

RundBlick

Magazin der *Stiftung Amalie Widmer*, Horgen

Weiterbildung

5

*in der Stiftung
Amalie Widmer*

Farben

8

*für Seele, Geist
und Körper*



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

Coiffeursalon:

T 043 336 44 56

Redaktion:

T 043 336 44 04

Betreuung und Pflege

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

IMPRESSUM

Herausgeber:

Stiftung Amalie Widmer
Amalie Widmerstrasse 11
8810 Horgen

Redaktion:

Marianne Bruno (mbr)
Eveline Corigliano (eco)

Fotos:

Thomas Löffler
Heinz Meier
Cornelia Schneider
Gerardus Van Dinter
iStockphoto

Layout:

element 79

Druck:

Schnelldruck Thalwil

Auflage:

600

Redaktionsschluss für die nächste Ausgabe:

09.03.2018

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.

Inhalt

4

EinBlick

- 4 **Begrüssung der Geschäftsleitung**
- 5 **Weiterbildungsmöglichkeiten**
in der Stiftung Amalie Widmer
- 8 **Farben für Seele, Geist und Körper**

11

RückBlick

- 11 **Dutti Park**
Ein Ausflug mit unseren Bewohnenden
- 12 **Personalausflug**
Bergwerk Horgen und Wädi-Brau-Huus

14

AugenBlick

- 14 **Lektüre – Literatur – Lyrik:**
Willy's letztes bisschen Leben
Kapitel 5
- 18 **Auf einen Espresso mit Sonya Hertach**
Physiotherapeutin
- 20 **Kreatives Küchenteam**
- 21 **Neue Speisebüffets für unsere Bewohnenden**
- 22 **Wir gratulieren**

23

AusBlick

- 23 **Termine, Termine, Termine**



5



12



20

Begrüssung der Geschäftsleitung



Liebe Leserin, lieber Leser

Jede Jahreszeit hat ihre charakteristischen Farben – so auch der Winter. An einem sonnigen Wintertag wirkt das Blau des Himmels über einem verschneiten Berghügel besonders eindrücklich. Speziell im Winter spüren wir die wohltuende Wirkung von Licht und Farben auf unser Wohlbefinden.

Doch haben Sie gewusst, dass wir Farben nicht nur über unsere Augen aufnehmen, und dass Farben auch auf unser Befinden und unsere Gesundheit Einfluss haben? Die Farbe Blau beispielsweise, die Farbe des Himmels, wirkt beruhigend und dient der Entspannung und Entkrampfung von Muskeln. Der Bericht in der vorliegenden Ausgabe unseres Rundblicks zum Thema Farben geht der Wirkung von Farben auf Seele, Geist und Körper nach. Vielleicht kennen auch Sie diese Wirkungen?

«Das einzig Beständige ist der Wandel» hat der griechische Philosoph Heraklit vor 2500 Jahren festgestellt. Wie wahr! Auch unsere Stiftung befindet sich im steten Wandel zum – wie wir meinen – Besseren für unsere Bewohnerinnen und Bewohner. Ein Beispiel: Seit vergangenem 2. Oktober können unsere Bewohnerinnen und Bewohner ihre Mahlzeiten auf jeder Etage an einem Büffet zusammenstellen und dabei aus einer reichhaltigen, gesunden und gluschtigen Präsentation das ihnen an diesem Tag Zusagende auswählen. Die Rückmeldungen sind durchwegs begeistert! Unsere Bewohnerinnen und Bewohner geniessen die Mahlzeiten mit sichtlich mehr Freude und grossem Appetit. Diese Freude bestätigt uns, dass wir mit unseren Ideen auf dem richtigen Weg sind.

Ich wünsche auch Ihnen viel Freude in einer bunten Winterzeit!

A handwritten signature in black ink, appearing to read 'M. Prassl'.

Manfred Prassl
Geschäftsleiter



Weiterbildung

*Im Fokus: Berufsbildnerin/Berufsbildner in Lehrbetrieben
und Palliative-Care*

In der Stiftung Amalie Widmer ist Weiterbildung ein wichtiger Bestandteil der Betriebsphilosophie. Um eine gute Pflege und Betreuung zu gewährleisten, sind Fort- und Weiterbildungsmöglichkeiten unabdingbar. Dem gesamte Personal in unserem Hause stehen diverse Angebote zur Verfügung, die das Handeln laufend vertiefen und somit eine konstante, gute Qualität der Pflege garantieren.

Um die Qualität der internen Fort- und Weiterbildungen zu gewährleisten, ist die Stiftung Amalie Widmer eduQua-zertifiziert. eduQua ist das erste Schweizer Qualitätslabel, das auf Anbieter von Weiterbildungen zugeschnitten ist. Das Label fördert die Transparenz und Vergleichbarkeit der Weiterbildung zugunsten der Konsumenten und trägt dazu bei, die Qualität der Weiterbildungsangebote sicherzustellen.

Über 1000 Schulen, Institute und Akademien in der ganzen Schweiz sind eduQua-zertifiziert. Mit dem eduQua-Label werden Weiterbildungsinstitutionen ausgezeichnet, die bestimmte Qualitätsstandards erfüllen. Die Kriterien legen fest, welche Standards erfüllt sein müssen, damit eine Institution mit dem eduQua-Label ausgezeichnet wird. Unabhängige Zertifizierungsstellen in allen Regionen der Schweiz überprüfen die Einhaltung dieser Standards regelmässig.



Seit 2014 bieten wir den Kurs «Berufsbildnerin/Berufsbildner in Lehrbetrieben» in unserem Haus an

Bis jetzt findet dieser Kurs jährlich statt. Der Beginn ist jeweils im März, der Abschluss im September mit einer Diplomarbeit. Auch unsere Lernenden können somit von einer kompetenten und professionellen Betreuung durch unsere ausgebildeten Berufsbildner/-innen profitieren. Der Kurs wird nicht nur von internen Mitarbeitenden besucht, wir können mittlerweile auch auf externe Teilnehmende aus verschiedenen Kantonen zählen.

Der Kurs richtet sich an diplomierte Pflegepersonen, Fachpersonen Gesundheit (FaGe) und Betreuung (FaBe) sowie Medizinische Praxisassistenten (MPA) mit berufsbildender Aufgabe in der Praxis. Er besteht aus sieben Präsenzkurstagen und 50% Selbststudium, insgesamt 100 Stunden. Dies entspricht den Vorgaben der Berufsbildungsverordnung Art. 48 für die Begleitung von HF-Studierenden im Betrieb.

Ziel dieser Weiterbildung ist der Abschluss, der die Teilnehmenden befähigt, die Lernenden/Studierenden am Arbeitsplatz zu begleiten, zu fördern und zu qualifi-

zieren. Sie kennen Instrumente, um Lernsituationen zu gestalten und Selbststudiumsaufgaben für Studierende zu entwickeln. Vor allem geschätzt wird der Praxisbezug des Kurses und der Austausch untereinander.

Erfolgreiche Abschlüsse werden mit dem eidgenössischen Diplom ausgezeichnet und berechtigen die Absolventen den geschützten Titel «eidgenössisch diplomierte(r)» (eidg. dipl.) zu verwenden. Die eidgenössische Anerkennung ist für Berufsleute eine wertvolle Qualifikation auf dem Arbeitsmarkt.

Ein weiterer Schwerpunkt war dieses Jahr die Weiterbildung in palliativer Pflege

Das gesamte Pflegepersonal wird in 6 bis 10 Modulen geschult. Die Weiterbildung begann im März 2017 und dauert bis Ende 2018. In der Stiftung Amalie Widmer wird seit Jahren palliative Pflege angeboten. Deshalb ist es umso wichtiger, unser gesamtes Personal aufgeschlossen und fortschrittlich in Wissen und Handeln zu unterrichten.

Die Weiterbildung ist in verschiedene Stufen aufgeteilt, die durch die schweizerische Fachgesellschaft



«palliative.ch» vorgeschlagen und empfohlen werden. Für das Assistenzpersonal führen wir Basisschulungen auf der Stufe A1 durch. Auf dieser Stufe setzen sich die Mitarbeitenden vertieft mit den Hintergründen, der Haltung von Palliative Care und ihrer persönlichen Sichtweise auseinander.

Alle Mitarbeitenden mit einem FaGe-Abschluss werden in einem Aufbaukurs auf der Stufe A2 geschult. Diese Stufe baut auf den Kenntnissen der Stufe A1 auf und wird mit Wissen zu Symptommanagement und medikamentöser Therapie erweitert.

Das diplomierte Pflegepersonal besucht nach den zwei oben beschriebenen Stufen noch den Vertiefungskurs auf Stufe B1. Diese Stufe ist für Fachkräfte konzipiert, die sehr häufig mit palliativen Situationen konfrontiert sind. Neben fundiertem Wissen im Symptommanagement erlernen sie Strategien bei Notfällen, kennen die Grundsätze der palliativen Sedierung, verstehen verschiedene Assessmentinstrumente und können diese sicher anwenden. Sie setzen sich vertieft mit ethischen Entscheidungsfindungen sowie spirituellen und religiösen Bedürfnissen in verschiedenen Kulturen auseinander. Ferner werden ihre eigenen Bewältigungsstrategien und Lebensphilosophien erweitert, um sich und andere vor allfälligen Burnouts oder anderen Arbeitsstörungen zu schützen.

Die Mitarbeitenden aus der Physiotherapie und der Apotheke nehmen punktuell an den Schulungen teil. Ebenso besucht das Pflegekader die Weiterbildung auf Stufe B1. Für unsere Belegärzte bieten wir eine spezifische Schulung zur palliativen Medizin in Zusammenarbeit mit unserem leitenden Arzt an.

Ebenfalls im 2018 werden sämtliche Mitarbeitenden aus den verschiedenen Bereichen wie Verwaltung, Sozialdienst, Hausdienst, Küche und Technischer Dienst zu den Grundlagen der palliativen Pflege geschult.

Mit der Schulung des gesamten Personals kann palliative Pflege kompetent umgesetzt werden. Dabei ist auch die Unterstützung und Akzeptanz des Managements unverzichtbar. Die Mitwirkung der Pflegeleitung sowie der Geschäftsleitung ist im gesamten Haus spürbar und zeigt sich bei der Umsetzung der Weiterbildung als grosse Hilfe.

Weitere Informationen

Zu Ausbildungen der Tertiärstufe sowie Fort- und Weiterbildungen steht Ihnen Frau Claudia Künzler gerne für Fragen oder eine individuelle Beratung zur Verfügung.

Montag-Freitag 08.00-17.00 Uhr
Telefon: 043 336 44 53
Mail: claudia.kuenzler@sawh.ch

TEXT: Claudia Künzler, Pflegeexpertin, Stiftung Amalie Widmer mbr

Farben für Seele, Geist und Körper

Ist es nicht jeden Morgen ein wunderbares Schauspiel, wenn die Sonne Licht in den Tag bringt und die Welt in Farben taucht? Im Frühling erwacht die Natur - ein pastellfarbener, frischer Farbenteppich legt sich über die Welt. Der Sommer dagegen ist eingehüllt in satte, kräftig leuchtende Farben. Im Herbst sind es vor allem die warmen Rot-, Gelb- und Brauntöne, die bei einem Spaziergang das Gemüt beruhigen, aber auch zur Melancholie verleiten. Und eine Winterlandschaft mit strahlendem Schnee verbinden wir mit Licht und purer Reinheit.

Farben wirken direkt auf unseren Körper und unsere Gefühle. Sie beeinflussen unsere Stimmung und unsere Gedanken. Sie können uns entspannen, mithelfen, das Immunsystem zu stärken oder Schmerzen zu lindern. Farben kräftigen unsere physische und psychische Gesundheit und erhöhen das allgemeine Wohlbefinden. Schon die früheren Philosophen betitelten die Farben als «Arznei der Himmelsapotheke».

Haben Sie schon mal darüber nachgedacht, warum wir beim Anblick einer schönen Landschaft, von Blumen oder von Obst ein Gefühl des Wohlbefindens, des Genusses und der Freude empfinden? Speziell im Frühjahr ist das sehr ausgeprägt. Da wirken Gerüche auf uns ein – und Farben. Und vor allem die Farben sind viel mehr als nur ein optischer Eindruck. Sie sind Harmonie für Körper und Seele.

Doch was ist das eigentlich genau - eine Farbe?

Angeblich ist die physikalische Welt farblos, denn Farbe wird durch Licht erzeugt. Damit wir Farbe wahrnehmen können, muss es eine Lichtquelle geben. Natürliches Licht kommt von der Sonne und wird auch als reines, weisses Licht bezeichnet; alle anderen Lichtquellen sind von Menschenhand erzeugt. Licht ist Strahlung in Form elektromagnetischer Wellen von der Sonne, ähnlich den Schallwellen aus Hi-

Fi-Lautsprechern. Das menschliche Auge registriert diese Energiewellen und das Gehirn interpretiert diese Information als Farbe. Der Münchner Augenspezialist Prof. Dr. Fritz Hollwich hat vor rund 40 Jahren eine interessante Entdeckung im menschlichen Organismus dazu gemacht: Nicht der gesamte Sehnerv des Auges führt in das Seh-Zentrum des Gehirns, wie man zuvor angenommen hatte. Ein Strang des Nervs zweigt ab und ist direkt mit dem Mittelhirn verbunden. Im Seh-Zentrum werden die Farben als optisches Erlebnis aufgenommen. Im Mittelhirn aber werden die Farbeindrücke in Gefühle umgewandelt. Sie werden aber auch in Impulse umgesetzt, die viele Funktionen im Organismus beeinflussen können.

Wie wir Farben bewusst aufnehmen

Weiter ist es wichtig zu wissen, dass Farben nicht nur über die Augen, sondern zu einem Grossteil auch über die Haut aufgenommen werden. Das Auge erkennt nur drei verschiedene Farben: Rot, Grün und Blau. Erst unser Gehirn mischt diese zu einer gigantischen Farbpalette zusammen, gibt die erkannten Werte an das Auge zurück und lässt uns Blau nicht nur als Blau, sondern als Farbe in allen ihren Abstufungen wahrnehmen.

Die Farben wirken auf vielfältige Weise und beeinflussen unsere Gefühle und Stimmungen weit mehr als uns bewusst ist.

Jede Farbe hat eine andere Wellenlänge oder auch Schwingungsfrequenz

Diese Farbschwingung wird von Augen und Haut aufgenommen, der Körper wandelt sie in Nervenimpulse um und leitet sie zum Gehirn. Im Gehirn lösen diese Nervenimpulse Reaktionen aus, die unser Wohlbefinden beeinflussen. Den gleichen Vorgang kennen wir von Musik, sie entspannt uns, regt an oder sie stört uns. Nur etwa 11% der von unserem Gehirn verarbeiteten Sinneseindrücke fallen auf den Gehörsinn, dagegen verarbeitet unser Gehirn rund 83% der vom Sehsinn wahrgenommenen Eindrücke. Unser Sehsinn ist der am stärksten ausgeprägte, so ist es nicht verwunderlich, dass Licht und Farben einen so starken Einfluss auf unsere Stimmungslage und unser Wohlbefinden ausüben.

Aber auch bei der Aufnahme von Speisen und Getränken ist es möglich, diejenigen Farben auszuwählen und zu bevorzugen, die man persönlich braucht. Dabei sollte man allerdings frischen Lebensmitteln den Vorzug geben, auf diese Art nimmt man zusätzlich viele wertvolle Substanzen und Nährstoffe zu sich.

Schon Johann Wolfgang von Goethe befasste sich mit dem Thema Farben. In seiner Farben-Lehre betont er: Jeder Mensch sollte sich einmal täglich ein farbiges Glas vor Augen halten, sollte im Interesse der allgemeinen Gesundheit hindurchschauen und sich dabei völlig unbeeinflusst den Stimmungen hingeben, die dabei entstehen.

So wirken Farben auf die Gesundheit

Es gibt genaue Beobachtungen, wie die einzelnen Farben auf den Menschen wirken:

Rot ist die Farbe der Vitalität. Das Nervensystem schüttet bei Rot verstärkt Adrenalin aus. Der Blutdruck steigt an. Das Herz wird aktiviert, der Atem geht schneller. So regt Rot den Kreislauf, den Stoffwechsel, den Appetit und das Immunsystem an. In Räumen sollte Rot nur als Impuls eingesetzt werden, denn zu viel Rot macht unruhig.

Blau, die Farbe des Himmels steht für Ruhe, Vertrauen und Sehnsucht, sie kann aber auch melancholisch wirken. Die Adrenalin-Ausschüttung wird gebremst und der Puls wird langsamer, daher wirkt

Blau beruhigend und hilft bei Schlafstörungen oder Entzündungen. Kleine Räume wirken durch einen blauen Anstrich grösser. Diese Farbe wird gerne in Räumen verwendet, die der Entspannung dienen, da sich durch Blau Muskeln entspannen und entkrampfen.

Grün ist die Farbe der Natur und die Farbe, die auf unserem Planeten am häufigsten vorkommt. Sie beruhigt und kann helfen, die Konzentration und das Denken zu aktivieren. Trauer, Wut und Liebeskummer können durch grüne Farbtöne gelindert werden. In Räumen sorgt Grün für Ruhe, Sicherheit und Regeneration.

Orange ist ein Stimmungsaufheller und steht für Optimismus und Lebensfreude. Orange vermag das Nervensystem zu stärken, hilft bei Stress-Situationen, Pessimismus und Lethargie. Orange ist die ideale Farbe für Räume mit wenig Tageslicht sowie für Küchen und Esszimmer.

Gelb ist die Farbe der Sonne. Sie steht für gute Laune und positive Stimmung. Viele Menschen werden in Räumen, in denen die Farbe Gelb dominiert, besonders gesprächig und kommunikationsfreudig. Gelb lindert Ängste, Depressionen und schlechte Laune. Ältere Menschen können unter dem Einfluss von Gelb mehr geistige Vitalität entwickeln und weisen ein besseres Reaktionsvermögen auf.

Violett ist die Farbe der Inspiration und wirkt schmerzlindernd, reinigend und entschlackend. Sie unterstützt die Konzentration und das Selbstvertrauen. In Wohnräumen wirkt Violett beruhigend.

Braun ist die ruhige Erdfarbe. Sie kann Geborgenheit vermitteln, aber auch das Genuss-Denken fördern. Braune Räume wirken rustikal, beruhigend und ausgleichend.

Die Farbe Weiss produziert Stress

Weiss ist ein Symbol für Reinheit und Unschuld. Die Farbe von Schnee gilt aber auch als Zeichen der Unnahbarkeit. In Räumen ist Weiss die ideale Kombinationsfarbe. Sie neutralisiert, hellt auf, belebt, produziert aber auch Stress. Denn zuviel Weiss, zum Beispiel in Spitälern, schafft bei Patienten einen unterbewussten Stress. Sie blicken in einem weiss getünchten Krankenzimmer ins Leere. Und das nimmt ihnen Mut und bremst den Willen zum Gesundwerden.



Die Wirkung der Farben auf unser Leben ist erstaunlich

Immer beliebter wird daher die Farbtherapie, die mit der Wirkung verschiedener Farben auf den menschlichen Organismus arbeitet. Unterschiedliche Farben können verschiedene Empfindungen und auch körperliche oder seelische Reaktionen hervorrufen. So kann zum Beispiel schon allein der Anblick von Lavendel nervösen Menschen Beruhigung verschaffen. Demnach werden oftmals Krankenhäuser, Sanatorien und Praxen so gestaltet, dass mit den richtigen Farben der erwünschte Heilerfolg bereits eingeleitet wird.

Die Farbtherapie ist eine der ältesten Behandlungsmethoden und basiert ursprünglich auf der Wirkung des Sonnenlichts.

Die Bedeutung der einzelnen Farben war schon den alten Ägyptern bewusst

Diese Art der Medizin galt jedoch als «Geheimwissenschaft unter Priestern» und das Wissen über die Heilmethoden wurde nur an Auserwählte weitergegeben. Ebenso war die Farbtherapie im prähistorischen Peru, in Mexiko und im alten Indien bekannt. In China spielt die Farbtherapie, wie schon seit vielen hundert Jahren, so auch heute noch eine wichtige Rolle in der Diagnostik und Heilung vieler Krankheiten. In der Moderne

erregte der Amerikaner Dr. E. Babitt mit seiner Farbbestrahlungstheorie erstmals 1878 das Interesse der Fachwelt. Als wegweisend für die moderne Farbtherapie wird der Engländer Theo Gimbel beschrieben, der zum Beispiel auch die beruhigende Wirkung der Farbe Blau auf grosse Menschenmengen feststellte und mit farbig gestrichenen Räumen experimentierte.

Obwohl die Farbtherapie jahrelang und trotz ausführlicher Forschungsergebnisse eine Aussenseiterrolle in der Schulmedizin gespielt hat, findet sie zunehmend immer mehr Anhänger. Die positive und negative Wirkung von farbigem Licht auf den Körper ist zwar wissenschaftlich nachgewiesen, dennoch ist eine heilende Funktion der Farbtherapie in der Fachwelt nicht ganz unumstritten. Wenn man sich jedoch nicht anmasst Krankheiten zum Beispiel mit der Farbbestrahlung zu heilen, sondern vielmehr Begleitsymptome abschwächen und besonders die Lebensqualität von Menschen mit Demenz verbessern möchte, kann die Farbtherapie eine angenehme und gefahrlose Alternative oder zusätzliche Möglichkeit zu anderen Therapieformen sein.

So macht es durchaus Sinn, das Umfeld des alltäglichen Lebens nach all diesen Erkenntnissen mit den passenden Farben auszustatten – der Gesundheit zuliebe.

Text: Eveline Corighiano

Ausflug in den Dutti-Park



Am 7. September 2017 machten einige Bewohnende einen Ausflug zum Duttipark in Rüschlikon. Nachdem wir beim Haupteingang zusammengekommen waren, starteten wir einen Spaziergang zum Aussichtspunkt. Aber erst ein Wort zum Petrus. Dieser war an dem Morgen mit Sicherheit mit dem richtigen Bein aus dem Bett gestiegen, war er doch gut gelaunt und bescherte uns schönes Wetter: leicht bewölkt, kein Regen, kein Wind, angenehme Temperaturen. Der Weg zum Aussichtspunkt verlangte, namentlich von den Personen, die die Rollstuhlfahrer begleiteten, einige Anstrengung, ging es doch an einigen Stellen ziemlich bergauf. Gut ausgeruht, kamen die Rollstuhlfahrenden beim Aussichtspunkt an. Nachdem wir die wunderbare Aussicht ausgiebig genossen hatten, ging es wieder retour. Das nächste Ziel war das Restaurant. Auch dieser Weg hatte ein paar Tücken, diese wurden jedoch ebenfalls professionell gemeistert. Im Restaurant genossen wir ein Getränk und ein Gipfeli oder Weggli fehlte natürlich auch nicht. Alle, auch die zu Fuss laufenden Bewohnenden, konnten sich erholen. Leider mussten wir uns vom Park wieder verabschieden. Fazit: ein Besuch in diesem Park ist zu empfehlen. Sehr weitläufig, wirklich grün und «last but not least» mit einem tollen Restaurant. Also «allez hopp»!

Text: Gerardus Van Dinter, Bewohner 3. Stock



Personalausflug

Impressionen aus dem Bergwerk Horgen und dem Wädi-Brau-Huus

Den Personalausflug 2017 durften unsere Lernenden des 2. Lehrjahres in Zusammenarbeit mit der Personalabteilung organisieren. Sie hatten freie Wahl, was unternommen wird und wohin uns die Reise führt. Sie entschieden sich für einen Besuch im Bergwerk Käpfnach in Horgen und für ein währschaftes Mittagessen im Restaurant Wädi-Brau-Huus mit anschliessender Brauerei-Besichtigung. Ein vielversprechendes Programm. Die 1,4 km lange Fahrt im 13 Grad kalten Stollennetz war für viele bereits eine grosse Herausforderung. Gerne stärkten sich dann alle beim Mittagessen im Wädi-Brau-Huus. Lustig ging es auch an der sehr informationsreichen und interessanten Brauerei-Führung zu und her.

Ein herzliches Dankeschön an unsere Lernenden für einen tollen Tag!





Willy's letztes bisschen **Leben**

KAPITEL 5

Ich liege wieder wach im Bett und frage mich, was mit mir los ist. Seit Tagen vergesse ich Dinge, die man einfach nicht vergessen kann, zum Beispiel die Zeit. Sie spricht mit jemandem am Telefon, ich kann es hören. Ich verstehe aber nicht alles, was sie sagt. «...weil er so komisch ist manchmal...» Ich muss richtig wach werden, damit ich es besser hören kann. Ich setze mich im Bett auf und schaue auf die Uhr. Es ist schon neun, und ich bin doch so früh ins Bett gestern.

«...**Ja, das kann schon sein**, ich will es wirklich nicht übertreiben. Bis bald Erika.» Sie hat mit Erika gesprochen. Wer ist komisch und warum bespricht sie das mit Erika und nicht mit mir, wir besprechen doch alles. Ich muss aufstehen und sie fragen, wer komisch ist. Will ich das überhaupt wissen? Die Frauen tratschen eben gerne. «Willy bist du jetzt endlich wach?» «Ja, jetzt bin ich wach, ich komme gleich.» Sie steht in der Tür, bevor ich mich überhaupt bewegen kann. Die Haare perfekt frisiert, die Haut gepudert und das pastellfarbene Kostüm frisch gestärkt. Meine Verena, wie immer tiptop. «Wo gehst du denn so früh hin?» «Ich fahre in die Stadt, muss einige Dinge besorgen und zur Bank, um zu sehen, ob meine Kunden alle schön bezahlt haben.» Sie lächelt verschmitzt. Ich

beneide sie einen Augenblick um ihre Berufstätigkeit und ihre Eigenständigkeit. Ich glaube, sie kann einfach alles und dann auch noch gut. Deshalb liebe ich sie. Ich wollte immer eine Frau haben, die nicht einfach nur an meiner Seite ist und meinen Anordnungen folgt. Ich wollte eine Frau wie Verena, eine, die mitreden kann, eine mit eigenen Interessen und Ideen und eine, die einem trotz alledem versorgen kann, wie ich es eben von zu Hause gewohnt war. Die Verena war perfekt, das hab ich schon als Teenager bemerkt und ich sollte Recht behalten. Sie hat alle Krisen überstanden, die das Leben uns bis heute geboten hat. «Ich hoffe, du bist aufgestanden, wenn ich wieder komme.» «Verlass dich darauf, ich schäme mich ja jetzt schon.» Lachend verlässt sie die Wohnung.

Weil ich nicht weiss, was ich mit mir anfangen soll nach dem Aufstehen, bleibe ich einfach im Bett liegen. Ich überlege, was ich gestern gemacht habe und erinnere mich ganz deutlich ans Reisebüro. Sehr gut, dann hatte ich vielleicht einfach nur Schlaf gebraucht. Die Silvia arbeitet im Reisebüro, das weiss ich auch noch. Jetzt klappt es wieder ganz normal mit dem Nachdenken. Ich dreh mich nochmal um im Bett. So schnell wird die Verena nicht zurückkommen aus der Stadt, sie tut sich ja so schwer beim Einparken, dass sie immer die perfekte Lücke suchen muss. Wenn wir gemeinsam ausgehen, fahre ich immer selbst. Ich kann nicht neben ihr sitzen, sie kann einfach nicht wirklich fahren. Es tröstet mich, dass die Verena auch etwas nicht gut kann.

Da geht schon die Tür, das kann jetzt aber nicht sein. Schon steht sie im Zimmer, ein weisser, unten von Feuchtigkeit durchtränkter Karton in der Hand. Oh nein, die Erdbeertörtchen, die habe ich im Auto vergessen. Vergessen, schon wieder etwas vergessen. Ich hatte doch so eine Freude, als ich sie gekauft hatte. Ich wollte Verena damit überraschen. Jetzt habe ich sie wohl auch überrascht, einfach nicht so, wie ich es eigentlich wollte. «Willy, diese Törtchen lagen im Auto.» Keine Frage, kein Vorwurf, nur eine Feststellung. «Ich habe sie vergessen gestern. Hab sie in der Stadt gekauft mit dem Brot.» «Schade eigentlich, schade, dass du alles vergisst und schade um die feinen Törtchen.» «Ja, das ist wirklich schade.» Dann geht sie einfach, stellt den Karton wohl in der Küche ab, ich hör sie durch den Flur gehen und dann geht die Tür wieder.

Jetzt ist aber Schluss damit. Ich steh auf, zieh mich an und setze mich an den Computer. Er steht auch in der Stube, auf einem Pult neben dem grossen Fenster. Es ist kein neuer Computer, aber er tut seinen Dienst. Ich kann ins Internet gehen, meine E-Mails lesen und Briefe schreiben. Mehr muss ich nicht machen mit dem Ding. Die Banksachen machen wir am Schalter, am Computer ist es zu unsicher. Man kann nie wissen. Manchmal habe ich Schach gespielt, aber mit der Zeit hatte ich einfach zu oft verloren gegen die Maschine. Das frustrierte mich zu sehr. Als Junge musste ich mit meinem Vater Mühle spielen. Er hat mich nie gewinnen lassen und er beherrschte das Spiel beinahe blind. Seine Züge habe ich nie durchschauen können, er

wusste immer genau, was ich als nächstes tun würde. Es machte keinen Spass und ich konnte nicht entkommen. Es war das einzige Spiel, das er je mit mir spielte. Beim Schach war das anders, als ich nicht mehr weiter kam, habe ich einfach aufgegeben. Ich öffne Google und suche nach «Gedächtnistraining». Seitenweise Spiele, Tipps, Privatkurse und Anleitungen. Ich klicke die Seite der Volkshochschule an und finde sofort, was ich suche. Ein Kurs am Morgen, Mittwoch oder Freitag. Ich entscheide mich für Mittwoch, man könnte ja am Wochenende mal wegfahren wollen. Die Nummer der Zentrale steht gross am unteren Ende der Seite. Ich muss sofort anrufen. Das Telefon steht im Flur, der Gedanke versetzt mir einen Stich. Ich weiss noch, dass ich das vergessen hatte. Immerhin weiss ich jeweils noch, was ich vergessen habe.

Die Nummer versuche ich im Kopf zu behalten, bis ich beim Telefon bin, ein kleiner Selbsttest. Ich nehme den Hörer von der Station, es ist ein Funktelefon. Die Nummer 044 244 68 oder war es 86, weiter weiss ich nicht mehr. Zurück zum Computer, das versuche ich nochmals. Der Bildschirm ist schwarz. Warum ist der Bildschirm jetzt schwarz, ich habe den Computer nicht ausgeschaltet. Ich rüttle an der Maus, das grüne Lämpchen brennt auch. Der Bildschirm geht wieder an, und da steht auch wieder die Nummer: 044 244 68 68. Schnell zurück zum Telefon, damit es mir nicht wieder entfällt. Wieder nehme ich den Hörer von der Station und beginne zu wählen. 044 244, war es 86 oder 68? Enttäuscht und ernüchert nehme ich das Telefon mit zum Computer und lese die Nummer ab, während ich sie eingebe. Was geschieht mit mir, ich konnte mir Zahlen immer besonders gut merken. Es geht eine Dame ans Telefon. Einen Augenblick bin ich so mit meiner Vergesslichkeit beschäftigt, dass ich nicht einmal mehr weiss, wen und warum ich anrufe. Glücklicherweise erinnert mich der Bildschirm. «Guten Tag, ich muss mich für einen Kurs in Gedächtnistraining einschreiben.» «Gerne, das freut mich, ich stelle Ihnen die Unterlagen zu.» «Kann ich mich nicht gleich telefonisch anmelden?» «Doch, das geht auch, Sie müssen mir nur einige Fragen beantworten und die Anmeldung gilt dann als verbindlich.» «Sehr gut, Willy Gutknecht ist mein Name, eigentlich Willhelm, aber so

nannte mich nur meine Mutter, wenn sie böse auf mich war.» «Herr Gutknecht, ich brauche Ihre Adresse und Ihren Jahrgang.» Ich gebe ihr die Daten an. «Ich freue mich, Sie am Mittwoch bei uns begrüßen zu dürfen», sagt sie noch, dann legt sie auf. Ich sitze da, mit dem Hörer in der Hand und ich möchte weinen wie ein kleines Kind, laut und trotzig. Ich darf jetzt aber nicht weinen, Verena wird auch bald wieder hier sein und ich will ihr nichts erklären. Das fällt mir auch schwer, mich zu erklären. Gestern wusste ich nicht, warum ich so spät gekommen bin. Ich weiss nicht, was mich aufgehalten hat, und ich kann mich nicht genau erinnern, wo ich lang gegangen bin. Nun, ich tue was ich kann und es ist bestimmt nicht schlecht, das Gedächtnis zu trainieren. Ich öffne das Schachspiel am Computer und wähle mein Niveau aus. Ich spielte immer auf Niveau fünf, das ist die goldene Mitte. Jetzt wähle ich Niveau vier, da bin ich sicher, dass ich gewinnen werde. Der Computer fordert mich auf, einen Zug zu machen und ich setz den ersten Bauern ein Feld vor. Der Computer macht seinen Zug und fordert mich wieder auf, meinen zu tun. So geht es eine Weile. Die Bauern schützen die wichtigen Figuren. Der Computer setzt ein Pferd ein und raubt mir damit die Dame. Ich will den Turm einsetzen und weiss nicht mehr, welchen Weg er gehen darf. Ich versuche etwas und der Computer gibt ein Geräusch von sich, um mir mitzuteilen, dass ich einen ungültigen Zug vornehmen wollte. Wütend schalte ich den Computer aus. Im Schlafzimmer hole ich mir meinen angelesenen Krimi und setze mich damit auf den Balkon. Ich vertiefe mich ins Buch und fahnde mit den Polizisten nach dem Mörder.

Verena steht plötzlich vor mir. In der Hand hat sie eine Tüte, die sehr gut riecht. «Was hast du da Verführerisches?» «Ein Hähnchen hab ich mitgebracht. Sollen wir gleich hier auf dem Balkon essen?» «Ja gerne.» Ich mache jetzt keine Anstalten aufzustehen, ich muss noch die Seite zu Ende lesen, sonst kann ich der Geschichte nicht richtig folgen. Seit einigen Wochen muss ich beim Lesen immer den richtigen Schlusspunkt finden. Etwas, das mir bleibt, bis ich weiterlese. Das ist eine Herausforderung, aber es hilft mir, an einer Geschichte dranzubleiben zu können. Ve-

rena ruft etwas aus der Küche, ich verstehe sie nicht richtig und reagiere einfach nicht. Sie bringt Teller auf den Balkon und Gläser. «Kommst du mir helfen?» «Nein, ich muss das hier zu Ende lesen.» «Was, du hast ja noch nicht mal die Hälfte durch.» «Nicht das ganze Buch, das Kapitel.» «Also gut, möchtest du französische oder italienische Salatsauce?» «Die Weisse.» «Französisch, wird gemacht.» Mir doch egal, ich muss hier jetzt noch zu Ende lesen. Sie bringt das Essen auf den Tisch und ich hab keine Ahnung mehr, was ich in den letzten fünf Minuten gelesen habe. Seit sie gekommen ist, bin ich abgelenkt und kann mir nichts mehr merken, was ich lese. Ich lege das Buch zur Seite. «Was hast du den ganzen Vormittag gemacht?» «Ach, ich hab Schach gespielt am Computer und mich beim Gedächtnistraining angemeldet an der Volkshochschule. Dann hab ich gelesen und dann bist du gekommen und hast mich abgelenkt.» «Gedächtnistraining, da fällt mir ein, ich habe dir Vitamine gekauft in der Apotheke. Die Apothekerin hat gesagt, dass dieses Ginkopulver besonders gut ist, wenn es um Gedächtnislücken geht. Sie sagte aber auch, dass man mal einen Arzt aufsuchen soll, wenn es nicht besser wird mit der Zeit, und dass du immer genügend trinken sollst, besonders jetzt im Sommer, wenn es so heiss ist.» «Ich trinke doch eigentlich immer viel, du bist eher diejenige, die zuwenig trinkt.» «Ja, da hast du Recht. Jetzt erzähl von dem Gedächtnistraining.» «Es ist immer mittwochs am Morgen, es dauert eine Stunde und man macht Übungen, Gruppenaufgaben und bekommt Aufträge für zu Hause.» «Das würde mir sicher auch Spass machen.» Erstens ist das kein Spass für mich und zweitens will ich nicht, dass sie mitkommt. Ich weiss ja nicht, ob ich mich blamieren werde. Einfach nicht darauf eingehen. «Leider hab ich einfach noch zu viel zu tun, bevor wir im November endlich Urlaub machen.» Da hab ich ja nochmals Glück gehabt.

Nach dem Mittagessen lege ich mich auf die Liege, die auf dem Balkon im Schatten steht. Ich nehme den Krimi wieder zur Hand und lese noch einmal die letzten zwei Seiten. Es interessiert mich wohl im Augenblick einfach nicht richtig. Ich kann der Geschichte überhaupt keinen Sinn beimessen im Moment. «Ich geh spazieren, Verena.» «Mach das Willy, Bewegung

tut immer gut, besonders nach dem fettigen Hähnchen. Komm nur nicht so spät, bitte.» «Nein, bestimmt nicht, ich geh nur ums Quartier.»

Es sollte endlich einmal regnen, alles ist dürr und die Luft flimmert. Ende August wird es dann auf den trockenen Boden regnen, der kann das Wasser nicht aufnehmen und es kommt zu Überschwemmungen. Ich bin im Berner Oberland aufgewachsen, unser Hof lag direkt an einem Hang mit einem kleinen Wasserlauf. Wir liebten es, dort zu spielen und zu planschen. Mitte August wurde auf dem Hof alles verbarrikiert und Sandsäcke mussten gefüllt werden. Gegen Ende August kam der Bach. Starkregen und Schneeschmelze machten den kleinen Wasserlauf zum reissenden Gewässer, das alles mitriss, was sich ihm in die Quere stellte. Unser Hof blieb Jahr um Jahr verschont, weil wir immer darauf vorbereitet waren.

Meine Schwester Hedy war einmal bei den unteren Nachbarn, den Melters, zum Käse ausliefern, als der Bach kam und deren Scheune einfach durchquerte. Meine Mutter litt Seelenängste, bis die kleine Hedy endlich den Weg hinaufkam mit den Nachbarskindern und den Bauersleuten im Schlepptau. Alle waren sie kreidebleich. In der Küche assen wir alle zusammen Getreidesuppe mit Rindfleisch. Es war ganz ruhig und roch nach abgestandenem Wasser und kaltem Schweiss. Die Melters waren Leute, die so oder so schon in ärmlichen Verhältnissen lebten, viel schlimmer noch als wir. Sie hatten wirklich alles verloren

an diesem Nachmittag. Meine Mutter beruhigte die zitternde Frau Melters, doch alles half nichts, es war sehr ernst.

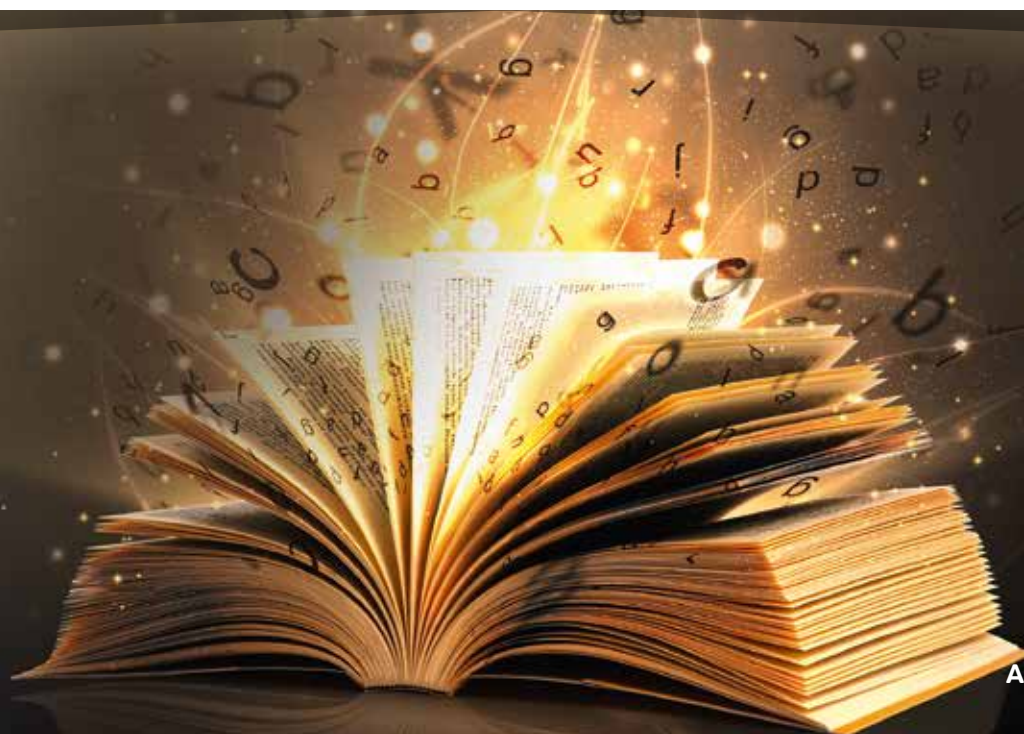
Wie ich mich daran erinnern kann, als wäre es gestern gewesen. Schon komisch, da weiss ich noch, wie es gerochen hat, wenn ich mich aber erinnern soll, was es gestern zum Mittag gab, fällt mir gar nichts mehr ein. Das Hedy ist gestorben, sie war noch ganz klein und zart und lag in ihrem Bettchen, weiss und verschwitzt. Und dann kam der Herr Doktor in die Stube und sagte, das Hedy sei von den Engeln geholt worden. Von da an hörten wir es nicht mehr husten in der Nacht.

Das Quartier hab ich inzwischen umrundet. Ich will aber nicht schon wieder hineingehen. Ich hab ja nichts wirklich Wichtiges zu tun. Ich setze mich auf die Bank am Wegrand und beobachte den Spielplatz. Es sind nur ganz kleine Kinder da, mit ihren Müttern. Die Frauen sitzen auf der Bank gegenüber. Die eine winkt mir zu, ich winke zurück, keine Ahnung, wer sie ist. Weil mir das unangenehm ist, stehe ich wieder auf und gehe doch ins Haus. Im Treppenhaus ist es angenehm kühl. Ich gehe die Treppe dieses Mal ganz gemächlich hoch. Ich habe keine Eile. Nichts eilt heute.

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

Alle vorherigen Kapitel können auf www.sawh.ch/index.php/publikationen nachgelesen werden.





Das etwas andere Mitarbeiter-Interview

Auf einen Espresso mit Sonya Hertach

Dipl. Physiotherapeutin



Du hast einen Espresso bestellt. Welches ist – abgesehen von einem Espresso – dein liebstes Getränk?

Rivella blau oder Wasser ohne Kohlensäure.

Warum machst Du heute den Job, den Du heute machst?

Ich liebe meine Arbeit, ich bin in diesem Beruf seit 30 Jahren tätig. 1990 habe ich meine Ausbildung zur Dipl. Physiotherapeutin abgeschlossen und abgesehen von zwei Schwangerschaftsunterbrüchen habe ich immer als Physiotherapeutin gearbeitet. Es erfüllt mich sehr. Es ist sozial, man hat mit Menschen zu tun, man kann sehr viel geben, bekommt aber auch einiges zurück. Ich durfte viele Stationen durchlaufen, von der Medizin über Intensivmedizin, über Chirurgie/Orthopädie, auch die anthroposophische Medizin durfte ich kennenlernen! Bis jetzt zur Geriatrie, ein sehr breites Spektrum.

Was macht Dir an Deinem Job am meisten Spass?

Der Kontakt mit Menschen. Es ist ein Teamwork. Du gibst nicht nur Ratschläge und überlässt nachher die Patienten dem Schicksal, du versuchst die Problematiken mit den Patienten zusammen zu erarbeiten und zu lösen.

Was gefällt Dir besonders gut in der Stiftung Amalie Widmer?

Die interdisziplinären Kontakte im Haus. Weiter haben wir ein super Team, wir haben keine Physioleitung, das heisst, wir dürfen sehr flexibel sein. Natürlich in Absprache mit dem Team, es soll Hand in Hand laufen. Wichtig ist, dass es für das Haus, für die Patienten und für die Mitarbeitenden stimmt. Was ich auch sehr schätze, sind die Angebote in der Stiftung: Personales, Ausflüge und die Weiterbildungen. Das Haus hat eine gute Grösse, man kennt sich untereinander, es hat noch etwas Familiäres.

Was gefällt dir weniger?

Dass die Physio im Keller ist. Wir geraten manchmal fast ein wenig in Vergessenheit. Es kommt selten jemand spontan vorbei um «Hallo» zu sagen. Manchmal fehlt es mir zudem an deutlicher, offener Kommunikation zwischen den Pflege-Mitarbeitenden und uns. Es hat sich jedoch deutlich verbessert seit der Einführung der elektronischen Pflegedokumentation.

Welche 3 Adjektive beschreiben Dich am besten?

Aufgestellt, loyal und motiviert.

Bist Du eher ein Morgenmuffel oder ein Nachtmensch?

Ich bin ein extremer Nachtmensch. Es ist für mich nie ein Problem am Morgen aufzustehen, aber meine Zeit ist definitiv die Nacht. Am produktivsten bin ich, wenn alle schlafen, dann habe ich die nötige Ruhe.

Wenn Du auf Dein Leben zurückschaust und heute etwas ändern könntest. Was wäre das?

Sehr schwierige Frage... (denkt

nach). Da ich auf dem Lande aufgewachsen bin, meine Physioausbildung jedoch in der Stadt Luzern machte, verloren sich die Kontakte zu Mitschülern der Primarschule. Ich würde mehr Wert darauf legen, diese Kontakte aufrecht zu erhalten.

Und für welche drei Dinge in Deinem Leben bist Du am dankbarsten?

Dass ich Eltern habe, die mich in allen Lebenslagen unterstützten. Dass ich eine gute Partnerschaft habe, mit zwei Kindern, die uns sehr viel Freude bereiten und jetzt auch langsam ihre eigenen Wege gehen dürfen und können. Und dass die ganze Familie gesund ist.

Wenn Du eine Sache auf der Welt verändern dürftest: Was wäre das?

Den technischen Fortschritt verlangsamen. In den letzten 20 Jahren ist ein enormer Fortschritt passiert. Auch beschäftigt mich der immer grösser werdende finanzielle Unterschied zwischen den industrialisierten Ländern und Ländern der dritten Welt.

Wenn Du eine berühmte Persönlichkeit – egal ob lebendig oder tot – treffen dürftest: Wer wäre es und warum?

Ich bin ein grosser Fan von Daniel Craig (Schauspieler).

In welchem Film hättest Du gerne die Hauptrolle gespielt?

Mein absoluter Lieblingsfilm, bei dem jedes Jahr an Weihnachten meine ganze Familie protestiert, ist: «Drei Nüsse für Aschenbrödel». Da sind natürlich auch noch ganz viele Kindheitserinnerungen mit dabei.

Welches Buch liegt gerade auf Deinem Nachttisch?

Dan Brown - Origin

Welches ist Deine Lieblings-CD?

Meine Band, die mich seit der Jugend begleitet sind «Die Toten Hosen». Von ihnen besitze ich jede CD. Auch an den meisten Konzerten war ich mit dabei. Das nächste ist bereits gebucht, das Openair in Luzern im August 2018. Mein Mann, mein Sohn mit Freundin sowie meine Nichte sind alle mit von der Partie. Ich freue mich riesig darauf.

Was ist Dein Hobby?

Ich bin aktives Mitglied bei den Samaritern. Dann das Töfffahren, ist aber ein wenig in den Hintergrund geraten, familiär bedingt. Ich fahre am liebsten selber. Ich liebe es, eine Touren-Enduro zu fahren und kleinere und grössere Reisen zu machen. Ein weiteres Hobby von mir ist das Basteln.

Spielst Du ein Musikinstrument?

Ich spiele Flöte, von der Garklein über die Sopranino bis zur A-Block-Flöte. Zu «Kanti-Zeiten» spielte ich sogar sehr intensiv.

Was war früher Dein liebstes Schulfach?

Latein. Eine geschriebene und gelesene Sprache, die man nicht spricht.

Welches war das schönste bzw. ein schönes Kompliment, das Dir jemand einmal gemacht hat?

Kein spezielles. Aber für mich ist es wunderschön, am Muttertag von meinen Kindern überrascht und verwöhnt zu werden. Am letzten Muttertag hat mein Sohn gekocht, meine Tochter und mein Mann haben das Frühstück vorbereitet. Das alles unter dem Motto: «Für die beste Mamma der Welt». Das ist sicher eines der schönsten Komplimente, die ich erhalten habe.

Wofür würdest Du mitten in der Nacht aufstehen?

Für einen Psychothriller (lacht) würde ich mir sicher Zeit nehmen, auch mitten in der Nacht.

Wie oft schaust Du täglich auf Dein Handy?

Wenn ich arbeite am Mittag, wenn ich frei habe vielleicht alle Stunde einmal.

Was bringt Dich auf die Palme?

Geschwätz – hinten herum, das finde ich absolut schlimm.

Hast Du einen Traum, den Du dir einmal erfüllen möchtest?

Ja sicher. Ich möchte sehr gerne noch mit meinem Mann nach Neuseeland reisen und dort eine Tour mit dem Motorrad machen.

Herzlichen Dank Sonya, für das kurzweilige, unterhaltsame Gespräch!



Kreatives Küchenteam

Seit April des letzten Jahres steht unser Küchenteam unter der neuen Leitung von Küchenchef Thomas Löffler. Dank seiner langjähriger Erfahrung in renommierten Häusern in Hamburg, München und auch Zürich, kreiert er aus besten Zutaten und mit viel Herzblut und Fantasie vom Apérohäppchen bis zum Dessert alles, was das Feinschmecker-Herz begehrt. Mit seinen ideenreichen und farbigen Kreationen verwöhnt er nicht nur die Augen, sondern vor allem den Gaumen unserer Gäste.



Neue Speisebüffets

für unsere Bewohnenden



Ab einer gewissen Menge ist das Essen für die Bewohnenden einer Pflegeinstitution vor allem eine Frage der Logistik. Dabei war in der Stiftung Amalie Widmer bisher der Weg der Speisen von der Küche bis zum Bett bzw. den Essensbereichen auf den verschiedenen Abteilungen ausschlaggebend.

Die Küchenmitarbeitenden stellten – je nach Bedürfnis des Bewohnenden – die Mahlzeiten auf Tablett zusammen und schichteten sie in spezielle Verteilwagen. Dort wurden sie teilweise bis zu einer Stunde warm gehalten. Durch die Aufbewahrung und den Transport der Mahlzeiten in diesen Wärmewagen ging jedoch viel Qualität verloren. Nicht nur beim Essen selbst – auch litt die Präsentation unter der Aufbewahrung und dem Transport. Doch gerade im Alltag der Bewohnenden einer Pflegeinstitution ist ein schön angerichtetes und schmackhaftes Essen eines der Highlights des Tages.

So hat sich die Stiftung Amalie Widmer entschieden, sich vom alten Tableau-Service zu verabschieden und fortschrittlichere Wege zu gehen. Seit Anfang Oktober können unsere Bewohnenden alle Mahlzeiten – vom Frühstück bis zum Abendessen – aus einem

umfangreichen Büffet direkt auf ihrer Abteilung auswählen. Die mobilen Büffets werden vor jedem Essen neu aufgebaut und mit frisch und gesund zubereiteten Produkten und Mahlzeiten direkt aus der Küche bestückt.

Der neue Service ist viel persönlicher, da sich alle einig. Denn jeder Bewohnende kann so selber auslesen, auf was er gerade Lust hat und wie gross seine Portion sein soll. Dabei werden sie von unserem Pflegepersonal sowie den Hotellerie-Mitarbeiterinnen und -mitarbeitern unterstützt, welche beim Schöpfen helfen oder die Mahlzeiten direkt an den freundlich gedeckten Tischen servieren. Die Büffets bleiben jeweils für ein bis zwei Stunden stehen, ausreichend Zeit, um alle Bewohnenden gut zu verköstigen.

Und die Rückmeldungen auf unser neues Angebot sind mehr als erfreulich. Die Bewohnenden haben nicht nur grösseren Appetit und Genuss am Essen. Auch schon mehr als ein Arzt hat uns positive Gewichtszunahmen seiner Patienten gemeldet. Das freut nicht nur die Angehörigen, sondern auch uns und dient als Ansporn, unseren Service kontinuierlich zu verbessern.

Text: Eveline Corigliano



Januar

öffentlich

Donnerstag, 4. Januar 2018

Katholischer Gottesdienst
um 10.00 Uhr im Andachtsraum

Samstag, 6. Januar 2018

Musiknachmittag mit
Frau Brigitte Chiozza
um 14.30 Uhr im Restaurant

Dienstag, 9. Januar 2018

Reformierter Gottesdienst
um 10.00 Uhr im Andachtsraum

Donnerstag, 11. Januar 2018

Katholischer Gottesdienst
mit Eucharistiefeier
um 10.00 Uhr im Andachtsraum

Donnerstag, 11. Januar 2018

Zaubershow
um 14.30 Uhr im Festsaal

Donnerstag, 18. Januar 2018

Katholischer Gottesdienst
um 10.00 Uhr im Andachtsraum

Donnerstag, 25. Januar 2018

Katholischer Gottesdienst
um 10.00 Uhr im Andachtsraum

Donnerstag, 25. Januar 2018

Konzert Trio Oergelispatze
um 14.30 Uhr im Restaurant

*für unsere Bewohnerinnen
und Bewohner*

Mittwoch, 3. Januar 2018

Strickgruppe um 14.30 Uhr
im Aktivierungsraum

Dienstag, 16. Januar 2018

Rhythmik
um 10.15 Uhr im Festsaal

Mittwoch, 17. Januar 2018

Strickgruppe um 14.30 Uhr
im Aktivierungsraum

Wir gratulieren

Dienstjubiläen von Januar bis März 2018

5 Jahre:

Gabriele Buczek
Nada Pumpalovic
Mario Sauer

10 Jahre:

Hana Gjuraj
Silvia Pflüger
Thaja Velauthampillai

20 Jahre:

Maya Betschart

Hohe oder runde Geburtstage unserer Bewohnenden

75 Jahre:

Helena Tobler
Monika Heuscher
Adele Münch
Elsa Rusterholz

90 Jahre:

Nelly Knus
André Häusermann

95 Jahre:

Hans Hesse
Denise Dittli
Marguerite Etter

über 95 Jahre:

Martha Arnold (99)

Termine Termine Termine

Mittwoch, 24. Januar 2018

Offenes Singen für Alle
um 14.30 Uhr im Festsaal

Mittwoch, 31. Januar 2018

Strickgruppe um 14.30 Uhr
im Aktivierungsraum

*für unsere Mitarbeiterinnen
und Mitarbeiter*

Freitag, 26. Januar 2018

Personalesen
um 18.00 Uhr

Februar

öffentlich

Donnerstag, 1. Februar 2018

Katholischer Gottesdienst
um 10.00 Uhr im Andachtsraum

Dienstag, 6. Februar 2018

Reformierter Gottesdienst
um 10.00 Uhr im Andachtsraum

Dienstag, 6. Februar 2018

Dia-Vortrag Griechenland
um 14.30 Uhr im Festsaal

Donnerstag, 8. Februar 2018

Katholischer Gottesdienst
um 10.00 Uhr im Andachtsraum

Donnerstag, 15. Februar 2018

Katholischer Gottesdienst
um 10.00 Uhr im Andachtsraum

Freitag, 16. Februar 2018

Schöneggler Schnitzelbank
um 17.00 Uhr im Festsaal

Montag, 19. Februar 2018

Fasnachtsball mit Musik
von Martin Nauer
um 14.30 Uhr im Restaurant

Donnerstag, 22. Februar 2018

Katholischer Gottesdienst
mit Eucharistiefeier
um 10.00 Uhr im Andachtsraum

*für unsere Bewohnerinnen
und Bewohner*

Mittwoch, 14. Februar 2018

Strickgruppe um 14.30 Uhr
im Aktivierungsraum

Dienstag, 20. Februar 2018

Rhythmik
um 10.15 Uhr im Festsaal

Mittwoch, 28. Februar 2018

Offenes Singen für Alle
um 14.30 Uhr im Festsaal

*für unsere Mitarbeiterinnen
und Mitarbeiter*

Donnerstag, 22. Februar 2018

Personalinfo
um 14.30 Uhr im Festsaal

März

öffentlich

Donnerstag, 1. März 2018

Katholischer Gottesdienst
um 10.00 Uhr im Andachtsraum

Sonntag, 4. März 2018

Konzert Trio Bündnerspitzbueba
um 14.30 Uhr im Restaurant

Dienstag, 6. März 2018

Reformierter Gottesdienst
um 10.00 Uhr im Andachtsraum

Donnerstag, 8. März 2018

Katholischer Gottesdienst
um 10.00 Uhr im Andachtsraum

Montag, 12. März bis

Freitag, 16. März 2018

Asiatische Woche im Restaurant

Donnerstag, 15. März 2018

Katholischer Gottesdienst
um 10.00 Uhr im Andachtsraum

Samstag, 17. März 2018

Klassisches Konzert
um 14.30 Uhr im Festsaal

Donnerstag, 22. März 2018

Katholischer Gottesdienst
mit Krankensalbung
um 10.00 Uhr im Andachtsraum

Donnerstag, 29. März 2018

Katholischer Gottesdienst
um 10.00 Uhr im Andachtsraum

*für unsere Bewohnerinnen
und Bewohner*

Mittwoch, 7. März 2018

Strickgruppe um 14.30 Uhr
im Aktivierungsraum

Dienstag, 20. März 2018

Rhythmik
um 10.15 Uhr im Festsaal

Mittwoch, 21. März 2018

Strickgruppe um 14.30 Uhr
im Aktivierungsraum

Mittwoch, 28. März 2018

Offenes Singen für Alle
um 14.30 Uhr im Festsaal

*für unsere Mitarbeiterinnen
und Mitarbeiter*

Mittwoch, 7. März 2018

Brandmeldeinstruktion um
10.00 Uhr beim Haupteingang

Donnerstag, 8. März 2018

Brandmeldeinstruktion um
15.00 Uhr beim Haupteingang

Mittwoch, 7. März 2018

Donnerstag, 15. März 2018

Kochworkshop
um 17.00 Uhr in unserer Küche

Donnerstag, 8. März 2018

Skitag im Hoch-Ybrig



**«Nimm dir die Zeit,
die stillen Wunder
zu feiern, die in
der lauten Welt
keine Bewunderer
haben.»**

Irischer Segenswunsch

RundBlick^o

Magazin der Stiftung Amalie Widmer, Horgen