

RundBlick^o

Magazin der Stiftung Amalie Widmer, Horgen

5

Biografien
die das Leben schreibt...

10

Claudio De Bartolo
Schlagerstar der Herzen



Überblick



Stiftung Amalie Widmer
Betreuung und Pflege

Stiftung Amalie Widmer

Amalie Widmerstrasse 11
8810 Horgen
T 043 336 44 44
F 043 336 44 45
info@sawh.ch
www.sawh.ch

Sozialdienst:

T 043 336 44 54

Restaurant:

T 043 336 44 75

Coiffeursaloon:

T 043 336 44 56

Redaktion:

T 043 336 44 04

IMPRESSUM

Herausgeber:

Stiftung Amalie Widmer
Amalie Widmerstrasse 11
8810 Horgen

Redaktion:

Marianne Bruno (mbr)
Eveline Corigliano (eco)

Fotos:

Cornelia Schneider
Eveline Corigliano
iStockphoto

Layout:

element 79

Druck:

Schnelldruck Thalwil

Auflage:

600

Redaktionsschluss für die nächste Ausgabe:

08.09.2017

Hinweis:

Artikel, die namentlich
gezeichnet sind, stellen
nicht in jedem Fall die
Meinung der Redaktion
dar. Die Redaktion
behält sich das Recht auf
Kürzung vor.

Betreuung und Pflege

- Geriatrie & Langzeitpflege
- Überbrückungspflege
- Ferienaufenthalte
- Tagesbegegnung
- Betreutes Wohnen
mit Spitexangebot
- Physiotherapie
- Apotheke
- Fusspflege

Inhalt

8 EinBlick

4 Begrüssung der Geschäftsleitung

5 Biografien
die das Leben schreibt...

8 Unser Singprojekt
Unsere Erfahrungen – Teil 3

10 RückBlick

10 Claudio De Bartolo
Schlagerstar der Herzen

12 Lunch & Learn
Weiterbildung einmal anders

14 AugenBlick

14 Lektüre – Literatur – Lyrik:
Willy's letztes bisschen Leben
Kapitel 3

18 Auf einen Fruchtsaft mit Verena Kühne
Pflegefachfrau, Mitarbeiterin Tagesbegegnung

20 Beliebte Asia-Wochen im Restaurant
Heute: Varatharajah Velauthampillai
(Küchenangestellter)

22 Wir gratulieren

23 AusBlick

23 Termine, Termine, Termine



5



10



20

Begrüssung der Geschäftsleitung



Liebe Leserinnen, liebe Leser,

Wie stellen Sie sich Ihr Alter vor? Was ist Ihnen wichtig? Autonomie ist für die meisten Menschen ein unverzichtbares Gut und neben der Gesundheit die meistgenannte Antwort auf diese Frage. Selbst über sein Leben bestimmen zu können und auch im Alter sein Leben selbstständig und eigenverantwortlich führen zu können, ohne anderen zur Last zu fallen, ist uns allen wichtig. Den Umzug in eine Pflegeinstitution verbinden viele Menschen mit dem Schritt in die Abhängigkeit, dem Beginn der Unselbstständigkeit. Das löst Ängste aus, die aber nicht sein müssen.

Wir wollen unseren Bewohnerinnen und Bewohnern ein Daheim, ein Zuhause bieten. Uns ist wichtig, dass sich die Menschen bei uns geborgen fühlen und wir auf ihre Wünsche und Anliegen eingehen können. Dabei hilft die Kenntnis der Biografie eines Menschen. Über den Stellenwert der Biografie im Pflegealltag lesen Sie im Beitrag «Biografien, die das Leben schreibt» in dieser Ausgabe unseres RundBlicks.

Sie wissen: Bei uns wird gesungen. Wir haben über unser erfolgreiches Singprojekt in den letzten beiden Ausgaben berichtet – im vorliegenden RundBlick folgt der abschliessende Beitrag. Zudem finden Sie auf unserer Homepage mehrere Zeitungsartikel zum Singprojekt und den Link zu einem Beitrag im Schweizer Fernsehen.

Ich wünsche Ihnen eine friedliche Sommerzeit mit vielen unbelasteten Mussestunden.

Manfred Prassl,
Geschäftsleiter

Biografien

die das Leben schreibt...

Das Wort «Biographie» stammt aus dem Griechischen. «Bio» bedeutet «Leben» und «-graphie» «schreiben». Eine Biografie ist demnach eine Lebensbeschreibung. Die Lebensgeschichte eines Menschen entsteht hinsichtlich der äusseren Umstände und Ereignisse sowie der geistig-seelischen Entwicklung. Während ein Lebenslauf die äusseren objektiven Daten umfasst, bezieht sich die Biografie eines Menschen auf subjektive Erzählungen und Empfindungen. Somit kann sich eine Biografie im Laufe des Lebens durch Ereignisse und deren Erkenntnisse daraus, verändern.

Jede Lebensgeschichte, jede Biografie ist so einzigartig und so unverwechselbar, wie es auch jede Person ist. Die Beschäftigung mit der Lebensgeschichte dient dem Kennenlernen und dem Verstehen des Menschen und ist unverzichtbarer Bestandteil der Lebensbegleitung älterer Menschen.

Die Biografiearbeit hat längst ihren Platz im Pflegealltag gefunden. Im praktischen Umgang mit älteren Menschen ist es von grossem Vorteil zu wissen, welche Ereignisse und Krisen eine Person im Laufe ihres Lebens erlebt und wie sie mit den daraus resultierenden Erkenntnissen, Belastungen oder Einschränkungen umgeht. Dieses Wissen ermöglicht oft ein besseres Verständnis für gewisse Äusserungen und Handlungen, Bedürfnisse und Gefühle. Dadurch wiederum ergeben sich Ansatzpunkte für eine positive Einflussnahme im Umgang mit pflegebedürftigen Menschen, zum Beispiel zur Förderung ihres Wohlbefindens.

Am Interessantesten ist die Innenseite der Aussenseite. Jean Genet

Befasst man sich mit der Lebensgeschichte eines Menschen im Sinne der Biografiearbeit, gibt es unterschiedliche Zugänge. Zum einen besteht die Möglichkeit, sich an den faktischen Daten zu orientieren. Zum Beispiel an Geburtsdatum, Schuleintritt, Berufsfindung oder Eheschliessung. Solange nur diese faktischen Daten bekannt sind, wird sich der daraus abzuleitende Lebensweg oder die jeweiligen Lebensspanne wenig farbig vor dem Auge des Betrachters entfalten. In den meisten Fällen ist ein intensiveres Nachfragen oder Nachforschen dann sinnvoll. Die Geschichte, die durch ein gezieltes, saches und einfühlsames Gespräch entsteht, folgt dem inneren Kompass des Erzählers und basiert auf einer eigenen Logik. Viele Ereignisse, die ein Aussenstehender als wichtig und markant beschrie-



ben hat, werden beispielsweise kaum erwähnt oder gar vergessen. Einige werden vielleicht anders empfunden und schliesslich wird es Dinge geben, die nur der Erzähler selbst mitteilen kann.

Erlebtes in Worte fassen, ist die eine Seite - Erzähltem lauschen, Impulse anbieten und in unbekannte Lebenswelten eintauchen, das ist die andere Seite.

Beide dieser Seiten gehören zum positiven Umgang mit Lebensgeschichten und bilden das Herzstück einer guten Biografiearbeit.

Was jedoch in Zeiten der Ruhe, Stabilität und Gesundheit leicht erscheint, kann in Ausnahmesituationen zu einem richtigen Überlebenskampf werden. Harte Arbeit und Ringen nach neuen Perspektiven stecken dahinter. In Gesprächen mit gesunden und kranken, mit alten und jungen Menschen wird immer wieder deutlich, wie wichtig und hilfreich ein lebensgeschichtliches Gespräch in Situationen der Neuorientierung und bei der Bewältigung von Stress, Angst, Verlust oder Einsamkeit sein kann.

Bei der Bewältigung und Verarbeitung von Krankheit

oder Behinderung spielen Gesprächsangebote eine wichtige Rolle. Biografie am Krankenbett bedeutet zum Beispiel, den Prozess der persönlichen Geschichtsschreibung angesichts krankheitsbedingter Einbrüche und Ereignisse zu unterstützen und Wege zu finden, um hilfreiche Erinnerungen wieder frei zu legen.

Vergangenes für die Gegenwart nutzbar machen.

Eine wichtige Funktion der Biografiearbeit besteht darin, Menschen in ihrer Identitätsentwicklung, Lebensplanung und -bewältigung zu unterstützen. Biografiearbeit leistet Hilfestellung für eine sinnhafte Verknüpfung von Vergangenheit, Gegenwart und Zukunft, sowie von individuellem, sozialem und historischem Zusammenhang. Des Weiteren trägt sie dazu bei, das eigene Leben im Strom widersprüchlicher, schöner und schmerzlicher Erfahrungen als sinnvoll, verstehbar und lebenswert wahrnehmen zu können. Von der Geburt bis zum Tod ist das Aufnehmen und Verarbeiten von Geschichten, wie das Gestalten eigener Erzählungen, ein wichtiger Bestandteil der Entwicklung und leistet einen ebenso grossen Beitrag zur seelischen Gesundheit. (mbr)

Umgang und Erfahrungen mit Biografien im Pflegealltag der Stiftung Amalie Widmer:

Im Heimalltag schleicht sich gerne die Routine ein. Individualitäten habe wohl Platz, aber wir Pflegenden müssen sie sehen und Veränderungen erkennen. Die Biografie liefert wichtige Informationen über unsere Bewohnenden.

Beim Eintritt bitten wir den Bewohnenden oder stellvertretend seine Angehörigen um Informationen aus dem Leben. Wie wurde die Kindheit erlebt, welche wichtigen Ereignisse haben das Leben geprägt, wie wurde mit Problemen umgegangen und welche Beziehungen bestehen? Was haben sie gerne gegessen, welche Musik hörten sie gerne und was war ihre liebste Beschäftigung in der Freizeit. Diese Fragen helfen den Pflegenden und den Alltagsgestalterinnen, den Individualitäten des jeweiligen Bewohnenden zu begegnen und sie zu verstehen.

Erinnern Sie sich noch an die erste Biografie, die Sie über sich selbst verfasst haben? Das war vielleicht während der Schulzeit in einem Aufsatz oder in einem Bewerbungsschreiben für die Lehrstelle. Wenn Sie diese Biografie heute zur Hand nehmen würden, wären Ihre Angaben noch gültig? Wahrscheinlich nicht. Auch im hohen Alter kommt es immer wieder zu Veränderungen, was die persönlichen Bedürfnisse eines Menschen betrifft. Das Essen, das man so gerne hatte, schmeckt einem nicht mehr oder die Musik, die einen

früher zum Lachen gebracht hat, löst nun eher Trauer aus. Vielleicht mag man nicht mehr über die Arbeit sprechen, die man geliebt hat oder die Inhalte der Tagesschau werden nicht mehr verstanden.

Aber wie gelangen die Informationen zu diesen Veränderungen zu den Pflegenden? In erster Linie müssen wir verstehen, dass Veränderungen zu jedem Zeitpunkt des Lebens eintreten können. So kann sich jemand mit 90 Jahren noch einmal verlieben, ein neues Hobby entdecken oder jemand ist plötzlich gerne unter Menschen, obschon die Person immer ein Einzelgänger war. Jeder Lebensabschnitt bringt seine Eigenheiten mit sich.

Die laufende Biografie ist ein Mittel, um Veränderungen in den Bedürfnissen zu erfassen. Das heisst konkret, dass die Bewohnenden von ihren Bezugspersonen in regelmässigen Abständen erneut zu ihren Bedürfnissen befragt werden. Wird die Biografie nur einmal beim Eintritt erfasst und als sakrosankt betrachtet, wird dem Menschen die Möglichkeit genommen, sich weiterzuentwickeln. Auch wenn es vielleicht in Bezug auf einen 90-jährigen Bewohnenden etwas befremdlich klingt, müssen wir akzeptieren, dass der Mensch sich bis zum letzten Atemzug verändern oder weiterentwickeln kann.

Es muss uns klar sein, dass die Biografie eines Menschen nicht beim Eintritt in eine Pflegeinstitution endet. Einer Bezugsperson Wünsche und Gedanken mitzuteilen, ist aber in manchen Fällen viel schwieriger, als man sich das vorstellt. Jedoch sind gerade diese Informationen im Pflegealltag eine grosse Hilfe. Jemanden zu pflegen und zu betreuen, mit dem Wissen, was diese Person mag und was nicht, bringt auf beiden Seiten viel Erleichterung. (msc)

Text: mbr, Melissa Schärer



Unser Singprojekt für Menschen mit Demenz

Teil 3: Unsere Erfahrungen

Als eine der ersten Institutionen hat die Stiftung Amalie Widmer das Singen als Arbeitsinstrument im Pflegealltag eingeführt hat. Seit letztem Herbst gehört Singen zum Bestandteil unserer Kultur und ist nicht mehr aus unserer Stiftung wegzudenken. Vieles hat sich in der Zwischenzeit verändert.

Im Unterschied zu anderen Singprojekten legten die beiden Initiantinnen, Denise Brändli und Manuela Wegmüller von memoryPLUS, den Fokus von Beginn weg auf zwei Schwerpunkte. Einerseits singen nicht ausgebildete Musiktherapeuten mit unseren Bewohnenden sondern unser Pflegepersonal. Andererseits werden musikbiografische Lieder gesungen. Diese beiden wesentlichen Punkte unterstützen eine nachhaltige und situationsgerechte Anwendung im Alltag und das Singen verankert sich im Bewusstsein der Pflegenden.

Während des ganzen Projektes wurden folgende drei Ziele verfolgt und auch erreicht.

Ziel Nr. 1: Das Wohlbefinden und damit die Lebensqualität der Bewohnenden steigern

Diverse Feedbacks unserer Mitarbeitenden zeigen, bei einigen Bewohnenden werden teils markante Veränderungen festgestellt. Eine Pflegefachfrau meint: «Singen mit Frau H. ist ein Highlight. Sie springt aus dem Bett wie ein junges Mädchen.» Und Herr G. und Frau H. strahlen vor Freude, wenn mit ihnen gesungen wird. «Ich war überrascht, wie Herr G. während dem Singen seine Beine selbstständig ins Bett geschwungen hat», freut sich eine Pflegenden. «Herr H. wollte nicht aufstehen. Beim Singen von <Die Gedanken sind frei»

klappte es dann.» Frau R. erlitt vor einiger Zeit einen Hirnschlag. Seit dem vermehrten Singen spricht sie wieder viel deutlicher. «Man kann die Bewohnenden besser abholen. Bei dementiell Erkrankten funktioniert dies sogar noch besser», ist man sich einig.

Einige Bewohnende bedanken sich auch, wenn man mit ihnen singt. Oder sie warten gar mit dem ins Bett gehen und fragen: «Wann beginnt ihr mit Singen?» Unsere Pflegenden berichten von berührenden Situationen, in welchen das Singen intensive Emotionen hervorrufen kann. So beginnt Herr F. zu weinen oder Frau H. zu tanzen und lachen, wenn gesungen wird. Einige Bewohnende singen mit, wenn ein Lied angestimmt wird oder sie singen gar weiter, wenn eine Pflegenden den Text vergisst. Andere kommen spontan aus ihren Zimmern und sogar die Patientenrufe erklingen deutlich weniger, sobald gemeinsam gesungen wird.

Teilweise kann eine Intervention mit einem Lied aber auch zu spät sein. Nämlich dann, wenn ein Bewohnender schon sehr erregt oder gar aggressiv ist. Eine achtsame Anwendung, sei es mit Singen oder mit Musik, ist allgemein wichtig. Singen kann eine positive Wirkung haben, diese ist aber individuell.

Trotzdem ist man sich grösstenteils einig, dass das Singen ein wirkungsvolles Arbeitsinstrument in der Betreuung geworden ist und das Wohl sowie die Lebensqualität unserer Bewohnenden positiv beeinflusst.

Ziel Nr. 2: Das Wohlbefinden des Pflegepersonals steigern

Die Teilnahme an unserem Singprojekt war für das Pflegepersonal freiwillig. Denn nur wer mit Freude singt, kann die positive Wirkung vom Singen vermitteln. So nahmen schlussendlich 22 Pflegenden unterschiedlichster Nationen an den Singstunden teil.

Es wurden 15 verschiedene Lieder eingeübt. Gemäss einer Umfrage gehören «Am Himmel steht es Sternli z'Nacht», «Isch mer alles ei Ding» oder «Sierra Madre» zu den Favoriten unseres Pflegepersonals. Sie haben fast ausschliesslich positive Erfahrungen mit dem Gesang als zusätzliche Therapieform gemacht. «Früher war es meist sehr ruhig auf unserem Stockwerk. Seit dem Start des Singprojektes ist der Alltag viel fröhlicher und lebhafter», meint eine Pflegenden. Das Schöne am Singen sei, dass jeder es anwenden könne, auch wenn er gleichzeitig noch anderen pflegerischen Tätigkeiten nachgehe. Auch Denise Brändli und Manuela Wegmüller haben teils deutliche Veränderungen wahrgenommen. Hemmungen und Unsicherheiten nahmen ab. Die Mitarbeitenden öffneten sich und brachten ihre Qualitäten ein, unabhängig, welchen Bezug sie zu ihrer Singstimme hatten. So sind auch Dreiviertel der Teilnehmenden der Meinung, das Singen tue ihnen gut. Es lockere die Stimmung, entspanne und Stress werde abgebaut. Eine Pflegenden kann gemäss eigenen Aussagen nach oder mit dem Singen viel besser auf die Bewohnenden eingehen, da sie selber ruhiger sei.

Auf den Abteilungen haben sich die Motivation und Stimmung verbessert, finden die meisten Teilnehmenden. Man sei feinfühleriger zueinander geworden und spüre mehr Zusammenhalt. Besonders schön, einige Pflegenden fühlen sich durch das Projekt seither besser integriert.

Ziel Nr. 3: Die Zusammenarbeit und Beziehung zwischen Bewohnenden und Pflegenden verbessern

Rund die Hälfte der Pflegenden ist der Meinung, dass Singen die Zusammenarbeit mit den Bewohnenden vereinfacht hat. Besonders bei Menschen mit einer

Demenzkrankung wirkt es beruhigend, wenn man ihnen vorsingt. «Die Bewohnenden werden sanfter, als hätte man einen Schalter umgedreht», beschreibt es eine Pflegenden treffend. Einige Bewohnende haben sich gegenüber unserem Pflegepersonal sichtbar geöffnet und erzählen wieder mehr aus ihrer Vergangenheit. Ab und an gelingt es, sie mit Singen aus ihrer Versunkenheit oder Apathie zu wecken und eine ablehnende Haltung in ein positives Auftreten zu wandeln. Das Singen hat sich bei uns als Hauskultur etabliert und ist eine Visitenkarte nach Innen und Aussen. Das Fazit unseres Singprojektes: Musik bewegt Menschen im tiefsten Inneren. Musik spendet Trost, bereitet Freude und weckt Lebensenergie.

Eine der schönsten Aussagen im Rahmen unseres Singprojektes kam von einer externen Fachperson, welche uns im Rahmen der «Palliative Care»-Zertifizierung besuchte:

«Ich werde die Stiftung Amalie Widmer als singende Institution in Erinnerung behalten.»

memoryPLUS war der erste Dominostein, der das Singen in unserer Institution zum Laufen brachte. Dies hat sich vor allem auf unserer Demenzabteilung etabliert. Das Team trifft sich nach wie vor zweimal pro Monat zum Einüben von Liedern.

Auch auf den anderen Stockwerken klingt das Singen nach – doch es ist ruhiger geworden. Damit das Singen nachhaltig genutzt und als Arbeitsinstrument weiterhin angewendet werden kann, braucht es eine Implementierung in der Biografieerfassung. Weiter ist eine konkrete Verantwortlichkeit wichtig. Es braucht die nötigen Ressourcen und ein regelmässiges Gefäss, um die damit einhergehenden Recherchen, wie auch das Einüben neuer Lieder, respektive das Repetieren der bestehenden Lieder aufrecht zu erhalten.

Der Erfolg unseres Singprojektes ist, neben den durch die Geschäftsleitung bereitgestellten nötigen Mitteln, auf das hohe Engagement und die Herzlichkeit der teilnehmenden Pflegenden zurückzuführen. Ihnen gebührt an dieser Stelle ein riesiges Dankeschön!

TEXT: eco, Denise Brändli, Manuela Wegmüller

Claudio De Bartolo

Schlagerstar der Herzen

Alljährlich ist Claudio De Bartolo einen Nachmittag in der Stiftung Amalie Widmer und lockt nicht nur unsere Gäste sondern auch viele ihrer Freunde, Verwandten und Bekannten zum Konzert. Die Darbietung des Schlagerstars begeistert und auch die Stimmung ist einmal mehr auf dem Höhepunkt. Claudio De Bartolo hat diesen jungenhaften Charme, mit dem er vor allem das weibliche Publikum immer wieder aufs Neue verzaubert. Und er singt die Lieder, die unsere Bewohnerinnen und Bewohner an ihre Jugend erinnern...





«Lunch & Learn» Weiterbildung einmal anders

Was Firmen wie die Helsana, 3M oder Ringier schon lange anbieten, hielt nun auch in der Stiftung Amalie Widmer Einzug – sogenannte «Lunch & Learn». Dies sind meist einstündige Veranstaltungen, in denen ein Impulsvortrag mit einem gemeinsamen Mittagessen verbunden wird. Die Kurzweiterbildungen sind für unsere Mitarbeitenden gratis. Zusätzlich können sie sich während der Teilnahme kostenlos mit Sandwiches und Getränken verpflegen.

Im Rahmen einer Kadertagung haben die Bereichsleiterinnen und -leiter der Stiftung Amalie Widmer im Herbst 2016 einen Workshop zum Thema «Gesundheitsförderung» durchgeführt. In diesem Workshop wurden verschiedene Ideen zur Weiterverfolgung entwickelt. Unter anderem entstand damals die Idee, Kurzveranstaltungen über Mittag anzubieten. Dabei sollen unsere Mitarbeitenden zu Themen aus dem Arbeitsalltag, aber auch zu allgemeinen Gesundheitsthemen Informationen erhalten und

Methoden lernen, welche sie direkt in ihren Arbeitsalltag integrieren und umsetzen können. Aber auch vorhandenes Wissen soll aufgefrischt und mit «Lunch & Learn» vertieft werden.

Beim Mittagessen schlauer werden

Um unsere Mitarbeitenden dort abzuholen, wo auch Weiterbildungsbedarf vorhanden ist, starteten wir in einem zweiten Schritt eine Umfrage, bei welcher wir

Themen sammelten, die unsere Mitarbeitenden auch interessieren. Das Feedback war damals nicht allzu gross, trotzdem stellten wir aus den wenigen Rückmeldungen ein Programm auf die Beine. Dieses startete dann im Mai 2017 mit dem ersten Impulsreferat zum Thema «Kommunikation».

Die etwas andere Mittagspause

Umso erfreuter waren wir, als sich dann doch jeweils rund 20 Mitarbeitende für die beiden ersten Kurzworkshop anmeldeten. Die Referentin, Frau Eveline Giger Bürli, erzählte während 60 Minuten, was Kommunikation anspruchsvoll macht. Die Teilnehmenden lernten,

auf was es bei Gesprächen zu achten gilt, gerade in einem Unternehmen mit vielen unterschiedlichen Kulturen wie der Stiftung Amalie Widmer. Oder wie man die eigenen sowie die Erwartungen des Gesprächspartners klärt, um das erwünschte Ziel zu erreichen.

Aufgelockert wurde der Theorieteil durch eine nicht ganz einfache Gruppenaufgabe. Dabei mussten drei Mitarbeitende einer vierten Person in wenigen Minuten nur mit Worten erklären, wie sie eine vorgegebene Tangram-Figur (Legespiel mit sieben einfachen geometrischen Formen) legen soll. Die Erkenntnisse aus dieser praktischen Übung halfen ebenfalls, zu erkennen, worauf es bei der Kommunikation wirklich ankommt. (eco)



Weitere geplante «Lunch & Learn»:

Mittwoch, 20. September 2017 sowie Dienstag, 26. September 2017

UMGANG MIT KONFLIKTEN - Referentin: Eveline Giger Bürli, Denk-Mal Entwicklung & Coaching

- Konfliktarten und der Umgang damit
- Was können wir aus Konflikten lernen
- Eskalationsstufen bei Konflikten
- Interpretationen und Fantasien
- Hilfsmittel im Umgang mit Konflikten

Dienstag, 28. November 2017

RESILIENZ IM ALLTAG - Referentin: Eva Anliker, Anliker Coaching

- Resilienzfaktoren
- Risiko- und Schutzfaktoren im Zusammenhang mit Resilienz
- Selbstführung und Stärkung der eigenen Gesundheit

Willy's letztes bisschen Leben

KAPITEL 3

Wie konnte ich nur glauben, es sei schon später Nachmittag. Deshalb riecht es wie in einem Restaurant, die Verena kocht. So etwas ist mir in meinem Leben noch nie passiert. «Ich habe wohl die Zeit vergessen im Sandkasten.» «Das glaub ich aber auch.» Die Verena lacht zum Glück. Ich setze mich schon mal an den Tisch und warte. Sie hat die schönen Teller mit den Landschafts-Suchets herausgestellt, und eine Kristallkaraffe mit Wasser steht auf dem Tisch.

«Warum hast du so schön gedeckt?»

«Ach, ich dachte nur, weil wir eine Reise planen, das muss doch gefeiert werden.» «Ich hab dich lieb, Verena.» «Ich weiss, Willy.» Das sagt sie immer. Sie sagt nie, sie habe mich auch lieb, aber ich weiss, dass es so ist. Deshalb stört es mich nicht besonders. Als wir noch jung waren, da hätte ich es mir schon hin und wieder gewünscht. Wie immer schmeckt auch dieses Essen hervorragend. Verena hat eine Tomatensuppe gemacht und einen Wurst-Käsesalat. Im Sommer kocht sie selten warme Menus zu Mittag, meist gibt es eine Suppe und Salat oder vielleicht Würstchen und Kartoffelsalat oder mal einen Gemüsegratin. Alles, was sie kocht schmeckt gut. Ich weiss nicht, was ich ohne sie

tun würde. Ich hatte Arbeitskollegen, die keine Frau haben. Einer hat mit 55 Jahren noch bei seiner Mutter gewohnt. Das fand ich immer ein bisschen komisch. Er war auch etwas eigenartig, so dass die Kollegen ihn oft hinter seinem Rücken verspottet haben.

Was feiern wir nochmal? Das ist schon eine Sache mit meinen Gedanken. Ich schweife leicht ab und weiss dann nicht mehr, was ich vorher gerade gedacht oder getan habe. Vielleicht holt mich jetzt das Alter doch ein und ich werde senil. An der Volkshochschule gibt es ja Kurse für Gedächtnistraining, ich habe gehört, wie die Esther der Verena etwas darüber erzählt hat. So einen könnten die Verena und ich eigentlich gemeinsam besuchen, wenn wir von der Reise zurück sind. Ach ja,

die Reise, das feiern wir.

«Es wird einige Tage nicht regnen, sagt jedenfalls der Wetterbericht in der Zeitung. Ich nutze die Gelegenheit und putze die Fenster, während du in die Stadt fährst.» «Du musst immer irgendetwas putzen. Warum entspannst du dich nicht einfach mal?» «Putzt du die Fenster diesen Sommer?» «Ja warum nicht?» «Sicher nicht Willy, ich will saubere Fenster und nicht das Geschmiere vom letzten Mal.» Ich sage nichts mehr. Ich weiss nicht, dass ich die Fenster geputzt habe, geschweige denn, wann das gewesen sein könnte. Wahrscheinlich macht sie nur einen Witz. Sie macht sich über mich lustig, weil sie weiss, dass ich keine Fenster putzen kann. «Ich geh dann mal Verena, ich weiss, du putzt viel besser als ich. Nähen kannst du übrigens auch besser.» Bevor sie eine Antwort wettern kann, schnappe ich mir die Schlüssel von der Kommode im Flur und verschwinde aus der Tür.

Im Treppenhaus ist es kühler als in der Wohnung, ich fröstle einen Moment, aber das vergeht sofort wieder. Ich bin noch wendig genug, um zwei Treppenstufen auf einmal zu nehmen und ich liebe es, die Treppe hinunter zu rennen. Verena sagt, ich werde mich eines Tages überschätzen und mich beim Treppenlaufen verletzen. Der Tag ist noch nicht gekommen. Ich gehe am Sandkasten vorbei, es spielt niemand. Es ist noch Mittagszeit und die Kinder sollen noch nicht draussen spielen. Ich verstehe das nicht. Als ich klein war, gab es solche Einschränkungen nicht. Wir hatten viel Land und durften immer dann spielen, wenn wir nicht arbeiten, essen oder schlafen mussten. Lärm hat meinen Vater nur in der Messe und beim Essen gestört, sonst liess er uns gewähren. Wir störten niemanden. Hier stehen die Häuser nahe beieinander. In Reih und Glied, wie kleine Kasernen, nur etwas bunter und schöner. An vielen Balkonen sind Blumenkisten angebracht und jetzt im Sommer blüht alles wunderbar. Verena hat die schönsten Blumen. Das Haus, in dem wir wohnen ist dezent hellblau gestrichen, die Fensterläden sind dunkelblau. Die weissen Geranien wirken stilvoll und gleichzeitig üppig. Meine Frau hat wirklich Geschmack. Der Weg zur Strasse ist gepflastert. Wie ein kleiner Junge, versuche ich nicht auf die Ritzen zwischen den Pflastersteinen zu treten. Ich muss über mich selber lachen, kann aber irgendwie bis zur Strasse nicht damit aufhören. Mein dunkelroter BMW steht auf seinem

Parkplatz und ist mit Blütenstaub übersät. Ich muss ihn waschen, bevor ich in die Stadt fahre. Ein idealer Zeitpunkt eigentlich. Ich steige ein, lasse den Motor an und reinige die Scheiben mit der Scheibenwaschanlage. Es quietscht, trotz Reinigungsmittel. Ich muss also wirklich in die Waschanlage. Ich fahre los und überlege, welche Waschanlage ich anvisieren soll. Es ist nicht leicht, eine gute Waschanlage zu finden. Ich nehme einfach die bewährte. Es ist neulich eine eröffnet worden, aber ich habe sie noch nicht ausprobiert. Ich tue mich schwer darin, neue Dinge zu probieren. Das war nicht immer so. Es muss eigentlich auch nicht so bleiben, ich könnte das doch ändern. Ich mache einfach lauter neue Dinge, ab heute. Reisen sind eine Ausnahme, da war ich schon immer und bin noch immer sehr offen. Beim Essen bin ich schwierig, was ich nicht kenne, probiere ich nicht. Das war schon immer so und wird auch immer so bleiben. Es gibt Sachen, die ekeln mich geradezu. Fisch zum Beispiel. Ich kann alles, was aus dem Wasser kommt, nicht essen. Die Verena weiss das und isst nur Fisch, wenn sie mal mit einer Freundin essen geht oder wenn sie ihre Mutter im Pflegeheim besucht. Die lebt noch, ist 96 Jahre alt und noch ganz frisch im Kopf. Nur leider kann sie sich fast nicht mehr bewegen. Die Arme, sie war immer eine ganz liebe Schwiegermutter. Ich besuche sie nicht gerne. Nicht, weil ich sie nicht sehen will, ich mag dieses schreckliche Pflegeheim nicht. Es ist mir ein Graus, und ich will dort nicht zu Besuch hingehen und niemals in meinem Leben dort enden.

Ich fahre meinen Wagen in die Waschanlage

und steige aus. Die Bedienung der Anlage ist einfach. Man wirft die Münzen in ein Gerät an der Wand und wählt das Programm. Ich wähle fast immer die grosse Wäsche mit allem. Unterboden und Wachs. Es ist wichtig, den Wagen gut zu pflegen. Er muss sauber aussehen, damit die Leute nicht reden und er muss sauber sein, damit er nicht rostet. Heute braucht es aber nur eine einfache Wäsche, damit der Blütenstaub abgeht. Ich trage alle Ausgaben, die den Wagen betreffen, in ein kleines Büchlein ein. Das Büchlein liegt immer im Handschuhfach und die Verena schaut es sich an, wenn wir eine längere Fahrt machen. Am Ende des Monats überträgt sie die Ausgaben in ihr grosses Haushaltsbuch. Sie hat auch immer ein Büchlein in ihrer Tasche.

Sie hat die Haushaltsausgaben im eisernen Griff. Knauerig ist sie nicht, aber sparsam. Wenn sie sehen würde, dass ich zweimal im Monat eine grosse Wäsche am Wagen vornehme, würde sie sich sicher ärgern. Das Waschprogramm läuft, ich pfeife ein Lied. Es lief wohl vorher im Radio. Das grüne Licht leuchtet auf. Das heisst, dass mein Waschprogramm beendet ist. Ich gehe in die Anlage hinein und steige in meinen Wagen. Pfui, warum ist es hier so nass? Erst jetzt fällt mir auf, dass die Scheibe auf der Beifahrerseite einen Spalt geöffnet ist. Das machen wir immer so im Sommer, wir lassen die Scheibe einen ganz kleinen Spalt offen, damit die Luft im Wagen nicht ganz so stickig ist. Tränen treten mir in die Augen. Das kommt fast nie vor. Wie konnte ich das nur vergessen. Ich vergesse alles. Ich bin ein Idiot. Ich steige wieder aus und trockne den Sitz mit dem Papier, das bei der Waschanlage zur Verfügung steht. Der Fahrersitz ist schnell trocken, aber bei der Beifahrerseite ist es wirklich eine Sauerei. Ich öffne das Handschuhfach und bin erleichtert, weil es trocken geblieben ist, mitsamt seinem Inhalt. Der Sitz und die Armaturen sind zu retten. Verena muss das ja nicht bemerken. Heute fahren wir sicher nicht mehr mit dem Wagen weg und bis morgen ist der Teppich im Fussraum auch trocken. Zum Glück bin ich noch nicht ganz verblödet, wenn ich schon so komische Sachen mache, weiss ich mir wenigstens noch zu helfen.

Eigentlich ist mir die Reiselust gerade ein bisschen vergangen. Trotzdem fahre ich in die Stadt. Ich habe Glück und finde eine Parklücke direkt vor dem Reisebüro. Das ist selten in den letzten Jahren. Die Stadt wird von Autos und Menschen überhaupt überflutet. Es ist wie in einem riesengrossen Bienenstock. Ich werfe eine Münze in den Automaten – Bussen sind Verena ein Graus – und gehe dann direkt ins Reisebüro. Es sind nicht viele Kunden im Büro. Der Schalter bei einer jungen, brünetten, adrett gekleideten Dame ist frei. Ich gehe auf sie zu, sie strahlt mich an und sagt: «Herr Gutknecht, das freut mich aber, Sie bedienen zu dürfen.» Ich bin irritiert und weiss nicht, was ich sagen soll. In solchen Situationen hilft ein lockerer Spruch. Das weiss ich aus Erfahrung. «Ich bin ja nicht prominent oder so.» Die Dame lacht, es scheint zu klappen. Ich habe keine Ahnung, woher sie meinen Namen kennt. «Wo soll es denn hingehen, Herr Gutknecht?» «Meine Frau und

ich würden gerne eine Kreuzfahrt machen. Warm soll es sein, und nicht nur eine Woche, vielleicht zwei oder auch drei.» «Möchten Sie das Mittelmeer bereisen oder die Karibik?» «Wir wollen so in drei Monaten reisen, da ist es im Mittelmeerraum ja nicht mehr ganz so warm.» «November, da bietet sich tatsächlich die Karibik eher an.» «Ja, das würde meiner Frau sehr gut gefallen und mir natürlich auch. Was können sie so anbieten?» «Anfang oder Ende November?» «Gegen Ende, da ist das Kind von unserer Tochter sicher da und wir können sorglos verreisen.» «Gut, ich suche Ihnen die Angebote heraus.» Sie kann sehr schnell tippen. Scheint genau zu wissen, was sie tut. Woher kennt sie mich? Irgendwie kommt mir das Gesicht schon ein wenig bekannt vor, aber so richtig klar werde ich mir einfach nicht. Sie trägt ein Namensschild, darauf steht in goldenen Buchstaben auf schwarzem Hintergrund «Silvia Oberholzer». Ich kenne sie trotzdem nicht. «Herr Gutknecht, ich habe ein tolles Angebot für Sie: drei Wochen Karibik mit allen beliebten Destinationen, Flüge und Hotelübernachtungen inbegriffen, Abflug am 28. November. Auf Jamaika, den Bahamas und in Kuba bleiben Sie jeweils zwei volle Tage, anschliessend machen Sie noch eine Woche Badeferien in Miami.» «Das klingt sehr gut. Können Sie mir dieses Angebot im Prospekt kennzeichnen, damit ich es meiner Frau unterbreiten kann?» «Natürlich, soll ich Ihnen weitere Vorschläge machen?» «Nein danke, ich glaube das ist genau, was wir suchen.» Ich will nur so schnell wie möglich fort von hier. Es ist mir sehr unangenehm, dass diese Frau mich kennt und ich nicht weiss, woher. Ich mag ihr nicht weiter gegenüber sitzen und mich schämen. Sie steht auf, als ich aufstehe und streckt mir die Hand entgegen. «Auf Wiedersehen Frau Oberholzer.» Das steht auf dem Schild. «Für Sie immer noch Silvia, Herr Gutknecht. Sie waren der beste Lehrmeister, den man sich vorstellen kann. Ohne Ihren Nachhilfeunterricht hätte ich die Buchhaltungsprüfung niemals geschafft damals.» «Ach so, danke Silvia, freut mich, Sie wieder gesehen zu haben.»

Ich stürme aus dem Büro auf die Strasse und etwas schnürt mir die Kehle fast komplett zu. Tränen steigen mir in die Augen. Also wirklich, irgendetwas stimmt einfach nicht mit mir. Heute will ich schon zum

zweiten Mal losheulen. Einfach, weil ich etwas vergessen habe. Das bin doch nicht ich. Ich habe in meinem Leben noch nicht oft geweint. Am Grab von Ueli, als alle weg waren. Bei der Beerdigung eines Schulfreundes, als ich noch zur Schule ging und der starb an einer Hirnhautentzündung. Da haben alle geweint, und das hat mich angesteckt. Dann noch bei der Geburt meiner ersten Tochter. Katrin, ein Mädchen wie aus dem Bilderbuch. Geboren mit goldenen Locken und klaren blauen Augen, voller Neugierde und voller Schalk. Sie hat einen mit ihrem blossen Dasein zu Tränen gerührt. Als die Brigitte starb, konnte ich nicht weinen. Ich war wie gelähmt. Keine einzige Träne habe ich vergossen. Aber einen Stein hatte ich im Hals, monatelang. Jetzt heute, hätte ich schon zweimal fast geheult, ohne wirklichen Anlass. Ich sollte vielleicht wirklich mal zum Arzt gehen. Damit habe ich es nicht so. Wenn mir nichts weh tut und ich mich gesund fühle, warum soll ich dann zum Arzt. Das kostet doch nur unnötig. Verena ist da nicht immer gleicher Meinung, aber ich muss ja nicht alles so halten, wie sie es gerne möchte. Dass ich die Silvia nicht erkannt habe, ist schon sehr beschämend. Sie war eine grossartige Lehrtochter, hatte aber Mühe mit dem Rechnungswesen. Sie hatte sich so sehr unter Druck gesetzt, dass sie gar nicht mehr lernen konnte. Da habe ich ihr angeboten, Nachhilfe zu geben und schon war der Knoten bei ihr gelöst. Ich musste nicht viel tun, nur immer wieder bestätigen, dass sie die richtigen Lösungswege und Resultate errechnet hatte. Ein kluges Mädchen, wie konnte ich sie nur vergessen. Vielleicht ist sie einfach so sehr gereift, dass sie nicht mehr aussah wie damals. Das muss es wohl sein.

Ich sitze wieder im BMW und finde es sehr angenehm, dass kaum ein Geräusch von der Strasse zu mir in den Wagen durchdringt. Ich lausche der Stille und überlege, was ich noch machen könnte in der Stadt, bevor ich wieder nach Hause fahre. Es fällt mir nichts ein, ausser vielleicht beim Bäcker ein Brot fürs Abendessen zu holen. Verena wird froh sein, weil im Quartierladen bei uns das Brot meist vom Vortag ist und pampig schmeckt. Ich fahre los und habe beim Bäcker nochmals Glück. Ich freue mich so sehr darüber, dass ich wieder eine Parklücke vor dem Geschäft finde, dass mir schon wieder Tränen in die Augen steigen. Ich

verbinde das jetzt mit Glück, das mir zusteht, weil ich heute schon so viel Pech hatte. Das mit dem Weinen ist aber krankhaft, da bin ich ganz sicher. Das ist einfach etwas, das ich nicht kenne. Die Verkäuferin in der Bäckerei kenne ich, sie ist sehr alt, bestimmt wäre sie eigentlich schon seit 20 Jahren pensioniert. Sie gehört zu den Menschen, die das Geschäft, das in ihrer Generation aufgebaut wurde, nicht aus den Händen geben kann. Inzwischen gehört der Laden ihrem Enkel. Ihr Sohn arbeitet auch noch immer als Bäcker im Betrieb und die Frauen stehen alle an der Theke. Wie ich gehört habe, lernt die eine Enkelin ebenfalls das Konditorhandwerk. Ein richtiger Familienbetrieb. «Bäckerei Schaub, seit 1951» steht in grossen geschwungenen Lettern am Schaufenster. Die Auslage kommt sommerlich daher: Erdbeertörtchen, Birchermüesli, Quarkschnitten in allen Variationen und Rosinenbrötchen. Ich bestelle ein Brot und zwei Erdbeertörtchen und will mich gerade verabschieden, als die Dame meint: «Gegen Heuschnupfen kenne ich ein gutes Rezept.» «Ach ja, verraten Sie es mir?» «Nur bei Regen und Nebel auf die Strasse gehen und die Fenster daheim verschlossen halten.» «Vielen Dank für den Tipp und auf Wiedersehen.»

Wieder stürme ich aus einem Geschäft. Die Alte ist schon ziemlich durcheinander, warum erzählt sie mir etwas über Heuschnupfen? Ich setze mich wieder in meinen Wagen, die sichere Insel. Türe zu und Stille. Ich schaue in den Rückspiegel und weiss sofort, warum die alte Frau Schaub bei meinem Anblick an Heuschnupfen dachte. Meine Augen sind ganz rot. Ich fahre los, rückwärts aus der Parklücke. Die Strasse ist nur leicht befahren, die Sicht ist gut. Zehn Minuten später biege ich in die Einfahrt unseres Quartiers. Ich klemme den Prospekt unter den Arm und nehme das Brot in die andere Hand. Auf dem Weg treffe ich den kleinen Jungen, mit dem ich im Sandkasten gespielt hatte. Wie heisst er nur wieder? «Hallo, kleiner Spielgefährte, was baust du heute Nachmittag?» «Heute Nachmittag fahre ich Fahrrad, Herr Gutknecht.» «Sehr gut, Sport muss sein.»

Die Handlung und alle handelnden Personen sind frei erfunden. Jegliche Ähnlichkeit mit lebenden oder verstorbenen Personen wäre rein zufällig.

TEXT: Melissa Schärer,
Pflegefachfrau und Stationsleitung SAW



Das etwas andere Mitarbeiter-Interview

Auf einen Fruchtsaft mit Verena Kühne

Pflegfachfrau & Mitarbeiterin Tagesbegegnung



Du hast einen «Bodyguard» bestellt, trinkst du gerne Fruchtsäfte?

Ja! (lacht) Manchmal brauche ich etwas mit Vitaminen, um in «die Gänge» zu kommen.

Und was isst du gerne?

Eigentlich vieles! Sehr gerne esse ich selbst gemachte Pizza aus unserem Specksteinofen.

Kannst du das auch selbst zubereiten?

Ja klar, das ist ja gerade das Schöne, auch die Zubereitung macht mir Spass, nicht nur der Verzehr!

Wie bist du zu deinem Beruf gekommen?

In unserer Familie waren alle meine Tanten Krankenschwestern. Dann habe ich noch eine Schwester, die ebenfalls im Gesundheitswesen tätig ist. Früher blickten wir zu unseren Tanten auf – sprich: wir dachten, sie

seien ihres Berufes wegen etwas ganz Besonderes (lacht). Ich wollte auch etwas Besonderes werden!! Der Umfang, und was dieser Beruf von einem abverlangt, war mir jedoch in jungen Jahren nicht bewusst. Aber man wächst hinein und das ist schön.

Was gefällt dir speziell an deinem Beruf?

Mir gefällt es sehr gut, wenn unsere Tagesgäste am Abend zufrieden nach Hause gehen. Dann habe ich mein Ziel, einen guten Job zu machen, erreicht.

Und was gefällt dir weniger an deiner Arbeit?

Dazu fällt mir nichts Konkretes ein. Wenn ich nicht umsetzen kann, was ich von mir selber erwarte - vielleicht könnte ich

es so ausdrücken. Aber das hat weniger mit meiner Arbeit, als mit meinem Anspruch an mich selber, zu tun.

Was gefällt dir besonders gut in der Stiftung Amalie Widmer?

Die Aussicht auf den See hinunter! (lacht) Aber vor allem gefallen mir die immer neuen Projekte und Angebote, die auch umgesetzt werden. Sei es zugunsten unserer Bewohnenden, wie das «Palliative Care»-Label zu erhalten oder das realisierte Singprojekt. Auch für uns Mitarbeitende besteht ein breites Angebot. Heute gehe ich an ein «Lunch & Learn», darauf freue ich mich und bin sehr gespannt. Ich finde, man spürt ein stetiger Wille, sich weiterzuentwickeln.

Und was würdest du gerne verbessern?

Ich muss sagen, wir in der Tagesbegegnung haben sehr viel Freiheit. Viele Ideen oder Änderungs-

wünsche dürfen wir, natürlich in Absprache mit der Geschäftsleitung, selber ändern und umsetzen. Das ist eine Herausforderung und sehr schön.

Welche Jahreszeit hast du am liebsten – wieso?

Den Sommer, lange Tage und warme Temperaturen. Auch der Anfang vom Herbst, die mystischen Stimmungen mit Nebel gefallen mir sehr gut.

Was schätzt du an der Schweiz?

Sehr viel. Die Landschaft, die Vielfältigkeit, das politische System und die sozialen Netzwerke. Die Leute und wie miteinander umgegangen wird. Ich bin hier aufgewachsen, ich fühle mich zu Hause, es ist meine Heimat.

Was weniger?

Der Stress, der Druck, der - so denke ich - von unserer Gesellschaft her besteht. Es liegt sicher nicht an der Menge der Arbeit, sondern an der Qualität. Heute ist man mit dem Erreichten selten zufrieden, es muss immer mehr, schneller und besser sein. In diesem Fall könnte, meiner Meinung nach, ein Rückschritt auch ein Fortschritt bedeuten.

Was ist deine Lieblings-Ferien-destination?

Sehr gerne gehe ich ins Urnerland. Nach Arni, das ist oberhalb von Amsteg. Wir haben dort ein kleines

Haus, das nur mit einer Seilbahn erreichbar ist. Dort angekommen, hat es keine Autos und wenig Leute - es ist wie in einer anderen Welt. Ich kann dort richtig die «Seele baumeln lassen».

Was ist eine Traumdestination von dir?

Es gibt ein paar Orte, die ich noch gerne sehen würde. Zum Beispiel Rom, da war ich noch nie.

Auf welchen Luxus könntest du verzichten?

Das Auto, ich brauche es auch sehr selten. Ich bewege mich lieber mit den ÖV. Da kann ich mich entspannen und dabei noch etwas lesen.

Welche Person bewunderst du?

Es gibt nicht eine bestimmte Person. Ich bewundere die Frauen von früher. Was diese alles «unter einen Hut» gebracht haben. Vor allem alleinerziehende Frauen, die viele Kinder grosszogen, den Haushalt meisterten und einer Arbeit nachgingen. Damals gab es noch nicht soviel Unterstützung im sozialen Bereich.

Mit welcher Person würdest du gerne für einen Tag tauschen?

Ich würde gerne mit einer Person tauschen, die hier vor ca. 500 Jahren gelebt hat. Das fände ich sehr spannend.

Dein Lieblingsfilm?

Mir gefallen Dokumentarsendungen jeglicher Art. Oder Komödien, einfach nichts Schwermütiges. Ich möchte mich in meiner Freizeit, wenn ich fernsehe, vergnügen.

Dein Lieblingsbuch?

Ich lese sehr gerne Biographien.

Dein Lieblingssong?

Einen Lieblingssong habe ich nicht. Mir gefallen viele Musikrichtungen von klassisch, volkstümlich bis hin zu Pop.

Was ist dein grösstes Laster?

Das Aufschieben von Dingen, die ich erledigen sollte! Ein gewisser zeitlicher Druck ist für mich hilfreich, um es gelinde auszudrücken.

Und welches ist deine beste Eigenschaft?

Toleranz. Es gefällt mir, viele individuelle Charakteren zu treffen, mit ihren ganz eigenen Meinungen. Diese Eigenschaft ist für mich auch beruflich von grossem Vorteil.

Was macht dich glücklich?

Gestern war ich zum Beispiel in Interlaken und habe meinen jüngsten Enkel (10 Monate) gehütet. Wir machten einen Spaziergang durch ein Naturschutzgebiet an den See. Wir hatten Essen dabei und genossen den schönen Tag. Seine strahlenden Augen, sein Lächeln, da bin ich «hin und weg»! Allgemein meine Grosskinder machen mich sehr glücklich. Der Jüngste ist wie gesagt 10 Monate, der Älteste ist bereits 11 Jahre alt.

Was ärgert dich?

Das sind meistens Dinge über mich selber.

Was ist dir wichtig im Leben?

Meine Familie, mein Freundeskreis, mein Umfeld.

Vielen Dank Verena für dieses erfrischende Gespräch!



Beliebte **Asia-Wochen** in unserem **Restaurant**

Fernöstliche Düfte entfalten sich vier Mal im Jahr in unserem ganzen Haus. Dann sind unsere Küchenmitarbeiterinnen und -mitarbeiter aus den verschiedensten Ländern Asiens im Einsatz. Sie bereiten mit viel Liebe und grossem Einsatz originale Gerichte aus ihrer Heimat zu. Von den Zutaten, die sie allesamt selber besorgen, bis hin zu den Rezepten, die zum Teil über Generationen hinweg nachgekocht werden, wird in diesen Wochen alles durch sie koordiniert und serviert. Die ganz anderen Gewürze, die Farben und die Vielfältigkeit der Speisen sind für alle Gäste im Restaurant eine willkommene Abwechslung. Ein ganz besonderes Erlebnis ist dies nicht nur für unsere Bewohnenden und Mitarbeitenden sondern mittlerweile auch für unsere Besucherinnen und Besucher. Der Duft hat sich längst über die Dorfgrenze von Horgen verbreitet. Es freut uns, und vor allem unsere Mitarbeitenden der Küche, ein Stück ihrer Kultur weitergeben zu können.

Die Daten unserer Asia-Wochen finden Sie in der Rubrik «AusBlick» unter «Termine» oder auf unserer Homepage.

Unser Küchenteam freut sich, Sie kulinarisch verwöhnen zu dürfen.

Rezept von: Varatharajah Velauthampillai (Küchenangestellter)

Rotes Thai-Curry mit Poulet und Gemüse

Rezept für 4 Personen

600 g Pouletbrustfilet geschnetzelt
3 EL rote Thaicurrypaste
4 EL Wasser
1/2 TL Maisstärke
500 g Gemüse (z.B. Bohnen, Karotten, Auberginen)
3 EL Erdnussöl
5 dl Kokosmilch
50 g Cashew- oder Erdnüsse
2 Zweige Koriandergrün

Zubereitung

1 EL rote Currypaste mit Wasser und Maisstärke zu einer Marinade verrühren und das Pouletfilet damit einreiben. Mindestens 1 Stunde bei Raumtemperatur ziehen lassen.

Das Gemüse rüsten und blanchieren (Kochzeit unterschiedlich, je nach Art des Gemüses, es sollte aber noch leicht knackig sein). Kalt abschrecken.

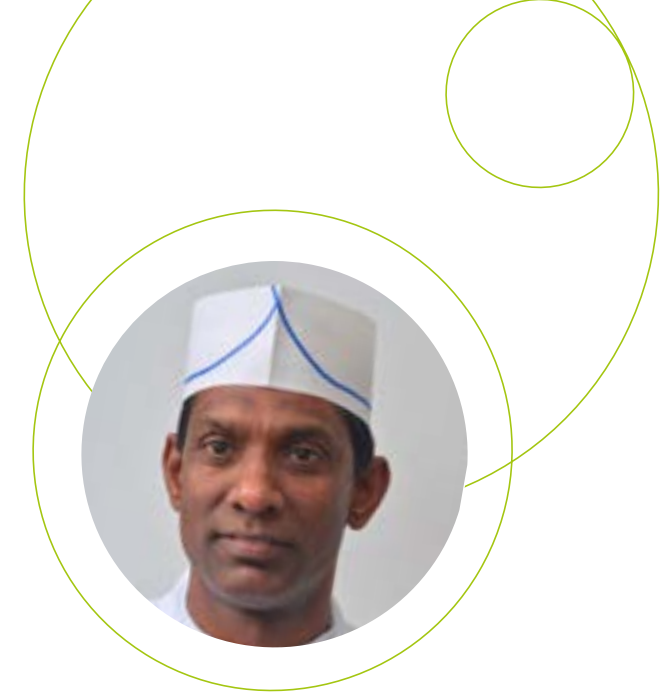
Öl in einem Wok erhitzen. Das Pouletfleisch darin in zwei Portionen rundum sehr heiss und nur kurz anbraten, dann herausnehmen. 2 EL Currypaste bei kleiner Hitze im Bratensatz kurz rösten. Mit Kokosmilch ablöschen. Aufkochen und etwas einkochen lassen. Gemüse, Nüsse und Pouletfleisch hinzufügen und alles nur noch gut heiss werden lassen. Am Schluss mit Koriander garnieren und sofort servieren.

Dazu passt sehr gut Basmati-, Jasmin- oder Duftreis.

Tipp

Falls es zu scharf ist, etwas mehr Kokosmilch oder etwas Rohrzucker hinzufügen.
Anstelle von Pouletfleisch kann auch Schweine- oder Rindfleisch verwendet werden.

**Guten Appetit wünscht Ihnen
Varatharajah Velauthampillai**



Wir gratulieren

Dienstjubiläen
von Juli bis
September 2017

5 Jahre:

Stefano Carriero
Samten Gyalpo
Jana Kluckova
Claudia Künzler
Sandra Wehrli

10 Jahre:

Giuseppe Coduti
Regula Hottinger
Santy Pallikkamallil
Nadja Skoda-Tanner
Manuela Steinauer

15 Jahre:

Shefqet Hoxha

**Hohe oder runde
Geburtstage**
unserer Bewohnenden

80 Jahre:

Bruno Bächli

85 Jahre:

Margrit Horlacher
Sonja Lichtlen

über 90 Jahre:

Alice Wenk (91)
Alice Buchschacher (92)
Margrit Kälin (93)
Alice Waldmeier (93)
Heidi Wiget (94)
Emmi Beck (99)



Juli

öffentlich

Dienstag, 4. Juli 2017
Reformierter Gottesdienst
um 10.00 Uhr im Andachtsraum

Dienstag, 4. Juli 2017
Konzert Chor Horgen
um 16.30 Uhr im Festsaal

Donnerstag, 6. Juli 2017
Katholischer Gottesdienst
um 10.00 Uhr im Andachtsraum

Donnerstag, 13. Juli 2017
Katholischer Gottesdienst /
Eucharistiefeier
um 10.00 Uhr im Andachtsraum

Donnerstag, 20. Juli 2017
Katholischer Gottesdienst
um 10.00 Uhr im Andachtsraum

Donnerstag, 27. Juli 2017
Katholischer Gottesdienst
um 10.00 Uhr im Andachtsraum

Donnerstag, 27. Juli 2017
Konzert Romantic Flute
um 14.30 Uhr im Restaurant

*für unsere Bewohnerinnen
und Bewohner*

Mittwoch, 05. Juli 2017
Offenes Singen für Alle
um 14.15 Uhr im Festsaal

*für unsere Mitarbeiterinnen
und Mitarbeiter*

Samstag, 29. Juli 2017
Firmen-Triathlon
Start 14.00 Uhr
Landiwiese, Zürich

August

öffentlich

Dienstag, 1. August 2017
Grillfest mit Musik von
Ramona und André Hahn
um 11.30 Uhr im Restaurant

Donnerstag, 3. August 2017
Katholischer Gottesdienst
um 10.00 Uhr im Andachtsraum

Dienstag, 8. August 2017
Reformierter Gottesdienst
um 10.00 Uhr im Andachtsraum

Donnerstag, 10. August 2017
Katholischer Gottesdienst
um 10.00 Uhr im Andachtsraum

Donnerstag, 17. August 2017
Katholischer Gottesdienst
um 10.00 Uhr im Andachtsraum

Donnerstag, 24. August 2017
Katholischer Gottesdienst
um 10.00 Uhr im Andachtsraum

Dienstag, 29. August 2017
Donnerstag, 31. August 2017
Pizza-Tag
am Mittag im Restaurant

Donnerstag, 31. August 2017
Katholischer Gottesdienst
um 10.00 Uhr im Andachtsraum

*für unsere Bewohnerinnen
und Bewohner*

Mittwoch, 30. August 2017
Offenes Singen für Alle
um 14.15 Uhr im Festsaal

September

öffentlich

Dienstag, 5. September 2017
Reformierter Gottesdienst
mit Abendmahl
um 10.00 Uhr im Andachtsraum

Donnerstag, 7. September 2017
Katholischer Gottesdienst
um 10.00 Uhr im Andachtsraum

Mittwoch, 13. September 2017
Flötenensemble Au
Singen und Zuhören
um 14.30 Uhr im Festsaal

Donnerstag, 14. September 2017
Katholischer Gottesdienst
um 10.00 Uhr im Andachtsraum

Donnerstag, 14. September 2017
Mallet Duo - Klassisches Konzert
um 14.30 Uhr im Festsaal

Montag, 18. September 2017
Schuh- und Unterwäsche-
Präsentation
um 14.30 Uhr im Festsaal

Donnerstag, 21. September 2017
Katholischer Gottesdienst
um 10.00 Uhr im Andachtsraum

**Montag, 25. September bis
Freitag, 29. September 2017**
Asiatische Woche im Restaurant

Donnerstag, 28. September 2017
Katholischer Gottesdienst
um 10.00 Uhr im Andachtsraum

Termine
Termine
Termine

*für unsere Bewohnerinnen
und Bewohner*

Dienstag, 19. September 2017
Rhythmik
um 10.15 Uhr im Festsaal

Mittwoch, 20. September 2017
Offenes Singen für Alle
um 14.15 Uhr im Festsaal

*für unsere Mitarbeiterinnen
und Mitarbeiter*

Dienstag, 12. September 2017
Donnerstag, 28. September 2017
Personalausflug ins Bergwerk
Käpfnach und Wädi-Brau-Huus

Mittwoch, 20. September 2017
Dienstag, 26. September 2017
«Lunch & Learn»
Umgang mit Konflikten
um 12.00 Uhr im Festsaal



**«Gerade als die
Raupe dachte,
ihr Leben sei
vorbei, wurde
sie zum
Schmetterling.»**

Peter Benary

RundBlick^o

Magazin der *Stiftung Amalie Widmer*, Horgen