



BARMHERZIGE BRÜDER
Bayerische Ordensprovinz

misericordia

April 2021

OSTERN IN GRANADA

Eine Bilder- und Zeitreise

Meine Geschichte
mit Corona

Besser schlafen
trotz Nachtdienst

10 Jahre Facebook-
Auftritt des Ordens

Inhalt



„ Granada an Ostern. Die Prozessionen der ‚Semana Santa‘ erleben, die Schönheit der Alhambra entdecken und auf den Spuren des heiligen Johannes von Gott wandeln. Für manche Mitarbeitende wurde dies in vergangenen Jahren faszinierende Wirklichkeit. Heuer können wir nur eine kleine Bilder- und Zeitreise in diesem Heft anbieten (Titel und Seite 22/23). Aber ist nicht Ostern ein Fest der Hoffnung und des Lebens? In diesem Sinne: Feiern Sie voller Zuversicht die Auferstehung Jesu Christi! Die misericordia-Redaktion wünscht Ihnen eine gesegnete Osterzeit. „

Ostern

Maria von Magdala erfährt Ostern 4

Gesundheit und Lebensfreude

SERIE „G‘SUND BLEIB‘N“: Gesund essen und dabei Lebensmittel retten 6

Meine Geschichte mit Corona

Persönliche Erlebnisse, Wahrnehmungen, Gefühle von Mitarbeitenden 8

Pflegen und Assistieren

Familienentlastender Dienst der Offenen Behindertenarbeit im Landkreis Cham 13

Neues Haus der Behindertenhilfe in Waldkraiburg 14

Wie Nacharbeit den Schlaf von Pflegekräften beeinträchtigt 16

SERIE „BERUFE IM KRANKENHAUS“: Betriebstechniker 15

Barmherzige Brüder

Der Reichenbacher Pastoralreferent Uli Doblinger geht in Ruhestand 18

10 Jahre Barmherzige Brüder bei Facebook 19

FORTBILDUNGEN: Vorschau Mai bis Juni 20

Barmherzige Brüder sind Gesellschafter beim Krisendienst Oberpfalz 21

1002 Barmherzige Brüder weltweit 25

KUNO Klinik St. Hedwig: Dr. Teddy und Schwester Amanda im Einsatz 27

Kirche und Gesellschaft

Buchtipp „Handbuch für Zeitreisende“ 22

900 Jahre Prämonstratenser 24

RÄTSEL 26

SERIE „WERTE DES ORDENS“: Frater Sebastian Fritsch zu „Respekt“ 28



Liebe Leserin, lieber Leser,

wir alle haben noch die Bilder vor Augen: Papst Franziskus allein auf dem leeren Petersplatz in Rom am Karfreitag letzten Jahres. Auch die Feier der Osternacht und des Ostergottesdienstes wurden in einer nahezu leeren Basilika begangen. Ausgebremst durch ein neuartiges Virus. Und doch wurden wir an den Bildschirmen Zeugen der österlichen Botschaft.

Einige von uns sehen die Fastenzeit nur als reinen Verzicht an: weniger Schokolade, weniger Zeit am Computer oder Smartphone, weniger Konsum. Andere begehren dagegen auf, sie hätten jetzt seit einem Jahr auf Vieles verzichtet. Ostern, das ist für sie kein Fest der Auferstehung, sondern nur der Zeitpunkt für eine Fernreise.

Schaut man sich die 40 Tage vor Ostern genauer an, dann sind wir nicht nur aufgefordert uns einzuschränken, sondern auch, das Gebet zu intensivieren sowie uns dem Gegenüber zuzuwenden und Werke der Liebe zu vollbringen. Die österliche Bußzeit ist eine Zeit der Umkehr, die Chance den Reset-Knopf, die Neustart-Taste, zu drücken. Alles auf Anfang.

Darin sind wir jetzt seit einem Jahr geübt. In dieser Pandemie wurde eine neue Solidarität gelebt, Mitmenschlichkeit, Umsicht, ja Hingabe, vor allem bei Ihnen, liebe Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter. Sie haben Großartiges geleistet. Es steht nun an, die Rahmenbedingungen anzupassen, manches

muss neu durchdacht und organisiert, einiges kritisch hinterfragt werden. Durch Ihre große Impfbereitschaft sind wir auf einem guten Weg. Ein Zurück zur ersehnten Normalität ist aber vielleicht nicht mehr möglich; wir werden mit diesem Virus leben müssen.

Wir nehmen Sie in dieser Ausgabe auch mit auf eine kleine Bilderreise zu Ostern nach Granada. Wir sehen die Schauplätze, die für Johannes von Gott, unseren Ordensgründer, prägend waren und für unseren Anfang. Alpha und Omega: An Ostern vollendet sich der Heilsplan Gottes: Jesus Christus, der zu uns kam als Licht der Welt, wird an Ostern zum Licht der Hoffnung.

Ich wünsche Ihnen allen ein frohes und gesegnetes Osterfest!

Ihr

Fr. Emerich Steigerwald, OFM

Frater Emerich Steigerwald
2. Provinzrat

OSTERN IM JOHANNESEVANGELIUM

Am ersten Tag der Woche kam Maria von Magdala frühmorgens, als es noch dunkel war, zum Grab und sah, dass der Stein vom Grab weggenommen war. Da lief sie schnell zu Simon Petrus und dem anderen Jünger, den Jesus liebte, und sagte zu ihnen: Sie haben den Herrn aus dem Grab weggenommen und wir wissen nicht, wohin sie ihn gelegt haben. Da gingen Petrus und der andere Jünger hinaus und kamen zum Grab ... Der andere Jünger ... sah und glaubte. Dann kehrten die Jünger wieder nach Hause zurück.

Maria aber stand draußen vor dem Grab und weinte. Während sie weinte, beugte sie sich in die Grabkammer hinein. Da sah sie zwei Engel ... Diese sagten zu ihr: Frau, warum weinst du? Sie antwortete ihnen: Sie haben meinen Herrn weggenommen und ich weiß nicht, wohin sie ihn gelegt haben.

Als sie das gesagt hatte, wandte sie sich um und sah Jesus dastehen, wusste aber nicht, dass es Jesus war. Jesus sagte zu ihr: Frau, warum weinst du? Wen suchst du? Sie meinte, es sei der Gärtner, und sagte zu ihm: Herr, wenn du ihn weggebracht hast, sag mir, wohin du ihn gelegt hast! Dann will ich ihn holen. Jesus sagte zu ihr: Maria! Da wandte sie sich um und sagte auf Hebräisch zu ihm: Rabbuni!, das heißt: Meister. Jesus sagte zu ihr: Halte mich nicht fest; denn ich bin noch nicht zum Vater hinaufgegangen. Geh aber zu meinen Brüdern und sag ihnen: Ich gehe hinauf zu meinem Vater und eurem Vater, zu meinem Gott und eurem Gott. Maria von Magdala kam zu den Jüngern und verkündete ihnen: Ich habe den Herrn gesehen. Und sie berichtete, was er ihr gesagt hatte.

(Joh 20,1-3.8a.c.10-18)

Maria von Magdala erfährt Ostern

*Eine mutige Frau macht sich auf den Weg.
Eine verunsicherte Frau holt Unterstützung.
Eine draußen stehende Frau wird zurückgelassen.
Eine am Grab stehende Frau ist, wie er am Kreuz, von allen verlassen.
Eine weinende Frau sieht, aber erkennt nicht.
Eine verzweifelte Frau versteht nicht.
Eine geliebte Frau wird angesprochen.
Eine sich umwendende Frau erkennt.
Eine erstaunte Frau sieht.
Eine liebende Frau hält fest, was sie liebt.
Eine trauernde Frau wird aufgefordert nicht festzuhalten.
Eine loslassende Frau kann es nicht fassen.
Eine zurückkehrende Frau verkündet.
Eine beauftragte Frau berichtet, was er ihr gesagt hat.*

*Eine einfache Frau zeigt, was in der Morgendämmerung möglich ist.
Eine berufene Frau zeigt, wie Christusbegegnung sein kann.*

Pater Thomas Väth

Morgenstimmung bei Schwandorf-Wiefelsdorf

Happy Bowl



Gesund essen und dabei Lebensmittel retten

Bowls sind derzeit total angesagt. Zurecht: sie eignen sich hervorragend, um Lebensmittelreste zu verwerten, machen lange satt und können zu einer ausgewogenen Ernährung beitragen. Denn in eine Bowl wandern fast ausschließlich frische Lebensmittel.

Die Bezeichnung „Bowl“ kommt aus dem Englischen und bedeutet ganz einfach „Schüssel“. In dieser Schüssel werden nach einem Baukastenprinzip möglichst vielfältig und bunt frische Zutaten hübsch arrangiert. Oft ist auch von Buddha Bowl die Rede, weil sich die volle Schüssel leicht nach oben wölbt, wie der Bauch von Buddha.

Eine Bowl besteht meist aus fünf Komponenten:

1 Die Basis und perfekte Sattmacher sind gute Kohlenhydrate wie Körner und Vollkorngetreide. Zum Beispiel heimische Hirse, regionale Quinoa, Kartoffeln oder Vollkornreis. Diese liefern uns wertvolle Ballaststoffe, B-Vitamine, Eisen, Magnesium und Zink.

2 Dann kommt viel Gemüse: Von frischen Blattsalaten und knackiger Rohkost bis zu gedünsteten Zucchini- oder im Ofen gerösteten Kürbisscheiben ist alles erlaubt, was die Saison hergibt.

3 Nicht fehlen sollten pflanzliche oder tierische Proteinquellen wie Kichererbsen, Linsen, Tofu, Fisch, Ei oder Hähnchen.

4 Die wichtigste Komponente: das Dressing. Es liefert zum einen essentielle Fettsäuren durch gute Öle, zum an-



Wer kennt das nicht? Ein überfülltes Küchenregal mit allerlei haltbaren Lebensmitteln – für Monika Bischoff Zeit zum „Bowling“ ...

deren kommt hier der Geschmack her. Abwechslung liefern Joghurt dressing, Hummus oder ein fruchtiges Chutney.

5 Die Krönung sind gesunde Toppings, die der Schüssel den besonderen geschmacklichen Schliff verleihen, aber auch zusätzliche Vitamine und wertvolle

Nährstoffe enthalten. Perfekt eignen sich geröstete Nüsse und Kerne, auch Sprossen, frische Kräuter oder Blüten.

ZEP-TIPP 1:

Ein Blick in den Kühlschrank oder ins Küchenregal hilft, Lebensmittel rechtzeitig zu verwerten, bevor sie in Verges-

senheit geraten und dann leider doch irgendwann entsorgt werden müssen.

ZEP-TIPP 2:

VORKOCHEN von schnellen und unkomplizierten Bowls für die Mittagspause: Einfach Stärkebeilagen wie Quinoa oder Vollkornreis vorkochen, das Gemüse Ihrer Wahl schnippeln und gegebenenfalls andünsten. Gemüse,

Dressing oder Dips lassen sich luftdicht verpackt einige Tage im Kühlschrank lagern. Dann muss nur noch Tofu, Fisch (nachhaltiger Dosenthunfisch) oder Hülsenfrüchte (zum Beispiel aus dem Glas) in die Schüssel und fertig ist unser „Fastfood“.

Die Zubereitung von Bowls ist einfach und für Fleischliebhaber genauso ge-

eignet wie für Gemüse-Fans! Die Bowls machen satt und gute Laune. Feste Regeln gibt es nicht und deshalb ist Experimentieren angesagt. Sorgen Sie für Ihren eigenen Sch(l)üssel Moment!

Monika Bischoff,

Leitung Zentrum für Ernährungsmedizin und Prävention München (ZEP)

Rezept

QUINOA-BOWL MIT ROSENKOHL UND STECKRÜBE

Zutaten für 2 Portionen

100 g bunte Quinoa
250 g Rosenkohl
200 g Steckrübe
2 TL Olivenöl
Salz und Pfeffer
½ Avocado
1 TL Limettensaft
50 g Feldsalat

Für das Dressing

1 EL Limettensaft
1 TL Dijon Senf
Salz und Pfeffer
2 EL Olivenöl
1 kleine Schalotte

Für das Topping

1 TL Olivenöl
2 Eier
Salz und Pfeffer

Zubereitung

- Den Backofen auf 200 Grad vorheizen.
- Die Quinoa in einem feinen Sieb lauwarm waschen, bis die Flüssigkeit klar ist. In 200-225 ml Salzwasser 20 Minuten zugedeckt garen. Danach vom Herd nehmen und etwas nachquellen lassen.
- Den Rosenkohl putzen, waschen und halbieren oder vierteln. Mit 1 TL Olivenöl mischen und salzen. Die Steckrübe putzen, schälen und in 1 cm große Würfel schneiden. Mit 1 TL Olivenöl mischen und salzen. Rosenkohl und Steckrübenwürfel auf ein mit Backpapier ausgelegtes Blech geben und bei 200 Grad 20 Minuten rösten.
- Den Salat putzen, waschen und trockenschleudern.
- Die ½ Avocado in feine Scheiben schneiden und sofort mit 1 TL Limettensaft beträufeln.
- Für das Dressing Limettensaft, Senf, Salz, Pfeffer und Olivenöl in ein Schraubglas geben. Das Glas einmal durchschütteln. Die Schalotte schälen, fein würfeln und unter das Dressing mischen.
- Für das Topping eine beschichtete Pfanne leicht einfetten. Die Eier hineinschlagen und bei mittlerer Hitze braten, bis das Eiweiß gestockt ist (das Eigelb sollte noch weich sein). Salzen und pfeffern.

Zum Anrichten

Die Hälfte des Dressings mit der Quinoa mischen und auf zwei Bowls (Schüsseln) verteilen. Rosenkohl, Steckrübenwürfel, Feldsalat, Avocado und das Spiegelei darauf anrichten. Mit dem restlichen Dressing beträufeln und sofort servieren.



Meine Geschichte mit Corona

Wir alle leben seit mehr als einem Jahr mit einem ständigen Begleiter, der unseren Alltag stark verändert hat. Und diese Geschichte mit Corona geht weiter. Aber das ist nicht *eine* Geschichte, sondern es sind viele, weil jede und jeder von uns andere Erlebnisse, Wahrnehmungen, Gefühle hat in dieser Zeit. Wir haben in unseren Einrichtungen nach solchen persönlichen Geschichten mit Corona gefragt. Lesen Sie die Antworten auf den folgenden Seiten.



Virtueller Krankenbesuch

Die stark beschränkten Besuchsregeln in Krankenhäusern als Maßnahme zur Eindämmung der Ausbreitung des Coronavirus sind emotional belastend, sowohl für Patientinnen und Patienten als auch für deren Angehörige und Freunde. Der persönliche Kontakt fehlt. Seit Dezember 2020 können sich Patienten und Angehörige aber bei uns in der gefäßchirurgischen Station wieder sehen – zumindest digital. Denn der Verein zur Förderung des Krankenhauses der Barmherzigen Brüder und der Palliativarbeit hat die Anschaffung von zwei Tablets finanziert, mit denen jetzt ein „virtueller Krankenbesuch“ möglich ist. Mit den Tablets können die Patienten mit ihren Angehörigen über ein Video-Anrufprogramm Kontakt herstellen. Eine gute Möglichkeit der Einsamkeit vorzubeugen, besonders wichtig für ältere Menschen oder Patienten mit einem längeren Krankenhausaufenthalt.

*Dr. Jakub Tolar, Klinik für Gefäßchirurgie
Krankenhaus Barmherzige Brüder Regensburg*

Mit dem Schnee fielen auch die Haare

Wer hätte gedacht, dass wir noch so einen Wintereinbruch bekommen würden und in Kälte, Schnee und Frost im Lockdown überwintern? Gut, dass wir zumindest eine Art „Winterpelz“ hatten, denn es waren ja auch alle Friseure geschlossen. Nun hatte man zwei Möglichkeiten: Entweder man verabschiedete sich von seiner gewohnten Frisur und ließ die Haare unkontrolliert wachsen oder man legte selbst Hand an. Aber Not macht ja erfinderisch. So konnte einem Mitarbeiter der Förderstätte, der in puncto Frisur einen frisch geschnittenen Irokesen bevorzugt, geholfen werden: Ein Kollege erklärte sich bereit, sein professionelles Schneidewerkzeug mit zur Arbeit zu bringen. Also begab sich Ernst Müller in seiner Pause willentlich in die Hände seines Kollegen Simón Deffner. Die Geräusche einer solchen Maschine und das Fallen ganzer Haarbüschel erweckten schnell Aufmerksamkeit bei Klienten und Mitarbeitenden. Das Resultat war dann auch sehr beeindruckend und ließ Ernst Müllers Frisur in neuem Glanz erstrahlen.

*Reginald Niksch
Leiter Förderstätte, Barmherzige Brüder Gremsdorf*





Anika Knopp und Konstantin Schönauer arbeiten auf der Intensivstation des Krankenhauses Barmherzige Brüder München.

Flut der Gefühle auf der Intensivstation

Teilweise hatten wir Patienten mit 120 Liegetagen, da baut man eine gewisse Beziehung zu dem Patienten auf. Was mich wirklich mitgenommen hat und nachhaltig belastet, ist, dass zu Beginn des strikten Lockdowns im Frühjahr 2020 Menschen alleine sterben mussten

und Intensivkräfte die letzten waren, die die Sterbenden erlebten. Normalerweise kann ich aus der Tür gehen und sagen, es ist okay gewesen. Aber bei Covid konnte ich das irgendwann nicht mehr. Normal schenken wir uns gegenseitig viel Halt, aber das ging teilweise gar

nicht mehr, weil alle so überflutet waren mit diesen Erlebnissen und Emotionen.

Zu einem Patienten hatte ich eine besondere Beziehung, weil ich ihn sehr viel betreut habe. Der konnte jetzt in Reha gehen. Wenn man so einen Erfolg sieht und merkt, der ganze Kampf hat sich gelohnt, das ist eigentlich das Größte! Das rettet den Tag und spornt an weiterzumachen. Manche Patienten geben dir auch super viel zurück, an Dankbarkeit oder einfach dadurch, dass sie kognitiv wieder da sind, mit dir sprechen und es selber gar nicht fassen können, dass sie überlebt haben.

*Anika Knopp
Intensivpflegefachkraft, Krankenhaus Barmherzige Brüder München (aus einem längeren Interview von Christine Beenken in der Hauszeitung romans')*

Lernen mit Covid umzugehen

Von ärztlicher Seite wird uns Pflegekräften auf der Intensivstation viel Vertrauen geschenkt, was toll und auch sehr wichtig ist. Aber vieles, was wir gelernt haben – das gilt auch für die Ärzte – funktioniert bei Covid-19 nicht. Das war der große Lernprozess des Frühlings 2020. Wir mussten ganz andere Handlungsabläufe lernen: zügige Intubation, viel Sauerstoff und frühzeitig in die Bauchlage.

Am Anfang musste ich im privaten Kreis viel Aufklärungsarbeit leisten. Viele haben gefragt: Ist es wirklich so schlimm, wie die Medien es präsentieren? Und ich habe gesagt, ja, es ist genau so. Ich hatte wirklich Angst oder besser Respekt vor der Situation, wenn, wie in Italien, die Covid-Patienten in Massen gekommen wären. Wir wurden schnell hinsichtlich des Triagierens gebrieft, was ja bei uns glücklicherweise nicht eingetroffen ist.

Mit der zweiten Welle hat sich ein gewisses Sicherheitsgefühl etabliert. Wir haben unseren Handlungsstrang entwickelt, dem wir Punkt für Punkt nachgehen.

*Konstantin Schönauer
Intensivpflegefachkraft,
Krankenhaus Barmherzige Brüder München (aus einem längeren Interview von Christine Beenken in der Hauszeitung romans')*



Sohn liefert Essen

Vor rund einem Jahr, während des ersten Lockdowns im März, war mein zwölfjähriger Sohn Adrian zuhause im Homeschooling, während ich hier im Krankenhaus arbeitete. Adrian bekam mit, dass während dieser Zeit der Speisesaal unseres Krankenhauses geschlossen war und wollte daher seinen ganz persönlichen Beitrag in dieser Krise leisten. Er kam auf die nette Idee, mich im wahrsten Sinne des Wortes für die Arbeit zu stärken. Daher hat er mittags nicht nur für sich, sondern auch für mich eine zusätzliche Portion mitgekocht und mir als Imbiss bis vor das Krankenhaus gebracht. Eine gute Woche lang wurde ich so von ihm versorgt. Ich habe mich als Papa über diese nette Geste meines Sohnes sehr gefreut, verbunden mit ein bisschen Stolz.

*Thomas Vogl, Leiter OP-Logistik
Krankenhaus Barmherzige Brüder
Regensburg*

Mit einem Lächeln gestärkt durch diese Zeit

Corona und die Auswirkungen, da kann uns das Lachen durchaus vergehen! Und dennoch – es lohnt sich, das Lachen zu trainieren! Beginnend mit dem Lächeln ... Selbst die Wissenschaft, die Gelotologie, beschäftigt sich mit den körperlichen und den psychischen Aspekten des Lachens. Die Mundwinkel nach oben zu bewegen löst einen Impuls im Gehirn aus, der – einfach gesagt – vermittelt: Es geht mir gut. Also, was braucht es, um die Mundwinkel nach oben zu bringen?

Ich sitze in unserem Sebastianeum. Die Sonne scheint. Die Vögel zwitschern. Die Mundwinkel gehen automatisch nach oben. Meine Gedanken wandern zu Pfarrer Sebastian Kneipp, der unser Haus 1891 gegründet hat. Ich muss lächeln, wenn ich an die oftmals harschen Aussagen des Gottesmannes denke, der „die Weibersleut“ wegen des Tragens moderner Kleidung schalt. Ob er wohl über meinen Artikel den Kopf schütteln würde? Das Lachen trainieren. Kurios, dass wir in einer Zeit leben, in der es angezeigt ist, das Lachen durch Training aus uns herauszulocken.

Vielleicht wird es Zeit innezuhalten und uns, den anderen und Gott mehr Aufmerksamkeit zu schenken. Was bedarf es, um dankbar, zufriedener, vielleicht



sogar gesünder zu sein? Kann ich selbst etwas dazu beitragen, dass es mir besser geht? Und dadurch auch den Menschen um mich herum? Das Lachen ist uns von Natur aus geschenkt. Ein lächelndes Gesicht wirkt ansteckend. Probieren Sie es aus! Manche werden direkt zurücklächeln, andere verwirrt zur Seite schauen. Halten Sie das schöne Gefühl des Zurücklächelns für sich fest. Wie es über Ihr Gesicht huscht und wärmend in Ihr Herz eindringt. Lächeln Sie am Morgen Ihr eigenes Spiegelbild an. Es wird ganz sicher zurücklächeln. Vielleicht kleben Sie sich ein Foto eines geliebten Menschen oder ein fröhliches Erinnerungsbild an Ihren Spiegel, das hilft beim Üben.

Ich habe die kuriose Freude, bereits beim Entsperrn meines Handys über die „Face-Funktion“ das erste Lächeln zu erleben, da ich offensichtlich so kraus schaue, dass mich mein Handy zunächst nicht erkennt. Erst wenn ich entspannter auf das Display schaue. Es sind oft die kleinen Dinge, die uns Freude bereiten. Manchmal auch die Kuriositäten des Alltags. Viel Freude beim Entdecken Ihres Lächelns im Alltag!

*Karin Lüpken
Gesamtleiterin Sebastianeum,
ausgebildete Lachtrainerin*



Auf einen Cappuccino am Kiosk

Melanie Schüle (rechts auf dem Foto) und Caroline Kappes (links) waren bis vor kurzem als Referentinnen der Geschäftsführung und Marketing/Öffentlichkeitsarbeit am Krankenhaus St. Barbara Schwandorf tätig. Über einige Jahre begleiteten beide die umfangreichen Bauarbeiten dort. Dieses große Projekt sollte mit einer feierlichen Eröffnung, unter anderem mit der damaligen bayerischen Gesundheitsministerin Melanie Huml, enden.

Der Neu- und Erweiterungsbau war fertiggestellt und bezogen, der schicke Kiosk wenige Tage geöffnet, die Eröffnungsfeier geplant, die Gäste angekündigt, und dann: der erste Lockdown im März 2020. „Ich habe mir oft vorgestellt, wie wir durch die moderne Drehtür in den fertigen und belebten Neubau gehen. Stattdessen gibt es bis heute Eingangsbeschränkungen, man muss seinen Mitarbeiterausweis zeigen und Mund-Nasen-Schutz tragen“, bedauert Melanie Schüle. Als Referentin der Geschäftsführung war sie maßgeblich an den Planungen des Baus beteiligt. Caroline Kappes schließt sich an: „Uns fehlt ein richtiger Abschluss. Im Marketing habe ich die Bauphase intensiv begleitet, aber der eigentliche Höhepunkt – die Präsentation des gelungenen Ergebnisses und die Eröffnungsfeier – konnte nicht wie geplant umgesetzt werden.“

Heute arbeiten beide in neuen Funktionen bei der Barmherzige Brüder gemeinnützigen Träger GmbH am Standort Regensburg. Sie sprechen oft über das Mammutprojekt am Krankenhaus St. Barbara und schmieden Pläne für ihre ganz persönliche Eröffnungsfeier: „Wenn der Kiosk in Schwandorf seine Freiplätze öffnen darf, dann fahren wir auf einen Cappuccino hin!“

Bitte keine Dauerwelle

Die Abteilung Physiotherapie am Klinikum St. Elisabeth Straubing ist bis jetzt ohne Infektion mit Sars-CoV-2 durch die Pandemie gekommen. Zu Beginn mit Glück, da nur mit Mund-Nasenschutz ausgestattet und dennoch in gewohnter Weise am Patienten tätig. Einerseits galt es, die Sicherheit der Patientinnen und Patienten zu garantieren, andererseits die Hygiene- und Abstandsregeln nicht zu verletzen. Wie oft waren wir in der Situation, erst im Nachhinein zu erfahren, dass von uns behandelte Patienten ein positives Corona-Testergebnis hatten! Gott sei Dank gibt und gab es Testmöglichkeiten durch die Betriebsmedizin.

In welche Rubrik gehört die Physiotherapie? Sieht man sie im Schulterchluss mit der Pflege? Oder im sogenannten köpernahen Sektor? Sind wir auch gemeint, wenn Beifall gespendet wird? Fakt ist, dass wir in der Klinik in allen Bereichen eingesetzt waren und sind, einschließlich Intensivstation und Covid-19-Stationen. Bemerkenswert, dass gerade die dort eingesetzten Mitarbeitenden von der staatlichen Corona-Prämie „verschont“ geblieben sind.

Seit Beginn der zweiten Welle sind wir durchwegs mit FFP2-Maske unterwegs und fühlen uns wesentlich sicherer. Mittlerweile ist das Physiotherapie-Team fast komplett geimpft. Die körperlichen und seelischen Belastungen sind deutlich spürbar, eine latente Gereiztheit und Müdigkeit nicht zu übersehen. Besonders bei den Müttern mit Schulkindern, die ja noch den „Hauslehrerjob“ ausüben müssen. Aber unsere Tätigkeit hat uns auch über die anstrengenden Monate getragen und gestützt und unseren Lebensunterhalt garantiert, was nicht selbstverständlich ist. Auch sind wir nicht in soziale Isolation abgerutscht, trotz Pandemie-adäquater Pauseneinteilung. Der nahende Frühling spendet Hoffnung, bringt vielleicht einen neuen Haarschnitt, wenn möglich aber bitte keine Dauerwelle!

Christian Böhmer, Abteilungsleiter Physiotherapie, Klinikum St. Elisabeth Straubing





Josef Fischer, Verlagsleiter Josef Roidl und Krankenhaus-Geschäftsführer Dr. Martin Baumann (von links)

Lesenswertes Dankeschön: hundertmal Heimat

Dass Josef Fischer, stellvertretender Leiter auf der Station B2 des Krankenhauses St. Barbara Schwandorf, als Dankeschön von einem Patienten ein Buch geschenkt bekam, mag vorgekommen sein. Aber hundert Stück auf einmal, daran kann er sich nicht erinnern. Bis zum 10. Februar. Da kam Josef Roidl, Leiter und Geschäftsführer des Battenberg Gietl Verlags, zu ihm ins Krankenhaus. Im Gepäck hatte besagte Menge Bücher – allesamt Bildbände mit dem Titel „Faszination Heimat – Schwandorf“.

In der Eingangshalle erfolgte die Übergabe. Und Josef Roidl hatte die Gelegenheit, sich bei einem derjenigen Menschen persönlich zu bedanken, die sich so gut um seine Mutter gekümmert hatten. Diese hatte sich mit Corona infiziert und kam zur stationären Behandlung ins Krankenhaus St. Barbara Schwandorf. „Sie hat sich so positiv über die gute Pflege und die aufmerksame Betreuung geäußert, dass ich für das Personal der entsprechenden Station den aktuellen Bildband `Faszination Heimat – Schwandorf` als Dankeschön zur Verfügung stellen möchte“, schrieb Roidl in einer Nachricht. Gesagt, getan. Hundertmal 144 Seiten stark und im Gesamtwert von fast 3.000 Euro kam die Lieferung an.

Ob Josef Fischer und seine Kollegen, die sich immer noch mit ganzer Kraft um die mit Sars-CoV-2 infizierten Patienten kümmern, gerade Zeit zum Lesen haben, weiß er nicht. Die Pandemie fordert Tag für Tag ihren Einsatz. Aber eines Tages wird er das Buch zur Hand nehmen, und dann wird Corona hoffentlich nur noch eine Erinnerung sein.

Marion Hausmann, Leiterin Marketing und Öffentlichkeitsarbeit, Krankenhaus St. Barbara Schwandorf

Trotz „Dornröschenschlaf“ aktiv und voller Vorfreude

Nur kurze Zeit vor dem ersten Lockdown im März 2020 habe ich meine neue Stelle an der Rezeption im Tagungs- und Erholungshaus Kostenz angetreten. Ich bin es gewohnt, auch mal etwas mehr zu arbeiten, wenn es die Situation erfordert ... Und dann, der totale Stillstand. Ich denke ich spreche für viele, die in der gleichen Situation sind wie ich ... Wir sind es einfach nicht gewohnt, „von 100 auf null“ heruntergebremst zu werden. Ein Haus OHNE Gäste – unvorstellbar! Es fehlt die Lebendigkeit, die Vielfalt, der Austausch mit Blickkontakt - im Gesicht des Gegenübers lesen zu können, was ihn bedrückt oder welche Freude er hat.

Jeder Veranstalter wurde persönlich von uns telefonisch über die Stornierung benachrichtigt. Man merkte, dass es beiden Seiten gut tat, miteinander zu sprechen und nicht nur alles per E-Mail abzuwickeln. Wir sitzen alle im gleichen Boot und das nun leider bereits im zweiten Lockdown. Geduld ist etwas, das man in dieser Zeit lernt. Besinnen wir uns auf das Wesentliche und freuen uns auf die Zeit, wenn wieder alles in „normalen“ Bahnen läuft. Wir uns wieder mit Familie und Freunden unbegrenzt treffen und umarmen können. Unser Dank gilt allen Veranstaltern, die uns mit sehr großem Verständnis entgegenkommen sind und weiterhin unserem Haus die Treue halten. Wir „brennen“ förmlich auf ein Wiedersehen und freuen uns jetzt schon darauf, wenn unser Haus endlich aus dem Dornröschenschlaf erwacht.



Martina Schollerer
Rezeption, Barmherzige Brüder Kostenz

**Sie möchten auch eine Geschichte teilen?
Schreiben Sie an redakteur@barmherzige.de**



Kristina Fox hat Nicos Vertrauen gewonnen – er genießt die Zeit mit ihr auf dem Waldspielplatz in Neubäu.

Damit Eltern Kraft schöpfen können

Die Offene Behindertenarbeit bietet einen familienentlastenden Dienst an

Was für viele Menschen etwas ganz Normales ist, ist für die Mama von Nico eine Seltenheit. Der 26-Jährige ist Autist und hat eine schwere geistige Behinderung. „Es ist manchmal nicht einfach, doch er ist mein Kind und ich liebe ihn über alles“, erklärt Elisabeth Knöllinger.

Tamara Kager, Leiterin der Offenen Behindertenarbeit (OBA) im Landkreis

Cham (Träger: Barmherzige Brüder Behindertenhilfe), weiß, wie belastend diese Pandemie-Zeiten für Familien mit behinderten Angehörigen sind. „Die Corona-Pandemie stellt uns alle vor besondere Herausforderungen und schränkt uns im Alltag ein. Wir von der OBA haben es uns zur Aufgabe gemacht, während dieser Zeit besonders für Menschen mit Behinderung da zu sein.“

Kager erklärt, was der Familienentlastende Dienst (FED) an Erleichterungen bringen kann. An die 120 Familien werden von 55 Kräften mit einer stundenweisen Betreuung ihrer behinderten Angehörigen unterstützt. Es können Ausflüge oder Spaziergänge gemacht, Einkäufe erledigt werden, oder die Betreuung findet im häuslichen Umfeld der Familie statt. „Der zeitliche Umfang und wann die Betreuung stattfindet, kann je nach Bedürfnis vereinbart werden. Der FED kann auch abends, am Wochenende und feiertags genutzt werden.“

Der Dienst richtet sich an Familien von Menschen mit Behinderung und soll Angehörige entlasten, indem die Betreuung des Menschen mit Behinderung stundenweise übernommen wird. Nach Absprache können auch nicht behinderte Geschwister mit beaufsichtigt werden. Anders als beim ersten darf der FED beim neuerlichen Lockdown angeboten werden.

Nico genoss zusammen mit Kristina Fox, die demnächst ihre Ausbildung zur Heilerziehungspflegerin abschließt, einige Stunden am Waldspielplatz in Neubäu, während seine Mama Zeit für sich und die anderen Familienmitglieder hatte.

Claudia Peinelt

Wohnen und Wohlfühlen in Waldkraiburg

Eröffnung eines neuen Hauses der Behindertenhilfe

Das ehemalige Haus Elisabeth in Malseneck wurde verkauft. Als Ersatz ist ein neues Wohnhaus mit Förderstätte in Waldkraiburg gebaut und jetzt bezogen worden. Das dreigeschossige Selbstversorgerhaus an der Duxer Straße verfügt über 24 Plätze, acht zur Ganztagsbetreuung für ältere Menschen und 16 für Förderstättengänger. Das Angebot der Förderstätte besteht derzeit aus der Kerzenzieherei und der Töpferei, die es schon in Malseneck gab. Weitere Angebote sollen folgen.

Die Kosten für den Neubau werden voraussichtlich rund 8,9 Millionen Euro betragen, die zum Teil über Fördermittel finanziert werden, rund 3,5 Millionen Euro bringen die Barmherzigen Brüder an Eigenmitteln auf.

Die ersten Bewohnerinnen haben die Einrichtung Mitte Februar bezogen. Inzwischen leben 18 ehemalige Malsenecker Bewohnerinnen und Bewohner in dem neuen Haus. In den nächsten Wochen kommen noch sechs Bewohner von außen dazu, so dass dann auf jeder Etage eine gemischte Wohngruppe mit acht Bewohnern komplett ist.

Noch ist nicht alles ausgepackt und einzelne Abläufe müssen sich noch einspielen. Insgesamt haben die Bewohner das neue Gebäude mit den hellen Einzelzimmern und Gemeinschaftsräumen – Aufenthaltsbereiche, Gemeinschaftsküche, modernes Pflegebad – jedoch gut angenommen und fühlen sich wohl. Die Bepflanzung und Gestaltung der Außenanlagen muss noch fertiggestellt werden. Ebenso wird das Foyer des Hauses, das für gemeinsame Feierlichkeiten und Gottesdienste genutzt werden soll, noch von einem Künstler gestaltet. Bis zur Segnung durch Weihbischof Bernhard Haßlberger, die stattfinden soll, sobald es die Corona-Pandemie zulässt, soll alles fertig sein.

Anneliese Oswald

Oben: Die Bewohnerinnen und Bewohner können ihre Zimmer individuell gestalten – hier zeigt Martina Ulmer ihr Zuhause.

Mitte: Blick in einen Aufenthaltsraum

Unten: Das Modellbild des Architekturbüros Winkler-Ackermann zeigt die Einrichtung mit Wohngebäude, Förderstätte und dazwischen liegendem Foyer.





Dominik Jelinski prüft, ob ausreichend Spannung an der Baugruppe in der Steuerungseinheit anliegt.

Ist all das erledigt, werden monatlich fällige Wartungen erledigt. Weil Dominik Jelinski und seine Kollegen regelmäßig rotieren, bleibt die Tätigkeit abwechslungsreich. Und da sie alle gut zusammenarbeiten, spricht er auch von echtem Teamwork: „Hier im Krankenhaus brauchst du das Team. Der Star ist nicht der Einzelne, sondern die Mannschaft. Und bei Mannschaftsleistungen kenne ich mich als ehemals offensiver Mittelfeldspieler aus.“

Betriebstechniker

Manchmal „unter Strom“

„Sehr geehrte Damen und Herren, aufgrund einschlägiger Rechtsvorschriften muss einmal monatlich die Sicherheitsstromversorgung des Krankenhauses geprüft werden. Hierfür wird es nötig die Notstromaggregate mit den Umschalteneinrichtungen einem Probelauf zu unterziehen. Dieser Probelauf wird am Mittwoch von 5.00 bis 6.00 Uhr durchgeführt. ...“

Wenn Dominik Jelinski eine E-Mail dieses Inhalts an alle Klinikmitarbeitenden verschickt, weiß er, auf wann er Mittwoch früh den Wecker stellen muss: 3.45 Uhr. Der Anlagentechniker gehört zum Betriebstechnischen Dienst am Krankenhaus St. Barbara Schwandorf. Über seine Aufgaben sagt er, dass er sie sehr vielseitig findet und dass er und seine acht Kollegen „beileibe nicht die Hausmeister vom Krankenhaus“ sind.

Für einen Hausmeister-Job hätte der junge Elektrotechnik-Meister der Fachrichtung Automatisierungstechnik nicht vor knapp zwei Jahren zum Krankenhaus St. Barbara gewechselt. Das ist klar – für ihn, aber auch für alle, denen er mit Begeisterung von seinem beruflichen Alltag erzählt. Spannend findet

er vor allem die Hightech-Ausstattung der Klinik. Allein der technische Level der rund 15 speicherprogrammierbaren Steuerungseinheiten im Neubau sowie weiterer 30 Geräte im Bestandsgebäude fordert ihn beständig.

VORAUSSCHAUENDE INSTANDHALTUNG

Werktags um 7.30 Uhr trifft sich das Team des Betriebstechnischen Leiters Markus Scheid zur Morgenbesprechung. Was steht an notwendigen Wartungen an? Welche Fremdfirmen sind im Haus? Was ist nachts passiert, musste der Bereitschaftsdienst ausrücken? Wenn sich sich einen Überblick verschafft haben, schwärmen die Betriebstechniker aus ihrer Zentrale im Untergeschoss aus. Eine Gruppe arbeitet die gemeldeten Reparaturwünsche ab, eine andere dreht die Runde im Haus, um die technischen Anlagen zu inspizieren: Elektrotechnik, Lüftungen, Heizungen, die Dampfanlage und noch vieles mehr. „Vorausschauende Instandhaltung nennen wir das, um nicht von größeren Schäden oder gar einem technischen Ausfall überrascht zu werden“, erklärt Jelinski.

KLASSIKER: NOTRUF-KNOPF IM LIFT

Nur manchmal müssen der Anlagentechniker und seine Kollegen alleine ihren Mann stehen. Dann nämlich, wenn sie im wöchentlichen Wechsel nach Dienstschluss das Bereitschaftstelefon übernehmen. Ein fast schon klassischer Fall, für den sie zum Beispiel ausrücken, ist, wenn jemand aus Versehen den Notruf-Knopf im Lift gedrückt hat. Passiert sei in seiner Zeit noch nichts. Dennoch müsse der Alarm vor Ort quittiert, die Situation geprüft und der Alarm zurückgesetzt werden.

Grund zur Aufregung gibt es selten. Jelinski erinnert sich aber an einen Anruf, der ihn um 4.30 Uhr morgens aus dem Tiefschlaf gerissen hat. Ansage: Die Feuerwehr ist auf dem Weg ins Krankenhaus. Was war passiert? „Gott sei Dank nichts“, erzählt der junge Schwandorfer, der aber beim Gedanken daran nochmals tief durchatmet. Durch das Aufheizen eines Kirschkernkissens im Kreißsaal habe der hochsensible Rauchmelder angeschlagen. „Nach so einem Dienstbeginn brauchst du wirklich keinen Kaffee mehr“, schmunzelt er. „Da steht man einfach unter Strom. Aber zum Glück ist es für unsere Arbeit hier nicht erforderlich, dass wir Blut sehen können.“

Marion Hausmann



Helles Licht in der Nacht

Wie Nachtarbeit den Schlaf von Pflegekräften negativ beeinflusst und was man dagegen tun kann

Schichtarbeit ist für jeden Betroffenen eine große Herausforderung und birgt gesundheitliche Risiken. Um das Berufsfeld Pflege attraktiver zu machen, liegt es nahe, die Arbeitsbedingungen in diesem Bereich zu verbessern. In meiner Bachelorarbeit ging ich der Frage nach: „Wie beeinflusst Nachtarbeit den Schlaf von Pflegekräften und welche Maßnahmen gibt es zur Verbesserung des Schlafs nach Nachtdiensten?“ In einer ausführlichen Literaturrecherche

in verschiedenen medizinischen und pflegerischen Fachdatenbanken suchte ich nach Studien zu dem Thema und verwendete schließlich die Ergebnisse von 13 Studien.

SCHLECHTER UND KURZER SCHLAF

In den verschiedenen Studien wurde zum Beispiel mit Fragebögen, Schlaftagebüchern, Schlafaufzeichnungsgeräten und persönlichen Interviews gearbeitet.

Es konnte nachgewiesen werden, dass Nachtdienst unterschiedliche negative Auswirkungen auf Pflegekräfte hat. Zum einen wird eine schlechtere Schlafqualität nach Nachtdiensten beschrieben. Diese äußert sich in einer längeren Einschlafzeit, aber auch in häufigerem Aufwachen während der Nacht und weniger, beziehungsweise kürzeren Tiefschlafphasen. Eine weitere negative Auswirkung ist eine kürzere Schlafdauer nach Nachtdiensten. Pflegekräfte

schlafen im Schnitt nach Nachtdiensten mindestens zwei bis drei Stunden weniger als nach Tagdiensten.

Auch leiden viele Pflegekräfte, die im Nachtdienst tätig sind, unter einem unregelmäßigen Schlafrhythmus. Gerade während Freiphasen oder Tagdienstphasen schlafen sie abends viel später ein und haben vermehrt Probleme früh aufzustehen. Weiterhin tritt häufig Müdigkeit während des Tages auf. Schließlich ist ein erhöhtes Vorkommen von Schlafstörungen bei nachtdienstarbeitenden Pflegekräften in den Studien bestätigt worden.

MAXIMAL ZWEI NACHTDIENSTE HINTEREINANDER

Welche Maßnahmen können Pflegekräfte und Arbeitgeber ergreifen, um den negativen Auswirkungen entgegenzuwirken? Eine sehr einfache, aber effektive Methode ist helles Licht während der Nachtarbeit. In den Studien wurden zum Beispiel in den Stationsstützpunkten helle Tageslichtlampen angebracht. Der natürliche Schlaf-Wach-Rhythmus, der unter anderem durch bestimmte Rezep-



Carina Schmoll hat 2020 für ihre Bachelorarbeit einen zweiten Preis des Förderpreises der Barmherzigen Brüder für Absolventinnen der Ostbayerischen Technischen Hochschule erhalten. Sie arbeitet als Gesundheits- und Krankenpflegerin auf der konservativen Intensivstation am Krankenhaus Barmherzigen Brüder Regensburg.

toren im Auge gesteuert wird, kann so getäuscht werden. Auch das Tragen von Sonnenbrillen während des Heimwegs vom Nachtdienst zum Schutz der Augen vor Helligkeit hat einen positiven Effekt auf den Schlaf nach Nachtdiensten.

Eine weitere Intervention zur Verbesserung des Schlafs von Pflegekräften nach Nachtdiensten ist eine angepasste Dienstplangestaltung. Ein vorwärts rotierender Dienstplan, also ein Wechsel von Früh- auf Spät- auf Nachtdienst wirkt sich positiv auf die Schlafqualität und die Schlafdauer aus. Zusätzlich sollten nicht mehr als zwei Nachtdienste am Stück eingeplant werden, um einen gesunden Schlafrhythmus beibehalten zu können.

Darüber hinaus können Pflegekräfte im Schichtdienst Entspannungsmethoden wie Yoga oder Meditation testen. Einer Studie zufolge konnte die Schlafqualität von Pflegekräften durch regelmäßiges Yoga verbessert werden. Schließlich werden medikamentöse Interventionen zur Verbesserung des Schlafs thematisiert. Dies ist jedoch nicht erstrebenswert – keine Pflegekraft sollte aufgrund ihres Berufes Medikamente einnehmen müssen.

Dass Nachtarbeit negative Auswirkungen auf den Schlaf von Pflegekräften hat, ist ein eindeutiges Ergebnis meiner Bachelorarbeit. Ein positiver Aspekt sind die gefundenen wirksamen Interventionen. Um sie umzusetzen, ist ein Umdenken von Arbeitgebern, Politik und Gesellschaft notwendig. Die Politik sollte die Regelungen zu Ruhezeiten, Schichtzeiten und Arbeitsschutz überarbeiten. Außerdem sollten Arbeitgeber im Bereich der betrieblichen Gesundheitsförderung keine Kosten und Mühen scheuen, ihren Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern ein speziell auf das Berufsbild zugeschnittenes Angebot zu machen. Von der Installation spezieller Lampen über Yoga-Kurse bis hin zur gezielten Beratung durch die Betriebsmedizin.

Carina Schmoll

Immer mehr Pflegebedürftige

Die Zahl der pflegebedürftigen Menschen in Bayern wird einer Berechnung zufolge bis zum Jahr 2050 auf bis zu 880.000 steigen. Das geht aus einem vom Gesundheitsministerium in Auftrag gegebenen Gutachten hervor, dessen Ergebnisse Anfang März veröffentlicht wurden. Derzeit gebe es im Freistaat rund 492.000 Pflegebedürftige (Stand Dezember 2019).

Entsprechend der Prognose erhöht sich bis 2050 auch der Bedarf an Pflegepersonal. Gebraucht würden rechnerisch zusätzlich mindestens 62.000 Vollzeit-Pflegekräfte.

Die Ergebnisse böten die Möglichkeit, erstmals bayernweite und regionalisierte Prognosen aufzustellen, erklärte Minister Klaus Holetschek. Konkret erhöhe sich etwa der Bedarf an Pflegefachpersonen in Bayern von 2.937 Fachkräften (jeweils Vollzeitäquivalente) im Jahr 2020 bereits bis 2025 auf fast 7.500 Fachkräfte und im weiteren Verlauf bis 2050 auf über 31.900. Dazu komme noch ein Bedarf von etwa ebenso vielen Pflegehilfskräften.

Holetschek rief alle Partner im Bund und in den Ländern auf, mutige und vorausschauenden Lösungen zur Stärkung der Pflege zu entwickeln. Die Pflege müsse jetzt zukunftsfest gemacht werden, denn unabhängig von der Corona-Pandemie sei sie die große Herausforderung der kommenden Jahre im Gesundheitsbereich.

Barbara Just (KNA)



Uli Doblinger mit den Klosterspatzen beim Johann-von-Gott Fest 2020 in Reichenbach ...

Mit Leidenschaft und Herzblut

Nach drei Jahrzehnten unermüdlichen Engagements geht der Reichenbacher Pastoralreferent Uli Doblinger in Ruhestand

Er hat viel bewegt und viel bewirkt. Nach fast 30 Jahren verabschiedet sich Pastoralreferent Uli Doblinger von den Barmherzigen Brüdern Reichenbach am 1. April in die Altersteilzeit. Sein Name ist mit vielen Projekten verbunden, die er stets mit Leidenschaft und viel Herzblut umgesetzt hat. Ein Meilenstein war sicherlich die Inszenierung des inklusiven Musikspiels, das er anlässlich der Seligsprechung von Frater Eustachius Kugler 2009 auf die Bühne brachte. Vermissen werden ihn viele, besonders seine Klosterspatzen: Mit dem Bewohner-Chor wurden sie zu den musikalischen Botschaftern der Einrichtung, beeindruckten und berührten mit unzähligen Konzerten, die sie mit einem gemeinsamen Auftritt mit den Regensburger Domspatzen 2016 krönten.



... und beim Johann-von-Gott-Fest 1993

Im Mittelpunkt stand für Uli Doblinger immer der Mensch – egal ob mit oder ohne Behinderung. Musikspiele, Wall-

fahrten, Besinnungstage, Ausstellungen, Gottesdienste, Fortbildungen ... alles wurde von seinem Einfühlungsvermögen und seiner Kreativität getragen. Sein unermüdliches Engagement führte ihn bis nach Rom, wo ihn die Ordensleitung in die Generalkommission für Pastoral berief. Seine Nachfolge tritt Diakon Werner Szörenyi an, der seit 4. September 2020 als Seelsorger in der Einrichtung tätig ist.

Michaela Matejka



Lockerer Plausch: Uli Doblinger 2018 mit Frater Seraphim Schorer und Waltraud Frank



BARMHERZIGE BRÜDER
Bayerische Ordensprovinz

Wir gratulieren

zum 90. Geburtstag am 17. April
Ehrenmitglied Georg Lippert

Daumen hoch für die Brüder!

10 Jahre Barmherzige Brüder bei Facebook

Vor zehn Jahren, am 4. April 2011, ging der Facebook-Auftritt der Bayerischen Ordensprovinz der Barmherzigen Brüder an den Start. Der erste Post lautete damals: „Der Orden der Barmherzigen Brüder begrüßt alle Mitarbeiter und Freunde hier auf Facebook. Wir freuen uns, nun auch hier mit Euch in Kontakt treten zu können.“ Dieser Kontakt wurde im Lauf der Jahre immer breiter, sodass uns zurzeit über 1.200 Menschen folgen. Ein herzliches Dankeschön dafür!

Den Facebook-Account betreuen Kirsten Oberhoff, Frater Magnus Morhardt (beide Provinzialat) und Miriam Zollner (Kostenz) mit regelmäßigen Beiträgen. Als feste Rubriken haben sich der „Wunsch für Deine Woche“ am Montag, „bunte“ Beiträge zum Ausklang der Arbeitswoche am Freitag sowie die spirituellen „Gedanken zum Sonntag“ bewährt. Darüber hinaus berichten wir über Ereignisse aus dem Orden der Barmherzigen Brüder in Deutschland, unserer Nachbarprovinz Österreich und weltweit. Provinztreffen, Brüdertage, Ausflüge und Professfeiern bieten passende Gelegenheiten, um die Brüder ins Bild zu setzen. Gerne auch mal durch kleine Videos, wie sie der Regensburger Konvent in den Anfangstagen von Corona beisteuerte und den Mitarbeitenden so Mut machte. Besonders beliebt sind auch Gratulationen zu Namenstagen und runden Geburtstagen.

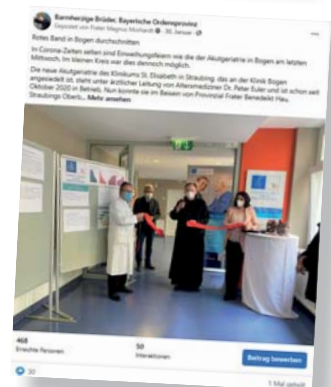
UNTERSTÜTZUNG DURCH REDAKTIONSTEAMS VOR ORT

Die vielfältige Welt der Hospitalität bilden wir mit Beiträgen aus unseren Einrichtungen ab. Die Kolleginnen und Kollegen aus den Redaktionen vor Ort liefern hier wertvolle Unterstützung und schöne Bilder. Wir blicken aber auch über den Tellerrand hinaus, etwa bei wichtigen kirchlichen und gesellschaftlichen Ereignissen, Gedenktagen oder mit TV- und Radiotipps zu Themen, die mit unserem Aufgabenbereich zu tun haben (zum Beispiel Pflege, Palliativmedizin, Obdachlosigkeit ...).

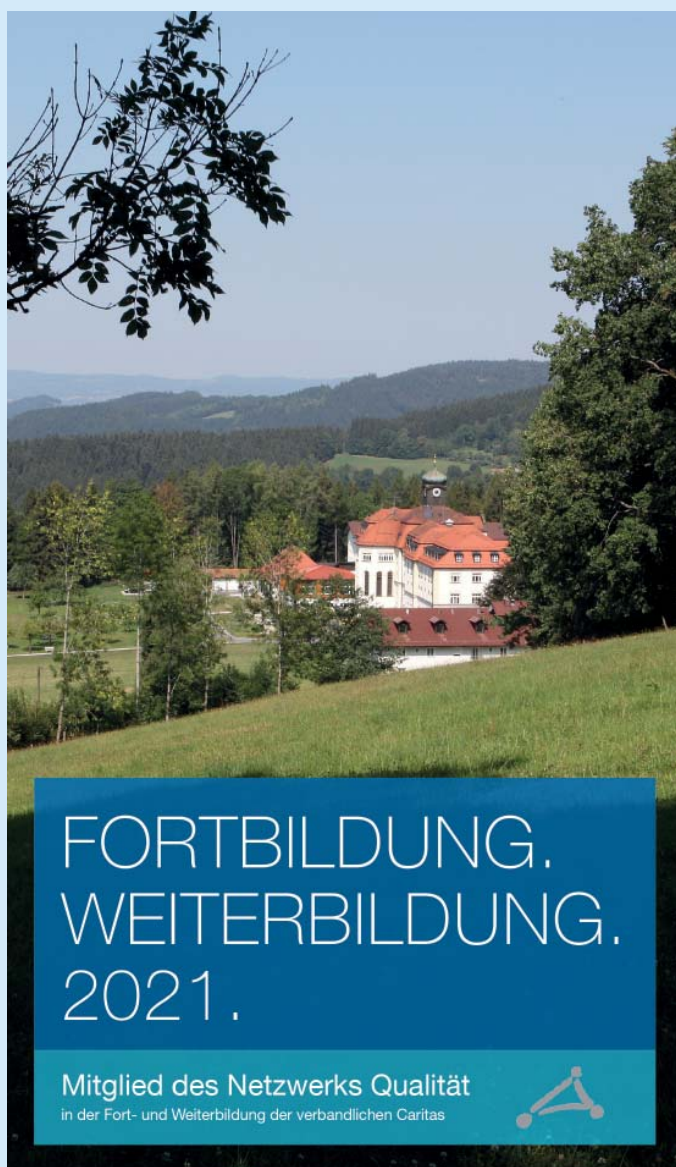
Wer den Facebook-Auftritt der Bayerischen Ordensprovinz noch nicht kennt: Auf unserer Website www.barmherzige.de gibt es einen Direktlink zur Seite. Bleiben Sie uns treu!

Frater Magnus Morhardt

Das Profilbild mit Frater Seraphim Schorer (oben), das Signet zum „Wunsch der Woche“ (unten) und diverse Posts



Vorschau Mai bis Juni



Sozialraumorientierung im Bereich Wohnen und Offene Hilfen

Termin: 03.-04.05.2021
Referent: Markus Flum
Zielgruppe: Leiter und Mitarbeitende im Bereich Wohnen für Förderstättenbesucher und Werkstattmitarbeiter sowie der Offenen Behindertenarbeit

Kraft tanken und neue Energie schöpfen für Pastoralräte

Termin: 04.-05.05.2021
Referent: Pater Thomas Väth
Zielgruppe: Pastoralräte

Einkehrtag: Mir und Gott begegnen

Termin: 05.05.2021
Referenten: Pater Thomas Väth, N.N.
Zielgruppe: Alle Interessierten

Natural Healing – Timeout statt Burnout

Termin: 10.-12.05.2021
Referenten: Silke Jäschke, Stefan Jäschke
Zielgruppe: Alle Interessierten

Schulung für Frauen-Beauftragte in der Werkstatt, Teil 6: 4 Jahre Frauen-Beauftragte:

Wir schauen zurück und nach vorne

Termin: 18.-20.05.2021
Referentinnen: Anna Rieg-Pelz, Verena Fink
Zielgruppe: Frauen-Beauftragte, deren Stellvertreterinnen und ihre Unterstützerinnen der Werkstätten in Einrichtungen der Behindertenhilfe

Wallfahrt:

Auf den Spuren des seligen Frater Eustachius Kugler

Termin: 20.05.2021
Referenten: Frater Seraphim Schorer, Pater Thomas Väth
Zielgruppe: Alle Interessierten

Achtsames Selbstmitgefühl

Termin: 08.-09.06.2021
Referentin: Katharina Kohl
Zielgruppe: Alle Interessierten

Brüche, Umbrüche, Lebensphasen – Die Kunst, mit den eigenen Ressourcen in Verbindung zu sein

Termin: 14.-15.06.2021
Referenten: Nicole Balej, Christian Heitzer
Zielgruppe: Alle Interessierten

www.barmherzige-kostenz.de

Bayernweites Krisentelefon

Barmherzige Brüder sind als Gesellschafter am Krisendienst Oberpfalz beteiligt

Laut der Studie zur Gesundheit Erwachsener in Deutschland (DEGS) des Robert-Koch-Instituts gerät ein Drittel der Bevölkerung einmal im Leben in eine psychosoziale Krise. Bundesweit leiden etwa sechs Millionen Menschen an einer Depression. Rund zehn Millionen sind von einer Angststörung betroffen. Die Anzahl von Krankschreibungen aufgrund von seelischen Erkrankungen hat sich in den letzten Jahren drastisch erhöht.

Seit 1. März ist der Krisendienst zur Soforthilfe für Menschen in psychosozialen Krisen unter der bayernweit einheitlichen Rufnummer **0800 655 3000** kostenlos erreichbar.

Nach dem Bayerischen Psychisch-Kranken-Hilfe-Gesetz muss jeder Bezirk eine entsprechende Leitstelle mit einer einheitlichen Erreichbarkeit rund um die Uhr einrichten. Die Krisendienste bieten erste Entlastung und Orientierung sowie fachkundige Beratung und Information für Betroffene, Angehörige, Bezugspersonen und Hilfesuchende aus dem sozialen Umfeld. Dazu verfügen sie über qualifizierte und kompetente Teams aus Psycholog:innen, Sozialpädagog:innen und psychiatrischen Fachpflegekräften.

Der Krisendienst Oberpfalz wird durch den Bezirk Oberpfalz und den Freistaat Bayern finanziert und hat seine Leitstelle in Schwandorf. Er steht Hilfesuchenden zunächst tagsüber, ab Juli 2021 rund um die Uhr zur Verfügung. Die Barmherzige Brüder gemeinnützige Behindertenhilfe GmbH ist einer von zwölf Gesellschaftern beim Krisendienst Oberpfalz und wird in der Gesellschafterversammlung durch den Standort Reichenbach vertreten.

Jens Scheffel, Geschäftsführer Krisendienst Oberpfalz gGmbH

Hilfe bei psychischen Krisen

**0800
/ 655
3000**

Wir sind für Sie da.

KRISENDIENSTE
BAYERN

Krisendienst
Oberpfalz

www.krisendienste.bayern

Mehr als 275.000 Euro für Velloor

In seinem Rundschreiben zum Hochfest des heiligen Johannes von Gott am 8. März hat Generalprior Pater Jesús Etayo bekannt gegeben, welche Summe der Spendenaufruf für das Missionsprojekt des Ordens im Jahr 2020 erbracht hat: Für die Einrichtung für Menschen mit Behinderung in Velloor/Indien sind insgesamt 276.318,10 Euro eingegangen – damit soll ein Frühförderungsprogramm für Kinder mit Behinderung aufgebaut werden. „Wir danken allen, die zu diesem guten Ergebnis beigetragen haben, von Herzen für ihre Großzügigkeit und Solidarität“, schreibt der Generalprior. Das Missionsprojekt 2021 soll das Zentrum der Barmherzigen Brüder in Batibó in Kamerun unterstützen, das sich in einem umkämpften Konfliktgebiet befindet. Wir werden es in einer der nächsten Ausgaben der misericordia vorstellen.

js

Buchtipps

Aug‘ in Aug‘ mit Dinosauriern und den Mauren

Wer in Corona-Zeiten weiter auf Urlaubsreisen verzichtet, für den ist die Lektüre des „Handbuchs für Zeitreisende“ von Kathrin Passig und Aleks Scholz, mit garantierter Wissensvermehrung, aktuell recht passend. Zum Träumen wären wohl eher literarische Reiseführer oder Bildbände das Richtige.

Für „ein unvergessliches Wochenende“ können Zeit-Reisende beispielsweise aus drei Vorschlägen wählen: „Granada, 1350 bis 1450; Neapel, 1750 bis 1800, oder Stonehenge, 3000 bis 2000 vor unserer Zeitrechnung.“ Ja, bei der letzten Zeitangabe würden wir wohl eher „v.Chr.“ schreiben... Geradezu verführerisch ist die Vorstellung einmal in Granada vorbeizuschauen und zwar just zu der Zeit, bevor die katholischen Könige die Stadt 1492 zurückeroberten und unser Ordensgründer Johannes von Gott (1495 bis 1550) dort ankam.

EIN WOCHENENDTRIP NACH GRANADA VOR 650 JAHREN

Viele von uns haben die Alhambra in Granada wohl schon besucht, erst seit dem 19. Jahrhundert sei dies möglich, erfahren wir und werden zunächst an die Blütezeit der Mauren auf der Iberischen Halbinsel herangeführt, als im Jahr 1232 mit dem Emirat von Granada ein neuer islamischer Staat entsteht, beherrscht von der Familie der Nasriden. Das Emirat umfasste die heutigen

Städte Granada, Malaga und Almería im Osten von Andalusien und sollte mehr als 250 Jahre überdauern, als letzter islamischer Staat in Westeuropa.

Wir bekommen den Rat etwa 650 Jahre in die Vergangenheit zu reisen, als mit der Machtübernahme von Yusuf I. im Jahre 1333 die goldene Ära von Granada beginnt und innerhalb der nächsten 20 Jahre auch die Alhambra, der Palast der Nasriden, vollendet wird. Doch wir werden zurückgepfiffen mit der Warnung: „Als Besucher sollten Sie die Pestjahre meiden und in sicherem Abstand nach 1350 zu den Mauren reisen.“ Dann wird uns ein großartiges Jahrhundert in Granada angepriesen, mit seinen 50.000 Einwohnern in etwa gleichauf mit dem damaligen Köln: „Beim Spaziergang durch das Granada der Nasriden können Sie leicht das Gefühl bekommen, immer beobachtet zu werden. Ständig ist irgendetwas weiter oben als man selbst, Terrassen, Balkone, Hügel. Die verwinkelten Gassen der Stadt wirken wie Teile eines Labyrinths...“ (...) „Im Zentrum der Stadt finden Sie die phan-



Das „Handbuch für Zeitreisende“ von Kathrin Passig und Aleks Scholz erschien 2020 im Rowohlt-Verlag Berlin zum Preis von 20 Euro.

tastische, riesige Moschee, sechzig mal hundert Meter groß. Nach 1492 wird die Moschee durch die neue Kathedrale ersetzt, darum ist sie wirklich nur in der Vergangenheit zu besichtigen.“

REISELUST AUF UNBEKANNTES

Zudem erfährt man im Buch auch die beste Reisezeit für ein Treffen mit Dinosauriern, kann bei den Weltausstellungen in London (1851) oder Paris (1900) vorbeischaun, die Planetenforscherin Maria Cunitz aus dem schlesischen Pitschen des Jahres 1650 treffen oder Zeitzeuge werden von wegweisenden



Erfindungen wie dem Fahrrad oder dem Penicillin. Mehr wird nicht verraten.

Wer sich einlässt auf das Reisen in die Vergangenheit, der bekommt in drei Kapiteln neben Reisezielen (Teil 1) Anleitungen zum Weltverbessern (Teil 2) und praktische Informationen für eigentlich alles (Teil 3), erfährt Erstaunliches und überdenkt am Ende vielleicht sogar das eigene Reiseverhalten, denn das Autorenteam hält einem oftmals recht klug einen Spiegel vor Augen. Neben einem Abschnitt über „Krankheiten und Seuchen“ der vergangenen Jahrhunderte und einer verblüffenden Parallellität zu heute kommen – ebenso vorausschauend – auch Hygienemaßnahmen und Impfungen zur Sprache.

Kirsten Oberhoff

Bei einer österlichen **Pilgerreise auf den Spuren des heiligen Johannes von Gott nach Granada** entstanden vor einigen Jahren diese Fotos (von oben): Während einer Prozession wird der Auferstandene auf einem Tragealtar durch ein Portal der Kathedrale getragen; Innenhof der Casa de los Pisa, wo Johannes von Gott starb; Turm der Johannes-von-Gott-Basilika; die berühmte Inschrift „Das Herz befehle“ über dem Tor der ersten Wirkungsstätte des Heiligen; Kapitell einer Säule der Alhambra; Panorama: Blick auf die ehemals maurische Festung Alhambra – im Hintergrund die im April noch schneebedeckten Berge der Sierra Nevada.





Mitglieder des Konvents der Abtei Windberg 2018 bei Exerzitien im Kloster Kostenz der Barmherzigen Brüder

Von einem offenen Geist geprägt

900 Jahre Prämonstratenser

2021 wird der Prämonstratenser-Orden ein ganz besonderes Weihnachtsfest feiern, denn vor genau 900 Jahren legte der heilige Norbert mit seinen Gefährten am Christtag die Profess ab. Ganz bewusst wählte der bekannte Wanderprediger dieses Datum: Vor der Krippe kniend weihte er sich im nordfranzösischen Prémontré Gott, der für uns Mensch geworden ist. Seine Gefährten verkünden bis heute diese Botschaft. „Weihnachtlich leben“ heißt: den Menschen sehen, gerade auch den schwachen und verletzlichen Menschen. Wie eben das hilfsbedürftige Kind in der Krippe zu Bethlehem.

Vor der Pfarr- und Klosterkirche Windberg wehen zum Jubiläum bunte Fahnen mit der Aufschrift „Gemeinsam – mit Gott – bei den Menschen“. Eine treffende Zusammenfassung. Prämonstratenser sind mit und zu den Menschen unterwegs, begleitet vom Segen des Himmels. Die Abteien Speinshart (Oberpfalz) und Windberg (Bayerischer Wald) prägt ein offener Geist, bei uns ist jede und jeder willkommen. Ähnlich dem Gelübde der „Hospitalität“, das die Barmherzigen Brüder versprechen.

Als „Chorherren“ liegt uns eine feierliche Liturgie am Herzen, dreimal täglich wird das Chorgebet in der Kirche gesungen, begleitet von Orgelspiel. Außer in sechs Pfarreien wirken wir seelsorglich in der Jugendbildungsstätte Windberg, bei der Bundeswehr und Bundespolizei sowie in der JVA Straubing, wir begleiten Lehramtsstudierende und den Diözesan-Frauenbund im Bistum Regensburg. In der Sprache der sozialen Medien könnten wir das Charisma der Prämonstratenser auch umschreiben: #NahAmMenschen und #GehHinSeelsorge.

VERBINDUNG ZU DEN BARMHERZIGEN BRÜDERN

Die Nähe von Windberg zum Tagungs- und Erholungshaus Kloster Kostenz legte den Grund für eine brüderliche Verbundenheit der beiden Orden: So waren Pater Roger van der Heijden (†) und Pater Simeon Rupprecht als Pfarrer von Perasdorf oft in Kostenz, Pater Ephrem van Helvoirt feierte einige Jahre



Jubiläums-Fahnen vor der Pfarr- und Klosterkirche Windberg 2021



Provinzial Frater Benedikt Hau (links) und Pater Gabriel Wolf vor der Figur des heiligen Augustinus, dem gemeinsamen Regelvater, in der Münchner Krankenhauskirche der Barmherzigen Brüder

täglich mit dem dortigen Konvent und den Hausgästen die Messe. Ich selbst durfte bereits 1993 ein Seelsorgepraktikum in der Palliativstation des Münchner Krankenhauses machen und 2016 den Barmherzigen Brüdern die Exerzitien predigen. Seit 2020 wohne ich jede Woche einige Tage im Münchner Konvent. Ich fühle mich dort wohl und habe bei den Söhnen des heiligen Johannes von Gott ein zweites Zuhause gefunden: gelebte Gastfreundschaft und herzliche Verbundenheit der Orden, die beide nach der Regel des heiligen Augustinus leben.

Pater Dr. Gabriel Wolf
(Instagram: pater.gabriel)

Die Ordensfamilie der Prämonstratenser

Weltweit gibt es rund 1.150 Prämonstratenser und 200 Schwestern, im deutschsprachigen Raum 162 Ordensmänner, 12 Ordensfrauen und 39 Tertiären (Laien, die mit dem Orden verbunden sind). In Bayern ist der Orden des heiligen Norbert in Windberg (17 Mitbrüder) mit Tochterkloster in Roggenburg (12) sowie in Speinshart (2) vertreten. Zudem arbeiten 19 Chorherren aus dem indischen Kloster Mananthavady vor allem in Pfarreien des Bistums Augsburg und 6 aus der Abtei Jamtara (ebenfalls Indien) in Süd- und Ostbayern. Schließlich leben 2 Norbertusschwestern (Dritter Orden) in Aulendorf (Baden-Württemberg).



Barmherzige Brüder weltweit

1002

Barmherzige Brüder in 22 Provinzen, einer Generaldelegatur und 6 Provinzdelegaturen gab es am **31. Dezember 2020** weltweit, das sind 23 weniger als ein Jahr zuvor. Die Zahl der Novizen ist jedoch um einen gestiegen auf 36.

23

Brüder zählte die **Bayerische Ordensprovinz** Ende 2020.

60

Jahre beträgt das **Durchschnittsalter** der Brüder weltweit, in Bayern liegt es bei 67 Jahren. Den höchsten Altersdurchschnitt mit 75 bis 77 Jahren weisen die drei spanischen Provinzen sowie die US-amerikanische (75) auf, die jüngsten Brüder mit durchschnittlich 45 bis 48 Jahren leben in Afrika, Indien und Vietnam.

176

Klösterliche Gemeinschaften

in 52 Ländern zählt die Statistik (Deutschland: 5). 93 Konvente befinden sich in Europa, 18 in Asien, 23 in Afrika, 37 in Nord- und Südamerika und 5 in Ozeanien.

404

Einrichtungen und Dienste betreibt der Orden weltweit (Deutschland: 32).



Das Dr. Teddy-Team im Videochat: Dr. Teddy (Hubert Tremel), Sebastian Reich mit Amanda, Meike Föckersperger (links) und Annika Exner

Dr. Teddy und Schwester Amanda

In der KUNO Klinik St. Hedwig in Regensburg ist ein neues, tägliches Unterhaltungsprogramm für kleine Patienten gestartet, das für alle bayerischen Kinderkliniken konzipiert wurde.

Die Stiftung für krebskranke und behinderte Kinder in Bayern (KreBeKi) hat gemeinsam mit dem Singer/Songwriter Hubert Tremel und dem Comedian und Bauchredner Sebastian Reich ein Videoformat entwickelt. Reichs berühmte Puppe, die Nilpferddame Amanda, kümmert sich in insgesamt sieben Videos als Schwester Amanda gemeinsam mit Dr. Teddy und den Moderatorinnen Meike Föckersperger und Annika Exner um Kuschtierpatienten. Auch das Klinikteam kommt in den einzelnen Videos vor und steht Dr. Teddy und Schwester Amanda beratend zur Seite.

Die Idee zu diesem Angebot hat ihren Ursprung in der Teddyklinik: Medizinstudenten in ganz Bayern laden Kinder einmal im Jahr in eine Kinderklinik vor Ort ein, um dort Kuschtiere untersuchen zu lassen. Die Kinder werden so auf eine spielerische Art mit den Abläufen im Krankenhaus vertraut gemacht. Während der Pandemie wirken selbst



Hubert Tremel spricht Dr. Teddy

Routineuntersuchungen beim Arzt durch Masken und Sicherheitsvorkehrungen für Kinder beängstigend. Die Videos vermitteln auf unterhaltsame Weise, dass sie den Frauen und Männern im weißen Kittel vertrauen können und keine Angst haben müssen.

Die Videos – für jeden Wochentag eines – können nicht nur auf dem Hauskanal der Kinderklinik, sondern auch auf der Website www.medialaune.de abgerufen werden. Jeden Freitag um 10:30 Uhr haben die kleinen Patienten dann noch die Gelegenheit, in einem Online-Videochat mit Dr. Teddy persönlich zu sprechen, mit ihm zu spielen und zu singen.

Gaby Eisenhut, Vorstandsmitglied der Stiftung KreBeKi

Impressum

Herausgeber und Verlagsinhaber:
Barmherzige Brüder
Bayerische Ordensprovinz KdÖR
Südliches Schloßbrondell 5
80638 München
Telefon: 089/1793-100
Telefax: 089/1793-120
provinzial@barmherzige.de
www.barmherzige.de

Redaktion:
Frater Benedikt Hau (verantwortlich)
provinzial@barmherzige.de
Johann Singhartinger (js)
redakteur@barmherzige.de
Kirsten Oberhoff (kio)
kirsten.oberhoff@barmherzige.de
Anschrift wie Herausgeber

Redaktion der Hauszeitschriften: Die Misericordia erscheint zum Teil mit den Hauszeitschriften unserer Einrichtungen, die für deren Inhalt selbst verantwortlich sind.

Fotos: Barmherzige Brüder Reichenbach (18), Barmherzige Brüder Waldkraiburg (14), Christine Beenken (9), Dr. Gert Bischoff (6), Monika Bischoff (7), Eileen Buchmann (17), djvstock/AdobeStock (16), Josef Graf (4-5), Thomas Harmsen (27), Marion Hausmann (12 links), Stefan Kintscher (11 unten), Karin Lüpken (10 Mitte, rechts), Frater Magnus Morhardt (25), Reginald Nicksch (8 rechts), Tanja Piermeier (12 rechts), Claudia Rehm (3), Claudia Seitz (15), Katja Semmler (11 oben), Stephanie Settles (13), Johann Singhartinger (Titel, 23 oben), Dr. Jakob Tolar (8 links), Michael Vogl (28), Thomas Vogl (10 links), Franz Wieser (22-23 unten), Pater Gabriel Wolf (24).

Verlag: Johann von Gott Verlag
Anschrift wie Herausgeber
Bayerische Hypo- und Vereinsbank
Konto Nr. 3 960 071 831
Bankleitzahl 700 202 70
IBAN: DE79 7002 0270 3960 0718 31
BIC: HYVEDEMMXXX

Layout: Johann Singhartinger

Druck: hm-Druck GmbH & Co. KG
Prinzenweg 11 a, 93047 Regensburg

73. Jahrgang
Erscheint zehn Mal jährlich.
Jahresabonnement: 16,00 Euro

RESPEKT



Die Sitzbänke vor dem Krankenhaus St. Barbara Schwandorf zeigen die fünf Ordenswerte der Barmherzigen Brüder.

FRATER SEBASTIAN FRITSCH

Heilerziehungspfleger in der Förderstätte Regensburg-Schwabelweis

RESPEKT bedeutet für mich ...

... dass ich meinem Gegenüber mit Achtung und Freundlichkeit begegne.

Was bedeutet RESPEKT im Orden der Barmherzigen Brüder?

Respekt bedeutet in unserem Orden, dass man den Menschen ganzheitlich sieht und mit ihm respektvoll und verständnisvoll umgeht. Das drückt sich aus in der Humanisierung, in der Sozialkompetenz, in der Verantwortung für und mit den Mitarbeitenden sowie für die Bewohner, Patienten und Menschen mit Behinderung. Die Verantwortung besteht auch gegenüber den Angehörigen. (*Handbuch für die Charta der Hospitalität, Seite 18*)

Wo versuchen Sie RESPEKT einzubringen oder auch einzufordern?

Respekt bringe ich in meinen Alltag ein, indem ich die Mitmenschen bei der Begegnung begrüße, egal ob es „zu Hause“ ist, also bei uns im Regensburger Krankenhaus, oder bei meiner

Arbeit in der Förderstätte. Der Respekt ist die Basis für jedes Miteinander. Im Alltag respektiere ich auch die Anliegen und Meinungen der Mitmenschen, indem ich diese annehme und darüber nachdenke, um gemeinsam zu einer guten Entscheidung oder Lösung zu kommen. Auch in meiner Arbeit, in der Betreuung von Menschen mit besonderen Bedürfnissen, ist es wichtig, den nötigen Respekt zu wahren. Dies beginnt mit dem Begrüßen und dem vollständigen Annehmen der anvertrauten Personen und deren Individualität. Dies gibt ihnen ein Gefühl von Sicherheit und Wertschätzung.

Wie aktuell ist RESPEKT in unserer Zeit?

Der Respekt ist aktuell sehr wichtig und man kann erkennen, wie mit Leid und Krankheit umgegangen wird. Ist man unfreundlich und verletzend, kann es dem Gegenüber schlechter gehen, ist man jedoch freundlich, baut man damit jene wieder auf, denen es momentan schlecht geht. Dies gelingt schon durch eine hilfreiche Geste, einen Besuch oder ein freundliches Wort. Mit Respekt lässt sich viel erreichen, man muss ihn leben und sollte ihn nicht vergessen. Ein respektvoller Umgang ist nicht schwer, man hilft seinen Mitmenschen und tut ihnen etwas Gutes.