

Ben Black Elk und der «Rote Sonnenhut»

Die Spitex Aadorf liess sich vom Regenwetter nicht von ihrem Personalausflug abhalten. Für einen halben Tag legten die Mitarbeiterinnen Verbandmaterial, Blutdruckmessgerät und Medikamente beiseite, die sie sonst in der täglichen Pflege ihrer Aadorfer Klientinnen und Klienten benötigen.

Aadorf – Dieses Jahr war das Appenzellerland das Ziel der Reise, wo oberhalb von Teufen im «A. Vogel Heilpflanzen-Schaugarten» die Naturheilpraktikerin Gabriela Hug die muntere Schar erwartete. Alfred A. Vogel war ein rühriger, wacher Geist. Wer sich in den Dreissiger- und Vierzigerjahren des letzten Jahrhunderts in seinem Kurhaus erholen wollte, traf keine «Wellness-Oase» an, wie wir sie heute kennen: er durfte schon um vier Uhr aufstehen, im Alpstein Kräuter sammeln, im Garten arbeiten und mit Alfred Vogel zusammen eine Mahlzeit einnehmen. Dabei musste jeder Bissen 50 Mal gekaut werden – eine Beschäftigung, die belastende Gedanken in den Hintergrund treten liess und damit Teil des Kurerfolges war.

Auf seinen Reisen nach Amerika lernte Alfred Vogel bei dem Oglala-Dakota-Häuptling Ben Black Elk den heute auch bei uns verbreiteten «Roten Sonnenhut» (*Echinacea purpurea*)



Die Herstellung des Kräuter-Öls wird genau erklärt.

kennen, dessen Wurzel bei den Indianern gekaut und zur Behandlung von Schlangenbissen verwendet wurde. Die Sägepalme (*Serenoa repens*), bei Prostatabeschwerden hilfreich, lernte Vogel in Florida kennen, die Teufels-

kralle (*Harpagophytum procumbens*) in Südafrika.

Olivenöl zubereiten

Die Führung durch den Heilpflanzengarten wurde von Gabriela Hug

lehrreich und kurzweilig zugleich gestaltet. Aus selbst gesammelten Kräutern und Heilpflanzen konnte am Schluss im hellen Gartenhaus jede Teilnehmerin ein Fläschchen würziges Kräuter-Olivenöl zubereiten.

Team-Geist

Starke Regenfälle mit Blitz und Donner sollten in der Gegend am späteren Nachmittag auftreten, weshalb auf eine Wanderung verzichtet wurde und die Spitex-Gruppe der Fahrt mit den Appenzeller-Bahnen von Teufen zurück nach St. Gallen den Vorzug gab. Im Trockenen erkundigte man sich nach den Enkelkindern der Kollegin und der Arbeitsstelle des Ehemannes und lernte eine neue Mitarbeiterin näher kennen – Möglichkeiten der Beziehungspflege, die den Team-Geist stärken und gerne genutzt werden.

Beim gemeinsamen Abendessen las eine Mitarbeiterin den Brief einer Kollegin vor, die die Spitex Aadorf vor kurzem verlassen hatte. Sie hob darin

hervor, dass sich glücklich schätzen könne, wer mit Betriebsleiterin Rita Brunschwiler zusammen arbeiten dürfe: die Wertschätzung jeder einzelnen Mitarbeiterin gegenüber vermisse sie an ihrem neuen Arbeitsort sehr! Dem Nicken der Anwesenden war zu entnehmen, dass sie wussten, wovon die Rede war und der einzige Mann am Tisch, Gemeinderat Andreas Meister, gewann bei dieser Gelegenheit Einblick in einen – neben den Zahlen – anderen wichtigen Teil des gut funktionierenden Spitex-Betriebes.

Sabine Vuilleumier-Koch ■



S P I T E X
Hilfe und Pflege zu Hause