

# INHALT

Altenpflege? Ein starkes Stück!

11

Wir sind keine Arschabputzer!

19

Das ist mein Tag

25

Als der liebe Gott die Pflegekraft schuf

43

Wie einen das System schluckt

47

Mangelhaft: Bezahlung und Bedingungen

55

Das Herz und die Seele berühren

61

Zahlen und Schlüssel

67

Ist das ein Dienstplan oder einfach Willkür?

79

Gesicht zeigen:

Warum ich in Social-Media-Kanälen aktiv bin

87

Brust raus

101

Es geht auch anders!

109

Neues Terrain betreten

115

Und anderswo?

Ein Blick über den Zaun

und was wir für

Deutschland

daraus lernen können

123

Ins Heim? Bloß nicht!

143

Kleiner Exkurs zu Gewalt

157

Wie erkennt man ein gutes Heim?

163

Mein Appell an die Politik,  
die Deutschen, die Pflegekräfte

173

Herzlichen Dank!

181

Quellen

185