

## Vortrag

### Kraut und Heilkraut

#### Wie wird die Pflanze zur Heilpflanze

von Carsten Tiede      Berater für Landwirtschaft und  
Gartenbau



**29. November um 20 Uhr**

Freie Pflege Praxis Ulm

Eintritt frei!

## 10 Jahre Anthroposophische Pflege in Ulm

### 10 Jahre Förderkreis

#### für Anthroposophische Pflege e.V.

Am 27. November 2002 war die Gründungsversammlung unseres Vereins. Dies nehme ich zum Anlass, rückblickend die Ursprungsimpulse mit dem Erreichten in Beziehung zu setzen und auf das zu schauen, was noch werden will.

Anlass der Gründung unseres Vereins war der Beginn der professionellen anthroposophischen Pflege durch Jacqueline Goldberg (damals noch Schmidt), früher mit dem Pflegedienst Therapiea, heute mit der Freien Pflege Praxis Ulm. Es war uns ein Bedürfnis, diese Form der Pflege zu schützen und zu begleiten. Das Ziel der Gründer unseres Vereins war es daher, einerseits einen Wärmekreis zu bilden, der die Anthroposophische Pflege (im Folgenden AP) in Ulm ideell unterstützt und trägt, andererseits auch finanzielle Mittel den Besonderheiten dieser Pflege zur Verfügung zu stellen.

Das erste Ziel hat sich dahingehend entwickelt, dass unser Förderkreis ein Bildungsträger für AP geworden ist. Es fing mit einem Schwesternarbeitskreis an, der sich grundlegende Themen aus der AP erarbeitete. Nachdem an der Filderklinik für einige Zeit kein Grundkurs AP angeboten wurde, entschlossen wir uns 2007 kurzfristig, eine solche Fortbildung

selbst anzubieten. Unser Grundkurs AP richtet sich überwiegend an examinierte Pflegefachkräfte (Krankenschwestern, Altenpfleger, Heilerziehungspfleger), dauert mit 200 Fortbildungsstunden ein ganzes Jahr und ist damit neben dem Beruf gut durchführbar. In der Zwischenzeit haben wir im Sommer 2012 den 5. Grundkurs abgeschlossen, der 6. Grundkurs beginnt im Januar 2012. Über 60 TeilnehmerInnen konnten so intensiv mit den Grundlagen und Anwendungsmöglichkeiten der AP in Berührung kommen und seither auch in ihren Berufsalltag integrieren. Die TeilnehmerInnen kamen dabei teilweise von weiter weg her: Heidenheim, Augsburg, Wangen, Memmingen, vom Bodensee und aus dem Hohenlohischen.



Aus den Bedürfnissen von Teilnehmern des Grundkurses ergab sich der Wunsch nach einem Aufbaukurs. Dieser konnte bei uns über zwei Jahre von 2009 2011 mit 10 TeilnehmerInnen aus dem süddeutschen Raum durchgeführt werden. Es zeigte sich jedoch, dass wir es bei dieser einmaligen Durchführung belassen wollten, da der Aufwand für diesen „Studiengang“ immens hoch war und es zudem nun auch einen solchen Kurs beim Verband für AP e.V. an der Filderklinik gibt, sodass wir keine Notwendigkeit sehen, uns hier weiter zu engagieren.

Eine Vielzahl von Einzelkursen und Vorträgen zu verschiedenen Themen der AP, die wir veranstalteten, sollen der Vollständigkeit halber noch erwähnt sein.

Bitte unterstützen Sie die Arbeit des Hilfsfonds mit Ihrer Spende. Sie schenken damit bedürftigen Menschen ein Stück Lebensqualität und Gesundheit!

**Spendenkonto: 210 020 49**  
Sparkasse Ulm - BLZ 630 500 00

**Vielen Dank!**

## Impressum

Förderkreis für Anthroposophische Pflege e.V.  
Römerstraße 94, 89077 Ulm  
E-Mail: [info@fap-ulm.de](mailto:info@fap-ulm.de)  
[www.fap-ulm.de](http://www.fap-ulm.de)

Aktuell veranstalten wir eine Arbeitsgruppe mit ca. 20 TeilnehmerInnen, die sich den Heilpflanzen durch Wahrnehmungsübungen intensiv nähern will. Das erste Wochenende dazu hatte sich die Brennessel vorgenommen, die nächste Pflanze wird der Wacholder sein. Auch entwickeln wir gerade zusammen mit dem Therapeutenverband für Öldispersionsbäder eine neue Weiterbildung zur „Pflegefachkraft für Öldispersionsbäder“. Die ersten 3 Teilnehmerinnen haben diese Weiterbildung hier in Ulm schon begonnen.

Des Weiteren unterstützen wir Pflegefachkräfte finanziell aufgrund der Spenden einer großzügigen Gönnerin beim Besuch von Fortbildungen und Tagungen der AP.

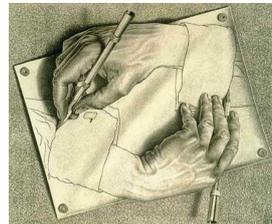
In dieses Themenspektrum gehört rückschauend auch noch die Pilotstudie „Die klingende Fußwaschung bei Kindern mit ADHS“, die Jacqueline Goldberg 2004 mit unserer finanziellen Unterstützung durchführte. Eine wissenschaftliche Studie zu diesem Thema konnte dann leider aufgrund der Nicht-Finanzierbarkeit - wir benötigten ca. 60.000 Euro dazu - nicht durchgeführt werden. Die Klingende Fußwaschung wird seither als Impuls von einigen Krankenschwestern in Deutschland weiter getragen. Es kommen immer noch vereinzelt Nachfragen dazu.

Unser zweites Ziel, die finanzielle Unterstützung der Anwendung der AP, erfüllen wir durch unseren Hilfsfonds. Dieser Fonds, der sich aus Überschüssen durch unsere Kurstätigkeit sowie aus Spenden speist, unterstützt Menschen, die Anwendungen aus der AP benötigen, sie sich jedoch aufgrund der Nicht-abrechenbarkeit mit den Krankenkassen nicht leisten können. Es handelt sich dabei überwiegend um Rhythmische Einreibungen, aber auch um Öldispersionsbäder. Einige tausend Euro konnten so bislang in einem guten Sinne wirken. Herzlichen Dank an die Spender!

Seit über 5 Jahren hat sich die professionelle AP in Ulm verselbständigt in Form der Freien Pflege Praxis Ulm. Sie hat 4 Sparten: Ambulante Pflege, Pflegeberatung, pflegerisch-therapeutische Anwendungen und Familienentlastende Dienste. Mit der Unabhängigkeit ist ein immenses Wachstum einhergegangen. Die Freie Pflege Praxis beschäftigt

heute 40 Mitarbeiter und hat sich einen überregionalen Ruf erarbeitet. Viele andere (anthroposophische) Pflegedienste fragen nach dem Konzept, der Finanzierung, der Organisation. Manche hospitieren einige Zeit und ein Pflegedienst vom Starnberger See, der grundlegend saniert werden muss, bat die Freie Pflege Praxis sogar, für die Dauer eines halben Jahres die Geschäftsführung und die Pflegedienstleitung kommissarisch zu übernehmen. Auch war beispielsweise kürzlich Hilde Mattheis, Bundestagsabgeordnete und Mitglied des Gesundheitsausschusses, zu Besuch in der Freien Pflege Praxis, um sich dieses Modell persönlich anzuschauen. Sie möchte im kommenden Jahr gerne einmal in der ambulanten Pflege mitfahren, um zu sehen, warum die AP so erfolgreich ist. Ein Geheimnis kann hier schon gelüftet werden: Alle Pflegeteammitglieder der Freien Pflege Praxis durchlaufen den Grundkurs AP in unserem Förderkreis, was eine große innere Gemeinsamkeit und damit auch Qualität der Pflege schafft.

Unser mit 33 Mitgliedern überschaubarer Verein kann in seinem 10-jährigen Bestehen schon auf einiges Erreichtes zurückschauen. Dabei waren auch zwei große Krisen innerhalb der Vorstandschaft zu bewältigen, die auch die Mitglieder nicht unberührt ließen. Diese Krisen haben uns jedoch immer auch weiter entwickelt. Was wartet nun noch auf uns?



Ich persönlich habe 2 Wünsche. Zum einen kann ich mir vorstellen, dass unser Hilfsfonds sich zu einer Solidargemeinschaft weiter entwickelt, da wir es wieder lernen sollten, direkte Hilfsbeziehungen zueinander

aufnehmen zu können, und das jenseits von Familien- oder zwanghaft verordneten staatlichen Strukturen, die langfristig wohl nicht mehr tragfähig sind.

Mein zweiter Wunsch betrifft die Ermöglichung einer adäquaten Wohnform für Menschen, die Pflege bedürfen, z.B. eine ambulant betreute Wohngemeinschaft.

Menschen, die sich durch meine Wünsche angesprochen fühlen, die solches auch „schon immer“ wollten, bitte ich, sich mit mir und uns in Verbindung zu setzen, damit wir Zukunft wagen können.

Sören Hirning-Goldberg

---

## Grundkurs Anthroposophische Pflege

für Pflegefachkräfte

berufsbegleitend 1 Jahr, 200 Stunden

Beginn: 9. Januar 2013

mehr Infos auf Homepage!

## Die Arbeit mit dem Menschen

Seit 15 Jahren arbeite ich als anthroposophische Kunsttherapeutin in eigener Praxis. Zuerst im Therapeutikum Ulm auf dem Kuhberg, wo ich Jacqueline Goldberg, Monika Härtner und Sören Hirning-Goldberg in ihrer Arbeit kennen lernte. Damals noch auf derselben Etage, das Büro der anthroposophischen Pflege neben den Räumen der Heileurythmie und der Kunsttherapie. Inzwischen habe ich meinen Praxisraum in der Freien Pflege Praxis Ulm. Da gibt es viele Berührungspunkte auf verschiedenen Ebenen.

Was mich von Anfang an beeindruckt hat, ist dieser tiefe Impuls, die Pflege im Sinne von „ich wende mich dem Menschen zu in seiner vollen Gestalt“ lebendig zu wahren. So war ich auch gerne bereit, mich mehr mit dieser Arbeit und diesen Menschen zu verbinden.

Als der Förderkreis für Anthroposophische Pflege e.V. gegründet war und von diesem die Weiterbildung, der Grundkurs zur anthroposophischen Pflegekraft angeboten wurde, habe ich mich sehr gefreut, dort mitarbeiten zu dürfen. In diesem Grundkurs arbeite ich mit den TeilnehmerInnen auf malerischer Ebene hauptsächlich an Wahrnehmungsübungen.

Zweiwöchentlich biete ich auch als Kunsttherapeutin den MitarbeiterInnen der Freien Pflege Praxis einen Malabend an. Dies ist ein Angebot der Praxis.

Seit längerem bin ich auch Koordinatorin der Familienentlastenden Dienste, kurz FED genannt. Wir sind zurzeit 5 Frauen, die zu den Patienten gehen, um z.B. Begleitung für außerhäusliche Termine, die Hilfe für einen geregelten Arbeitsablauf, kleinere Handreichungen im Haushalt, Gespräche, Freiraum für den pflegenden Angehörigen und vieles mehr anzubieten.

Im letzten Jahr wurde ich in den Vorstand des Förderkreises für Anthroposophische Pflege gewählt. Diese unterschiedlichen Bereiche, in denen ich arbeite, sowohl die Kunsttherapie als auch die Freie Pflege Praxis, sind für mich doch eins: die Arbeit mit dem Menschen.

Hildegard Kohler

---

## Jahresmitgliederversammlung am 29. November 18.30 Uhr - 19.30 Uhr

Unsere diesjährige Mitgliederversammlung findet am 29.11.2012 um 18.30 Uhr in der Freien Pflegepraxis Ulm, Römerstraße 94 statt. Alle Mitglieder und Interessierte sind herzlich dazu eingeladen.

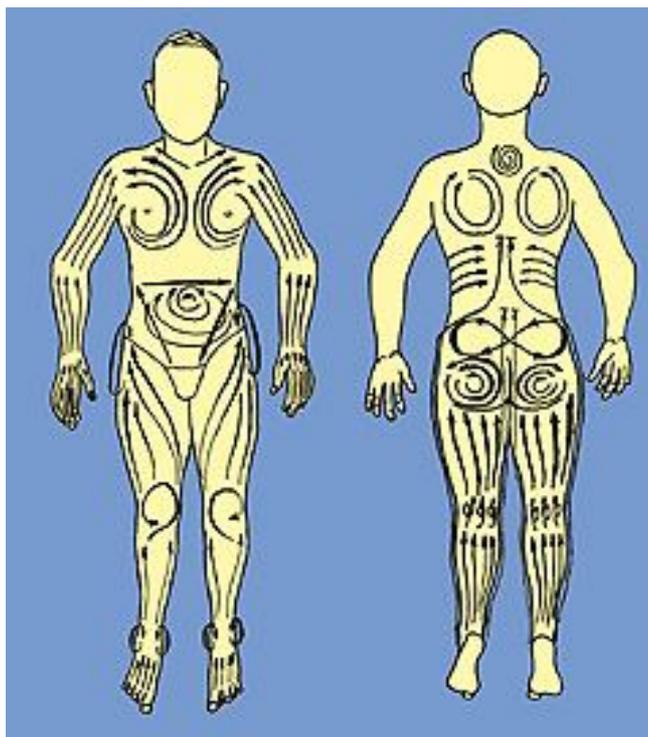
## Unser Öldispersionsbad

### Die Idee des ÖDB

Durch das gläserne JUNGEBAD- Gerät werden Wasser und Öl rein mechanisch, ohne Emulgatoren, verwirbelt. Werner Junge, ein Bademeister entwickelte 1937 dieses Öldispersionsbadegerät. Die Verwirklichung dieses Gerätes gelang W. Junge, weil er sich mit der Fließdynamik des Wasserwirbels intensiv beschäftigt hatte. Er erkannte, dass die saugende Kraft des Wirbels das anzuwendende Öl als „kalte Verdampfung“ mit dem Wasser vermischt und eine über Tage stabile Wasseröldispersion bewirkt. Eine wesentliche Anregung für diese Zerstäubung des Öles, nach Art einer homöopathischen Dilution erhielt er aus der Dokumentation eines medizinischen Vortrages, den Dr. Rudolf Steiner 1920 vor Ärzten gehalten hatte. (Gesamtausgabe Nr.312, 14. Vortrag)

### Die Unterwasser-Bürsten-Massage

Eine besondere Unterwasser-Bürstenmassage, die in fließenden Rhythmen von den Füßen bis zum Kopf



ausgeführt wird, weckt die Sinne und Lebenskräfte des Menschen und regt die Durchblutung stark an. Die Möglichkeit der Ölaufnahme wird dabei erhöht. Auch Ruhebäder sind möglich.

Eine Ruhephase folgt, dicht eingeschlagen in warme Flanell und- weiche Wolltücher von Kopf bis Fuß. Nur das Gesicht schaut heraus aus der Packung, wie es bei Junges heißt, in der der Patient wie in einem Kokon schlafen und nachspüren darf, wie sich die Wärme des Bades bis in die letzten Spitzen des Körpers ausdehnt. Das Bild einer Geburt drängt sich



auf, aus dem warmen Wasser heraus in trockene Tücher. Werner Junge beschrieb es genau so: „Vor dem Bad war die Patientin eine fressende Raupe. In der Packung ist sie eine Puppe. Und nach einer Stunde kommt sie heraus mit Flügeln, mit denen sie dann wie ein Schmetterling davonfliegt.“

Der innere Selbstheilungsprozess kann nun beginnen.

### Die Substanzen

Das Öl der Olive, des Leins und des Schwarzkümmels sind unsere Basisöle. Durch Ölmischungen mit verschiedenen Heilpflanzen werden charakteristische Wirkungen angestrebt. Beispiele dafür sind Johanniskraut, Rosmarin, Zitrone, Salbeil, Schafgarbe, Birke oder auch Gold-Rosenöl. Insgesamt stehen uns mehr als 70 Öle zur Verfügung.

### Anwendungsbereiche

Für Menschen aller Altersgruppen bei

- Erschöpfungszuständen,
- gestörtem Wärmehaushalt,
- Erkrankungen oder Beeinträchtigung der Stützgewebe (Arthrosen, Weichteilrheumatismus),
- vegetative Funktionsstörungen
- Gemütererkrankungen (Depressionen)
- Geriatrische Erkrankungen wie Morbus Parkinson oder Morbus Bechterew u.a.

### Das Bad in der Freien Pflege Praxis Ulm



Seit Juni 2011 gibt es in der Freien Pflege Praxis Ulm nun ein Öldispersionsbad. Nach meiner zweijährigen Zusatzausbildung zum „Öldispersionsbadtherapeuten“ wurde diese Möglichkeit sofort so sehr in Anspruch genommen das unser Bad gleich für lange Zeit ausgebucht war. Es gab einige Badezyklen von 12 Bädern für Menschen mit

speziellen Symptomen wie z.B. Arthrose, Depression, Burn-out und Erschöpfungssymptome, Rheuma, Herz-Kreislaufstörungen. Daneben gibt es auch kürzere Zyklen und einmalige Bäder, z.B.

Geburtstagsgutscheine, zum Kennenlernen oder zur Regeneration. Erfreulich ist, dass auch einige MitarbeiterInnen der Freien Pflege Praxis diese Möglichkeit für sich nutzen.

Die gute Auslastung und das Interesse von einigen Mitarbeiterinnen brachte uns dazu, in Zusammenarbeit mit dem Therapeutenverband für Öldispersionsbäder mit Sitz in Düsseldorf eine speziell auf die Pflege zugeschnittene Fortbildung anzubieten. 3 Mitarbeiterinnen der Freien Pflege Praxis befinden sich derzeit in dieser Ausbildung zur „Pflegefachkraft für Öldispersionsbäder“. Der Schwerpunkt liegt auf dem Erlernen und Erüben der praktischen Durchführung mit Bürstenmassage und Packung. Auch werden spezielle pflegerische Themen wie Dekubitus und Kontrakturen behandelt. In Kürze wollen wir diesen Kurs im Rahmen des Förderkreis für Anthroposophische Pflege (süd-)deutschlandweit anbieten. Da ein solcher Kurs jeweils mit nur 3 TeilnehmerInnen durchgeführt werden kann, werden wir in Zukunft auch hier bestimmt eine gute Auslastung haben!

Jacqueline Goldberg

### Schon Mitglied?

Ich möchte Mitglied im Förderkreis für Anthroposophische Pflege e.V. werden:

Name:

Vorname:

geb.:

Strasse:

PLZ, Ort:

Tel., Email:

Mitgliedsbeitrag: EUR pro Jahr  
(ab 10 EUR frei wählbar)

Einzugsermächtigung (jederzeit widerrufbar):

Kontoinhaber:

Bank:

Bankleitzahl:

Konto-Nr.:

Unterschrift: