

Leben!

Das Magazin der  **BBT-Gruppe** für Gesundheit und Soziales

Kind? Karriere? Beides!

Was sich Arbeitnehmer heute wünschen
und wie Unternehmen reagieren

ARBEIT & PSYCHE

Zwischen Sinnerfüllung und Burn-out

EINE FÜR ALLES

Vielseitiger Job: Lehrerin für Pflegeberufe



Gesundheitsholding
Tauberfranken



„Es lohnt sich!“

Menschen sind heutzutage anspruchsvoll, wenn es um ihren Job geht: Sie suchen Erfüllung und ausreichend Zeit für Familie, Freunde und Hobbys. Sie wünschen sich ein gutes Team und einen verständnisvollen Chef. Und sie möchten gern mitreden können. Für Unternehmen wie für Arbeitnehmer sind das viele Herausforderungen. Kann der Spagat gelingen?

inhalt

kurz&knapp

4 Nachrichten aus der BBT-Gruppe

titel

6 „Es lohnt sich!“

11 Gute Betreuung für die Kleinen

gesund&fit

12 Auf die Haltung kommt's an

arbeit&psyche

14 Arbeit gibt Sinn – und kann krank machen

standpunkt

18 Die Sinnsucher

nahdran

20 Nachrichten aus den Einrichtungen im Main-Tauber-Kreis

blickpunkt

24 Eine für alles

traumberuf

26 Eine besondere Gabe

rätsel&co.

30 Kinderseite

31 Kreuzworträtsel

momentmal

32 Impuls

service

34 Veranstaltungstipps und Kontakt

Arbeit gibt Sinn – und kann krank machen

Noch nach 20 Uhr schnell die Mail beantworten und auch im Urlaub auf die eine dringende Anfrage des Kollegen reagieren – wann wird aus der Leidenschaft für den Job ein gefährliches Ausbrennen? Wo verläuft der schmale Grat zwischen gesundem und krank machendem Engagement?



Eine besondere Gabe

„Der Babyflüsterer“ steht an seiner Tür, Dankschreiben füllen die Wand in seinem Behandlungszimmer, vom „besten Kinderphysiotherapeuten aller Zeiten“ spricht eine Kinderassistentenärztin – die Rede ist von Giulio Pesenti. Wer den 43-Jährigen im Caritas-Krankenhaus Bad Mergentheim erlebt, spürt, dass seine Behandlung Kinder und Eltern buchstäblich berührt.

www.bbtgruppe.de/leben





Thomas Wigant

Liebe Leserinnen
und Leser,



Eine für alles

Junge Menschen begeistern, sie beim Lernen motivieren, ihnen auch graue Theorie anschaulich vermitteln – das liebt Manuela Hartl an ihrem Job als Pflege- und Gesundheitsmanagerin am Bildungszentrum des Krankenhauses Tauberbischofsheim. Aber das ist nur die eine Seite. Als Assistentin der Schulleitung organisiert sie auch vieles im Hintergrund.



wer arbeitet eigentlich im Krankenhaus? Eine auf den ersten Blick überflüssige Frage. Natürlich Ärzte, Pflegende und andere therapeutisch mit Patienten tätige Fachkräfte. Das ist klar der Kernaufgabenbereich. Damit dieser aber zum Wohl der Menschen geschehen kann, ist viel mehr Fachkompetenz gefragt. In den Einrichtungen der Gesundheitsholding Tauberfranken, in unseren Krankenhäusern, Seniorenzentren, Medizinischen Versorgungszentren und Bildungseinrichtungen, arbeiten mehr als 2.100 Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter. Darunter unter anderem Köche, IT-Spezialisten, Sozialarbeiterinnen, Gärtner, Reinigungskräfte, Psychologen, Elektriker, Buchhalter, Diätassistentinnen, Sekretärinnen, Schreiner, Lehrkräfte, medizinische Fachangestellte und viele mehr.

Als wir vor Jahren mit Spezialisten eines großen Technologiekonzerns versucht haben, eine für alle Berufsgruppen brauchbare Fortbildungsplattform im Internet aufzubauen, scheiterte das Unternehmen. Im Projektverlauf waren zuvor über 200 berufliche Rollen identifiziert worden, was die externen Spezialisten vor eine nicht lösbare Aufgabe stellte. Sie würden, so die damalige Aussage, nur eine komplexere Struktur kennen: ein Raumfahrtprojekt. Jetzt findet aber die medizinisch-pflegerische Versorgung nicht im Weltall, sondern mit beiden Füßen auf der Erde statt. Und sie geschieht, allen Unkenrufen deutscher Gesundheitspolitik zum Trotz, zum Glück zuverlässig, dank der Menschen, die einen Gesundheitsfachberuf ergriffen haben oder ihr handwerkliches oder anderweitiges Fachwissen in den Dienst unserer Einrichtungen stellen.

Im Gesundheitswesen, egal ob in Krankenhäusern, Seniorenzentren oder in der ambulanten Versorgung, geht es um Heil und Heilung. Das griechische Verb für heilen heißt therapeuein, zu Deutsch: „Diener sein, bedienen, für etwas zu gewinnen suchen“, dann erst kommt die bekannte Bedeutung „pflegen, sorgfältig behandeln, heilen“. Therapieren ist also kein technischer Vorgang, sondern ein Beziehungsverb. Es geht erst um den Aufbau von Vertrauen als Grundlage heilender Beziehungen.

In der aktuellen Ausgabe von „Leben!“ stellen wir Ihnen einige Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter vor, die alle eines verbindet: die Leidenschaft für Menschen und die Bereitschaft, mit ihrem Know-how heilende Beziehungen zu ermöglichen – sei es unmittelbar in der Behandlung von Menschen, in der Ausbildung von Gesundheitsfachberufen oder der Sorge um die Bereitstellung der dafür benötigten Umgebung.

Ihnen eine anregende Lektüre und gute Wünsche!

Ihr

Thomas Wigant
Hausoberer Gesundheitsholding Tauberfranken

KKVD-SOZIALPREIS 2015

AUSGEZEICHNET!

Kirsten Kollig (Mitte) vom Patienten-Informationszentrum des Bröderkrankenhauses Trier nahm in Berlin die Nominierungsurkunde zum KKVD-Sozialpreis 2015 entgegen. Insgesamt 59 Initiativen hatten sich für den Preis beworben, den der Katholische Krankenhausverband Deutschlands unter dem Motto „Stadt. Land. Klinik. Regionale Gesundheitsversorgung im Wandel“ ausgeschrieben hatte. Gewinner wurde das St.-Marien-Hospital Friesoythe mit seinem Projekt „Verbesserung der Versorgung und Situation von Menschen mit geistigen Behinderungen“. Herzlichen Glückwunsch! Annette Widmann-Mauz, Parlamentarische Staatssekretärin beim Bundesminister für Gesundheit, überreichte den mit 5.000 Euro dotierten Preis im Rahmen einer KKVD-Fachtagung zu demselben Thema.



DICV TRIER FEIERT 100-JÄHRIGES BESTEHEN

JUBILÄUMSJAHR

Der Diözesan-Caritasverband Trier (DiCV) feiert 2016 sein 100-jähriges Bestehen. Das Jubiläum wird dezentral im Verbund von DiCV und der Gliederungen, der örtlichen Caritasverbände, der Personalfachverbände, der großen Träger sowie weiterer Kooperationspartner gestaltet. Unter anderem ist eine begleitende Fotoaktion mit dem Titel „10 x 10 – 100 Gesichter“ geplant. Am 19. November 2016 findet in St. Maximin in Trier ein zentraler Festakt statt.



Foto: istockphoto

STRESS!

EUROPAWEITE STUDIE UNTER ARBEITNEHMERN

STRESS, LASS NACH!

Neun von zehn Beschäftigten in Europa leiden unter Stress. Zu diesem Ergebnis kommt eine europaweit durchgeführte Umfrage unter 11.000 Arbeitnehmern. Stärker gefährdet sind demnach die Deutschen. 44 Prozent der Befragten gaben an, dass Stress in ihrer Rolle am Arbeitsplatz ein ständiger Faktor ist und sie sich „oft“ oder „sehr oft“ gestresst fühlen. Weitere 47 Prozent erklärten, dass sie gelegentlich unter Stress am Arbeitsplatz leiden. Europaweit zeigen sich Unterschiede: So erleben Polen (54 Prozent der befragten Arbeitnehmer) am häufigsten Stress, während sich Beschäftigte in den Niederlanden (35 Prozent) am wenigsten gestresst fühlen. Deutschland (50 Prozent) liegt beim Stressempfinden auf Platz zwei. Trotz eines hohen Stressniveaus geben Arbeitgeber ihren Belegschaften laut der aktuellen Erhebung offenbar kaum Hilfestellung an die Hand, um diese Belastung besser zu bewältigen: So hat ein Viertel der Beschäftigten das Gefühl, dass ihr Arbeitgeber sie nicht beim Umgang mit Stress unterstützt. Ein Fünftel (19 Prozent) äußert, dass sich ihr Arbeitgeber der hohen Stressbelastung nicht einmal bewusst ist. Schließlich geben fünf Prozent der Arbeitnehmer an, aufgrund übermäßiger Stressbelastung über einen Arbeitsplatzwechsel nachzudenken. Für die Forschungsstudie „The 2015 Workforce View in Europe“ hatte ADP, ein Anbieter von Human-Capital-Management-Lösungen, mehr als 11.000 Berufstätige in acht verschiedenen Regionen Europas befragt.

KIRCHLICHE VERBÄNDE FÜR GENERALISTISCHE PFLEGEAUSBILDUNG

„GEWINN FÜR ALLE“

Die Christlichen Krankenhäuser in Deutschland (CKiD) sprechen sich gemeinsam mit Diakonie und Caritas und ihren Fachverbänden in der Altenpflege für eine zukunftsfähige generalistische Pflegeausbildung aus. Dieser Position schließt sich auch die BBT-Gruppe an: „Die generalistische Pflegeausbildung begrüßen wir als zentrale Innovation für die Pflege“, betont BBT-Geschäftsführer Matthias Warmuth. „Wenn auch die praktische Umsetzung in der Ausbildung gelingt, ist sie eine Chance für die Mitarbeitenden sowie für alle Menschen, die auf eine qualifizierte Pflege angewiesen sind. Pflegekräfte gewinnen durch eine sektorübergreifende Ausbildung an Flexibilität in ihrer beruflichen Ausbildung und Entwicklung. Wir alle gewinnen durch die Vernetzung von Alten-, Kinder- und Krankenpflege, aber auch der Pflege in der Psychiatrie, weil wir uns in Zukunft auf eine an unseren individuellen Bedürfnissen orientierte Pflege verlassen können.“

Der demografische Wandel hat den Versorgungsbedarf pflegebedürftiger Menschen verändert: Stationäre Pflegeeinrichtungen und ambulante Pflegedienste versorgen heute immer mehr ältere Menschen mit umfangreichem medizinischem und pflegerischem Bedarf. Durch die wachsende Anzahl multimorbider älterer Patienten in den Krankenhäusern nehmen zugleich die Anforderungen an sozialpflegerische und gerontologische Kenntnisse in der Akutversorgung zu. Nur ein generalistisches Bildungskonzept bilde alle Kompetenzen ab, die für die zusammenwachsenden Aufgabenbereiche benötigt würden, sind sich die Verbände sicher. Das Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend und das Bundesministerium für Gesundheit legten in gemeinsamer Federführung einen Entwurf für ein Pflegeberufegesetz mit dem Ziel vor, die Pflegeberufe weiterzuentwickeln, inhaltliche Qualitätsverbesserungen vorzunehmen und die Attraktivität des Beschäftigungsfeldes zu steigern; das Gesetz soll noch in diesem Jahr verabschiedet werden. Fast jeder zweite Ausbildungsplatz in der Gesundheits- und (Kinder-)Krankenpflege befindet sich heute in einem christlichen Krankenhaus. Hinzu kommen rund 200 Altenpflegeschulen in Caritas und Diakonie.



GESETZGEBUNG ZUR STERBEBEGLEITUNG

BBT-GRUPPE BEGRÜSST BUNDESTAGSBESCHLUSS

Die BBT-Gruppe begrüßt das Verbot der geschäftsmäßigen Beihilfe zum Suizid. Durch dieses Verbot wird klar verdeutlicht: Der assistierte Suizid soll in Deutschland keine Normalität werden. Der gesellschaftliche Druck auf Schwerstkranke wird auf diese Weise gemindert. Die Gefahr der fremdbestimmenden Einflussnahme in Situationen, in denen die Selbstbestimmung des Menschen eingeschränkt sein kann, wird reduziert. Die Selbstbestimmung des Einzelnen und der Schutz des menschlichen Lebens bleiben durch die neue gesetzliche Regelung gleichermaßen gewahrt. Nach einer erneuten engagierten und ernsthaften Debatte hatte der Bundestag am 6. November 2015 beschlossen, dass künftig die geschäftsmäßig organisierte und die gewerbliche Beihilfe zur Selbsttötung verboten sein werden. Große Übereinstimmung herrschte bei allen Abgeordneten der unterschiedlichen Fraktionen im Hinblick auf den notwendigen weiteren Ausbau einer guten Hospiz- und Palliativversorgung. Bereits im Sommer 2015 hatte sich die BBT-Gruppe gemeinsam mit neun anderen großen christlichen Trägern des Gesundheits- und Sozialwesens mit dem Dokument „An der Seite des Lebens“ deutlich positioniert. Der Ausbau der Palliativversorgung hat als wichtiges Anliegen christlicher Träger auch für die BBT-Gruppe herausragende Bedeutung.



TIPPS FÜR ELTERN: DAS GEHÖRT IN DIE BROTDOSE

BUNT UND GESUND

Graue Zellen brauchen Energie. Das ist für Kinder gleichermaßen wichtig wie für Erwachsene. Doch es sollten die richtigen Quellen sein. Schoko-Knusper-Riegel und Apfelschorle liefern viel Zucker und lassen den Blutzuckerspiegel rasant ansteigen. Der Körper reguliert schnell gegen, der Blutzuckerspiegel rutscht unter Normalniveau, und es kommt zu einem Leistungstief. Was in die Brotdose gehört, hat die Deutsche Herzstiftung in einem Faltblatt mit Wissenswertem zu Vollkorn & Co. sowie Anregungen für den gesunden Pausensnack zusammengestellt.



Mehr Informationen und das Faltblatt „Mehr Farbe für das Pausenbrot“ zum Download unter www.herzstiftung.de/broschueren.html



„ES LOHNT SICH!“



Menschen sind heutzutage anspruchsvoll, wenn es um ihren Job geht: Sie suchen Erfüllung und ausreichend Zeit für Familie, Freunde und Hobbys. Sie wünschen sich ein gutes Team und einen verständnisvollen Chef. Und sie möchten gern mitreden können. Für Unternehmen wie für Arbeitnehmer sind das viele Herausforderungen. Kann der Spagat gelingen?

„Hallo Ma!“ Mit strahlendem Lächeln und fröhlich wippendem Pferdeschwanz läuft Hanna aus der Schultür. Rasch den Ranzen absetzen, Mama umarmen, ein letztes Mal der besten Freundin winken – dann stapft die Sechsjährige los. „Schnell, Mama, sonst kommen wir zu spät. Finley wartet schon.“ Zum Glück ist es nicht weit zum Kindergarten. Hanna stürmt die Stufen hoch, doch der kleine Bruder hat seine Jacke noch gar nicht angezogen. „Komm“, ermahnt ihn die große Schwester, „wir müssen los. Ich habe Hunger.“

Es ist Donnerstag. Und donnerstags ist Mamatag bei Familie Mendryscha. Da arbeitet Mutter Kerstin nicht und holt die beiden jüngeren Kinder schon mittags von Schule und Kindergarten ab. Nur der Große, der Zehnjährige, kommt auch an diesem Tag erst um 17 Uhr nach Hause. Kerstin Mendryscha genießt diese Tage. „Meine Familie ist mein sicherer Hafen“, erzählt die junge Frau und lacht. „Sie entschleunigt mich und hilft mir, Abstand zu gewinnen vom Berufsalltag.“



Den Umgang mit Menschen liebt Kerstin Mendryscha besonders an ihrem Beruf.

AUF DER ZIELGERADEN

Dieser spielt sich im Brüderkrankenhaus in Trier ab. Die 35-Jährige arbeitet dort als Assistenzärztin in der Chirurgie. Es ist ihre vorletzte Station in der Ausbildung zur Fachärztin für Orthopädie und Unfallchirurgie. Die Weiterbildung hat sich durch Mutterschutz und Elternzeiten immer wieder verlängert. Jetzt aber ist Kerstin Mendryscha auf der Zielgeraden. „Es war ein langer Weg, und ein gutes Stück liegt noch vor mir“, sagt die junge Ärztin. „Aber ich spüre jeden Tag: Es lohnt sich!“

Am Arztberuf fasziniert die junge Frau vor allem der Umgang mit Menschen. „Wir haben ja jeden Tag mit ganz unterschiedlichen Charakteren zu tun“, erzählt sie und strahlt schon wieder. Diesen Menschen zu helfen, motiviert sie, auch wenn die Schichten manch-

Fußball, Ballett, Schlagzeug, gemeinsam lachen, spielen und tausend Dinge mehr: Mit den passenden Arbeitszeiten und einer guten Struktur schafft Kerstin Mendryscha, vieles unter einen Hut zu bekommen.

Job oder Kinder? Beides geht, war sich die junge Ärztin immer sicher.

mal lang und stressig und die Nachtdienste unruhig sind. „Natürlich komme ich manchmal an meine Grenzen, vor allem, wenn ich nachts kaum geschlafen habe. Aber wenn ich einen Patienten, dem es vor ein paar Tagen noch richtig schlecht ging, plötzlich über den Flur laufen sehe, dann weiß ich, dass ich an der richtigen Stelle bin“, sagt Kerstin Mendryscha. Und der Satz klingt bei ihr gar nicht pathetisch.

„ICH MÖCHTE MEINEN BERUF AUSÜBEN“

Familie und Beruf miteinander zu vereinbaren, das war Kerstin Mendryscha von Anfang an ein hohes Ziel. Aufgewachsen im Ostteil von Berlin, hat sie dieses Familienmodell schon bei den eigenen Eltern erlebt – und als positiv erfahren. Erst Karriere, dann vielleicht noch Kinder, das war für sie nie eine Option. Doch auch ein Leben als Vollzeitfrau und -mutter kam für die dynamische Ärztin nie infrage. „Ich habe viel Schweiß und Blut in mein Studium investiert, dann möchte ich meinen Beruf auch ausüben.“



Mit ihrer Haltung liegt Kerstin Mendryscha voll im Trend. Junge Arbeitnehmer – das bestätigen zahlreiche Umfragen – suchen im Job vor allem Erfüllung. „Arbeiten, nur um Geld zu verdienen,





das haben die Eltern und Großeltern gemacht“, erklärt Susanne Böhlich, Professorin für Internationales Management an der Internationalen Hochschule Bad Honnef-Bonn. „Junge Leute wollen ihr Leben genießen, und zwar jetzt“, betont die Volkswirtschaftlerin, zu deren beruflichen Stationen unter anderem McKinsey und die Deutsche Post DHL zählen. Deshalb erwarten sie von ihrem Arbeitgeber auch Freiräume und Flexibilität, um sich neben der Arbeit ausreichend der Familie widmen zu können. „Familie und Freunde sind für die junge Generation ein zentraler Bestandteil des Lebens“, erklärt Sabine Bleumortier, Beraterin und langjährige Ausbildungsleiterin bei der Infineon Technologies AG.

Überstunden zu machen sei für junge Arbeitnehmer kein Problem, so lange sie möglichst rasch durch Freizeit



GUTE FÜHRUNG UND FLEXIBLE ARBEITSZEITMODELLE

Giselher Dick leitet den Zentralbereich Personal der BBT-Gruppe. Was ist Arbeitnehmern heute wichtig und was heißt das für Unternehmen?

Herr Dick, die Arbeitswelt wandelt sich. Junge Arbeitnehmer haben andere Erwartungen an den Job als frühere Generationen. Wie erleben Sie das?

Allgemein gilt, wenn sich junge Leute erstmals für ein Unternehmen interessieren, dann sind ihnen Arbeitsinhalte, Entwicklungsmöglichkeiten und Arbeitszeiten wichtig, aber auch das Image des Unternehmens. Wenn die Menschen dann eine Zeit lang bei uns sind, verschieben sich die Schwerpunkte. Das Image des Unternehmens rückt in den Hintergrund und andere Themen werden wichtiger. Neben der Möglichkeit, sich zu entfalten und einzubringen, legen insbesondere jüngere Mitarbeiter viel Wert auf eine gute Kommunikation und Zusammenarbeit im Team. Auch das Thema Führung gewinnt deutlich an Bedeutung. Gerade jüngere Mitarbeiter haben da klare Erwartungen. Sie wünschen sich eine transparente Kommunikation, Verbindlichkeit und sie erwarten, dass ihre Führungskraft auf sie persönlich eingeht. Und nicht zuletzt, dass Job und Familie vereinbar sind.

Zwar ist es selten geworden, dass Arbeitnehmer über Jahrzehnte einem Arbeitgeber die Treue halten. Dennoch wollen Sie sicher junge kompetente Kräfte auch langfristig binden. Welche Maßnahmen ergreift die BBT-Gruppe?

Zunächst einmal schaffen wir Rahmenbedingungen, die es unseren Mitarbeitern ermöglichen, in Medizin, Pflege und der Alten- und Behindertenhilfe mit Freude sehr gute Leistungen zu erbringen. Die Stichworte hierzu sind: gute Arbeitsorganisation, attraktive Vergütung, gute Führung und Entwicklungsmöglichkeiten. Entscheidend für die Bindung von guten Mitarbeitern ist eine gute Führung.

Dazu erwarten wir von unseren Führungskräften, dass sie im Dialog mit ihren Mitarbeitern bleiben. Zentrales Instrument hierfür ist das Mitarbeitergespräch, in dem wir auch das Entwicklungspotenzial und die Entwicklungswünsche der Mitarbeiter ausloten. Die Ergebnisse sind Grundlage für die weitere Personalentwicklung und -planung.

Sie haben es schon angesprochen: Die Vereinbarkeit von Beruf und Familie ist heute sehr wichtig. Nun gelten gerade Gesundheits- und Pflegeberufe mit ihren Schichtdiensten nicht als besonders familienfreundlich. Wie gelingt hier eine gute Balance?

Da wir immer eine 24-stündige Versorgung unserer Patienten und Bewohner sicherstellen müssen, werden wir immer Schicht-, Bereitschafts- und Rufdienste haben. Um die Familienfreundlichkeit zu erhöhen, brauchen wir vor allen Dingen verbindliche Arbeitszeiten und Arbeitszeitmodelle sowie Angebote der Kinderbetreuung. Da hat sich in den vergangenen Jahren schon viel getan. Die Arbeitszeiten von Medizinern haben sich deutlich verkürzt, und wir haben verbindliche Arbeitszeitmodelle eingeführt. Auch gelingt es uns zunehmend gut, auf die Bedürfnisse von Teilzeitkräften einzugehen. Das Fortschreiten der Feminisierung der Medizin wird uns hinsichtlich der Integration von Teilzeitkräften weiter vor große Herausforderungen stellen, für die wir intelligente Lösungen finden werden. Schon heute bieten viele unserer Einrichtungen Möglichkeiten der Kinderbetreuung an. Ich bin mir sicher, dass wir zukünftig unser Angebot noch weiter differenzieren und gegebenenfalls ausbauen müssen.



Chef und Kollegen seien ihr sehr entgegengekommen, damit sich Beruf und Familie gut vereinbaren lassen, sagt Kerstin Mendryscha.

ausgeglichen werden. Nach Büroschluss noch eine E-Mail beantworten? Auch das stellt kein Problem dar. „Ebenso selbstverständlich ist es aber für einen jungen Angestellten, nachmittags bei der Schultheateraufführung des Sohnes dabei zu sein“, betont Bleumortier.

MITBESTIMMEN UND FORDERN

Und noch etwas beobachtet die Beraterin: „Für die junge Generation ist es eine Selbstverständlichkeit, dass sie mit-

bestimmen und Forderungen stellen können.“ Das bestätigt auch Professor Böhlich. „Die Devise, nur wer 80 Stunden pro Woche arbeitet, ist cool, funktioniert heute nicht mehr. Wenn der Chef so etwas sagt, dann springen junge Arbeitnehmer schnell ab.“

Auch Kerstin Mendryscha hat lange Gespräche mit ihrem Chef geführt, um ihre Vorstellung von der Vereinbarkeit von Beruf und Familie realisieren zu können – in einem Arbeitsfeld, das gemeinhin nicht als familienfreundlich

gilt. „Ich musste schon hinterher sein“, nennt sie es in der Rückschau. Letztlich hätten aber alle Beteiligten großes Entgegenkommen gezeigt. So hatte Kerstin Mendryscha über einen längeren Zeitraum recht unkonventionelle Schichten, hat in einer Woche an drei, in der nächsten nur an zwei Tagen gearbeitet. Das war auch eine Umstellung für die Kollegen. „Den einen oder anderen musste ich ein paar Mal daran erinnern, dass ich an manchen Tagen schon um 16 Uhr gehe“, erinnert sie sich. Dennoch: Vom Team fühlt sich Kerstin Mendryscha jederzeit getragen. „Einige Kollegen sind mit den Jahren zu Freunden geworden.“

Ob sie glücklich ist? Diese Frage beantwortet Kerstin Mendryscha mit einem klaren Ja – auch wenn die Tage oft turbulent sind. Sie übe ihren Traumberuf aus, habe drei wundervolle Kinder, einen Ehemann, „der glücklicherweise nicht im Schichtdienst arbeitet“, und ein Haus im Grünen. Sie nimmt sich Zeit für Hobbys – Schlagzeug und Pilates – und engagiert sich noch im Förderverein der Grundschule. „Manchmal frage ich mich selbst, wie ich das alles schaffe“, sagt sie. Aber der Gedanke ist schnell verfliegen und dann lacht sie wieder ihr herzliches, ansteckendes Lachen, schnappt sich ein Brötchen aus schnelles Mittagessen und fährt Tochter Hanna zum Ballettunterricht. ■

Über die Hälfte der Arbeitnehmer in Deutschland arbeiten mindestens 40 Stunden pro Woche, aber nur 29 Prozent wünschen dies auch so.

54 Prozent der Arbeitnehmer wünschen sich Freiraum bei der Gestaltung ihrer Wochenarbeitszeit – aber nur 28 Prozent haben ihn.

32 Prozent der Arbeitnehmer finden es legitim, dass der Chef auch mal Überstunden erwartet – bei 45 Prozent erwartet er es tatsächlich.

32 Prozent der Arbeitnehmer würden ein geringeres Gehalt in Kauf nehmen, wenn die Arbeitsatmosphäre stimmt; bei den unter 35-Jährigen sind es 37 Prozent.

58 Prozent der Jugendlichen wollen im Beruf eigene Ideen einbringen, 48 Prozent wünschen sich genügend Freizeit, nur 33 Prozent ein hohes Einkommen.

91 Prozent der Jugendlichen sagen: Familie und Kinder dürfen neben dem Beruf nicht zu kurz kommen.

Lernen Sie Kerstin Mendryscha und ihre Familie im Film kennen:
www.bbtgruppe.de/leben



Gute Betreuung für die Kleinen

Wer noch jüngere Kinder hat und berufstätig ist, ist auf eine gute Betreuung angewiesen. Das Caritas-Krankenhaus bietet daher seinen Mitarbeitenden eine flexible Lösung mit der Krabbelwiese Kunterbunt.

Die Vereinbarkeit von Familie und Beruf und vor allem eine gute Kinderbetreuung sind gerade für junge Familien wichtige Themen. Seit 2008 bietet die Kita Kunterbunt auf dem Gelände des Caritas-Krankenhauses eine Betreuung für Kinder bis drei Jahren an. In dem Neubau mit hellen und großzügigen Räumen können 40 Kinder, aufgeteilt in vier Gruppen, ab einem Alter von sechs Monaten toben und spielen.

Die flexiblen Betreuungszeiten passen sich den Bedürfnissen der Eltern an: An 51 Wochen im Jahr hat die Krabbelwiese Kunterbunt von 7 bis 17 Uhr geöffnet. Zusätzliche Betreuungszeiten sind nach Vereinbarung möglich. Ausfallzeiten durch Urlaub, Krankheit oder Ferien müssen nicht überbrückt werden. Die Kinder werden von qualifizier-



tem, fest angestelltem Personal liebevoll betreut und individuell gefördert. Träger ist der gemeinnützige Verein Kinderzentren Kunterbunt, der auch in anderen Städten Kindertageseinrichtungen unterhält.

Beruf und Familie leben

Auch in den Sommerferien gibt es – gemeinsam mit der Firma Roto – ein Betreuungsangebot für Kinder von Mitarbeitenden bis zwölf Jahren. Außerdem ermöglichen unterschiedliche Teilzeitmodelle den Mitarbeitenden im Caritas-Krankenhaus und im Krankenhaus Tauberbischofsheim, Beruf und Familie zu leben. Das gilt nicht nur für die Betreuung von Kindern, sondern auch von pflegebedürftigen Angehörigen.



Kontakt:

Krabbelwiese Kunterbunt



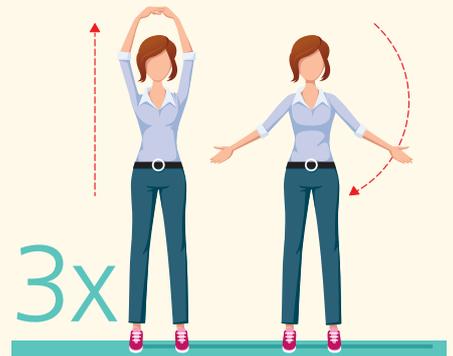
Uhlandstraße 25
97980 Bad Mergentheim
Tel.: 07931/96833-44
www.kinderzentren.de



5 ÜBUNGEN FÜR DIE LOCKERUNG ZWISCHENDURCH



Sitzen. Den Kopf gegen den Widerstand der Hand nach vorne neigen. Die Stellung ca. sieben Sekunden halten.



Stehen. Die Hände vor dem Becken gefaltet. Die gestreckten Arme über den Kopf hochbringen. Hier die Hände öffnen und die Arme über die Seite wieder in die Ausgangsstellung zurückbringen.

Auf die Haltung kommt's an

GERLINDE FISCHER GIBT TIPPS FÜR GESUNDES ARBEITEN

Jeder Arbeitsplatz hat seine Tücken. Maler beanspruchen Arme und Schultern im Übermaß. Fliesenleger die Knie. Gesundheits- und Krankenpfleger belasten ihren Rücken – wie auch die Büroangestellten und diese ihre Augen bei der Bildschirmarbeit gleich mit. Ist der Arbeitsraum richtig gestaltet, können Haltungsschäden vermieden werden. Eine Arbeitsplatzberatung kann da helfen.

Gerlinde Fischer ist ErgoPhysConsult®. Die Physiotherapeutin im St.-Marien-Hospital Marsberg hat eine Zusatzausbildung absolviert und hilft nun Menschen, am Arbeitsplatz anatomisch korrekt Haltung zu bewahren. Dazu schaut sie sich Arbeitsplatz und Mitarbeitende in Aktion an, analysiert Arbeitsumgebung und Abläufe und gibt Arbeitgebern und Arbeitnehmern zum Abschluss ihrer Besuche eine Vorschlagsliste mit Veränderungen. „Das können kleine Maßnahmen wie eine Fußbank unter dem Schreibtisch oder auch ein Trainingsplan zur Stärkung der Muskulatur sein“, sagt Fischer. Oft kann die Therapeutin so Belastungen

Ansprechpartner:
St.-Marien-Hospital Marsberg



Gerlinde Fischer
Physiotherapeutin,
ErgoPhysConsult®,
physiotherapeutische
Arbeitsplatzberatung
Tel.: 02992/605-4009
g.fischer@bk-marsberg.de

reduzieren und deutliche Verbesserung erzielen. Bei einem Besuch fand sie beispielsweise einen flimmernden Bildschirm bei einer migränegeplagten Mitarbeiterin vor. Kaum war der Monitor ausgetauscht, ließ die Migränehäufigkeit nach. „Mit der richtigen Haltung und den richtigen Arbeitsmaterialien kann man viel bewirken. Aber die wirkliche Veränderung kommt aus einem selbst heraus“, berichtet die Physiotherapeutin aus ihrer langjährigen Erfahrung. „Wenn ich mich trotz aller Beratung zum Beispiel weiterhin aus dem Rücken und nicht aus den Knien bücke, gibt irgendwann selbst die stärkste Bandscheibe nach.“



Vor der offenen Tür stehen. Beidseits an der Türklinke festhalten. In die Hocke gehen und dabei den Rücken dehnen. Ca. 20 Sekunden dehnen.



Sitzen oder stehen. Die Hände falten. Während des Ausatmens die Hals- und Brustwirbelsäule durch das Armgewicht nach vorne neigen lassen. Ca. 20 Sekunden dehnen.



Grätschstellung. Knie gebeugt. Knie und Fußspitzen zeigen nach außen. Die Beine strecken, wobei der Rücken gerade und das Becken aufgerichtet bleibt.



Foto: John Dow /photocase.com

ARBEIT GIBT SINN — und kann krank machen

Noch nach 20 Uhr schnell die Mail beantworten und auch im Urlaub auf die eine dringende Anfrage des Kollegen reagieren – wann wird aus der Leidenschaft für den Job ein gefährliches Ausbrennen? Dr. Bernd Balzer, Chefarzt der BBT-Fachklinik für Psychiatrie und Psychotherapie in Saffig, und Dr. Birgit Albs-Fichtenberg, Leiterin des Fachpsychologischen Zentrums am Brüderkrankenhaus in Trier, erklären, wo der schmale Grat zwischen gesundem und krank machendem Engagement verläuft.



» Eine erfüllende Arbeit trägt ganz entscheidend dazu bei, dass wir das Leben als sinnvoll empfinden.

Dr. Birgit Albs-Fichtenberg

Auf sich hören und merken, wenn sich das „Hamsterrad“ zu schnell dreht – das müssen viele Menschen erst wieder lernen, meint Dr. Birgit Albs-Fichtenberg.

Viele Arbeitnehmer verbringen jede Woche zwischen 35 und 40 Stunden an ihrem Arbeitsplatz. Wie wichtig ist es für die Psyche, dass die Arbeit dort erfüllend ist?

Balzer: Beim Arbeiten geht es ja nicht nur ums Geldverdienen. Über die Arbeit bekommen wir eine Tagesstruktur, am Arbeitsplatz pflegen wir soziale Kontakte, in unserer Arbeit können wir uns – im Idealfall – selbst verwirklichen. Es ist also wichtig, dass wir unsere Arbeit als erfüllend empfinden, denn sie steuert bis zu einem gewissen Grad auch unser Selbstbewusstsein.

Albs-Fichtenberg: Dem kann ich mich nur anschließen. Arbeit ist sinnstiftend. Eine erfüllende Arbeit trägt ganz entscheidend dazu bei, dass wir das Leben als sinnvoll empfinden. Und das ist enorm wichtig für unsere Psyche.

Und welche Faktoren tragen dazu bei, dass wir unsere Arbeit als erfüllend erleben?

Balzer: Es braucht Erfolgserlebnisse. Menschen wollen Lob und Anerkennung, denn das motiviert.

Albs-Fichtenberg: Wichtig ist ein gutes Arbeitsklima unter den Kollegen, aber auch eine gerechte Entlohnung. Und natürlich können Führungskräfte diesbezüglich eine Menge tun.

Sie können für ein partnerschaftliches und wertschätzendes Betriebsklima sorgen, sie können dem Mitarbeiter Einfluss auf die Gestaltung seiner Arbeit einräumen. Wenn das gewährleistet ist, empfinden Mitarbeiter auch eine anstrengende Tätigkeit als erfüllend.

Aber nicht alles hängt vom Chef ab. Was können wir selber tun, um Erfüllung im Job zu finden?

Albs-Fichtenberg: Entscheidend ist schon die Wahl der Arbeitsstätte. Was wir tun, muss zu unserer Persönlichkeit und unseren Wertvorstellungen passen.

Balzer: Es ist aber auch wichtig, dass wir realistisch bleiben und unsere Ansprüche nicht zu hochschrauben. Niemand wird alle seine Wünsche an seiner Arbeitsstelle erfüllt bekommen. Abgesehen davon hängt es vom Einzelnen ab, wie wichtig es ihm tatsächlich ist, die große Erfüllung in seiner Arbeit zu finden.

Job und Freizeit vermischen sich heute immer mehr. Auch nach Büroschluss beantworten viele noch Mails, umgekehrt nehmen sie sich schon mal frei, um das Kind von der Kita abzuholen. Ist diese Flexibilisierung Segen oder Fluch?

Albs-Fichtenberg: Eine Flexibilisierung ist positiv, eine unregulierte Erreichbarkeit sehen Psychologen und Psychiater eher kritisch. Die ständige Erreichbarkeit führt dazu, dass es keine fest abgegrenzten Erholungsphasen mehr gibt, dass sich viele Arbeitnehmer in einem ständigen Stand-by-Modus befinden. Dies erhöht das Risiko einer chronischen Erschöpfung.

Es gibt aber Menschen, denen das nichts auszumachen scheint. Sie brennen so sehr für ihren Job, dass sie kein Problem damit haben, länger im Büro zu bleiben oder am Wochenende zu arbeiten. Wo endet die gesunde Begeisterung und wo beginnt die Gefahr, auszubrennen?

Balzer: Es ist schwer, hier allgemeingültige Regeln aufzustellen. Jeder Mensch muss für sich herausfinden, wo die Grenze seiner Leistungsfähigkeit und seiner psychischen Belastbarkeit liegt. Entscheidend ist auch der Zeitfaktor. Wir alle kennen Fälle, in denen diese Grenze kurzfristig überschritten wurde. Wenn das aber zum Dauerzustand wird, dann sollte man die Notbremse ziehen.

Burn-out scheint schon fast eine Volkskrankheit zu sein. Brennen die Menschen heute schneller aus als früher oder ist die Arbeitswelt so viel fordernder geworden?



Dr. Bernd Balzer empfiehlt das Pflegen von Hobbys, Sport oder Entspannungstechniken, um besser abschalten zu können.

Albs-Fichtenberg: Ich denke nicht, dass die Menschen schneller ausbrennen. Aber es gibt in unserer Gesellschaft eine größere Offenheit, über psychische Probleme zu sprechen. Zugleich sind die Anforderungen an junge Arbeitnehmer enorm gestiegen. Über die ständige Erreichbarkeit haben wir ja schon gesprochen. Hinzu kommen in vielen Branchen unsichere Arbeitsverhältnisse, etwa das Problem der befristeten Verträge. Ein weiteres Problem ist die rasante technische Entwicklung, mit der die Leute mithalten müssen. Ganz zu schweigen von der Vereinbarkeit von Beruf und Familie, die ja als hohes gesellschaftliches Ziel gilt. Nicht umsonst liegt die Burn-out-Rate bei den 30- bis 50-Jährigen am höchsten.

Was können Frühwarnzeichen für Burn-out sein?

Balzer: Zunächst einmal muss ich betonen: Burn-out ist keine medizinische Diagnose und daher auch kein offiziell in der Psychiatrie verwendeter Begriff. Es ist eher ein subjektives Krankheitsgefühl, das Patienten mit diesem Begriff bezeichnen.

Albs-Fichtenberg: Für die Praxis bedeutet das: Burn-out hat viele Gesichter und geht mit teils sehr unterschiedlichen Beschwerden einher. Warnzeichen sind etwa dauerndes Nachgrübeln,

das Gefühl, nicht mehr abschalten zu können, Schlafstörungen, Konzentrationsprobleme, Unruhe und ständige Gereiztheit.

Was raten Sie einem Patienten, der diese Gefahr erkennt?

Balzer: Aus ärztlicher Sicht muss ich darauf hinweisen, dass Arbeit nicht zulasten der Gesundheit gehen darf. Wenn diese Gefahr droht, muss man beruflich zurückschrauben, sei es, dass man keine Überstunden mehr macht oder mal einen längeren Urlaub plant. Lässt sich das Problem so nicht beseitigen, dann muss man therapeutisch tiefer gehen. Da geht es dann um Fragen der Persönlichkeitsstruktur: Wie geht der Patient mit Belastungen um? Wie ist das Verhältnis zu Kollegen und Vorgesetzten? Kann der Patient auch mal Nein sagen oder lässt er sich alles gefallen?

Albs-Fichtenberg: Wichtig ist in dem Zusammenhang auch das Thema Selbstfürsorge. Viele Menschen sind so sehr in einem Hamsterrad gefangen, dass sie gar nicht mehr merken, wie schlecht es ihnen geht. Sie müssen ganz neu lernen, in sich hineinzuhören, Energiefresser auszumachen und umgekehrt Momente zu finden, in denen sie wieder Energie tanken können.

» Jeder Mensch muss für sich herausfinden, wo die Grenze seiner Leistungsfähigkeit und seiner psychischen Belastbarkeit liegt.

Dr. Bernd Balzer

Nun ist es nicht immer vermeidbar, dass man berufliche Probleme noch in den Feierabend mitnimmt. Was kann man tun, um erfolgreich abzuschalten?

Balzer: Das entscheidende Schlagwort lautet hier: Ausgleich. Sport treiben, einem Hobby nachgehen. Auch Entspannungsübungen können natürlich helfen.

Albs-Fichtenberg: Man kann als Arbeitnehmer durchaus bewusst seinen Arbeitstag abschließen und eine Grenze zur Freizeit ziehen. Das heißt: die Bürotür schließen, keine Arbeit mit nach Hause nehmen, das Handy auch mal abschalten und in der Freizeit nicht ständig über berufliche Probleme sprechen.

Kann es nicht auch heilsam sein, ein berufliches Problem abends mit dem Partner oder der Partnerin zu besprechen?

Albs-Fichtenberg: Hier stellt sich die Frage von Ausmaß und Häufigkeit. Ab und an ein klärendes Gespräch ist natürlich völlig in Ordnung. Aber wenn ich jeden Abend nur noch über den Job spreche, habe ich keine Erholungszeiten mehr. Und die sind wichtig, um nicht auszubrennen.

Das Interview führte Andreas Laska.

Die Sinnsucher

Qualifiziert, motiviert, engagiert – aber eben nicht nur für den Job. Junge Leute erwarten heute mehr als ihre Vorgängergenerationen. Bestimmten in den 1980er- und 1990er-Jahren die young urban professionals, kurz Yuppies, den Zeitgeist mit ihrem Streben nach Karriere, materiellem Wohlstand und einer egozentrischen Lebenshaltung, setzte mit dem Beginn der Wirtschaftskrise ein Gegenteil ein: Gesellschaftliche Werte wurden wichtiger. Herrscht heute ein Klima, das christliche Unternehmen zu besonders attraktiven Arbeitgebern macht? Darüber diskutierten junge Menschen bei einem Treffen in München. Ein Stimmungsbild.

Was hält eine sehr gut ausgebildete Frau mit hoher Motivation bei einem kirchlichen Arbeitgeber, wenn sie für mehr Geld und Anerkennung anderswo arbeiten könnte? Es ist die Botschaft. Kirche bietet Botschaft. Das reicht. Aber nicht mehr lange. Nicht repräsentativ, aber von Nachwuchskräften mit Verve vorgetragen.

Ein angemessenes Gehalt? Ja. Aufstiegschancen? Warum nicht? Aber nicht um jeden Preis. Vereinbarkeit von Familie und Beruf, Work-Life-Balance? Ohne Frage wichtig. Schließlich braucht es Zeit und Raum zum Krafttanken und Büro und Profit sind nicht alles im Leben. Literatur, Kunst, Reisen, Unternehmungen mit Freunden, aber auch ehrenamtliches Engagement in Verbänden und Nichtregierungsorganisationen sind wichtig. Was junge Menschen tun, tun sie ganz. Und das heißt eben nicht, völlig im Beruf aufzugehen, sondern sich breiter zu engagieren – in Beruf, Gesellschaft und Privatleben. Sinn steht daher ganz oben auf dem Berufswunschzettel. Eine sinnstiftende Aufgabe ist wichtiger und reizvoller als Karrierestufen. Sinn, das bedeutet auch Glaubwürdigkeit des Arbeitgebers. Und die erwarten junge Leute umso mehr von einem Arbeitgeber, der Kirche heißt oder mit ihr eng verbunden ist.

Die Bewerberzahlen bei kirchlichen Einrichtungen und Unternehmen gehen zurück. Kirche ist nicht mehr einer der größten und bekanntesten Arbeitgeber, sondern einer unter



Fotos: MDG

vielen. „Katholisch“ im Label zu haben, ist für den Erstkontakt nicht immer von Vorteil. Schwer wiegen bei jungen Leuten die negativen Schlagzeilen der vergangenen Jahre.

„HIER WEHT EIN ANDERER WIND“

Dennoch: Wer eine Ausbildung unter einem katholischen Label absolviert hat, würde es meist wieder tun. So antwortet die große Mehrheit der Absolventen in Ordinariaten, bei der Caritas, bei der katholischen Journalistenschule ifp. Zu einer fundierten Ausbildung kommen Dienstgemeinschaft, Wertevermittlung, persönliche Ansprache und Förderung. Zusammengefasst: „Hier weht ein anderer Wind, ein christlicher Geist.“ Auch Studierende aller Fachrichtungen und Konfessionen der Katholischen Hochschule Eichstätt bewerten ihre Hochschule überdurchschnittlich positiv. Im deutschlandweiten Studienqualitätsmonitor empfinden mehr als 60 Prozent der Befragten aus Eichstätt „die Förderung von Teamfähigkeit und Zusammenarbeit sehr stark ausgeprägt“. An anderen Universitäten sind es 46 Prozent. Genauso viele betonen „die Förderung ethischen Verantwortungsbewusstseins“, gegenüber 30 Prozent an anderen Universitäten. „Katholisch“ im Namen sorgt hier für Gesprächsstoff, nicht für Ablehnung.

Doch die Chance, mit Schulabsolventen, Studierenden oder erfahrenen Führungskräften

ins Gespräch zu kommen, müssen kirchliche Personalverantwortliche erst einmal erhalten. Ins Gespräch über Werte, über Miteinander und Haltung, über das, was „katholisch sein“ heißt, über die vielfältigen Einsatz- und Entwicklungsmöglichkeiten in ganz unterschiedlichen Berufsfeldern. Diese Chancen werden seltener. Und ob kirchliche Unternehmen und Einrichtungen immer die Besten eines Jahrgangs bekommen? Diese Frage können Personalbüros nicht mit Gewissheit mit Ja beantworten.

Wenn Kirche sich nicht baldmöglichst darum bemüht, ein attraktiver Arbeitgeber zu sein, wird Kirche keine Arbeitnehmer mehr finden, lautet die Hypothese der jungen Frauen und Männer. Ihre Frage an die Kirche als Arbeitgeber lautet: „Wie kann sie unter dem gesellschaftlichen Druck die eigenen Werte und Moralvorstel-

lungen in Zukunft noch aufrechterhalten?“ Ein junger Mann formuliert sportlich: „Kirche sollte als Arbeitgeber keine Eigentore zulassen.“ Das heißt: „Keine Anforderungen stellen, von denen niemand weiß, ob er sie einhalten kann.“

Attraktiv ist, wer glaubwürdig ist. Der Spagat ist für kirchliche Arbeitgeber hier denkbar groß. Sparmaßnahmen sind nötig, kostenbewusstes Arbeiten wird erwartet. Und gleichzeitig muss den Verwaltungen und Unternehmen das Wohlergehen, die Teilhabe, die Förderung der Mitarbeitenden und das Wirken auf einer christlichen Wertebasis buchstäblich viel wert sein. Der Rat der jungen Leute an katholische Arbeitgeber: „Feel-Good-Manager einführen und die Frage stellen, wie kann ich Überarbeitung entgegenwirken? – Anstatt Stellen zu kürzen.“

KIRCHE BIETET BOTSCHAFT. NUR, WIE LANGE NOCH?

Kirche bietet Botschaft. Das reicht – vorerst. Denn wenn der einzige Grund für den Verbleib bei einem kirchlichen Arbeitgeber Sinnstiftung ist, wird das auch noch in 20 Jahren funktionieren? Die Frage der jungen Leute kommt nachdenklich und doch nicht mit weniger Verve, und sie ruft nach Veränderung.

Kirche muss sich und ihre Arbeitsfelder auf dem Markt präsentieren, muss das, was sie in der Dienstgemeinschaft und für die Gesellschaft ermöglicht und leistet, offensiv bekannt machen und anbieten. Und sicher muss sie in manchen Bereichen auch noch mehr bieten als bisher. Kirche muss Personal suchen und sich selbst bewerben, auf Karrieremessen und auch durch die besondere Ansprache von Frauen. Wenn diese doppelte Werbung – um Mitarbeitende und für das eigene Wirken – gelingt, dann kann sie als Arbeitgeber auch kirchenfernere Katholiken wieder stärker binden. Und das auch noch in 20 Jahren.

*Birgit Pottler-Calabria
Unternehmensberaterin bei der
MDG Medien-Dienstleistung GmbH,
München*

Was erwarten junge Menschen von katholischen Arbeitgebern?

Die Generation Y wächst in gesellschaftlich und wirtschaftlich unsichereren Zeiten als ihre Eltern auf. Die Veränderungen sind komplexer und finden mit einer höheren Geschwindigkeit statt. Gleichzeitig sind das Bedürfnis nach Selbstverwirklichung und eine starke Freizeit- und Familienorientierung bei dieser Generation ausgeprägter. Vereinbarkeit von Familie und Beruf, Work-Life-Balance, flexible Arbeitszeitmodelle, aber auch die Partizipation von Mitarbeitern sind Themen, die immer wichtiger werden. Innovationen werden nicht nur für Produkte, sondern auch für ein neues Verhältnis zwischen Arbeitgebern und -nehmern gebraucht – auch bei kirchlichen Arbeitgebern. Sie bringen einen anderen moralischen Hintergrund im Vergleich zu beispielsweise privat-wirtschaftlichen mit. Vielleicht sind einige der kirchlichen Wertevorstellungen besonders gut mit den Erwartungen der jungen Leute vereinbar? Über diese Fragen diskutierten einen Tag lang rund 20 Studierende und Berufsanfänger. Eingeladen zu diesem „Thinktank“ hatte die katholische Unternehmensberatung MDG Medien-Dienstleistung GmbH.





Antibiotika-Empfehlungen des
Caritas-Krankenhauses Bad Mergentheim



ÄRZTE-LEITFADEN FÜR MEHR PATIENTENSICHERHEIT

DER RICHTIGE UMGANG MIT ANTIBIOTIKA

Antibiotika sind oftmals lebensrettende Therapien, um bakterielle Infektionen wirksam bekämpfen zu können. Doch in den vergangenen Jahren haben sich zunehmend Resistenzen entwickelt, sodass die Medikamente gegen bestimmte „multiresistente“ Bakterien nicht mehr wirken. Die Ursachen dafür sind vielfältig: Der zunehmende Verbrauch von Antibiotika in der Tiermast gehört ebenso dazu wie eine unsachgemäße Verwendung oder zu frühe Absetzung der Medikamente. Neue Substanzen kann die Pharmaindustrie für die kommenden Jahre nicht in Aussicht stellen. Daher ist der sorgsame und gezielte Umgang mit Antibiotika entscheidend, um künftig der Entwicklung von resistenten Keimen entgegenzuwirken. Das Caritas-Krankenhaus Bad Mergentheim hat daher jetzt einen Leitfaden für Ärzte erstellt, in dem für jeden Fachbereich und dort mögliche Infektionskrankheiten die Verwendung von bestimmten Antibiotika bei der Erstgabe empfohlen werden. Ziel ist es, den zweckmäßigen und wirtschaftlichen Einsatz von Antibiotika im Alltag zu verbessern, Resistenzen zu vermeiden und damit für mehr Patientensicherheit zu sorgen. Die Leitlinien im Kitteltaschenformat werden kontinuierlich überarbeitet und angepasst.



Foto: istockphoto

CARITAS-KRANKENHAUS: NACHHALTIGE SCHULUNG GEGEN FETTLLEIBIGKEIT

BEWEGUNG FÜR KIDS

Dicke Kinder haben es nicht leicht: In der Schule werden sie gehänselt, im Sportunterricht ausgegrenzt. Kleiderkauf wird zum Alptraum für Teenies und Eltern. Doch Dicksein schadet nicht nur der Psyche, es ist auch eine echte Gesundheitsstörung. Übergewichtige Kinder haben als Erwachsene ein höheres Risiko, an Diabetes, Bluthochdruck, Gelenkerkrankungen, Atemwegserkrankungen und erhöhten Blutfettwerten zu leiden.

Um diesen Auswirkungen frühzeitig vorzubeugen, bietet das Caritas-Krankenhaus jetzt gemeinsam mit der Ernährungsberaterin Eva-Maria Hirnigl zum zweiten Mal die KIDS-Adipositaschulung für Acht- bis Elfjährige an. Das bundesweit anerkannte Programm trainiert über einen Zeitraum von einem Jahr nachhaltig eine Veränderung des Ess- und Bewegungsverhaltens der betroffenen Kinder und deren Eltern. Neben Einzelgesprächen mit der Familie beinhaltet das Kids-Konzept Gruppenschulungen mit einem interdisziplinären Team aus Ärzten, Psychologen, Diätassistentinnen und Sporttherapeuten. Sport in der Gruppe gehört ebenso dazu wie Kochpraxis oder Schulungen über Nahrungsmittelbedarf und Kalorienverbrauch.

Weitere Informationen unter:

Klinik für Kinder- und Jugendmedizin im Caritas-Krankenhaus
Bad Mergentheim, Tel.: 07931/58-2358 oder kinderklinik@ckbm.de
Praxis für Ernährungsberatung, Eva-Maria Hirnigl, Tel.: 07062/267187,
info@ernaehrung-hirnigl.de

Die Schulungstermine finden meist einmal pro Woche statt,
Schulferien und Feiertage sind ausgenommen. Die Krankenkassen
übernehmen in der Regel einen Teil der Kosten.

LEICHTER ATMEN DANK LUNGENSport



Privatdozent Dr. Mathias Borst,
Chefarzt Caritas-Krankenhaus
Bad Mergentheim,
Facharzt für Lungenkrankheiten

Oft rufen schon kleinste Anstrengungen bei Patienten mit Lungen- und Atemwegserkrankungen eine Atemnot hervor. Viele kämpfen mit erheblichen Einschränkungen im Alltag, oft trauen sie sich und ihrem Körper nichts mehr zu und ziehen sich aus ihrem sozialen Umfeld zurück. Um dem entgegenzuwirken und die Belastungsfähigkeit wieder zu verbessern, gibt es jetzt im Caritas-Krankenhaus Bad Mergentheim eine spezielle Reha-Sportgruppe für chronisch Lungenkranke. Was die Bewegung genau bewirken kann, erläutert der betreuende Arzt, Chefarzt Privatdozent Dr. Mathias Borst, Facharzt für Lungenkrankheiten.

Warum ist Sport für Patienten mit chronischen Lungenerkrankungen so wichtig?

Viele Betroffene leiden bei körperlicher Belastung unter Atemnot. Sie neigen deshalb dazu, körperliche Anstrengungen zu meiden. Körperliche Inaktivität verschlechtert die Kondition von Herz und Kreislauf, schwächt die Muskulatur, macht die Knochen brüchiger (Osteoporose) und führt zu Unsicherheit und verschlechterter Koordinationsfähigkeit. All dies macht wiederum die Atemnot schlimmer. Diese verhängnisvolle Spirale endet in einer erheblichen körperlichen Schwächung mit negativen Auswirkungen auf Lebensqualität, Krankheitsverlauf und auch Überlebensrate des Betroffenen.

Was kann der Lungensport bewirken?

Er kann genau diesen Teufelskreis durchbrechen. Beim Lungensport wird jeder Patient auf seinem persönlichen Leistungsniveau abgeholt. Das Programm ist speziell auf die Situation von chronischen Lungenkranken ausgerichtet und beinhaltet praktische Übungen und Trainingsempfehlungen für den Alltag. Es geht nicht darum, Leistungsgrenzen zu überschreiten, sondern die Leistungsfähigkeit des Einzelnen zu erhalten und langsam zu steigern. Ziele sind leichteres Atmen, die Verbesserung von Kraft und Ausdauer, Beweglichkeit und Koordination, die Erhöhung der körperlichen Leistungsfähigkeit, der Austausch mit anderen Betroffenen und somit die Steigerung der Lebensqualität für die Patienten.

Für welche Patienten ist Lungensport geeignet?

Aktuelle Empfehlungen unterstreichen die positiven Effekte von Sport und körperlichem Training nicht nur bei Patienten mit Asthma und COPD (chronisch obstruktive Lungenerkrankung), sondern auch bei Lungenfibrosen, Mukoviszidose und pulmonaler Hypertonie. Selbst Patienten unter einer Langzeitsauerstofftherapie können unter bestimmten Bedingungen teilnehmen.

Welche Voraussetzungen zur Teilnahme gibt es?

Bei einer Voruntersuchung kontrolliert der Arzt den Gesundheitszustand des Betroffenen und stellt fest, ob Lungensport geeignet ist. Er kann dann ein Rezept für Rehabilitationssport ausstellen. In der Regel übernehmen die Krankenkassen die Kursgebühren.

Der Rehakurs „Lungensport“ trifft sich mittwochs von 15 bis 16 Uhr mit der speziell ausgebildeten Trainerin Birgit Adonyi. Anmeldung unter Tel.: 07931/58-3530 (Montag bis Freitag von 8 bis 12 Uhr)





Foto: istockphoto

FÜNF JAHRE AMBULANTER KINDER- UND JUGENDHOSPIZDIENST

„SONNENSCHEN“ FEIERT GEBURTSTAG

Es ist eine verantwortungsvolle Aufgabe und eine große Herausforderung, der sich die ehrenamtlichen Betreuer des ambulanten Kinder- und Jugendhospizdienstes „Sonnenschein“ stellen: Hilfe und Begleitung für Familien mit schwerst- und sterbenskranken Kindern. Seit fünf Jahren sind die Frauen und Männer im Main-Tauber-Kreis unterwegs, besuchen die Familien, kümmern sich um Geschwisterkinder, entlasten die Eltern und bieten ihre Unterstützung an. Möglich wurde dies durch eine Kooperation zwischen dem Caritas-Krankenhaus Bad Mergentheim und dem Malteser Hilfsdienst e. V. Freiburg. Das gemeinsame Ziel: die ambulante Versorgung von sterbenskranken Kindern und Jugendlichen sowie deren Eltern und Geschwisterkindern im Main-Tauber-Kreis zu verbessern.

„Die chronisch kranken Kinder sind oft über Jahre immer wieder bei uns in Behandlung. Stationäre Klinikaufenthalte wechseln sich ab mit Phasen, in denen die Kinder zu Hause in den Familien betreut werden“, erläutert Professor Dr. Reiner Buchhorn, Chefarzt der Klinik für Kinder- und Jugendmedizin. „In diesen Phasen sind die betroffenen Familien mit ihren Sorgen und Nöten oft auf sich alleine gestellt.“ Hier setzt die Arbeit der ambulanten Kinder- und Jugendhospizhelfer an. Sie begleiten die Familien zu Hause, haben Zeit für Gespräche, sind für das kranke Kind oder die Geschwisterkinder da, die sonst oft zu kurz kommen, und geben den Eltern auch mal die Möglichkeit, Zeit für sich allein zu verbringen.

Auf ihre Aufgabe werden die ehrenamtlichen Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter intensiv vorbereitet. Alle absolvieren die Weiterbildung zum „Kinder- und Jugendhospizbegleiter“, bevor sie in den Familien eingesetzt werden. Doch die Mühe lohnt sich: „Unsere Zeit ist ein Geschenk für die betroffenen Familien!“, erzählt Elsbeth Kiesel, die als Koordinatorin die stationäre und ambulante Betreuung verknüpft. „Und wir bekommen die Dankbarkeit, Freude und Erleichterung der Familien zurück.“

Ausstellung zum Jubiläum

Das fünfjährige Bestehen feiert der Kinder- und Jugendhospizdienst „Sonnenschein“ gemeinsam mit dem Caritas-Krankenhaus im Februar mit der Ausstellung „Seelenbretter“. Die Vernissage findet am 10. Februar 2016 statt.

*Ambulanter Kinder- und Jugendhospizdienst „Sonnenschein“,
Tel.: 09342/8593163, sonnenschein@malteser.org*

*Pädiatrische Palliativbetreuung am Caritas-Krankenhaus Bad Mergentheim,
Elsbeth Kiesel, Tel.: 07931/58-2570*

ONKO-CAFÉ IM CARITAS-KRANKENHAUS

AUSTAUSCH FÜR KREBSKRANKE FRAUEN

Sie ist ein Schock, ein tiefer Einschnitt ins Leben: die Diagnose Krebs. Doch es gilt, möglichst schnell einen Umgang mit der Krankheit zu finden. Familie und Freunde sind zwar eine emotionale Stütze, sie können sich aber nicht immer in die Situation der Tumorkranken hineinversetzen. Frauen mit gynäkologischen Krebserkrankungen finden daher jetzt im Caritas-Krankenhaus Bad Mergentheim mit dem Onko-Café eine qualifizierte Anlaufstelle zum Gedanken- und Erfahrungsaustausch mit Schicksalsgefährtinnen, ehemaligen Patientinnen und Fachkräften der Gynäkologie. Krankenschwestern, speziell ausgebildete Breast Care Nurses (Ansprechpartnerinnen in allen Lebenslagen rund um die Erkrankung) und die Ärzte der Klinik sind im Wechsel für die Sorgen und Fragen der Frauen mit eingebunden.

Das Onko-Café findet an jedem ersten Donnerstag im Monat von 14.30 bis 16 Uhr statt; eine Anmeldung ist nicht erforderlich.



SENIORENZENTRUM ST. BARBARA

RICHTFEST IN GRÜNSFELD GEFEIERT

Nur 175 Tage sind zwischen dem Spatenstich und dem Richtfest für das Seniorenzentrum St. Barbara in Grünsfeld vergangen. Zurzeit läuft der Innenausbau in dem Gebäude an der Leuchtenbergstraße. Das traditionelle Richtfest nahmen die Gäste zum Anlass, um neugierig den Rohbau zu erkunden und einen Blick in die Räumlichkeiten zu werfen, in die im Sommer die ersten Bewohner einziehen werden. Die Verteilung der 29 Einzelzimmer auf die beiden Wohngruppen im Erdgeschoss ist schon gut zu erkennen, sie sind verbunden durch einen großen Aufenthaltsraum. Eine Treppe führt ins Obergeschoss zu den acht großzügig geschnittenen Seniorenappartements. Mit dem Richtfest dankte die Gesundheitsholding Tauberfranken als Bauherr allen am Bau Beteiligten für die gelungene Arbeit. Das 4,4 Millionen Euro teure Projekt liegt bisher gut im Zeitplan.

Nicht weit bis ins Zentrum von Grünsfeld werden es die Bewohner haben; im Sommer ziehen die ersten ein.





Eine für alles

Junge Menschen begeistern, sie beim Lernen motivieren, ihnen auch graue Theorie anschaulich vermitteln – das liebt Manuela Hartl an ihrem Job als Pflege- und Gesundheitsmanagerin am Bildungszentrum des Krankenhauses Tauberbischofsheim. Aber das ist nur die eine Seite. Als Assistentin der Schulleitung organisiert die 31-Jährige auch vieles im Hintergrund: von Bildungsmessen über das Projekt- und Qualitätsmanagement bis hin zum morgendlichen Technikcheck in den Unterrichtsräumen. Es ist diese Vielseitigkeit, die die Gesundheits- und Pflegemanagerin reizt.

Die Technik in allen Klassenräumen steht. Die Klassenbücher liegen bereit. Der Unterricht beginnt – und Manuela Hartl macht sich an ihre Listen für das nächste Überwachungsaudit. Das Telefon klingelt. Zwischendurch möchte jemand ein Buch aus der Bücherei ausleihen. Danach geht es gleich zur Besprechung mit Schulleiter Olaf Kirschnick. Welche Projekte stehen an? Was brauchen wir dafür? Jetzt ein

paar E-Mails beantworten und los zur ersten Unterrichtsstunde des Tages. Thema: Arbeitssicherheit. Kein Problem! Gerade diese Vielseitigkeit ist es, die Manuela Hartl so liebt. Der Job als Lehrerin und Assistentin der Schulleitung am Bildungszentrum für Gesundheit und Pflege in Tauberbischofsheim – für Manuela Hartl ein Traumberuf.

Etwas im Pflegebereich machen, und das am liebsten in einem Krankenhaus,

und dabei trotzdem ihre Qualifikationen nutzen, um später einmal Wissen an junge Nachwuchskräfte weiterzugeben. Genau das wollte Manuela Hartl immer. Die Idee dazu hatte sie schon in ihrer Schulzeit. In einem zweiwöchigen Praktikum machte Hartl, die aus der Region Tauberbischofsheim stammt, ihre ersten Erfahrungen im Bereich Gesundheit und Pflege im hiesigen Krankenhaus. An der Arbeit mit den Patienten hatte sie Spaß und das

brachte dann die Entscheidung: „Das und nichts anderes möchte ich später einmal machen“, erinnert sie sich. Auch der Plan stand schnell fest: nach dem Abitur eine fundierte Ausbildung zur Gesundheits- und Krankenpflegerin und im Anschluss ein weiterführendes Studium in einem ähnlichen Bereich. Sie wollte zu Hause mal rauskommen. Neue, ganz eigene Erfahrungen sammeln. Daher schickte sie eine Bewerbung an die Missionsärztliche Klinik in Würzburg – und wurde angenommen. Das Bachelorstudium Gesundheits- und Pflegemanagement schloss sie nahtlos daran an. Nach zwei Jahren als Stellvertretende Pflegedienstleitung und Pflegeexpertin in einer Ulmer Klinik zog es sie dann wieder in die Heimat – des Berufes und der Liebe wegen. Denn nach zwölf Jahren stieg Hartl tatsächlich dort ein, wo ihr Berufswunsch entstanden war.

Eine Aufgabe mit vielen Facetten

In ihrer Rolle als Lehrerin und Assistentin der Schulleitung im Bildungszentrum Gesundheit und Pflege wird sie an vielen Stellen gebraucht. Im Unterricht ist sie ganz für ihre Schüler da. In ihren Fächern BWL im Gesundheitswesen, Qualitätsmanagement oder Arbeitssicherheit ist das allerdings manchmal nicht ganz einfach. Deshalb ist es der Lehrerin wichtig, auf das einzugehen, was den Schülern bei ihrer Arbeit auf den Stationen täglich begegnet. „Ich versuche, die Schüler da abzuholen, wo sie stehen, ein offenes Ohr für sie zu haben und die Theorie soweit wie möglich der Praxis anzupassen“, erklärt die junge Frau. Außerdem seien gerade für diejenigen, die später einmal weitermachen wollen – also eine verantwortliche Position in der Pflege, eine Weiterbildung oder ein Studium anstreben –, diese Fächer besonders interessant. „Ich möchte ihnen zeigen, welche Perspektiven es gibt und habe da auch eine Vorbildfunktion.“

Ein weiterer großer Bereich ist das Qualitätsmanagement. Eine zertifizierte Schule, wie das Bildungszentrum am Krankenhaus Tauberbischofsheim, wird in regelmäßigen Audits von der Prüfungskommission überprüft. Hier kümmert sich die Gesundheits- und Pflegemanagerin um alle nötigen Unterlagen. Ein großer Teil ihrer Arbeit findet daher auch im Büro statt. „Manchmal fehlt mir der direkte Kontakt mit den Patienten schon ein bisschen“, räumt sie ein. Aber das könne sie in den Unterrichtsstunden mit den Schülern gut ausgleichen. Langeweile ist bei der 31-Jährigen ohnehin nicht zu spüren. Gerade erst hat sie eine Weiterbildung zur Qualitätsbeauftragten begonnen. „So neben der Arbeit ist das doch ganz schön stressig. Sport und Familie schaffen für mich dann den nötigen Ausgleich.“ Auch am Arbeitsplatz funktioniere die berufliche und persönliche Weiterbildung dank eines zielstrebigen und kollegialen Betriebsklimas bestens.

Das Team gibt Rückhalt

„Das Team hier vor Ort ist zwar sehr unterschiedlich, auf einer Wellenlänge sind wir trotzdem – das macht das Arbeiten hier so schön. Man lernt viel voneinander und wir entwickeln uns gemeinsam weiter“, sagt Manuela Hartl. Gerade das beziehe sich nicht nur auf den kleinen Kreis im Bildungszentrum in Tauberbischofsheim, sondern auf die gesamte Gesundheitsholding Tauberfranken. „Wir haben einen guten Kontakt zum Bildungszentrum am Caritas-Krankenhaus und zur Physiotherapieschule Sanitas. Dadurch entsteht ein großer Pool aus Erfahrungen, die ich nutzen kann.“ Man stehe nicht in Konkurrenz und könne sich unbeschwert untereinander austauschen. „Es gibt so viele Methoden und Kniffe, an die man vielleicht selber nicht gedacht hat, oder auch solche, die man selbst weitergeben kann. Und weiß man wirklich mal nicht weiter, gibt es garantiert jemanden, mit

dem man sprechen kann – das ist einfach toll.“ Die gemeinsame Weiterentwicklung ist das, was Manuela Hartl auch gerne persönlich mit dem Bildungszentrum für Gesundheit und Pflege in Verbindung bringt. Das wünscht sie sich auch in Zukunft.

Christiane Hampe

Kontakt:

**Bildungszentrum
„Gesundheit und Pflege“**
Staatlich anerkannte Berufsfachschule
für Pflegeberufe
Leitung: Olaf Kirschnick
Albert-Schweitzer-Straße 35
97941 Tauberbischofsheim
Tel.: 09341/800-1271
bildungszentrum@khtbb.de
www.khtbb.de

Caritas-Bildungszentrum
Berufsfachschule für Pflegeberufe
Leitung: Norbert Stolzenberger
Caritas-Krankenhaus
Uhlandstraße 7
97980 Bad Mergentheim
Tel.: 07931/58-3741
caritas-bildungszentrum@ckbm.de
www.ckbm.de

Sanitas Tauberfranken gGmbH
Fachschule für Physiotherapie
Leitung: Gabriele Weidner
Johann-Hammer-Straße 24
97980 Bad Mergentheim
Tel.: 07931/9870-0
info@bildungszentrum-mgh.de
www.bildungszentrum-mgh.de

In den Bildungszentren der Gesundheits-
holding Tauberfranken stehen mehr als
200 Ausbildungsplätze zur Verfügung.



EINE BESONDERE GABE

„Der Babyflüsterer“ steht an seiner Tür, Dankschreiben von Eltern und jungen Patienten füllen die Wand in seinem Behandlungszimmer, vom „besten Kinderphysiotherapeuten aller Zeiten“ spricht eine Kinderassistentenärztin – die Rede ist von Giulio Pesenti. Wer den 43-Jährigen im Caritas-Krankenhaus Bad Mergentheim erlebt, spürt, dass seine Behandlung Kinder und Eltern buchstäblich berührt.

Egal, ob Giulio Pesenti junge Mütter mit ihrem Nachwuchs bei der motorischen Entwicklungsförderung begleitet, junge Patienten nach Operationen und Krankheiten wieder fit macht oder Frühchen beim Start ins Leben hilft – er hat ein Händchen für seine Patienten und steht besorgten Eltern mit seiner feinfühligem und empathischen Art bei. Auch für seine Schüler und Praktikanten der Bad Mergentheimer Physiotherapieschule hat er stets ein offenes Ohr.

Pesenti, den alle nur mit seinem Vornamen Giulio ansprechen und der die meisten Eltern seiner jungen Patienten ganz selbstverständlich duzt, ist es wichtig, bei der Arbeit „das Herz dabei zu haben“. Der Beruf sei für ihn Berufung, und seine grünen Augen strahlen, als er das sagt.

NUR MIT DER RUHE

Wo andere sich schwertun, ist er in seinem Element. „Ich liebe Schreikinder“,

sagt Pesenti. „Man muss das Kind anders wahrnehmen und sehen, warum die Unruhe da ist“, erklärt er. Klingt simpel – und bei ihm funktioniert das offenbar auch. „Ich setze mich ruhig und bequem hin, dann nehme ich mein Baby, und es wird ruhig.“ Erstaunen und Dankbarkeit der Eltern sind ihm sicher. Mütter seien zu Hause oft überfordert und gestresst mit dem Nachwuchs, die Unruhe übertrage sich auf das Kind. Mit der richtigen äußeren und inneren Haltung beruhige sich das Kind, weiß der Physiotherapeut.

Der quirlige Italiener fand seinen Traumberuf eher zufällig. In seiner Jugend spielte er intensiv Fußball, verletzte sich mehrfach. So bekam er einen ersten Kontakt zur Physiotherapie. Sein Vater legte ihm aber ein Wirtschaftsstudium nahe. „Das war für mich zu trocken, ich wollte mehr mit Menschen in Kontakt kommen.“

1996 lernte er seine heutige Frau kennen, die in Italien Urlaub machte. Wenig später zog er zu ihr nach

Deutschland – und wagte auch beruflich einen Neustart. In Aschaffenburg ließ er sich zum Physiotherapeuten ausbilden. An seiner ersten Arbeitsstelle spürte er, „dass ich eine besondere Gabe habe, mit Kindern zu arbeiten“. Viele seiner Kollegen hatten Probleme, einen Zugang zu den jungen Patienten zu bekommen, die sich meist noch nicht richtig artikulieren können. „Schließlich wurden alle Kinder und





Bei Neugeborenen und Babys findet die Kommunikation nur über Berührung statt.

Giulio Pesenti

Jugendlichen zu mir geschickt“, erzählt der schlanke Mann mit den kurzen schwarzen Haaren und schmunzelt. „Bei Neugeborenen und Babys findet die Kommunikation nur über Berührung statt.“ Und die scheint er geradezu intuitiv zu beherrschen.

VOM FRÜHCHEN BIS ZUM PUBERTIERENDEN

So wie bei Jamela. Giulio Pesenti massiert mit seinem kleinen Finger Zunge und Unterkiefer, spricht mit sanfter Stimme auf das Baby ein. Mit einem Geburtsgewicht von nur 2.100 Gramm kam sie zu früh zur Welt. Ein Schlauch führt Sauerstoff in ihren kleinen Körper. „Das ist eine unangenehme Erfahrung; damit sie später keine Probleme mit dem Trinken bekommt, ist es wichtig, dass sie positive Munderfahrungen sammelt“, sagt der Therapeut. Ein Lächeln huscht über Jamelas Gesicht und Giulio Pesenti freut sich: „Sie hat zum ersten Mal richtig gesaugt.“

Seit 2006 arbeitet er nun als Kinderphysiotherapeut und Kinder-Bobath-Spezialist im Caritas-Krankenhaus Bad Mergentheim. Frühgeborene bis Pubertierende mit Essstörungen zählen zu Pesentis Patienten – selbst Vater von vier Kindern zwischen acht und 16 Jahren.

Die zweijährige Sharona kommt seit eineinhalb Jahren zu ihm in Therapie. Das aufgeweckte Mädchen mit Downsyndrom hat sich gut entwickelt. Nur zum Laufen fehlt Sharona noch die Kraft in den Beinen. Weil ihre Gelenke überbeweglich sind, kann sie nur schwer die Körperspannung halten. Von Giulio mit einer Spieluhr abgelenkt und zur Bewegung motiviert, hält es Sharona länger auf den Beinen, sie wippt im Takt der Musik und lacht. Mutter Alexandra Winkmann lässt sich die Übungen zeigen, damit sie mit ihrer



Die Herzen von Kindern und Eltern sind Giulio Pesenti sicher und dieses Vertrauen braucht er auch, um mit Erfolg behandeln zu können.

Tochter zu Hause weitertrainieren kann. Doch manches ist Sharona unangenehm und sie weint. „Daher ist es wichtig, dass mir die Eltern zu 100 Prozent vertrauen“, sagt Pesenti.

„ER MACHT SEINE ARBEIT MIT LIEBE“

Für Alexandra Winkmann ist das keine Frage. Sie erinnert sich an ihre erste Begegnung in der Downsyndrom-Gruppe, wo sich Giulio Pesenti seit Jahren neben einer Kinder-Herz-Sportgruppe ehrenamtlich engagiert. „Für mich war gleich klar, dass ich zu Giulio wechsele – man merkt einfach, dass er seine Arbeit mit Liebe macht.“ Und wie zur Bestätigung legt ihm Sharona ihre Ärmchen um den Hals.

Solche Momente erfüllen den Physiotherapeuten mit Freude und geben ihm Kraft – wie auch die gute Zusammenarbeit mit Ärzten, Pflegepersonal, Ergotherapeuten und anderen Kolle-

gen im Krankenhaus. Manche von ihnen seien inzwischen Freunde geworden. „Ich komme jeden Morgen gerne hierher – ich arbeite halt in meinem Traumberuf“, erklärt er und lacht wieder sein ansteekendes Lachen. „Ich kann mir gut vorstellen, das noch mit 70 zu machen.“ Sagt es und verschwindet hinter der Tür zu seinem nächsten Patienten. ■



Mit viel Fingerspitzengefühl behandelt Giulio Pesenti seine kleinen Patienten.



Für mich war gleich klar, dass ich zu Giulio wechsele – man merkt einfach, dass er seine Arbeit mit Liebe macht.

Alexandra Winkmann

Wieso
haben wir
Angst?

Angst nehmen wir meistens als negatives Gefühl wahr, aber sie ist ein nützlicher Instinkt. Für unsere Vorfahren war Angst wichtig, um in der Wildnis zu überleben. Sie schärft die Sinne, Hör- und Sehvermögen werden empfindlicher. Die Muskelspannung und Reaktionsgeschwindigkeit steigt. Magen- und Darmtätigkeit werden reduziert, um mehr Energie bzw. Blut in die Muskeln zu pumpen. Das alles sind Vorbereitungen des Körpers, um optimal auf Flucht oder Kampf vorbereitet zu sein.

Im Tierreich gibt es aber auch Beispiele wie das Chamäleon, das sich nicht durch Flucht oder Kampf, sondern durch geschickte Tarnung vor Angreifern schützt.

1. Wie viele Chamäleons
klettern in den Bäumen?

2. Ein Insekt tarnt sich so genial,
dass man es für den Teil einer
Pflanze halten könnte. Wie heißt es
und wo hält es sich versteckt?

3. Suche ein Wort aus
zwei Begriffen:
Zuerst kommt ein wildes Tier.
Das Zweite putzt du am Morgen dir.
Zusammen ist es gelb und grün,
du siehst es auf der Wiese stehn.

* Wie immer hat sich
Alfons, der Bücherwurm,
irgendwo versteckt,
finde ihn.

ein Mediziner	pigmentstoffarmes Wesen	italienisches Gasthaus	▼	▼	Nähfaden	Muskelorgan im Mund	▼	griechische Unheilsgöttin	▼	türk. Name von Smyrna	Teil des Halses	▼	Ausstrahlung	lässige Umgangssprache	Initialen der Turner	weiblicher Nachkomme	▼
▶	▼							für jemanden	▶				6				
glätten, planieren		Loyalität	▶					langes Amtskleid		hoch betagt	▶						med.: Schmerzempfinden
▶					Karpfentisch, Döbel			goldgestreifte Papstkrone	▶			11	geometrische Form		ein Umlaut	▶	
Salatpflanze		ehem. dt. Währung			Landwirtschaft betreff.					antiker mediz. Forscher (2. Jh.)	▶		Explosionsgeräusch				5
▶								Werkzeug		ausreichend	▶			10		besondere Atmosphäre	
▶					den Mond betreffend			schicksalhaft	▶				Speisenfolge		französisch: Ende		
tiefe Bewußtlosigkeit	Kurort an der Nahe			Zeitungskonsument						'Dach der Welt'			englisches Längenmaß				Verständnis
Wassersportdisziplin	▶					südamerik. Hochgebirge		Wasserstandsmesser							kleine, unbestimmte Menge		Fitnessgerät für Ausdauer
Abk.: römisch-katholisch				Schmalzkringel		Balkon, Söller							Zeitnot				
Heiterkeit		Nordeuropäer	▶					unentschieden beim Schach		Anweisung für eine Arbeit	▶						
▶					Schlitzohr			offene Wasserleitung	▶				7	Handmähgerät		Abk.: und andere	
Medik. für Zuckerkrankke		Panzer-schrank			offene Flammen					ein Finne			einfühlsam				
▶								algerische Geröllwüste		altrömischer Grenzwall	▶					Schlange im 'Dschun-gelbuch'	Gebirge auf Kreta
▶					Abk.: Magister Legum		resolut						chem. Zeichen für Ruthenium		Männername		
landwirtschaftliche Arbeit				ein Religionsgründer						Geschäftsleitung	▶						
Gesundung	▶							Gehabe	▶							Figur in Wagners 'Feen'	

DEKE-PRESS-1817-6

Teilnahmebedingungen: Der Rechtsweg ist ausgeschlossen. Der Gewinn kann nicht in bar ausgezahlt werden. Die Gewinner werden ausgelost und schriftlich benachrichtigt. Zusendungen von gewerblichen Gewinnspielteilnahme-Dienstleistern werden ausgeschlossen. Die BBT-Gruppe behält sich vor, diese bei Verdacht bei der Verlosung nicht zu berücksichtigen. Die Preise wurden uns freundlicherweise zur Verfügung gestellt von Merz Consumer Care GmbH.

Lösungswort:

1 2 3 4 5 6 7 8

9 10 11

Lust auf einen kurzen Wellness-Urlaub? Mit den tetesept-Bädern geht das ganz einfach: Ob orientalisch duftendes Pflegebad, ein blaues Tiefen-Entspannungsbad mit Wolkenblume und Jasmin oder ein hautverwöhnendes Ölbad – für jede Laune ist etwas dabei. „Leben!“ verlost unter allen richtigen Einsendungen fünf Wellness-Pakete von tetesept im Wert von ca. 28 Euro.

www.tetesept.de,
www.facebook.com/tetesept



Mitmachen und gewinnen

Senden Sie eine E-Mail an leben@bbtgruppe.de oder eine Postkarte an Redaktion „Leben!“, Kardinal-Krementsz-Straße 1-5, 56073 Koblenz. Einsendeschluss ist der 31. März 2016. Viel Glück!





Vorsicht: Ansteckungsgefahr!

Im Januar beginnt
in den Hochburgen des Karnevals
die „fünfte Jahreszeit“.
Narrenfreiheit regiert,
unbequeme Wahrheiten
tauchen maskiert und ausgelassen auf.
Die Ordnung steht kopf,
Spaß an der Freud' ist angesagt.
Und Freude wirkt ansteckend.

Vielleicht könnten wir
die Freude als Weg
für das ganze Jahr entdecken.
Unser grauer Alltag
würde aufgehellt und verzaubert,
wenn wir unser Herz sprechen
und uns anstecken lassen
durch ein Lächeln, einen Händedruck,
ein aufmunterndes Wort.
Einfach so!

Elke Deimel

5. Jan., 2. Feb., 1. März, 5. April 2016

Infoabend für Schwangere

Wissenswertes über die Entbindung im Caritas-Krankenhaus.

🕒 19 Uhr

Caritas-Krankenhaus
Bad Mergentheim, Aula

21. Januar 2016

Rheuma und Niere

Der Internist und Rheumatologe Dr. Helmut Reinwald informiert über den Zusammenhang zwischen Rheuma und Nierenerkrankungen. So können etwa Medikamente gegen rheumatoide Arthritis Auswirkungen auf die Nierenfunktion haben. Im Anschluss an den Vortrag beantwortet der Chefarzt am Krankenhaus Tauberbischofsheim Fragen der Besucher.

🕒 19.30 Uhr

Seniorenzentrum Haus Heimberg,
Tauberbischofsheim, Vortragsraum

10. Februar 2016

Vernissage „Seelenbretter“

In einigen Regionen Deutschlands verwendete man noch bis Anfang des 20. Jahrhunderts verzierte Bretter zur Aufbahrung eines Verstorbenen. Nach der Beerdigung wurden diese Bretter sichtbar im Hof aufgestellt, um an die Toten zu erinnern. Angelehnt an diesen Brauch sind die bunt bemalten Seelenbretter der Künstlerin Bali Tollak entstanden. Aus Anlass des fünfjährigen Bestehens des Kinder- und Jugendhospizdienstes „Sonnenschein“ ist die Ausstellung „Seelenbretter“ im Caritas-Krankenhaus zu sehen.

🕒 19 Uhr

Caritas-Krankenhaus
Bad Mergentheim

16. Februar 2016

Endoprothesen 2016: das Tauberbischofsheimer Konzept

Das Krankenhaus Tauberbischofsheim wurde kürzlich als Endoprothesenzentrum ausgezeichnet. Die qualitätsgesicherte Implantation von künstlichen Hüft- und Kniegelenken stellt der Leiter des Endoprothesenzentrums Dr. Heiko Sprenger vor.

🕒 19.30 Uhr

Seniorenzentrum Haus Heimberg,
Tauberbischofsheim, Vortragsraum

20. und 21. Februar 2016

Gesundheitsmesse der Kurverwaltung

An zwei Tagen können sich die Besucher an Infoständen und in Vorträgen über verschiedene Themen rund um die Gesundheit informieren. Das Krankenhaus Tauberbischofsheim und das Caritas-Krankenhaus informieren unter anderem über die Themen Schlaganfall und Durchblutungsstörungen. Das Seniorenzentrum Haus Heimberg präsentiert neue Wohnformen für ältere Menschen.

🕒 10 bis 18 Uhr

Kursaal Bad Mergentheim

8. April 2016

Patiententag „Leben mit Krebs!“

Im Mittelpunkt steht die Frage, wie Betroffene ihre Lebensqualität trotz der Tumorerkrankung erhalten können. Die Anästhesistin und Schmerztherapeutin Dr. Sabine Paul informiert über Möglichkeiten der Schmerztherapie. Dr. Ulrich Schlembach stellt vor, wie Sport bei der Bewältigung der Erkrankung helfen kann. Ein weiterer Vortrag beschäftigt sich mit der Therapie von Inkontinenz etwa nach Darm- oder Prostataoperationen. Die Ärzte der von der Deutschen Krebsgesellschaft zertifizierten Krebszentren stehen für Fragen zur Verfügung.

🕒 18 bis 20.30 Uhr

Caritas-Krankenhaus
Bad Mergentheim

Im nächsten Heft

Was Radiologen heute behandeln können



Foto: istockphoto

Die nächste Ausgabe von „Leben! – Das Magazin der BBT-Gruppe für Gesundheit und Soziales“ erscheint im April 2016.

Impressum

Herausgeber: Barmherzige Brüder Trier gGmbH
Zentrale der BBT-Gruppe
Kardinal-Krementsz-Str. 1-5
56073 Koblenz
Tel.: 0261/496-6000
www.bbtgruppe.de, info@bbtgruppe.de
Amtsgericht Koblenz I HRB 24056

Gesellschafter: Generalat der Barmherzigen Brüder von Maria-Hilf e.V.

Vorsitzender des Aufsichtsrates: Bruder Peter Berg
Geschäftsführer: Bruder Alfons Maria Michels,
Dr. Albert-Peter Rethmann, Andreas Latz,
Werner Hemmes, Matthias Warmuth

Chefredaktion: Martin Fuchs (verantwortl.)

Chefin vom Dienst: Judith Hens

Redaktion: Yvonne Antoine, Anne Britten,
Christine Daichendt, Ute Emig-Lange, Frank Mertes,
Peter Mossem, Pascal Nachtsheim, Doris Quinten,
Katharina Müller-Stromberg, Gerd Vieler, Simone Yousef
In Zusammenarbeit mit dreipunkt drei medien-gesellschaft mbH,
www.dreipunkt drei.de

Leben! Das Magazin der BBT-Gruppe für den Main-Tauber-Kreis:

Ute Emig-Lange (verantwortl.)

Redaktionsanschrift:

Kardinal-Krementsz-Str. 1-5, 56073 Koblenz
Tel.: 0261/496-6464, Fax: 0261/496-6470
leben@bbtgruppe.de

Erscheinungsweise: vierteljährlich

Layout: WWS Werbeagentur GmbH
Kamper Str. 24, 52064 Aachen

Druck: Bonifatius GmbH, Druck-Buch-Verlag
Karl-Schurz-Str. 26, 33100 Paderborn

Gerichtsstand: Koblenz

Leben! wird kostenfrei in den Einrichtungen der BBT-Gruppe ausgelegt.

Wenn Ihnen das Magazin gefällt, können Sie

es gerne abonnieren: leben@bbtgruppe.de

Namentlich gekennzeichnete Beiträge geben nicht zwingend die Meinung des Herausgebers wieder.

Alle Fotos stammen aus den Einrichtungen der BBT-Gruppe, wenn nicht anders angegeben.

ISSN 2195-4666

ClimatePartner®
klimaneutral
gedruckt

Zertifikatsnummer:
53323-1511-1060
www.climatepartner.com



**Gesundheitsholding
Tauberfranken**

**Caritas-Krankenhaus
Bad Mergentheim**
Uhlandstraße 7
97980 Bad Mergentheim
Tel.: 07931/58-0
info@ckbm.de
www.ckbm.de

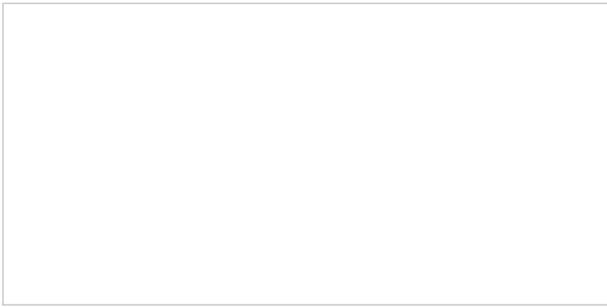
Krankenhaus Tauberbischofsheim
Albert-Schweitzer-Straße 37
97941 Tauberbischofsheim
Tel.: 09341/800-0
info@khtbb.de
www.khtbb.de

Seniorenzentrum Haus Heimberg
Am Heimbergsflur 12
97941 Tauberbischofsheim
Tel.: 09341/800-1451
info@haus-heimberg.de
www.haus-heimberg.de

Seniorenzentrum Gerlachsheim
Würzburger Straße 79
97922 Lauda-Königshofen
Tel.: 09343/6211-0
info@sz-gerlachsheim.de
www.sz-gerlachsheim.de

Sanitas Tauberfranken
Johann-Hammer-Straße 24
97980 Bad Mergentheim
Tel.: 07931/9870-0
info@bildungszentrum-mgh.de
www.bildungszentrum-mgh.de

Foto: istockphoto



Gesundheitsberufe mit Zukunft: mehr Apps als du denkst



**Caritas-Krankenhaus
Bad Mergentheim**

Caritas-Bildungszentrum
Tel. 07931/58-3741
caritas-bildungszentrum@ckbm.de
www.ckbm.de



**Krankenhaus
Tauberbischofsheim**

Bildungszentrum
„Gesundheit und Pflege“
Tel. 09341/800-1271
bildungszentrum@khmt.de
www.khtbb.de



Infos zur Pflege auch im Film:
www.youtube.com/watch?v=b7oWgyXl0LU