

MITTENDRIN

NEUIGKEITEN UND IMPULSE VON DER HENSOLTSHÖHE

100 JAHRE IM DIENST AN DER GESUNDHEIT

Die Altmühlseeklinik Hensoltshöhe feiert Jubiläum. Das ehemalige „Kurheim Hensoltshöhe“ ist mit der heutigen Klinik kaum zu vergleichen. Der Auftrag der Einrichtung jedoch ist und bleibt zeitlos derselbe: Im Dienst an der Gesundheit-ganzheitlich, kompetent und liebevoll.

► WEITERLESEN | SEITE 10

DAS WUNDER ALLER WUNDER

Niemand spricht gerne über Fehler, Schuld und Versagen. Jedes Kind jedoch weiß um die Auswirkungen, die unser Fehlverhalten auf Beziehungen und Freundschaften haben kann. Doch nicht nur das: Auch unser Körper zeigt schnell Symptome, wenn wir mit Sünde belastet durch das Leben gehen. Glücklicherweise, wer das Code-Wort zum Wunder aller Wunder kennt...

► WEITERLESEN | SEITE 7

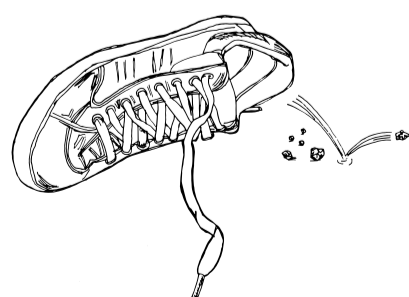
„DENN BEI DIR IST DIE QUELLE DES LEBENS, UND IN DEINEM LICHT SEHEN WIR DAS LICHT.“

Psalm 36,10

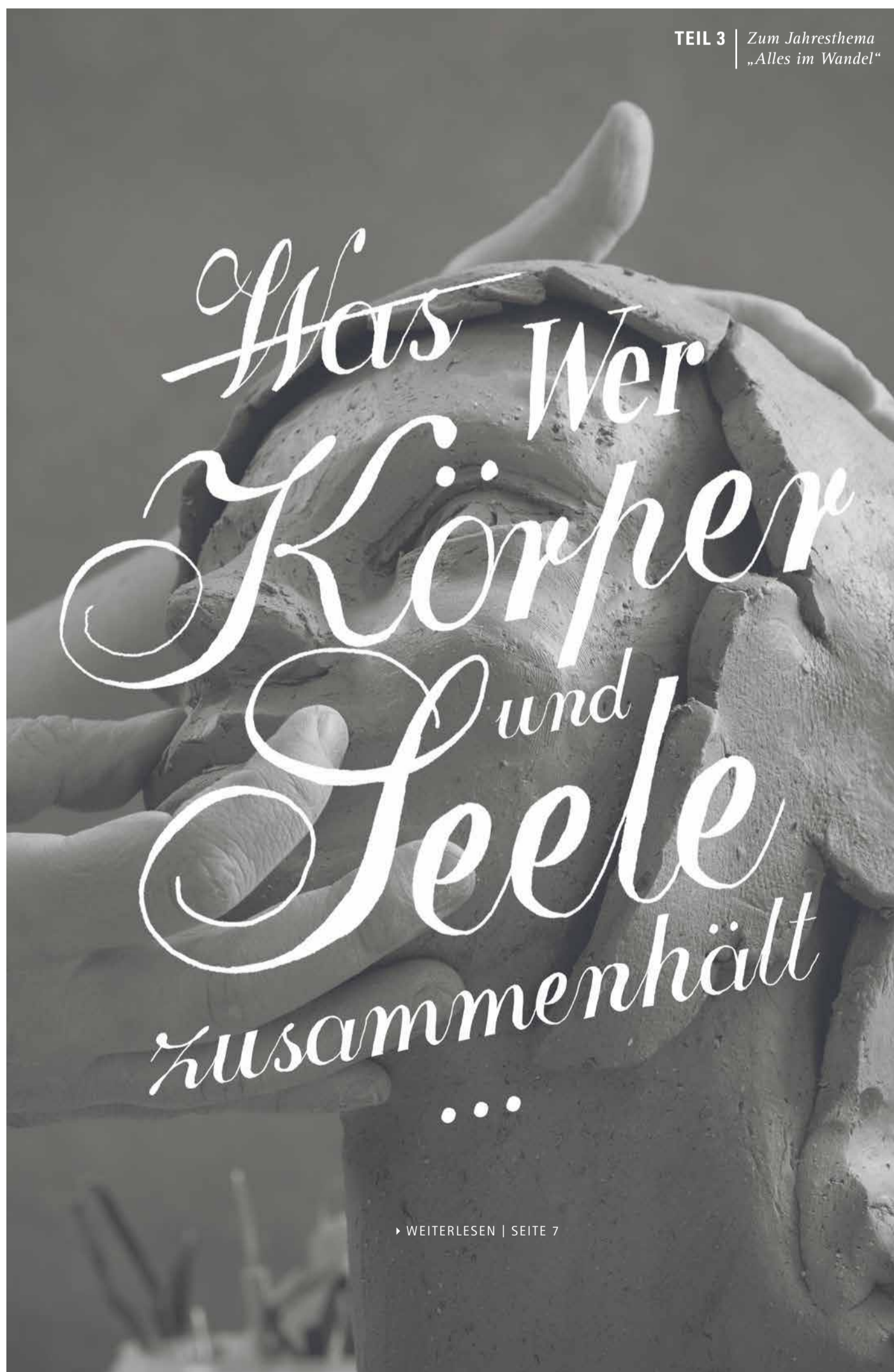
DER DOKTOR UND DIE SORGENBERGE

Sorgen-Berge oder ein Stein im Schuh – auf die richtige Perspektive kommt es an!

► WEITERLESEN | SEITE 8



TEIL 3 | Zum Jahresthema „Alles im Wandel“



► WEITERLESEN | SEITE 7



*Denn bei dir
ist die Quelle
des Lebens,
und in deinem
Licht sehen wir
das Licht.*

PSALM 36, 10
LUTHER



Liebe Freunde der Hensoltshöhe,

Mit dieser dritten Ausgabe von „Hensoltshöhe Mittendrin“, der Nachfolgerin des bisherigen Berichtsblattes „Von der Hensoltshöhe“, hat sich Ihnen bereits ein ganzer Jahrgang in neuem Gewand präsentiert! Wir freuen uns, dass Sie uns die Treue gehalten haben, und sind gewiss: Auch diese Zeitung wird Ihnen manche Einblicke und Erkenntnisse eröffnen, die Sie bereichern werden – angefangen von den unterschiedlichen „Rezepten“, die unsere Mitmenschen anwenden, wenn ihnen etwas „auf den Magen geschlagen“ hat!

Diesmal steht die „Altmühlseeklinik“ in Gunzenhausen im Rampenlicht. Auch diese Einrichtung der Hensoltshöhe konnte ihr 100-jähriges Jubiläum begehen: Wie der Weg vom Erholungsheim über Kurheim und Sanatorium zur heutigen Altmühlseeklinik verlaufen ist, darüber gibt der Beitrag auf S. 10 und 11 Auskunft. Inmitten von allen Veränderungen ist allerdings die Gewissheit lebendig geblieben: „Denn bei dir ist die Quelle des Lebens“. Die Erwartung, an diesem Ort von Gott, dem Lebendigen, Heilung, Erneuerung, Gesundung zu erfahren, prägt die Klinik bis heute. Dieser Gott ist es, der Leib und Seele zusammenhält. Darum werden bei ihm auch Schuld oder Sorge nicht ausgeklammert. Durch das Wort der Bibel bringt er uns nahe, wie ein durch Sünde zerstörtes Leben heil und neu wird. Im Vertrauen auf seine Fürsorge weicht die lähmende Sorge.

Dabei ist es keineswegs so, dass in den anderen Einrichtungen der „Hensoltshöhe“ das Thema „Gesundheit“ nicht vorkommen würde. Lassen Sie sich überraschen, was Sie dazu aus dem Pflegeheim „Am Stadtpark“ in Nürnberg und aus dem Feierabendhaus der Schwestern in Büchelberg, oder aber von der Mädchenrealschule und dem Familienzentrum „Sonnenhof“ erfahren. Auch der „ferne Nächste“ in der Ukraine ist im Blick, und wir sind –

*„Jesus Christus kommt
mitten hinein in seine Welt,
um Menschen zu suchen
und zu retten. Er macht unser
Leben hell.“*

zusammen mit vielen anderen in unserem Land – in intensiven Überlegungen, wie wir vom Mutterhaus aus den uns nahegerückten Fernen beistehen und sie mit der „Quelle des Lebens“ vertraut machen können. Dass wir Ihnen in unseren Gästehäusern auch ganz konkrete Angebote zur umfassenden Förderung Ihrer eigenen Gesundheit machen können, freut uns natürlich sehr! Und dass Sie die Ammerseehäuser im Rahmen eines „Wo-



Pfr. Dr. Eberhard Hahn, Sr. Gisela Staib, Burkhard Weller

chenend-Specials“ mal von einer ganz neuen Seite im Winter kennenlernen können, wird Ihnen auf S. 14 verraten!

Wenn Sie diese Ausgabe in Händen halten, sind wir „mittendrin“ in der Adventskonferenz mit Pfr. Dr. Hartmut Schmid zum Thema „Elia“. Die abschließenden Veranstaltungshinweise zeigen Ihnen: Selbst wenn Sie diese vorweihnachtlichen Tage intensiver Beschäftigung mit Gottes Wort in diesem Jahr verpasst haben, so gibt es auch im neuen Jahr vielfältige Möglichkeiten für einen lohnenden Aufenthalt in Gunzenhausen: Gottesdienste, Vorträge oder dann schon die Osterkonferenz erwarten Sie! Über www.hensoltshoehe.de sind Sie immer auf dem Laufenden.

Doch zuvor wünschen wir Ihnen gesegnete adventliche und weihnachtliche Tage und Gottes gnädige Begleitung im neuen Jahr 2016. Sehr gut passt dazu das Motto der Altmühlseeklinik: „Denn bei dir ist die Quelle des Lebens, und in deinem Licht sehen wir das Licht“. Weihnachten heißt: Jesus Christus kommt mitten hinein in seine Welt, um Menschen zu suchen und zu retten. Er macht unser Leben hell. Er lässt im Dunkel Hoffnung aufstrahlen. Das sollen unsere Zeitgenossen erfahren – auch durch „Hensoltshöhe Mittendrin“!

Es grüßen Sie herzlich
Ihre

Pfr. Dr. Eberhard Hahn
Rektor

Sr. Gisela Staib
Oberin

Burkhard Weller
Verwaltungsleiter



Wie gehen Sie damit um, wenn Ihnen sprichwörtlich etwas auf den Magen schlägt?

IM GANZ NORMALEN BERUFLICHEN UND PRIVATEN ALLTAG BEGEGNEN WIR IMMER WIEDER SITUATIONEN UND UMSTÄNDEN, DIE UNS KOPFSCHMERZEN BEREITEN, UNS AN DIE NIEREN GEHEN, UNTER DIE HAUT GEHEN ODER UNS SOGAR DIE SPRACHE VERSCHLAGEN.

Kurzinterviews



„WENN MIR ETWAS ANGST MACHT ODER BEDRÜCKT VERSUCHE ICH ERST EINMAL EINEN KLAREN KOPF ZU BEKOMMEN. DAS GELINGT MIR SEHR SCHNELL WENN ICH KLETTERN GEHE. DIE ANSTRENGUNG UND DER FOKUS AUF DAS GREIFEN UND DIE BEWEGUNG MEINES KÖRPERS SPÜLT ALLE GEDANKEN WEG. DANACH KANN ICH WIEDER KLARER DENKEN. ICH HALTE MICH DANN AN MEINEN LIEBLINGSPSALM, DEN PSALM 32. ER ZEIGT MIR, DASS ICH NICHT ALLEINE BIN.“

Christian Schönfeld, 31 Jahre



„WENN MIR EINE SITUATION, EIN UMSTAND AN DIE NIEREN GEHT UND KOPFZERBRECHEN BEREITET, VERSUCHE ICH TROTZDEM RUHIG ZU BLEIBEN. DIES SCHAFFE ICH MEISTENS, WENN ICH DREIMAL TIEF DURCHATME UND MICH BEWUSST KURZ AUS DER SITUATION NEHME. AUCH MUSIK HILFT MIR BEIM „ABREAGIEREN“ UND WENN EINE SCHWERE ENTSCHEIDUNG BEVORSTEHT, MACHE ICH EINEN LANGEN SPAZIERGANG UM DABEI ZUR RUHE ZU KOMMEN UND KLARE GEDANKEN FASSEN ZU KÖNNEN.“

Denise Dinger, 23 Jahre



„WENN MIR SPRICHWÖRTLICH ETWAS AUF DEN MAGEN SCHLÄGT, VERSUCHE ICH ZUNÄCHST ABSTAND ZU GEWINNEN. AM BESTEN GELINGT MIR DIES, WENN ICH MICH SPORTLICH BETÄTIGE. HIERZU GEHE ICH IN DER REGEL JOGGEN ODER SCHWIMMEN. DAS „MACHT DEN KOPF FREI“. DIE BELASTENDE SITUATION STELLT SICH DANN OFT NICHT MEHR ALS SO SCHWIERIG ODER UNANGENEHM DAR. ES ENTWICKELN SICH DANN AUCH HÄUFIG ANSÄTZE FÜR DIE WEITERE VORGEHENSWEISE.“

*Erster Bürgermeister
der Stadt Gunzenhausen
Karl-Heinz Fitz, 54 Jahre*



„ICH SUCHE IN SOLCHEN SITUATIONEN GANZ BEWUSST DIE NÄHE GOTTES. ALS HILFREICH ERLEBE ICH ES DABEI, WENN ICH MEINEN TALLIT (GEBETSMANTEL) ANLEGE, SYMBOL DAFÜR, DASS ICH UNTER GOTTES FLÜGELN GEBORGEN BIN. DAS VERGEWISST MICH, DASS ICH EINGEHÜLLT BIN IN DIE LIEBE GOTTES UND SEINE SCHUTZSPHÄRE. KEINE NOCH SO WIDRIGEN SITUATIONEN KÖNNEN MICH VON SEINER NÄHE TRENNEN, DENN ER IST EL SHADDAI „GOTT, DER GENÜGT“.“

Rudi Frach, 52 Jahre



„WENN ICH MAL WUT HABE, GEHE ICH AUF MEIN ZIMMER UND MALE ETWAS ODER SPIELE GITARRE MIT DEN TIEFEN TÖNEN!“

Medina Marvic, 7 Jahre



„WENN MIR ETWAS SCHWER ZU SCHAFFEN MACHT, REDE ICH MIT VERTRAUTEN MENSCHEN DARÜBER; ZUDEM BREITE ICH DIE ANGELEGENHEIT IM GEBET VOR JESUS AUS.“

Gertraud Schmidt, 52 Jahre



26%

DER ERWERBSTÄTIGEN IN
FÜHRUNGSPPOSITIONEN
KLAGEN AM HÄUFIGSTEN ÜBER



ARBEITS-
ÜBERLASTUNG

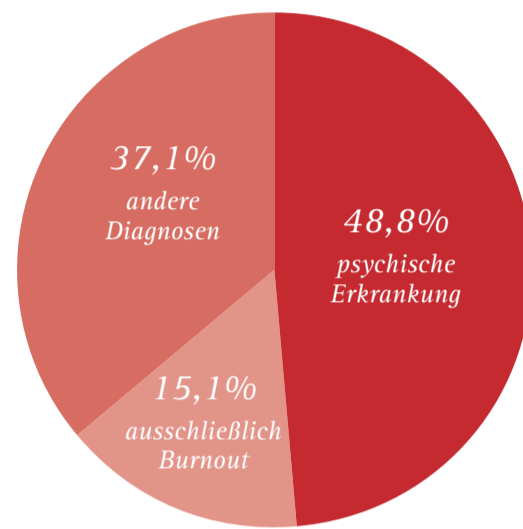


ENORMEN
ZEITDRUCK

Quelle: www.destatis.de

DIAGNOSE BURNOUT

in Verbindung mit anderen Befunden



Quelle: www.forschung.deutsche-rentenversicherung.de

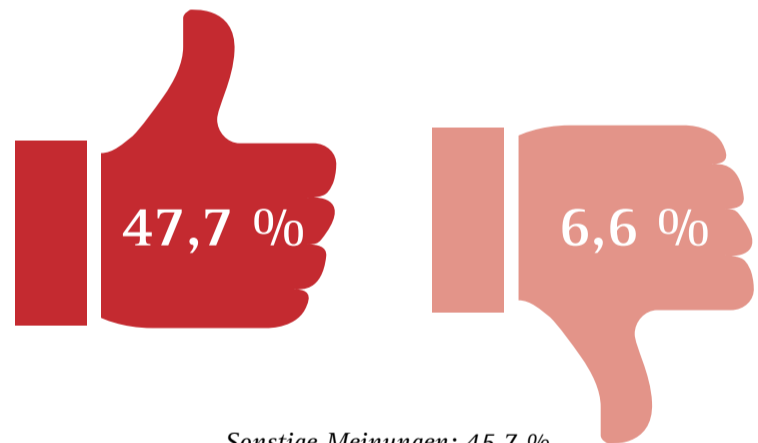
STRESS

Unter Distress versteht man nach Selye (1976) den Zustand der Überlastung, wie z.B. Überforderung am Arbeitsplatz (= negativer Stress). Als Eustress (griech.: eu = gut) bezeichnet man nach Selye (1976) belastende Reize, die als angenehm empfunden werden (= positiver Stress).

Quelle: www.lexikon.stangl.eu

GESUNDHEITZUSTAND

DIE SELBSTEINSCHÄTZUNG DER DEUTSCHEN



Sonstige Meinungen: 45,7%

Quelle: www.destatis.de

FRÜHVERRENTUNGEN

IM JAHR 2013 AUFGRUND VON ...



16.558 Menschen
HERZ / KREISLAUFSTÖRUNGEN



74.745 Menschen
PSYCHISCHEN STÖRUNGEN

Quelle: www.forschung.deutsche-rentenversicherung.de





Vergebung – das Wunder aller Wunder

VON DR. EBERHARD HAHN

Die Beziehungen zu unseren Mitmenschen wirken sich nachhaltig auf unsere Gesundheit aus. Wenn dieses Verhältnis gestört ist, wenn Schuld das Miteinander belastet, dann bekommen wir das zu spüren. Bereits unsere Sprache weist auf die Beeinträchtigung der Gesundheit durch Schuld hin: Einem geht der Streit „an die Nieren“; einer anderen sitzt die Angst vor der Vergangenheit „im Nacken“; einem weiteren „bricht das Herz“ wegen des an ihm begangenen Unrechts, und noch ein anderer hat seit seiner Untat ein „gebrochenes Rückgrat“, so dass er seinen Mitmenschen nicht mehr „in die Augen sehen“ kann.

Tatsache ist, dass wir alle mit Sünde fertigzuwerden haben, mit eigener und mit fremder Sünde. David hatte erfahren, wie sein Leben unter dem Würgegriff der Schuld zerfiel: „Als ich es wollte verschweigen, verschmachtetete meine Gebeine durch mein tägliches Klagen. Denn deine Hand lag Tag und Nacht schwer auf mir, dass mein Saft vertrocknete, wie es im Sommer dürre wird.“ (Ps 32,3-4). Im Kirchenlied singen wir: „... denn sonst verdirbt all Zeit, die wir zubringn auf Erden.“ (EG 365, Strophe 5). Viele Lebensgeschichten aus unseren Tagen sind Variationen über dieses eine Thema: Die Sünde zerstört den Menschen und zerrüttet die Beziehungen zu anderen.

Doch nun begegnet uns in der Person von Jesus Christus eine völlig andere Botschaft: „Dir sind deine Sünden vergeben!“ So hat er es damals Menschen zugesprochen. So ergeht seine Zusage im Gottesdienst auch an uns heute. „Vergebung der Sünden“: Dies betrifft das Herzstück des menschlichen Lebens. Es geht um den Umgang mit der Schuld und ihren Konsequenzen, um die Beziehung zu Gott und um das Verhältnis zu den Mitmenschen.

„Dir sind deine Sünden vergeben!“ In diesem Satz

drückt sich das Wunder aller Wunder aus. Ohne Gott leben wir „gottlos“, von ihm getrennt, wie in einem finsternen Gefängnis, aus dem wir nicht ausbrechen können. Der Sinn unseres Daseins bleibt uns verborgen. Auch dort, wo Menschen ihre selbstgesteckten Ziele erreichen, verfehlen sie dennoch das eigentliche Ziel des Lebens: die Gemeinschaft mit ihrem Schöpfer.

In diese ausweglose Dunkelheit hinein zuckt wie ein Blitz der Ruf: „Dir sind deine Sünden vergeben!“ Was in unerreichbarer Ferne lag, ist mit einem Augenblick Wirklichkeit geworden: Die Kluft ist überbrückt, das Gefängnis ist gesprengt, die Dunkelheit ist vertrieben, Gott kommt dem sündigen Menschen als der barmherzige Vater entgegen.

Wunder aller Wunder ist die Vergebung deshalb, weil sie nicht im Bereich der menschlichen Möglichkeiten liegt. Aus freier Liebe heraus verschont Gott seinen Sohn nicht, sondern hat ihn für uns alle dahingegeben. Von sich aus tilgt er die Schuld und öffnet die Tür zur neugeschaffenen Gemeinschaft mit ihm.

„Wo Vergebung der Sünden ist, da ist Leben und Seligkeit!“ Wo Gott sich in dieser Weise dem Menschen zuwendet, dort wird das Leben neu. Es wird nicht einfach repariert, sondern es wird neu geschaffen.

Die Vergebung der Sünden bemächtigt sich der Seele und des Leibes eines Menschen. „Wenn in den Kirchen das Evangelium wirklich verkündigt werden würde, dann hätten wir weniger depressive Erkrankungen zu behandeln“, so die Meinung eines Psychologen.

Vergebung der Sünden heißt daher: Dir wird die Zentnerlast abgenommen, du darfst aufatmen und wieder aufblicken. Der ganze Mensch wird neu: „Lobe den Herrn, meine Seele, ... der

dir alle deine Sünden vergibt und heilt alle deine Gebrechen.“ (Ps 103,3).

Dass die Vergebung der Sünden aus dem Zentrum unseres persönlichen, wie auch des Gemeindelebens überhaupt nicht wegzudenken ist, wird sofort klar, wenn wir eine Besonderheit der Vergebung bedenken. Sie bezieht sich nicht nur auf das Verhältnis zwischen Gott und mir, sondern sie hat unmittelbare Auswirkungen auf das Verhältnis zu meinen Mitmenschen. Gottes Vergebung ist geradezu gekoppelt an meine Bereitschaft, meinem Nächsten zu vergeben. Jedesmal, wenn wir das Vaterunser beten, verpflichten wir uns gegenüber Gott, unserem Nächsten zu vergeben: „... und vergib uns unsere Schuld, wie auch wir vergeben unseren Schuldigern.“ Im Gleichnis von den beiden Schuldnern (Mt 18,21-35) macht Jesus überdeutlich klar, dass Gottes Vergebung an diejenigen weitergeben werden muss, der an mir schuldig geworden ist. An dieser Stelle gibt es keine Ausnahme.

Eine Beziehung wird dort neu, wo zerstrittene Menschen aufeinander zugehen und diese beiden Sätze laut aussprechen: „Ich habe an dir gesündigt!“ – „Ich vergebe dir, wie Gott mir vergeben hat!“ Ein neues Miteinander entsteht dort, wo Menschen, die möglicherweise über viele Jahre hinweg im Streit gelebt hatten, Gottes Vergebung annehmen und weitergeben. Das Leben wird heil, wo Gottes Vergebung unser eigenes Leben prägt und zugleich die Beziehungen zu unseren Mitmenschen bestimmt und erneuert.

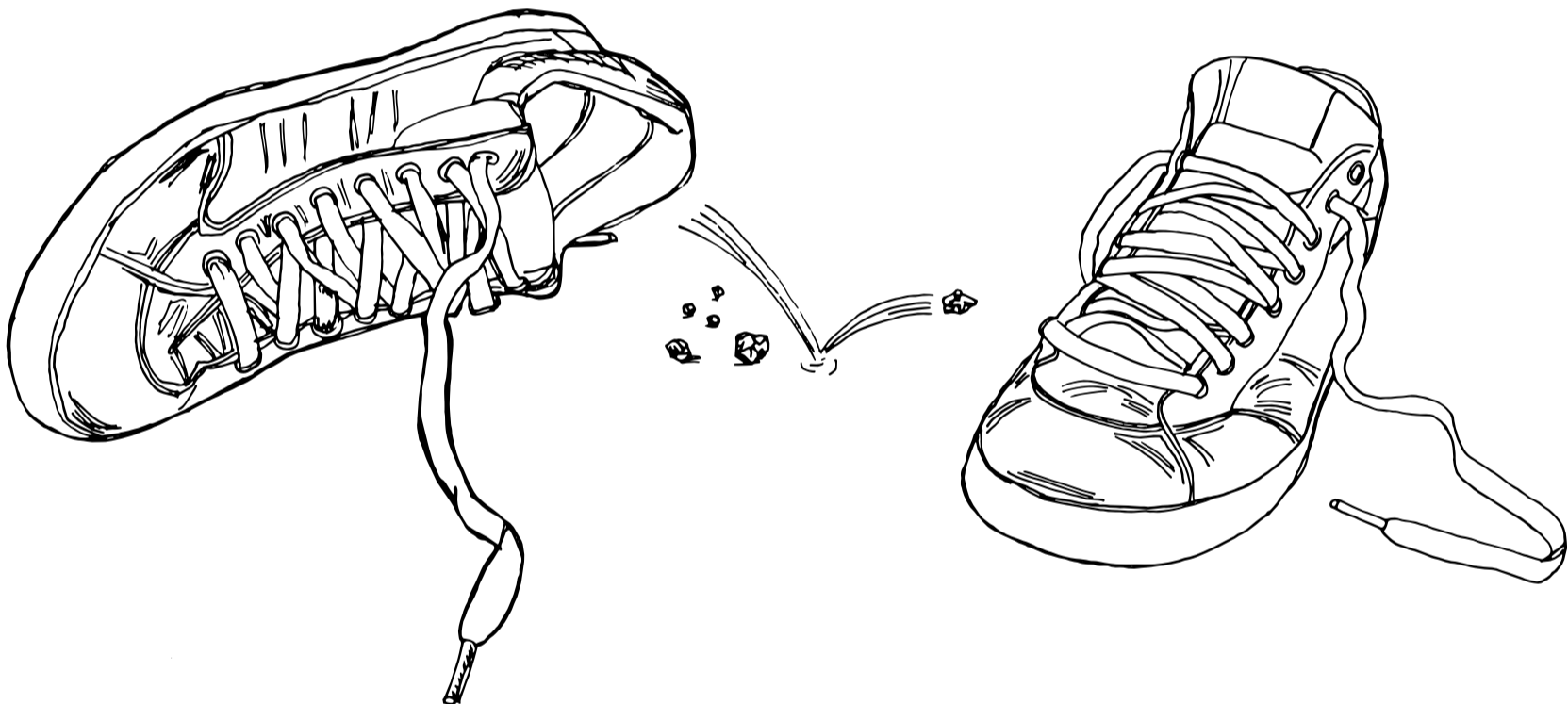
DR. EBERHARD HAHN

Rektor des Gemeinschafts-Diakonissen-Mutterhauses Hensoltshöhe



Der Doktor und die Sorgenberge

VON DR. HANS-ULRICH LINKE



Heute kam er wieder in die Sprechstunde, jener Patient, der mich in den vergangenen Wochen seltsam herausforderte. Unsicher schaute er mich an. Als ich mich nach seinem Ergehen erkundigte, antwortete er:

„Oh, Herr Doktor, meine Sorgen-Berge...“

Auf meine gezielte Nachfrage gab er keinen näheren Einblick in seine Nöte, kratzte sich stattdessen verlegen am Kopf und murmelte nur etwas von seinen „Sorgen-Bergen“. Das tat er jedes Mal. Ich hielt ihn eigentlich nicht für depressiv, doch fand ich keinen Zugang zu dem Mann, der fast rituell seine Probleme fixierte und darunter litt. Wir kamen nicht weiter.

Als er mein Arztzimmer verlassen hatte, war ich etwas deprimiert und ratlos in Bezug auf die nächste Begegnung. So geht es uns Ärzten und Therapeuten durchaus zwischendurch! Wo liegt der Schlüssel? Wie kann ich ihn erreichen? Ich betete.

Kurze Zeit später klopfte es an meiner Tür. Eine ältere Patientin entschuldigte sich für die Störung. Sie hatte die spontane Idee mir eine Freude zu machen. Strahlend hielt sie mir eine leicht zerknitterte Spruchkarte entgegen: „Die schenk ich Ihnen, Herr Doktor. Einfach mal so zwischendurch. Sie müssen sich doch so viele Probleme anhören. Ich finde, die Karte passt gut!“ Ich las:

„Nicht die Berge in der Ferne sind das Problem, sondern die kleinen Steine in den Schuhen.“

Was für ein Hinweis vom Himmel, welch hilfreicher Impuls mitten im Alltag unserer Klinik!

Mein Patient kam zum nächsten Gespräch und begann wieder mit seinem stereotypen Satz um die Sorgen-Berge. Er wisse nicht, wie es weitergehen solle. Als ich ihn unvermittelt fragte, ob er Steine in den Schuhen habe, schaute er verduzt. „Wieso fragen sie das?“ – ich zeigte ihm die Karte. Lange Pause, dann ein vielsagender Blickkontakt. Und nun begann das Gespräch über die kleinen Steine in den Schuhen, die das Gehen zur Tortur machen können. Wir sprachen über Reibereien in der Familie, Sticheleien am Arbeitsplatz und vieles Weitere. Achselzuckend fügte er dann hinzu: „Ich bin einfach zu faul um mich zu bücken und die Schuhe auszuschütten. Ich laufe weiter, auch wenn ich weiß was zu tun wäre...“. Das kennt jeder. Ich fragte ihn nach den Bergen in der Ferne. „Die erreiche ich so doch sowieso nicht, oder?!“ entgegnete er mit fester und doch fragender Stimme. Wir benötigten weitere Gespräche für ein besseres, achtsameres Unterwegssein. Den Satz mit den Sorgen-Bergen jedoch hörte ich nicht mehr.

Man lernt von Betroffenen. Das ist gut so! Gelegentlich frage ich auch heute Menschen nach den „Steinen oder anderen Fremdkörpern in ihren Schuhen“ und ermutige mich selbst, zunächst das „eigene Beweglichkeits-Hindernis“ zu realisieren. Dies ist deshalb so wichtig, weil sich langfristig gesundheitliche Beeinträchtigungen ausformen können, uns zu schwächen drohen und Beziehungen in denen wir leben negativ beeinflusst werden. Für die seltsame, bemerkenswerte und inspirierende Arzt-Patienten-Geschichte bin ich allerdings sehr dankbar.



Wenn ein Mensch nicht mehr leben will...

PROFESSOR DR. ULRICH EIBACH (BONN) REFERIERTE ZUM HENSOLTSHÖHER ABEND AM 07. OKTOBER 2015 ÜBER DAS THEMA „SUIZID: WENN DER MENSCH NICHT MEHR LEBEN WILL UND KANN“.

Allgemein wird sowohl im privaten als auch im öffentlichen Bereich nur wenig über die Bedeutung der Thematik gesprochen. Angesichts der Zahlen ist das Thema jedoch brisant: Mit ca. 12.000 Suizid-Fällen pro Jahr überschreitet die Anzahl der Suizide in Deutschland bei weitem die Zahl der Verkehrstoten. In gut 90% der Fälle sind psychische Krankheiten ursächlich, vor allem Depressionen und Suchtmittelabhängigkeiten. Bemerkenswert ist auch das Alter der Betroffenen, denn etwa 60% der Suizidenten sind älter als 60 Jahre.

Im Gegensatz zur Tierwelt kann ein Mensch scheinbar frei über den Zeitpunkt seines Todes verfügen. Tatsächlich jedoch zeigt sich in der Selbst-Tötung eines Menschen nicht Freiheit, sondern die Ohnmacht und Handlungsunfähigkeit gegenüber den persönlichen Lebensumständen, oder dem Schicksal, etwa in Form einer tödlichen Krankheit. Das Leben jedoch ist notwendigerweise mit Leid verbunden. Wo bis in die Neuzeit hinein die christliche „ars moriendi“ (Lat. „die Kunst des Sterbens“) den verantwortungsbewussten Umgang mit dem Tod lehrte, scheint sich heute das Bedürfnis nach einer Verbannung von Leid und Schicksal aus dem gesellschaftlichen Bewusstsein zu verbreiten. Die Möglichkeit zum Suizid ist deshalb eine Selbst-Täuschung, eine Schein-Freiheit, da sie vortäuscht, aus negativen Lebensumständen fliehen zu können.

Im Falle einer tödlichen Krankheit zum Beispiel haben Todeswünsche zumeist seelische Probleme zur Ursache. Die Angst vor der eigenen Vernichtung und dem Tod gehen dabei häufig

mit einer unbändigen Sehnsucht nach Leben einher. Todeswünsche sind darum immer auch ein Schrei nach mitmenschlicher Zuwendung. In der seelsorgerlichen Praxis dürfen aber auch die Angehörigen nicht vergessen werden, da die Betroffenen selbst häufig nicht einschätzen können, welches Leid sie ihrem persönlichen Umfeld durch ihren Suizid zufügen.

Besonders besorgniserregend ist dabei die steigende Zahl der Suizide älterer Menschen. Die wachsende gesellschaftliche Vereinsamung und das Problem, sich zunehmend als Belastung für das persönliche Umfeld zu erleben, spielen dabei eine große Rolle. Glücklicherweise billigt bisher das auf einem christlichen Fundament basierende Grundgesetz kein moralisches Recht auf Suizid. Das Verbot der Selbsttötung ist eines der letzten bisher unangetasteten religiösen Gebote. Ein Recht auf Suizid wurde juristisch noch nicht zugesprochen. Sicher wird auch dies in Zukunft zu einer gesellschaftlichen Debatte führen. Dabei muss jedoch die Frage im Mittelpunkt stehen, ob es sich beim Suizid wirklich um Hilfe für einen Menschen in Not handelt.

Wie jedoch können Suizide verhindert werden? Im Falle körperlicher und psychischer Ursachen ist eine angemessene medizinisch-psychiatrische Behandlung unumgänglich. Darüber hinaus jedoch benötigen Gefährdete unbedingt auch die Erfahrung von Mitmenschlichkeit und Gemeinschaft. Die Einengung des Blickwinkels suizidaler Personen auf sich selbst und die als unüberwindbar erlebten Problemlagen führen dazu, dass das Leben als beschränkt und lebensunwert



Professor Dr. Ulrich Eibach (Bonn)

angesehen wird. Nahestehende und Helfer können in dieser Situation meist nicht überprüfen und beurteilen, ob der Betroffene in seinem Willen tatsächlich frei und der wahrgenommene Zustand objektiv ist. Sie können aber die Chance nutzen, den Horizont des Betroffenen für eine neue Perspektive zu eröffnen. Als Anwälte des Lebens weisen sie somit auf die bedingungslose Würde jedes Menschen hin, welche ihr Recht und ihren Wert unabhängig von Autonomie und Selbstbestimmung hat.

Gottes Liebe, die besonders den Kranken, Schwachen und Einsamen gilt, kann dabei den Lebensfunken wieder neu entfachen.

JOHANNES SCHWEIGARDT
Mitarbeiter Bereich Kommunikation



100 Jahre im Dienst an der Gesundheit

VON DR. MED. JOACHIM SCHNÜRLE UND DR. MED. FRIEDBERT HERM,
LEITENDER ARZT DER ALTMÜHLSEEKLINIK

Die heutige Altmühlseeklinik kann anlässlich des diesjährigen Jubiläums glücklich und dankbar auf eine 100-jährige Geschichte zurückblicken. Ein Jubiläum bietet immer die Gelegenheit, sich der eigenen Wurzeln bewusst zu werden und zugleich den Blick in die Zukunft zu richten.

Im ausgehenden 19. Jahrhundert kam es zur Gründung verschiedener christlicher Gastehäuser in ganz Deutschland. Ins Blickfeld wurde dabei nicht nur die körperliche Erholung, sondern zunehmend auch die seelische Hilfe gerückt. Mit dieser Zielrichtung sollte der Mensch als Ganzes im Mittelpunkt stehen, was sich aus heutiger Perspektive als moderne und fortschrittliche Grundhaltung herausstellt. Als Hilfsmittel wurden damals auf Grundlage des biblischen Menschenbildes Andachten, seelsorgerliche Gespräche und Gebet eingesetzt.

Auch auf der Hensoltshöhe kam es schließlich zur Gründung eines solchen „Erholungsheims“ durch Ernest Mehl (1836-1912). Er hatte als Technischer Direktor eines Augsburger Unternehmens bereits vielfältige Sozialeinrichtungen für seine Arbeiter geschaffen. Dazu gehörten eine Badeanstalt, eine Arbeiter-Siedlung, eine Bibliothek, ein Waschhaus und eine Krankenpflegestation. Als weitere Ergänzung wuchs in ihm der Traum und Plan eines christlichen Erholungsheims.

Am 4. August 1903 wurde daraufhin eine Gartenwirtschaft in Gunzenhausen erworben, welche damals am Waldrand auf der Hensoltshöhe stand. Bereits um 1905 wurden die ersten Erholungsgäste aufgenommen und am 30. März 1914 der Grundstein für ein neues Erholungsheim – Haus Eden – gelegt. Die letzte Bauphase fiel in die Zeit des Ersten Weltkriegs und die Diakonissen

packten kräftig mit an, um den Bau zu Ende zu führen. Der selbstlose Einsatz dieser damals jungen Schwesternschaft machte den Anfang einer heute über 100-jährigen Geschichte möglich. Zu Ostern 1915 wurde die Einweihung des Gebäudes gebührend gefeiert.

Nach den Wirren des Zweiten Weltkriegs und der Nutzung der Gebäude als Lazarett, stellte das „Kurheim Hensoltshöhe“ im Jahr 1952 erstmals einen Arzt für die Betreuung der Patienten ein: Dr. Ernst Spengler entwickelte die Einrichtung in den folgenden Jahrzehnten fortwährend weiter. 1972 erfolgte eine Neukonzipierung der physikalischen Abteilung. Ein Umbruch fand mit der Pensionierung Herrn Dr. Spenglers im Jahr 1988 statt: Sein Nachfolger wurde Dr. Hans-Ulrich Linke und das Kurheim bekam den neuen Namen „Sanatorium – Vorsorge- und Rehabilitationseinrichtung“. Ein Neubau des Bettenhauses mit damals 80 Betten war erforderlich, welcher 1995 eine Erweiterung auf 100 Betten mit sich brachte. Im Jahr 2014 übernahm Dr. Friedbert Herm die ärztliche Leitung der Einrichtung und wieder war eine Namensänderung unumgänglich, da die Bezeichnung Sanatorium für Außenstehende befremdlich und irreführend geworden war. Der Umbenennung zur „Altmühlseeklinik Hensoltshöhe“ folgte schließlich eine Erweiterung auf 120 Betten durch die Eingliederung des Gästehauses Bethanien in den Klinikbetrieb.

Bis heute hat sich der Auftrag der Klinik nicht geändert, Menschen ganzheitlich, d.h. nach Geist, Seele und Leib, zu helfen. Dies entspricht der modernen Anschauung nach dem biopsychosozialen Modell von Gesundheit: Gesundheit bedeutet nicht die Abwesenheit von Krankheit, sondern

zeigt sich durch ein körperliches, psychisches und soziales Wohlbefinden. Zum heutigen modernen Klinikbetrieb im Rehabilitations-Sektor gehören zurzeit die Fachbereiche orthopädische Rehabilitation und internistische Rehabilitation und die Zusatzbereiche psychosomatische, onkologische und kardiologische Rehabilitation.

*Sich der eigenen Wurzeln
bewusst werden und den
Blick in die Zukunft richten.*

Die Herausforderung der Zukunft besteht für uns darin, neben einer leitliniengerechten Therapie besonders unser geistliches Anliegen im Auge zu behalten und mit der abnehmenden Anzahl der Diakonissen, die Zuwendung zum ganzen Menschen als Profilvermerkmal unserer Klinik fortwährend zu stärken. Wir bleiben im Klinikalltag auch zukünftig jeden Tag auf Gottes Hilfe und sein Eingreifen angewiesen, um den Anforderungen des Gesundheitssystems gerecht zu werden, den sich wandelnden und wachsenden Bedürfnissen und Ansprüchen der Gesellschaft zu begegnen und dabei die Freude am Dienst am Menschen zu behalten. Jesus Christus ist uns dabei ein starkes Vorbild und wird es auch in Zukunft zu bleiben.

FOKUS





Hilfstransport in die Ukraine

Altmühlseelklinik Hensoltshöhe

Vor dem Hintergrund der Kriegshandlungen in der Region um Donezk und Lugansk mangelt es in der Ukraine derzeit überall an medizinischem Material. Die 1,3 Millionen Binnenflüchtlinge bedürfen dringend einer humanitären Versorgung.

An dieser Stelle konnte die Altmühlseelklinik Hensoltshöhe kürzlich helfen: Unter Vermittlung von Pfarrer Bogdan Puszkar von der Ukrainischen Griechisch-Katholischen Pfarrei St. Nikolaus in Bamberg wurde eine Hilfsaktion in die betroffenen Gebiete durchgeführt. Der ukrainisch-orthodoxe Geistliche aus Bamberg organisiert seit September 2014 Spendenlieferungen in das Krisengebiet. Frankenweit sammelt er Hilfsgüter sowohl von Unternehmen, als auch von Privatpersonen und Kliniken.

Die Altmühlseelklinik Hensoltshöhe konnte mit zehn gebrauchten, aber vollfunktionstüchtigen Pflegebetten, einer Waschmaschine, einer Spülmaschine, sowie diversen Möbel und Kleidungsspenden einen starken Beitrag leisten. Ein voll beladener LKW wurde auf diese Weise mit den dringend benötigten Pflegebetten auf den Weg in die Ukraine gebracht. Weitere Hilfstransporte, an denen sich die Altmühlseelklinik Hensoltshöhe beteiligt, sind in Planung.

BELA HANS GERD KAUNZINGER

Verwaltungsleiter Altmühlseelklinik



Bewegung hält beweglich!

Feierabendhaus Büchelberg

Das können im Feierabendhaus Büchelberg nicht nur Diakonissen im Ruhestand bezeugen: Regelmäßige Übungen auf speziellen Matten stehen sowohl Diakonissen, als auch den Mitarbeiterinnen des Hauses zur Verfügung. Schon das einfache Gehen über die Matten regt Sinne und Muskeln an und trägt zur körperlichen Stabilität der Nutzer bei. Diese Matten wurden auf Anraten der Physiotherapeutin Inge Kleinschroth erworben und wie man sieht, werden sie mit Freude genützt!

MARLIES FRANK

Einrichtungsleitung



Beauty-Tage im Altenheim Nürnberg

Altenheim Hensoltshöhe Nürnberg

Ein gutes Körper- und Selbstbewusstsein sind maßgebliche Voraussetzungen einer gesunden Lebensführung.

Um diese nachhaltig positiv zu fördern, haben Bewohnerinnen des Altenheims Nürnberg regelmäßig die Gelegenheit in den Genuss von Wellness- und Beauty-Tagen zu kommen und es sich dabei richtig gut gehen zu lassen: Ob Gesichtsmasken oder Hand- und Rückenmassagen, Maniküre, Kosmetik oder Friseurdienste – alles dreht sich um das Thema Wohlfühlen. Dass es dabei nicht nur um das körperliche, sondern auch seelische Wohlbefinden geht, zeigen die Gespräche, die sich bei den Angeboten zwischen den Bewohnerinnen und den Mitarbeiterinnen ergeben. Das Besondere: Nicht nur Bewohner und Bewohnerinnen, sondern auch deren Angehörige sind herzlich eingeladen, die Wellness- und Beauty-Tage für sich in Anspruch zu nehmen!

ANNA FLEISCHMANN

Sozialpädagogin



Mens sana in corpore sano – ein gesunder Geist in einem gesunden Körper

Mädchenrealschule Hensoltshöhe

Dieses Zitat ist noch Vielen bekannt und es ist wohl wahr, dass geistige Leistung etwas mit unserem Wohlbefinden, unserer Gesundheit zu tun hat. Darauf hat sich inzwischen auch der Lehrplan im Fach Sport eingestellt.

Die einseitige Orientierung an sportlichen Höchstleistungen – so wie sie viele von uns im Unterricht noch erlebt haben – ist dabei jedoch glücklicherweise passé. Im Mittelpunkt steht heute eine gesundheitsfördernde sportliche Betätigung und Leistung wird nicht mehr nur in Metern oder Zeit gemessen, sondern am Einsatz, an Fairness und Kooperation. Auch im Fach „Haushalt und Ernährung“, das bei uns ca. 80 % der Schülerinnen besuchen, gehören Gesundheitsthemen zum verpflichtenden Pensum. Beim Mittagessen im Ganztagsbereich kommt ein gesundes, abwechslungsreiches und frisch zubereitetes Essen auf den Tisch, ein nicht immer gelingender Versuch die Jugendlichen vom einseitigen, ungesunden Fastfood wegzulocken. Darüber hinaus setzen wir in jedem Schuljahr verschiedene Angebotsschwerpunkte: Im Rah-

men des „Kompetenztrainings“ in den 5. Klassen zum Beispiel informierte Frau Trump – Ernährungsberaterin der Altmühlseelklinik Hensoltshöhe – über Gesundes Essen und den Zuckergehalt beliebter Getränke und Snacks. Die Schülerinnen bereiteten außerdem gemeinsam ein gesundes Frühstück für die ganze Klasse zu – und dies wurde dann natürlich auch genüsslich verspeist! In einem anderen Zusammenhang stand das Thema Gesundheit im Juli auf dem Programm: In der „Themenwoche Alkohol“ informierten Mitarbeiter und Bewohner der AWO-Einrichtung Schloss Cronheim die 7. und 9. Klassen über die Folgen eines ungesunden Alkoholkonsums. Auch Mitarbeiterinnen des Landratsamtes aus der Schwangerenberatung und der Drogenpräventionsbeamte der Polizei waren vor Ort. Die Infostände und Materialien fanden in der Pause natürlich auch bei Schülerinnen anderer Klassen großes Interesse. Dazu gab es „angesagte Musik“ und alkoholfreie Drinks. Doch auch die Gesundheit unserer Lehrkräfte und Mitarbeiterinnen kommt nicht zu kurz: Zur Bewältigung von psychischen Belastungen, Konflikten und Schwierigkeiten im Schulalltag bieten wir im Kollegium Supervision in Gruppen oder im Einzelfall an. Die Gelegenheit mit einem kompetenten, außerschulischen Partner herausfordernde Schulsituationen zu besprechen und aufzuarbeiten, wird gerne angenommen, denn wer tagtäglich den Schulalltag

meistern und Jugendliche fördern soll, hat mit der ganzen Fülle des Lebens zu tun und braucht selbst jede mögliche Unterstützung, um diesen Beruf auf Dauer ausüben zu können.

SR. JULIANE MAHNEL
Schulleiterin



Unter 7 und über 70 ...

Familienzentrum Sonnenhof



...so heißt das generationenübergreifende Projekt, das wir im Oktober dieses Jahres im Familienzentrum Sonnenhof gestartet haben. Einmal in der Woche besuchen wir - acht Vorschulkinder, Sr. Karola Grottenmüller und Sr. Erna Fösel als ehrenamtliche Mitarbeiterin - ein nahe gelegenes Seniorenheim. Dort werden wir freudig von einigen BewohnerInnen erwartet. Andere stoßen spontan dazu oder können uns von ihrem Gemeinschaftsraum aus beobachten.

Miteinander singen wir Lieder welche die Kinder mitbringen, andererseits werden aber auch Lieder angestimmt, die sich die Senioren wünschen. Natürlich wollen wir dabei auch in Bewegung kommen. Dies geschieht auf vielfältige Weise. Zu den selbst gesungenen Liedern klatschen, patschen und „gehen“ wir. Tücher zur Musik zu bewegen oder aber auch rhythmische Arm- oder Fußgymnastik bringt die Gruppe schon auch mal ins Schwitzen. Es ist schön in die strahlenden Gesichter der Senioren zu sehen, wenn sich die Kinder tanzend durch den Raum bewegen, während sie sich sitzend oder am Platz stehend eher vorsichtig zur Musik bewegen. Auch die geistige Fitness darf nicht zu kurz kommen. Bei jedem unserer Treffen haben wir ein Gesprächsthema. Gemeinsam tauschen wir uns über Alltagssituationen aus. Wir sprechen über Wochentage, Jahreszeiten und Berufe. Wir lösen Rätsel und freuen uns an Wortspielen. Diese 45 Minuten sind

immer viel zu schnell vorbei und schon klingt das Abschiedslied: „Hallo, es war schön, doch wir müssen jetzt nach Hause gehen!“.

SR. KAROLA GROTTENMÜLLER
Projektleiterin

Das Familienzentrum Sonnenhof des Gemeinschafts-Diakonissen-Mutterhauses Hensoltshöhe ist weit mehr als ein Kindergarten. Das Familienzentrum ist ein Begegnungs- und Erfahrungsort, an dem Kinder und Erwachsene gemeinsam leben und lernen. Die Angebote, Projekte und Veranstaltungen der Familienbildung und Familienberatung richten sich an der Überzeugung aus, dass alle Menschen – gleich welchen Alters – einzigartige Geschöpfe Gottes sind. Sie stehen deshalb nicht nur Familien zur Verfügung, deren Kinder die Kinderkrippe oder den Kindergarten des Familienzentrums besuchen, sondern allen Familien Gunzenhausens und der Region.

Weitere Informationen finden Sie unter:
 ▶ www.hensoltshoehe.de/familienzentrum



Der Winter kommt – ganz sicher!



Auch wenn sich der Herbst mit seinen warmen Temperaturen selbst im November noch nicht wirklich verabschieden wollte, sind wir uns hundertprozentig sicher: Der Winter wird kommen!

All diejenigen, die gerade auf der Suche nach einem besonderen Weihnachtsgeschenk sind oder sich in den kommenden Wochen bei kalten Temperaturen einfach mal eine wohltuende Auszeit gönnen möchten, sind herzlich eingeladen: Nutzen Sie die Gelegenheit eines Wellness-Wochenendes in den Ammerseehäusern der Hensoltshöhe! In unserer Wellness-Oase Atem holen, entspannen und die Seele baumeln lassen, die kulinarischen Köstlichkeiten unserer Küche genießen, sich an der einzigartigen Atmosphäre des winterlichen Ammersees nicht sattsehen können oder die nahe gelegenen Städte Augsburg und München mit Wollschal und Handschuhen von einer ganz anderen Seite kennenlernen – das alles bieten die Ammerseehäuser im bevorstehenden Winter.

**WINTER-SPEZIAL-ANGEBOT
FÜR 2 PERSONEN**

› 1x Übernachtung inklusive
reichhaltiges Frühstücksbuffet

› 1x 3-Gänge Abendmenü

› Nutzung des Wellnessbereichs

.....
129,- Euro pro Doppelzimmer

WINTER-SPEZIAL-ANGEBOT DER AMMERSEEHÄUSER

Kommen Sie doch bei uns vorbei, das Winter-Spezial-Angebot der Ammerseehäuser gilt bis zum 31. März 2016. Wir freuen uns auf Sie!

Weitere Informationen zum Angebot erhalten Sie telefonisch mit dem Stichwort „Hensoltshöhe Mittendrin“ unter
Tel: 0880/794898-0 oder per E-Mail: info@ammerseehaeuser.de

WIR FREUEN UNS AUF SIE!



Auf einen Blick

DIE WICHTIGSTEN TERMINE
DEZEMBER - MÄRZ 2016

| | |
|---|--|
| <p>Weihnachten auf der Hensoltshöhe 15.00 Uhr Familiengottesdienst mit Pfarrer Tobias Eißler und dem Kinder-Singspiel „Der Spion des Kaisers“ 17.00 Uhr Christvesper mit Pfarrer Tobias Eißler, „Der heilsame Herrscher für alle Nationen“</p> <hr/> <p>1. Weihnachtsfeiertag, , 25.12.2015 10.00 Uhr Abendmahlsgottesdienst mit Pfarrer Eberhard Hahn, „Neu-Start fürs Leben - gibt's das?“</p> <hr/> <p>2. Weihnachtsfeiertag, , 26.12.2015 10.00 Uhr Gottesdienst mit Werner Schindler, „Wenn du unter falscher Anklage stehst“</p> | <p>24 BIS 26. DEZEMBER</p> |
| <p>ZehndreiBig-Gottesdienst</p> | <p>31 JANUAR 10.30 Uhr</p> |
| <p>Hensoltshöher Abend mit Hans-Martin Stäbler, Generalsekretär des CiW (Christen in der Wirtschaft), Theologischer Referent bei ERF Medien und 1. Vorsitzender des missionarisch unterwegs e. V.</p> | <p>03 FEBRUAR 19.30 Uhr</p> |
| <p>Allianz-Gebetswoche des Deutschen Evangelischen Allianz e. V.; weitere Informationen unter www.ead.de</p> | <p>11 BIS 16. FEBRUAR 10.30 Uhr</p> |
| <p>Männertag 2016 unter dem Motto „MUT ZUM SEIN“ mit dem bekannten Songwriter, Pianisten, Sänger und Referenten Martin Pepper</p> | <p>27 FEBRUAR 09.00 Uhr</p> |
| <p>Missionsabend mit Michael Stock, Japan Marburger Mission</p> | <p>01 MÄRZ 19.30 Uhr</p> |
| <p>Osterkonferenz 2016</p> | <p>26 BIS 28. MÄRZ</p> |

27 FEBRUAR ganztäglich Männertag 2016



Herzliche Einladung zum Männertag 2016 mit dem Songwriter, Pianisten, Sänger und Autor Martin Pepper. Seit über 30 Jahren ist Martin Pepper als Musiker in Konzerten und musikalischen Gottesdiensten unterwegs.

Dabei ist es ihm ein ganz besonderes Anliegen, die Herzen von Männern zu erreichen. Er will Männer ermutigen, ihren Glauben an Jesus Christus authentisch und offen zu leben. Das Tagesthema lautet deshalb „MUT ZUM SEIN“ - und natürlich werden die „Männer-Songs“ des neuen Albums am Männertag auf der Hensoltshöhe nicht fehlen!

26 BIS 28. MÄRZ Osterkonferenz 2016 ENDLICH LEBE.N



ENDLICH. Wie viel bittere Hoffnungslosigkeit und wie viel befreiende Erleichterung kann in nur einem einzigen Wort zum Ausdruck kommen! Menschsein bedeutet Begrenztheit. Ob wir es wollen oder nicht: Wir leben endlich,

wir leben begrenzt. LEBEN. Und dennoch stürmt in uns eine unbändige und uns vorwärtstreibende Sehnsucht und Hoffnung, die wirklich keine Grenzen kennt. Wir wollen leben! Wir wollen endlich leben! Gott sei Dank kommt Gott in seinem Sohn JESUS CHRISTUS zu uns, mitten in unsere Endlichkeit hinein. Er, der das wahre Leben ist, lebt in unserer Begrenztheit und lässt sich schmachvoll am Kreuz das Leben nehmen. Doch für ihn gilt nicht einmal der Tod als Grenze. Er durchbricht selbst diese und ruft uns zu: ICH LEBE UND IHR SOLLT AUCH LEBEN! Er kann auch die Punkte deiner Lebensgrenzen neu setzen und zum überschwänglichen Jubel werden lassen: ENDLICH LEBE.N! Sei deshalb herzlich eingeladen zur Osterkonferenz 2016 und bring am besten deine Freunde, Bekannten und Verwandten gleich mit! Alle Informationen zum *neuen* Programm sind ab Januar 2016 auf www.osterkonferenz.de zu finden! Wir freuen uns auf dich!

Weitere Informationen zu unseren Veranstaltungen finden Sie unter:

WWW.HENSOLTSHOEHE.DE



Unterstützen Sie die missionarisch-diakonische Arbeit der Hensoltshöhe mit Ihrer Spende!



Immer wieder melden sich ehemalige Patienten und Patientinnen noch Monate nach ihrem Aufenthalt in der Altmühlseeklinik und berichten uns begeistert von den Veränderungen, die während der Zeit auf der Hensoltshöhe in Gang gesetzt wurden und nun zu Hause und im beruflichen Alltag gute Früchte tragen.

Und diese betreffen weit mehr als medizinische Aspekte: Menschen finden neue Lebensperspektiven, überdenken und bereinigen Beziehungen, räumen ihr Leben auf und packen mutig offene Baustellen des Lebens an. Wir freuen uns sehr über diese Reaktionen und sind Gott von Herzen für sein Wirken dankbar. Sie zeigen, dass wir mit unserem Anliegen einer ganzheitlichen, kompetenten und liebevollen Patientenversorgung auf dem richtigen Weg sind.

Ein wichtiger Bestandteil unserer Angebote betrifft Fachvorträge, Andachten und Filmvorführungen, die zum einen geistliche Schwerpunkte haben, zum anderen aber auch wichtige Lebensthemen aufgreifen und behandeln. Sie führen nicht selten zu weiteren Gesprächen der Patienten mit unseren Mitarbeitern und Mitarbeiterinnen. Seit einiger Zeit kommen wir bei diesen Angeboten jedoch immer wieder an vor allem technische Grenzen: Unsere Medientechnik ist absolut veraltet und bedarf dringend einer Erneuerung.

Helfen Sie uns bitte mit Ihrer Spende bei der Erneuerung der Medientechnik unseres Hauses, damit wir unseren Dienst an der Gesundheit unserer Patienten auch auf technischer Ebene kompetent weiterführen können!

Herzlichen Dank für Ihren Beitrag!



SPENDENKONTO

GEMEINSCHAFTS-DIAKONISSEN-MUTTERHAUS
HENSOLTSHÖHE

IBAN: DE84 7655 1540 0015 0755 00

BIC: BYLADEM1GUN

Vermerk: Altmühlseeklinik Hensoltshöhe Medientechnik

ODER SPENDEN SIE ONLINE UNTER:
WWW.HENSOLTSHOEHE.DE/SPENDE

GEMEINSCHAFTS-DIAKONISSEN-
MUTTERHAUS HENSOLTSHÖHE
Hensoltstraße 58, 91710 Gunzenhausen
Tel. 09831 507-0, Fax 09831 507-350
info@hensoltshoehe.de
www.hensoltshoehe.de

ALTMÜHLSEEKLINIK HENSOLTSHÖHE
Hensoltstraße 58, 91710 Gunzenhausen
Tel. 09831 507-600, Fax 09831 507-700
info@altmuehlseeklinik.de
www.altmuehlseeklinik.de

MÄDCHENREALSCHULE HENSOLTSHÖHE
Lindleinswasenstraße 32, 91710 Gunzenhausen
Tel. 09831 6763-0, Fax 09831 6763-30
realschule@hensoltshoehe.de
www.hensoltshoehe.de/realschule

FACHAKADEMIE FÜR SOZIALPÄDAGOGIK
HENSOLTSHÖHE
Lindleinswasenstr. 30, 91710 Gunzenhausen
Tel. 09831 61935-0, Fax 09831 61935-59
fachakademie@hensoltshoehe.de
www.hensoltshoehe.de/fachakademie

FAMILIENZENTRUM SONNENHOF
Lindleinswasenstr. 28, 91710 Gunzenhausen
Tel. 09831 884588-0, Fax 09831 884588-28
familienzentrum@hensoltshoehe.de
www.hensoltshoehe.de/familienzentrum

ALTENHEIM HENSOLTSHÖHE
Am Stadtpark 130, 90409 Nürnberg
Tel. 0911 951199-0, Fax 0911 951199-405
altenheim@hensoltshoehe.de
www.hensoltshoehe.de/altenheim

TAGUNGS- UND GÄSTEHAUS
AMMERSEEHÄUSER
Ringstraße 29, 86911 Dießen am Ammersee
Tel. 08807 94898-0, Fax 08807 94898-47
info@ammerseehaeuser.de
www.ammerseehaeuser.de

CHRISTLICHES GÄSTEHAUS
ALLGÄU-WEITE
Winkel 7, 87477 Sulzberg-Moosbach
Tel. 08376 9200-0, Fax 08376 8665
info@allgaeu-weite.de
www.allgaeu-weite.de

FEIERABENDHAUS BÜCHELBERG
Büchelberg 137, 91710 Gunzenhausen
Tel. 09831 6811-0, Fax 09831 6811-3150
buechelberg@hensoltshoehe.de
www.hensoltshoehe.de/feierabendhaus

IMPRESSUM
Gemeinschafts-Diakonissen-Mutterhaus Hensoltshöhe
des DGD e.V.
Hensoltstraße 58, 91710 Gunzenhausen
Tel. 09831 507-151, Fax 09831 507-194
info@hensoltshoehe.de, www.hensoltshoehe.de
Redaktionsleitung: Timotheus Hübner
Bildnachweise: S. 1 (syolacan/istockphoto.com)
S. 6 (asmakar/istockphoto.com), S. 8 (asmakar/istockphoto.com),
Konzeption und Design: Yellow Tree, www.yellowtree.de
Wir freuen uns über Ihre Anregungen und Kritik an:
mittendrin@hensoltshoehe.de