahl.

*Text und Foto: Anett Menzel, Ausbildungsleiterin*

# Pflege ist ihr eine Herzensangelegenheit

Eva Maria Andraschko übernimmt Leitung des  
Alten- und Pflegeheims St. Alfons



*Rosen zur Begrüßung: Die neue Einrichtungsleitung Eva Maria Andraschko wurde von Ilja Steinbock, Referent Altenhilfe bei der TGE, sowie Pflegedienstleitung Nadine Ehrnsberger (zweite von links), Hauswirtschaftsleitung Nicola Fürst (rechts) und Stefanie Ensche, Leitung Soziale Betreuung (links), an ihrem neuen Arbeitsplatz im Alten- und Pflegeheim St. Alfons herzlich willkommen geheißten.*

**Zu Jahresbeginn hat Eva Maria Andraschko die Leitung des Alten- und Pflegeheims St. Alfons im Kloster St. Josef in Neumarkt übernommen. Sie bringt jahrzehntelange Erfahrung aus der Pflege, dem Gesundheitswesen und der Immobilienbranche mit, eine ungewöhnliche Kombination, die der Entwicklung des Hauses zugutekommt.**

Die berufliche Laufbahn der 49jährigen begann nach Ausbildungen zur Rettungsassistentin und Kinderkrankenschwester sowie einem Pflegemanagement-Studium als Pflegedienstleitung in der ambulanten Alten- und Krankenpflege. Nach Leitungspositionen in verschiedenen stationären Einrichtungen war sie Pflegedienstleitung im Universitätsklinikum Regensburg. Anschließend übernahm sie die Position der Direktorin für Pflege- und Patientenmanagement

im Krankenhaus St. Josef in Regensburg und war dort Mitglied der Klinikleitung.

2023 wagte Eva Maria Andraschko dann einen ungewöhnlichen Schritt und wechselte in die Immobilienbranche. Als Interimsmanagerin führte sie drei Unternehmen einer bayerischen Immobilienverwaltung. Diese Erfahrungen haben ihre strategischen und organisatorischen Kompetenzen zusätzlich gestärkt.

## **Große Expertise in der Pflege**

Der erneute Wechsel in die Pflege ist ihr eine Herzensangelegenheit: „Ich empfinde die Arbeit hier als sinn erfüllt und sinnstiftend.“ Zudem hat sie der besondere Charakter des Alten- und Pflegeheims St. Alfons angesprochen: „Bis auf einen Mann haben wir hier nur wenige weltli-

che Bewohnerinnen, die 66 Heimplätze sind in der Mehrzahl von im Ruhestand befindlichen Ordensschwestern belegt“, erklärt die neue Einrichtungsleitung. „Diese haben besondere spirituelle Bedürfnisse, wie feste Zeiten für Gottesdienst und Gebet. Danach richten wir unseren Tagesablauf aus und sie prägen die Atmosphäre unseres Hauses.“

## **Wirtschaftlichkeit sichern**

Im Auftrag der Kongregation hat die gemeinnützige TGE-Trägergesellschaft für die Einrichtungen der Schwestern vom Göttlichen Erlöser (Niederbronnner Schwestern) eine Managementbeauftragung für die Einrichtung. Der zuständige Referent Altenhilfe, Ilja Steinbock, sieht in der neuen Einrichtungsleitung einen Gewinn und eine große Bereicherung für das Haus. „Mich beeindruckt vor allem der ungewöhnliche Lebenslauf und die umfassende Expertise von Eva Maria Andraschko. Aus meiner Sicht ist sie die ideale Besetzung, um St. Alfons nicht nur im Sinne der Bewohnerinnen weiterzuentwickeln, sondern auch wirtschaftlich stabil in die Zukunft zu führen. Ich bin überzeugt, dass sie mit ihrer Erfahrung und ihrem Engagement genau die richtige Person für diese verantwortungsvolle Aufgabe ist“, betont er. Bewerbungen von examinierten Gesundheits- und Altenpflegern für die besondere Betreuung und Begleitung in St. Alfons nimmt das neue Leitungsteam gerne entgegen.

*Text und Foto: Anja Müller,  
TGE-Pressestelle*

# Viele Überraschungen für eine besondere Wegbegleiterin

*Mit Dank, Musik und einigen Erinnerungen wurde Oberin Sr. Goretti Damberger verabschiedet*

**Am Josefstag wurde im Neumarkter Kloster St. Josef Sr. Goretti Damberger verabschiedet, die Oberin der Schwesterngemeinschaft St. Alfons.**

Zum Abschied wurde sie unter dem Vorwand eines „Frühlingsfests“ in das Klosterrestaurant Sankt Josef's „gelockt“, wo sie von ihren Mitschwestern, den im Kloster lebenden Patres sowie einigen Mitarbeitenden schon erwartet wurde.

Die Einrichtungsleitung des Alten- und Pflegeheims St. Alfons, Eva Andraschko, eröffnete den Nachmittag mit einer herzlichen Abschiedsrede. Pater Oskar Wopperer SJ richtete anschließend wertschätzende Dankesworte an Sr. Goretti, spendete den Segen und

überreichte ein wunderschönes, von ihm selbstgemaltes Bild.

Die Leiterin der Betreuung im Alten- und Pflegeheim St. Alfons, Stefanie Ensch, hatte aus allen Bereichen des Klosters persönliche Abschiedsworte in einem Buch zusammengetragen, das Sr. Goretti an die vielen schönen Stunden im Kloster St. Josef erinnern soll. Zusammen mit einem Rucksack mit allerlei nützlichen Utensilien übergab sie es zusammen mit ihrer Kollegin Johanna Kuric.

Anschließend sangen Kinder aus dem Kindergarten im Haus St. Marien zwei Ständchen für die Oberin.

Verwaltungsleiter Roman Salzer dankte mit persönlichen Worten Sr. Goretti für ihren hingebungs- und

aufopferungsvollen Einsatz im Dienst des Klosters und hieß die neue Oberin der Gemeinschaft St. Alfons, Sr. Monika, herzlich willkommen.

Sr. Goretti wechselt nun in die Provinzleitung der Kongregation nach Nürnberg, da sie von Generaloberin Schwester Margita Tušanová ein Mandat als Provinzassistentin bekam.

Alle Anwesenden wünschten der ehemaligen wie auch der künftigen Oberin Gottes Segen für die herausfordernden Aufgaben.

*Text und Fotos:  
Roman Salzer, Verwaltungsleiter*



*Mit einem Rucksack voll guter Wünsche und manch nützlichen Utensilien geht es für Sr. Goretti Damberger nun in die Provinzleitung nach Nürnberg.*



*Im Restaurant St. Josef's gab es keine freien Plätze mehr als Einrichtungsleitung Eva Andraschko (links) die Oberin im Namen des ganzen Teams würdigte.*

## „Kloster Helau!“

Närrischer Nachmittag für Schwestern, Patres und Mitarbeitende



*Wo ein Clown auftaucht, ist das Lachen nicht weit – beste Voraussetzungen für einen lustigen Nachmittag.*

Wenn Fasching ruft, antworten nicht nur Narren und Närrinnen sondern auch die Schwestern und Patres im Kloster St. Josef. Verwaltungsleiter Roman Salzer und die Einrichtungsleiterin des Alten- und Pflegeheims St. Alfons, Eva Andraschko, hatten Mitte Februar zu einem närrischen Nachmittag voller Frohsinn, Musik und bunten Verkleidungen ins Restaurant Sankt Josef's eingeladen.

Stefanie Ensch (Leitung Soziale Betreuung) sowie Johanna Kuric (Assistenz der Schwestern) gestal-

teten ein buntes und lustiges Programm. Dabei wurden sie von weiteren Mitarbeitenden unterstützt, die manch Einlage vortrugen.

Bei ausgelassener Stimmung und Faschingsmusik genossen die Anwesenden leckere Faschingskrapfen und Kaffee. Natürlich durfte auch eine Polonaise nicht fehlen. Ein unbeschwerter, schöner Nachmittag mit viel Freude.

*Text und Fotos:  
Roman Salzer, Verwaltungsleiter*

## Raum für Würde, Schutz und Vertrauen

*Präventionskonzept bietet Hilfe bei Grenzverletzungen, Übergriffen und Gewalt*

**Das seit 2017 geltende Präventionskonzept unserer Kongregation verpflichtet alle Schwestern wie auch alle Leitungen und Mitarbeitenden in unseren Einrichtungen zum aktiven Schutz aller Menschen in unseren Klöstern und Einrichtungen zum Schutz vor (sexualisierten) Grenzverletzungen, vor seelischen oder körperlichen Übergriffen und vor jeglicher Gewalt.**

Wir ermutigen ausdrücklich alle, die bei uns tätig sind, die uns besuchen oder in unseren Einrichtungen betreut, gepflegt, versorgt oder unterrichtet werden, auf grenzverletzendes, übergriffiges und gewalttätiges Verhalten, ob sich selbst oder anderen gegenüber, aktiv abwehrend und schützend zu reagieren. Weisen Sie übergriffige Personen in Schranken, holen Sie sich Hilfe, schützen Sie andere betroffene Personen.

Betroffene geben sich oft selbst die Schuld dafür, dass andere ihnen zu nahekommen, sie in ihrer Würde verletzen, ihnen körperlichen, seelischen oder sozialen Schaden zufügen. Beschämte und Verletzte schämen sich häufig dafür, dass ihnen Beschämendes, Verletzendes zugefügt wurde und wird. Ihre Scham bewirkt, dass sie sich ducken, stillhalten, verharren, aushalten, erdulden und erleiden, vielleicht sogar erstarren. Wir ermutigen sie, Schritte zu gehen, damit ihre Würde für sie wieder spürbar und erlebbar ist und sie sich wieder geschützt und sicher fühlen.

In unseren Einrichtungen bieten Leitende und Präventionsbeauftragte Betroffenen einen geschützten Raum, in dem sie vertraulich das erlebte, grenzverletzende, übergriffige oder gewalttätige Verhalten schildern können. Einen Raum, in dem Betroffene wie auch sich um diese Sorgende mit ihrem Anliegen, ih-

rem Verletztsein oder Besorgtsein, ernst genommen werden. Gemeinsam werden Schritte erwogen und unternommen, damit Betroffene fortan geschützt werden, damit verletzendes Verhalten gestoppt wird und Wohlbefinden wiederhergestellt werden kann.

Wir wollen, dass es den Menschen bei uns gut geht. Schauen Sie bitte hin, wenn andere von Fehlverhalten betroffen sind, und achten Sie auf sich, wenn Sie selbst betroffen sind. Werden Sie bitte aktiv und nehmen Sie aktiv Schritte der Fürsorge für sich und andere vor. Die Leitungen und die Präventionsbeauftragten sind für Sie da.

*Text : Kathrin Peters,  
Externe Präventionsbeauftragte für  
alle Einrichtungen der Kongregation,  
Provinz Deutschland und Österreich*





Ein Klassiker aus der indischen Küche sind pikante Curryeintöpfe mit Hülsenfrüchten und Gemüse. Im Bistro JOKBAR des St. Josefs Krankenhaus Balseische Stiftung Gießen wird eine Version mit Kichererbsen, Blumenkohl und Karotten serviert, kombiniert mit einer cremig-würzigen Tomaten-Kokosmilchsoße. Dazu passt ein lockeres Fladenbrot oder auch Basmatireis. Ein gesundes, schnelles Gericht, das Proteine und Ballaststoffe liefert und mit einer leckeren Würze besticht.



## Einfaches Blumenkohl-Tomatencurry mit Kichererbsen und Fladenbrot

### Zutaten für 4 Portionen:

- 1 Zwiebel (ca. 80 g)
- 2 Zehen Knoblauch
- 1 Stückchen Ingwer (ca. 2 cm)
- 2 Karotten (ca. 100 g)
- 400 g Blumenkohlrischen (frisch oder tiefgekühlt)
- 1 Dose Kichererbsen (abgetropft 240 g)
- 1 Dose gehackte Tomaten
- 1 Dose Kokosmilch
- 1 EL Gemüsebrühepulver
- 1 EL Rapsöl
- 2 EL Tomatenmark
- Gewürze: Currypulver, Koriander, Kreuzkümmel, Zimt, Pfeffer, Zucker, Salz
- Optional: 1 TL indische Currypaste, frische Petersilie

### Zubereitung:

Zwiebel, Knoblauch und Ingwer klein hacken und in 1 EL Rapsöl anschwitzen.

Möhren in Scheibchen schneiden, hinzugeben und weitere 5 Minuten braten.

Die Currypaste (wenn vorhanden) und das Tomatenmark hinzufügen, alles gut miteinander verrühren und 3-4 Minuten braten lassen.

Gemüsebrühe, Kokosmilch und Tomaten dazugeben und würzen mit: 1 TL Currypulver, ½ TL Korianderpulver, ½ TL Kreuzkümmel sowie einer Prise Zimt, Pfeffer und ½ TL Zucker würzen, dann abschmecken und nach Geschmack salzen. 10 Minuten köcheln lassen.

Optional: fein pürieren, bis die Konsistenz cremig ist. Gegebenenfalls nochmals abschmecken.

Das Curry nochmals aufkochen und nun den Blumenkohl hinzugeben. Ca. 10 Minuten köcheln lassen, bis der Blumenkohl gar ist.

In den letzten 5 Minuten die abgeschüttelten Kichererbsen dazugeben und miterwärmen

Das Curry mit Basmatireis oder Fladenbrot servieren und nach Belieben mit gehackter Petersilie abschmecken. Fertig!

**Wir wünschen guten Appetit!**

## Hier kommt Zukunft in Bewegung

*Kräne drehen sich, Fahrzeuge ziehen ihre Bahnen,  
Materialien finden ihren Platz: alles ist in Bewegung.  
Die Baustelle für das neue „Betreute Wohnen“ im  
Kloster Bühl zeigt eindrucksvoll, dass Visionen im mutigen  
Voranschreiten entstehen. „In Bewegung kommen“ bedeut-  
tet hier, Raum für Neues zu schaffen, Veränderung aktiv zu  
gestalten und gemeinsam Zukunft zu bauen.  
Den Bericht dazu finden Sie auf Seite 20.*



Foto: Sandra Fahlke, Krampfert Bau

Herausgegeben im Auftrag der Schwestern vom Göttlichen Erlöser (Niederbronner Schwestern) Provinz Deutschland KdÖR, Oedenberger Straße 83, 90491 Nürnberg, von: Sr. Sofie Lex (Nürnberg), Andrea Bröner (Speyer), verantwortliche Redakteurin für diese Ausgabe, Roman Salzer (Neumarkt), Mag. Manuela Wustinger (Wien)  
Redaktionsleitung: Anja Müller (Neumarkt), Kontakt: [mitgehen@tge-online.de](mailto:mitgehen@tge-online.de)  
Layout/Design: [www.katringeiss.de](http://www.katringeiss.de), Druck: Druckerei Bögl  
Erscheinungstermine: zweimal jährlich  
Gender-Hinweis: In der vorliegenden Publikation variiert je nach Textautor:in die Verwendung von geschlechtersensibler Sprache. Die verkürzte Sprachform beinhaltet keine Wertung.