

Sommerausgabe 2026

Wachstum und
Entwicklung –
ein lebenslanger Weg

Späte Blüten
wachsen noch!

Eine Kurzgeschichte

Beruf mit Herz
und Ausgleich
im Grünen

15 Jahre Diakoniestation Stuttgart –
Interview mit Andrea Langenstein

Tagespflege Seidenstraße

Leben, lachen und umsorgt sein



Im April eröffneten wir neben unserem Standort in Vaihingen eine weitere, neue Tagespflege in der Seidenstraße 73.

Sie haben Interesse, Gast in unserer Tagespflege zu werden? Dann wenden Sie sich an unsere Pflegedienstleitung Frau Kristin Teichmann.

Sie erreichen Frau Teichmann telefonisch unter 0711 550385-410 oder -480 und per E-Mail: k.teichmann@ds-stuttgart.de

Diakoniestation Stuttgart
Tagespflege Seidenstraße
Seidenstraße 73
70174 Stuttgart



 Eine Einrichtung der Diakoniestation Stuttgart | www.ds-stuttgart.de

15 Jahre

Diakoniestation
 S t u t t g a r t



”



Liebe Leserinnen und Leser,

seit nunmehr 15 Jahren steht die Diakoniestation Stuttgart, in Trägerschaft des Evangelischen Kirchenkreises Stuttgart, für Wachstum, Verlässlichkeit und eine Pflege, die den Menschen in den Mittelpunkt stellt. Was einst mit vielen kleinen Einrichtungen begann, hat sich im Laufe der Jahre zu einem vielfältigen, starken Netzwerk entwickelt, in dem heute alle ambulanten Pflegeleistungen und Angebote rund um die häusliche Versorgung unter einem Dach vereint sind. Dieses kontinuierliche Wachsen war möglich, weil wir stets bereit waren, uns weiterzuentwickeln – fachlich, strukturell und menschlich.

Heute sind wir der größte Anbieter von ambulanter Pflege in Stuttgart. Dieser Anspruch verpflichtet uns täglich zu hoher Qualität, zu klaren Standards und zu einer Haltung, die Professionalität und Menschlichkeit verbindet. Besonders stolz sind wir auf unsere hervorragenden Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter. Mit ihrem Engagement, ihrer Fachkompetenz und ihrer herzlichen Zuwendung tragen sie dazu bei, dass unsere Kundinnen und Kunden sich gut begleitet und sicher fühlen.

Unser Selbstverständnis als christliche, diakonische Einrichtung ist geprägt von starken Partnerschaften. Die Unterstützung durch die Kirchengemeinden und die enge Zusammenarbeit mit den Krankenpflegevereinen bilden ein tragendes Fundament unserer Arbeit.

Ebenso wichtig ist das vertrauensvolle Miteinander mit unseren Partnern aufseiten der Kostenträger, der Kommune und der weiteren Akteure der Gesundheitsversorgung. Wir sind sehr stolz darauf, dass wir für viele Hausärztinnen und Hausärzte sowie Kliniken der erste Ansprechpartner sind. Diese Kooperationen geben uns Stabilität und ermöglichen verlässliche, qualitativ hochwertige Pflegeangebote.

Die Ihnen vorliegende Ausgabe unseres Magazins miteinander berichtet darüber, was bei der Diakoniestation Stuttgart alles bewegt wird. Im Interview mit unserer langjährigen Leitung im Pflegemanagement, Frau Andrea Langenstein, erhalten Sie spannende Einblicke und Eindrücke. Zudem finden Sie Berichte zum Thema Praxisanleitung in der Pflegeausbildung sowie Neuigkeiten aus dem Bereich der Wundversorgung. In der Tagespflege am Vaihinger Markt war der Torhüter Léon Neaimé der Stuttgarter Kickers zu Gast.

Ein großes Ereignis war die Neueröffnung der „Tagespflege Seidenstraße“ im Stuttgarter Westen. Es ist viel los im Jubiläumsjahr. Ich wünsche Ihnen viel Freude beim Lesen dieser Ausgabe.

Armin Picht
Geschäftsführung Diakoniestation Stuttgart

Diakoniestation
 S t u t t g a r t

Ihr Partner für
ein selbstbestimmtes
Leben zuhause



www.ds-stuttgart.de

Inhalt



Wachstum und
Entwicklung **5**



Interview mit
Andrea Langenstein **7**



Rezept:
Quarkkuchen **26**

3 **Vorwort**
Wachstum und Entwicklung

4 **Inhalt**
Kurzübersicht

5 **Wachstum und Entwicklung –
ein lebenslanger Weg**

7 **15 Jahre Diakoniestation Stuttgart**
Interview mit Andrea Langenstein

11 **Beruf mit Herz**
Ausgleich im Grünen

12 **Praxisanleitung**
Pflegen, begleiten und weiterentwickeln

14 **Kreuzworträtsel**
Des Rätsels Lösung: Seite 27

15 **Mein Hochbeet**
Wie Wachstum und Entwicklung sichtbar werden

16 **HuPS24 Haus- und Pflegenotruf**
Sicherheit auf Knopfdruck

17 **Fachtherapeutin Wunde ICW**
Wundexpertin Katrin Vermelin

18 **Späte Blüten wachsen noch!**
Kurzgeschichte von Cornelia Grebe

20 **Stuttgarter Kickers**
Léon Neaimé in der Tagespflege Vaihingen

22 **Tagespflege Seidenstraße** **NEU**
Leben, lachen und umsorgt sein

24 **Kolumne**
Wachstum kennt kein Alter

26 **Rezept**
Sommerlicher Quarkkuchen mit Obst

Wachstum und Entwicklung – ein lebenslanger Weg

Wachstum und Entwicklung zeigen sich auf vielfältige Weise – in der Natur ebenso wie im menschlichen Miteinander. Ein Garten ist dafür ein besonders kraftvolles Sinnbild. Aus einem kleinen Samen entsteht mit Zeit, Pflege und Geduld eine kräftige Pflanze. Sie braucht guten Boden, Licht, Wasser und jemanden, der sie begleitet, schützt und ihr Raum zum Wachsen gibt. So entfaltet sich Schritt für Schritt ihr volles Potenzial.

Wachstum und Entwicklung

Für viele ältere Menschen gewinnt das Leben zusätzlich an Sinn, wenn sie einen Garten anlegen und pflegen. Das tägliche Kümmern um Pflanzen gibt Struktur, Verantwortung und ein Ziel. Sie erleben unmittelbar, dass ihr Handeln Wirkung zeigt: Aus ihrer Fürsorge entsteht Wachstum, aus Geduld wird Blüte, aus Beständigkeit Ernte. Der Garten wird so zu einem Ort der Ruhe, der Selbstwirksamkeit und des inneren Gleichgewichts.

Gartenarbeit verbindet Körper, Geist und Seele. Sie ermöglicht Bewegung im eigenen Tempo, fördert Achtsamkeit und schenkt Erfolgserlebnisse – unabhängig vom Lebensalter. Besonders wertvoll ist dabei das Gefühl, weiterhin gebraucht zu werden und etwas Lebendiges zu begleiten. Der Garten wird zum Spiegel des eigenen Lebenswegs: Auch nach vielen Jahren ist Entwicklung möglich, Wachstum hörbar und sichtbar, und jeder neue Tag trägt das Potenzial für Neues in sich.

Ähnlich verläuft auch die Entwicklung von Menschen. Jüngere wachsen nicht allein – sie profitieren von der Erfahrung, der Fürsorge und der Weisheit älterer Generationen. Ältere Menschen geben Halt, Orientierung und Wissen weiter, sie ermutigen, begleiten und sind da, wenn Unterstützung gebraucht wird. Dabei wachsen beide Seiten: Die Jüngeren entwickeln sich und die Älteren erleben Sinn, Verbundenheit und das wertvolle Gefühl, Teil dieses Wachstums zu sein.



Auch in der Pflege zeigt sich Entwicklung als fortlaufender Prozess. Ein moderner Pflegedienst wächst mit den Bedürfnissen der Menschen, die er begleitet. Strukturen, Fachwissen und Abläufe entwickeln sich weiter, um die häusliche Pflege stetig zu verbessern. Ziel ist es, Kundinnen und Kunden nicht nur medizinisch zu versorgen, sondern ihre Lebensqualität, Selbstständigkeit und Würde zu stärken. Wie im Garten braucht es Aufmerksamkeit, Menschlichkeit und kontinuierliche Weiterentwicklung, damit Pflege sich an neue Herausforderungen anpasst und zum Wohle der Pflegebedürftigen gedeiht.

So verbindet das Thema Wachstum Natur, Mensch und Pflege: Es geht um Zeit, Beziehung und Verantwortung. Wenn wir pflegen, begleiten und weiterentwickeln – sei es im Garten, im Leben oder in der häuslichen Pflege-, schaffen wir Räume, in denen Wachstum möglich wird und Entwicklung nachhaltig gelingt.

Sylvia Rauscher



15 Jahre Diakoniestation Stuttgart – im Gespräch mit Frau Andrea Langenstein

Nach 15 Jahren verabschieden wir Ende 2026 unsere Leitung Pflegemanagement in den wohlverdienten Ruhestand.



Die Diakoniestation Stuttgart, in ihrer heutigen Form, kann in diesem Jahr stolz auf ihr 15-jähriges Bestehen zurückblicken. Frau Andrea Langenstein (Leitung Pflegemanagement), eine Frau der Geburtsstunde unserer Einrichtung, sitzt mir gegenüber und ich bin gespannt, mehr von ihr über unsere Einrichtung zu erfahren.

Hallo Frau Langenstein, die Diakoniestation Stuttgart, so wie sie sich heute darstellt, hat ihren Anfang im Jahr 2011 gefunden. Können Sie unsere Leserschaft auf eine Zeitreise mitnehmen und uns aus Ihrer Sicht schildern, welche Beweggründe es für die Gründung der heutigen Diakoniestation Stuttgart gab? Welche Zielsetzungen und welche Hoffnungen waren damit verbunden?





Damals gab es noch viele „kleine“ Diakonie-Sozialstationen in der Stadt und zwei größere diakonische ambulante Einrichtungen. Zum einen die „Innenstadt“-Stationen Markus-Süd, Mitte-Ost, Seidenstraße-Nord und Botnang-West, die Krankenwohnung in Gablenberg und die Kurzzeitpflege auf dem Areal des Robert-Bosch-Krankenhauses, zum anderen die Diakoniestation evangelischer Kirchenkreis Stuttgart mit den Pflegebereichen Bad Cannstatt, Untertürkheim, Mühlhausen, Sillenbuch, Feuerbach und Weilimdorf, einem Mahlzeitendienst und einer Ergotherapie-Praxis. Diese beiden großen Player in der Stadt haben sich 2011 unter dem Namen Diakoniestation Stuttgart zusammengeschlossen.

Die Gründe waren vielfältig. Zu wirtschaftlichen Gründen kamen die Vorteile einer großen Station in Form von viel Wissen und Erfahrung beider Einrichtungen. Durch das Bündeln unserer Expertisen war es uns möglich, die qualitativ hochwertige Versorgung der Stuttgarter Bürgerinnen und Bürger auszubauen. Wichtig zu erwähnen

ist, dass alle Mitarbeitenden ihre Arbeitsplätze behalten haben.

Ziel war es, vom Potenzial an Wissen und Erfahrung in der neuen großen Einrichtung gegenseitig zu profitieren und diese an unsere Kunden weiterzugeben. Einerseits war es jetzt möglich, Personalausfälle zu kompensieren, indem Mitarbeitende sich bereit erklärten, auch einmal in einem anderen Pflegebereich einzuspringen. Andererseits waren wir jetzt in der Lage, peu à peu unserer Kreativität freien Lauf zu lassen, um Projekte wie zum Beispiel die Ausgestaltung des Bezugspflegesystems in einem Qualitätsstandard zu definieren, der wiederum das Niveau unserer Arbeit steigerte.

2015 kam es dann erneut zu einer Fusion, und zwar der Diakoniestation Stuttgart und der Evangelischen Diakoniestation Stuttgart Filder gGmbH mit den Bereichen Vaihingen samt einer Tagespflege, Rohr, Plieningen-Birkach und Degerloch. Auch hier haben wir erneut voneinander profitiert, unser gemeinsames Wissen gebündelt.

Im Laufe der folgenden Jahre ha-

ben sich dann noch die Diakoniestationen Möhringen und Zufenhausen unter dem Dach der Diakoniestation Stuttgart eingereiht.

Heute sind wir einer der größten ambulanten Pflegedienste in Baden-Württemberg und der größte Anbieter in der Stadt Stuttgart.

Wenn Sie so zurückblicken, was hat sich in der Pflegebranche und auch in Ihrer täglichen Arbeit in diesen 15 Jahren verändert?

Verändert haben sich mehrmals die gesetzlichen Vorgaben, vor allem was das Sozialgesetzbuch der Pflegeversicherung anbetrifft. Es gab nach 1995 die erste große Pflegereform im Jahr 2015 und 2017 mit den Pflegestärkungsgesetzen 1–3. Die Politik führte fünf Pflegegrade statt drei Pflegestufen ein, stellte Demenzzranke gleich, erhöhte Leistungen und verbesserte die Situation von pflegenden Angehörigen durch bessere soziale Absicherung.

2020 änderte sich die Ausbildungsordnung. Die bisher getrennten Ausbildungen (Alten-,



Gesundheits- und Krankenpflege, Gesundheits- und Kinderkrankenpflege) wurden zur Pflegefachfrau/zum Pflegefachmann vereint. Hier ist die Diakoniestation Stuttgart einer der großen Kooperationspartner für Pflegeschulen, um die Pflichtvorgabe von 400 Stunden Einblick in die ambulante Pflege zu gewährleisten. Wir haben Pflegefachpersonen mit Weiterbildung komplett von der pflegerischen Versorgung freigestellt und das Kompetenzzentrum Praxisanleitung gegründet.

Der Qualifikationsmix von Mitarbeitenden hat an Bedeutung zugenommen. Waren früher fast ausschließlich Pflegefachpersonen in den Pflegesettings unterwegs, sind heute unsere Assistentinnen und Assistenten in der Pflege nicht mehr wegzudenken. Sie bereichern unsere Einrichtungen mit Engagement und Freude an der Arbeit.

Der Beratungsanteil der Stuttgarter Bürgerschaft zum Thema Pflege hat deutlich zugenommen. Auch weil viele Menschen Pflegegeld erhalten und verpflichtet sind, Beratungsbesuche abzurufen. So haben wir beispielsweise im Pfl-

gebereich Bad Cannstatt mehr als 500 solcher Besuche im Jahr.

Heute erbringt die Diakoniestation Stuttgart bis zu einer Million Hausbesuche im Jahr mit Fokus auf vom Hausarzt verordnete Leistungen und pflegerische Unterstützung bzw. Hilfestellung.

Welche Bereiche oder Themengebiete gibt es, in denen Sie aktiv etwas vorantreiben oder verändern konnten? Gibt es Themenbereiche, die Ihnen besonders am Herzen liegen und liegen?

Ich habe zusammen mit einer Kollegin die Weiterbildung zur Bezugspflegekraft konzipiert und doziere hier auch selbst. Insgesamt bin ich sehr stolz darauf, dass wir ausschließlich interne Mitarbeitende in der Wissensvermittlung einsetzen. Inzwischen ist das Angebot, sich zur Bezugspflegekraft weiterzubilden, auch in den umliegenden Diakonie-Sozialstationen angekommen, sodass diese von unserem Angebot auch profitieren.

Auch dass wir unser internes Fortbildungsreferat, genannt Diakoniekolleg, für unsere Mitarbeitenden

kontinuierlich ausbauen konnten und unter anderem mit internen Referenten besetzt haben, ist mir ein wichtiger Punkt in der Qualitätssicherung.

Besonders am Herzen liegt mir, mutig Veränderungen anzugehen, wenn klar ist, dass sich dadurch unsere Angebote langfristig verbessern können. So haben wir im Jahr 2025 aus strategischen Gründen Pflegebereiche zusammengelegt. Dies bedeutete ein hohes Maß an Planung, Verantwortlichkeit und Flexibilität, was wir als Diakoniestation mit unserem umfangreichen Wissen gut umsetzen konnten.

Gibt es Gegebenheiten oder Erlebnisse in den vergangenen Jahren, die Sie persönlich berührt haben?

Ja, es gibt ein Erlebnis, als eine Mitarbeiterin aus Angst, dass sie eventuell ihren Arbeitsplatz verlieren könnte, sich erst sehr spät geöffnet hat, dass sie von Menschen, die sie gepflegt hat, rassistisch beschimpft wurde. Das treibt mir noch heute die Tränen in die Augen. Ich war damals sehr dankbar, dass unser Geschäfts-

führer Herr Picht gänzlich hinter der Mitarbeiterin stand mit den Worten: „In meiner Einrichtung dulde ich keinen Rassismus.“

Heute, allerdings erst viele, viele Jahre später, hat unsere Einrichtung ein Gewaltschutzkonzept, dafür bin ich persönlich sehr dankbar!

Die Coronazeit hat uns vor Herausforderungen gestellt, die uns als Arbeitsgemeinschaft noch einmal ein Stückchen näher haben zusammenrücken lassen. Alle Beteiligten haben die staatlichen Vorgaben umgesetzt, Krisenkonzepte und mögliche Szenarien wurden entworfen, um jederzeit handlungsfähig zu bleiben. Wir haben die Versorgung der Pflegebedürftigen aufrechterhalten und waren Ansprechpartner für Hausärzte und pflegende Angehörige.

„An einem Strang ziehen“, dass wir das gut können, haben wir uns damals bewiesen. Ich bin und war sehr stolz auf unsere Einrichtung.

Wo und wie sehen Sie uns, die Diakoniestation Stuttgart, aufgestellt in 15 Jahren?

Die Diakoniestation Stuttgart ist nach wie vor DER Anbieter für häusliche Pflege in Stuttgart.

Die Zusammenarbeit mit den Kirchengemeinden ist stabil und einer der Erfolgsfaktoren der Einrichtung.

In 15 Jahren sind Babyboomer wie ich unter Umständen Pflegeempfangende. Ich weiß, dass sich die Einrichtung stetig weiterentwickelt und in den nächsten Jahren auch in der Quartiersentwicklung mit-

mischt. Es wird weiterhin so sein, dass der Mensch mit seinen Bedürfnissen im Mittelpunkt steht und dass in den nächsten Jahren diesbezüglich weiter erfreuliche Veränderungen angestoßen und umgesetzt werden.

Ein Geburtstag ist immer mit Wünschen für den Jubilar verbunden. Was wünschen Sie Ihrer Diakoniestation Stuttgart für die nächsten 15 Jahre?

Ich wünsche mir, dass sich die Diakoniestation Stuttgart gemäß dem Zitat vom Schweizer Pfarrer Kurt Marti weiterhin auf mutige und innovative Wege begibt:

Wo kämen wir hin,
wenn alle sagten,
wo kämen wir hin,
und keiner ginge,
um zu sehen,
wohin wir kämen,
wenn wir gingen.

Vielen Dank, Frau Langenstein, für das überaus sympathische und informative Gespräch mit Ihnen.

Andrea Langenstein
Leitung Pflegemanagement

Sylvia Rauscher



Beruf mit Herz und Ausgleich im Grünen

Ich arbeite als Pflegedienstleitung, ein Beruf, den ich von Herzen liebe. Die Arbeit ist vielseitig, anspruchsvoll und immer wieder herausfordernd. Kein Tag gleicht dem anderen, und genau das macht meinen Berufsalltag so lebendig und erfüllend.

Nach Feierabend finde ich meinen Ausgleich in meinem Schrebergarten in Stuttgart-Hausen. Dort widme ich mich mit großer Freude meinem Hobby: dem Gärtnern. Ich säe verschiedenes Gemüse, Kräuter und Obst an, doch ganz besonders begeistert mich der Tomatenanbau.

Bereits Mitte bis Ende Februar beginne ich damit, meine Tomatenpflanzen vorzuziehen. Jedes Jahr pflanze ich fünf bis sechs verschiedene Sorten an. Nach den Eisheiligen dürfen die Jungpflanzen dann endlich ins Freiland. In den ersten Wochen benötigen sie besonders viel Pflege: Ausgeizen, Gießen und Jäten gehören zur täglichen Routine. Es ist jedes Mal ein kleines Wunder, zu beobachten, wie die Pflanzen wachsen, blühen und schließlich ihre ersten Tomatenfrüchte tragen.

Richtig arbeitsreich, aber auch besonders schön wird es, wenn die Tomaten reif werden. Dann müssen sie geerntet und verarbeitet werden. Manchmal genieße ich sie einfach frisch vom Strauch, manchmal landen sie im Salat oder werden zu einer leckeren Tomatensoße verarbeitet.

Der Garten ist für mich ein Ort der Ruhe und der Kraft. Hier kann ich abschalten, neue Energie tanken und den Kopf frei bekommen. Die Arbeit im Garten zeigt mir immer wieder, wie wichtig Geduld, Pflege und Aufmerksamkeit sind. Werte, die auch in meinem Beruf eine große Rolle spielen. So ergänzen sich Pflegeberuf und Gartenarbeit für mich auf wunderbare Weise.

Tatjana Liebermann
Pflegedienstleitung Mitte-Süd



Mein persönliches Lieblingsrezept für Sie: erfrischender Tomatensalat für 2 Personen.

Für diesen einfachen und leckeren Tomatensalat benötige ich eine große Fleischtomate (ca. 350–400 g). Die Tomate wird in etwa 1,5 cm dicke Würfel geschnitten. Die Tomatenstücke werden mit Salz und Pfeffer gewürzt und mit frisch geschnittenem Dill verfeinert. Danach gebe ich zwei gehäufte Esslöffel Crème fraîche dazu und rühre alles vorsichtig um, damit die Tomaten ihre Form behalten. Besonders gut schmeckt der Salat mit Dinkel- oder Vollkornbrot. An heißen Sommertagen ist dieser Tomatensalat eine ideale leichte Abendmahlzeit – frisch, unkompliziert und voller Geschmack.



Praxisanleitung -

wenn wir pflegen, begleiten und weiterentwickeln

Seit nun sechs Jahren begleite ich als Praxisleiterin die Auszubildenden zur Pflegefachfrau/zum Pflegefachmann bei der Diakoniestation Stuttgart. Diese spezielle Weiterbildung habe ich zusätzlich zu meiner Tätigkeit als Pflegefachkraft absolviert.

Die Motivation dahinter war, den überwiegend jungen Menschen diesen Beruf fachlich, menschlich und professionell näherzubringen. Besonders in der ambulanten Pflege ist dieser mit vielen Facetten gespickt, die diese Arbeit so besonders machen.

Die Ausbildung wurde im Jahr 2020 reformiert. Dabei wurden die dreijährigen Ausbildungsgänge der Altenpflege, Krankenpflege und Kinderkrankenpflege zu einer generalistischen Form umgewandelt. Diese Umwandlung birgt nicht nur Herausforderungen für die Auszubildenden, sondern auch für meine Kollegen und mich. Neu in dieser Form ist, dass nach Kompetenzen in der Theorie unterrichtet und in der Praxis angeleitet wird. Zusätzlich zu unseren internen Auszubildenden haben wir während des Jahres auch Auszubildende aus dem akutstationären und langzeitstationären Bereich in unserer Einrichtung.

Für mich im Speziellen bedeutet dies: Völlig neu die pädagogische Arbeit mit Auszubildenden denken, gestalten und umsetzen. Ich muss mich auf neue Charaktere, Nationalitäten, unterschiedliche Bildungsstände und kommunikative Fähigkeiten einstellen.

Somit muss ich mich ebenfalls parallel zu den Auszubildenden weiterentwickeln, mich oft reflektieren und mir folgende Fragen stellen: Wie kann ich Sachverhalte verständlich erläutern? Welche Kompetenzen müssen bei der Person noch unterstützt werden? Wie beurteile ich korrekt deren Arbeit?

Des Öfteren bin ich dabei auch Lebensberaterin, da viele Auszubildende von weit her kommen, hier ohne Familie sind, selbst neue Wurzeln schlagen und sich mit der völlig neuen Kultur arrangieren müssen. Als Mutter von zwei Kindern auch eine Herausforderung, da ich meine zwei selbst ins Leben bringen muss.

Meine Tochter macht dieses Jahr ihr Abitur. Wir beide hatten oft Gespräche, wie es danach weitergehen soll. Hierbei ist es wichtig, mein Kind entscheiden zu lassen, sie zu bekräftigen, ihr in unserem Zuhause einen sicheren Hafen zu bieten. Mein Sohn absolviert die Mittlere Reife, ein Umbruch für ihn. Auch er ist sich noch unklar, wie es weiter verlaufen soll. Deshalb wird er nun nochmals die Schulbank drücken, das Abitur machen und vielleicht nach drei Jahren eher eine Perspektive haben.

Die Balance zwischen Motivation und der Fähigkeit, ein „wachsames Auge auf Küken“ zu haben, ist manchmal kein Zuckerschlecken.

Die schönste Aufgabe ist aber die Pflege unserer Kundinnen und Kunden! Die Auszubildenden tagtäglich heranführen, wie Standards mit Fachlichkeit und Herz verbunden werden. Die Freude, wenn etwas nach einer Anleitung selbstständig klappt und die uns anvertrauten Personen sich mit einem Lächeln „Kommet se bald wieder?“ von uns verabschieden. Nach sechs Jahren die größte Motivation für meine Arbeit!

Ihnen allen ein Riesendankeschön, dass Auszubildende, meine Kolleginnen und Kollegen und ich so wundervoll von Ihnen unterstützt werden!

Sandra Celica
Praxisanleitung





Mein Hochbeet – wie Wachstum und Entwicklung sichtbar werden

Vor einigen Jahren standen ein paar Europaletten nutzlos herum und die Familie hatte die Idee, daraus ein Hochbeet zu zimmern. Dieses erstrahlt nun in einem schönen Schwedenrot und ich freue mich jedes Frühjahr darauf, es neu zu bepflanzen und später die Früchte meiner Bemühungen zu ernten und zu genießen.

Kaum ein Ort macht für mich den Prozess von Wachstum und Entwicklung so greifbar wie ein Hochbeet. Es ist ein abgeschlossener Mikrokosmos, der uns zeigt, dass Erfolg – ob im Garten oder im Berufsleben – kein Zufall ist, sondern das Ergebnis von Vorbereitung, Nährstoffen und Geduld. Vom Hochbeet können wir, wie ich finde, einiges auch auf unser (Berufs)Leben übertragen:

Das Fundament

Das Fundament ist ein strategischer Schichtaufbau. Es ist nicht einfach eine Kiste mit Erde, sein Geheimnis liegt im Inneren. Ein klassischer Schichtaufbau aus grobem Holzschnitt, Laub, Kompost und Pflanzenerde ist die Basis der Entwicklung.

Jedes Jahr im Frühjahr muss ich das Fundament überprüfen und gegebenenfalls erneuern oder ergänzen. Tut man das nicht, sackt das Fundament in sich zusammen. Daraus kann man für sich selbst lernen, dass gutes Wachstum eine solide Basis braucht. Wer „oben“ durch viel Ertrag glänzen will, benötigt „unten“ eine gut strukturierte Basis, in der jede Schicht ihre Aufgabe hat.

Anpassung an den begrenzten Raum

Ein Hochbeet hat klare Grenzen. Ich kann nicht alles gleichzeitig pflanzen, sondern muss gezielt auswählen,

was gut zueinander passt und sich im Wachstum nicht behindert. Auch der Zeitpunkt für das Pflanzen sollte der richtige sein.

Entwicklung bedeutet also, die richtigen Prioritäten effektiv zur richtigen Zeit zu setzen und nicht wahllos zu expandieren.

Pflege

Ein Hochbeet benötigt regelmäßige Aufmerksamkeit. Da es keinen Anschluss an das Grundwasser hat, ist es auf den Gärtner angewiesen.

Entwicklung und daraus resultierendes Wachstum sind kein einmaliges Ereignis, sondern ein kontinuierlicher Prozess.

Ich kann nicht literweise gießen und dann zwei Wochen in den Urlaub fahren. Kleine stetige Impulse führen zum besten Ergebnis.

Ernte

Sie ist das Ziel der Entwicklung und setzt voraus, dass wir kontinuierlich und geduldig pflegen. Die Pflanze wächst nicht schneller, wenn man an ihr zieht.

Aber wir werden auf jeden Fall für unsere Mühen belohnt. Seien es nun Gurken, Rucola, Tomaten oder Erfolg im Job.

Betrachtet man also das Fundament, das Setzen von Prioritäten sowie die Pflege und die Ernte – von einem Hochbeet kann man viel für sein eigenes Leben lernen.

Gesine Abadin

Pflegedienstleitung Plieningen-Birkach

Hafenstadt in Italien	Viereck	mex. Malerin (Frida) † 1954	Mitverantwortlicher bei der Erziehung	Tätigkeitswort	fertig, bereit	Salatzutat	Gebetschlusswort	Bestellung, Order	Gewässer	Einzelheit	jagdbare Tiere	augenfüllig, offenkundig	schwarzer Vogel	schilltönen
französisches Kartenspiel				geflügeltes Dichterpferd						kurz für Elektrizitätswerk				
dicht dabei		Bodenfläche			2	feuchte Abwechslung im Sommer		kulturelle Großveranstaltung						
schönste Zeit des Jahres				Fahrtwind, Lüftchen		Altersruhegeld				Abwesenheitsbeweis Kurzf. v.: Wilhelm			1	
		geografisches Kartennetzwerk		sich im Wasser erfrischen				unverheiratet	Tierkreiszeichen					
Spielkartenfarbe	besitzanzeigendes Fürwort	reizvoll Keimträger				nordamerikanisches Wildrind		schwankend, unsicher				schlechte Angewohnheit	Schaufahrt	
				Fußballklub aus Mailand (Kurzzw.)	Beweiszeitel, Quittung				offenes Auto mit Klappverdeck		Froschlurch			
span. Volksfest	Sängerin Maß-einheit für Gold							Edelmetall	42. US-Präsident (Bill)					
Südosteuropäer				12	Inselstaat der USA	Halbinsel Ägyptens					dumme, törichte Handlung	Stück Papier	Nahrung Aufnehmender	
			unzufrieden sein; streiten	zum Frühstück beliebter Aufstrich					festgesetzter Zeitpunkt		Hülsenfrucht			
nicht dieses, sondern ...	wilde Schar 7	Wasser-rinne im Wattenmeer	hierhin			enthalt-same Lebensweise		trist, desolat						
				Blutvergiftung	bedeutendes Kloster		11			weiter Herrenmantel	Daten am Rechner erfassen	Kohleprodukt		
Verheiratete	unser Erdteil	Sehhilfe; Augenschutz	Hasen-lager					Glücks-spiel Zimmer-pflanze						
kleine Zwigigkeit				Plunder	altröm. Beamter				Steig-gerät					
mager; trocken				Stoß-waffe im MA.			weibl. Hüne				Brauch, Sitte (lat.)	Mensch zwischen 20 u. 29 Jahren		
			Wert des kleinsten Euro-scheins	Gründer des Tür-kischen Reiches				6	Staat im Hi-malaja	Riemen				
Zauber-er der Artus-sage	sibir.-mongol. Grenz-gebirge	geist-liches Lied (A. T.)	Nord-europäer				Briefver-sand per Computer (engl.)	Unge-brauchtes			franz. Schau-spieler (Alain) †	8		
Beifall				3	Ball mit Unter-schnitt (Tennis)	Spiel-gerät für den Strand				Verkaufs-stand Verkehrs-strecke				
			aus Eis-creme ein Genuss	Geld-betrag					Baum-wolle (arab.-fiz.)	eine ent-spannende Freizeit-beschäft.				
Körper-organ	Herstel-lungsort von Bier	Explo-sions-geräusch				Grund-form, Ur-gestalt	nord-russ. Halb-insel				span. Anrede: Fräulein	Offi-ziers-rang		
Gescheh-nisfolge				blutstil-lendes Mittel	Bundes-land Öster-reichs				Verständ-igungs-mittel	römi-scher Sonnen-gott				
	9		Stadt in Thür-ingen	Kunst-stoff				ital. Groß-stadt (Ldspr.)	Alarm-gerät					
bewand-ert, erfahren	Ruhe-störung, Lärm	Zeit-spanne Kleider-besatz			10	kurz für: Kriminal-polizei	Faser-schlinge				dt. Physiker † 1894	große Raub-katze		
russ. Wäh-rungseinheit				Tatsache	zur Haut gehörend Haus-haltsplan				persön-liches Fürwort (4. Fall)	Zuruf an Zugtiere				
See-manns-ruf			kurz: für das				Aufguss-geränk	bildende Künstle-rin			5			
Verdau-ungs-organ			4	griech. Vorsilbe: gegen...			bitteres Erfri-schungs-geränk				Haupt-stadt von Lettland			
wirt-schaftl. unab-hängig					Baum-frucht				13	sich aus-tauschen per Internet				
EDV-An-wender (engl.)			Sport-wette			Laub-baum					fein, dünn, sanft			

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----	----	----	----

Des Rätsels Lösung:
Siehe Seite 27.





Schnelle Hilfe auf Knopfdruck – jederzeit erreichbar

♥ Erfahrung und Vertrauen

Unsere Arbeit basiert auf über 20 Jahren Erfahrung im Pflege- und Notrufbereich. In dieser Zeit haben wir viele Menschen dabei unterstützt, möglichst lange sicher und selbstständig in ihrer gewohnten Umgebung zu leben. Diese Erfahrung fließt täglich in unsere Arbeit ein – damit wir auch in herausfordernden Situationen zuverlässig helfen können.

Als **gemeinnützige Organisation** stellen wir den **Menschen in den Mittelpunkt**. Unser Ziel ist es, Sicherheit, Selbstständigkeit und Lebensqualität zu erhalten. Deshalb setzen wir auf **persönliche Betreuung, moderne Technik und eine vertrauensvolle Zusammenarbeit mit starken Partnern**.

👤 Wichtiger Partner: Diakoniestation Stuttgart

Durch die enge Kooperation können Hilfen optimal miteinander vernetzt werden. Gemeinsam unterstützen wir ältere und hilfebedürftige Menschen dabei, ihren Alltag sicher und selbstbestimmt zu gestalten.

**Hilfe zu jeder Zeit –
zu Hause und unterwegs!**

info@hups24.de · Tel. 0711 342 130

⊕ Schnelle Hilfe im Notfall

Wenn schnelle Hilfe gebraucht wird, zählt vor allem eines: **Kompetenz**. In unserer Rufbereitschaft arbeiten **ausschließlich examinierte Pflegefachkräfte**.

Sie verfügen über die nötige medizinische und pflegerische Erfahrung, um Situationen richtig einzuschätzen und angemessen zu handeln. So erhalten Sie **im Ernstfall nicht nur schnelle Hilfe, sondern auch fachlich qualifizierte Unterstützung**.

Unser Angebot umfasst sowohl klassische Hausnotrufgeräte für die Wohnung als auch moderne mobile Lösungen mit GPS-Ortung. Während **stationäre Geräte vor allem zu Hause Sicherheit geben**, ermöglichen **mobile Systeme auch unterwegs eine schnelle Alarmierung**.

Dazu gehören beispielsweise **Smartwatches und mobile Notrufsysteme**, die diskret getragen werden können und jederzeit eine Alarmierung ermöglichen. Dank integrierter GPS-Ortung kann im Notfall schnell festgestellt werden, wo sich die betroffene Person befindet.

Diese Technik ist besonders hilfreich für aktive Menschen, aber auch für Personen mit Demenz oder Orientierungsschwierigkeiten. Moderne Notruftechnik, fachliche Kompetenz und ein verlässliches Netzwerk bilden dafür die Grundlage. Somit können Hilfsangebote optimal miteinander verknüpft werden.

So ist gewährleistet, dass im Ernstfall schnell und zuverlässig Unterstützung organisiert wird – damit Hilfe jederzeit erreichbar ist, zu Hause ebenso wie unterwegs.



Anzeige

Die Wundbehandlung im Blick – Fachtherapeutin Wunde ICW

Mein Name ist Katrin Vermelin, ich bin Pflegedienstleitung in Bad Cannstatt und habe im vergangenen Jahr die Prüfung zur Fachtherapeutin Wunde ICW (Initiative chronische Wunden) erfolgreich abgeschlossen.

Gerne möchte ich Sie an meinen Gedanken teilhaben lassen, warum ich Fachtherapeutin Wunde ICW geworden bin und was mich angetrieben hat.

„Pflege ist eine Kunst ... Es ist die Kunst, den Patienten in den Mittelpunkt zu stellen und als Team zusammenzuarbeiten, um die bestmögliche Versorgung zu gewährleisten.“

Als Pflegedienstleitung im Pflegebereich Bad Cannstatt erlebe ich täglich, wie eng Pflege, Medizin, Angehörige und soziale Unterstützung miteinander verwoben sind.

Schon als Wundexpertin ICW habe ich gelernt, fachlich präzise hinzuschauen. Doch immer wieder zeigte sich: Eine Wunde heilt nicht allein durch Verbandswechsel. Heilung braucht Zeit, Beziehung und Verantwortung – von allen Beteiligten. Chronische und komplexe Wunden fordern Geduld. Wenn wir Ursachen verstehen und Ressourcen aktivieren, werden Verläufe stabiler und Rückfälle seltener. Patientinnen und Patienten fühlen sich gesehen, weil nicht nur die Wunde, sondern der Mensch mit seinen Fragen, Ängsten und Zielen im Mittelpunkt steht. Das schafft Vertrauen – und Vertrauen ist oft der Anfang von Heilung.

Oder, wie es der Leitgedanke in unserer aktuellen Ausgabe auf den Punkt bringt:

„So verbindet das Thema Wachstum Natur, Mensch und Pflege: Es geht um Zeit, Beziehung und Verantwortung. Wenn wir pflegen, begleiten und weiterentwickeln – sei es im Garten, im Leben oder in der häuslichen Pflege –, schaffen wir Räume, in denen Wachstum möglich wird und Entwicklung nachhaltig gelingt.“

Diese Haltung hat mich motiviert, den nächsten logischen Schritt zu gehen: die Weiterbildung zur Fachtherapeutin Wunde ICW zu absolvieren.

Für mich war das Wachstum – fachlich sowie persönlich. Einen ganzheitlichen Blick auf die Wunde zu erlangen. Weg vom Blick nur auf die Wunde, hin zu den Ursachen, den Lebensumständen, den Risikofaktoren und mit der Prävention im Fokus mehr Gewicht auf Aufklärung, Prophylaxe und Schulung – weil verhinderte Wunden die beste Wundversorgung sind.

Nicht jede Wunde ist heilbar, es kommt auf die professionelle Versorgung, den Kontakt, die Beratung sowie Netzwerke zu schaffen an, um das Beste aus einer komplexen Wundsituation herauszuholen.

Katrin Vermelin
Pflegedienstleitung Bad Cannstatt



Späte Blüten wachsen noch!

Eine Kurzgeschichte

Als der Frühling in die kleine Wohnanlage „Abendsonne“ einzog, roch der Innenhof nach feuchter Erde und neuem Gras. Früher hatte Herr Berger gedacht, Wachstum sei etwas für junge Menschen. Für Kinder, für Bäume, für Karrieren. Nicht für jemanden wie ihn, mit zwei künstlichen Hüften und einer Lesebrille, die er ständig verlegte.

Doch an diesem Morgen wartete er lächelnd am Briefkasten.

„Die neue Rätselzeitung ist da!“, rief er Frau Klein zu, die gerade mit ihrem Rollator vorbeikam.

Er klopfte sich auf die Stirn. „Man muss den Kopf ja fit halten.“

Jeden Donnerstag setzte er sich mit einem Bleistift an den Küchentisch, löste Kreuzworträtsel und Sudokus. Es war, als würde sein Gehirn dabei aufwachen, wie ein Muskel, der sich streckt. Manchmal fluchte er leise, manchmal jubelte er über ein gefundenes Wort. Es fühlte sich an wie Training – nur ohne Turnschuhe.

Im ersten Stock summte währenddessen Musik. Frau Roth, früher Buchhalterin, stand vor einer Staffelei. Ein halb fertiges Bild zeigte den Innenhof in leuchtenden Farben. Seit ihrem siebzigsten Geburtstag besuchte sie Malkurse im Museum. „Ich hab mein ganzes Leben mit Zahlen verbracht“, sagte sie oft. „Jetzt will ich Farben.“

Manchmal probierte sie auch das Klavier im Gemeinschaftsraum aus oder ging mit einer kleinen Gruppe in Ausstellungen. Jedes neue Bild war wie ein kleines Stück von ihr, das sie erst jetzt entdeckte.

„Wer sagt denn, dass man sich mit siebzig nicht neu erfinden kann?“, murmelte sie und setzte einen gelben Sonnenstrahl auf die Leinwand.

Im Gemeinschaftsgarten lachte eine Gruppe Frauen in Trainingsjacken.

Jeden Dienstag trafen sie sich zur Seniorensportgruppe. Danach blieben sie noch auf Kaffee und Kuchen. Frau Demir hatte dort ihre besten Freundinnen gefunden.

„Nicht schlappmachen!“, rief sie und schwang die Arme. Nach der Stunde saßen sie zusammen, erzählten von früher und planten Ausflüge. Für Frau Demir war dieser Termin heilig. Er füllte ihre Woche mit Vorfreude – und ihr Herz mit Gesellschaft.

Zwei Häuser weiter saß Herr König am Fenster. Er konnte das Bett kaum noch verlassen. Sein Körper wollte nicht mehr so wie er.

Aber pünktlich um 18 Uhr stellte er den Fernseher an.

„Meine Wissenssendung“, sagte er feierlich.

Dann notierte er sich Fakten über Planeten, Geschichte oder Tiere. Wenn jemand ihn besuchte, wusste er immer etwas Neues.

„Wusstest du, dass Kraken drei Herzen haben?“, fragte er stolz die Pflegekraft.

Seine Welt war kleiner geworden, aber sein Kopf reiste jeden Tag ein Stück weiter.

Und dann war da noch Frau Weber.

Mit 74 hatte sie nicht mehr damit gerechnet, sich zu verlieben. Doch beim Sommerfest der Anlage setzte sich Herr Berger – der mit den Rätseln – neben sie.

Sie stritten erst über ein Kreuzworträtsel, lachten dann darüber – und gingen seitdem jeden Sonntag gemeinsam spazieren.

„Komisch“, sagte sie einmal, während sie seine Hand hielt, „ich dachte, solche Gefühle gehören der Jugend.“

Herr Berger grinste. „Vielleicht wachsen Herzen einfach langsamer.“

Am lautesten aber war es, wenn die Enkel zu Besuch kamen.

Frau Klein, die eben noch vorsichtig mit dem Rollator unterwegs gewesen war, verwandelte sich in eine Wirbelwind-Oma. Sie kniete im Sandkasten, baute Burgen, spielte Fangen.

„Oma, schneller!“, rief ihr Enkel.

Und sie lief. Nicht perfekt, nicht schmerzfrei – aber voller Leben.

Abends war sie erschöpft und glücklich zugleich.

„Mit euch lerne ich jeden Tag etwas Neues“, sagte sie und meinte es ernst.

Wenn man von oben in den Innenhof schaute, sah man keine alten Menschen, die nichts mehr zu erwarten haben. Man sah Farben, Lachen, Bewegung, Bücher, Musik, Liebe.

Wie ein Garten im Spätsommer: nicht mehr jung, aber voller reifer Blüten, die noch über sich hinauswachsen.

Und vielleicht, dachte Herr Berger, während er das letzte Wort ins Rätsel eintrug, war Wachstum gar keine Frage des Alters – sondern nur eine Frage des Mutes, weiterzuleben.

Cornelia Grebe
MediaCom-Services GmbH

Stuttgarter Kickers- Spieler Léon Neaimé



Zu Besuch in der Tagespflege in Vaihingen



Ein Tag in unserer Tagespflege ist immer ein schöner Tag! Unsere Tagesgäste dürfen sich stets auf ein warmes Lächeln, Spiele und kreative Angebote freuen. Die Gäste genießen die gemeinsamen Mahlzeiten und nachmittags den selbst gebackenen Kuchen. Es bieten sich viele Gelegenheiten, sich zu unterhalten, und es ist schon die eine oder andere Freundschaft entstanden. Die Einladung zur täglichen Aktivierungsrunde wird immer gerne angenommen. Hier bewegen wir uns bei der täglichen Sitzgymnastik, wir lösen gemeinsam Rätsel, spielen, lachen, basteln, lesen, reden und noch vieles mehr.

Am 16.02.2026 erwartete uns und unsere Tagesgäste eine besondere Überraschung:

Der Torspieler der Stuttgarter Kickers Léon Neaimé besuchte uns in unserer Tagespflege und das Fernsehen (Regio-TV) kam auch noch mit.

Wir und unsere Tagesgäste waren schon ganz gespannt und freuten uns sehr darauf! Im Vorfeld zu diesem Tag hatten wir uns Fragen überlegt, die wir dem jungen Fußballspieler stellen könnten. Diese Fragen wurden auf Karten an die Senioren verteilt, damit sie diese dann selbst vorlesen konnten, und natürlich bestand auch die Möglichkeit, spontan noch eigene Fragen zu stellen.

Endlich war es so weit. Den Tag starteten wir mit einem kleinen Rundgang durch die Räumlichkeiten der Tagespflege. Gleichzeitig begannen wir in unserem Aktivraum die Aktivierungsrunde mit Sitzgymnastik und Einstimmung auf Fasching, wie es sich für einen Rosenmontag gehört, mit Liedern und einem Sitztanz.

Schnell gesellte sich **Léon Neaimé** hinzu und wir konnten ihm unsere Fragen stellen. Seine ausführlichen Antworten konnten unseren Wissensdurst löschen und es ging sportlich weiter. Wir bauten mit

zwei Stühlen ein „fiktives Tor“ auf, in dem sich unser Kickers-Gast platzierte, und unsere Gäste versuchten, schießend oder werfend ein Tor zu erzielen.

Im Anschluss sangen wir gemeinsam das Lied vom Rundgesang – dies passte sehr gut, da der Fußball ja bekanntlich rund ist. Die Melodie von „Horch was kommt von draußen rein“ war allseits bekannt und so sang Léon auch tatkräftig mit.

Abgerundet wurde unsere Aktivierungsrunde durch ein Fußball-Quiz (Worte zum Thema Fußball vervollständigen) und ein großes Fußball-Domino (bzw. KIM-Spiel: Große Karten mit Fußballsymbolen aufdecken, merken und wieder zudecken).

Mit reichlichem Händeschütteln und den besten Wünschen für Léon persönlich und für erfolgreiche Spiele der Kickers verabschiedeten wir Léon Neaimé, auf den bereits das Training wartete.

Bettina Reuer
Tagespflege Vaihingen

Fragen an Herrn Neaimé waren:

Wie sieht ein typisches Torwarttraining aus?

Ab welchem Alter sollte man gezielt Torwart trainieren?

Wer ist Ihr größtes Vorbild?

Wie wichtig ist Schule/Ausbildung neben dem Fußball?

Gibt es ein Spiel, das Sie nie vergessen werden?

Wie bereiten Sie sich auf einen bestimmten Gegner vor?

Was war bislang Ihr größter Moment als Torwart?

Wie wichtig ist die Kommunikation mit den Abwehrspielern?

Wie aufgeregt sind Sie vor einem Elfmeter?

<https://www.regio-tv.de/mediathek/video/kickers-torhueter-leon-neaimé-besucht-die-vaihinger-tagespflege-der-diakoniestation-stuttgart/>

Scan me





Eine Einrichtung der
Diakoniestation Stuttgart



Tagespflege Seidenstraße

*Leben, lachen und
umsorgt sein*



Eröffnung Frau Dr. Sußmann
(Bürgermeisterin Referat für Soziales, Gesundheit und Integration)

Scan me ✓



**Sie haben Interesse, Gast in
unserer Tagespflege in der
Seidenstraße zu werden?**

Wenden Sie sich an unsere Pflegedienst-
leitung Frau Kristin Teichmann.

Tel.: 0711 550385-410 oder -480 und
per E-Mail: k.teichmann@ds-stuttgart.de



Team Tagespflege Seidenstraße

Tagespflege Seidenstraße

Leben, lachen und umsorgt sein

Neue Tagespflege in der Seidenstraße 73

Wir freuen uns, dass wir seit April 2026 neben unserer bereits bestehenden Tagespflege in Vaihingen eine weitere Tagespflege für die Bewohnerinnen und Bewohner Stuttgarts anbieten können.

Mittendrin im Herzen von Stuttgart, zentral gelegen und dennoch ruhig, bietet unsere neu eröffnete Tagespflege Seidenstraße 15 Plätze in den umgebauten Gemeinderäumen der Evangelischen Magdalenenkirchengemeinde Stuttgart an.

Ganz nach dem Motto „**Tagespflege Seidenstraße – leben, lachen und umsorgt sein**“ ist es uns wichtig, auch in Stuttgart-West/Stuttgart-Mitte ein Betreuungsangebot anzubieten und damit einen wertvollen Beitrag zu leisten, dass Menschen so lange wie möglich selbstständig zu Hause leben können.

„Wir sind stolz darauf, dass wir die Tagespflege Seidenstraße, in Zusammenarbeit mit der örtlichen Kirchengemeinde, in ein bestehendes kirchliches Gebäude integrieren konnten.“

Damit erweitern wir für unsere Kundinnen und Kunden die bereits bestehenden Angebote der Diakoniestation Stuttgart um einen wichtigen Baustein: die Tagespflege in der Seidenstraße als wertvollen Ort der Nähe, Fürsorge und Gemeinschaft für unsere Gäste“, freut sich Armin Picht, Geschäftsführung Diakoniestation Stuttgart, über das neue Projekt.

red



Wachstum kennt kein Alter

Scan me ✓



„Im Alter wird man kleiner“, hören wir immer wieder. Ja, wir Menschen schrumpfen im Alter, was ein natürlicher Prozess ist, der hauptsächlich durch die Bandscheiben in der Wirbelsäule verursacht wird, die mit den Jahren an Höhe verlieren, sowie durch Veränderungen der Knochen und Muskeln.

Doch wie sieht es in uns aus? Ich bin der Überzeugung, unser „innerer Mensch“ kann sich immer weiterentwickeln und er kann durchaus noch wachsen und reifen.

Es gibt schöne Bilder für das Alter. Oftmals wird das Alter als der Herbst des Lebens bezeichnet. Der Herbst ist nicht der Winter, in dem es kalt ist und nichts mehr wachsen kann. Er ist vielmehr die Zeit der Reife und der Ernte. Einige Früchte entwickeln erst im Herbst ihren süßen Geschmack. Und auch das Leben kann in dieser Phase noch einmal vielfältig und bunt sein.

Entscheidend ist vielleicht dabei, dass man sich selbst nicht aufgibt, weil man denkt: Im Alter ist alles vorbei. Vielmehr ist es wichtig, dass unser Umfeld und vor allem aber wir selbst uns zutrauen, die Chancen wahrzunehmen.

Hierzu ist Folgendes interessant: Forscher gingen in eine Schule. Schüler füllten einen Fragebogen aus. Die Forscher wählten danach ein paar Schüler aus. Und dies rein zufällig und nicht aufgrund der Testergebnisse.

Dann sagten die Forscher zu den Lehrern: „Der Test hat gezeigt: Das sind Genies. Und sie stehen kurz

vor dem schulischen Durchbruch.“ Das Erstaunliche: Ende des Schuljahrs füllten die Schüler wieder Tests aus. Und: Die „Genies“ waren wirklich weit besser als der Durchschnitt. Sie haben größere Entwicklungssprünge gemacht als alle anderen. Warum?

Sie wurden als Genies wahrgenommen, als diese gefördert und wurden überdurchschnittlich. Das kennt man auch unter dem Begriff Pygmalion-Effekt.

Lassen Sie mich von ein paar positiven Beispielen erzählen. Menschen, die sich auch im Alter noch entwickelt haben.

Als Kind habe ich einen alten Mann in meinem Nachbardorf gekannt. Naja, so alt war er noch nicht. Er war so zwischen 70 und 80 Jahren alt. Aber in der zweiten Hälfte des letzten Jahrhunderts galt man damals schon als alt. Er hatte jedenfalls immer die Schachrätsel gesammelt, die man heute noch in manchen Zeitschriften findet: „Schach matt in 3 Zügen.“ Säuberlich hat er sie abgeheftet und hat damit Schach spielen gelernt. Ich glaube, ich war der Erste, mit dem dieser alte Mann jemals auf einem richtigen Schachbrett gespielt hat. Ich sehe noch die strahlenden Augen vor mir, als er die Figuren übers Feld geführt hat. Und – ich bin ihm dankbar, dass er mich manchmal gewinnen lassen hat und mir so Freude am Schachspielen geschenkt hat.

Oder ich kenne Menschen, die sich im Alter noch mal neu verliebt

haben. Das weckt im Körper die gleichen emotionalen Abläufe wie bei Teenies. Und es ist eine große Freude, frisch verliebte Menschen zu sehen. Auch im Alter.

Auch im Kleinen gibt es Wachstum. Eine 100-Jährige aus meinem Dorf hat mir mal erzählt, dass sie jeden Dienstag und Samstag als Allererstes das Kreuzworträtsel in der Zeitung löst. „Das mache ich noch vor dem Frühstück“, hat sie gesagt. Und sie hat es als Beispiel genannt, das sie fit hält.

Eine 81-Jährige, die ich gut kenne, hat sich ein Deutschlandticket gekauft. Und sie genießt es, unterwegs zu sein. Sie sitzt gerne im Café und trinkt ihren Cappuccino. Unterwegs lernt sie auch immer neue Leute kennen. Jeden Mittwoch schaut sie, dass sie um 15.30 Uhr den Bus Nummer 23 erwischt, denn da sitzt eine Gruppe Viertklässlerinnen, mit denen sie sich nach der Mittagschule immer gut unterhält. Eine andere Frau, die sie in einem Café kennengelernt hat, besucht sie inzwischen regelmäßig zu Hause.

Aber auch Menschen, die sich nicht mehr so weit fortbewegen können, können noch wachsen. Zum Beispiel, indem sie etwas lesen, das sie weiterbringt und zum Nachdenken anregt, indem sie mit jemandem telefonieren oder im Fernsehen eine Wissenssendung anschauen.

Ich wünsche Ihnen einen schönen Sommer mit viel Wachstum.

Ihr Uli Zeller



Uli Zeller ist Demenz-Seelsorger und Autor. Hier bekommen Sie seinen kostenlosen 7-Tage-Kurs, um trotz Demenz nicht durchzudrehen: <https://zeller-geschichten.de/7-tage-e-mail-kurs-demenz/>

PS: Wer war Pygmalion?

Kommt aus der griechischen Mythologie.

Der Bildhauer Pygmalion verliebt sich in eine von ihm geschaffene Elfenbeinstatue.

Der Name steht also dafür, dass ich jemanden positiv beeinflussen kann, wenn ich positive Erwartungen an ihn habe – und ihn nicht aufbe.



Uli Zeller

Rezept zum Sammeln

Sommerlicher Quarkkuchen

nach Art von Oma Rita



Zutaten:

- | | |
|-------------------|-----------------------------------|
| für den Teig | für die Füllung |
| - 250 g Mehl | - 500 g Magerquark |
| - 2 TL Backpulver | - 2 Eier |
| - 130 g Butter | - 100 g Zucker |
| - 1 Ei | - 1 Päckchen Vanillepuddingpulver |
| - 75 g Zucker | - 1 Glas Kirschen |
| - 1 Vanillezucker | |
| - 1 Prise Salz | |



Besonders lecker mit Rhabarber, hier bedarf es Butterflöckchen auf dem Kuchen vor dem Backen, oder mit Johannisbeeren, Blaubeeren oder auch mit Mandarinen.

- Mürbteig herstellen: Mehl mit Backpulver vermischen, Butterflocken darauf verteilen, restliche Zutaten dazugeben und mit den Knethaken oder den Händen zu einem glatten Teig kneten. Fertigen Teig in Frischhaltefolie für ca. 30 min in den Kühlschrank legen.
- Quarkmasse vorbereiten: Quark, Eier und Zucker verrühren, dann langsam das Vanillepuddingpulver einrühren.
- Backofen vorheizen: 175 Grad Ober-/Unterhitze. Kirschen in ein Sieb schütten. Eine Springform (Ø 24 cm) gut einfetten oder mit Backpapier auslegen. Den Teig aus dem Kühlschrank nehmen, auf einer leicht bemehlten Arbeitsfläche rund ausrollen, etwas größer als die Form. Den Teig in die Form legen und mit den Fingern einen Rand zurecht drücken.
- Quarkmasse gleichmäßig auf dem Teig verteilen und die Kirschen daraufgeben.
- Backzeit 55-65 min.

Christina De Prest
Pflegedienstleitung Vaihingen-Rohr

Guten Appetit!



**Diakoniestation Stuttgart
Geschäftsstelle**
Deckerstraße 27
70372 Stuttgart

Zu erreichen unter:
Telefon 0711 550385-0

Impressum

Herausgegeben von der Diakoniestation Stuttgart
Deckerstraße 27, 70372 Stuttgart, Telefon 0711 550385-0
info@ds-stuttgart.de, www.ds-stuttgart.de

Verantwortlich:
Armin Picht, Geschäftsführung

Redaktion:
Sylvia Rauscher, Stabsstelle Marketing/Öffentlichkeitsarbeit

Lektorat:
Bärbel Otto, www.korr-otto.de

Bildnachweise:
Umschlag
U1: Titelbild Adobe Stock 79752235 – Urheber: Igor Yaruta
U2: Bild unten Hand mit Blättern Adobe Stock 907526736 - Urheber: Ameer
U3: Karte Wachstum 461834005 – Urheber: blacksalmon
U-Einklappseite: Adobe Stock 193603609 – Urheber: S.H. exclusiv

Inhalt
Vorwort: Fahne - KI generiertes Bild – mit Logos der Diakoniestation Stuttgart
Seite 4, 10, 11, 13, 17, 20, 21, 22, 23: Urheber: Diakoniestation Stuttgart
Seite 5 + 4: Hand mit Erde und Blatt - Adobe Stock 1794024213 - Urheber: Prom's Stock
Seite 6: Bild mit Margariten – Adobe Stock 1660955426 – Urheber: daffagladius
Bild Frau mit Kind- Adobe Stock 1750803332 – Urheber: mila103
Seite 7: Arm mit Mikro – Adobe Stock 281975251 – Urheber: alesmunt
Pin-Nadel Post-it – Adobe Stock 1739395973 – Urheber: Davis
Seite 8/9: Alles Gute Adobe Stock 83242641 -Urheber: Nelos
Seite 11: Tomaten im Hintergrund Adobe Stock 1906545553 – Urheber: Somnuek
Tomaten rechts unten: Adobe Stock 560263546 Urheber: hcast
Seite 12: Ältere Frau – Hand Adobe Stock 114726687- Urheber: Robert Keschke
Seite 15: Bild oben Adobe Stock 1864415933 – Urheber: blu
Bild unten Adobe Stock 1251895328 – Urheber: miss irine
Seite 16: PR Anzeige HuPs24 – alle Bilder von HuPs24 Haus- und Pflegenotruf
Seite 18/19: Bild Holzherz - Adobe Stock 65893262 – Urheber: Gisela
Seite 24/25: Bild Opa und Kind – Adobe Stock 78797397 Urheber: .shock
Foto Uli Zeller – Urheber: Uli Zeller
Seite 26 + 4: Rezept Adobe Stock 1043365832 – Urheber: Esin Deniz
Guten Appetit Adobe Stock 159163037 – Urheber: thomas222
Ausrufezeichen: Adobe Stock 1518069053 Urheber: Gabriel

Gestaltung:
MediaCom-Services GmbH, www.mediacom-services.de



Sommergrüße

Bitte freimachen

Diakoniestation



S t u t t g a r t

Kontaktieren Sie uns gern jederzeit!

Unsere Pflegebereiche

Pflegebereich Bad Cannstatt, Wilhelmstr. 6,
70372 Stuttgart, Tel. 0711 550385-310

Pflegebereich Botnang-West, Eltinger Str. 4,
70195 Stuttgart, Tel. 0711 550385-320

Pflegebereich Degerloch-Sillenbuch, Große Falterstr. 6,
70597 Stuttgart, Tel. 0711 550385-330

Pflegebereich Hedelfingen, Amstetter Str. 22,
70329 Stuttgart, Tel. 0711 550385-350

Pflegebereich Mitte-Ost, Gablenberger Hauptstr. 77,
70186 Stuttgart, Tel. 0711 550385-370

Pflegebereich Mitte-Süd, Tübinger Str. 84,
70178 Stuttgart, Tel. 0711 550385-360

Pflegebereich Möhringen, Filderbahnstr. 9,
70567 Stuttgart, Tel. 0711 550385-450

Pflegebereich Mühlhausen, Mönchfeldstr. 12,
70378 Stuttgart, Tel. 0711 550385-380

Pflegebereich Nord-West*, Schwieberdinger Str. 3,
70435 Stuttgart, Tel. 0711 550385-470

Pflegebereich Plieningen-Birkach, Schoellstr. 3,
70599 Stuttgart, Tel. 0711 550385-390

Pflegebereich Seidenstraße-Nord, Seidenstr. 73,
70174 Stuttgart, Tel. 0711 550385-410

Pflegebereich Untertürkheim, Großglockner Str. 3,
70327 Stuttgart, Tel. 0711 550385-430

Pflegebereich Vaihingen-Rohr, Katzenbachstr. 30 A,
70563 Stuttgart, Tel. 0711 550385-440

DiaNa, Gablenberger Hauptstr. 77,
70186 Stuttgart, Tel. 0711 550385-520

Ergotherapie, Austr. 74,
70376 Stuttgart, Tel. 0711 550385-610

Krankenwohnung, Gablenberger Hauptstr. 104,
70186 Stuttgart, Tel. 0711 550385-710

Mahlzeitendienst, Amstetter Str. 22,
70329 Stuttgart, Tel. 0711 550385-510

Tagespflege Seidenstraße, Seidenstr. 73
70174 Stuttgart, Tel. 0711 550385-480

Tagespflege Vaihingen, Vaihinger Markt 14,
70563 Stuttgart, Tel. 0711 550385-720

* Nord-West: Pflegebereiche Zuffenhausen,
Feuerbach-Weilimdorf



www.ds-stuttgart.de

