



domino-world™ Kinderfest
(Seite 2)



Umweltschutzmanagement
(Seite 5)



Neue Geschichten zum Gesund-
werden (Seite 7)

Gewonnen!

domino-world™ zum zweitbesten Arbeitgeber Deutschlands gewählt – 5. Platz in Europa



Die Führungskräfte von domino-world™ bei der Preisverleihung

Im deutschen Wettbewerb, der von Great Place to Work ausgerichtet wird, erreichten wir in unserer Größenkategorie den zweiten Platz. Die Teilnehmer kamen aus allen Branchen und Regionen der Republik.

Beim europäischen Wettbewerb war die Konkurrenz viel größer: 1.338 Unternehmen mit insgesamt 1,5 Millionen Mitarbeitern waren in Paris am Start. Nach dem 9. Platz im Vorjahr erreichten wir in diesem Jahr Platz 5.

Die Freude und der Jubel unter den Führungskräften war entsprechend groß: „Dass wir hier an der Champs Elysee diese Auszeichnung feiern können, ist einer der bewegendsten Momente meines bisherigen Berufslebens“, beschreibt Claudia Markhoff aus dem Club Tegel ihre Gefühle.

„Unser großer Dank dafür geht an unsere fantastischen Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter. Diesen Preis haben sich unsere Teams redlich verdient“, ergänzt ein sichtlich überraschter Lutz Karnauchow.

(Roman Milton)

Die besten und nettesten Teams, Arbeit mit Sinn und das höchste Fortbildungsbudget in der Branche – mit diesen Pluspunkten ist domino-world™ im Wettbewerb der besten Arbeitsplätze in Europa ganz weit vorn gelandet.

Im deutschen Wett-

Liebe Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter,

der Herbst glänzt im Sonnenschein, den wir in diesem Jahr an so vielen „Sommertagen“ schmerzlich vermisst haben.

Die Urlaubszeit ist nun weitestgehend vorüber und die mit dieser Phase des Jahres verbundenen Herausforderungen wurden durch unsere Teams in hervorragender Weise bewältigt.

Nun heißt es also, gut erholt durchzustarten und weiterhin kräftig anzupacken.

Denken Sie dennoch ab und zu an die gute Urlaubsstimmung zurück und versetzen Sie sich in die tolle Laune, die Sie an Ihrem schönsten Urlaubstag hatten.

Sie werden merken, dass Sie diese Laune nach innen und nach außen ausstrahlen.

Und das Schöne daran ist, dass gute Laune ansteckend wirkt. Dieser positive Nebeneffekt führt dazu, dass Ihnen auch von anderer Seite gute Laune entgegen strahlt.

Bewahren Sie sich die Erinnerung an Ihren Urlaub und Eines bleibt noch festzuhalten, der nächste Urlaub kommt bestimmt!



Roman Milton
Leiter Mitarbeitermanagement

domino-world™ Nachlese

domino-world™ Kinderfest

Nachdem wir im vergangenen Jahr von Ihnen und Ihren Kindern so viel Lob für das schöne Kinderfest erhalten haben, stand für uns fest, dass wir auch in diesem Jahr ein tolles Fest für unsere Jüngsten ausrichten wollen. Die „Projektgruppe Kinderfest“ hat sehr frühzeitig mit der Planung begonnen. Es konnte also im Prinzip nichts mehr schief gehen, oder? Noch eine Stunde vor Beginn regnete es plötzlich wie aus Kübeln und wir hatten arge Bedenken. Doch so schnell wie der Regen kam, so schnell ging er auch.



Wie im vergangenen Jahr nutzten wir dafür den gesamten Garten der Unternehmenszentrale. An gut 20 verschiedenen Stationen konnten Geschicklichkeit, Schnelligkeit und Ausdauer unter Beweis gestellt werden. Dabei hatten die Eltern häufig genauso viel Spaß wie ihre Kinder. Schöne Ideen wie das Schneckenrennen, Erbsenschlagen, „Schieb die Scheibe“ und viele weitere Herausforderungen sorgten für Abwechslung.



Das Kinderschminken lieferte zauberhafte Ergebnisse, die von wilden Tieren bis zu tollen Fantasiegestalten reichten.

Von dem bereitgestellten Krankentransporter nahmen die Kinder erst Notiz als dieser Blaulicht und Sirene aktivierte. Dann war der Andrang groß und die Nachbarn freuten sich über das Sirenengeheul.

Auf der Hüpfburg konnte auch in diesem Jahr getobt werden. Eis, Getränke und Bratwürstchen sorgten bei der vielen Anstrengung für den nötigen Kalorien- und Flüssigkeitsausgleich. Und schon nach kurzer Zeit konnten viele Kinder „Beute machen“. So sah man viele verzückte Gesichter beim Abräumen der zahlreichen unterschiedlichen Preise. Die extra für das Sammeln der Preise verteilten Beutel füllten sich jedenfalls sehr schnell und so manches Kind hatte Schwierigkeiten, das Gewicht seines Beutels zu bewältigen.

Auch Clown Torti war wieder mit von der Partie und trieb seinen Schabernack. Seine Luftballon-Skulpturen erfreuten sich wieder großer Beliebtheit und Musik und Tanz machten die Sache rund.

Unser Dank gilt an dieser Stelle den vielen ehrenamtlichen Helferinnen und Helfern, die mit Herz und Seele bei der Sache waren.

(Roman Milton)

domino-world™ Excellence-Preis für Mitarbeiterteams



Gewinner 2011: Das Team EG des Clubs Tegel

Am 2. September wurden auf unserem alljährlich stattfindenden Sommerfest die Gewinner des nunmehr 7. domino-world™-Excellence-Preises für Mitarbeiterteams geehrt.

Beim diesjährigen Wettbewerb traten die Pflgeteams aller Größen gegeneinander an und in einer weiteren Kategorie wurde das stärkste Team aus den Sonderbereichen ermittelt.

Ein Team dominierte in besonderem Maße diese Veranstaltung, das Team Erdgeschoss unseres Clubs Tegel. Von den maximal möglichen 3.000 Punkten erzielten sie stolze 2.080 Punkte im Wettbewerb der Pflgeteams aller Größen und landeten auf dem 1. Platz. Sie verwiesen das Team der Wohntage 5 des Clubs Oranienburg mit 1.857 Punkten auf den 2. Platz. Den 3. Platz konnte sich mit 1.704 Punkten das Team des Centers Lichtenberg sichern.

Unter den Sonderbereichen stach das Team der Zentrale hervor und sicherte sich das Siegerpodest mit 1.734 Punkten.

Unser Tegeler Team Erdgeschoss konnte noch ein zweites Mal jubeln, nämlich als Gewinner des Sonderpreises für die beste Zusatzperspektive. Alle Achtung!!!

Herzlichen Glückwunsch an alle Siegerteams und allen anderen viel Erfolg beim nächsten Mal!

(Roman Milton)

Erfolgreicher Auftakt 2011

Azubi-Event



Am 30. März 2011 haben wir unsere Auszubildenden zu einem Ausflug in die Berliner City eingeladen. Zu unserer Freude folgten fast alle Auszubildenden unserer Einladung.



Bei der Planung hatten wir uns vorgenommen, einen Mix aus etwas Lehrreichem und etwas Sportlichem anzubieten.

So trafen wir uns zunächst vor dem Medizinhistorischen Museum der Charité.

Im Rahmen einer sehr informativen Museumsführung lernten wir die historische Entwicklung des Arztberufes kennen und konnten unsere Kenntnisse der menschlichen Anatomie festigen. Die Vielfalt der verschiedenen von Rudolf Virchow gesammelten Exponate ist beeindruckend und das Museum ist allemal einen Besuch wert.

Das sportliche Kontrastprogramm bestand aus einem Bowling-Match am Alexanderplatz. Hier zeigten sich die sportlichen Talente unserer Auszubildenden in einer fröhlichen und entspannten Atmosphäre.



(Roman Milton)

Mitarbeiter werben Mitarbeiter

Unser Programm „Mitarbeiter werben Mitarbeiter“ ist kein konventionelles Instrument der Mitarbeitergewinnung, sondern eine innovative und elegante Möglichkeit, neue Mitarbeiter für unsere Teams zu gewinnen.

Regelmäßig werden alle Mitarbeiter in den Teamsitzungen gebeten, sich das Thema zu eigen zu machen. Ständig überlegen wir alle, wen wir kennen und ansprechen könnten. Manchmal haben wir alle das Gefühl, mit unserem Latein am Ende zu sein.

Aber, unverhofft kommt oft! Schließlich ist es uns in 2010 gelungen, auf diese Weise 13 Fachkräfte zu gewinnen. Und auch in 2011 haben bereits fünf MitarbeiterInnen Fachkräfte für uns gewinnen können.

Dabei wurden die Fachkräfte nicht ausschließlich für die eigene Einrichtung geworben, denn das Programm schließt die Vermittlung in jede Einrichtung von domino-world™ ein.



Herzlichen Glückwunsch an alle erfolgreichen Vermittler!

(Roman Milton)

Gerader Rücken

Rückenschmerzen können vermieden werden

Wer Lasten anhebt und trägt, sollte seine Wirbelsäule möglichst nicht krümmen, sondern den Rücken gerade halten, rät die Berufsgenossenschaft für Gesundheitsdienst und Wohlfahrtspflege (BGW).



Wasserkisten, Einkaufstaschen, Pakete,...

Man trägt Tag für Tag so allerlei herum und verlangt damit seinem Rücken einiges ab. Doch Wirbelsäule und Bandscheiben können viel aushalten – wenn sie pfleglich behandelt werden. Die BGW ist die gesetzliche Unfallversicherung unter anderem für Gesundheits- und

Pflegeberufe, in denen der Rücken häufig stark gefordert wird, etwa durch das Anheben, Aufrichten, Stützen und Bewegen von Patienten.

Die Tipps, die die BGW den Profis gibt, lassen sich auch auf viele Alltagsaktivitäten übertragen:

Lasten tragen

- Tragen Sie schwere Dinge immer dicht am Körper und krümmen Sie die Wirbelsäule möglichst wenig
- Wo immer möglich, transportieren Sie schwere Lasten am besten mit Hilfen wie Sackkarren oder Rollwagen

Getränkekisten und andere Lasten anheben

- Stellen Sie sich so nah wie möglich an die Last, die Sie hochheben möchten
- Gehen Sie breitbeinig in die Knie, beugen Sie die Hüftgelenke und heben Sie die Last mit geradem Rücken

Lasten aus dem Schrank holen oder einräumen

- Lagern Sie schwere Dinge, die Sie häufig benötigen und benutzen, nicht unten oder oben, sondern in Griffhöhe
- Treten Sie in Schrittstellung an den Schrank heran
- Bei Dingen, die unten lagern (auch leichteren): Gehen Sie in die Hocke und halten Sie den Rücken gerade

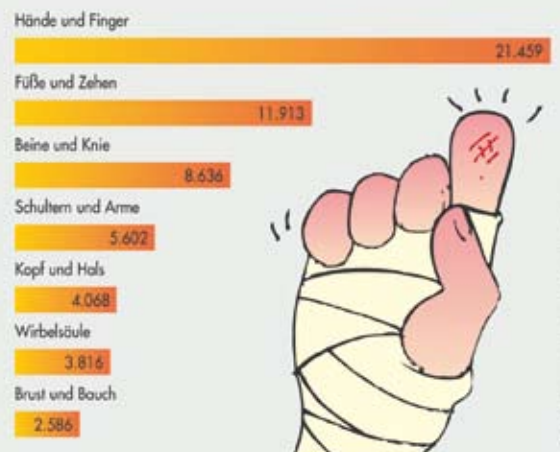
(Roman Milton)

Nach Arbeitsunfall D-Arzt aufsuchen

Wer sich bei der Arbeit oder auf dem unmittelbaren Arbeitsweg verletzt, hat Anspruch auf ein besonderes Heilverfahren. Der sogenannte Durchgangsarzt steuert das Verfahren.

Bei Arbeitsunfällen verletzte Körperpartien

Meldungen bei der BGW im Jahr 2010; meldepflichtige Arbeitsunfälle



Während die Krankenversicherung nur die Kosten für die notwendigsten Maßnahmen übernimmt, geht es bei Arbeitsunfällen darum, die Arbeitskraft und Gesundheit des verunglückten Versicherten mit allen geeigneten Mitteln wiederherzustellen. Deshalb wird das Heilverfahren von der gesetzlichen Unfallversicherung übernommen.

Bei Arbeits- oder Wegeunfällen mit ernsthaften Verletzungen, sollte möglichst ein Durchgangsarzt aufgesucht werden. D-Ärzte sind Fachärzte für Chirurgie oder Orthopädie und Unfallchirurgie, die neben der fachlichen Befähigung auch spezielle personelle, apparative und räumliche Voraussetzungen erfüllen. Durchgangsärzte finden wir z.B. in den Notaufnahmen der Krankenhäuser.

Natürlich ist nach einem Arbeitsunfall immer zuerst die nächstmögliche medizinische Hilfe zu rufen. Ist der Verletzte jedoch länger arbeitsunfähig als nur am Unfalltag, sollte ein Durchgangsarzt eingeschaltet werden.

(Roman Milton)

Umweltschutz

In zweifacher Hinsicht lohnend!



Über zwei Themen wurde 2011 im Bereich Umweltschutz besonders intensiv in den Medien berichtet: Die Atomkatastrophe in Japan mit ihren Auswirkungen auf die künftige Energieversorgung und die Einführung des neuen Kraftstoffs Super E10.

Die Frage, was ein rascher Atomausstieg die Verbraucher kostet, beschäftigt seit geraumer Zeit die Experten.

domino-world™ hat den freiwilligen Atomausstieg in vielen Einrichtungen und in der Zentrale schon seit langem vollzogen. Dort beziehen wir Ökostrom. Er wird ausschließlich aus erneuerbaren Energiequellen wie z.B. Wind, Wasser, Biomasse und Sonne gewonnen. Der Ökostrom schont die Ressourcen und sogar den Geldbeutel, denn Ökostrom ist oft günstiger als der Normalstromtarif Ihres örtlichen Grundversorgers. Auch im eigenen Haushalt macht es also Sinn, den eigenen Stromtarif zu überprüfen, um zwei Fliegen mit einer Klappe zu erschlagen, nämlich umweltschonenden Strom zu nutzen und dabei den eigenen Geldbeutel zu schonen.

(Andreas Grenz)



Ist E10 eine Mogelpackung?



Bei der Diskussion um das Super E10 plädiert nun sogar der nicht gerade als Vorkämpfer für den Umweltschutz bekannte

Automobilclub ADAC für den Biosprit. Die Fragen der Autofahrer sind vielfältig. Einige wollen wir hier beantworten:

Verträgt mein Auto E10?

Ja, wenn es auf der E10-Freigabeliste des Herstellers zu finden ist. Diese Listen werden von Juristen als verbindlich angesehen. Sollten dennoch Schäden durch E10 auftreten, müssten demnach die Autohersteller haften. Für alle domino-Peugeots liegen uns Freigaben vor.

Verbraucht mein Auto mit E10 mehr?

Ja, der Mehrverbrauch liegt bei ca. 1,5%. Dies wird aber durch den um 35% geringeren Ausstoß an Treibhausgasen und den Preisvorteil von rund 4% mehr als ausgeglichen. Viel stärkeren Einfluss auf den Verbrauch hat Ihre Fahrweise.

Schadet der Anbau der Rohstoffe für den zusätzlichen Ethanolanteil im E10 nicht mehr als er nutzt?

Der Anbau von Rohstoffen für in Deutschland verkauftes E10 darf nicht in natürlichen Lebensräumen oder geschützten Flächen wie Urwäldern, Torfmooren, Feuchtgebieten oder Grasland erfolgen.

Fazit

Die Vorteile des neuen Kraftstoffs überwiegen. Betanken Sie die Peugeotts von domino-world™ daher bitte ausschließlich mit Super E10.

(Andreas Grenz)

Vereinbarkeit von Beruf und Familie

Die Rolle des Mannes im Wandel



Die Vereinbarkeit von Beruf und Familie ist ein wichtiges familien- und gesellschaftspolitisches Thema. In den letzten Jahren wurden in vielen Bereichen zahlreiche Maßnahmen umgesetzt, um die Integration von Müttern in den Arbeitsmarkt zu erleichtern und ihre Doppelbelastung zu vermindern. Immer mehr Frauen bleiben nach der Familiengründung erwerbstätig, wenn auch meist nur in Teilzeit.

Die Vereinbarkeit von Beruf und Familie war bis vor kurzem aus Sicht der Männer kaum ein Thema. Nach und nach gewinnt sie jedoch auch für das männliche Geschlecht an Bedeutung.

Es zeichnet sich ein Rollenwandel ab, bei dem der Mann als Ernährer und Alleinverdiener in den Hintergrund tritt.

Früher galt es als selbstverständlich, dass Männer Beruf und Familie hatten und die Partnerin sie im häuslichen Bereich entlastete. Seit Frauen aber eigene berufliche Karrieren verfolgen, ist diese Rollenteilung oft nicht mehr zutreffend.

Paare entwickeln und erproben neue Vereinbarkeitsmodelle. Die verstärkte Einbeziehung der Männer in die Familienarbeit ist eine mögliche Option, um die Vereinbarkeit von Beruf und Familie zu gewährleisten.

(Roman Milton)

Jubilare 2011

Ein Jubiläum ist ein Meilenstein in unserem Berufsleben. Und je länger der Zeitraum ist, desto mehr Bedeutung hat dieser Meilenstein für uns.

Am 24. August 2011 haben wir unsere Jubilare geehrt. Wie bereits in den Vorjahren fand die Feier erneut im Stadthotel Oranienburg statt. In 2011 feierten insgesamt 57 Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter ein Dienstjubiläum. Zwanzig von ihnen wurden passender Weise für zwanzig Jahre bei domino-world™ geehrt. Sieben von Ihnen stammen allein aus unserem Center Hennigsdorf.



Vlnr: Dr. Petra Thees, Lutz Karnauchow, Annerose Bäcker, Kerstin Sandkühler, Marion Groebe, Edith Wittchen, Beate Hunziger, Beate Lengert, Christin Gomert

Drei Mitarbeiterinnen aus dem Club Oranienburg feierten sogar ihr 25-jähriges Jubiläum.



Vlnr: Lutz Karnauchow, Dr. Petra Thees, Astrid Baldig, Christine Speer, Roswitha Bujak, Angelika Kühn

Herzlichen Glückwunsch an alle Jubilare!

(Roman Milton)

domino-coaching™ – Erfolg des Sommers 2010

von Ingeborg Kossack



Ich beteilige mich zum ersten Mal an den Sommergeschichten, inspiriert wurde ich durch die Sommergeschichten von 2009. Als ich das gebundene Buch erhielt, dachte ich: was soll das? Na, man kann doch mal reinschauen, wenn es schon hier rumliegt. Beim „Rumliegen“ ist es nicht geblieben. Ich habe es selbst gelesen und muss zugeben, dass vieles stimmt. Deshalb möchte auch ich meine kleine Erfolgsgeschichte erzählen.

Am 28.10.2008 zog ich in den Club Oranienburg ein. Ein eigenes Zimmer mit Terrasse, hell und freundlich. Gefreut habe ich mich nicht, hier einzuziehen. Mehr oder weniger wurde ich gebeten, hier einzuziehen. Hier sei es schön, ein Programm, was mir zu mehr Lebensfreude verhelfen soll, nette Mitarbeiter usw. Mal sehen, was mich erwartet. Ich wollte nur im Bett liegen bleiben, keinen sehen, nichts hören, mich völlig ausgrenzen.

Mein Zustand von 2008: Ich war bettlägrig, hatte kein Interesse an meiner Umwelt, wollte keine Kontakte knüpfen. Eigentlich war mir alles egal. Ich fühlte mich abgeschoben und allein gelassen. Mein coach hatte sozusagen eine harte Nuss an und mit mir zu knacken. Die ständigen Gespräche fand ich am Anfang belastend, fühlte mich bedrängt. Ich sollte aufstehen, mindestens 1 x am Tag aus dem Bett – nein, das wollte ich aber nicht. Trotz alledem ließ ich mich am Anfang überreden, so ein Ziel aufzustellen: einmal am Tag aufzustehen, na ja, mal sehen.

Mein Zustand heute 2010: Alle saßen sie zusammen und führten eine Fallkonferenz wegen mir durch: mein coach, die Mitarbeiter, meine Hausärztin, meine Neurologin und die Physiotherapeuten, um für mich das Bestmögliche herauszufinden. Nach 2 Jahren intensiven Trainings veränderte sich auch meine Einstellung zu allem. Heute fühle ich mich in der Gemeinschaft aufgenommen, ich habe Gesprächspartner gefunden. Und das Schönste – und das können Sie mir glauben: ich habe meine Selbständigkeit fast wieder erlangt!

Heute stehe ich auf und kann mich mit etwas Unterstützung in den Rollstuhl setzen, laufe ca. 10 Meter mit einer Mitarbeiterin und kann mich dann auf einen Stuhl setzen. Ich nehme aktiv an Therapien teil und freue mich auf die anderen Mitbewohner. Und ich arbeite an meinem nächsten Ziel: ich kann allein mit dem Rollstuhl umgehen und übe meinen Transfer selber aus, damit ich noch weniger abhängig von den Mitarbeitern werde.

Das Schönste für mich ist, dass ich wieder Freude am Leben habe.

Frau Ingeborg Kossack absolviert das domino-coaching™ im Club Oranienburg auf der Etage 7 b – ihr domino-coach ist Carola Brames.

Neue Geschichten zum Gesundwerden

Startschuss für „domino-coaching™ –
Erfolge des Sommers 2011“



Der Sommer gab uns den Startschuss, unser diesjähriges Buch mit den „domino-coaching™ Erfolgen des Sommers 2011“ zu schreiben.

Nachdem wir im letzten Jahr mit 169 Geschichten einen Rekord aufgestellt hatten, haben wir uns vorgenommen – wie könnte es auch anders sein – diesen Rekord in diesem Jahr noch einmal toppen. Wir sind auf dem besten Wege dahin, dieses anspruchsvolle Ziel zu erreichen.

Das ist insbesondere deshalb anspruchsvoll, weil die Geschichten ja auch eine hohe Qualität haben sollen. Das bedeutet, dass einem Leser, der noch nichts vom domino-coaching™ weiß, deutlich werden soll, was wir tun.

Am schönsten sind in den Büchern der letzten Jahre die Geschichten, in denen die Patienten selbst mit ihren eigenen Worten erzählen, wie es ihnen früher ging, was sie dann im domino-coaching™ mit Hilfe der Mitarbeiter getan haben und wie sich ihr Zustand daraufhin verbessert hat.

Unsere „Mutmacher des Monats“ zeigen, welche großartigen Erfolge die Patienten mit unserer Unterstützung erreichen können. Jeder „Mutmacher“-Kandidat ist ja auf jeden Fall auch ein Erfolg des Sommers!

Als Beispiel für eine sehr schöne Beschreibung lesen Sie bitte links die Geschichte von Frau Ingeborg Kossack aus dem vergangenen Jahr.

(Dr. Petra Thees)

Werte leben

Eines Tages stand ein junger Mann mitten in der Stadt und erklärte, dass er das schönste Herz im ganzen Tal habe. Eine große Menschenmenge versammelte sich, und sie alle bewunderten sein Herz, denn es war perfekt. Es gab keinen Fleck oder Fehler in ihm. Ja, sie alle gaben ihm Recht, es war wirklich das schönste Herz, das sie je gesehen hatten. Der junge Mann war sehr stolz und prahlte noch lauter über sein schönes Herz. Plötzlich tauchte ein alter Mann vor der Menge auf und sagte: „Nun, dein Herz ist nicht mal annähernd so schön, wie meines.“ Die Menschenmenge und der junge Mann schauten das Herz des alten Mannes an. Es schlug kräftig, aber es war voller Narben, es hatte Stellen, wo Stücke entfernt und durch andere ersetzt worden waren. Aber sie passten nicht richtig, und es gab einige ausgefranste Ecken ... Genau gesagt, an einigen Stellen waren tiefe Furchen, wo ganze Teile fehlten. Die Leute starteten ihn an: wie kann er behaupten, sein Herz sei schöner, dachten sie?

Der junge Mann schaute auf des alten Mannes Herz, sah dessen Zustand und lachte: „Du musst scherzen“, sagte er, „dein Herz mit meinem zu vergleichen. Meines ist perfekt und deines ist ein Durcheinander aus Narben und Tränen.“

„Ja“, sagte der alte Mann, „deines sieht perfekt aus, aber ich würde niemals mit dir tauschen. Jede Narbe steht für einen Menschen, dem ich meine Liebe gegeben habe. Ich reiße ein Stück meines Herzens heraus und reiche es ihnen, und oft geben sie mir ein Stück ihres Herzens, das in die leere Stelle meines Herzens passt. Aber weil die Stücke nicht genau sind, habe ich einige raue Kanten, die ich sehr schätze, denn sie erinnern mich an die Liebe, die wir teilten. Manchmal habe ich auch ein Stück meines Herzens gegeben, ohne dass mir der andere ein Stück seines Herzens zurückgegeben hat. Das sind die leeren Furchen. Liebe geben heißt manchmal auch ein Risiko einzugehen. Auch wenn diese Furchen schmerzhaft sind, bleiben sie offen und auch sie erinnern mich an die Liebe, die ich für diese Menschen empfinde ... und ich hoffe, dass sie eines Tages zurückkehren und den Platz ausfüllen werden. Erkennst du jetzt, was wahre Schönheit ist?“

Der junge Mann stand still da und Tränen rannen über seine Wangen. Er ging auf den alten Mann zu, griff nach seinem perfekten jungen und schönen Herzen und riss ein Stück heraus. Er bot es dem alten Mann mit zitternden Händen an. Der alte Mann nahm das Angebot an, setzte es in sein Herz. Er nahm dann ein Stück seines alten vernarbten Herzens und füllte damit die Wunde des jungen Mannes Herzen. Es passte nicht perfekt, da es einige ausgefranste Ränder hatte.

Der junge Mann sah sein Herz an, nicht mehr perfekt, aber schöner als je zuvor, denn er spürte die Liebe des alten Mannes in sein Herz fließen. Sie umarmten sich und gingen weg, Seite an Seite.

(aus Österreich)

Impressum

domino-world™, Karl-Marx-Straße 84-86, 16547 Birkenwerder,
Telefon: 03303/ 29 37 60, E-Mail: Zentrale@domino-world.de,
Internet: www.domino-world.de

Redaktion: Roman Milton

Fotos: domino-world™, www.pixelio.de

Layout: Johanna Pung, www.jopung.de

Asiatisches Gemüse

© sigrid rossmann / PIXELIO



Zutaten:

- 1 Stange Lauch
- 1 Rote Paprikaschote
- 2 Mittelgroße Möhren
- 200 g Sojabohnenkeime
- 200 g Austernpilze
- 1 Chilischote
- Pflanzencreme (z.B. Biskin)
- Sojasauce
- 100 g Glasnudeln

Zubereitung:

Lauch und Paprikaschote in feine Streifen, Möhren in Stifte schneiden. Austernpilze halbieren, Chilischote entkernen und in Ringe schneiden.

Pflanzencreme in einer Pfanne erhitzen und zunächst Chilischote und Austernpilze darin anbraten. Möhren und Paprikaschote zufügen und bei mittlerer Hitze ca. 5 Minuten garen. Zum Schluss Sojabohnenkeime und Lauch unterheben und weitere 5 Minuten garen, mit Sojasauce abschmecken. Glasnudeln nach Anweisung zubereiten. Das Gemüse darauf anrichten und servieren.

Guten Appetit!