



Februar 2022

Wendelin Pflegeheim
Inzlingerstrasse 50
4125 Riehen

Tel: 061 645 22 22
info@aph-wendelin.ch
www.aph-wendelin.ch

Wendelin Tagesheim
Inzlingerstrasse 46
4125 Riehen

Tel: 061 643 22 16
info@th-wendelin.ch
www.th-wendelin.ch

Der Heimleiter berichtet

Liebe Bewohnende, liebe Leser des «Wendelinheftlis»

«Frisch und munter durch den Winter»

Sport und frische Luft sind die beste Medizin, um gesund durch den Winter zu kommen, hat mir meine Mutter immer gesagt. Und nun, nach mehr als 60 Jahren, muss ich ihr recht geben. Sie hat mich von früh an im Winter täglich raus in die Natur geschickt. Doch hat sie dies auch mit so manchen Hausmittelchen unterstützt. Vielleicht kennen auch Sie noch den Geschmack von Lebertran. Heute ist das Mittel, vermutlich wegen seines abartig penetranten Geschmacks und Geruches, praktisch aus der Hausapotheke verschwunden. Aber ich kann mich noch gut daran erinnern wie ich, als ich klein war, die wöchentliche Lebertran-Ration trinken musste zur Stärkung, damit ich im Winter nicht krank werden sollte. So wurde mir wenigstens weisgemacht. Lebertran ist ein gelbliches, dickflüssiges Öl, das aus der Leber bestimmter Fische – hauptsächlich dem Dorsch und dem Schellfisch – gewonnen wird. Früher wurde dieser Tran auch aus dem Fettgewebe von Robben und Walen extrahiert. Kein Wunder, dass dieses Zeug so schrecklich geschmeckt hat. Es war auch immer ein Zirkus, bis ich es getrunken hatte.

2017 haben wir mit unseren freiwilligen Mitarbeitenden einen Tagesausflug zu Dr. Alfred Vogel an den Bodensee gemacht. Er war ein Pionier in der Naturheilkunde in der Schweiz und wurde insbesondere durch den Import von Echinacea-Pflanzen aus Südamerika in die Schweiz bekannt. Unserer Reisegruppe wurde in den Vogel'schen Produktionswerken am Bodensee eindrücklich vorgeführt, wie der Pflanze, der «Echinacea purpurea», die ätherischen Extrakte entnommen und zu Heilmittel verarbeitet wurden. Der Rote Sonnenhut, so der deutsche Name der Heilpflanze, enthält entzündungshemmende und immunstimulierende Inhaltsstoffe und schützt vor Erkältungen

und grippalen Infekten. Echinacea wirkt anregend auf unser Immunsystem. Das heisst, die Zellen unseres Abwehrsystems werden dazu angeregt, auf moderate und langanhaltende Weise aktiv zu werden, sobald der Körper mit Krankheitserregern in Kontakt kommt. Dies ist vor allem bei Stress, Schlafmangel und bei Rauchern der Fall. Also fast analog wie bei einer Impfung.



Studien aus dem Jahr 2013 konnten zeigen, dass Echinacea-Extrakte auch direkt gegen Grippe-, Herpes- und Coronaviren wirken. Ob sie auch gegen Covid 19 wirksam sind, kann vermutet werden, wurde jedoch bisher noch nicht bewiesen. Wer sich genauer über die Echinacea purpurea informieren möchte, dem empfehle ich die Homepage von Dr. A. Vogel.

Auch die im Winter beliebte finnische Sauna stärkt nachweislich unser Immunsystem und sorgt dafür, dass wir gestärkt durch die kalte Jahreszeit kommen. Die Finnen haben aus dem Saunagang ein richtiges Ritual gemacht. Aber das Saunieren

haben nicht die Finnen erfunden. Es stammt bereits aus der Steinzeit. Das Schwitzbad hatte bei den alten Römern eine grosse gesellschaftliche und geschäftliche Bedeutung. Heute können wir fast überall in den römischen Ruinen die Überreste dieser Bäderkultur sehen und bestaunen.

Besuchen wir regelmässig die Sauna, profitieren wir von einer Reihe wunderbarer gesundheitlicher Effekte. Die heissen Temperaturen der Sauna haben den gleichen Effekt auf den Körper wie Fieber: Das Immunsystem wird auch hier gestärkt und Infekte werden leichter abgewehrt. Die Hitze bringt das Herz zum schnellen Schlagen: Das Blut wird in die geweiteten Gefässe gepumpt und die Haut beginnt zu schwitzen. Der Wechselreiz aus Kälte und Hitze ist auch eine grossartige Möglichkeit, um das Kreislaufsystem wieder in Gang zu bringen. Die Gefässe ziehen sich durch die Kälte wieder zusammen. Ähnlich wie beim Sport löst die gewollte Stresssituation auf den Körper eine leichte Euphorie aus. Einen positiven Effekt hat der Besuch in der finnischen Sauna auch auf die Haut: Die Haut wird beim Saunieren besser durchblutet, die Poren öffnen sich bei Hitze und ziehen sich beim Kältebad wieder zusammen. Auch unsere Atemwege werden beim Saunagang besser durchblutet.

Was kennen Sie für Mittelchen und Prozeduren, um frisch, gesund und munter durch den Winter zu kommen? Erzählen Sie uns!

Bleiben Sie gesund und kommen Sie gut durch die kalte Jahreszeit.

Es grüsst Sie herzlichst Ihr

Rainer Herold
Heimleiter

In lieber Erinnerung gedenken wir

Frau Elisabeth Sumi gestorben am 24.01.2022



Zu uns gezogen ist

Frau Elsa Mühlemann eingezogen am 12.01.2022

Wir heissen die neue Bewohnerin herzlich willkommen, wünschen ihr ein gutes Einleben und hoffen, dass sie sich bei uns wohlfühlen wird.

Geburtstage im Februar

Bewohnende

10.02. Gerd Buschmann	87
14.02. Ernestina Trinkler	88
18.02. Ruth Preiswerk	88
22.02. Heidi Fischer	93
23.02. Hermann Spring	94
23.02. Gerda Aebischer	92
24.02. Ruth Schluchter	94
25.02. Dora Strub	87

Tagesheim

14.02. Otto Buholzer	75
18.02. Marlise Alioth	75
21.02. Elfriede Rapp	91
25.02. Dieter Trefzer	80

Personal

01.02. Fabiana Rodriguez	Pflege
05.02. Nira Leon	Berufsbildnerin
07.02. Zuleyka Arrigo	Pflege
09.02. Karintha Bernardy	Pflege
10.02. Marisa Schweizer	Pflege
14.02. Caroline Heuschkel	Küche
14.02. Sevgi Sakar	Pflege
16.02. Pascal Roth	Pflegedienst
22.02. Eveline Rohrbach	Hauswirtschaft
23.02. Philipp Wilde	Verwaltung
27.02. Rainer Herold	Verwaltung
27.02. Monika Meier	Tagesheim
27.02. Alexandra Tajes	Verwaltung
28.02. Susanne Schwerdtfeger	Aktivierung

Gottesdienste und Morgenbetrachtung

Gottesdienste

Donnerstag 03.02. Pfr. Lukas Wenk

Donnerstag 17.02. Pater Eugen Frei



Morgenbetrachtung

Donnerstag 10.02. Michi & Catherine Kilchenmann

Donnerstag 24.02. Irene Widmer

Die Gottesdienste und Morgenbetrachtungen finden jeweils um **10.00 Uhr** im Mehrzweckraum statt.

Wegen der Gefährdungslage sind diese Anlässe ausschliesslich für unsere Bewohnende.

Dank an den Förderverein Wendelin

Der Förderverein verteilte am ersten Advent an alle Bewohnenden eine Amaryllis-Pflanze.

Diese blühten in den letzten Wochen ganz herrlich. Diverse Bewohnende haben sich persönlich bedankt.



Vielen Dank für den Farbtupfer in den Zimmern.

Bericht des Tagesheims

Hausmittelchen gegen Erkältung

Wer kennt dies nicht: Husten, Halsweh und Schnupfen, die klassischen Anzeichen einer Erkältung? Was kann man dagegen tun? Heisse Rindssuppe? Tee mit Honig? Oder doch inhalieren? Nicht alle gutgemeinten Tipps, die von Freunden oder der Familie vorgeschlagen werden, sind wirklich wirksam.

Wir möchten Ihnen hier ein paar wenige Hausmittel nennen, die tatsächlich etwas bewirken können.

1. Aufsteigendes Bad

Das sogenannte «Aufsteigende Bad» ist bei Erkältungen ideal. In das Badewasser von ca. 38 Grad geben Sie Meersalz oder Kräuter hinzu (z.B. Salbei), baden während ca. 10 -15 Minuten darin. Währenddessen giessen Sie immer wieder heisses Wasser nach. Danach sollten Sie sich 15 Minuten ausruhen.

Es empfiehlt sich, bei hohem Fieber eher ein Fussbad zu nehmen, um den Körper nicht unnötig zu belasten.

2. Dampfinhalation

Sie suchen ein Mittel, das schleimlösend wirkt und die Atemwege wieder freilegen kann? Eine Dampfinhalation ist da sehr wirksam. Es braucht einen Topf mit heissem Wasser und ein paar Tropfen ätherische Öle. Sie müssen darauf achten, 100% ätherische Öle zu benutzen. Wirkungsvolle Öle bei einer Erkältung sind: Thymian, Eukalyptus, Pfefferminze. Wirkungsvolle Kräutertees eignen sich auch gut zur Inhalation: Thymian, Salbei, Wachholder.

3. Honig im Tee

Kennen Sie diesen Tipp? Dies ist tatsächlich das optimale Getränk bei Erkältungskrankheiten. Denn sowohl im Tee und auch im Honig sind natürliche antibakterielle Inhaltsstoffe enthalten. Bei den Kräutertees empfehlen sich Thymian, Holunder oder Lindenblüten-Tee.



4. Wie wäre es mit Zwiebeln?

Zwiebeln sind wahre Wunderwaffen und heben zudem noch die Laune. Also möglichst oft als Zutat verwenden und vielleicht wieder einmal eine Zwiebelsuppe auf den Speiseplan setzen.

5. Virenkiller Ingwer

Ingwer wirkt vorbeugend und heilend. Die ätherischen Öle, die sogenannten Gingerole, gelten als das «Aspirin der Natur», da sie eine ähnliche chemische Struktur haben. Ausserdem wirkt Ingwer entzündungshemmend.

6. Knoblauch

Auch diese Knolle ist ein kleines Hausmittel-Wunder mit ihren antiviralen und antibakteriellen Eigenschaften. Der Inhaltsstoff Allicin im Knoblauch wirkt sogar gegen solche Bakterien und Pilze, die gegen gebräuchliche Medikamente resistent sind, und stärkt so das Immunsystem. Es gibt nur wenige Studien, die tatsächlich einen Effekt von Knoblauch auf eine Grippe oder Erkältung nachweisen. In einer Forschungsreihe wurde jedoch nachgewiesen, dass Menschen, die Knoblauch zu sich nahmen, 70 Prozent seltener krank waren.



Eine weitere Studie zeigte, dass Menschen sich schneller von der Grippe erholten, wenn sie Knoblauch assen. Knoblauch fand und findet in fast allen Kulturen und Küchen Anwendung. Er wird seit jeher nicht nur als würzende Zutat, sondern auch medizinisch eingesetzt. Besonders bekannt ist, dass der Knoblauch Blut, Herz und Gefäße gesund hält. Weit weniger bekannt ist, dass der Knoblauch den Darm desinfiziert und auch bei Diabetes und sogar Krebs erstaunliche Wirkungen haben kann.

Unsere Natur ist eine Wunder-Apotheke, die für alle erreichbar ist. In diesem Sinne, bleiben Sie gesund und alles Gute!

Kreativ dichten: Elfchen

Monika Argast, Aktivierung

In unserer Musikgruppe erfinden wir am Ende der Stunde passend zum Thema immer wieder kleine Gedichte in Anlehnung an so genannte «Elfchen». Das macht uns Spass, und wir sind immer wieder selbst davon überrascht, welche netten Verse dabei herauskommen.

Ein Elfchen ist ein kurzes Gedicht mit einer vorgegebenen Form, das sich nicht reimen muss. Es besteht in der Regel aus elf Wörtern, die in einer festgelegten Reihenfolge auf fünf Verszeilen verteilt werden. Bei uns dürfen es ruhig auch einmal mehr sein, wenn die Ideen sprudeln.

1. Zeile: 1 Wort: Was ist das Thema?
 Ein Gegenstand, ein Ort, eine Farbe ...
2. Zeile: 2 Wörter: Beschreibe das Thema genauer:
 Was macht das Wort aus Zeile 1?
3. Zeile: 3 Wörter: Wo befindet es sich? Wie ist es?
4. Zeile: 4 Wörter: Was denke oder fühle ICH?
5. Zeile: 1 Wort: Welches Wort fasst alles zusammen?
 Was folgt daraus?

Vielleicht haben Sie Lust, auch einmal ein «Elfchen» zu dichten?

Beispiele aus der «Dichterwerkstatt Wendelin»:

Winterzauber



Winterzauber

Schneeflocken treiben

Alles ist überzuckert

Ich sitze auf dem Schlitten

Lebensfreude

Seefahrt



Seefahrt

Lustig, gefährlich, aufregend, schön

Ich bin der Kapitän

Schöne Reise!

Erinnerungen an meine Schulzeit

Hermann Spring, Bewohner

Unsere Familie lebte auf einem Bauernhof in Hersberg, angebaut an die Wirtschaft des Dorfes. Es war ein Bauernhof, wie es zu der Zeit im Baselbiet viele gab. Wir hatten vier Kühe, zwei Kälber, einen Ochsen und ein Pferd, sowie zwei Schweine, 15 oder 16 Hühner, vier Kaninchen, vier Katzen und einen Berner Sennenhund, der mich immer beschützte. Dazu hatten wir Kirsch-, Zwetschgen-, Apfel-, Birnenbäume, sowie einen grossen Nussbaum. Wir waren sieben oder acht Kinder, die zu Fuss von Hersberg nach Arisdorf zur Schule gehen mussten. Unsere Lehrer hiessen Schreiber, Pulver und Riesen. Die erste und zweite Klasse waren in einem Raum, geleitet von einem Fräulein. Einen Kindergarten gab es nicht. Die dritte bis fünfte Klasse und dann die sechste bis achte je in einem anderen Raum. Wir waren etwa 14 Schüler in unserer Gruppe.

Der Weg zu Fuss von Hersberg nach Arisdorf dauerte $\frac{3}{4}$ Stunden oder mehr. Entweder ging man über einen Hügel oder dem Tal entlang. Es gab etwa vier Möglichkeiten, nach Arisdorf zu kommen. Den grössten Teil der Strecke ging es hinunter. Deshalb benutzten wir im Winter die Skier. Das waren noch reine Holzskis, ohne Metallkanten. Skischuhe gab es noch keine. Die halbhohen Nagelschuhe wurden vorne in die Bindung geschoben und mit einem Lederriemen festgezogen. Hinten um den Absatz musste ein zweiter Lederriemen satt angezogen werden. Die Absätze waren nicht auf den Skiern festgemacht, was ein Biegen des Schuhs und somit Langlauf möglich machte. Metallkanten wurden erst später dran geschraubt. Dafür musste mit einem Kanthobel etwas Holz abgetragen werden, damit die Lauffläche wieder flach wurde. Mit den Kanten kam dann auch die einfacher zu bedienende Kandahar-Bindung dazu.

Zu den Nagelschuhen trugen wir Knickerbockerhosen, lange Socken und ein «Gstältli» an dem die Socken festgemacht wurden, dazu Hemd, Pullover, Faust- oder Fingerhandschuhe und Kappen. Den Weg auf Skiern hinunter zur Schule lief es ganz gut. Hatte es noch in den Schnee geregnet und war alles vereist, musste man aufpassen, dass es nicht zu schnell wurde, sonst machte man leicht eine Schneekugel (heftiger Sturz). Oft kamen wir ein paar Minuten zu spät. Einer der Lehrer bemerkte dazu: «Ihr würdet lieber einmal eine halbe Stunde zu spät kommen, statt immer nur ein paar Minuten.» - Das musste er uns nicht zweimal sagen! Wir haben es ausgenützt. Als die Kirchglocke acht Uhr schlug, haben wir noch drei vier Abfahrten gemacht und sind erst dann in die Schule gegangen. Da hat er seine Worte bereut. Ins Zeugnis hat er uns deswegen aber keinen Eintrag gemacht. Bei dem langen Schulweg kann man sich vorstellen, dass wir über Mittag nicht nach Hause konnten.



Der Weg war zu weit hin und zurück. Ich hatte eine Doppelschnitte dabei. Zwei ganze Scheiben vom grossen Brotlaib, geschätzte Drei- oder Vierpfünder. Dazwischen hatte es genug Butter. Das Butterbrot war in ein «Metzgerpapier» (eine Art Wachspapier) eingepackt. Dazu hatte ich mal einen Apfel, eine Birne, Nüsse oder gedörrte Zwetschgen im Tornister dabei, auf denen ich länger herumkauen konnte. Dazu gab es zum Mittagessen im Restaurant Stab für alle Kinder eine heisse Suppe. Diese wurde von der Gemeinde bezahlt.

Am Vormittag hatten wir von acht bis zwölf vier Stunden Schule, am Nachmittag ab halb zwei nochmal zwei Stunden. Während des Krieges war das Schulhaus durch Schweizer Soldaten besetzt. Die internierten Soldaten aus Frankreich, Algerien etc. waren in einem Fabrikgebäude gleich daneben. Meine Mutter konnte gut französisch und half den Soldaten beim Übersetzen.

Die Schule fand in dieser Zeit in der Kirche statt. Es hatte zwar einen grossen Ofen, in dem grosse Holzstücke verbrannt werden konnten, aber die Wärme war natürlich oben im Kirchenraum. Wir haben oft gefroren. Mit Handschuhen haben wir versucht zu schreiben. Nicht ganz einfach, die Feder oder den Bleistift nicht aus der Hand zu verlieren und dazu auch noch schön zu schreiben. Immerhin konnte man es meistens lesen.

Der Heimweg nach Hersberg war nicht so leicht, da es jetzt meistens bergan ging. Dennoch zogen wir wieder die Skier an und machten Langlauf. Ging es nicht mehr gleitend bergan, mussten wir «tänndle», wenn es zu steil wurde auch mal seitwärts hochsteigen. Wenn der Schnee an den Skiern kleben blieb, sich «Stoggeli» bildeten, blieb nichts anderes übrig, als die Skier ausziehen und «z' buggle» (auf den Schultern tragen). Dort mussten wir sie mit «toko – Paraffinwachsblöcken von Hand neu wachsen. Die Technik mit dem Bügeleisen war noch nicht bekannt.

Es war trotz allem eigentlich eine schöne Zeit.

Winterferien - eine Anekdote zum Schmunzeln

Silvia Fretz, Bewohnerin

Vor vielen Jahren war die Familie meines Cousins in den Skiferien in den Bündner Bergen. Sie wohnten in einem Chalet etwas oberhalb des Dorfes. Sie waren schon ein paar Tage dort, sodass alle sich auskannten. Über Nacht hatte es stark geschneit. Am Morgen schickte die Mutter den damals ungefähr vierzehnjährigen Sohn ins Dorf, um Brot fürs Frühstück einzukaufen. Sofort machte er sich bereit, ging die Treppe runter zur Türe und wollte sie öffnen. Es ging nicht! Es hatte sehr viel geschneit. Der Wind hatte den Schnee so hoch ans Haus geweht, dass man die Türe nicht mehr öffnen konnte.



«Wie komme ich jetzt hier raus?», fragte er sich. – Idee! - Er rannte die Treppe hoch, öffnete oben ein Fenster, sprang vom ersten Stock aus hinunter in den weichen Schnee und ging einkaufen. Als er zurückkam, stellte er fest, dass er nicht mehr hinein konnte! Die Türe war zugeschneit und das Fenster, aus dem er hinausgesprungen war, viel zu weit oben, als dass er dort wieder hätte einsteigen können. Eine Leiter war nicht vorhanden. «Was jetzt?», überlegte er ...

Hilfe im Dorf holen! So eilte mein Cousin wieder zurück ins Dorf zum Laden, schilderte dort den Anwesenden seine Lage. Schnell fanden sich zwei Männer, die ihm helfen wollten. Bei dem vielen Schnee eine lange Leiter den Hang hinaufzutragen, fanden sie zu mühsam. So entschieden sie sich, zwei kurze Leitern mitzunehmen, die sie vor Ort, so gut es ging, zusammenbinden wollten, damit sie bis in den ersten Stock reichte.

Gesagt getan! So konnte der Cousin schliesslich die Leiter hoch klettern und das Brot zum Frühstück abliefern. Wie lange es dauerte bis man wieder durch die Haustüre ein- und ausgehen konnte, ist nicht überliefert.

Diese Geschichte wurde in der Familie immer wieder mit einem Schmunzeln erzählt. Mal wenn es grad wieder heftig schneite, oder auch wenn es mal gar nicht schneite:

«Weisst du noch, damals ...

Fortsetzungsgeschichte von Hildi Hari-Wäfler

Dieses Kapitel aus dem Buch «Felsig, karg und hoffnungsgrün, eine Kindheit in Adelboden» berichtet von freudigen und traurigen Ereignissen in der Kindheit der Autorin.

Grosse Leute, kleine Leute

Der Winter 1943 war hart und kalt. Auf den Auen lag sehr viel Schnee. Das Feuer spritzte fast ununterbrochen im Holzofen. Für den Wintersport herrschten ideale Verhältnisse, doch unsere Familie im kleinen Haus in der Oey beschäftigte jetzt ein ganz anderes Thema. Schon seit einiger Zeit hatte Mutter uns zwei Kinder darauf vorbereitet, dass wir ein Geschwisterchen bekommen sollten. Unsere Vorfreude war gross.

Ende Februar war es endlich so weit. Adelboden war in jenen Tagen in Hochstimmung: Bei diesen guten Schneeverhältnissen und sonnigem Wetter wurden während einer Woche die Armeemeisterschaften des Militärs ausgetragen. Sogar General Guisan, der schweizerische Heerführer während des Zweiten Weltkrieges, erschien höchst persönlich auf der Zuschauertribüne, flankiert von Offizieren, Fahnen und Militärmusik. Im Dorf hatte man eifrig Vorbereitungen zu seiner Begrüssung getroffen. Die Strassen waren geschmückt worden und überall hingen Fahnen. Am Dorfeingang hatte man zu seinen Ehren Willkommensworte aus Tannenreisig angebracht, die er wahrscheinlich gar nicht zu sehen bekam. Er hatte sich auf direktem Wege zum Schauplatz der sportlichen Wettkämpfe bringen lassen. Das Abfahrtsrennen wurde am steilen Hang des Chuenisbärgli ausgetragen, wo auch seit 1967 fast jedes Jahr die Weltcuprennen im Slalom stattfinden.

Kaum mehr als einen Kilometer von diesem bunten Treiben entfernt, gab Mutter am frühen Sonntagmorgen, dem letzten Tag im Februar, einem pausbackigen, gesunden Buben das Leben.

Aus Leibeskräften fing er an zu schreien. Mein Bruder und ich schliefen nebenan und merkten nichts von alle dem. In der Nacht war die Hebamme gerufen worden. Zu Fuss hatte sie sich durch Schnee und Kälte gekämpft, um rechtzeitig da zu sein. Eine von Mutters Schwestern hielt sich zum «Abwarten» bereit, hatte für heisses Wasser auf dem Holzherd gesorgt und saubere Wäsche bereitgelegt. Seit Willis Geburt waren fast sieben Jahre vergangen. Weil meine Eltern sich noch gut an die damaligen Worte des Arztes erinnerten, sahen sie dem Ereignis nicht ohne Bangen entgegen. Jetzt kam es zu einer komplizierten Entbindung, vor allem bei der Nachgeburt. Auch der Dorfarzt war am Ende seines Lateins.



Nachdem mein Bruder und ich am Morgen das Neugeborene bewundert hatten, wurde ich ins Dorf geschickt, um einen Schnuller zu besorgen. So stapfte ich gut zwanzig Minuten bergauf zum Krämer. Der Schnee knirschte nach der klaren, kalten Nacht unter meinen Füßen und mein Atem schien fast in

der Luft hängen zu bleiben. Tausende von Schneeflocken glitzerten in der eben aufgegangenen Sonne. Der Krämer, ein liebenswürdiger älterer Mann, liess sich gerne stören in seiner Sonntagsruhe. Er zeigte sich erfreut über die Neuigkeit, die ich ihm erzählte, und suchte im Lebensmittelladen unter dem Sortiment Kurzwaren nach dem Gefragten. Es dauerte nicht lange und ich rannte wieder bergab nach Hause. Dort herrschte trotz der Freude über die Geburt eine gedrückte Stimmung.

Einmal kniete Vater unverhofft neben mir nieder, nahm mich wortlos in die Arme und weinte herzerbrechend. Es lag in der Luft, dass das Leben der Mutter an einem seidenen Faden hing. Schliesslich mischte sich sogar noch das Militär ein, denn zwei oder drei Tage nach der Geburt lag auf dem Tablar in der Küche ein mit Kordeln verziertes Offiziers-Käppi. Ein Offizier, Frauenarzt von Beruf, war direkt von den Festlichkeiten gekommen, um sich um das Leben meiner Mutter und das Wohl der einheimischen Familie zu kümmern.



Kaum war er weg, erhielt ich den Auftrag, Eis zu besorgen. Das war leicht möglich, auch ohne Tiefkühlgerät. Mit einem kleinen Kessel und einem Hammer ausgerüstet, machte ich mich auf den Weg den nahen Bach entlang. Nach mehreren hundert

Metern fand ich, was ich gesucht hatte: einen zu Eis gefrorenen Zufluss des Allenbachs. Ich schlug die Eiszapfen herunter und trug sie im Kessel nach Hause. Die Kühlung half, Mutters Blutungen zu stillen.

Abschied für immer?

Die folgende Zeit war sehr kritisch und ungewiss. Eines Tages wurde ich zu Mutter ins Zimmer gerufen. Der Raum war leicht verdunkelt, auf dem Nachttischchen stand eine Azalee in voller Blüte. Es sollten wohl die Abschiedsworte meiner Mutter an ihre Tochter sein, verbunden mit einigen Anliegen und Ratschlägen. Das Bild steht mir noch deutlich vor Augen: Mutter lag bleich in den Kissen und fing mit leiser Stimme an zu sprechen: «Mein liebes Hildi ... ich muss Abschied nehmen von dir ... Ich bin mit meinen Kräften ... am Ende und gehe nun ... in den Himmel. Stell' dich tapfer und ... steh deinem Vater bei ..., so gut du kannst ... Die Tante ... nimmt Fredi zu sich. Du kannst ... ihr bei der Betreuung ... helfen. Komm aber am ... Abend zu Vater ... und Willi nach Hause, damit ... sie nicht so alleine sind.» Mir wurde das Herz zu schwer. Ich brach in Tränen aus und rief immerzu: «Du darfst nicht sterben, Muetti, du darfst nicht sterben!» Aus Rücksicht auf Mutter führte man mich aus dem Zimmer. Doch mein Entschluss stand fest: Ich würde noch viel mehr für meine Mutter beten! Sie selbst hatte doch so oft gesagt, dass man alle Dinge vor Gott bringen dürfe und ihm nichts unmöglich sei. Gott erhörte die Gebete. Nach Wochen und Monaten erholte sich meine Mutter langsam. Bis zum Sommer waren ihre Kräfte zum grossen Teil wieder hergestellt.

(Fortsetzung folgt)

Bildernachweis

Seite

- 1 Titelseite, Foto: Pixabay
- 4 Foto: Echinacea purpurea Quelle: Dr. A.Vogel
- 6 Foto: N. Schmid
- 8 Foto: E. Eberle
- 9 Foto: Pixabay
- 11 Foto: Pixabay
- 12 Foto: Pixabay
- 15 Foto: hdhintergrundbilder
- 16 Foto: wochenendtripp-tipp
- 18 Foto: Pixabay
- 20 Foto: Pixelio
- 23 Foto: Fritz Inniger, Adelboden
- 24 Foto: Pixabay
- 31 Foto: Pixabay
- 32 Rückseite: Foto: Pixabay



