

März, April, Mai 2025

Diakonie
tabea

aktuell



Beziehungsweise

Team Verwaltung + Service



Kamil Borkowski
Geschäftsführer
Einrichtungsleiter
09198 808 0



Vanessa Borkowski
Case Managerin
Beraterin für
Versorgungsplanung
in der letzten Lebens-
phase
09198 808 142



Kerstin Zimmer
Verwaltungs-
fachkraft
09198 808 131



Cornelia Hofmann
Verwaltungs-
fachkraft
09198 808 132



Alexandra Lukas
Leiterin
Hauswirtschaft
09198 808 413



Peggy Braungart
stv. Leiterin Haus-
wirtschaft, Leiterin
Fahrdienst
09198 808 400



Anna-Lena
Hirschmann
Leiterin Küche
09198 808 105

Team Seelsorge / Palliativ



Dirk Zimmer
Pastor
09198 808 190



Karin Lux
Palliativ-
pflegefachkraft
09198 808 127



Barbara Langer
Palliativ-
pflegefachkraft
09198 808 0

Pflege + Betreuung stationär



Dominik Voss
Pflegedienstleiter
09198 808 130



Lena Dippold
stv. Pflegedienstleiterin,
Wohnbereichsleiterin
2.UG
09198 808 325



Ramona Koller
Wohnbereichsleiterin
1. + 2. OG
09198 808 225



Liane Roßmerkel
Wohnbereichsleiterin
3. + 4. OG
09198 808 235



Katharina Fischer
Wohnbereichsleiterin
EG + 1. UG
09198 808 315

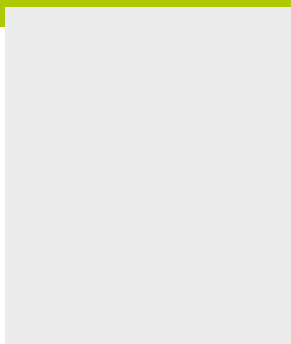


Bettina Böhm
Leiterin Sozialdienst
09198 808 133

Pflege + Betreuung + Verwaltung ambulant



Lisa Stolbinger
Pflegedienstleiterin
09198 808 101
Mobil 0152 04258904



Irene Hofmann
stv. Pflegedienstleiterin
09198 808 127

Liebe Bewohnerinnen und Bewohner, liebe Angehörige und Mitarbeiter,

Liebe Bewohnerinnen und Bewohner,
liebe Leserinnen und Leser,

das aktuelle Leitthema unserer Frühlingsausgabe lautet „beziehungsweise“, es geht also um Beziehungen.

Beziehungen sind ein zentrales Element des menschlichen Daseins. Sie verbinden uns miteinander, schaffen Nähe, Verständnis und Halt. Doch Beziehungen sind auch komplex, dynamisch und fordern kontinuierliche Arbeit. Ob in der Partnerschaft, Freundschaft, Familie oder am Arbeitsplatz – die Qualität unserer Beziehungen beeinflusst unser Wohlbefinden maßgeblich.

Der Mensch ist ein soziales Wesen. Bereits in der Kindheit lernen wir, dass Bindungen Sicherheit und Orientie-

rung geben. Starke Beziehungen bieten emotionale Unterstützung, stärken das Selbstwertgefühl und fördern psychische sowie physische Gesundheit. Studien zeigen, dass Menschen mit erfüllenden sozialen Kontakten tendenziell länger und glücklicher leben. Die gibt verschiedenen Arten von Beziehungen:

1. Romantische Beziehungen

Partnerschaften sind oft das erste, was uns einfällt, wenn wir an Beziehungen denken. Sie basieren auf Liebe, Intimität und gegenseitigem Respekt. Der Aufbau einer tiefen Verbindung erfordert Vertrauen, Kommunikation und die Bereitschaft, Kompromisse einzugehen.



2. Familienbeziehungen

Die Familie ist das erste soziale Umfeld, das uns prägt. Hier lernen wir grundlegende Werte, Emotionen auszudrücken und Konflikte zu lösen. Obwohl familiäre Beziehungen manchmal Herausforderungen bergen, sind sie oft die stabilsten Bindungen in unserem Leben.

3. Freundschaften

Freundschaften bereichern unser Leben auf einzigartige Weise. Sie basieren auf Gemeinsamkeiten, Loyalität und gegenseitigem Verständnis. Anders als Familien- oder Liebesbeziehungen sind Freundschaften meist frei von Verpflichtungen, was sie besonders wertvoll macht.

4. Berufliche Beziehungen

Im Arbeitsumfeld spielen Beziehungen ebenfalls eine entscheidende Rolle. Eine gute Zusammenarbeit und ein harmonisches Arbeitsklima fördern nicht nur die Produktivität, sondern auch die persönliche Zufriedenheit.

Keine Beziehung ist frei von Konflikten. Unterschiedliche Erwartungen, mangelnde Kommunikation oder externe Belastungen können zu Spannungen führen. Wichtig ist, Konflikte nicht zu vermeiden, sondern konstruktiv zu lösen. Das bedeutet, zuzuhören, Empathie zu zeigen und Kompromisse zu finden.

Tipps für gesunde Beziehungen

Kommunikation: Offene und ehrliche Gespräche sind der Schlüssel zu jeder erfolgreichen Beziehung.

Respekt: Jeder Mensch hat individuelle Bedürfnisse und Grenzen, die geachtet werden sollten.

Vertrauen: Ohne Vertrauen fehlt das Fundament, auf dem Beziehungen wachsen können.

Zeit investieren: Regelmäßige gemeinsame Zeit stärkt die Bindung und schafft unvergessliche Erinnerungen.

Vergebung: Niemand ist perfekt. Das Verzeihen von Fehlern ist essenziell, um langfristige Beziehungen zu erhalten.

Eine gesunde Beziehung beginnt bei uns selbst. Wer sich seiner eigenen Bedürfnisse, Schwächen und Stärken bewusst ist, kann authentisch und offen auf andere zugehen. Selbstreflexion hilft, toxische Muster zu erkennen und zu vermeiden.

Unser Fazit: Beziehungen sind ein wertvoller Bestandteil unseres Lebens. Sie erfordern Einsatz, Geduld und Verständnis, doch die Belohnung ist unbezahlbar: tiefgehende Verbindungen, die uns Kraft und Freude schenken. Indem wir lernen, respektvoll und einfühlsam mit anderen umzugehen, können wir Beziehungen schaffen, die uns bereichern und ein Leben lang tragen.

In diesem Sinne grüßt Sie
Kamil Borkowski
 Geschäftsführer/Einrichtungsleiter

Liebe Leserin, lieber Leser,

was ist denn eigentlich das Wichtigste im Leben? Diese Frage stellt sich vermutlich jeder im Laufe seines Lebens, mancher wohl auch mehrfach. Zu Beginn meiner Arbeit als Pastor war ich zugleich junger Familienvater, zwei Kinder waren bereits geboren, das dritte kündigte sich bald an. In dieser Zeit habe ich nicht über diese Frage nachgedacht, sondern war recht unreflektiert getrieben von dem Gedanken, dass mein Beruf das Wichtigste wäre. Ich habe meine Familie nicht vernachlässigt, aber sie musste doch immer zurückstehen, wenn es um die Gemeindegarbeit, um Termine für Besprechungen, um Begleitung von Menschen und Seelsorge ging. Das hat sich in der Folgezeit, in der zweiten Stelle in einer weitaus größeren Gemeinde mit noch einmal mehr Terminen verstärkt. Meine jüngste Tochter zum Beispiel ist sehr musikalisch und hat an vielen Wettbewerben teilgenommen – bei denen ich nie dabei war. Doch irgendwann habe ich in dieser Zeit angefangen, mir diese Frage zu stellen, was denn das Wichtigste im Leben ist. Auch aus der Gemeindegarbeit heraus. Denn ich sah, dass viele ehrenamtlich Mitarbeitende nicht genug darauf achteten, dass ihre Familie nicht zu kurz kam. Ich habe begonnen, sie darauf hinzuweisen und sie an ihre Verantwortung zu erinnern, die sie auch und zuvorderst

für ihre Familie hätten. Dabei wurde mir dann allerdings bewusst, dass ich nicht unbedingt das beste Vorbild war.

Sie hören sicher schon aus diesen Zeilen heraus, was für mich inzwischen das Wichtigste ist im Leben: Beziehungen. Oder noch allgemeiner: Menschen. Dabei bin ich jemand, der sich sehr wohl und sehr leicht mit allen möglichen bürokratischen und organisatorischen Dingen beschäftigen kann. Doch mir ist damals dennoch sehr bewusst geworden, dass diese Tätigkeiten ihren Sinn verlieren, wenn es dabei nicht um die Menschen geht, die dadurch zusammengebracht werden. Mir ist bewusst geworden, dass ich mich im Beruf vergraben und dabei meine Beziehung zu vielen Menschen vernachlässigt habe. Die Kontakte zu vielen alten Freunden waren abgerissen. Und ich war dabei, auch meinen Kindern nicht in ausreichender Weise als Vater zur Verfügung zu stehen.

Ich habe damals begonnen, wieder in Beziehungen zu investieren. Ich habe vor allem versucht, mir mehr Zeit für die Familie zu nehmen. Nicht immer gleich abzuwinken, wenn sich Besuch zu Wochenende ankündigte mit dem Hinweis, sie dürften gerne kommen, aber ich müsste halt am Samstag die Predigt vorbereiten. Stattdessen habe



ich versucht, die Predigt schon vorher fertig zu haben. Das ist mir vollständig erst in den Jahren hier in Heiligenstadt geglückt. Und wir haben auch als Eheleute begonnen, Zeit zu zweit zu einzuplanen, mindestens einmal im Jahr einen Kurzurlaub miteinander zu verbringen. Und als die Töchter aus dem Haus waren, haben wir begonnen, einmal im Jahr alle miteinander eine knappe Woche Urlaub zu machen.

Mit meiner Schwester habe ich nach dem Tod unserer Eltern vereinbart, dass wir uns einmal im Jahr treffen, sie entweder zu uns kommen oder wir zu ihnen fahren. Bis auf wenige Ausnahmen haben wir das bis jetzt durchgehalten. Als es meinem Schwiegervater immer schlechter ging, haben wir die Schwiegereltern so häufig wie möglich

besucht. Beziehungen entwickeln sich häufig von selbst, irgendwie nebenbei. Doch um sie aufrecht zu erhalten, müssen wir immer wieder sehr bewusst Zeit investieren, weil sie sonst Gefahr laufen, dass sie versanden.

Nun könnten Sie natürlich fragen: Sie sind doch Pfarrer, müssen Sie da nicht Gott für das Wichtigste im Leben hal-

ten? Nun, wer sagt, dass ich das nicht tue? Denn Gott ist mir, ähnlich meiner Familie und anderen liebgewordenen Menschen, ein wichtiges Gegenüber. Ich darf auch zu ihm eine persönliche Beziehung haben, die natürlich gepflegt werden muss. Jesus hat sehr klar ausgedrückt, dass es im Leben vor allem um gesunde und liebevolle Beziehungen geht. Er hat die Gebote erfüllt und in ihrem Sinn zusammengefasst gesehen in dem Doppelgebot der Liebe, also darin Gott zu lieben und den Nächsten zu lieben wie sich selbst. Leben geschieht und erfüllt seinen Sinn vor allem beziehungsweise. Und deshalb freue ich mich auch auf Begegnungen mit Ihnen!

*Ihr
Dirk Zimmer*

Liebe Kolleginnen und Kollegen, sehr geehrte Damen und Herren,

heute möchte ich ein paar Worte zu einem Thema sagen, das für unsere Arbeit in der Pflege von zentraler Bedeutung ist: die Beziehungen, die wir zu unseren Bewohnerinnen und Bewohnern aufbauen.

In der Pflege geht es nicht nur um die medizinische Versorgung oder die Unterstützung im Alltag. Es geht vor allem um die Menschen, die wir betreuen. Jede Person hat ihre eigene Geschichte, ihre eigenen Bedürfnisse und Wünsche. Die Beziehungen, die wir zu unseren Bewohnern aufbauen, sind der Schlüssel zu einer ganzheitlichen Pflege, die nicht nur körperliche, sondern auch emotionale und soziale Aspekte berücksichtigt.

Eine vertrauensvolle Beziehung schafft eine Atmosphäre, in der sich unsere Bewohner sicher und geborgen fühlen. Sie ermöglicht es uns, ihre individuellen Bedürfnisse besser zu verstehen und darauf einzugehen. Wenn wir uns Zeit nehmen, zuzuhören und auf die Wünsche unserer Bewohner einzugehen, fördern wir nicht nur ihr Wohlbefinden, sondern auch ihre Lebensqualität.

Darüber hinaus sind auch die Beziehungen unter uns Pflegekräften von



großer Bedeutung. Ein respektvoller und unterstützender Umgang miteinander stärkt unser Team und trägt dazu bei, dass wir gemeinsam die bestmögliche Pflege leisten können. Wir sind aufeinander angewiesen, und ein gutes Miteinander ist die Grundlage für eine positive Arbeitsatmosphäre.

Lassen Sie uns also weiterhin daran arbeiten, sowohl zu unseren Bewohnern als auch zu unseren Kolleginnen und Kollegen starke, vertrauensvolle Beziehungen aufzubauen. Denn letztlich sind es die Beziehungen, die unsere Arbeit so wertvoll und erfüllend machen.

Ich danke Ihnen für Ihr Engagement und Ihre Hingabe in der Pflege. Gemeinsam können wir viel bewirken!

*Herzliche Grüße
Dominik Voss
Pflegedienstleiter stationär*

Personelles

Pflege HS

Wir freuen uns über Verstärkung im Team Pflege durch Mitarbeiterinnen im Bundesfreiwilligendienst (BFD) bzw. freiwilligem Sozialen Jahr (FSJ):

Kusneni Kusneni, Saranchimeg Lkhagvaa, Sri Wahyuni Manurung, Uchral Mendsaikhan und Kristina Munthe.

Allen nochmal ein „Herzliches Willkommen“!

Manuela Dengler, Ann-Kathrin Hellwage, Thomas Reimsbach, Munkhtsetseg Amarjargal, Johannes Götz und Till Menzel haben den Dienst für die Tabea Diakonie beendet.

Wir wünschen allen viel Erfolg auf ihrem weiteren Lebensweg.

In den wohlverdienten Ruhestand geht **Renate Herbst** zum 01.05.2025, wir freuen uns, dass sie uns aber weiterhin als „Minijobber“ erhalten bleibt.

Wir wünschen ihr einen guten Start ins Rentnerleben und weiterhin alles Gute.

Zum Dienstjubiläum gratulieren wir ganz herzlich und wünschen unseren Jubilaren stets beste Gesundheit, viel Freude und Erfolg im weiteren Berufsleben.

Wir sagen herzlich „Danke“ für ihr großes Engagement und die Treue zu unserer Einrichtung.

Nachtrag aus 2024

01.10.2024 **Brigitte Hofmann** 25 Jahre

01.04.2025 **Juliana Beimel** 10 Jahre

01.04.2025 **Melanie Brehm** 25 Jahre

Pflegedienst HS

Linda Gebhardt, Pflegefachhelferin unterstützt seit 01.01.2025 das Team Pflege im ambulanten Pflegedienst. **Wir freuen uns über die Verstärkung, nochmal ein herzliches Willkommen.**

Termine

Helau und Alaaf - Faschingstreiben im Restaurant

Am **Rosenmontag, den 03. März 2025 um 10:00 Uhr** bekommen wir wieder Besuch der „Heiligen Stadtschnecken“.

HNO-Visite

Am **Donnerstag, 06. März 2025** kommt **ab 09:00 Uhr** Dr. med. Raoul Streit (Hals-Nasen-Ohrenarzt) aus Ebermannstadt zur Visite zu uns.

Frühlingsfest

Am **Mittwoch, den 26. März 2025** feiern wir unser traditionelles Frühlingsfest. Nähere Informationen folgen per Aushang.

Ethik Café „Palliative Versorgung in der häuslichen Pflege“

Die Diakonie Tabea Heiligenstadt lädt zum nächsten Ethik Café am **Donnerstag, 10. April 2025, 18:30 Uhr** im Foyer der Christuskirche ein. Dieses Mal geht es um die Möglichkeit(en) der palliativen Versorgung in der häuslichen Pflegesituation. Als Referentin konnte Dr. Eva Nießen gewonnen werden. Sie ist Chefärztin der Klinik für Palliativmedizin der Sozialstiftung Bamberg, zu der die Palliativstation wie die spezialisierte ambulante Palliativversorgung (SAPV) gehört.



Dr. Eva Nießen

Zu diesem Ethik Café wollen wir dieses Mal vor allem Mitarbeitende unseres Pflegedienstes und pflegende Angehörige einladen, um ihnen das „Dass“ der Möglichkeit palliativer Versorgung für die Pflege in der Häuslichkeit vorzustellen wie die sich daraus ergebenden Möglichkeiten der Verbesserung der Pflegesituation. Weitere Informationen bei Pastor Dirk Zimmer (Tel. 09198 808 190).

Verkaufsveranstaltung im Foyer

Wer neue Kleidung braucht, kommt am **Dienstag, den 29. April 2025** in der Zeit von **10:00–12:00 Uhr** ins Foyer des Pflegezentrums. Strickmoden Brey präsentieren uns die neuesten Frühjahrestrends.

Hörgeräte Seifert

Für **Donnerstag, den 15. Mai 2025** hat sich das Team von Hörgeräte Seifert angekündigt. Nähere Informationen bitte ab Mai über die Aushänge.

Gottesdienst (nicht nur) für demenziell Erkrankte und ihre Angehörigen

Am **Samstag, 15. März, 14:00 Uhr** laden Pastor Dirk Zimmer und sein Team wieder zu einem Gottesdienst ein, der speziell für Menschen mit einer demenziellen Erkrankung gestaltet wird. Im Anschluss an den Gottesdienst sind alle zu einem Kaffee trinken im Foyer der Kirche eingeladen.

Gottesdienste mit Abendmahl

An den **Donnerstagen, 3. April und 15. Mai, jeweils 10:30 Uhr** gestalten **Pfarrer Peter Herbert** (Pfarrgemeinde Unterleinleiter) und **Pastor Dirk Zimmer** (Tabea und Evangelisch-Freikirchliche Gemeinde) einen ökumenischen Tabea Gottesdienst mit Abendmahl in der Christuskirche.

Erinnerungsgottesdienst für das Halbjahr seit November 2024

Am **Samstag, 24. Mai, 14:30 Uhr** laden **Pastor Dirk Zimmer** und sein Team wieder zum Erinnerungsgottesdienst ein. Dabei wird der seit November letzten Jahres Verstorbenen namentlich gedacht, die vom ambulanten Pflegedienst betreut wurden, im Pflegeheim oder im Servicewohnen gelebt haben. Im Anschluss an den Gottesdienst können wir beim Kaffeetrinken miteinander ins Gespräch kommen. Pastor Dirk Zimmer bittet **bis zum 18. Mai** um Anmeldung (09198-808 191 oder per E-Mail dirk.zimmer@tabea.de).

Vorankündigung

- 02.06.2025: Weißwurstfrühschoppen
- 05.07.2025: Sommerfest für Bewohner und Angehörige
- 19.07.2025: Familienfest für Mitarbeitende

Deutschlandticket für Mitarbeitende

Mit Freude können wir verkünden, dass wir Ihnen das Deutschlandticket als Jobticket anbieten können. Dank einer erhöhten Beteiligung von Tabea, können wir es **für eine Zuzahlung von nur 33,30 €** anbieten.

Für unsere Auszubildenden sowie FSJ/BFD stellen wir das Jobticket sogar kostenfrei zur Verfügung. Nähere Informationen dazu auf der Infotafel auf 3UG. Bei Fragen steht Ihnen gerne

Nicola Sillem unter folgender Rufnummer oder per Mail zur Verfügung:

040 80 92 -1104 oder
Nicola.Sillem@tabea.de



Kummerkasten der Mitarbeitervertretung

Wie vielleicht schon manche gesehen haben, hängt auf UG3 Richtung Ausgang ein Kummerkasten. Dort könnt Ihr eure Wünsche, Anregungen, Fragen usw. einwerfen, am besten mit Namen versehen, dass wir bei Bedarf auf euch zu kommen können! Eure Anliegen werden selbstverständlich vertraulich von der MAV behandelt.

Liebe Grüße
Eure Mitarbeitervertretung

Bzw., beziehungsweise ...

„Beziehungsweise“ – ein hilfreiches Wort, häufig gebraucht und meistens geschrumpft zu bzw... Neulich aber bin ich über den Begriff gestolpert und habe ihm zugehört, was er sonst noch sagt, außer andererseits, anders gesagt, genauer gesagt, im anderen Falle, oder, oder vielmehr, besser gesagt genauer, mehr als das, mehr noch, respektive, und zwar,...

Beziehungsweise sagt auch, wie unser Leben ist: nämlich eine Beziehungsweise. Oder können Sie sich ein Leben ohne Beziehungen vorstellen? Ein Dasein, auf nichts bezogen, als auf sich selbst?

Unvorstellbar! Das weiß jedes Kind, ja, jedes Baby schon. „Satt und sauber“ allein ist nicht genug. Ohne ein Gegenüber geht es nicht. Schon das Windelalter hätten wir nicht überlebt. Das Bedürfnis nach engen Beziehungen bringen wir mit auf die Welt, wir wollen und müssen verbunden sein, und nur so können wir Vertrauen aufbauen.

Egal, worüber wir reden oder nachdenken, immer geht es um Beziehungen, wir beziehen uns auf andere Menschen und auf die Welt. Ich finde, da sind Menschen den Farben ähnlich. Denken Sie sich einen grünen Kreis auf leuchtend rotem Hintergrund – und jetzt verpflanzen Sie ihn mal in Gedanken in eine weiße Umgebung. Vielleicht noch einmal im Schimmerlicht und einmal mit Festbeleuchtung. Ja, welches grün

ist nun das Wahre? Eine Farbe für sich allein gibt es nicht, und niemand ist eine Insel.

Schon indem wir „ich“ sagen – nein, schon, wenn wir „ich“ spüren – haben wir uns in Beziehung gesetzt, wir haben ein Verhältnis hergestellt, zwischen uns und anderen Menschen oder Dingen. Martin Buber sagt, unser Leben bewegt sich zwischen zwei Grundworten. Weil wir immer auf ein Gegenüber gerichtet sind, ist „ich“ immer Teil eines Wortpaares. In „ich“ klingt entweder ein „du“ an, dann geht es um unser Verhältnis zu Menschen, oder es klingt „es“ mit, also unser Verhältnis zu Dingen, zu der Welt, die uns umgibt. Mit einem „du“ können wir uns wechselseitig austauschen, wir können lebendige Beziehungen mit ihm eingehen, einander begegnen. „Ich und es“ dagegen steht dafür, wie wir uns in unserer Umgebung positionieren, wie wir die Menschen und die Dinge, erfahren oder gebrauchen. Das ist ein großer Unterschied. Martin Buber sagt: „Alles wirkliche Leben ist Begegnung.“

„Der Mensch wird am Du zum Ich“, das war auch der Lieblingssatz meines Psychologie-Lehrers. Wir haben gelernt „ich“ zu sagen, weil wir schon früh festgestellt haben, irgendetwas unterscheidet uns von allem anderen. Kann sein, dass das für unsere Umgebung

anstrengend war, geübt wird ja in der Trotzphase...

Ich – das ist, was mich unterscheidet, das, was nicht du bist und nicht es ist.

Beziehungsweise ... Wie wir uns selber sehen und wie zufrieden oder unzufrieden wir sind, hängt davon ab, wie wir unsere Beziehungsweisen erleben und wie wir darauf reagieren können. Einmal habe ich eine Frau besucht, sie war krank und lag im Bett, und als ich ihr Zimmer betrat, drehten sich fünf Köpfe zur Tür - vier andere waren schon vor mir gekommen. Unsere Gastgeberin winkte heftig in meine Richtung und begrüßte mich mit kräftiger Stimme: „Frau Schaefer! Gut, dass sie da sind! Mich kommt ja nie einer besuchen!“ Es war nicht ironisch gemeint.

So manches mal habe ich mich daran erinnert. Denn es hat mir vor Augen geführt, welche entscheidende Rolle meine innere Antenne hat, also wie und was ich wahrnehme. Martin Buber hat vom Wortpaar Ich-Du gesprochen.

Wenn ich von mir die Vorstellung habe „ich bin eine, die nie besucht wird“, dann kann das offensichtlich so unumstößlich wahr sein für mich, dass mir nicht auffällt, wenn ich mehr Gäste habe als Stühle. Da lohnt es doch, zwischen durch die Antenne nachzujustieren.

Beziehungsweise – werde ich weise in meinen Beziehungen? Oder fühle ich mich als Beziehungsweise? Ist da eine schmerzliche Lücke, wo ich mich nach Begegnung sehne? →



Beziehungsweise – worauf beziehe ich mich? Ein Meister im Justieren seiner Antenne ist für mich Paul Gerhard: Dreißigjähriger Krieg, Seuche, Verluste – in seinem Leben gab es reichlich Stoff für Klagelieder. All das Leid hat er nicht verdrängt, er hatte als Pfarrer den Ruf eines guten Seelsorgers, und hat auch sein eigenes Herz nicht vernachlässigt. Er hat ihm Mut gemacht, dem Herzen: „Geh aus, suche Freude.“ Das Lied singen wir heute noch, und die achte Strophe mag ich besonders:

*Ich selber kann und mag nicht ruhn,
des großen Gottes großes Tun
erweckt mir alle Sinnen;
ich singe mit, wenn alles singt,
und lasse, was dem Höchsten klingt,
aus meinem Herzen rinnen.*

Da weiß einer, worauf er seine Antenne richtet, womit er in Resonanz geht! Resonanz, in dem Wort steckt „re“ für zurück und „sonare“ für klingen, tönen, schallen. Paul Gerhard ist in Resonanz, er singt mit, er lässt es zurück klingen, geradeaus aus dem Herzen. Hier finde ich Worte für eine Resonanz, die auch in Begegnungen beglücken kann, dann wenn es ein – auch stilles – Aufnehmen und Ausdrücken ist, Augenblicke gemeinsamen Schwingens, Momente der Verbundenheit.

Hier finde ich darüber hinaus ausgedrückt, welche starke Wirkung es hat, womit ich verbunden bin. Während der Covid-19-Pandemie waren die Möglichkeiten einander zu begegnen ja radikal beschnitten. In der Zeit habe

ich auf den Pflegewohnbereichen oft Bewohnerinnen besucht, die entweder ganz in ihren Zimmern geblieben waren oder für längere Zeit immer die gleiche Handvoll Etagennachbarn trafen. (Und alles mit Maske...) Keine ideale Bedingung, sich verbunden zu fühlen und mitzuschwingen! Oft kam mir Traurigkeit entgegen, und die Päckchen der Gesprächsthemen wurden immer enger geschnürt. Aber es gab auch immer wieder heitere Augenblicke, wir haben gelacht und gesungen, sind aus uns heraus gekommen, es wurde auch mal auf den Tisch gehauen.

Ich habe mich gefragt: „Was muss geschehen, damit aus Vereinzelung (die es ja auch gibt, wenn mehrere Leute am gleichen Tisch sitzen) Verbundenheit entsteht?“

Die Antwort war schlicht: „Es geht um die Beziehungsweise.“ Da waren zum Beispiel zwei Bewohnerinnen, die Tag für Tag und Stunde um Stunde nebeneinander in der Sessecke saßen. Sie schienen schon alle Worte ausgetauscht haben, weitere Wortwechsel wirkten zäh. Dann aber entdeckten wir eine gemeinsame Leidenschaft: Wir mochten alle drei gern Wolkenbilder beobachten, erzählen, was wir sehen; dazu haben wir gesungen und gereimt. Draußen, wenn das Wetter schön war, oder drinnen vor dem Fenster. Drei erwachsene Frauen, vergnügt und selbstvergessen.

¹ Martin Buber, 1878–1965, Religionsphilosoph. Die dargelegten Gedanken finden sich in seinem Werk *Ich und Du*

Immer dann, wenn es einen gemeinsamen Bezugspunkt gab, der größer war als wir, eine Mitte, in der wir uns treffen konnten, begannen Augen wieder zu leuchten. „Geh aus mein Herz“ - das war die Antwort. Sich auf sich selbst zurück geworfen fühlen, dabei möglicherweise Schmerzen zu haben, (dazu den klebrigen Rand auf dem Nachtschränkchen im Blickfeld, den man nicht eben selbst mal wegwischen kann) glauben, nichts Gutes mehr erwarten zu können – ja, wo soll man dann mitschwingen?

*Niemand ist eine Insel,
Eine Gesamtheit für sich.
Jeder ist ein Stück des Kontinents,
Ein Teil des Ganzen.*

So beginnt ein Gedicht von John Donne. „Kann ja sein,“ denkt man dann vielleicht, „aber ich fühle mich gerade wie eine Hallig bei landunter.“

Mir fällt dazu Baron von Münchhausen ein. Bis an den Hals war er in den Morast gefallen. Für ihn kein Problem – mit der Kraft seiner eigenen Arme zog er sich – samt seinem Pferd – am eigenen Haarzopf wieder raus. Hat er behauptet. Tja ja, das geht eben nicht. Ohne Beziehung, manchmal auch jemand der uns zieht, raus zieht, geht es nicht. Was wir wirklich brauchen, können wir uns nicht selbst geben.

Worauf wir bezogen sind, bestimmt unser Leben: Eher der Nahbereich? Der eigene Haarschopf? Unsere vier Wände? Menschen, mit denen wir in Verbindung sind oder waren? Was löst Resonanz aus? Die Natur? Kunst? Wie ist unsere Beziehung zu Gott? Innerer Weite, auch auf begrenztem Raum, begegne ich hier im Haus hinter so mancher Tür.

Und, na klar, auch das „wie“ der Beziehung entscheidet. Da ist die bekannte Geschichte von den Siedlern: Nach weiter Reise erreicht der Planwagen, beladen mit Kind und Kegel, Hab und Gut, die Grenze zum neuen Land: „Wie ist denn das Leben hier?“ erkundigt sich der Mann auf dem Kutschbock „wie sind die Leute hier so?“ „Wie war es denn da, wo sie herkommen?“ fragt der Mann an der Grenze zurück. „Ja, es ist ein Jammer, dass wir nicht alle unsere Nachbarn mitbringen konnten! Nette Leute, samt und sonders.“ „Machen sie sich keine Sorgen, das ist hier auch so.“ Kurz darauf der nächste Wagen, die gleiche besorgte Frage. „Wie war es denn da, wo sie herkommen?“ „Sie machen sich keine Vorstellung, was wir da ertragen haben! Übelste Gesellschaft war das!“ „Ich fürchte, hier ist es nicht anders...“

Bzw., beziehungsweise... nicht immer lohnt es abzukürzen...

Bobby Schefer

Ein Herzenswunsch wird wahr

Ein lang gehegter Traum wurde für Anja Seidler, Bewohnerin der Tabea Diakonie Heiligenstadt, Wirklichkeit. Dank des ASB-Wünschewagens – eines bundesweiten Projekts des Arbeiter-Samariter-Bundes, das es sich zur Aufgabe gemacht hat, Menschen in ihrer letzten Lebensphase einen besonderen Herzenswunsch zu erfüllen – und des Engagements des Pflegedienstleiters Dominik Voss durfte sie am 9. November das Spiel ihres Herzensvereins TSV 1860 München gegen SV Waldhof Mannheim live im Stadion erleben.

Bereits seit ihrer Kindheit schlägt Anja Seidlers Herz für die Löwen. Das letzte Mal im Stadion war sie im Jahr 2014 – also vor zehn Jahren. Umso größer war die Freude, als ihr Wunsch, noch einmal ein Spiel ihres Lieblingsvereins zu besuchen, nun erfüllt wurde.

Der ASB-Wünschewagen holte Frau Seidler inklusive eines begleitenden Arztes und einer Pflegekraft direkt von der Tabea Diakonie in Heiligenstadt ab. Begleitet wurde sie zudem noch von zwei Mitarbeiterinnen der Einrichtung, die sicherstellten, dass sie diesen besonderen Tag voll und ganz genießen konnte.

Im Stadion erwartete Frau Seidler ein einmaliges Erlebnis: Ein Platz direkt



hinter dem Tor am Spielfeldrand, der ihr eine unvergleichliche Nähe zum Geschehen ermöglichte. Für sie und die anderen Löwen-Fans gab es nach dem Abpfiff großen Grund zur Freude. Die Münchner gewannen das Heimspiel mit 3:0.

Doch damit nicht genug. Im Anschluss an das Spiel hatte Anja Seidler noch die Gelegenheit, den Torwart der Löwen, Marco Hiller, persönlich zu treffen und mit ihm, sowie dem Maskottchen des TSV 1860 München ein Erinnerungsfoto zu machen. Die Fans des Vereins bereiteten ihr ebenfalls eine große Freude und schenkten ihr ein Trikot und zwei Fanschals. Auch kulinarisch kam Frau Seidler auf ihre Kosten: Ein frisch gegrilltes Bratwurstbrötchen und ein kühles Bier rundeten den perfekten Tag ab.

„Alle Jahre wieder“ **Bewohnerweihnachtsfeier 2024**

Am 30. November fand unsere alljährliche Bewohnerweihnachtsfeier (mit Angehörigen) in der Christuskirche statt. Musikalisch umrahmt wurde das Programm von den Jungbläsern aus Hohenpöhlz. Unser Engel Mia Borkowski trug ein Gedicht vor und spielte am Klavier, und auch die traditionell gewordene Diashow mit Highlights des vergangenen Jahres fand wieder ihren Platz. Bürgermeister Stefan Reichold sowie unsere Hamburger Vorstandsmitglieder Steffi Eggers-Macuch und Matthias Frost hatten Grußworte mitgebracht. Unser Pastor Dirk Zimmer lud zum gemeinsamen Gebet ein. Geschäftsführer und Einrichtungsleiter Kamil Borkowski bedankte sich auch in diesem Jahr herzlich für die Arbeit unserer ehrenamtlichen Mitarbeitenden mit einem kleinen Präsent. Es war eine gelungene Feier, ein schönes Beisammensein, ein Nachmittag, an den viele noch gerne zurückdenken werden.



Ein Dankeschön an unsere engagierten Mitarbeitenden – unsere Mitarbeiterweihnachtsfeier

Am 19. Dezember fand unsere Weihnachtsfeier der Mitarbeiter im Gasthaus Sponsel in Oberfellendorf statt. Neben einem festlichen Essen stand auch die Ehrung langjähriger Mitarbeiter im Mittelpunkt des Abends. Die Jubilare wurden für ihre Treue und ihr Engagement im Unternehmen gewürdigt. In feierlicher Atmosphäre wurde gemeinsam gefeiert, gelacht und das Jahr reflektiert.



„Lasst uns froh und munter sein“ Weihnachtsmarkt 2024

Am 21. und 22. Dezember 2024 fand unser Tabea-Weihnachtsmarkt auf der Festterrasse statt. Unsere Mitarbeitenden planten schon seit einigen Wochen dieses Event. Vom Aufbau über das Essen bis hin zum weihnachtlichen Programm. Dieses Jahr waren vor allem die Verkaufsstände ein großes Highlight. Zum ersten Mal wurde auch Langosch und Crepes angeboten, aber auch Waffeln-, Bratwurst- und Glühweinbuden fanden wieder ihren Platz.

Präsentiert wurden auch mehrere Stände mit raffiniert erstellten Dekorationsartikel. Samstags spielten für uns der **Heiligenstädter Posauenchor**, am Sonntag rundete die **Hohenpölzer Blaskapelle** das schöne Wochenende ab. Herzlichen Dank nochmal an alle, die unseren Weihnachtsmarkt wieder zu einem tollen Event gemacht haben.



Kesselfleisch wie früher ...

... ein besonderes Erlebnis für die Bewohner unseres Altenheims.

In der gemütlichen Atmosphäre des Altenheims wurde vor Kurzem eine Reise in die Vergangenheit unternommen – mit einem traditionellen Kesselfleischessen. Für viele Bewohner war dies eine willkommene Gelegenheit, Erinnerungen an frühere Zeiten wachzurufen, als das gemeinsame Schlachten und das anschließende Kesselfleischessen noch ein fester Bestandteil des Landlebens war.

Mit viel Liebe zum Detail wurde der Klassiker zubereitet: frisches Fleisch, Rüssel, schmackhafte Beilagen wie Sauerkraut, Bauernbrot und natürlich ein deftiger Sud. Der Duft zog durch

die Räume und sorgte schon vor dem Essen für Begeisterung. Für die älteren Bewohner war es nicht nur ein kulinarisches Highlight, sondern auch ein Gesprächsanlass. Geschichten von früher wurden erzählt, man erinnerte sich an alte Traditionen und das gesellige Beisammensein, das damals damit verbunden war.

Das Kesselfleischessen war mehr als nur eine Mahlzeit – es war eine Hommage an die Erinnerungen und Lebensgeschichten der Bewohner. Ein Moment des Zusammenhalts, der Tradition und des Genusses, der noch lange in Gesprächen nachklingen wird. Vielen Dank an die Familien Weiß für das spendieren des Schweins.



Viele Gründe zur Freude

In den wohlverdienten Ruhestand ist **Hildegard Prectel** zum 30.11.2024 eingetreten. Mit einer persönlichen Ansprache, einer Urkunde und einem Geschenk bedankten sich die Geschäftsleitung und das Wohnbereichs-Team für die gemeinsamen Jahre und den unermüdlichen Einsatz. Wir wünschen ihr weiterhin alles Gute.



Die tabea Diakonie ist jetzt auch auf



 **facebook**



 **instagram**

Zeitumstellung – Sommerzeit

*Am Sonntag, den 30. März 2025
werden die Uhren wieder
um eine Stunde vorgestellt,
von 02.00 Uhr auf 03:00 Uhr.*



Bildnachweise

Titelbild: © iStock
Rückseite: © pixabay, fietzfotos
Seite 4: © pixabay, geralt
Seite 7: © pixabay, congerdesign
Seite 8: © pixabay, tantetati
Seite 13: © pixabay, geralt
Seite 23/ 24: © pixabay, PublicDomainPicture
Seite 26: © pixabay, ulleo

Alle anderen Fotos © Tabea Diakonie

Diakoniewerk Tabea e.V.
Am Isfeld 19
22589 Hamburg
Telefon 040 8092 0
Fax 040 8092 1233
E-Mail info@tabea.de
www.tabea.de
Gestaltung: Geerdes Kommunikation
Druck: Flyeralarm GmbH

Tabea Diakonie – Pflege Heiligenstadt gGmbH
Familienzentrum 6
91332 Heiligenstadt
Telefon 09198 808 0
Fax 09198 808 102
E-Mail info-pflege-hs@tabea.de
Redaktionsteam: Cornelia Hofmann



***Jesus Christus sagt:
„Ich bin die Auferstehung und das Leben.
Wer an mich glaubt, der wird leben, auch wenn er stirbt;
und wer lebt und an mich glaubt, wird niemals sterben.“***

Johannes 11, 25