



forum

Landeskrankenhaus **Magazin**

Landes
krankenhaus



Dank Praxisanleitungen gut vorbereitet ins Berufsleben

Wer einen Pflegeberuf erlernt, braucht mehr als theoretisches Wissen – entscheidend ist die Verbindung von Lernen und aktivem Handeln. Im Landeskrankenhaus begleiten engagierte Praxisanleiterinnen und -anleiter die Auszubildenden auf ihrem Weg in den Beruf. **Mehr ab Seite 4.**

Französischer Bohnen-Kartoffelsalat

Joachim Schnellting zeigt, wie der Weihnachtsklassiker neu interpretiert werden kann – einfach, überraschend und köstlich.

Ängste überwinden

Bestsellerautorin Tessa Randau liest in Cochem-Brauheck: „Mut beginnt im Herzen“ – ein Buch, das bewegt.



04



08



10

Inhalt

TITELSTORY

4 Dank Praxisanleitungen gut vorbereitet ins Berufsleben

Wer einen Pflegeberuf erlernt, braucht mehr als theoretisches Wissen – entscheidend ist die Verbindung von Lernen und aktivem Handeln. Im Landeskrankenhaus begleiten engagierte Praxisanleiterinnen und -anleiter die Auszubildenden auf ihrem Weg in den Beruf.

INTENSIV

10 Mit namenloser Protagonistin Ängste überwinden

Für die letzte Ausgabe unseres Magazins haben wir mit der Bestsellerautorin Tessa Randau über ihr bisheriges Werk und ihr aktuelles Buch gesprochen, das einen für diesen Anlass passenden Titel trägt. Im Wohnpark Cochem-Brauheck unserer Rhein-Mosel-Fachklinik war sie damit bei einer Lesung zu Gast.

ENTSPANNT

8 Buch- und Hörbuch-Tipps

Geschichten, die bewegen, inspirieren und fesseln – unsere aktuellen Lese- und Hörtipps für gemütliche Stunden und neue Gedankenwelten.

VITAL

14 Französischer Bohnen-Kartoffelsalat mit Senf-Vinaigrette

Küchenleiter Joachim Schnellting zeigt, wie der Weihnachtsklassiker neu interpretiert werden kann – einfach, überraschend und köstlich.





14



FORTLAUFEND

15 **Sudoku, Impressum**

APPDATE

Immer gut informiert

Die LKH-App forum plus für Mitarbeitende bietet Ihnen alles Wissenswerte rund ums LKH auf einen Blick. Gestaltet als digitale Mitarbeiterzeitung mit Social-Media-Funktionen wie Kommentaren und Likes. Download gleich hier:



**Liebe Mitarbeiterinnen,
liebe Mitarbeiter,**

vor Ihnen liegt die letzte gedruckte Ausgabe des Landeskrankenhaus-Magazins. Wir haben uns aus Gründen der Nachhaltigkeit und nicht zuletzt aus wirtschaftlichen Aspekten dazu entschieden, das Heft Ende dieses Jahres auslaufen zu lassen. Inhaltlich geht nichts verloren, denn viele von Ihnen nutzen bereits die App des Landeskrankenhauses für Mitarbeitende, die nicht nur aufs Smartphone geladen, sondern auch auf den Desktop-Rechnern am Arbeitsplatz aufgerufen werden kann. Dort und auf der Startseite des Intranets lesen Sie weiterhin alles Wissenswerte über den LKH-Kosmos. Also, wenn Sie sich noch nicht in der LKH-App angemeldet haben, wird es jetzt höchste Zeit.

In dieser Ausgabe beleuchten wir noch einmal eine wichtige Facette im Berufsbild der Pflege im Landeskrankenhaus: die Praxisanleitung. Beispielsweise erklären zwei Praxisanleiter, wie wichtig die Funktion in der Pflegeausbildung ist und wie sie im Alltag vom ersten Tag an ins Setting integriert wird. Außerdem haben wir mit der Spiegel-Bestsellerautorin Tessa Randau gesprochen. Sie hat aus ihrem Buch „Mut beginnt im Herzen. Lass deine Ängste los und lerne fliegen“ in unserem Wohnpark Cochem-Brauheck gelesen. Da der Titel sehr gut zur letzten Ausgabe des LKH-Magazins passt, haben wir mit ihr über Ängste und Mut gesprochen, Altes loszulassen, um neue Ufer auszuprobieren.

Ich wünsche Ihnen ein schönes Weihnachtsfest, einen guten Start ins neue Jahr und freue mich auf weitere Begegnungen mit Ihnen im neuen Jahr.

Ihr Dr. Alexander Wilhelm

Wilhelm



Von der Theorie bis in die Praxis in sicheren Händen

Dank Praxisanleitungen

gut vorbereitet ins Berufsleben

„Grau, teurer Freund, ist alle Theorie“ – diese Zeile aus Goethes Faust hat bis heute Bestand. Wer einen Beruf erlernt, besonders einen sehr an Menschen orientierten wie den Pflegeberuf, dem ist alleine mit dem Pauken von Stoff nicht geholfen. Die Kombination von Theorie und Praxis ist umso wichtiger. Und da kommen im Landeskrankenhaus die Praxisanleiterinnen und -anleiter ins Spiel.

Von Wolfgang Pape

Vom ersten Tag an sind die Praxisanleitungen ein fester Teil der Pflegeausbildung im Landeskrankenhaus, auch wenn von den Auszubildenden zunächst mal die Schulbank in den Pflegeschulen gedrückt werden muss, bevor es zum ersten Einsatz auf eine Station geht. „Bei der Vorstellung der Praxisanleitungen“, sagt Daniela Umbscheiden, Praxisanleitung mit zentraler Koordinierungsfunktion an der Rhein-Mosel-Fachklinik Andernach, „sind alle freigestellten Praxisanleiter:innen dabei.“

Ihr Pendant in der Rheinhessen-Fachklinik Alzey ist der zentrale Praxisanleiter Thomas Rapräger. Dort werden feste Unterrichtseinheiten bereits im Einführungsblock übernommen. Dadurch kommt er gleich mit den Auszubildenden in Kontakt. Durch ein intensives Kennenlernen von Beginn an kann rasch eine Vertrauensbasis entstehen, wissen beide. Formal ist Thomas Rapräger in der örtlichen Pflegeschule tätig und damit dem Bildungscampus unterstellt. Daniela Umbscheiden gehört zum Träger der praktischen Aus-

bildung und somit zur Andernacher Pflegedirektion. Im praktischen Einsatz warten auf die Auszubildenden freigestellte Praxisanleiter:innen und sogenannte dezentrale Praxisanleiter:innen, die auf den Stationen arbeiten. So ist immer jemand an der Seite der Auszubildenden, um sie schrittweise an den Beruf heranzuführen, sie praktisch auszubilden, ihnen Freude an der Tätigkeit zu vermitteln und sie dabei zu begleiten, im Beruf Selbstvertrauen durch erworbene Kompetenz zu entwickeln.

Bindeglied in der Ausbildung

Die Aufgabe von Praxisanleiter:innen in der Pflege ist es, Auszubildende „schrittweise an die Wahrnehmung der beruflichen Aufgaben als Pflegefachfrau oder Pflegefachmann heranzuführen“, heißt es auf der Homepage des Bildungsministeriums des Bundes. Es sollen Ängste und Vorurteile des Berufs abgebaut und den Auszubildenden ein sicheres Lernumfeld gegeben werden. Praxisanleitungen sind das Bindeglied zwischen theoretischer Ausbildung und der Pflegepraxis. Diese und andere Aufgaben werden auch im Pflegeberufegesetz von den Trägern der praktischen Ausbildung gefordert.

Daniela Umbscheiden wurde bei einem anderen Arbeitgeber 2013 Praxisanleiterin, wurde schließlich zentrale Praxisanleiterin, war in der RMF zunächst freigestellte Praxisanleiterin und Prozessbegleiterin im heutigen FWP-Bereich, bevor sie die komplette Praxiskoordination übernahm. In Thomas Rapräger („ein Kind des Hauses“) reifte der Wunsch, diese Tätigkeit auszuüben schon früh. Ein Grund dafür war die tolle Arbeit der freigestellten Praxisanleiterin Sabine Lange (ehemals Bingenheimer). Er war nach einem Zwischenspiel als Stationsleiter beim ersten Lehrgang der Rhein-Mosel-Akademie zum Praxisanleiter dabei. Heute arbeitet er von der Pflegeschule aus und verantwortet in Alzey die Praxisanleitung für den Bereich Neurologie.

Jährliche Fortbildung ist Pflicht

Praxisanleiter:innen können schon sehr jung starten. Sie qualifizieren sich für ihre Tätigkeit mit mindestens zweijähriger Berufserfahrung und mit einer 300-stündigen Weiterbildung mit Abschlussprüfungen. Dass man so schnell nach der eigenen Ausbildung selbst zum Teil der Ausbildung werden kann, befürwortet Thomas Rapräger. „Gerade in jungen Jahren ist die Motivation noch groß“, sagt er. Man hat Erfahrungen aus



Thomas Rapräger und Daniela Umbscheiden. Foto: Larissa Hahl

der eigenen Ausbildung noch präsent und kann daran mitwirken, Wissen nachhaltig zu vermitteln. Darüber hinaus sind einmal im Jahr Fortbildungen von insgesamt mindestens 24 Stunden Pflicht. „Dabei geht es um pädagogische und fachliche Inhalte, zum Beispiel um die Gestaltung von Anleitungsprozessen, den Umgang mit Konfliktsituationen, motivierende Gesprächsführungen und das Verstehen der nachrückenden Generation“, sagt Daniela Umbscheiden.

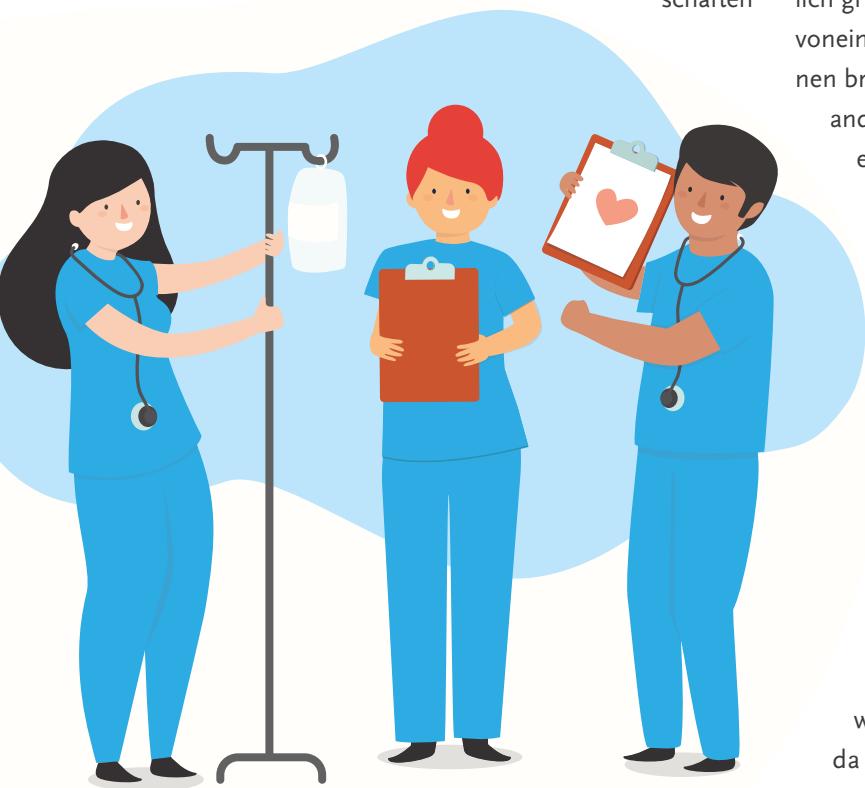
„Das Angebot der Weiterbildung und die kontinuierlichen Fortbildungsmöglichkeiten sind ein wesentlicher Baustein für Qualität in der Pflegeausbildung.“

Für Sibel Laux, Leiterin des Bildungscampus LKH, sind diese Fortbildungen wichtig: „Das Angebot der Weiterbildung und die kontinuierlichen Fortbildungsmöglichkeiten sind ein wesentlicher Baustein für Qualität in der Pflegeausbildung. Wir sind stolz, dass unsere Rhein-Mosel-Akademie diese Angebote praxisnah, modern und auf die Bedürfnisse der Anleitenden zugeschnitten realisiert.“

Ohne pädagogische Fähigkeiten geht es nicht

Eine wichtige Frage ist, wie die Praxisanleiter:innen Zugang zu den Auszubildenden finden. Im Laufe des Berufslebens kommt erschwerend hinzu, dass der Altersunterschied größer wird und so eine fast schon natürlich zu nennende Lücke klafft. Wie schafft man es als Praxisanleitung, sich auf die jungen Menschen einzulassen, Vertrauen aufzubauen, sie aber auch zu motivieren? Welche Rolle spielen pädagogische Fähigkeiten? Eine große. Und die Anforderungen wandeln sich.

Die Rhein-Mosel-Akademie veranstaltete im Sommer 2025 einen bemerkenswerten Tag für Pädagogen, gab sehr viel kreativen Input und zeigte zugleich, dass heute offenbar anders gelernt wird als vor 20 oder 30 Jahren. Gesellschaften



wandeln sich und Lehrkräfte wie auch Praxisanleiter:innen müssen sich darauf einstellen. Deshalb gibt es regelmäßig Workshops, um die Basics für praktische Gruppenanleitungen zu vermitteln. Darüber hinaus müsse man Vertrauen aufbauen und glaubhaftes Interesse an den jungen Leuten haben, beschreibt Daniela Umbscheiden. Dazu, so Thomas Rapräger, müsse man „im Herzen immer noch ein Stück jung bleiben, offen sein für Neues, offen auf die Auszubildenden zugehen“. Bei der Wahl der Lernmethoden versucht er, die jungen Menschen aktiv einzubinden. Humor ist grundsätzlich immer gut. „Ich versuche, die Azubis zu begeistern“, sagt er.

So ganz jung sind sie aber nicht alle: Spannend ist die Tatsache, dass man nicht alleine Auszubildende trifft, die direkt nach der Schule in den Beruf einsteigen. Da gibt es auch immer mal wieder nicht ganz so junge, man sieht auch mal graue Haare und einen auf den ersten Blick erkennbaren Altersunterschied in den Klassen.

Davon abgesehen, dass die reiferen Auszubildenden den größten Respekt verdienen (diesen Schritt muss man erst einmal wagen), stellt sich auch die Frage, wie es funktioniert, wenn Junge und Ältere drei Jahre miteinander in der Ausbildung verbringen. „Tatsächlich grundsätzlich gut. Beide Altersgruppen profitieren voneinander“, ist Daniela Umbscheiden sicher. Die einen bringen einen gewissen Erfahrungsschatz mit, die anderen eine jugendliche Unbekümmertheit. „Sie ergänzen sich gegenseitig.“ Thomas Rapräger beobachtete beispielsweise, dass ältere Auszubildende Lernschwächen motivierten oder, dass sie versuchten, „für Ruhe zu sorgen, was auch recht gut ankam“.

Ein besonderer Beweis für ein gutes Vertrauensverhältnis dürfte es sein, wenn sich Auszubildende auch mal in schwierigen persönlichen Situationen anvertrauen. „Das bringt der Beruf so mit sich“, sagt Thomas Rapräger. Diese Art der Betreuung „geht oft weit über die Arbeitszeit hinaus“, sagt Daniela Umbscheiden. Sie spürt dabei noch immer Auswirkungen der Corona-Pandemie. „Man merkt, da fehlt etwas.“ Sie und ihre Kolleginnen und Kollegen erfahren von allerhand Problemen, auch sehr

privaten. Doch muss man als Praxisanleitung auch lernen, der „Seelsorge“ klare Grenzen zu setzen, sagt Thomas Rapräger. „Nicht alle Probleme können aufgegriffen, besprochen und gelöst werden.“ Darüber hinaus haben die Auszubildenden die Möglichkeit, mit der Schulsozialarbeiterin das Gespräch zu suchen.

Zusammenspiel der Kulturen

Zum Wandel der Gesellschaft gehört auch, dass diejenigen, über die als junge Leute gemeckert wurde, nun selbst über die nächste Generation meckern – allzu ernst nehmen muss man das wahrscheinlich nicht. Eher neu in unserer Gesellschaft ist, dass sie bunter geworden ist. Gerade in der Pflege ist das ein Umstand, der dabei helfen kann, dem Personalmangel zu begegnen. Aber wie gestaltet es sich, wenn Menschen aus verschiedenen Kulturreihen zusammenkommen?

„Ich erlebe das als Bereicherung“, sagt Thomas Rapräger. Viele seien „hoch motiviert“, zeigten gute Leistungen und nach seinen Beobachtungen funktioniert es auch untereinander in den Klassen. Sibel Laux berichtet, dass sie diese Vielfalt täglich als großen Gewinn anerkennt. „Unterschiedliche Lebenswege, Kulturen und Altersgruppen bringen Perspektivenvielfalt in die Ausbildung und genau das bereichert auch unsere Teams und den Pflegealltag“, sagt sie. Um den internationalen Auszubildenden den Anschluss in der Ausbildung und im Kollegium zu erleichtern, ermöglicht das Landeskrankenhaus ihnen unter anderem Deutschunterricht in der Pflegeschule.

Und natürlich ist nicht alles eitel Sonnenschein; manchmal gibt es Probleme kultureller Art. Eine RMF-Kollegin (auch Praxisanleiterin) ist zugleich mit halber Stelle Integrationsbeauftragte und nimmt sich, zusammen mit der Sozialpädagogin der Pflegeschule, solcher Angelegenheiten an.

Praxisanleiter:innen sind Vorbilder

Praxisanleiter:innen müssen in einer Vorbildfunktion



praktische Fähigkeiten vermitteln. Sie müssen die Auszubildenden an die Patienten bringen, mit dem Stationsablauf vertraut machen und so auch den Wert der Teamarbeit vermitteln. Sie zeigen, wie in der Schule gelehrt Theorie verantwortungsvoll in der Praxis umgesetzt wird, sie vermitteln zusätzliches Wissen und so gleichzeitig auch Werte. Sie geben Sicherheit und müssen auf den Stationen Krankheitsbilder und Behandlungen näherbringen können. Am Ende sollen aus den Auszubildenden kompetente Fachkräfte werden.

„Dass Schule, Praxis und Akademie bei uns Hand in Hand arbeiten, ist ein echter Mehrwert“ so die Leiterin des Bildungscampus. „Diese enge Kooperation zwischen Bildungscampus und den Einrichtungen des Landeskrankenhauses sorgt dafür, dass unsere Auszubildenden und Praxisanleiter:innen optimale Bedingungen für eine hochwertige, praxisnahe Ausbildung vorfinden.“

Sie müssen selbstverständlich fachliche Kompetenz besitzen, aber auch pädagogische Fähigkeiten haben. Um zu zeigen, wie wichtig diese Tätigkeit ist, genügt vielleicht schon dieses Zitat von Thomas Rapräger: „Wir bilden für die Zukunft aus.“ ■



BUCH-TIPP

Die Demokratie ist in Gefahr.

Doch noch ist Zeit, unsere Verfassung zu schützen.



Maximilian Steinbeis:
„**Die verwundbare Demokratie. Strategien gegen die populistische Übernahme**“

Verlag: Hanser
Seiten: 304
ISBN: 978-3-446-28129-5

Die verwundbare Demokratie. Strategien gegen die populistische Übernahme

Bei der ersten Wahl von Donald Trump zum US-Präsidenten hörte und las man, wie sicher die Demokratie sei und gegen jegliche Versuche abgesichert, sie zu zerstören. Heute denkt man anders darüber. Beim täglichen Lesen neuer Nachrichten aus den USA vergisst man schon mal, in Europa, im eigenen Land nach den Gefahren Ausschau zu halten. Maximilian Steinbeis indes erinnert an die Gefahren.

Ungarn, Frankreich, die Niederlande, bei der nächsten Wahl vielleicht auch Großbritannien, Polen ist ein Wackelkandidat. Und was ist mit Deutschland? Die Demokratie ist auch bei uns nicht unverwundbar, sondern in Gefahr. Überall auf der Welt hebeln Populisten die freiheitliche Rechtsordnung aus. Die Feinde der demokratischen Vielfalt missbrauchen unter dem Vorwand, die wahren Interessen des Volkes zu vertreten, das Recht.

Maximilian Steinbeis, Jurist und streitbarer Experte für alle Fragen zur Verfassung, zeigt am Beispiel Thüringen, wie Populisten den freiheitlichen Staat zerstören könnten, indem sie Gesetze und Institutionen missbrauchen: Schulen und Universitäten, Justiz und Polizei, Medien und Kunst.

Der Autor schärft unser Bewusstsein für die Bedrohungen, denen unsere freie Gesellschaft ausgesetzt ist. Ein Thema, mit dem man sich befassen sollte. Das Buch bietet dazu eine gute Gelegenheit.

Maximilian Steinbeis ist Jurist, Journalist und Schriftsteller und hat 2009 die Diskussionsplattform „Verfassungsblog“ gegründet. Er hat mehrere Bücher geschrieben und ein Theaterstück, das 2024 uraufgeführt wurde. Text: Wolfgang Pape ■



HÖRBUCH-TIPP

Heinrich Heine: „Deutschland. Ein Wintermärchen“

Geht Ihnen die moderne (was auch immer man darunter verstehen mag) Sprache auch immer mal wieder gehörig auf die Nerven? Ein Mischmasch aus Deutsch und Englisch ohne Punkt und Komma und sich so wandelnd, dass selbst ganz junge unter uns bald ein Wörterbuch benötigen, um noch zu verstehen, was denn da überhaupt gemeint sein könnte.

Dann versuchen Sie es doch mal mit einem Klassiker der deutschen Literatur, zum Beispiel mit Heinrich Heine und seinem Werk „Deutschland. Ein Wintermärchen“ – auch als Hörbuch ein Genuss, das zeigt, wie schön die deutsche Sprache sein kann.

Heinrich Heine beschreibt seine Reise vom Exil in Frankreich nach Deutschland. In bildreicher, poetischer Sprache kritisiert er sarkastisch die damaligen Zustände in seinem Heimatland. Dabei sah er sich selbst nicht als Feind Deutschlands, eher als patriotischen Kritiker. Nebenher: Hierbei könnten viele Menschen lernen, dass man in einem anderen Ton kritisieren kann als es heute fast schon üblich ist. Gerade die Feiertage eignen sich, da mal reinzuhören. Und wer Feuer fängt für ein wort- wie geistreiches Werk, sollte weiter nach den Klassikern von Berühmtheiten wie Goethe, Schiller oder Lessing suchen..

Text: Wolfgang Pape ■



**Heinrich Heine:
„Deutschland. Ein Wintermärchen“**

Verlag: Argon Digital

Laufzeit: 1 Stunde 30 Minuten

Sprecher: Jan Josef Liefers

ISBN: 978-3-7324-0168-0

Autorin Tessa Randau – Vier Bücher, vier Bestseller

Mit namenloser Protagonistin Ängste überwinden



Für die letzte Ausgabe unseres Magazins haben wir mit der Bestseller-Autorin Tessa Randau über ihr bisheriges Werk und ihr aktuelles Buch gesprochen, das einen für diesen Anlass passenden Titel trägt. Im Wohnpark Cochem-Brauheck unserer Rhein-Mosel-Fachklinik war sie damit bei einer Lesung zu Gast.

Von Wolfgang Pape

Das aktuelle Buch von Tessa Randau „Mut beginnt im Herzen. Lass deine Ängste los und lerne fliegen“ ist nicht ihr erstes Buch, das auf der Spiegel-Bestseller-Liste erscheint. Tatsächlich ist dieses Privileg allen vier Büchern zu Teil geworden, die sie bislang geschrieben hat. Von der hohen Qualität konnten sich auch die Besucher einer Lesung in unserem Wohnpark Cochem-Brauheck überzeugen. Sie selbst stapelt im Gespräch tief: Sie habe „Glück gehabt“, sagt sie, dass sie einerseits bei dtv verlegt wird (das muss man erst einmal schaffen) und andererseits mit ihrer Idee in eine Marktlücke stieß.

Planen kann man einen solchen Erfolg nicht und auch bei Tessa Randau war so etwas zunächst nicht absehbar. Die Autorin war nach dem Studium Journalistin, bei einer Illustrierten für die Zielgruppe 50plus zuständig. Dann startete sie gemeinsam mit ihrer Schwester eine Burn-Out-Beratung. Nicht zuletzt das, was sie in der Redaktion und bei der Beratung erlebte, veranlasste sie zum Schreiben.

Die namenlose Frau erleichtert die Identifikation

In ihren Büchern gibt es jeweils eine Hauptperson – eine Frau, der die Autorin bewusst keinen Namen gab. „Ich kann persönlich besser aus Frauenperspektive erzäh-

len“, begründet sie die Wahl ihrer Protagonistinnen. Dennoch sind die Geschichten „komplett universell“, unterstreicht sie. Nicht nur jede, sondern auch jeder kann gemeint sein.

Die Rückmeldungen zeigen, dass sie ihre Leserinnen (und nicht wenige Leser) mitnimmt. Da heißt es beispielsweise in einer Rezension auf amazon.de: „Wie von Tessa Randau gewohnt, hat ‚die Frau‘ keinen Namen. Es könnte jede von uns sein. Jede Frau kann sich mit ihr identifizieren.“

„Dass Frauen die Hauptrollen spielen hat auch damit zu tun“, sinniert sie, „dass sie ehrlicher mit sich selbst sind, angelernt durch ihre Sozialisation, weil Mädchen von klein für Gefühls Themen sensibilisiert werden.“ Jungen werde hingegen immer noch beigebracht, wenig emotional und stark zu sein. Darüber sollten wir als Gesellschaft vielleicht mal nachdenken.

„Über den Mut,
auf das zu hören,
was die Angst
uns sagen will“





Für die namenlosen Protagonistinnen gibt es ebenso eine einleuchtende Erklärung: Ein Name bedeutet eine Identifikation, ein Bild im Kopf. Auf diese Weise will die Autorin „Assoziationen, die nicht passen, vermeiden“.

Nein, es ist kein Ratgeber

Ein Bestseller über eine namenlose Frau, die eine Panikattacke erleidet und schließlich an einer Angststörung leidet – und dann wieder herausfindet. Dazu gibt es doch unzählige Ratgeber. „Ich möchte keinen Rat erteilen“, sagt Tessa Randau. Tatsächlich wird damit eine Hierarchie etabliert und suggeriert, der Ratgeber wisse es besser, obwohl er die Komplexität der Situation der Lesenden ignoriert. „Wir sind alle individuell“, fügt sie an.

Das Buch soll keine Therapie ersetzen

Dass sie keinen Rat erteilen möchte, wird auf den ersten Seiten ihres Buches deutlich. Ihre Geschichte könne Mut machen, heißt es da, Gedankenanstöße liefern und inspirieren. „Sie kann keinen Arztbesuch und keine Psychotherapie ersetzen.“

Tessa Randaus Erfolg gründet auch auf der Art, wie sie schreibt, nämlich im Genre „Erzählendes Sachbuch“. Ratgeber und konventionelle Sachbücher „leiden oft an dem Umstand, dass sie meist wenig Eindruck auf dem Geist der lesenden Person hinterlassen“, schreibt beispielsweise der österreichische Autor und Blogger Paul Decrinis.

„Bisher kamen die Themen zu mir.“

Erzählende Sachbücher wie die von Tessa Randau kombinieren eine aus dem Leben gegriffene Geschichte mit fundierten Informationen und vermitteln Wissen

auf lebendige Weise. Wenn dabei Emotionen geweckt werden, werden Lesende zugleich inspiriert. Das Thema des Buches wird anschaulich und man hat eher die Chance, sich wiederzufinden. Gewählt hat sie dieses Genre, „weil es für mich leichter ist“. Über die Auswahl ihrer Themen musste sie sich bislang keine Sorgen machen: „Bisher kamen die Themen zu mir.“

Der Bedarf ist da

Die Verkaufszahlen und die Rezensionen belegen, dass sie eine Zielgruppe gefunden hat, die in dieser Form über diese Themen lesen will. Man kann sich darin offensichtlich besser wiederfinden als in einem nüchternen Sachbuch. Aber warum ist der Markt so groß? Was sagt das über unsere Zeit aus?

Tessa Randau unterstreicht ausdrücklich, dass sie keine Soziologin ist und diese Fragestellung „nur aus dem Bauch heraus“ beantworten kann, aber: „Die Gründe sind aus meiner Sicht multifaktoriell“, sagt sie. „Wir leben in einer Zeit des großen gesellschaftlichen Umbruchs.“ Es gibt Kriege, den Klimawandel, unser Wohlstand ist in Gefahr. Gleichzeitig sollen wir aufgeklärt sein. Doch die Gesellschaft ist für all das „noch nicht bereit“. Wir würden gerne auf eine bestimmte Weise leben, „scheitern aber im Alltag mit einer unfassbaren Erwartungshaltung. Und dann halten wir bemüht die Fassade aufrecht.“

Schließlich sei da noch das Ding mit Social Media und Co: „Wir machen ja keine Pause mehr.“ Tessa Randau sieht die Menschen bei jeder Gelegenheit mit dem Handy in der Hand. Auf den Bus oder den Zug warten, Freunde treffen – all dies sei nur noch mit dem Handy in der Hand möglich, so scheine es. „Dadurch fehlen die Momente des Innehaltens, der Selbstwahrnehmung, der Reflexion.“ Das könne auf Dauer nicht gesund sein, ist sie überzeugt. ■



SCHON GEHÖRT?

Mitarbeiter:innen werben
lohnt sich jetzt doppelt!

Jede erfolgreiche Einstellung ab dem **1. Oktober 2025** lohnt sich
jetzt noch mehr.

- Für Azubis, FSJ oder BFD: **500 €**
- Für Professionals: **1.000 €**

Alle weiteren Informationen zu den Prämienregelungen finden
Sie im Intranet unter „Prämienregelung“.



JETZT INFORMIEREN &
VORTEILE SICHERN!





EIN KASSIKER, MAL ANDERS:

FRANZÖSISCHER BOHNEN-KARTOFFEL-SALAT MIT SENF-VINAIGRETTE

„Es ist ein Klassiker“, sagt Joachim Schnellting, Leiter der Küche des Gesundheitszentrums Glantal. Tatsächlich steht an Weihnachten bei vielen von uns Kartoffelsalat auf dem Tisch, damit man an Heilig Abend nicht den halben Tag in der Küche verbringen muss. Dazu gibt es oft Würstchen oder Frikadellen. Wer mal eine ganz andere Variante ausprobieren möchte, sollte sich das Rezept von unserem Kollegen mal genau ansehen. Schon beim Lesen der Zutaten merkt man, dass der Klassiker auch ganz anders gehen kann. Viel Spaß beim Nachkochen und guten Appetit!

Zutaten:

- 600 g Drillinge (das sind kleine Kartoffeln mit dünner Schale)
- 300 g grüne Bohnen
- 2,5 EL Weißwein-Essig, alternativ: Rotwein-Essig
- 1 TL Akazienhonig
- 1 EL körniger Dijon-Senf, alternativ: feiner Senf
- 1 Zehe Knoblauch
- Salz & Schwarzer Pfeffer
- 5 EL fruchtiges Olivenöl
- 2 Schalotten
- 1 Bund Petersilie
- 4 Stängel Estragon
- 2 Stängel Thymian

So wird's gemacht:

Kartoffeln waschen und gut schrubben, wenn man sie mit Schale verwenden möchte. In Salzwasser je nach Größe etwa 20 Minuten gar kochen. Lauwarm abkühlen lassen, dann mit oder ohne Schale in Scheiben oder grobe Stücke schneiden.

Bohnen putzen, halbieren und in kochendem Salzwasser circa zehn Minuten garen. Sie sollten möglichst noch etwas bissfest sein. Direkt in eiskaltem Wasser abschrecken, damit sie ihre Farbe behalten. Essig, Senf, Honig, Salz und Pfeffer nach Geschmack hinzufügen.

Knoblauch in einer großen Salatschüssel verrühren. Das Olivenöl in dünnem Strahl nach und nach hinzufügen und schnell verrühren, sodass eine sämige Emulsion entsteht. Schalotten schälen, sehr fein würfeln und zur Vinaigrette geben.

Die Kräuter säubern und die festeren Stiele entfernen. Kräuter hacken und in die Schüssel geben. Kartoffeln und Bohnen hinzufügen und alles gut vermengen. Den Salat gut durchziehen lassen, idealerweise mehrere Stunden.

Vor dem Servieren auf Zimmer-temperatur bringen oder leicht erwärmen.

Viel Spaß beim Nachmachen und guten Appetit!



Joachim Schnellting, Küchenchef
des Gesundheitszentrums Glantal

Gut zu wissen



Mit dieser Ausgabe stellen wir die Print-Ausgabe des Landeskrankenhaus-Magazins ein. Neuigkeiten aus dem LKH-Kosmos erfahren Sie in gewohnter Form in der App für Mitarbeitende, ihrer PC-Version und auf der Startseite des Intranets.

Bleiben Sie informiert – einfach, digital und jederzeit verfügbar.

Sudoku

Das Rastergitter ist so auszufüllen, dass die Zahlen 1 bis 9 jeweils nur einmal vorkommen – in jeder Spalte, in jeder Zeile und in jedem der neun kleineren Quadrate.

					1			
4	7		6					
2			3					
5					3			
	4				6		9	
	9	6	8					1
7		2			5	1	4	
	6					2		
		9					8	

Die Auflösung finden Sie in der Mitarbeiter-App LKH forum plus.

Impressum

REDAKTION:

Landeskrankenhaus Unternehmenskommunikation,
Markus Wakulat, Wolfgang Pape

AUTOREN:

Wolfgang Pape, Markus Wakulat

GESTALTUNG:

credia communications GmbH / www.credia.de

DRUCK:

Richter Druck- und Mediencenter GmbH & Co. KG
Elkenroth, www.richter-druck.de

FOTOS UND GRAFIKEN:

Argon Digital (S. 9)
Freepic.com (S. 2, 14)
Hanser Verlag (S. 2, 14)
Joachim Schnellting (S. 3, 14)
Larissa Hahl (Titel, S. 2, 5)
Maurice Weiss (S. 8)
Pexels-Pixabay (S. 9)
Ulrike Schacht (S. 2, 10)

Aus Gründen der besseren Lesbarkeit wird hin und wieder auf die gleichzeitige Verwendung diverser geschlechtsbezogener Sprachformen verzichtet. Sämtliche Personenbezeichnungen gelten gleichwohl für alle Geschlechter.

LKH FORUM PLUS – DIE APP FÜR MITARBEITENDE INFORMIEREN TUT GUT.



- + EXKLUSIV NUR FÜR MITARBEITENDE
- + AKTUELLE NEWS UND INFORMATIONEN IN WORT, BILD UND TON
- + BGM-VIDEOS ZUM NACHTRAINIEREN
- + ZUGANG ZUR ONLINE-BIBLIOTHEK FÜR FACHLITERATUR



So einfach geht's...

- + Installieren
- + Registrieren
- + Bestätigen
- + Zugriff beantragen



Keine Lust auf eine App? Kein Problem! Das Portal für Mitarbeitende lässt sich auch im Browser öffnen:
<https://forumplus.landeskrankenhaus.de/>