

# Die Flüstertüte

Neues aus Bruckberg



## In Bruckberg

Bericht aus der Bewohner-  
versammlung

► Seite 4

## In Weihenzell

Bernhard Seiß berichtet von  
seinem Außenarbeitsplatz

► Seiten 8

## In Ansbach

Werkstattmarkt und Bilderaus-  
stellung im Brücken-Center

► Seite 10



## Liebe Leserin, lieber Leser!

nicht zu fassen – schon wieder liegt die letzte Ausgabe der Flüstertüte eines Jahres vor Ihnen! Wir fragen uns oft: wo ist die

Zeit geblieben? Schon wieder sind der Arbeitstag, die Arbeitswoche oder auch der Urlaub, die Ferien wie im Flug vergangen.

Schon wieder stehen wir an der Schwelle zum Advent und blicken voraus auf das Jahresende. Und ganz ehrlich – manchmal kommen wir mit der Schnelligkeit des Lebens, mit all den Anforderungen, Aktionen, Themen, die uns ständig umgeben gar nicht mehr so schnell mit.

Dann tut es gut auf das zu schauen, was sich ereignet hat und es uns nochmals vor Augen zu führen. Genau das können Sie tun, wenn Sie in der aktuellen Flüstertüte blättern: Die Mitarbeitervertretung erzählt von der Freude an der Arbeit in der Heilerziehungspflege. Zur Bewohnerversammlung mit Herbstfest hatte die Bewohnervertretung eingeladen. Erfolg und Freude bei der Arbeit werden deutlich im Interview mit Bernhard Seiß und unserem Auszubildenden der Verwaltung Michael Brniak. Gleich drei Artikel in dieser Ausgabe befassen sich mit dem Thema Sport und Bewegung: erfolgreich waren die Basketballer beim Turnier in Nürnberg unterwegs. Spaß kann es auch machen, einfach mal andere beim Sporteln anzufeuern, wie den Fußballern der SpVgg Ansbach.

### Foto Titelseite:

Endlich! Der erste Schnee in diesem Winter! Auch Pia und Steven freuen sich über die großen weißen Flocken.

Titelfoto: Anton Krämer

Seit Anfang Oktober können wir uns alle fit halten im neu eröffneten Fitnessraum: alle Mitarbeiter\*innen können diesen nach Einweisung selbstständig nutzen und die Bewohner\*innen gemeinsam mit Mitarbeiter\*innen in den Sportstunden. Viel Spaß wünsche ich!

Den Advent eingeläutet hat die Verkaufsaktion der Werkstatt im Brückencenter, die in diesem Jahr erstmals begleitet war durch Aktionen der Offenen Hilfen und Informationen über die Arbeit im Wohnen durch Mitarbeitende aus den Wohnbereichen.

In der kommenden Woche findet die erste der Adventsfeiern für Mitarbeiter\*innen Wohnen und ATS statt. Ich freue mich schon auf die Begegnungen und Gespräche mit Ihnen.

Ich wünsche Ihnen allen einen gesegneten Advent. Einen Advent, der Ihnen eine neue Sicht auf viele Dinge schenkt. Einen Advent, der sie mutig macht für neue Schritte. Einen Advent, der Ihnen heilsame Begegnungen schenkt.

Herzliche Grüße

Petra Hinkl  
Leitung Wohnen



## Gedanken zur Arbeit - Von Eurer MAV Bruckberg



Bei allen negativen Schlagzeilen über die Pflege: Tausende von Menschen arbeiten gerne in der Pflege, lieben ihren Beruf und würden ihn für keinen anderen Job in der Welt eintauschen wollen. Ja, diese Menschen und die positiven Seiten an der Pflege gibt es – sie werden nur weniger kommuniziert. Deshalb wollen wir genau das übernehmen: Im Folgenden geben wir Dir einen Einblick in die Sonnenseiten der Pflege, zeigen Dir, warum ein Beruf in der Pflege immer noch ein Traumjob sein kann und warum es sich lohnt, in der Pflege zu arbeiten.

1. **Abwechslungsreich.** *Kein Tag gleicht dem anderen.*
2. **Individuell.** *Verschiedene Arbeitszeitmodelle, flexible Verdienstmöglichkeiten, verschiedene Berufsgruppen.*
3. **Verantwortungsvoll.** *Die Menschen vertrauen auf unsere Kompetenz und wir sind oftmals der erste Ansprechpartner.*
4. **Herausfordernd.** *Man steht ständig vor neuen Herausforderungen und entwickelt sich dadurch ständig weiter.*
5. **Selbständig.** *Selbständiges Arbeiten ist gerade in der Pflege enorm wichtig.*
6. **Teamarbeit.** *"Einer für Alle und Alle für Einen." - In der Pflege nicht nur eine Floskel.*
7. **Spaß.** *Lachen und Spaß haben, sowohl mit den Menschen und mit den Kollegen\*innen, gehört einfach dazu. Menschen in der Pflege haben Humor.*
8. **Bedeutsam und sinnvoll.** *Die Arbeit in der Pflege ist unverzichtbar und wenn man die demographische Entwicklung betrachtet, wird sie immer bedeutsamer werden. Menschen zu helfen, ist ein gutes Gefühl.*
9. **Sicher und attraktiv.** *Ein Arbeitsgebiet mit Zukunft und vielen Weiterbildungs- und Aufstiegsmöglichkeiten. Ob man sich auf einem Fachgebiet spezialisieren möchte, oder eine Karriere im Management anstrebt. - es stehen viele Wege offen.*
10. **Interessant.** *Man lernt viele neue Menschen und Situationen kennen. Es kommt keine Langeweile auf.*
11. **Bewegend.** *Schöne und bereichernde Erfahrungen mit Menschen und ihren Lebensgeschichten.*
12. **Fürs Leben lernen.** *Mit jedem neuen Menschen, mit jeder Erfahrung lernt man auch fürs eigene Leben. Die Geschichten und Lebenswege der Menschen sind spannend und man erfährt so viel Interessantes von den Menschen.*
13. **Dankbarkeit.** *Bei der Arbeit bekommt man so viel Dankbarkeit von den Menschen und man selbst ist dankbar, Zeit mit interessanten Menschen teilen zu dürfen. Ich habe gelernt die eigene Gesundheit wirklich zu schätzen und genieße die Zeit viel mehr.*
14. **Gelassenheit.** *Durch die unzähligen verschiedenen und manchmal auch schwierigen Situationen lernen wir gelassen zu bleiben, auch privat wirft uns dadurch so schnell nichts mehr aus der Bahn.*

**Es ist in unseren Augen eben nicht nur ein Beruf, sondern darüber hinaus auch Ausdruck einer Haltung, einer Persönlichkeitsstruktur, die Werte wie Solidarität, Verantwortungsbewusstsein, Mitgefühl und Fürsorge priorisiert, und, ja, auch lebt.**

**...UND WAS TREIBT DICH AN?**

**Die Mitarbeitervertretung Bruckberg wünscht Euch eine besinnliche Adventszeit, ein wunderschönes Weihnachtsfest und einen guten Rutsch ins neue Jahr!!!**

## Bewohnerversammlung am 27.10.2023

### Jahresbericht der Bewohnervertretung – Zünftig! Bayerisch!

Auch in diesem Jahr hat die Bewohnervertretung zur Bewohnerversammlung in den Festsaal eingeladen. In ihrem Jahresbericht sprachen die beiden Vorsitzenden Andre Schleiernick und Alexandra Geier und alle weiteren sieben Bewohnervertreter, sowie die Kinder- und Jugendvertreterin Denisa Wyka. Sie berichteten von den Themen, mit welchen sie sich nach der im April stattgefundenen Wahl beschäftigten. Es wurde jedoch nicht nur gesprochen und berichtet, sondern auch im Rahmen des nachfolgenden Oktoberfestes zum Feiern eingeladen. Zu der schwungvollen Musik von Heribert und Gabi wurde getanzt und geschunkelt oder aber auch über das Zusammenleben geplaudert und dabei gut bayerisch gegessen.



Der 1. Vorsitzende Andre Schleiernick begrüßt alle Anwesenden und betonte den Zusammenhalt der Bewohner.



Ein Thema das wohl alle beschäftigt – Tante Enso! Holger Mex besuchte die Bürgermeisterin Bruckbergs und gab in der Versammlung ein Update.



Berichtet wurde unter anderem auch über die Ergebnisse der Wahlen, den diesjährigen Tag der Begegnung, Änderungen am Speiseplan und die Klausurtaugung der Bewohnervertretung.



Ebenso nahm unsere Leitung Frau Hinkl an der Versammlung teil und beantwortete die gestellten Fragen zu Tante Enso und zur Nutzung des neuen Fitnessraums.



Ausgelassene Stimmung herrschte beim anschließenden Bruckberger Oktoberfest zu Klängen des Fliegerlieds, Rock mi und weiteren Bierzelt-Klassikern.



Tracht erwünscht – den ersten Preis ergatterte Rainer Herbst für sein zünftiges Outfit.

# Das neue Fitnessstudio



Eine schnelle und hastige Bewegung nach links, sich beim Aufheben eines Gegenstands nicht richtig gebückt, eine schlechte Haltung am Schreibtisch, vielleicht der falsche Stuhl ? - schon „fährt“ es einem in den Rücken und man hat Schmerzen, ist verspannt oder kann sich nicht mehr so bewegen wie man möchte.

So etwas kennen viele Berufstätige. Auch vorbeugend kann man dagegen etwas tun, indem man sich regelmäßig bewegt und seine Muskulatur stärkt. Oftmals gestaltet sich das aber sehr schwierig, man hat keine Zeit, findet nicht das passende Angebot, um etwas für sich und seine Gesundheit zu tun oder aber es gibt anderweitige Barrieren sich sportlich zu betätigen. Uns Bruckbergern wurde nun eine Hürde genommen. Seit dem 23.10.2023 gibt es in der Einrichtung nun ein kleines Fitnessstudio mit 15 Geräten an denen Mitarbeiter\*innen trainieren können. Voraussetzung dafür ist eine Einweisung durch die eingewiesenen Trainer. Die Räumlichkeiten sind von 06.00 - 23.00 Uhr geöffnet. Zugang erhält man über einen individuellen Transponderschlüssel, der gegen ein Pfand in Höhe von 10 €, zusammen mit der Einweisungsbestätigung, in der WfbM erworben werden kann. Die Einweisungen können nach Vereinbarung stattfinden. Ansprechpartnerin ist Frau Bettina Jockwig (Bettina.Jockwig@diakoneo.de).

Ermöglicht wurde die Einrichtung dieses Fitnessangebotes durch das Engagement und die Spende von Herrn Martin Dünnbier, der zuvor selbst ein Fitnessstudio betrieben hat und nun seit Kurzem im Wohnbereich Steinbacher Straße als Pflegehelfer tätig ist.

# Ein Azubi für die Verwaltung

Hallo zusammen,

falls ihr in den letzten 2 - 3 Monaten mal in der Allgemeinen Verwaltung angerufen habt und eine verplante Stimme geantwortet hat, war das mit hoher Wahrscheinlichkeit ich! Nun, falls ihr euch fragt, mit wem ihr da gerade eigentlich gesprochen habt, möchte ich mich euch gerne einmal vorstellen:

Mein Name ist **Michael Brniak** und ich arbeite seit dem 01.09.2023 als Auszubildender in der Allgemeinen Verwaltung. Davor habe ich ein FSJ (Freiwilliges Soziales Jahr) an der Laurentius-Realschule absolviert. Zufällig war das auch die Schule, an der ich die mittlere Reife erworben habe. Vor allem durch das FSJ habe ich meine Vorliebe für die Arbeit mit Menschen entdeckt, weshalb ich mich bei Wohnen Bruckberg als Auszubildender beworben habe.

Schon seit dem ersten Tag haben mich die Kollegen\*innen herzlich aufgenommen und ich fühle mich im allgemeinen sehr wohl hier. Zukünftig werde ich wahrscheinlich noch auf einigen Wohngruppen hospitieren dürfen, also kann es sein, dass wir uns auch einmal persönlich treffen werden.

In meiner Freizeit treffe ich mich gerne mit meinen Kollegen und gehe gerne in das Fitnessstudio für die Mitarbeiter hier im Wohnen Bruckberg.

Ich freue mich schon auf die neuen Herausforderungen und darauf ein Teil des Teams zu sein.

Bis bald - Euer Michael

Text: M. Brniak / Foto: A. Krämer



## Abschied in den verdienten Ruhestand



1973 begann Frau **Christa Ippach** ihre Ausbildung zur Krankenpflegehelferin in der „Diakonissenanstalt“. Über einige andere Zwischenstationen gelangte sie 1979 schließlich nach Bruckberg und startete auf der Süd 0 im Haus Gottesseggen durch – bevor sie von 1984 bis 1992 in der Förderschule St. Martin tätig war. Nach einer kurzen Pause fing sie 2001 wieder im Haus Gottesseggen an und begleitete ihre Schützlinge über all die Jahre und Umbauphasen hinweg und wurde letzten Endes auf der Nord 2 heimisch.

Mit viel Empathie, Einsatz, Taktgefühl und Glauben setzte sie sich sehr menschlich für ihre Klientinnen und Klienten ein – dafür war sie bekannt und sehr geschätzt.

Zu gerne hätte ich sie noch über den 01.12. hinaus als Mitarbeiterin behalten, ich gönne ihr

aber von ganzem Herzen den neuen Lebensabschnitt, den sie jetzt ganz für sich hat: Sie will jetzt nicht mehr früh raus müssen und kann sich dann, nach einiger Erholungszeit ab dem kommenden Frühjahr ganz ihrer Leidenschaft hingeben und viel auf Reisen gehen.

**Danke für alles, Christa, auch im Namen aller Kolleginnen, Kollegen, Bewohnerinnen und Bewohner!**

Text/ Foto: M. Schleicher

# Eindrücke vom Laternenumzug am 11.11.2023



Fotos: A. Krämer

# Mein Arbeitsplatz im Sägewerk

## Bernhard Seiß berichtet von seiner Arbeit in Weihenzell:

### Magst du dich kurz vorstellen?

Ich heiße Bernhard Seiß und ich wohne in Dietenhofen. Ich bin jetzt 48 Jahre alt.

Früher habe ich lange in der Landschaftspflege bei Dieter Bürkel gearbeitet und danach war ich 8 Jahre im Maschinenraum.

### Und wo ist dein Arbeitsplatz jetzt?

Seit über einem Jahr arbeite ich jetzt auf einem Außenarbeitsplatz im Sägewerk Ehrenbrand in Weihenzell-Neumühle. Gleich neben dem Kreisverkehr ist meine Firma.

### Was musst du dort machen?

Verschiedene Dinge. Meistens nehme ich Bretter und Latten ab und schlichte sie ordentlich auf die Paletten. Das schaut so einfach aus, aber man muss genau aufpassen. Zuerst muss ich schauen, dass keine Rinde dran ist und die Länge passt. Dann muss man die Teile genau nach Vorgabe auf einen Stapel schlichten. Auf jede Reihe kommen dann Leisten, damit die Hölzer austrocknen können. Außerdem helfe ich beim Hobeln und bin mit verantwortlich, dass es überall ordentlich ausschaut. Dass keine Späne und Reste herumliegen.

### Macht dir die Arbeit Freude?

Auf jeden Fall. Ich bin sehr gerne dort. Das gute Miteinander mit den Kollegen gefällt mir besonders gut. Die sind alle so freundlich und da macht die Arbeit einfach Spaß.

### Gibt es auch etwas, das dir nicht so gut gefällt?

Da fällt mir eigentlich nichts ein.

### Wie kommst du denn zur Arbeit und wieder zurück?

Das geht gut, weil der Linienbus aus Dietenhofen direkt am Sägewerk hält. Die Arbeitszeit haben wir nach den Bus-Zeiten vereinbart. Nur in den Ferien, da ist es etwas schwieriger.

### Was machst du denn in deiner Freizeit gerne?

Da bin ich zum Beispiel in der Bewohnervertretung und gehe zu den Sitzungen. Im Winter gehe ich gerne in die Sauna. Und im Sommer bin ich auf vielen Kirchweihen vertreten. Meinen Urlaub nehme ich hauptsächlich, damit ich auf ein Volksfest gehen kann. Auf das Frühlingsfest in Nürnberg zum Beispiel oder auf das Oktoberfest in München. Außerdem gehe ich auf die großen Feste in Straubing, Augsburg, Nördlingen, Dinkelsbühl und so weiter. Nächstes Jahr will ich auch nach Stuttgart auf den Cannstatter Wasen.

### Ok, das sind ja große Unternehmungen. Gehst du da alleine und wie kommst du denn da hin?

Da gehe ich immer alleine. Ich schaue mir die Fahrpläne an und fahre mit den Bussen und Zügen. Ich kenne mich da gut aus. Der letzte Bus bringt mich dann schon wieder nach Hause ;).

### Hast du für das Oktoberfest auch die passende Kleidung?

Aber sicher! Ich habe vier verschiedene Lederhosen, dazu passende Hemden und so weiter. Auf die Feste gehe ich immer nur in Tracht. Da gibt es nix anderes.

### Was ist dein Wunsch für die Zukunft?

Ich habe schon viel erreicht. Auch wenn es mal Probleme gibt, kann ich jetzt meistens ruhig und gelassen bleiben. Irgendwann will ich auch im Wohnen den nächsten Schritt machen und ins Begleitete Wohnen wechseln. Die Arbeit soll so bleiben, wie es gerade ist.



Bernhard Seiß (r.) mit seinem Chef Reinhold Ehrenbrand (l.)

## Basketballer mit Platz 1 in Nürnberg

Rebound, Fastbreak, Give and Go... Basketball Fachbegriffe die interessierten Basketballern leicht über die Lippen gehen und welche die Trainer gerne nutzen um Spielsituationen zu beschreiben. Jubeln, Lachen, Abklatschen, Freudensprünge, dazu braucht es keine Fachbegriffe, das versteht jeder und genau diese Begrifflichkeiten stellten unsere Traditional Basketballer um das Trainerduo Klaus



Zeilinger und Robert Krieger beim Basketballturnier der evangelischen Jugendarbeit in Bayern am Samstag 11.11.2023 wieder einmal unter Beweis. Unser Team kämpfte sich ehrgeizig und mit viel Spielfreude durch die Klassifizierungsrunde am Vormittag und konnte am Nachmittag dann in ihrer Leistungsgruppe einen fulminanten 1. Platz belegen. Also Daumen hoch für das erfolgreiche Basketballteam und Glückwünsche an die Mannschaft und das Trainerteam.

Text: M. Hötzl, Foto: R.Krieger

## Zu Besuch bei den Nullneunern



„Großer Jubel am Samstag 30.09.2023 im Ansbacher Xaver Bertsch Sportpark. Nach drei Niederlagen in Serie gelang den Regionalliga Fußballern der SpVgg Ansbach endlicher wieder ein Sieg. Gegen die zweite Mannschaft des Bundesligisten vom FC Augsburg waren an diesem Samstagnachmittag 835 Zuschauer in den Ansbacher Sportpark gekommen. Darunter auch einige Kinder- und Jugendliche aus dem Bruckberger Sonnenhof.

Jakob Steinmetz als Berufspraktikant im Anerkennungsyear in der Wohngruppe Kastanienhof 2 tätig, hatte die Idee und vor allem auch die Kontakte zum Trainer und einigen Spielern der SpVgg Ansbach, die es ermöglichten, sich das Spiel kostenfrei anzusehen und die grün weißen Männer von der Rezat anzufeuern. Am Ende war die Stimmung aufgrund des Ergebnisses nicht nur bei den Ansbacher Spielern sehr gut. Nach dem Schlusspfiff hatte Jakob Steinmetz noch ein „Meet and Great“ mit den Spielern organisiert und die Bruckberger Zuschauer konnten sich mit den Spielern austauschen und ein schnelles Foto mit der gesamten Mannschaft war auch noch mit drin. Coach Christoph Hasselmeier bedankte sich beim den Bruckberger Supporters und überreichte allen noch kleine Geschenke wie einen Fan Schal und eine Cap für jeden. Am Ende bedankte er sich bei den Bruckberger und meinte, sie müssten zum nächsten Heimspiel auf jeden Fall auch wiederkommen, da sie nun wohl die Glücksbringer aus Bruckberg sind. Alles in allem ein spannender und ereignisvoller Nachmittag für die Kinder- und Jugendlichen bei den Nullneunern.

Text/ Foto: M Hötzl, V. Wehner

# **Werkstattmarkt und Bilderausstellung im Brücken-Center Ansbach**



**Die Adventsaktion von Diakoneo Bruckberg im Brücken-Center war ein voller Erfolg. Wir haben viele unserer Produkte verkauft und Bruckberg sehr gut durch die Bilder und Mitmachaktionen darstellen können. Mitarbeitende von Wohnen Bruckberg standen für Gespräche und Fragen zu unserem Standort und zum Beruf des Heilerziehungspflegers zur Verfügung.**

Unter dem Motto „Siegertypen“ zeigt Diakoneo Sportler\*innen aus den Einrichtungen von Diakoneo Dienste für Menschen mit Behinderung. Seit vielen Jahren nehmen sehr erfolgreich diese an Turnieren und Wettbewerben u.a. von Special Olympics im In- und Ausland teil. Das Angebotspektrum ist breit: Fußball, Handball, Basketball, Schwimmen, Leichtathletik, Spiel & Bewegung – stehen auf den Trainingsplänen. Mit dem Projekt „Siegertypen“ wurden die Sportler\*innen ein Jahr lang im regelmäßigen Training und bei Veranstaltungen von einem Fotografen begleitet. Die Ausstellung war als Wanderausstellung in ganz Bayern unterwegs u.a. auch im Bayerischen Sozialministerium für Soziales und Arbeit. Neben den Werken baut die Werkstatt Bruckberg wieder ihren über vier Meter großen Weihnachtsengel auf, der in Handarbeit geflochten wurde. Freitags und samstags wurden verschiedene Spiele- und Mitmachaktionen durchgeführt.

**Eine tolle Gemeinschaftsaktion von Wohnen Bruckberg – Werkstatt Bruckberg – Förderstätte- und Seniorentagesstätte – Offene Hilfen Bruckberg – Offene Hilfen Ansbach - Werkstatt Neuendettelsau  
– WIR FREUEN UNS AUF NÄCHSTES JAHR**



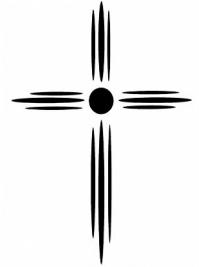


Wer im Gedächtnis seiner Lieben lebt, der ist nicht tot, der ist nur fern;  
tot ist nur, wer vergessen wird.  
Victor Hugo

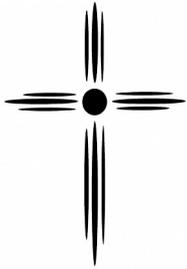
## Karin Grosch

geboren am 05.05.1975 und  
am 26.10.2023 verstorben

Wir werden dich nie vergessen!  
Deine Mitbewohnerinnen, Mitbewohner und die Mitarbeitenden  
der Wohngruppe Am Brunnen 4



Was man tief in seinem Herzen besitzt, kann man nicht durch den Tod verlieren.  
Johann Wolfgang von Goethe



## Willi Brohm

geboren am 21.05.1951 und  
am 05.11.2023 verstorben

In liebevoller und dankbarer Erinnerung!  
Deine Mitbewohnerinnen, Mitbewohner und die Mitarbeitenden  
der Alten Poststraße 25



## Kunstaussstellung in der Martinkirche

Hallo liebe „Flüstertütenleser“!  
Es ist wieder einmal soweit: Die „Lebenskünstler“ der Kunstwerkstatt Bruckberg, zeigen ihre neuen Kunstwerke. Wir freuen uns schon sehr darauf und hoffen, dass ganz viele von euch unsere Bilder ansehen und mit uns ins Gespräch kommen werden. Frau Pfarrerin Andrea Eitmann wird in den Adventsgottesdiensten auch auf unsere Bilder eingehen.

**Wo:** in der Bruckberger Martinkirche  
**Wann:** in der Advents- und Weihnachtszeit, bis Ende Januar  
Auf euer Kommen freuen wir uns sehr!

Liebe Grüße  
Olympia Poptsiyas-Bucher



### Weitere Termine im Dezember

- |            |  |
|------------|--|
| 02.12.2023 | Lagerfeuer vor dem Café am Schloss                 |
| 08.12.2023 | Benefizauftritt Siska's Element im großen Festsaal |
| 16.12.2023 | Aktionssessen „Medaillons“ im Café am Schloss      |
| 24.12.2023 | Café am Schloss geschlossen                        |
| 31.12.2023 | Café am Schloss geschlossen                        |

# Worte auf den Weg

Schon wieder ist ein Jahr vorbei. Rasend schnell. Und doch, wenn man zurückblickt, bemerkt man, wieviel in einem Jahr geschehen kann. Dann denkt man sich oft, warum kommt es einem so schnell vor, wo man doch zeitgleich so viel erlebt, bewerkstelligt und gesehen hat. Wenn ich daran denke, wie es einem als Kind ging. Bis da endlich Weihnachten war, vom Geburtstag ganz zu schweigen. Eine Ewigkeit. Dabei tickt die Uhr genauso, eine Minute im Kindesalter entspricht 60 Sekunden, genauso wie für einen Erwachsenen. Genau in diesem Punkt wird uns der Sinn des Satzes klar: Zeit ist relativ.

Es gibt sogar eine logische Erklärung. Das Hirn des Erwachsenen kennt Vieles schon. Handlungen und Ereignisse sind x-mal erlebt und diese werden nicht mehr als so besonders gespeichert. Vieles läuft so nebenbei ab, wie ein altbekannter Film. Daher entsteht der Eindruck, die Zeit ginge schneller.

Daher lade ich dazu ein, dass wir uns im Alltag öfter überraschen lassen, neue Wege gehen, denn dann brechen wir den Trott auf und geben uns und unserem Hirn die Möglichkeit, die Schnelligkeit zu bremsen.

Ich lade dazu ein, zu überlegen, wie das klappen könnte. Ich weiß unser Alltag hat oft Überraschungen parat, auf die wir gerne verzichten würden. Da kommt wieder etwas Erwiesenes ins Spiel: Menschen neigen dazu, das Negative besonders wahrzunehmen, das Positive wird als selbstverständlich angesehen. Sie kennen das bestimmt: Man steht an der Kasse und ausgerechnet an dieser Kasse hat jemand vor uns eine Nachfrage, der andere findet seinen Geldbeutel nicht und dann braucht der Kassierer noch eine Kollegin, die im Laden nach einem Produktpreis fragen muss: kurzum: nix geht voran. Da denkt man sich: Immer, wenn ich an der Kasse stehe, passieren solche Dinge. Das ist ein Trugschluss: denn vermutlich stehen wir genauso oft an der Kasse und alles läuft wie am Schnürchen. Nur speichern wir das nicht ab und regen uns schon gar nicht drüber auf.

Wie bringen wir das nun zusammen? Mein Vorschlag: führen Sie für 2024 ein Dankbarkeits-Tagebuch und lenken Sie den Blick auf das, was gut und schön im Alltag war. Und seien es noch so vermeintlich kleine Dinge. Glückforscher haben herausgefunden, dass uns der Fokus auf das Gelungene nachhaltig glücklicher macht. Vielleicht sind Sie dann überrascht, was da für eine Liste zusammenkommt. Und wie ich eingangs geschrieben habe, ist die Überraschung im Alltag vielleicht eine Chance, diesen zu unterbrechen und die Achtsamkeit lässt die Zeit weniger schnell verrinnen. Ich hoffe Sie finden alle am Ende des Jahres Zeit, sich zu überlegen, was 2023 schön war und wofür Sie dankbar sind! Ich bin mir sicher auch im neuen Jahr wird es die kleinen Glücksmomente geben. Zusammengefügt wird viel Kleines auch Groß!



Zu sehen in der Kunstaussstellung: „Eine frohe Botschaft“ von Karl-Heinz Hahn

**Einen besinnlichen Advent, ein gesegnetes Weihnachtsfest und einen guten Rutsch ins Jahr 2024 wünscht Ihnen Veit Harnisch!**

## Herausgeber

Wohnen Bruckberg  
Bernhard-Harleß-Str. 2, 91590 Bruckberg  
www.gemeinsam-in-bruckberg.de  
fluestertuete.bruckberg@diakoneo.de  
Tel.: 09824 / 58-0

## Auflagenzahl

250 Stück

## Druck

Kopier- und Schnell-  
Druck-Center, Ansbach

## Redaktionsteam Novemberausgabe 2023

Martin Piereth

Christina Dörr

Martin Hötzl

Anton Krämer

