



Foto: Margot-Kessler/pixelio.de

Ostergruß 2011

Liebe Schwestern, mit Ostern und Pfingsten tun wir modernen Menschen uns schwer. Das Geschehen beider Feste lässt sich nämlich nicht mit dem Intellekt allein erfassen. Die Auferstehung Christi und die Ausgießung des Geistes Gottes erschließen sich in ihrer Tiefe nur dem Glaubenden. Da haben wir es mit Weihnachten ein bisschen leichter. Das Geborenwerden eines Kindes ist nichts Übernatürliches.

Vor etwa 2000 Jahren ist Christus auferstanden. Diese Tatsache müsste in unserer Alltagstristesse ein Anlass zu Freudenprüngen sein, denn der Tod hat seine Endgültigkeit verloren. Doch stattdessen sehen Viele heute im Osterfest eine Art christlichen Frühlingsanfang. Zwar geht der Ostertermin auf den Frühlingsvollmond des Altertums zurück. Doch stellen weder das jüdische Pessachfest noch das christliche Osterfest ein Frühlingsfest dar.

Ostern ist kein Mythos, keine Legende, und Jesu Tod und Auferstehung auch nicht. Jesus hat wirklich als Mensch gelebt und ist gestorben. Daran gibt es überhaupt keinen historischen Zweifel. Aber die Auferstehung Jesu bedeutet nicht, dass Gott

Jesus einfach ins irdische Leben zurückgeholt habe, an dessen Ende erneut der Tod gestanden hätte. Darin unterscheidet sich Jesus von Lazarus. Lazarus ist auferweckt, Jesus ist auferstanden und den Gesetzen von Raum und Zeit entzogen. Darin liegt eine unglaubliche Dynamik.

Flucht, Zittern, Entsetzen gehören zum Osterereignis dazu, weil das Geschehen mit unserem Denken und Fühlen absolut nicht erklärbar ist.

Weil Jesus auferstanden und bei Gott ist, glauben wir entgegen aller logischen Argumentation, dass auch unsere geliebten Verstorbenen bei ihm sind. Ist das nicht tröstlich?

Der Verlassenheitsschrei „Mein Gott, warum ... ?!“ geht nicht ins Leere. Auch für die aktuellen Katastrophen nicht. Gott erhört den Schrei und er weckt zu neuem Leben. Das ist die zentrale Aussage der Ostergeschichte.

Wer sie für sich ernst nimmt, erfährt Christus als Gegenüber, als Du, bei dem wir den Druck des Schrecklichen und Ohnmächtigen loswerden können. Wir erfahren eine neue Lebensperspektive: Jesus macht Totes lebendig – auch auf Erden

Editorial

Liebe Johanniterschwestern,

zum Osterfest grüße ich Sie herzlich und lade Sie auch auf diesem Weg zum Schwesterntag vom 17. bis 19. Mai nach Nieder-Weisel ein. Unser Jahresthema, die Interprofessionelle Zusammenarbeit, soll dort mit Blick auf die Kommunikation bearbeitet werden. Weitere und vertiefende Seminare finden Sie auf unserer Internetseite.

Besonders hinweisen möchte ich Sie auf unsere Angebote zur Burn-out-Prophylaxe, die wir Ihnen durch freundliche Unterstützung des Fördervereins auch in diesem Jahr anbieten können.

Wer von Ihnen Gäste zum Schwesterntag mitbringen möchte, Interessierte sind uns jederzeit herzlich willkommen! Auch sie haben die Möglichkeit zum gesponserten Tagungsbeitrag teilzunehmen.

Ich wünsche Ihnen frohe Ostern und freue mich auf ein Wiedersehen mit Ihnen in Nieder-Weisel.

Ihre

Andrea Treumer



„Auferstehung Christi“ von Matthias Grünewald (Ölbild auf Holz, um 1514). Es gilt als das schönste Auferstehungsgemälde in der Malerei. Zu bestaunen im geöffneten rechten Flügel des Iseheimer Altars im Unterlinden-Museum, Colmar (Elsass).

und Gewissensdruck. Diese Aussage ist vielmehr eine Wegweisung heraus aus dem Labyrinth der Weltanschauungen, in denen wir uns heutzutage verlaufen können. Sie ist eine Einladung zur lebenserhaltenden und tragenden Klarheit und Eindeutigkeit, auf die wir heute nicht mehr verzichten können. Gott ist aufgrund des Kreuzes unseren persönlichen Abgründen nahe gekommen und durch seine Auferstehung vergegenwärtigt er uns, dass er auch da Leben schenkt, wo es zu zerrinnen droht.

Jesus holte an Ostern die verzagten Menschen zurück und baute mit ihnen seine Nachfolge auf. Das sollte uns angesichts der Existenzängste, von denen wir im Augenblick geschüttelt werden,

zuversichtlich bleiben lassen. Das bedeutet: Wir müssen in Jesu Namen nichts und niemanden verloren geben an die Unerbittlichkeit des Schicksals und an die Sachzwänge dieser Welt. Wir können Schuld aufarbeiten im Blick auf ihn und auf seine Vergebung. Wir können mit ihm zusammen die Schattenzonen und die finsternen Täler unseres Lebens durchlaufen und dürfen dabei auf positive Erfahrungen hoffen und an seine Barmherzigkeit appellieren. Wir können, dank Ostern, sicher sein, dass die Kraft des ewigen Lebens bereits unser irdisches Leben trägt und unser Sterben auch.

„Christ ist erstanden von der Marter alle. Des soll'n wir alle froh sein. Christ will unser Trost sein“.
Jesus Christus will uns zu Ostern in seine Auferstehung hineinziehen. Er will uns regelrecht vom Hocker reißen. Liebe Schwestern, sich davon erfassen lassen, darauf kommt es an.

| Soeur Ute Hampel, Versailles/Hannover

schon. Aus der Keimzelle der drei Frauen am Grabe ist eine Bewegung entstanden, deren Wirkung bis heute zu spüren ist, sonst wären Sie keine Johanniter-schwestern.
Die Botschaft „Er lebt und wir mit ihm“ ist alles andere als Bedrohung, Intoleranz

2 |

Johanniter-Familie aktuell

► Jahresempfang 2011

Etwa 160 Gäste, darunter auch **Bundestagsvizepräsidentin Katrin Göring-Eckardt**, folgten der Einladung des Herrenmeisters, S.K.H. Dr. Oskar Prinz v. Preußen, zum diesjährigen Jahresempfang des Johanniterordens in die Landesvertretungen Brandenburg und Mecklenburg-Vorpommern beim Bund in Berlin. Die Grußworte überbrachte der Staatssekretär im Ministerium für Arbeit, Soziales, Frauen und Familie des Landes Brandenburg, Prof. Dr. Wolfgang Schröder. Der Gastvortrag wurde vom **Innenminister des Landes Mecklenburg-Vorpommern, Lorenz Caffier**, gehalten. Im Mittelpunkt der Rede des Herrenmeisters standen die Folgen der demografischen Entwicklung und die damit verbundenen Herausforderungen, auch künftig für die Einrichtungen der Johanniter ausreichend Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter für die Pflege gewinnen zu können. Die Johanniter begegnen diesen Herausforderungen bereits heute durch Personalressourcen-Konzepte und eigener Ausbildung von Pflegefachkräften.

► 60 Jahre Johanniter-Hilfsgemeinschaften (JHGen)

Seit 60 Jahren bestehen die JHGen als eigenes, ausschließlich ehrenamtlich getragenes Ordenswerk. 1948 beschloss in Hamburg über 200 Damen und Ritterbrüder, sich um hilfebedürftige Flüchtlinge und heimatvertriebene Familien in Ostdeutschland zu kümmern – diese Keimzelle wandte

sich an den Johanniterorden. Es wurde eine „Vereinigung des Johanniterordens in Hamburg“ gegründet. 1951 bereite der Orden die Gründung eines neuen ordensweit tätigen Werkes vor. Ein Jahr später, 1952, wurde dann auch die Johanniter-Unfall-Hilfe (JUH) gegründet.

Mehr Informationen unter: www.jhg.johanniter.de

► Ein Jahr Haiti-Hilfe

Mehr als 250.000 Menschen starben seit Januar 2010 und 1,3 Millionen Menschen wurden obdachlos. Die Johanniter-Auslandshilfe (JUH) ist seit über einem Jahr unter anderem mit einer Orthopädiewerkstatt, drei täglich umherfahrenden Medizinteams und einer psychosozialen/physiotherapeutischen Betreuung vor Ort. 16 Haitianer werden durch die JUH zu orthopädischen Fachkräften ausgebildet. 200-300 Menschen kann somit täglich geholfen werden. Mehr Informationen unter: www.johanniter-auslandshilfe.de

► „... da wird auch dein Herz sein“

Zum **33. Deutschen Evangelischen Kirchentag vom 1. bis 5. Juni 2011 in Dresden** treffen sich wieder viele Johanniter aus den unterschiedlichen Gliederungen und Regionen. Die Schwesternschaft wird sich den Kirchentagsbesuchern, gemeinsam mit den anderen Ordenswerken, auf einem großen Informationsstand in den Messehallen präsentieren. Die Sächsische Genossenschaft stellt die Arbeit der Johanniter in Sachsen entlang des Elbufers vor. Mehr Informationen unter: www.kirchentag.de/dresden

| „Gottesdienst im Dialog“ für dementiell erkrankte Menschen

Seit einiger Zeit begleite ich die Abendmahlgottesdienste in unserem Heim. Dabei ist mir immer wieder aufgefallen, dass viele Besucher des Gottesdienstes zwar mitsangen und sich über das Abendmahl freuten, von der Predigt aber nichts mitbekamen. Entweder schiefen sie ein oder sie wurden unruhig und „störten“ den Ablauf z.B. durch Rufen, Klatschen. Dadurch entstand bei mir die Idee, einen Gottesdienst für „dementiell Erkrankte“ in unserem Haus anzubieten.

Nachdem ich in einer Nachbargemeinde einen „Demenzgottdienst“ besucht hatte, erstellte ich gemeinsam mit unserem Gemeindepfarrer ein Konzept für unsere Einrichtung. Schnell stellte sich heraus, dass viel Kreativität bei der Gestaltung solcher Gottesdienste gefragt ist.

Nun feiern wir schon seit einem Jahr jeden Monat einen solchen „Gottesdienst im Dialog“ gemeinsam mit an Demenz erkrankten Menschen, mit denen wir in der Tat während des Gottesdienstes Kontakt aufnehmen.

Die Vorbereitung dieses Gottesdienstes macht viel Freude und verlangt in der Umsetzung große Flexibilität, Spontaneität und eine ganz besondere Haltung gegenüber der dementiell erkrankten Bewohner und Bewohnerinnen.

Das Feiern eines Gottesdienstes mit dementiell veränderten Menschen erfordert eine Atmosphäre unbedingter Wertschätzung und Achtung. Die Besucher müssen sich angenommen fühlen. Sie müssen sich wohlfühlen! Nicht nur die Haltung des Vortragenden ist von Bedeutung auch die Art der Verkündigung ist wichtig. Diese sollte ermutigend und tröstlich sein. Menschen mit Demenz fühlen sich angesprochen durch eine lebendige und aufbauende Verkündigung, die sie einbezieht. Daher darf sie auch in Form eines Dialogs sein. Hierbei ist es wichtig, dass jede Äußerung der Besucher gewürdigt wird und es nicht auf „Richtigkeit“ ankommt.

Flexibilität ist deshalb wichtig, da auch ein gut vorbereiteter Gottesdienst meistens anders abläuft als geplant. Das Besondere an der Situation der dementen Besucher ist, dass sie stark ihrer Tagesform unterworfen sind, die sie in ihrem Verhalten bestimmt. Darum kann dieselbe Handlung an verschiedenen Tagen ganz unterschiedlich aufgenommen werden. Da das Gespür der Menschen für Stimmungen und Atmosphäre sehr hoch ist, kann das die ganze Gruppe beeinflussen.

Wir sind froh, diesen Gottesdienst in unserem Haus eingeführt zu haben und haben die Erfahrung gemacht, dass unsere Bewohner und Bewohnerinnen mit Demenz in diesen Gottesdiensten etwas erleben was sie persönlich anspricht, erfüllt und aktiviert.



Das Konzept „Gottesdienstes im Dialog“

Um den Wiedererkennungseffekt zu gewährleisten und dadurch das Gefühl von Bekanntheit, Sicherheit und eigener Fähigkeit zu stärken, ist es sinnvoll, einen möglichst immer gleichen Ablauf des Gottesdienstes zu feiern.

Die Beziehung:

Eine Beziehung zum Bewohner aufbauen und beibehalten:

- persönliche Begrüßung und Verabschiedung (an der Tür),
- der Dialog mit dem Bewohner während des Gottesdienstes,
- wertschätzende Haltung,
- Nähe zum Bewohner während des ganzen Gottesdienstes.

Der Inhalt:

- die Texte sollten bekannt und einfach sein (Wiedererkennungswert),
- vertraute Lieder,
- bei der Ansprache sollten die Sätze kurz und einfach strukturiert sein,
- einfache Gedanken, die die Emotionalität ansprechen (nicht den Intellekt),
- Orientierung an der Biografie (nicht am Weltgeschehen),
- Gegenstände zeigen -> steigert die Konzentration. Vorsicht: Gegenstände werden gerne in den Mund gesteckt -> Verschlucken!!!,
- der Gottesdienst sollte max. 45 Minuten dauern.

Die Rahmenbedingungen:

Der Raum sollte so gestaltet sein, dass man ihn schon beim Hineingehen als kirchlichen Raum erkennt. Dazu gehören: ein Altar, Kerzen, Blumensträuße, eine aufgeschlagene Bibel, eine Themen bezogene gestaltete Mitte, eine Orgel oder ein Klavier (notfalls eine CD), der Pfarrer oder Liturgist im Talar (Johanniterschwestern in schwarzer Tracht) und Glockengeläut (CD)

Vor- und Nachbereitung:

Lüften des Raumes, Stühle stellen (möglichst großen Kreis mit Lücken für die Roll- und Mobilisationsstühle und Platz für die Rollatoren, Hilfestellung beim Rückweg in den Wohnbereich leisten, Bewohner an einen/ihren Platz begleiten.

Der Gottesdienst

- Begrüßung an der Tür
- Glockengeläut
- musikalisches Vorspiel
- Votum
- Begrüßung
- Lied (z.B. „Lobe den Herren den mächtigen König der Ehren“)
- Psalm 23 (bei jedem Gottesdienst)
- Gloria Patri
- Gebet
- Lied
- Predigt / Ansprache
- Lied
- Gebet und Vaterunser
- Segen (jedem Bewohner einzeln zugesprochen!!!)
- musikalisches Nachspiel
- Glockengeläut zum Ausgang
- Verabschiedung an der Tür

| Johanniterschwester Ulrike v. Armanberg



| Ein Seminar für die Anwärterinnen in Nieder-Weisel

Das Wetter ist ideal für die Anreise. Die Sonne scheint, die Natur strahlt buchstäblich und es riecht nach Frühling. Ich bin auf dem Weg nach Nieder-Weisel zum ersten Anwärterinnen-Seminar der Johanniter-Schwesterschaft.

Mir gehen die verschiedensten Dinge zum Thema Zeitplanung und Themenwahl durch den Kopf. Ich freue mich auf die gemeinsame Zeit. Endlich bekomme ich zu den einzelnen Namen und Telefonstimmen auch ein Gesicht.

In den letzten Jahren stiegen die Zahlen der Anwärterinnen immer weiter an und blieben dann auf hohem Niveau, rund 20 neu zu Ernennende pro Jahr. Hinzu kam, dass auch die Teilnehmerzahlen des Schwesterntages stiegen. So wurde es immer schwieriger, den Anwärterinnen am Schwesterntag den Raum zu geben, den jede einzelne im Vorfeld dieses für sie so wichtigen Ereignisses braucht. Um dem Abhilfe zu schaffen, wurde von der Ordensoberin beschlossen, im Vorfeld des Schwesterntages ein Anwärterinnen-Seminar zu veranstalten.

Die Anwärterinnen sollten Gelegenheit bekommen, sich außerhalb des beruflichen Umfeldes, der privaten Sachzwänge und fern des Schwesterntag-Trubels noch einmal in Ruhe mit den wesentlichen Aspekten der Ernennung zur Johanniterschwester auseinanderzusetzen.

Am 3. März trafen 19 Anwärterinnen im Seminarzentrum der Johanniter-Unfallhilfe e.V. in Nieder-Weisel ein. Es war ihnen die Anspannung und die stumme Frage: „Was erwartet mich hier?“ anzumerken.

Wir starteten mit einem gemeinsamen Mittagessen. Hier saßen noch diejenigen zusammen, die sich bereits kannten. Im Anschluss daran ging es in den Seminarraum. Ordensoberin Andrea Trenner hatte sich eine besondere Idee zum „Ankommen“ und für die Einstiegsrunde des allgemeinen Kennenlernens einfallen lassen. Anschließend war die Stimmung bereits deutlich lockerer und die kurz zuvor noch starr vorhandenen Gruppen waren aufgebrochen.

Da gerade die „Seligpreisungen“ für die Johanniter-Familie eine besondere Bedeutung haben, besprach am späteren Nachmittag Pfarrer Olaf Fröhlich, (seit 2010 Pfarrer der Johanniter-Gemeinde in Nieder Weisel) dieses Thema mit den Anwärterinnen. Anschließend lud er sie

ein, mit ihm die Kirche, den Kapitelsaal und das Ordenshaus zu besichtigen und hielt mit ihnen eine kurze Andacht in der Ordenskirche.

Nach dem Abendessen trafen sich dann alle nochmals im Seminarraum. Sie erhielten Informationen zur Funktion und zum traditionellen Hintergrund der Tracht und wurden mit der Trachtordnung der Johanniter-Schwesterschaft vertraut gemacht. Und schließlich zum Abschluss des offiziellen Programms des ersten Tages bekam jede Anwärterin ihr Festkleid. Im Verlauf der Anprobe wurde die Stimmung immer gelöster. Den Abschluss des Abends bildete eine gemütliche Runde im Restaurant mit viel Zeit zum weiteren Kennenlernen.

Am nächsten Morgen waren fast alle bereits früh auf den Beinen, so dass auch beim Frühstück ausreichend Zeit für weitere Gespräche blieb.

Der zweite Seminartag begann für die Teilnehmerinnen mit dem Thema: „Johanniterschwester zu sein – Was bedeutet das für mich“ und behandelte die Selbstverpflichtung, die jede Johanniterschwester mit der Ernennung eingeht.

Der letzte offizielle Tagesordnungspunkt beschäftigte sich mit dem Ablauf der Ernennung. Zunächst besprach die Ordensoberin mit den Anwärterinnen im Blauen Salon die wichtigsten Punkte im Ablauf. Anschließend – wie beim Einzug in die Komturkirche am Ernennungstag – ging es dann in Zweierreihen in die Kir-

che, wo der weitere Ablauf der Ernennung geprobt wurde.

Im Seminarraum gab es danach noch ein Abschlussgespräch und dabei zeigte deutlich, dass die Entscheidung, ein solches Anwärterinnen-Seminar vor der Ernennung zu veranstalten, gut und richtig war. Die Rückmeldungen der Teilnehmerinnen waren einstimmig positiv. Die vergangenen Stunden hatten geholfen, Unsicherheiten und Fragen bezüglich der Ernennung auszuräumen und aus der Gruppe Einzelner war eine Gemeinschaft geworden.

Ein Satz einer Anwärterin ist mir besonders in Erinnerung geblieben: „Die Ernennung ist für mich etwas Besonderes, hat aber durch dieses Seminar eine noch herausragendere Wertigkeit bekommen.“

Nach einem gemeinsamen Mittagessen trennten sich die Wege der einzelnen Teilnehmerinnen. Die Vertrautheit untereinander war jetzt wie am Ende eines Schwesterntages: „Tschüss, komm gut nach Hause! Ich melde mich bei Dir!“ „Bald sehen wir uns ja wieder – bis zum Schwesterntag sind es ja nur noch wenige Wochen!“

Hatten sich diese Frauen wirklich erst vor 24 Stunden kennen gelernt? Der Geist unserer Schwesterschaft vermag viel.

| **Monika Eilhardt, Koordinatorin der Regionalschwestern**



| Registrierung beruflich Pflegender durch mehr Service im Internet

Für registrierte beruflich Pflegende (RBP) ist es jetzt viel einfacher geworden. Probieren Sie es aus und loggen Sie sich ein: www.regbp-online.net

- **Online-Aktualisierung der persönlichen Daten**

Ihre persönlichen Daten wie beispielsweise Name, Adresse, Telefon etc. können Sie jetzt ganz einfach direkt online verwalten.

- **Online-Einstellen der Schulungszertifikate**

Ihre Fortbildungszertifikate können Sie künftig direkt nach erfolgter Schulung online einstellen und müssen diese nicht, wie bisher, per Post zusenden.

- **Eindeutige Zuordnung der Fortbildungspunkte**

Jede Fortbildung erhält ab sofort eine eigene Nummer. Damit können die von Ihnen hoch geladenen Teilnahmezertifikate eindeutig der jeweiligen Fortbildung zugeordnet werden. Und so kann letztlich die richtige Punktzahl der Schulung auf Ihrem Konto verbucht werden.

- **Abfrage des aktuellen Kontostands**

Sie können jetzt tagesaktuell Ihren erreichten Kontostand der Fortbildungspunkte inklusive der noch fehlenden Punkte bis zur Re-Registrierung abfragen.

Voraussetzung dafür ist, Sie laden Ihre Teilnahmezertifikate direkt nach erfolgter Schulung auf die RbP-Online-Plattform hoch.

- **Automatische Erinnerung**

Rechtzeitig vor Ablauf Ihrer Registrierung erhalten Sie per E-Mail eine Erinnerung zur Re-Registrierung. Inklusive einer Information zu den eventuell noch fehlenden Fortbildungspunkten.

The screenshot shows the 'Registrierung beruflich Pflegender' website interface. At the top, there is a navigation menu with links: Startseite, News, Was?, Wer?, Warum?, and Wie?. Below the header, the main content area is titled 'Persönliche Daten bearbeiten'. It contains several input fields for personal information: Straße*, Postleitzahl*, Ort*, Telefon, Telefax, and E-Mail-Adresse. Each field has a corresponding text input box.

The screenshot shows the 'Registrierung beruflich Pflegender' website interface. At the top, there is a navigation menu with links: Startseite, News, Was?, Wer?, Warum?, and Wie?. Below the header, the main content area is titled 'Eingabe einer besuchten Schulung'. It contains several input fields for course information: Titel der Weiterbildung*, Datum*, Kurs-Nr. (with a dropdown menu labeled 'bitte wählen'), and Andere Kursnummer*. There is also a 'Nachweis hochladen' field with a 'Durchsuchen...' button next to it.

Ihre Vorteile auf einen Blick:

Mehr Flexibilität, weniger Aufwand und immer auf dem neuesten Stand. Durch die Online-Aktualisierung der persönlichen Daten gehört die aufwändige Kommunikation per Telefon, Fax oder E-Mail der Vergangenheit an. Unabhängig von den Bürozeiten der RbP, haben Sie den tagesaktuellen Überblick über Ihren Fortbildungspunktestand, über noch fehlende Punkte und Sie werden frühzeitig an die Re-Registrierung erinnert.

| Christine Wesche

| 5

| Gospel-Workshop auf dem Johannitergut Beinrode

Vom 21. bis 23. Januar 2011 fand auf dem Johannitergut Beinrode ein Gospel-Workshop statt, an dem auch 16 Johanniterschwestern teilnahmen. In den drei Tagen wurden wir in beeindruckender Weise von Gebhard v. Krosigk in das Thema eingeführt. Gospel oder Gospelmusik bezeichnet christliche afro-amerikanische Musik des 20. und 21. Jahrhunderts. Im engeren Sinne wird unter Gospel die Kir-

chenmusik afroamerikanischer Gemeinden verstanden, die sich durch Jazz- und Blues-Einflüsse auszeichnet.

Wir lernten neun verschiedene Lieder teils als Kanon und teils mit Soloeinlagen. Zwischen den einzelnen Liedern bekamen wir immer wieder Gedankenimpulse unterschiedlichster Thematiken. Theorie und Stimmübungen wechselten sich angenehm ab und wurden durch Pausen und

einer ausführlichen Mittagspause unterbrochen. Die Teilnehmer/innen nutzten die Mittagszeit zur Ruhe oder zu einem langen Spaziergang im Schnee.

Der Workshop fand in dem herrlichen großräumigen Johannitergut Beinrode statt, und da wir die einzigen Gäste waren, wurden wir vom dortigen Personal großzügig umsorgt. Natürlich fand auch ein abendliches Zusammensitzen im Weinkeller statt, bei dem bis spät in die Nacht gute Gespräche geführt wurden. Am Sonntag wurden dann die einstudierten Lieder im Rahmen eines musikalischen Gottesdienstes in einer uralten Kirche vorgeführt. Wir waren schon ein wenig aufgeregt, aber zum Glück gab es ja noch Herrn v. Krosigk.

Dieses Wochenende war geprägt von vielen beeindruckenden Erlebnissen und tiefen Gefühlen, bedingt durch die gemeinsame Musik, aber auch durch das Miteinander.

| Johanniterschwester Sylvia Jeuthe



| Atem holen – Pilotseminar Achtsamkeitstraining MBSR

Im vergangenen Jahr stellte ich mich – nach fast dreißigjähriger Berufstätigkeit in unterschiedlichen Bereichen und Funktionen (mit kurzer Unterbrechung durch Kindererziehungszeit) – noch einmal einer neuen Herausforderung.

Ich wechselte nach zehn Jahren Nachtendiensttätigkeit wieder in den Tagdienst, übernahm erneut eine Leitungsfunktion und stockte meine Arbeitszeit von 50 auf 80 Prozent auf.

Durch die damit verbundenen Veränderungen im beruflichen, privaten und familiären Bereich befand ich mich im Sommer diesen Jahres in einer Phase sehr großer Belastung. Im Beruf war Vieles neu und wieder zu lernen, meine Rolle als Leitung mit Leben zu füllen, Patienten- und mitarbeiterorientiert zu arbeiten. Zuhause waren die Bedürfnisse von Familie und Freunden und mein Anspruch, Allen gerecht zu werden. Nach einem Jahr „Dauerpower“, war ich an den Grenzen meiner körperlichen und mentalen Fähigkeiten angekommen. Ich musste mir überlegen, wie ich weitermache, ohne mich selbst ganz aus den Augen zu verlieren.

Wie oft in solchen Situationen, bekam ich zur richtigen Zeit den richtigen Impuls. Diesmal war es die Möglichkeit, an einem Achtsamkeitstraining teilzunehmen.

Dieses Training wurde vor 30 Jahren an der Stressklinik des Massachusetts Institute of Technology (MIT) in Cambridge (USA) entwickelt und dient der Stress-Phylaxe- und Reduktion. Mit Meditation, Yoga und psychoedukativen Übungen bietet es einen ganzheitlichen Ansatz auf der körperlichen, emotionalen

und kognitiven Ebene. Der Schwerpunkt liegt dabei auf der Schulung der Achtsamkeit.

Achtsamkeit bedeutet, alles was im Moment geschieht, bewusst wahr- und anzunehmen, ohne es zu bewerten oder kritisch zu hinterfragen.

So meldete ich mich für das angebotene Seminar an und machte mich Samstag, den 6. November früh auf den Weg nach Bonn zur Krankenpflegeschule, wo ich dann weitere 17 gut gestimmte Teilnehmer/Innen in den großzügigen, hellen Räumen der Schule traf.

Zwei Minuten der Stille bildeten den Einstieg und gaben die Möglichkeit ganz anzukommen und sich auf das Bevorstehende einzulassen.

Unsere Dozentin, Ellen Schepp-Winter, stellte in einem kurzen Theorie-Teil das Konzept des MBSR vor. Es folgte eine praktische Achtsamkeitsübung, der sogenannte Bodyscan, in der der eigene Körper gedanklich „abgetastet“ wird. So begaben wir uns nach einer kurzen Einführung auf eine Reise von den Zehenspitzen bis zur Schädeldedecke.

Die Mittagspause gab Raum zum Austausch über soeben Erfahrenes sowie für Gespräche über Berufliches und Privates. Gut gestärkt starteten wir in die zweite Runde, in der zunächst eine Einführung in die Sitzmeditation erfolgte und die anschließende Durchführung dann unsere ganzen Sinne forderte. Zum Schluss erhielt jeder Teilnehmer die „Hausaufgabe“ ein kleines Achtsamkeitsprojekt am Abend durchzuführen.

Der Sonntagmorgen begann mit der Rückmeldung über die „Hausaufgabe“. Es war spannend und erstaunlich zu



erkennen, was kleinste Augenblicke der Achtsamkeit bewirken können.

Ganz auf uns konzentriert, führten wir anschließend eine Sitzmeditation durch und einem kurzen Theorieteil folgte die Vorstellung verschiedener Yogaübungen, die im MBSR Anwendung finden.

Der Ausblick auf weitere Trainingseinheiten, die dem Pilotseminar im kommenden Jahr folgen werden und eine Rückmeldung der Teilnehmer/Innen über das Erfahrene, bildeten den Abschluss von zwei wunderbaren Tagen.

Mein ganz persönliches Fazit: „es war wichtig und richtig, genau an diesem Seminar teilzunehmen. Ich konnte innehalten, mich neu erden, hatte Raum für Gedanken und Emotionen, konnte den Augenblick wahr nehmen und spüren, was mir gut tut. Ich konnte Atem holen, seinen Fluss spüren und ihm vertrauen.“ Meine Hausaufgabe in belastenden Situationen wird sein: ein paar Sekunden innehalten und meinen Atem spüren. Mal sehen was sich verändert. Ich bin zuversichtlich! Denn, nur wenn ich achtsam mit mir bin, kann ich es mit meinen Mitmenschen sein.

Ich bin dankbar, dass ich die Möglichkeit hatte und habe an diesem Seminar teilzunehmen und freue mich sehr auf die weiteren Trainingseinheiten.

| Johanniterschwester Ulrike Schepmann

| Interprofessionelle Zusammenarbeit: Regionaltreffen im Johanniterhaus Sinzig

Die Einrichtungsleiterin des Johanniterhauses Sinzig, Johanniterschwester Nadine Hannappel, lud – angeregt vom Jahresthema der Schwesternschaft – am 23. Februar die Johanniterschwestern der Region Bonn/Rhein-Sieg zur „Interprofessionelle Zusammenarbeit“, ein. Fünf Schwestern fuhren hin und erlebten einen freundlichen und offenen Empfang. Bei Kaffee und Kuchen fand eine kurze Vorstellungsrunde der insgesamt zwölf versammelten Johanniterschwestern statt und sehr schnell entstand ein reger Austausch.

Das Johanniterhaus Sinzig präsentierte an diesem Tag das neue Konzept der Tagespflege. Hier ist für dieses Jahr ein Umbau geplant, um die Räumlichkeiten zu erweitern und die Attraktivität dieses Angebots insgesamt nochmals zu steigern. Desweiteren berichtete Johanniterschwester Nadine von der engen und überaus gu-



ten Zusammenarbeit mit der Johanniter-Unfall-Hilfe in Sinzig. Auch zum Thema „Ausbildung in der Pflege“ fanden eine rege Diskussion und ein Erfahrungsaustausch statt, angefangen von Erzählungen der anwesenden älteren Schwestern von vor 25 Jahren bis hin zum heutigen Pflegenotstand. Es wurden Ansätze und Ideen beleuchtet, wie die Lobby der Pflege zu stärken ist und was nötig sei, um den Beruf für die heutigen Zeiten attraktiver zu machen. In diesem Zusammenhang wurde auch über die freiwillige Registrierung der beruflich Pflegenden gesprochen.

Nachmittags berichtet Regionalschwester Ute Bayer-Middecke von den Aktivitäten innerhalb der Region Bonn/Rhein-Sieg, samt einem Rückblick auf 2010 und einen Ausblick auf das Jahr 2011.

Regionalschwester Melanie Schneider stellte kurz den Bereich Palliative Pflege aus dem Johanniterhaus Bad Godesberg vor.

Im Anschluss an diesen professionellen Informationsaustausch führte Pflegedienstleiterin, Johanniterschwester Marianne Arens, durch das Johanniterhaus Sinzig. Dabei konnten die Gäste auch einen Blick in den „beschützenden Bereich“ werfen. Hier wohnen zehn Bewohner, die einer besonderen gerontopsychiatrischen Betreuung bedürfen. Sehr beeindruckend war die in der Mitte des Hauses liegende Kapelle. Sie ist mit einer Videoanlage ausgestattet, so dass Gottesdienste durch den Fernseh-Hauskanal in die Bewohnerzimmer übertragen werden können.

Abschließend möchten wir uns noch mal ganz herzlich für die Einladung bei Johanniterschwester Nadine Hannappel und Johanniterschwester Marianne Arens bedanken.

| Regionalschwester Ute Bayer-Middecke und
Regionalschwester Melanie Schneider

| Gut angekommen – Fachseminar für Altenpflege in Troisdorf eingeweiht

Nachdem im Dezember der Umzug des Fachseminars für Altenpflege der Johanniter-Akademie von St. Augustin nach Troisdorf gut über die Bühne gegangen ist, konnte am 22. Februar 2011 – im Rahmen eines Tages der offenen Tür – offiziell die Einweihung der neuen Räume gefeiert werden.

Und so freute sich Christina Körner, Johanniterschwester und stellvertretende Leiterin des Fachseminars, neben vielen Gästen aus den kooperierenden Pflegeeinrichtungen auch Vertreter der Kommune und von Behörden begrüßen zu können.

Für die Stadt Troisdorf hat sich der Bürgermeister Klaus-Werner Jablonski mit Mitarbeitern seines Hauses Zeit genommen, um den „Neuzugang“ in seiner Stadt zu begrüßen und freute sich: „Sehr schöne attraktive Räume mitten in der Stadt für eine wichtige soziale Einrichtung.“

Als Leiter der Akademie freute sich Ralf Sick, dass Lehrkräfte wie Auszubildende sehr gut in den neuen Räumen „angekommen“ sind.

Das Fachseminar hat nicht nur vom Ambiente und von der Ausstattung der Räume und des Umfelds durch den Umzug weiter gewonnen. Auch die Anbindung an den öffentlichen Personen-Nahverkehr (ÖPNV) ist durch den hier nur wenige Fußminuten entfernten Troisdorfer Bahnhof deutlich verbessert. Auch gibt die Immobilie dem Fachseminar gute Möglichkeiten um sich perspektivisch zu entwickeln

und zum Beispiel den Fort- und Weiterbildungsbereichs auszubauen.

Der Tag der offenen Tür wurde von den Schülern des Fachseminars aktiv mitgestaltet. So standen Sie für Fragen der Besucher zur Verfügung, sorgten für das leibliche Wohl und gestalteten die Räume mit Bildern, Collagen etc. Lobende Worte fand Dirk von Jakobowski, Projektverantwortlicher für den Umzug und Leiter der Servicestelle der Johanniter-Akademie, für die Stadt Troisdorf, die mit ihrer Wirtschaftsförderung hilfreich bei der Immobiliensuche zur Seite stand.

| Dirk von Jakobowski, Pressesprecher
Johanniter-Unfall-Hilfe e.V.
Johanniter-Akademie

*Christina Körner,
stv. Leiterin des Fachseminars
(Fotos: Dirk von Jakobowski,
Johanniter-Akademie)*



| TERMIN Schwesterntag 2011
17.–19. Mai 2011 in Nieder-Weisel

| Johanniter-Schwesterschaft mit neuem Angebot in Bonn

Die Johanniter-Schwesterschaft verfügt seit dem Einzug der Evangelischen und Johanniter Bildungs GmbH in ihre neuen Räume (großes gelbes Gebäude auf dem Parkgelände des Johanniter-Krankenhauses Bonn) dort auch wieder über ein Büro in der 2. Etage.

Ab Juni 2011 wird das Büro an jedem ersten Dienstag eines geraden Monats besetzt sein. **Termine in 2011: 7. Juni • 2. August • 4. Oktober • 6. Dezember.**

Monika Eilhardt, Koordinatorin der Regionalschwestern, wird dann jeweils in der Zeit von 10 bis 12 Uhr für Johanniter-schwestern und am Thema „Schwesterschaft“ Interessierte für persönliche Gespräche zur Verfügung stehen.

Kontakt:

Johanniter Schwesterschaft e.V.

c/o

Evangelische und Johanniter Bildungs GmbH

Schule für Gesundheits- und Krankenpflege

Johanniterstraße 5

53113 Bonn

Telefon 0228 543-2807

| Persönliches

Wir gedenken der Johanniterschwestern:

Gertrud Jabs verstarb im Alter von 87 Jahren

Brigitte Bruns verstarb im Alter von 59 Jahren

Herzliche Glück- und Segenswünsche ...

zur Hochzeit:

Katharina Höver und **Detlef von der Laden** wurden am 4.12.10 in Weiskirchen (Saarland) getraut.

zum Nachwuchs:

Anne Grüneberg, Berlin –

Sohn **Richard Christoph Michael** *12.10.2010

Michaela Breuer, Rheinbach – Tochter **Martha** *16.10.2010

Tatjana Schaub, Bonn – Sohn **Joshua** *13.12.2010

Dorothee Döing, Berlin – Sohn **Jonas** *21.12.2010

Als neue Mitglieder begrüßen wir:

Beate Wogawa, Tangermünde

Susan Rosenbaum-Hagemann, Tangermünde

Als neue Fördermitglieder begrüßen wir:

Fynn Leonhard, Meckenheim

Dr. Jens Leonhard, Meckenheim

| JoSch

Der Schwesternbrief | April 2011

| Die Regionalschwestern

Koordinatorin

Monika Eilhardt, Tel.: 02292/408486 (nur Di. u. Mi. 9-13 Uhr)

E-Mail: monika.eilhardt@johanniter-schwesterschaft.de

Ausland (Region 1)

Sabine Titze, Tel.: 030/8310865

E-Mail: sabine.titze@johanniter-schwesterschaft.de

Berlin / Sachsen (2)

Dr. Christine v. Reibnitz, Tel.: 030/138940-13

E-Mail: christine.v.reibnitz@johanniter-schwesterschaft.de

Dorothee Döing, Mobil: 0177/4076502

E-Mail: dorothee.doeing@johanniter-schwesterschaft.de

Nord (3)

Gela Spöthe, Tel.: 040/7651603

E-Mail: gela.spoethe@johanniter-schwesterschaft.de

Birgit zum Felde, Tel.: 04188/899651, Mobil: 0163/6200936

E-Mail: birgit.z.felde@johanniter-schwesterschaft.de

Ostwestfalen, Gronau und Hannover (4)

Anne-Lotte Freiin v. Ledebur, Tel.: 05746/8250

E-Mail: v.ledebur@johanniter-schwesterschaft.de

Martina Theuner (ab 1.1.2011), Tel.: 05182/6161,

E-Mail: martina.theuner@johanniter-schwesterschaft.de

Sachsen-Anhalt, Thüringen, Braunschweig, Göttingen (5)

Heike v. Knobelsdorff, Tel.: 05304/932749

E-Mail: heike.v.knobelsdorff@johanniter-schwesterschaft.de

Christiane Schulz-Pillgram, Tel.: 0531/873163

E-Mail: christiane.schulz-pillgram@johanniter-schwesterschaft.de

Köln, Düsseldorf, Ruhr (6)

Charlotte Kibele, Tel.: 0221/4300200

E-Mail: charlotte.kibele@johanniter-schwesterschaft.de

Christina Körner

E-Mail: christina.koerner@johanniter-schwesterschaft.de

Bonn, Rhein-Sieg (7)

Ute Bayer-Middecke, Tel.: 02228/531

E-Mail: ute.bayer-middecke@johanniter-schwesterschaft.de

Melanie Schneider, Tel. 02742/966537

E-Mail: melanie.schneider@johanniter-schwesterschaft.de

Hessen, Rheinland-Pfalz (8)

Martina Henn, Tel.: 02680/8918

E-Mail: martina.henn@johanniter-schwesterschaft.de

Birgit Beier, Tel.: 02689/927084

E-Mail: birgit.beier@johanniter-schwesterschaft.de

Baden-Württemberg (9)

Silke Kloppenburg-Grote, Tel.: 0711/6740894

E-Mail: silke.kloppenburg-grote@johanniter-schwesterschaft.de

Andrea v. Polenz, Tel.: 0711/7450209

E-Mail: andrea.v.polenz@johanniter-schwesterschaft.de

Bayern (10)

Freya Jaroljmek, Tel.: 08071/5263035

E-Mail: freya.jaroljmek@johanniter-schwesterschaft.de

Monika Eilhardt, Tel.: 02292/408486 (nur Di. u. Mi. 9-13 Uhr)

E-Mail: monika.eilhardt@johanniter-schwesterschaft.de

| Impressum

Herausgeberin: Johanniter-Schwesterschaft e.V.

Finckensteinallee 111, 12205 Berlin

Kontakt: Telefon 030 138940-12, Fax -14

E-Mail schwesterschaft@johanniterorden.de

Spendenkonto: Nr. 307 040 600, BLZ 100 700 24, Deutsche Bank AG, Berlin

Redaktion: Andrea Trenner (V.i.S.d.P.),

Stefan A. Beck, Dr. Christine v. Reibnitz, Christine Wesche

Herstellung: Druck- und Verlagsgesellschaft Rudolf Otto mbH, Berlin