

GeSoNews

RBB GeSo
Regionales Berufliches Bildungszentrum
der Landeshauptstadt Schwerin
Gesundheit und Sozialwesen

MAI 2026

REGIONALES BERUFLICHES BILDUNGSZENTRUM
DER LANDESHAUPTSTADT SCHWERIN

**FLORENCE
NIGHTINGALE**



***Ein Tag für die Pflege
– und wir feiern alle,
die sie leben!***

Wir widmen diese Ausgabe
Menschen, die Pflege leben.

Ihre Geschichten zeigen:
Pflege ist mehr als Arbeit – sie ist
Haltung, Herz und immer ein
Stück Menschlichkeit.

Ersteller:innen:

Laila Cavarzan

PFF 52 // Sana HANSE-
Klinikum Wismar

Kiara Damaschke

PFF 41 // Helios Klinik Leezen

Felix Gerdon

KAH 51 // AWO-Soziale Dienste
gGmbH-Westmecklenburg

Leon Junghans

KAH 51 // AWO-Soziale Dienste
gGmbH-Westmecklenburg

Thorben Kaiser

KAH 51 // Augustenstift zu Schwerin

Adriana Roman Llamas

PFF 41 // Helios Klinik Leezen

Lea Löser

PFF 41 // Helios Kliniken Schwerin

Sandra Saborrosch

Lehrkraft

Adrian Simental

PFF 41 // Helios Klinik Leezen



Texte und Inhalte: Selbsterstellt sowie Canva
Bilder (Clipart, Fotos etc.): Selbsterstellt sowie Canva
Schriftarten: Canva

12. Mai

Internationaler Tag der Pflege



Pflege ist das Rückgrat unseres Gesundheitssystems. Sie umfasst fachliche Kompetenz, Empathie und verlässliche Präsenz – genau dort, wo Menschen Unterstützung, Orientierung und Würde brauchen. Pflegekräfte begleiten durch akute Krisen und lange Rehabilitationswege, stärken Selbstständigkeit, beugen Komplikationen vor und geben Sicherheit in Lebensphasen, die verunsichern. Ohne Pflege würden Heilungsprozesse verlangsamt, Prävention geschwächt und gesellschaftliche Teilhabe vieler Menschen eingeschränkt.

Der Tag der Pflege macht diese Bedeutung sichtbar. Er erinnert daran, dass hinter jeder Maßnahme Menschen stehen, die mit Professionalität, Verantwortungsbewusstsein und Herz arbeiten. Er ruft zugleich nach Rahmenbedingungen, die Qualität ermöglichen: ausreichend Personal, Zeit für Zuwendung, gute Ausbildung, faire Vergütung und echte Entwicklungsperspektiven.

Der Tag der Pflege erinnert uns daran, dass diese Arbeit unverzichtbar ist und Anerkennung, gute Arbeitsbedingungen sowie gesellschaftliche Wertschätzung verdient, nicht nur in Zeiten von Krisen und Pandemien. An einer Berufsschule mit Pflegeausbildung hat dieser Tag besondere Strahlkraft. Hier wächst die nächste Generation heran, die Pflegepraxis mit aktueller Wissenschaft verbindet und den Beruf weiterentwickelt. Das bewusste Begehen dieses Tages stärkt berufliche Identität, fördert Zusammenhalt und zeigt: Pflege ist ein hoch anspruchsvoller, unverzichtbarer und sinnerfüllter Beruf. Indem wir den Tag der Pflege würdigen, bekennen wir uns zu einer Kultur der Anerkennung – gegenüber den Profis von heute und den Lernenden von morgen. Pflege verdient Sichtbarkeit, Respekt und verlässliche Unterstützung – heute und an jedem Tag.

Cornelia Wossidlo
Schulleiterin

INHALT

Habt ihr gefeiert? Natürlich!

Warum ich Pflegekraft werde!

**Danke an unsere
Praxisanleiter:innen**

**Survival Kit:
10 Dinge, ohne die man nicht
leben kann**

Interview

**14 Überlebensstipps für die
Pflegeausbildung**

**Wie man nichts vergisst:
Eselsbrücken für den
pflegerischen Alltag**

**13 Sprüche, die Azubis nicht
mehr hören können**

**Foto-Love-Story:
Mein Herz schlägt steril**

Welcher Pflergetyp bist du?

Horoskop

Von Mexiko nach Schwerin

**Ein Brief an
Florence Nightingale**

**Glossar:
Kuriose Fachbegriffe der
Medizin und Psychiatrie
einfach erklärt**

HABT IHR GEFEIERT? NATÜRLICH!

DIE IDEE

Es war im Jahr 2025, als eine vielseitig engagierte Lehrkraft unserer Schule eine entscheidende Frage aufwarf: "Warum feiern wir eigentlich nicht den Tag der Pflege?" Tatsächlich ließ sich kein einziger Grund dagegen finden. Im Gegenteil – die Ausbildung zukünftiger Pflegekräfte ist an rund 222 Tagen im Jahr für unsere Lehrkräfte weit mehr als das bloße Erfüllen vertraglicher Pflichten. Sie ist eine Herzensangelegenheit, die an diesen 222 Tagen und weit darüber hinaus mit Schweiß, Tränen und Blut (zuweilen wortwörtlich) immer wieder mit Begeisterung angepackt wird.

EIN PROJEKTTAG ENTSTAND

Am 12. Mai 2026 fand bereits der zweite Projekttag anlässlich des Internationalen Tags der Pflege statt – mit vielfältigen Aktionen von und vor allem für unsere angehenden Pflegekräfte. Mit professioneller Begleitung durch Mediatop Schwerin traten die Auszubildenden in die Öffentlichkeit: Sie gaben Interviews und produzierten einfühlsame Filmbeiträge. In den Räumlichkeiten der Sozios gGmbH und des Augustenstifts Schwerin wurden sie vom Ausbildungskoordinator persönlich zum Gespräch empfangen. Beim Komplimente-Shopping in der Marienplatz-Galerie verteilten die Auszubildenden gute Laune und boten Passant:innen im Gegenzug einen kostenlosen Blutdruck-Check an.

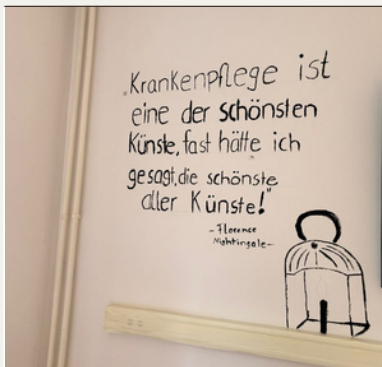
Mit kreativem Einsatz verschönerten die Auszubildenden die Pflege- und Klassenräume, damit Lernorte nicht nur zweckmäßig, sondern auch einladend wirken. Außerdem entstand ein Video für die Bewerbung beim erstmals in MV verliehenen Pflege-Azubi-Award 2026 – wir drücken fest die Daumen! Die schuleigene Zeitung bot Platz für Berichte, Meinungen und Unterhaltsames rund um den Tag der Pflege. Ein gemeinsames Festessen, das unsere Auszubildenden eigenständig zubereitet hatten, bildete den krönenden Abschluss des Tages. Ein herzliches Dankeschön möchten wir der Sozios gGmbH und dem Sana HANSE-Klinikum Wismar für ihre großzügigen Spenden aussprechen, die unseren Tag wunderbar unterstützt haben.





Ein Projekttag, der ein Zeichen
für mehr Wertschätzung in der
Pflege setzt.

Über die Aktion berichtete
Schwerin-Lokal ausführlich.



Warum ich Pflegekraft werde!



Jona:

"Um was Gutes zu tun."



Emmi:

"Ich möchte die Pflege verändern im guten Sinne."



Mia:

"Weil ich gerne Leute zum Lachen bringe, als auch gerne rede."



Grit:

"Ich möchte sowohl mit, als auch für Menschen arbeiten."



Ann:

"Weil es mein Traum ist."



Maxx:

"Weil ich mit Menschen arbeiten mag und mir das Teamwork gefällt."



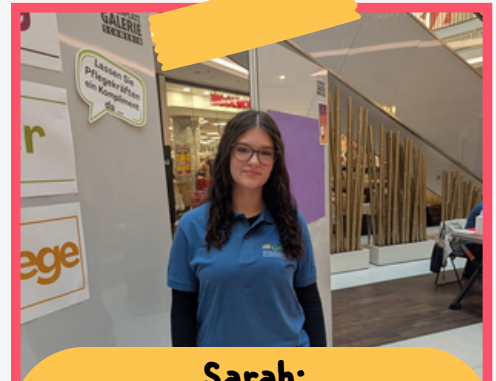
Masih:

"Ich liebe es, Menschen zu helfen – das war mein Kindheitstraum."



Leon:

"Ich möchte die ältere Generation unterstützen."



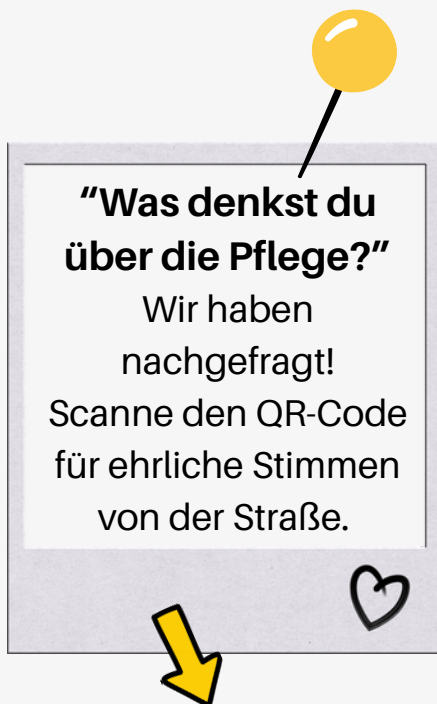
Sarah:

"Ich helfe den Hilfebedürftigen und zeige Empathie."



Leonie & Adéla:

"Um den Menschen in der tiefsten Stunde eine Stütze zu sein."



"Was denkst du über die Pflege?"

Wir haben nachgefragt!
Scanne den QR-Code für ehrliche Stimmen von der Straße.



Emma:

"Weil ich vorbelastet bin durch meine Mutter und weil es mich schon immer begleitet hat."



Interviews zum Tag der Pflege



Leoni & Rosi:

"Zu sehen, wie durch unsere Hilfe in Leezen, Menschen wieder auf eigenen Beinen stehen können."



Frau Schaller:

"Weil ich im FSJ gemerkt habe, dass es eine sinnstiftende Arbeit ist, die mir Freude bereitet."



Danke an unsere Praxisanleiter:innen



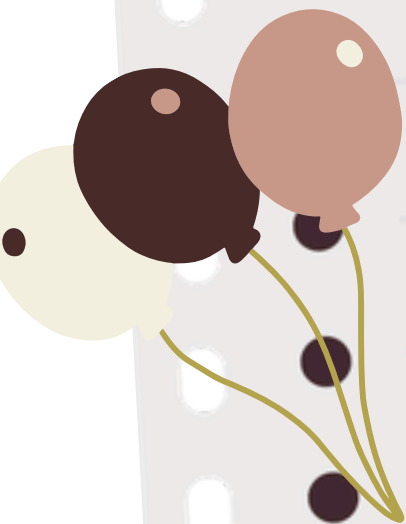
Hinter jeder Pflegekraft, die heute sicher eine Infusion richtet, professionell mit Angehörigen kommuniziert oder in Notfallsituationen einen kühlen Kopf bewahrt, steht ein:e Praxisanleiter:in. Es sollte also nicht verwunderlich sein, dass wir am Tag der Pflege den Scheinwerfer auf die richten, die viel zu oft im Hintergrund bleiben: Ihr Praxisanleiter:innen. Ihr, die Geduld zeigt, Abläufe immer wieder erklärt, Unsicherheiten auffängt und Mut schenkt. Danke, dass ihr im richtigen Moment eingreift, uns aber auch die Möglichkeit lasst, eigene Erfahrungen zu machen. In einem Alltag, der oft von Zeitdruck und Personalmangel geprägt ist, schafft ihr es trotzdem, uns einen geschützten Raum zum Lernen zu geben.



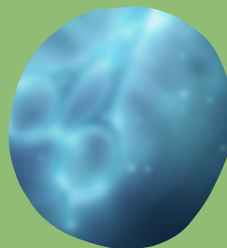
Ihr bildet nicht einfach nur aus - ihr sichert die Zukunft der Pflege. Ohne euren Einsatz für den Nachwuchs wäre unser Beruf ein ganzes Stück ärmer.

Wir sind froh, euch an unserer Seite zu haben!
Herzlichen Dank für alles und einen tollen Tag der Pflege!

Eure Schüler:innen der GeSo



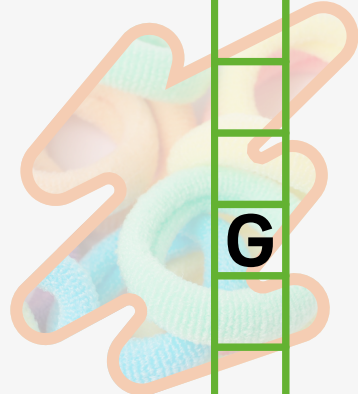
FINDE DIE GESUCHTEN BEGRIFFE & NIMM AN DER VERLOSUNG TEIL!



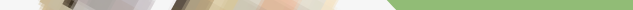
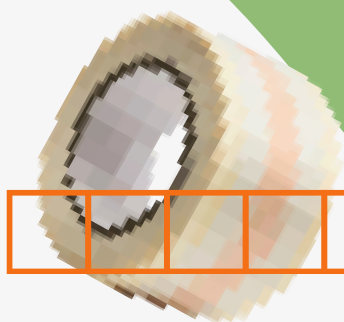
S					
---	--	--	--	--	--

		H			
--	--	---	--	--	--

		L				
--	--	---	--	--	--	--



G



					E
--	--	--	--	--	----------

E					
---	--	--	--	--	--

C
K



A horizontal number line with vertical tick marks at every integer from 0 to 10. The region between the tick marks for 2 and 10 is shaded in a solid purple color.



			F		
--	--	--	----------	--	--

RBB der Landeshauptstadt Schwerin "GeSo",

z.H. an Frau Haurenherm, Dr. Hans-Wolf-Str. 9, 19055 Schwerin

Interview



Exklusiv

Unsere Auszubildenden tauschen sich mit **Steffen Niendorf** aus. Als Ausbildungskoordinator des Netzwerks für Menschen der **Sozius gGmbH** und des **Augustenstifts Schwerin** berichtet er über seine Erfahrungen am Tag der Pflege.

Erfahre hier mehr und werde Teil eines ehrlichen und inspirierenden Gesprächs.

Für noch mehr Exklusivität kannst du auch direkt einen Blick hinter die Kulissen der Sozius gGmbH werfen.



Gesamtes Interview





14 Überlebensstipps

FÜR DIE PFLEGEAUSBILDUNG

LAILA hat den Dreh inzwischen voll raus - beim Thema Überleben ist sie unsere echte Fachkraft.



UND DANN...



- ☐ Suche dir eine Komfort-Lehrkraft oder PA deines Vertrauens.
- ☐ Achte auf deine Fehltag.
- ☐ Wenn du eine Arbeit anfängst, bringe sie auch zu Ende.
- ☐ Sei immer ehrlich und stehe zu deinen Fehlern.
- ☐ Es ist okay, Fehler zu machen.
- ☐ Sei nie unmenschlich zu Pflegeempfänger:innen.
- ☐ Sei du selbst.

AUFGEPASST!



- ☆ Mache dir immer Notizen in der Theorie & in der Praxis.
- ☆ Stelle immer Fragen, wenn du es nicht richtig verstanden hast - es gibt keine dummen oder peinlichen Fragen.
- ☆ Um dir Fachwörter besser merken zu können, lege dir ein Merkheft/Vokabelheft an.
- ☆ Passe immer im Unterricht & in der Praxis auf.

WAS NOCH?

- ☐ Denke an deine Gesundheit: physische und psychische.
- ☐ Trinke, esse und vor allem SCHLAFE genug.
- ☐ Habe Spaß!!! Lass dich nicht von anderen schlecht beeinflussen. Lerne auf deine Art und Weise.



WIE MAN NICHTS VERGISST!

Eselsbrücken für den pflegerischen Alltag

Never **l**et **m**onkeys **e**at **b**ananas.

Um sich endlich die Häufigkeit weißer Blutkörperchen zu merken:

Neutrophile > Lymphozyten > Monozyten > Eosinophile > Basophile

Nach einer Verletzung hat man **PECH** gehabt.

Maßnahmen nach einer Sportverletzung:

Pause

Eis

Compression

Hochlagern

Verarsche niemals **B**etablocker.

Betablocker sollte man **nicht mit** dem **Calciumantagonist Verapamil kombinieren**, da es die Schlagkraft der Herzens verringern kann.

In **B**erlin **g**affen **a**lle.

Hormone des Pankreas:

Insulin - **B**-Zellen

Glukagon - **A**-Zellen

13

SPRÜCHE, DIE AZUBIS NICHT MEHR HÖREN KÖNNEN

“DAS MACHST DU NICHT IN DER PRÜFUNG!”

“LEHRLINGS-JAHRE SIND KEINE HERREN-JAHRE.”

“DER TRESEN STEHT VON ALLEINE.”

“WIR SIND NICHT BEI WÜNSCH-DIR-WAS.”

“SCHÜLER! KLINGEL!!!”

“ICH BIN PRIVAT VERSICHERT.”

“DAS MÜSSTEST DU EIGENTLICH SCHON WISSEN.”

“HEY, DU DA! GEH MAL AUF DIE NÄCHSTE STATION UND HOL MAL ...”



“HAARE ZUSAMMEN!”

“HABT IHR NICHTS ZU TUN?”

“DER IST SCHON WIEDER KRANK? DER HAT KEINEN BOCK!”

“HABEN SIE MICH VERGESSEN?”

“DAS LEBEN IST KEIN PONYHOF.”

MEIN HERZ

schlägt steril

1

RUMMS!

Bettpfanne liegt
allein auf dem
Pflegewagen

Die Leute sehen
in mir nur ...
Ausscheidung!

Seit Wochen stand Bettina
Bettpfanne allein im Materialraum...
ungeliebt, missverstanden und
meistens nur nachts gebraucht.

HERZKLOPFEN!

Verbandspäckchen
schaut verliebt um
die Ecke

WOW!
Diese
Rundungen!

Doch dann sah Verbando sie
zum ersten Mal...
und plötzlich war alles steril.

**TUSCHEL!
TUSCHEL!**

Spritze tuschelt
mit Handschuhen

Vergiss sie,
Verbando!
Sie spielt nur mit
deinen Gefühlen.

Außerdem hatte sie
letzte Woche was
mit Schäumchen!

Desinfektionsmittel
steht bedrohlich im
Vordergrund

GEFAHR!

STOPP!

Mein Herz 2

schlägt steril 



KNACK!

Bevor hier jemand
Gefühle entwickelt, wird
erstmal hygienisch
gearbeitet!

Bei dir fühle
ich mich ..
vollständig!

 Bettpfanne und
Verband sitzen
romantisch
nebeneinander 

Du bist der
Einzige, der mich
nicht ekelig
findet...

 Schere schneidet
dramatisch eine
Mullbinde ab

SCHWUPS!

Wenn ich sie
nicht haben kann,
dann niemand!

 Alles liegt glücklich
zusammen im
Pflegewagen

KNACK!

Und obwohl ihre Liebe unter
keinem guten Stern stand,
hielt sie bombenfest. 

Liebe ist wie ein Verband...
Manchmal muss man nur fest
genug kleben! 

WHAM!

WELCHER PFLEGETYP BIST DU?

Teil 1

**ES IST 6:00 UHR - ÜBERGABE.
WIE STARTEST DU IN DEN DIENST?**

- A)** Mit einem Kaffee in der einen und dem Dienstplan in der anderen Hand. Ich weiß schon jetzt, dass wir unterbesetzt sind.
- B)** Mit einer Packung Nervennahrung für das Team nach dem Motto: "Wir schaffen das, Leute!"
- C)** Ich versuche noch meine Augen mit Desinfektionsmittel offen zu halten.
- D)** "Guten Morgen! Hat jemand die Vitalwerte von Zimmer 4? Nein? Ich hab's mir fast gedacht."

**EIN:E PATIENT:IN KLINGELT ZUM 12. MAL, WEIL
DAS KOPFKISSEN "IRGENDWIE SCHIEF" LIEGT.
DEINE REAKTION?**

- A)** Ich deligiere das unauffällig an die Auszubildenden - Lerneffekt und so!
- B)** Ich schüttele es mit einer Engelsgeduld auf und frage, ob er/sie noch ein Täfelchen Schokolade möchte.
- C)** Ich starre das Kissen so intensiv an, dass es sich vor Angst selber gerade rückt.
- D)** Ich erkläre in einem 10-minütigen Vortrag die physikalischen Auswirkungen der Gravitation auf Federkissen.

**WAS IST DAS WICHTIGSTE UTENSIL
IN DEINER KASACK-TASCHE?**

- A)** Mein privater Vorrat an Kugelschreibern, die ich mit meinem Leben verteidige.
- B)** Ein Notfall-Riegel und ein Zettel mit einem lustigen Spruch.
- C)** Eine Rolle Pflaster - damit kann man ALLES reparieren. Sogar die Stimmung.
- D)** Mein perfekt organisierter Übergabezettel (farblich markiert!).

**DIE DOKUMENTATION RUFT.
WAS DENKST DU?**

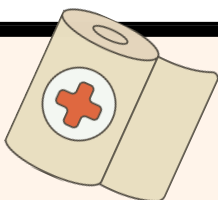
- A)** "Schreibe ich später. Oder morgen. Oder... hat das System nicht heute eine Störung?"
- B)** "Ich muss blumig-kreative Formulierungen finden, damit der MD vor Rührung weint."
- C)** "Ganz schnell in Stichpunkten, bevor die nächste Patientenklingsel ertönt."
- D)** Wenn es nicht dokumentiert ist, ist es nicht passiert. Deshalb schreibe ich sogar auf, wenn jemand geatmet hat."

**DAS TELEFON KLINGELT
UNUNTERBROCHEN. WER GEHT RAN?**

- A)** Ich nur, wenn ich sicher bin, dass es nicht die PDL ist, die jemanden zum Einspringen sucht.
- B)** Ich! Wahrscheinlich braucht nur jemand Hilfe.
- C)** Ich hebe ab und sage "Friedhofs-Zentrale, Abteilung Erdbestattung" und warte, wer zuerst auflegt.
- D)** Ich gehe ran und korrigiere erst einmal den Arzt am anderen Ende der Leitung.

**ES IST VOLLMOND. WIE BEREITEST
DU DICH AUF DIE SCHICHT VOR?**

- A)** Ich checke doppelt, ob genügend Beruhigungstee und Bedarfsmedikation im Medikamentenschrank ist.
- B)** Ich zünde im Dienstzimmer eine LED-Duftkerze an und hoffe auf das Beste.
- C)** Ich binde mir ein imaginäres Stirnband um und beuge mich in den Kampfmodus.
- D)** Ich erstelle innerlich eine Statistik, warum Vollmond-Mythen wissenschaftlich nicht haltbar sind (während im Hintergrund Patient:innen versuchen, die Vorhänge zu essen).



WELCHER PFLEGETYP BIST DU?

Teil 2

DR. SCHIWAGO HAT EINE ÄRZTLICHE ANORDNUNG GEMACHT, DIE DU BEIM BESTEN WILLEN NICHT ENTZIFFERN KANNST. WAS MACHST DU?

- A)** Ich zeige es drei Kolleg:innen. Wer es zuerst errät, gewinnt einen Keks.
- B)** Ich rufe den verantwortlichen Arzt an und frage ganz lieb nach – auch wenn er gerade im OP steht.
- C)** Ich interpretiere es nach 20 Jahren Berufserfahrung einfach selbst. Es wird schon ein Abführmittel sein.
- D)** Ich schicke die Anordnung zurück mit dem Vermerk: "Bitte in Druckbuchstaben – es geht um Leben und Tod!"

ANGEHÖRIGE KOMMEN MIT EINER 15-SEITIGEN ERKLÄRUNG AUS DEM INTERNET INS DIENSTZIMMER. DEINE REAKTION?

- A)** Ich nicke freundlich, während ich im Kopf bereits meine Einkaufsliste für den Feierabend erstelle.
- B)** Ich nehme mir die Zeit und erkläre geduldig, warum "Dr. Google" nicht immer recht hat.
- C)** Ein tiefer Seufzer. Ein sehr tiefer, sehr langer Seufzer.
- D)** Ich ziehe mein Fachbuch aus der Tasche und biete ein fachliches Duell an.

DAS MITTAGESSEN KOMMT. ES GIBT PÜRIERTES ETWAS. WIE VERKAUFST DU DAS?

- A)** "Es ist eine Überraschung vom Chefkoch – die Konsistenz ist ganz modern!"
- B)** Schauen Sie mal, es hat eine ganz tolle Farbe und außerdem ist da ganz viel Kraft drin!"
- C)** "Mund auf, Augen zu. Es ist warm und macht satt!"
- D)** Ich prüfe zunächst die Nährwerttabelle und den Salzgehalt gemäß ärztlicher Anordnung.

ENDLICH FEIERABEND! WAS IST DEINE ERSTE AMTSHANDLUNG ZU HAUSE?

- A)** Das Handy auf Flugmodus schalten, damit niemand fragt, ob ich morgen einspringen kann.
- B)** Alle Zwei- und Vierbeiner zu Haus drücken, um den Stress zu vergessen.
- C)** In die Badewanne steigen und 30 Minuten in die Leere starren.
- D)** Meine Schuhe desinfizieren und die Dienstkleidung bei exakt 60 Grad in die Maschine werfen.

AUSWERTUNG

Überwiegend A: Stationsmanager:in – Du hast einen totalen Überblick. Du weißt, wo die versteckten Vorräte liegen und wie man den Dienstplan liest, ohne zu weinen. Dein Motto: Organisation ist das halbe Leben – die andere Hälfte ist Kaffee.

Überwiegend B: Die gute Seele – Ohne dich würde der Laden zusammenbrechen, weil alle vor schlechter Laune umkippen würden. Du hast immer ein Pflaster für die Seele und Schokolade für die Nerven dabei. Dein Motto: Lächeln, solange es die Maske noch zulässt.

Überwiegend C: Abgeklärte:r Veteran:in – Dich schockiert absolut nichts mehr. Du hast schon Dinge gesehen, die andere nur aus Horrorfilmen kennen. Du arbeitest effizient, trocken und mit schwarzem Humor. Dein Motto: Solange keine:r brennt, ist es kein Notfall.

Überwiegend D: Perfektionist:in – Dein Pflegewagen ist so sauber, dass man darauf operieren könnte. Deine Dokumentation ist ein literarisches Meisterwerk. Dein Motto: Ordnung ist die halbe Miete, die andere Hälfte ist Korrektheit.



HOROSKOP



Widder (21.03. - 20.04.)

Mars gibt dir Power! Du stürmst das Lager wie eine Spezialeinheit & findest das letzte Päckchen Wundaufgaben, das seit 2019 verschollen war.

Glückszahl: 0 (So oft wirst du während einer Schicht dazu kommen, dein Wasserglas leer zu trinken).

Warnung: Versuche nicht, den Pflegewagen mit reiner Willenskraft zu schieben. Nutze die Rollen.

Stier (21.04. - 20.05.)

Venus sorgt für Genussmomente. Du findest heute im Pausenraum ein einsames Stück Pizza, das noch nicht "steinzeitlich" ist. Ein echtes Omen für eine gute Schicht!

Deine Superkraft: Du bleibst auch dann ruhig, wenn der:die Patient:in behauptet, die Tablette für übermorgen schon gestern genommen zu haben.

Zwillinge (21.05. - 21.06.)

Merkur macht dich zum Kommunikationstalent:

Du schaffst es, eine Übergabe in Rekordzeit zu halten, während du gleichzeitig drei Telefonate führst und ein Pflaster klebst.

Tipp: Achte darauf, dass du am Ende der Schicht nicht im Dialekt deiner Patient:innen nach Hause gehst.

Krebs (22.06. - 21.07.)

Der Mond macht dich emotional: Du könntest vor Rührung weinen, weil ein:e Patient:in "Danke" gesagt hat – oder weil die Kaffeemaschine endlich entkalkt wurde. Beides absolut legitim!

Vorsicht: Verwechsle deine Empathie nicht mit Selbstaufopferung. Dein Bett zu Haus vermisst dich auch.

Löwe (22.07. - 23.08.)

Die Sonne strahlt für dich! Du bist unschlagbar. Selbst hartnäckige Bakterien ziehen freiwillig aus, wenn du mit dem Desinfektionsspray drohst.

Style-Check: Dein Kasack sitzt so perfekt, als käme er frisch vom Laufsteg (und nicht zerknüllt aus dem Spind).

Jungfrau (24.08. - 23.09.)

Ordnung ist dein zweiter Vorname. Deine Dokumentation ist so präzise, dass der MD sie rahmen & sie sich übers Bett hängen möchte.

Schicksalsmoment: Du findest einen Kugelschreiber, der tatsächlich schreibt UND eine Kappe hat. Ein Wunder!

Waage (24.09. - 23.10.)

Diplomatie ist alles. Du schlichtest einen Streit zwischen zwei Patient:innen, wer das lautere Schnarch-Geräusch macht.

Gleichgewicht: Dein inneres Zen wird erst erschüttert, wenn jemand die leere Desinfektionsflasche NICHT austauscht.

Skorpion (24.10. - 22.11.)

Du hast den Röntgenblick. Du erkennst bereits am Gang der Angehörigen am anderen Ende des Flurs, dass sie eine "ganz kurze Frage" haben, die mindestens 45 Minuten dauert.

Geheimwaffe: Dein sarkastischer Humor rettet die Stimmung in der Supervision.

Schütze (23.11. - 21.12.)

Dein Optimismus ist ansteckend. Du erzählst so gute Witze, dass selbst die Vitalwert-Monitore im Rhythmus mitlachen.

Abenteuer: Eine "ruhige Schicht" ist für dich wie ein Einhorn – du hast davon gehört, aber du glaubst es erst, wenn du es siehst.

Steinbock (22.12. - 20.01.)

Disziplin ist dein Motto. Du arbeitest deine To-Do-Liste so effizient ab, dass du kurzfristig vergisst, dass du eigentlich eine Pause hättest.

Rat der Sterne: Setz dich hin. Ja, jetzt! Nur für fünf Minuten. Die Welt dreht sich auch ohne dich (kurzzeitig) weiter.

Wassermann (21.01. - 19.02.)

Du bist ein:e Visionär:in. Du erfindest heute eine völlig neue Methode, um Kompressionsstrümpfe ohne Schweißausbrüche anzuziehen.

Vibe: Du bist besonders kreativ beim Erfinden von Ausreden, warum du nicht schon wieder am Wochenende einspringen kannst.

Fische (20.02. - 20.03.)

Du schwimmst mit dem Strom. Du hast heute das magische Gespür dafür, genau dann im Spülraum zu sein, wenn schwierige Angehörige das Dienstzimmer stürmen.

Wohlbefinden: Dein intuitives Wissen sagt dir, dass nach dieser Schicht nur noch ein Kaltgetränk in der Horizontalen hilft.

Von Mexiko nach Schwerin



9.551 km

So viel beträgt die Luftlinie, die unser Auszubildender **Adrian Simental** von Mexiko nach Schwerin zurücklegte, um am RBB "GeSo" seine Pflegeausbildung zu starten.



Extrem aufregend

So fasst Adrian seinen ersten Schultag im Ausland zusammen. Seine Klassenleiterin hingegen war schnell angetan von seiner Lebensfreude und seinen guten Deutschkenntnissen.

Angekommen?

Entdecke Adrians ganze Geschichte und erfahre, ob der junge Auszubildende in Schwerin ein neues Zuhause gefunden hat.



<https://schwerin-lokal.de/ausbildung-pflege-schwerin/>



Ein Brief an Florence Nightingale



Sehr geehrte Frau Florence Nightingale,

anlässlich Ihres Geburtstages möchte ich Ihnen einen Brief schreiben. Ich bin überzeugt, dass Sie keine Schwierigkeiten haben, obschon ich dies hier in der deutschen Sprache verfasste. Schließlich haben Sie Ihre Ausbildung zur Krankenschwester in der Kaiserwerther Diakonie in Düsseldorf abgeschlossen.

Allerdings ist ein kleines, aber bedeutsames Hindernis, die Zeit. Hätte ich Ihnen zwischen 1850 und 1851 geschrieben, so hätte ich Sie wohl in Preußen erreicht. Damals wären Sie noch Auszubildende gewesen und Ihre bahnbrechenden Leistungen in Theorie und Praxis hätten noch vor Ihnen gelegen.

Hätte ich versucht, Sie zwischen 1853 und 1856 zu kontaktieren, wären Sie wegen des Krimkrieges vermutlich in Istanbul sehr beschäftigt gewesen, und meine Chancen auf eine Antwort wären gering. Doch gerade in diesen Jahren wurde Ihr Einsatz nicht nur von den englischen Soldaten, sondern auch von den Menschen in England und in der ganzen Welt anerkannt. Daher finden sich Ihr Name „Florence Nightingale“ ebenso wie Ihr Beiname „The Lady with the Lamp“ in jedem Handbuch der Pflege.

Die Pflege ist nicht der einzige Bereich, den Sie beeinflusst haben – sogar die Dichtung war von Ihnen angetan. Der Dichter Henry Wadsworth Longfellow, der Ihnen gewiss bekannt gewesen sein dürfte, lobte in seinem Gedicht „Santa Filomena“ Ihre großartige Tätigkeit im Ausland:

“Lo! in that house of misery
A lady with a lamp I see
Pass through the glimmering gloom,
And flit from room to room.

And slow, as in a dream of bliss,
The speechless sufferer turns to kiss
Her shadow, as it falls
Upon the darkening walls.”

Ihr Wirken muss eine besondere Kraft gehabt haben. Allein der Anblick Ihres Schattens soll Schmerzen gelindert haben. Dass Sie Ihr Wissen weitergaben und Theorie wie Praxis miteinander verbanden, war ein wertvoller Beitrag für so viele Menschen.

Mit Ihrer Umwelttheorie, die Sie 1859 in *Notes on Nursing* beschrieben, gaben Sie der Pflege einen neuen Weg. Sie erklärten, wie wichtig frische Luft, Licht, Wärme und Sauberkeit für die Genesung sind – und zeigten selbst, wie solche Bedingungen das Leben vieler Erkrankter verbesserten.

Als Sie 1856 nach England zurückkehrten, blieb Ihre Arbeit nicht unbeachtet. Besonders bemerkenswert ist die Einladung durch Königin Victoria, die mit Ihnen über Reformen im Sanitätswesen sprechen wollte. Später wurde dieses Treffen als warm und respektvoll geschildert.

Ich befinde mich derzeit im zweiten Ausbildungsjahr zur Pflegefachkraft. Die angehenden Frauen dieses Berufes werden heute nicht mehr Krankenschwestern genannt, sondern – wie ich – Pflegefachkräfte beziehungsweise Gesundheits- und Krankenpflegerinnen. Die Ausbildung ebenso wie die Theorie der Pflege haben sich stark verändert.

Wenn ich heute an die moderne Pflege denke, sehe ich vieles von dem, wofür Sie eingestanden sind: die Bedeutung von Hygiene, die Kraft verlässlicher Beobachtung, das Arbeiten mit Daten statt mit Vermutungen und vor allem die Erkenntnis, dass hinter jeder Krankheit ein Mensch aus Fleisch und Blut steht. Ihre Biografie ist außergewöhnlich. Ich würde weit mehr als ein paar Blätter benötigen, um meine ganze Verehrung auszudrücken.

Gleichzeitig sehe ich auch Herausforderungen, bei denen ich mir wünsche, Sie könnten Ihre Stimme erneut erheben: Pflegekräfte arbeiten oft am Limit, die Zeit für Zuwendung wird knapp, und die Komplexität im Gesundheitswesen wächst. Technische Innovationen helfen, doch sie ersetzen nicht das, was Pflege im Kern ausmacht: Präsenz und Mitgefühl. Ich frage mich, wie Sie heute für Rahmenbedingungen kämpfen würden, die gute Pflege überhaupt erst möglich machen.

Ihr Leben erinnert mich daran, dass Veränderung nicht mit großen Schritten beginnt, sondern mit konkreten und evidenzbasierten Entscheidungen. Ihre Beharrlichkeit macht Mut, im Kleinen konsequent zu sein und im Großen klar zu bleiben.

Ich möchte Ihnen danken: für Ihren Mut, für Ihre Disziplin, für Ihre Weitsicht und für die Tiefe Ihres Mitgefühls. Sie haben gezeigt, dass Professionalität in der Pflege und Menschlichkeit keine Gegensätze sind. Dieser Gedanke begleitet mich – uns als angehende Pflegefachkräfte.

In beruflicher Verbundenheit und mit großem Respekt.

Adrian Simental aus der GeSo



GLOSSAR

Kuriose Fachbegriffe der Medizin und Psychologie einfach erklärt

Eigenbrauer-Syndrom

Pilzbefall im Darm, der Kohlenhydrate in Alkohol umwandelt.

Pentheraphobie

Übersteigerte, krankhafte Angst vor der Schwiegermutter.

Horripilation

Aufrichten der Körperhaare bei Kälte, Angst oder Erregung, auch bekannt als *Gänsehaut*.

Hyperhidrose

Erkrankung, die durch übermäßiges Schwitzen gekennzeichnet ist.

Holiday-Heart-Syndrom

Akute Herzrhythmusstörungen, die nach exzessivem Alkoholkonsum auftreten.

Trimethylaminurie

Seltene Stoffwechselstörung der Leber, auch bekannt als *Fischgeruch-Syndrom*.

Ornithophobie

Spezifische Phobie, die durch eine unverhältnismäßige, irrationale Angst vor Vögeln oder Federn gekennzeichnet ist.

Hippopotomonstrosesquippedaliophobie

Ironische Bezeichnung für die Angst vor langen Wörtern.

Pneumonoultramicroscopicsilicovolcanoconiosis

Quarzstaublunge (Silikose), eine chronische Lungenerkrankung, verursacht durch das Einatmen von feinem Silikat- oder Vulkanstaub.