

RundBlick^o

Magazin der *Stiftung Amalie Widmer, Horgen*

5

*Alltagsgestaltung &
Aktivierung*

10

*Unsere neuen
Lernenden*



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

Pflege und Betreuung

- Geriatrie & Langzeitpflege
- Abteilung für Menschen mit Demenz
- Überbrückungspflege
- Ferienaufenthalte
- Tagesbegegnung
- Alterswohnungen mit Spitexangebot
- Physiotherapie
- Apotheke
- Fusspflege

IMPRESSUM

Herausgeber:

Stiftung Amalie Widmer
Amalie Widmerstrasse 11
8810 Horgen

Redaktion:

Marianne Bruno (mbr)
Eveline Corigliano (eco)

Fotos:

Cornelia Schneider
Heinz Meier
Eveline Corigliano
iStockphoto

Layout:

element 79

Druck:

Schnelldruck Thalwil

Auflage:

600

Redaktionsschluss für die nächste Ausgabe:

07.12.2018

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 **Alltagsgestaltung und Aktivierung**
- 8 **Trauerrituale**
Teil 3: Mexiko - wo Trauernde ein Fest feiern
- 10 **Unsere neuen Lernenden**
Herzlich willkommen

12

RückBlick

- 12 **Personalausflug 2018**
Impressionen vom Zugerberg

14

AugenBlick

- 14 **Lektüre – Literatur – Lyrik:**
Willy's letztes bisschen Leben
Kapitel 8
- 18 **Auf einen Orangensaft mit Ida Wettstein**
Stationsleiterin 1. Stock
- 20 **Kochworkshop**
Ein herbstlicher Waldspaziergang
- 21 **Wir gratulieren**

22

AusBlick

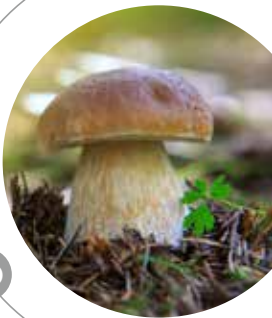
- 22 **Termine, Termine, Termine**



5



8



20

Begrüssung der Geschäftsleitung



Liebe Leserinnen, liebe Leser

Bereits im Jahr 2012 wurde in unserer Stiftung das eigens entwickelte wegweisende Konzept der «Alltagsgestaltung und Aktivierung» eingeführt. Es ist seither ein nicht mehr wegzudenkendes Element unserer Pflege und Betreuung. Um was geht es dabei? Unsere Bewohnenden haben bis zum Eintritt in unser Haus ihr Leben mehr oder weniger selbstständig gelebt. Sie haben ihren Alltag eigenverantwortlich gestaltet, einen eigenen Haushalt geführt und mussten im Tagesablauf viele Dinge bedenken und erledigen. Dies soll mit dem Eintritt in eine Pflegeinstitution nicht abrupt enden. Unser Wohlbefinden und in der Folge auch unsere Gesundheit hängen wesentlich davon ab, wie sinnvoll wir unsere Tage verbringen. Das Ziel der «Alltagsgestaltung und Aktivierung» ist die Erhaltung und die Verbesserung der Lebensqualität unserer Bewohnenden. Wir wollen mit diesen vielfältigen Aktivitäten das soziale, das seelische, das körperliche und das geistige Wohlbefinden unserer Bewohnerinnen und Bewohner fördern und erhalten. Der Beitrag über unsere «Alltagsgestaltung und Aktivierung» in dieser Ausgabe des Rundblicks gibt Ihnen einen Einblick in dieses wichtige Gebiet.

Ein weiteres Thema, das uns sehr am Herzen liegt, ist die pflegerische Aus- und Weiterbildung. Die Stiftung Amalie Widmer kümmert sich seit Anbeginn mit viel Herzblut und Engagement um den Berufsnachwuchs in der Pflege. Es freut uns jedes Jahr, wenn wir jeweils kurz vor den Sommerferien die erreichten Berufsabschlüsse und Diplome feiern können. Und ganz besonders freut es uns, wenn wir kurz darauf im August die neuen Lernenden begrüßen dürfen. Sie können diese jungen Berufsleute in dieser Ausgabe des Rundblicks kennenlernen.

Ich wünsche Ihnen eine interessante Lektüre!

A handwritten signature in black ink that reads 'M. Prassl'.

Manfred Prassl

Geschäftsleiter

Alltagsgestaltung und Aktivierung

Seit dem 1. März 2012 ist die Alltagsgestaltung und Aktivierung ein auf all unseren Pflegestationen wichtiger und fest integrierter Bestandteil. Unsere Angebote werden von sogenannten Fachpersonen Aktivierung (Alltagsgestalterinnen) sorgfältig nach den Bedürfnissen unserer Bewohnenden ausgearbeitet und umgesetzt. Pro Abteilung sind dies jeweils zwei Mitarbeiterinnen, die Unterstützung von Lernenden Assistenten Gesundheit und Soziales erhalten.

Das Ziel der Alltagsgestaltung und Aktivierung ist ganz klar die Erhaltung und Verbesserung der Lebensqualität unserer Bewohnerinnen und Bewohner. Wir wollen das *soziale Wohlbefinden* fördern, indem wir gemeinsame Aktivitäten anbieten. Dadurch entsteht ein Gemeinschaftsgefühl. Wir wollen das *seelische Wohlbefinden* fördern, indem wir mehr Möglichkeiten für individuelle Ausdrucksformen schaffen. Das wiederum stärkt das Selbstwertgefühl und vermittelt Sicherheit. Unsere Bewohnenden sollen ihre Gefühle leben können und ihre Eigenständigkeit im Tun und Denken behalten. Für das *körperliche Wohlbefinden* bieten wir Aktivitäten in Form von Bewegungsübungen an. Um die sprachliche Ausdrucksfähigkeit zu unterstützen und die geistige Beweglichkeit zu erhalten, wird unser Angebot für das *geistige Wohlbefinden* mit Lesen und Denkfit-Aufgaben abgerundet.

Die meisten unserer Bewohnenden haben viele Jahre in Eigenständigkeit gelebt.

Sie haben ihren Alltag selbstständig gestaltet, nach Lust und Laune, nach Pflichten und Gegebenheiten, sicher auch mit Grenzen. Diese Möglichkeit, sein Leben aktiv zu gestalten, soll mit einem Eintritt in eine Pflegeinstitution nicht komplett enden. Der Mensch ist und soll im Vordergrund bleiben und nicht seine Krankheit. Das Denken und das Handeln im Alltag werden durch kulturelle und soziale Aspekte beeinflusst. Man wird durch seine Biographie geprägt. Dies zu erkennen, zu erfassen und umzusetzen, ist ein wesentlicher Grundsatz für eine gelungene Alltagsgestaltung. Alltag sieht

für jeden etwas anders aus. Wichtige und gute Richtlinien, um herauszufinden, wer was gerne macht sind:

- Zuhören
- Ernst nehmen
- von der Normalität ausgehen
- beim Naheliegenden bleiben
- sich nicht durch Vorwissen bestimmen lassen
- auf das Erleben eingehen
- Ermutigen
- die Eigenständigkeit unterstützen

Jeder von uns hat das Bedürfnis nach Autonomie. Autonomie bedeutet niemals absolute Freiheit. In einem Abhängigkeitsverhältnis, wie zum Beispiel in einer Pflegeinstitution, ist es umso wichtiger, alles daran zu setzen, die Autonomie zu unterstützen.





Wahlmöglichkeiten zu bieten, eigene Entscheidungen zu fördern und zu unterstützen, auch wenn sie uns nicht immer gänzlich richtig erscheinen. Jemanden ermutigen, das zu tun, worin er oder sie befähigt ist. Jemanden zu fördern und ihm zur Seite zu stehen, in Dingen, bei denen eine Verunsicherung besteht, ergibt neues Selbstvertrauen.

Es sind meist die alltäglichen Dinge, die mit neu gewonnenem Selbstvertrauen einiges leichter erscheinen lassen und so auch zu Neuem Anstoss geben können.

Lebensgewohnheiten und Vorlieben sind nicht immer nur festgefahren. Es kann also gut sein, dass man zwanzig Jahre lang gerne und mit grosser Begeiste-

rung Spiele gespielt hat und dieser Beschäftigung von heute auf morgen überdrüssig wird. Diese Freiheit sollten wir jedem eingestehen und nicht automatisch mit einer Veränderung des Wesens oder des Gesundheitszustandes in Verbindung bringen. Eine weitere grosse Herausforderung ist es, Situationen anhand der Normalität zu beurteilen. Dies erscheint auf den ersten Blick nicht schwierig, führt aber doch des Öfteren zu Konflikten.

Warum beurteilen wir Dinge bei jungen, gesunden Menschen als normal oder zulässig, aber bei betagten oder behinderten Menschen nicht? Ist es normal, sich täglich von Kopf bis Fuss im Bett mit Seife waschen zu lassen oder ist es eher üblich, aufzustehen, ins Badezimmer zu laufen und zu duschen? Wenn ersteres also nicht üblich ist, warum wundern wir uns, wenn sich so mancher dagegen sträubt?



Solche Reaktionen gilt es ohne Vorbehalt ernst zu nehmen und die Handlung mit nachvollziehbaren Argumenten zu klären. Wobei das Wesentliche, nämlich das Zuhören, auf keinen Fall zu kurz kommen sollte, um so Hinweise auf Veränderungen, Impulse, Bedürfnisse oder Wünsche wahrnehmen zu können. Zuhören, heisst auch hinschauen, ohne zu interpretieren oder zu bewerten, aber mit dem Versuch, die Welt des Gegenübers zu verstehen. *mbr*

Wir nehmen einen Einblick in den Alltag auf dem 3. Stock:

Heute wird gebacken. Bereits um 08.00 Uhr sind unsere Fachfrauen der Alltagsgestaltung und Aktivierung am Teig zubereiten. Diesen wollen sie zusammen mit den Bewohnenden zu Tauben, Knöpfen, Zöpfli und Schnecken formen. Bereits beim Verarbeiten des Teigs sieht man bei den meisten eine gewisse Routine. Das kennen viele von früher, es wirkt vertraut. Auch der Duft, der sich bald darauf auf der ganzen Abteilung ausbreitet, ist bekannt und behagt.

Während dem Backen werden Kurzgeschichten aus alten Zeiten zum Thema Schulzeit und Streiche vorgelesen. Rege Diskussionen und eigene Erzählungen

folgen von Seiten der Bewohnenden. Mit Gesprächskarten möchten wir von unseren Bewohnenden wissen, wer für sie die berühmteste Person in ihrem Leben ist. Frau S. meldet sich spontan und meint voller Stolz: «Mein Vater!» Es ist ein sehr unterhaltsamer Vormittag in einer heiteren Runde, die wie üblich mit einem Dankeschön an die Bewohnenden für ihre Teilnahme beendet wird.

Am Nachmittag wird ein stockübergreifendes Angebot veranstaltet. Heute spielen wir Lotto. Preise sind Sugus und Kaffeegutscheine, die bei den Bewohnenden immer sehr beliebt sind. Eifrig und mit viel Freude wird mitgespielt. Zwischendurch werden Lieder gesungen, die von den Bewohnenden vorgeschlagen und gewünscht werden. Beim Singen begleitet uns eine Teamkollegin auf der Ukulele. Spass und Spiel machen hungrig, jetzt ist es Zeit, um die feinen Zopf-Tierli, die am Morgen gebacken wurden, zu probieren. Mit Genuss und einer gewissen Erfüllung werden die selbstgemachten Backwaren gegessen. Um 16.00 Uhr ist das Programm der Alltagsgestaltung und Aktivierung beendet. Zufriedene Bewohnende und Mitarbeitende kehren in ihren Alltag zurück.

TEXT: Manuela Steinauer, Fachfrau Alltagsgestaltung & Aktivierung, Ursula Walder, Mitarbeiterin Betreuung & Aktivierung



Trauerrituale

in verschiedenen Kulturen und Ländern

Teil 3: Mexiko - Wo Trauernde ein Fest feiern

Jeder trauert unterschiedlich. Weinen um einen geliebten Menschen etwa gehört in vielen Ländern zur Trauerarbeit hinzu, in anderen Kulturen wird gelächelt und gefeiert. In Mexiko gleicht der Tag der Toten einem fröhlichen Volksfest. Was sich makaber anhört, ist nichts anderes als eine Verneigung vor dem Leben.

In Mexiko wird mit dem Thema Tod und Sterben offensiv umgegangen. Es ist wohl eines der wenigen Länder, welches dem Tod mit Fröhlichkeit begegnet. Er wird nicht tabuisiert, sondern im Gegenteil, noch umarmt. In Mexiko werden die Toten einmal im Jahr mit dem «Día de los muertos» gefeiert. Vielleicht mag es in unseren Augen makaber erscheinen, aber der «Tag der Toten» blickt auf eine lange Tradition zurück. Der Feiertag wurde von der UNESCO sogar zum «Meisterwerk des mündlichen und immateriellen Erbes der Menschheit» ernannt.

Der Día de los muertos geht auf den Glauben und das Brauchtum der Ureinwohner Mexikos zurück.

Sie glaubten an ein Leben nach dem Tod. Im vorspanischen Mexiko gab es viele Völker, die an ein Leben im Jenseits glaubten. Als Anfang des 16. Jahrhunderts

die spanischen Eroberer an der mexikanischen Küste landeten, wurde dort der Totenkult bereits seit nahezu dreitausend Jahren praktiziert. So galt im Weltbild der Azteken der Tod nicht als Ende, sondern Anfang des neuen Lebens. Sie sahen den Tod als eine Befreiung der Menschen aus dem Gefängnis der Erdenzeit.

Besuch aus dem Jenseits.

Die Mexikaner glauben, dass in der Nacht vom 1. auf den 2. November die Seelen der Verstorbenen aus dem Jenseits auf die Erde zurückkehren, um ihre Familien zu besuchen und mit ihnen zu feiern. Das Leben wird als eine Art Durchreise gesehen, die die Toten vom Diesseits ins Jenseits bringt. Der Tod ist im Glauben der mexikanischen Bevölkerung nicht das Ende. Die Seele stirbt nicht, sondern verweilt lediglich im Jenseits und kehrt einmal im Jahr zurück ins Diesseits. Aus diesem Grund ist der 1. November, anders als in der



Schweiz, kein Trauertag, sondern ein farbenprächtiges Volksfest zu Ehren aller Verstorbenen.

Für den Día de los muertos laufen schon Wochen vorher die Vorbereitungen auf Hochtouren. Gefeierte wird in den Tagen vom 31. Oktober bis zum Gedächtnis Allerseelen am 2. November. Die Häuser werden auf Hochglanz gebracht und Opferaltäre, die sogenannten «Ofrendas» in den Wohnungen und auf den Strassen errichtet. Diese kleinen Altäre werden zu Ehren des Toten mit Blumen geschmückt und mit allem, was die Verstorbenen im Diesseits vermissen könnten, bestückt. Symbole des Todes und der Vergänglichkeit, wie Skelette und Schädel in den unterschiedlichsten Ausführungen, stehen in den Schaufenstern, überall auf den Strassen und in den Restaurants. Konditoreien produzieren kurz vor Allerheiligen die «Calaveras de Dulce», Totenschädel aus Zucker, Schokolade oder Marzipan, die die Namen der Toten auf der Stirnseite tragen. Zudem wird ein spezielles Brot, das «Pan de muertos» gebacken, das nur an diesem Tag verzehrt werden darf.

Kinder und auch Erwachsene sind als Skelette verkleidet.

Auf den Strassen herrscht buntes Treiben. Wohnungen und Friedhöfe werden prachtvoll mit Blumen, Kerzen und bunten Todessymbolen aller Art dekoriert. An den Eingangsporten der Häuser werden Laternen aufgehängt. Die leuchtend orangefarbene «Flor de Muertos» (Blume der Toten), eine Tagetesart, wird zusammen mit Ringelblumen und gelben Chrysanthemen als Empfangsteppich und Wegweiser für die Verstorbenen vom Haus bis zum Friedhof ausgelegt, damit diese sicher zum Familienfest finden. Man glaubt, dass Verstorbene die Farben Orange und Gelb am besten erkennen können.

In der Nacht zum Fest Allerheiligen wird die Ankunft der verstorbenen Kinder erwartet, der «Angelitos», der kleinen Engel. Nachdem in der Nacht auf den 2. November die Seelen der verstorbenen Erwachsenen ebenfalls im Haus empfangen wurden, findet anschliessend der Abschied von den Verstorbenen auf den Friedhöfen statt.

Die Familien treffen sich nachts am Grab ihrer verstorbenen Familienmitglieder oder Freunde.

Sie bringen Geschenke mit, die sie vor dem Grab ablegen. Es wird gemeinsam das Lieblingsgericht des Verstorbenen gegessen, seine Lieblingsmusik gehört, getrunken, musiziert und getanzt. Die Familien genießen das Gefühl, dass sie ihren Liebsten gerade ganz nahe sind. Die Toten werden ins Leben zurückgeholt und gefeiert. Um Mitternacht ist für die Verstorbenen jedoch die Zeit gekommen, wieder ins Jenseits zurückzukehren. Das Fest ist zu Ende, bis die Toten im nächsten Jahr zurückkehren.

Aber nicht nur die Verstorbenen, auch das Leben wird mit diesem Fest zelebriert. Dies erscheint zunächst widersprüchlich, denn es ist einerseits ein wenig melancholisch, andererseits aber auch sehr lebensbejahend. Vielleicht fällt es dadurch den Angehörigen leichter, mit dem Tod und ihrer Trauer umzugehen, indem sie dem Tod mit Kraft entgegentreten und ihn feiern, statt ihn zu verschweigen. Denn durch diesen Gedenktag werden schöne Erlebnisse wieder präsenter und die Hinterbliebenen haben das Gefühl, ihren Liebsten aus dem Jenseits ganz nahe zu sein.

Natürlich ist es bei uns nur schwer vorstellbar, solch ein Fest der Toten zu feiern. Es passt nicht in unseren Kulturkreis und erscheint uns merkwürdig oder makaber. Aber in einer abgemilderten Version ist das Feiern der Verstorbenen durchaus sinnvoll. Einmal im Jahr, am Todestag des geliebten Menschen, gemeinsam sein Lieblingsessen zu essen, seine Lieblingsmusik zu hören, an sein Lieblingsort zu gehen oder einfach nur über die verstorbene Person zu sprechen, ist ebenfalls eine Möglichkeit, den geliebten Menschen zu würdigen. Dafür braucht es keine Totenkopf- oder Skelett-Verkleidung, sondern einfach nur die schönen Erinnerungen.

TEXT: Eveline Corigliano

Unsere neuen Lernenden

in der Stiftung Amalie Widmer

Am Montag, 13. August 2018 haben fünf junge Erwachsene ihre Lehre als Fachfrau Gesundheit oder Assistentin Gesundheit und Soziales in unserer Stiftung begonnen. Ganz neu im Haus sind Liv Fehr und Aline Salon. Floor Buurma und Gabriela Corona absolvierten bereits ein Pflegepraktikum in unserem Betrieb. Tenzin Youlthang schloss im August 2017 ihre Lehre als Assistentin Gesundheit und Soziales in unserer Stiftung ab und startete nun die Ausbildung zur Fachfrau Gesundheit.

*Wir heissen alle herzlich willkommen
und wünschen ihnen viel Freude
während der Lehrzeit.*





Flooruurma • Nach meinem einjährigen Praktikum in der Stiftung Amalie Widmer, bin ich sehr glücklich und motiviert, nun anschließend die Lehre als Fachfrau Gesundheit absolvieren zu können. Vor allem bin ich gespannt und freue mich, die pflegerischen und medizinischen Handlungen im Betrieb und in der Schule zu erlernen.

Nach den ersten Wochen gefällt es mir sehr gut auf dem 3. Stock. Ein tolles Team! Ebenfalls schätze ich die Abwechslung zwischen Arbeit, Aktivierung und der Berufsschule.

In meiner Freizeit mache ich sehr gerne Sport und unternehme diverses mit meinen Freunden.



Liv Fehr • Ich wollte immer einen Beruf mit Kontakt zu Menschen ausüben. Als ich dann eine Schnupperlehre machen konnte, hat sich mein Berufswunsch bestätigt. Die Stiftung Amalie Widmer hat mich nicht nur im Umgang mit den Mitarbeitenden überzeugt, sondern auch im Umgang mit den Bewohnenden. Im Zentrum steht das Wohl des Bewohnenden!

Es gefällt mir sehr hier in der Stiftung Amalie Widmer. Wenn ich Fragen habe, ist immer jemand da, an den ich mich wenden kann. Mir wird alles genau erklärt und die Stimmung in meinem Team ist sehr gut. Die Möglichkeit zu haben, in der Stiftung Amalie Widmer meine Lehre zu absolvieren, macht mich glücklich.

Ich spiele Tennis, fahre Ski und bin Pfadileiterin in der Seepfadi.



Tenzin Youlthang • Da ich sehr gerne der älteren Generation helfe und denke, dass ich von ihnen auch noch viel lernen kann, habe ich mich entschieden, die Lehre als Assistentin Gesundheit und Soziales zu machen. Nun möchte ich noch die Lehre als Fachfrau Gesundheit anhängen.

Hier in der Stiftung Amalie Widmer gefällt mir vor allem, die wirklich guten und angenehmen Arbeitsbedingungen und das Arbeitsklima.

In meiner Freizeit fahre ich sehr gerne Velo.



Gabriela Corona • Ich interessiere mich generell sehr für das Gesundheitswesen, deshalb möchte ich mich mehr mit diesem Thema auseinandersetzen, um schlussendlich professionell Pflegen zu lernen.

Seit knapp einem Jahr bin ich in der Stiftung Amalie Widmer, da ich bereits ein Praktikum absolvieren durfte. Die Abläufe sind mir bekannt und ich finde sie gut. Die Atmosphäre auf der Abteilung gefällt mir sehr gut, die Mitarbeitenden sind sehr herzlich und man fühlt sich willkommen.

In meiner Freizeit gehe ich momentan gerne ins Fitness, immer sehr gerne treffe ich mich mit Familie und Freunden.



Aline Salon • Ich unterstütze gerne pflegebedürftige Menschen und gehe gerne auf ihre Bedürfnisse ein. Ich liebe es, wenn sie lachen und zufrieden sind.

Ich hatte einige Startschwierigkeiten hier in der Stiftung Amalie Widmer, doch mittlerweile habe ich mich eingelebt und fühle mich wohl. Ich freue mich nun auf zwei spannende, erfolgreiche Jahre im 2. Stock.

Meine Hobbies sind Unihockey und Fussball.



Personalausflug 2018

Rasante Trottifahrt vom Zugerberg

Der Sonnengott war auch dieses Jahr einmal mehr auf unserer Seite. Bei herrlichem Spätsommerwetter starteten wir zu einer gemütlichen Schifffahrt auf dem Zugersee. Danach brachte uns die Panoramabahn in nur 8 Minuten auf den schönen Zugerberg. Beim Mittagessen stärkten wir uns mit Ghacktem und Hörnli bevor wir mit Trotтинetts vor einem grandiosen Panorama hinunter nach Zug rollten. Zu guter Letzt besuchten wir die Confiserie Speck. Nach einem Rundgang durch den Schnapskeller, durften wir in der Backstube der Konditorin bei der Herstellung einer Zuger Kirschtorte zuschauen. Sage und schreibe 2 1/2 Deziliter Kirschsafft tranken eine Torte... Natürlich liessen es sich die meisten nicht nehmen, diese Spezialität im Anschluss auch noch zu degustieren, bevor wir die Heimreise antraten.





Willy's letztes bisschen **Leben**

KAPITEL 8

«Warmes Brot ist eigentlich nicht gesund, aber es schmeckt himmlisch.» Sie bricht das Brot direkt, nachdem sie es aus dem Ofen genommen hat und riecht daran. Ich habe oft Magenbrennen, weil ich das warme Brot esse, aber das macht nichts. Dann nehme ich eine Kalziumtablette und dann ist es wieder gut. Warmes Brot ist wirklich das Beste. Besonders Verenas warmes Brot. Wir essen selbstgemachte Kürbissuppe und frisches Brot, für mich eine königliche Mahlzeit.

Wir essen bescheidene Dinge, aber die sind immer frisch und sehr sorgfältig zubereitet. Das haben wir immer so gehalten, auch als die Kinder noch im Haus waren. Alle unsere Töchter kochen auch gerne. Sie laden uns hin und wieder zum Abendessen ein. Ausser die, die in Kanada lebt, sie kann uns ja nicht einfach einladen. Letztens habe ich den Namen ihres Sohnes vergessen. Jetzt weiss ich nicht mehr, wie sie heisst. Ich kann nicht vergessen, wie meine Tochter heisst, das geht einfach nicht. In der Stube hängt ein grosses Bild aus Ton. Alle Mädchen haben darauf ihren Handabdruck hinterlassen und eine Unterschrift darunter gemalt. Ich gehe hin und sehe nach. Erika bekommt das Kind, Brigitte gibt es nicht mehr, Doris wohnt in Oberengstringen. Also Katrin. Wie kann ich nur den

Namen meiner Tochter vergessen. Ich sehe sie vor mir. Sie ist braungebrannt und hat schneeweisse Zähne. Ihre Haare sind dunkelbraun und glatt. Sie schminkt sich nicht, trägt Holzfällerhemden und Springerstiefel. Katrin eben. Die Kinder bedeuten mir alles. Ich bin keiner dieser Väter gewesen, die alles der Frau überlassen haben. Die Verena hatte oft freie Wochenenden oder Abende, weil ich gerne etwas mit den Mädchen unternommen habe. Im Sommer waren wir im Strandbad oder Wandern, im Winter sind wir Ski gefahren und in Zürich auf dem Dolder Schlittschuh gelaufen. Die Mädchen liebten es, auf der Eisbahn den Eiskunstläuferinnen zuzusehen und davon zu träumen, selbst so elegant laufen zu können. Die Schokolade nach dem Eislaufen war immer die Beste der Welt.

«Ich rufe Dr. Schnellmann an und vereinbare einen Termin für uns.» Verena holt mich aus meinen Gedanken. Sie steht vom Sofa auf und geht zum Telefon. Auch wenn es nur ums Impfen geht, habe ich Angst vor dem Arztbesuch. Ich will nicht hören, dass etwas nicht stimmt mit mir. Ich merke es ja selbst, aber es lässt sich sehr gut damit leben. Ich höre, wie Verena sich für Morgen mit der Arztpraxis verabredet und wie sie sich dafür entschuldigt, dass sie sich so spät meldet mit dem Anliegen. Sie kommt zurück ins Wohnzimmer und setzt sich an den Tisch, wo die Berta stand. Der Platz ist noch leer. «Wir sind spät dran mit den Impfungen, wir müssen morgen gleich zum Arzt.» Egal wann, es passt mir so oder so nicht. «Spielt ja keine Rolle, wir haben nichts vor.» «Wenn wir in der Stadt sind, könnte ich mich nach einer neuen Nähmaschine umsehen.» Das hatte ich mir schon gedacht, die Verena kann nicht ohne eine Nähmaschine sein. Jetzt, da sie mit ihrer Hand wieder halbwegs arbeiten kann, will sie natürlich noch ein bisschen üben, bevor sie nach dem Urlaub wieder Aufträge annimmt. «Warum nicht, wir haben Zeit, schliesslich sind wir pensioniert.» «Du bist pensioniert Willy, ich halte meinen Geist durch Arbeiten fit.» Der hat gegessen. «Wie meinst du das, ist mein Geist nicht mehr fit?» «Du bist schon ein wenig schrullig geworden.» Das sagt sie lachend und trotzdem merke ich, dass auch für sie ein Quäntchen Wahrheit in dieser Aussage steckt. Das betrübt mich und ich weiss nicht, was ich darauf sagen soll. «Recht hast du, ich bin ein schrulliger Opa geworden.» «Aussehen tust du aber frisch und knackig wie immer.» So ernsthaft hat sie es also doch nicht gemeint, sonst hätte sie «frisch und knackig» nicht erwähnt. Das haben wir uns immer nur im Scherz gesagt. «Ich werde jetzt ein Weilchen fernsehen, um meinen Geist fit zu halten.» Ich schaue mir die Nachmittags-Tagesschau an. Die Nachrichten vermögen mich aber nicht zu fesseln.

Meine Gedanken kreisen um den Arztbesuch, den ich wirklich nicht antreten möchte. Ich habe diese Reise gebucht, warum habe ich mich nicht über die Impfungen erkundigt? War das überhaupt schon relevant oder hätte ich im August ohne weiteres zum Arzt gehen können? Ohne die Angst, entdeckt zu werden.

Was soll er eigentlich entdecken, dass ich vergesslich bin? Sonst bin ich kerngesund. Ich lebe ohne jede Einschränkung. Es gibt ja viele Männer in meinem Alter, die gesundheitlich schwerwiegend eingeschränkt sind. Die Prostata, der Darm, das Herz, irgendetwas hat eigentlich jeder aus unserem Bekanntenkreis. Ueli ist sehr früh verstorben. Ich habe da wirklich mehr Glück. Ich muss nicht einmal besonders aufpassen mit dem Essen. Ich bewege mich genug, und wann immer ich kann, gehe ich im Laufschrift. Die Hilde, die Frau vom Ueli, die hat jetzt Zuckerkrankheit. Sie kann nicht mehr einfach so bei uns essen oder im Restaurant. Und wenn sie zuviel gegessen hat, muss sie sich Insulin in den Bauch spritzen. Das hat ihrem Gemüt auch nicht besonders gut getan. Wein kann sie auch nicht mehr trinken oder wenn, dann nur ein kleines Schlückchen.

Die Nachrichten habe ich jetzt verpasst, weil ich über all die anderen Dinge nachgedacht habe. Ich denke sehr viel nach in letzter Zeit. Es ist eine Art Kreisen in meinem Kopf. Es beginnt mit einem simplen Gedanken und dann läuft ein ganzer Film ab. Oft verliere ich mich in den Gedanken und meist kreisen sie um die Vergangenheit. Ich war nie ein Grübler, warum bin ich es jetzt? Mein Vater ging immer in den Schopf, wenn er nachdenken musste. Er blieb stundenlang dort und werkelt und grübelte. Die Mutter sagte das so: «Er werkelt und grübelt etwas, stört ihn nicht sonst gibt's ein Donnerwetter.» Das machte den Vater unerreichbar, was wiederum dazu führte, dass wir, meine Geschwister und ich, ihn unbedingt sprechen mussten oder gerade in diesem Moment seine Hilfe dringend brauchten. Das Donnerwetter kam prompt, wenn er beim Werkeln und Grübeln gestört wurde. Dann schrie er den Störenfried an und sprach beim Abendessen kein Wort.

Jetzt ist es schon wieder passiert, ich bin schon wieder abgeschweift mit meinen Gedanken. Ich habe mich nie so klar und so bildlich an meine Kindheit erinnert, wie in den letzten Monaten. Ich frage mich, ob es daran liegt, dass ich viel Zeit habe. Jedenfalls zeigt es, dass mein Gehirn intakt ist. Ich gehe zum Computer und öffne das Schachspiel. Ich spiele einige

Züge in einem Level unter meinem Niveau und merke, dass es mir heute gut läuft. Ich schlage den Computer in wenigen Zügen. Ich spiele den ganzen restlichen Nachmittag auf meinem gewohnten Niveau und verliere nicht öfter als früher. Ich fühle mich beschwingt und bin ein wenig übermütig. «Was gibt es zum Abendbrot Verena?» «Teigwarengratin.» Sie wirkt schon seit längerem in der Küche. Ich hab sie gehört, aber nichts gesagt. Es kommt hin und wieder vor, dass sie mich einfach mit einer meiner Leibspeisen überrascht. Teigwarengratin gehört eindeutig dazu. Sie macht ihn mit Schinken, Zwiebeln, Erbsen und Karotten und mit einem Guss aus Sahne, Käse und Muskatnuss. Eine himmlische Kombination. Ohne Verenas Küche könnte ich heute nicht mehr überleben. Meine Mutter hat auch sehr gut gekocht, Gott hab sie selig, diese gutmütige Frau. Ich gehe in die Küche, um den Tisch zu decken. Verena trägt ihren Jogginganzug, er ist bestimmt zwanzig Jahre alt, dunkelgrün mit weissen Streifen an den Seiten der Beine und der Arme. Wir spielten damals ein bisschen Tennis und da hat sie ihn sich gekauft. Das weiss ich auch noch. Meinem Kopf geht es gut. Adidas, beim Tennis musste alles von Adidas sein. So befand es Verena und so wurde es dann gemacht. Mein Jogginganzug, dunkelblau mit schwarzen Streifen, ist schon lange in der Altkleidersammlung gelandet, der war durch. «Schau mich nicht so ungläubig an Willy, was ist denn?» «Den Jogginganzug hast du bestimmt seit zwanzig Jahren.» Sie lacht. «Ja, den habe ich wirklich schon seit Ewigkeiten, er ist aber immer noch gut.» «Er sieht toll aus an dir, du bist schön wie eh und je.» «Heuchler.»

Sie nimmt den Gratin aus dem Ofen und stellt ihn dampfend und duftend auf den Tisch. Mir läuft das Wasser im Mund zusammen, ich hatte vorhin noch keinen Hunger, aber jetzt, das nennt man Verführung. Ich schlage richtig zu. Trotzdem hat es noch Reste, die wird die Verena morgen mit etwas Sahne in der Bratpfanne aufwärmen. Da freu ich mich jetzt schon drauf. Nach dem opulenten Mahl bin ich plötzlich sehr müde. Mein Kopf tut weh, und ich kann mich weder auf den Fernseher, noch auf Verenas belangloses Geplauder konzentrieren. «Ich nehme ein Bad.» Ich

stehe auf und gehe ins Badezimmer, um das Wasser einlaufen zu lassen. Verena bleibt in der Stube, ich sehe aus dem Augenwinkel, wie sie sich auf dem Sofa ausbreitet. Ich fliehe, ich fliehe oft in letzter Zeit. Es überfordert mich, wenn der Fernseher oder das Radio läuft und jemand gleichzeitig mit mir sprechen will. Ich weiss dann nicht, wo ich hinhören soll. Ehe ich auf eine Frage aus dem Fernseher antworte, flüchte ich lieber. Ich entkleide mich im Badezimmer und lege mich in die Wanne. Das Wasser ist angenehm warm und ich fühle mich geborgen wie ein Kind in den Armen seiner Mutter. Ich starre an die Decke und sehe nichts als den weissen Verputz. Ich ziehe den Duschvorhang zu. So sicher habe ich mich schon lange nicht mehr gefühlt. Ich muss die Augen nicht schliessen, um an etwas denken zu können. Ich werde durch nichts und niemanden abgelenkt. Die Welt um mich beschränkt sich auf zweieinhalb Kubikmeter und hat keine Farbe, ausser dem schummerigen Weissgelb, verursacht vom Duschvorhang und der Neonleuchte über dem Waschbecken. Meine Brust hebt und senkt sich und ich denke an nichts. Endlich einmal denke ich an nichts. Am liebsten würde ich hier liegen bleiben, bis alles wieder normal ist. Nach einer Weile verliert das Wasser seine angenehme Wärme und ich fühle mich fast gezwungen, die Wanne zu verlassen. Ich schiebe den Vorhang beiseite und betrachte mich beim Aufstehen im Spiegel. Ich sehe gut aus, ich bin fit und gesund. Im Schlafanzug gehe ich in die Stube, um der Verena noch eine gute Nacht zu wünschen. Sie ist auf dem Sofa eingeschlafen, ein Bein über das andere geschlagen und mit offenem Mund liegt sie da. Ich wecke sie nicht, decke sie aber zu. Den Fernseher lasse ich laufen, aber das Licht mache ich beim Verlassen der Stube aus. Ich schlafe auch sofort ein. Die Verena ist irgendwann ins Bett gestiegen und hat sich an mich geschmiegt. So schlafen wir auch nach all den Jahren noch gerne ein, wie zwei Löffelchen in der Besteckschublade.

«Willy, Willy, Willy!!! Wach jetzt endlich auf!!» Ich versteh nicht, wer schreit da so und warum? Wo bin ich, warum schreit jemand? «Willy, das Kind! Sie bekommt das Kind!» Was ist mit dem Kind, ist etwas mit den Mädchen? Ich muss richtig wach werden. Ich

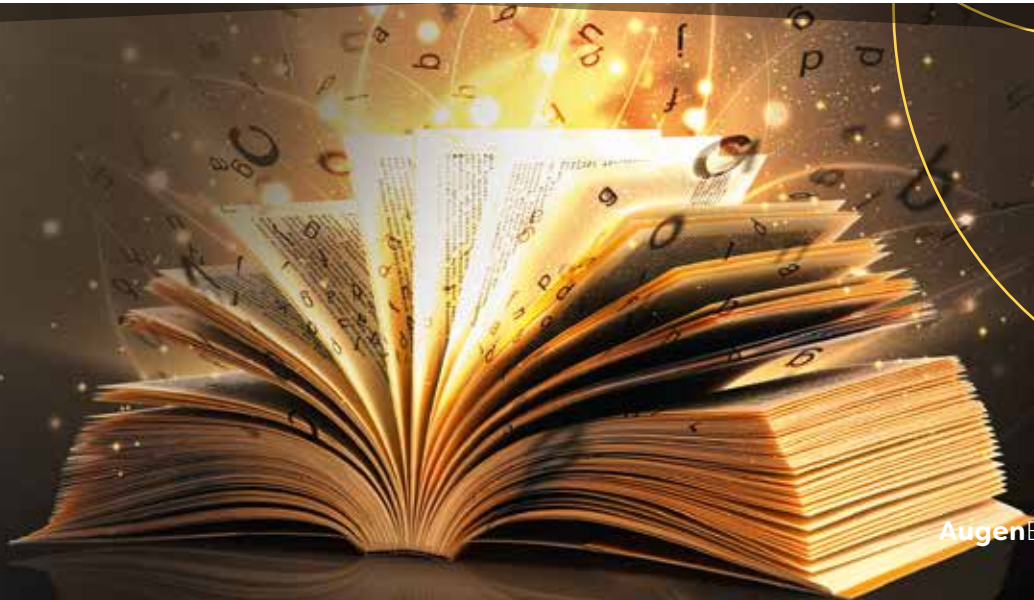
setze mich auf. «Herrgott Willy, endlich. Was soll das denn, du bist ja nicht wach zu kriegen.» «Verena du bist das, warum schreist du so?» «Die Erika bekommt das Baby, sie ist schon im Krankenhaus und ich versuche seit Minuten, dich zu wecken.» Das U in Minuten zieht sie in die Länge, um die Wirkung zu verstärken, wie sie es immer tut mit den Vokalen, wenn sie einem etwas vorwerfen will. «Was kann ich dafür, dass sie das Baby so früh am Morgen bekommen muss?» «Sag mal Willy, spinnst du jetzt?» Ich sage lieber nichts mehr, ich hab selbst bemerkt, dass das nicht richtig war. Ich stehe einfach auf und ziehe mich an. Bestimmt will die Verena sofort ins Krankenhaus fahren und dort stundenlang warten. Ich liebe Kinder über alles, aber ich sehe sie lieber erst, wenn sie gewaschen und hübsch angezogen sind. Ich trödle absichtlich ein wenig beim Ankleiden, wasche mich besonders gründlich und creme mich ein. «Kannst du dich nicht ein bisschen beeilen Willy. Musst du ausgerechnet heute die ganze Kosmetik durchführen?» Um sie noch länger hinzuhalten, rasiere ich mich auch noch. Dabei pfeife ich ein Lied aus einer Operette, deren Namen mir gerade nicht einfällt. Die Verena stampft unruhig im Flur auf und ab. Ich trödle munter weiter. Ich will nicht im Krankenhaus sitzen und warten. Ich ziehe meine Schuhe im Flur an, wo die Verena mir vorwurfsvoll dabei zusehen kann. «Warum ziehst du keine Socken an Willy? Es ist nicht mehr Sommer und das sind keine Sommerschuhe.» Die Socken hatte ich vergessen. Ich hatte die ganze Zeit das Gefühl, dass etwas fehlt an meiner Ankleide. Schweigend gehe ich ins Schlafzimmer, nehme mir ein Paar Socken aus der Schublade und ziehe sie an. Sie sind ganz zart und durchsichtig. Ich staune, solche Socken hatte ich

noch nie zuvor. Ich ziehe sie hoch bis ans Knie und lasse dann die Hosenbeine wieder herunter. Komische Socken. Im Flur will ich mir gerade wieder die Schuhe anziehen, als die Verena plötzlich ausruft: «Willy, du willst mich zum Wahnsinn treiben! Warum ziehst du meine Socken an?!» Ach so, darum fand ich die Socken so komisch, die gehören mir gar nicht, die gehören der Verena und das ist jetzt wirklich peinlich. «Ach, nur ein Scherz Verena.» «Was? Das ist alles andere als witzig. Mach dich jetzt endlich fertig, ich will da sein, wenn das Baby kommt!» Sie ist ganz rot im Gesicht, das wollte ich nicht. Ich gehe wieder ins Schlafzimmer, bemerke, dass ich an der falschen Schublade war und ärgere mich genauso, wie sich die Verena gerade geärgert hat. Ich spüre, dass ich auch rot werde im Gesicht und muss die Tränen mit aller Kraft zurückhalten. Ich bin langsam dabei zu verblöden. Es ist, weil ich nichts mache, nur hier herumsitze und lese, fernsehe und esse. Daran muss ich auf der Stelle etwas ändern. Es ist Herbst, eine wunderbare Zeit, um Wanderungen zu unternehmen. Beim Gehen habe ich einen freien Kopf bekommen, wenn ich auch nur Spaziergänge im Quartier unternommen habe, bis jetzt. Ab Morgen werde ich zum Wandervogel. Die Verena wird sowieso die ganze Zeit bei der Erika herumsitzen und das Baby herzen. «Willy, komm schon.» Wieder gehe ich in den Flur und ziehe mir die Schuhe an. Sie sagt nichts mehr, hat nichts mehr auszusetzen.

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 Orangensaft mit Ida Wettstein

Pflegefachfrau und Stationsleitung 1. Stock

Du hast einen Orangensaft bestellt. Welches ist, abgesehen von einem Orangensaft, dein liebstes Getränk?
Ich mag verschiedenste Sorten von Tee.

Du feierst dieses Jahr dein 40-jähriges Dienstjubiläum. Herzliche Gratulation! Wie bist du zu deiner Berufswahl gekommen?

In meinem Haushaltslehrjahr arbeitete ich bei einer Familie mit zwei kranken Kindern. Das Pflegen lag mir schon damals am Herzen. Dann absolvierte ich meine Lehre als Kinder-, Säuglings- und Wöchnerinnenpflegerin. Bald bemerkte ich, dass mich ein längeres Begleiten von kranken Menschen mehr anspricht. Im Spital ist der Wechsel der Patienten sehr gross. Nach der Lehre arbeitete ich mit mehrfach geistig behinderten Kindern zusammen, diese wurden über Jahre betreut, was mir deutlich besser gefiel. Dann kam ich durch die Heirat nach Horgen und so zum damals noch genannten Widmerheim.

Erinnerst du dich an deinen ersten Arbeitstag in der SAW?

Ja, ich erinnere mich genau. Es war für mich eine total andere Welt. Von den sehr lebhaften, zum Teil hyperaktiven Kindern zu den doch sehr ruhigen



betagten Bewohnenden, die meist auf Stühlen sassen oder im Bett lagen. Zuerst dachte ich, «oh nein, das ist nichts für mich». *(lacht)*

Was hat sich in diesen 40 Jahren am meisten verändert?

Der Umgang mit den Bewohnenden. Er orientiert sich nach den Bedürfnissen. Heute geht man auf Wünsche der Bewohnenden oder deren Angehörigen ein und berücksichtigt diese wenn immer möglich. Früher war man als Pflegeperson die Fachkraft, die wusste, in welcher Situation was zu tun war. Es wurden vor allem elementare Bedürfnisse abgedeckt, für anderes blieb wenig Raum. Häufig stiess man mit dieser Arbeitsweise auf Widerstand. Das war nicht immer befriedigend. Es ist schwer genug in einem Abhängigkeitsverhältnis zu leben, wenn man dann als Pflegende für jemanden etwas

Gutes tun kann, ist das für beide Parteien schön. Leider hat auch der administrative Teil enorm zugenommen.

Was macht dir an deiner Arbeit am meisten Spass?

Einerseits die vielen verschiedenen Persönlichkeiten und ihre Lebensgeschichten. Die Bewohnenden und ihr Verhalten beobachten und anhand dessen herausfinden, was sie wünschen, was sie brauchen. Gerade bei uns auf der Abteilung für Demenzerkrankte ist dies sehr wichtig zu merken, und auch zu wissen, was sich für Geschichten hinter den Leuten verbergen, um so eine bedürfnisorientierte Pflege und Betreuung zu gewährleisten.

Warst du immer auf der Abteilung mit Demenzerkrankten?

Nein, früher gab es keine spezielle Abteilung für Demenzerkrankte. Heute, mit der deutlich höheren Lebenserwartung, ist demzufolge auch die Anzahl an Demenzerkrankten gestiegen. Als ich dann später meine Kinder zur Welt brachte und Mutter wurde, arbeitete ich vorwiegend im Nachtdienst.

Rückblick: Es gibt sicher ganz viele Erlebnisse in den 40 Jahren hier in der SAW. Ist dir eines besonders geblieben?

(lacht) Davon gibt es zahlreiche Episoden, für mich sind sie wie Filmsequenzen. Eine Bewohnerin hatten wir, die früher selber eine Alterseinrichtung geleitet hat. Sie war immer noch in dieser Rolle bei uns, sie sagte allen, wie man sich benimmt, was sich gehört und was nicht. Ebenfalls zu dieser Zeit war ein Bewohner bei uns, der ehemaliger Waldarbeiter war. Er war ebenfalls noch in der Rolle als Holzer bei uns. So kam es, dass er jeweils gewisse Stellen für Bäume hielt und dort sein «Geschäft» verrichtete. Dies natürlich ganz zum Leide der früheren Leiterin, die ihn abermals zurechtwies. Eines Tages meinte er ganz lässig zu ihr: «An diesen Baum pinke ich jeden Tag, bevor ich zur Arbeit gehe!» Für uns Pflegende war es in manchen Situationen eine grosse Herausforderung, aber die zwei doch sehr unterschiedlichen Charakteren und die daraus resultierenden Konflikte bescherten uns manchen Schmunzler.

Ausblick: Machst du dir jetzt schon Gedanken auf dein Leben ohne die SAW?

Ja, ich merke, ich bin selber älter geworden und vielleicht deshalb auch in gewissen Situationen «dünnhäutiger», gewisse Dinge gehen mir näher. Aber sicher möchte ich sehr gerne etwas im freiwilligen Bereich machen. Ich würde mich zum Beispiel sehr gerne um die grosse, schöne Terrasse im 1. Stock kümmern oder Essen eingeben. Am Herzen liegt mir auch den Kontakt zu unserem Team im 1. Stock aufrechtzuerhalten. Wir haben

so tolle Mitarbeitende, mit ganz vielen wertvollen Persönlichkeiten. Wenn es die Gesundheit zulässt, dann engagiere ich mich sehr gerne weiterhin. Auch Reisen möchte ich noch und meine beiden Enkelkinder geniessen.

Was gefällt dir besonders gut in der Stiftung Amalie Widmer?

Ich durfte viele, interessante Weiterbildungen besuchen. Ich konnte meine Arbeitszeit den Familienverhältnissen anpassen, das habe ich sehr geschätzt und finde es überhaupt nicht selbstverständlich. Es gefällt mir, dass hier in der SAW sehr viele, sehr engagierte Personen arbeiten und eine wertschätzende Stimmung herrscht.

Was gefällt dir weniger?

Ich hätte gerne mehr Platz für die Bewohnenden. Bei uns im 1. Stock meine ich nicht unbedingt die Zimmer, sondern den Wohnbereich. Alle Bewohnenden möchten dort sein, wo das Tagesgeschehen abläuft. Es sind nur wenige, die ihren eigenen Raum und ihre Privatsphäre benötigen.

Welche 3 Adjektive beschreiben dich am besten?

Ruhig, geduldig, zurückhaltend.

Bist du eher eine Frühaufsteherin oder ein Nachtmensch?

Ein Nachtmensch.

Wenn du auf dein Leben zurückschaust, welche Entscheidung würdest du im Nachhinein rückgängig machen wollen?

Keine, ich lebe vorwärts, man kann nicht sagen, wie etwas gekommen wäre, wenn man anders entschieden hätte.

Und für welche Dinge in deinem Leben bist du am dankbarsten?

Für Familie und Kinder.

Wenn du eine berühmte Persönlich-

keit – egal ob lebendig oder tot – treffen dürftest: Wer wäre das?

Martin Luther King (Freiheitskämpfer der Schwarzen in Amerika) und Carla Del Ponte (ehem. Bundesanwältin der Schweizerischen Eidgenossenschaft).

In welchem Film hättest du gerne die Hauptrolle gespielt?

Da ich die Wüste sehr gerne habe in «Lawrence von Arabien».

Welches Buch liegt gerade auf deinem Nachttisch?

Die Bibel und «Jeder stirbt für sich allein» von Hans Fallada, ein eindrücklicher Roman aus der Nazizeit. Mein Lieblingsbuch ist jedoch «Wer die Nachtigall stört» von Harper Lee.

Deine Lieblingsmusik?

Querbeet, je nach Stimmung.

Spielst du ein Musikinstrument?

Ich spielte früher Tenor-Saxophon. Ich begann eher spät und war nicht sehr talentiert. Jedoch, wenn ich es höre, gefällt es mir auch heute noch.

Was war früher dein liebstes Schulfach?

Aufsätze schreiben.

Wofür würdest du mitten in der Nacht aufstehen?

Für einen Menschen in Not.

Was bringt dich auf Palme?

Schlechte Umgangsformen.

Für was möchtest du dir unbedingt noch Zeit nehmen?

Ich möchte wieder in die Wüste reisen. Momentan ist es jedoch schwierig, da das EDA von ziemlich vielen dort liegenden Destinationen abrät. Mir gefällt die wilde Natur und die Berge.

Liebe Ida, ganz herzlichen

Dank für dieses sehr angenehme Gespräch mit Dir!

Genussreicher Kochworkshop für unsere Mitarbeitenden

Nach dem erfolgreichen Kochworkshop im Frühling, wo wir leckere Apérohäppchen zubereiteten, organisierte unser Küchenchef, Thomas Löffler, zum zweiten Mal in diesem Jahr einen Koch-Event für alle interessierten Mitarbeitenden. Obwohl draussen noch hochsommerliche Temperaturen herrschten, stand der Workshop - der Jahreszeit entsprechend - unter dem Motto «Herbstmenü Surprise». So fanden sich am Donnerstag, 22. September 2018 fünf kochbegeisterte Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter in der Grossküche der Stiftung Amalie Widmer ein. Bei einem Begrüssungsglas Prosecco stellte Thomas Löffler das Menü vor, welches im Anschluss gemeinsam zubereitet wurde:

Ein Waldspaziergang

*Bremgartner Saiblingstatar
Yuzugel / Sauerteigbrot*

*Rehrücken / Pilze / Flusskiesel
Kräuter / Tannenöl*

*Eingelegte Waldbeeren
Joghurt / Honig / Kürbis*

Bei bester Laune widmeten sich die Teilnehmer als erstes der Zubereitung des Fischtatars. Immer wieder erläuterte Thomas Löffler spannende Details zu den einzelnen Zutaten, so zum Beispiel auch, woher die Yuzuzitrone stammt. Sie wird seit Tausenden von Jahren in China angebaut.

Es wurde geschnippelt, getoastet, gemixt, gebrutzelt und vor allem viel gelacht. Thomas Löffler gab hier und da einen Tipp oder zeigte kompliziertere Arbeitsschritte vor.

Speziell war die Herstellung der

Flusskiesel. Was sich hinter diesen Steinen verbirgt, wird hier nicht verraten. Nur ein Tipp, es empfiehlt sich, vor der Zubereitung Gummihandschuhe anzuziehen, will man am nächsten Tag nicht mit schwarzen Fingern herumlaufen.

Der Höhepunkt war natürlich das Verspeisen der zubereiteten Köstlichkeiten. Obwohl die Bäuche schon voll waren, nahmen bei der Joghurtcrème und den (beschwipsten) Beeren alle nochmals einen Nachschlag.

An dieser Stelle ein herzliches Dankeschön an Thomas Löffler für den tollen Workshop. *eco*





Alle Rezepte für den Waldspaziergang können bei Interesse an unserem Empfang bezogen werden.

Wir gratulieren

Dienstjubiläen
von Oktober bis
Dezember 2018

5 Jahre:
Dawa Dolma Dardutsang

10 Jahre:
Mimoza Krasniqi

15 Jahre:
Renate Wickihalter

40 Jahre:
Ida Wettstein

**Hohe oder runde
Geburtstage**
unserer Bewohnenden

75 Jahre:
Robert De David

80 Jahre:
Marcel Gloor
Johann Rainer

über 90 Jahre:
Maria Knüsli (91)
Margrit Jenni (92)
Agnes Würsch (92)
Charlotte Fluri (93)
Regina Girelli (97)
Ursula Sonderegger (99)

Oktober

öffentlich

Dienstag, 2. Oktober 2018

Reformierter Gottesdienst
um 10.00 Uhr im Andachtsraum

Dienstag, 2. Oktober 2018

Lesung von Katharina Morello
um 14.30 Uhr im Festsaal

Donnerstag, 4. Oktober 2018

Katholischer Gottesdienst
um 10.00 Uhr im Andachtsraum

Donnerstag, 11. Oktober 2018

Katholischer Gottesdienst
um 10.00 Uhr im Andachtsraum

Donnerstag, 11. Oktober 2018

Klassisches Klavierkonzert mit
Tamara Shpiljuk
um 14.30 Uhr im Festsaal

Donnerstag, 18. Oktober 2018

Katholischer Gottesdienst
um 10.00 Uhr im Andachtsraum

Mittwoch, 24. Oktober 2018

Flötenensemble Au
singen und zuhören
um 14.30 Uhr im Festsaal

Donnerstag, 25. Oktober 2018

Katholischer Gottesdienst
Eucharistiefeier
um 10.00 Uhr im Andachtsraum

*für unsere Bewohnerinnen
und Bewohner*

Dienstag, 16. Oktober 2018

Rhythmik
um 10.15 Uhr im Festsaal

Donnerstag, 25. Oktober 2018

Clowns zu Besuch
um 14.30 Uhr 1. + 2. Stock

Mittwoch, 31. Oktober 2018

Offenes Singen für Alle
um 14.30 Uhr im Festsaal

*für unsere Mitarbeiterinnen
und Mitarbeiter*

Dienstag, 2. Oktober 2018

Kochworkshop
um 17.00 Uhr in der Küche

Mittwoch, 24. Oktober 2018

Brandmeldeinstruktion für NW
um 19.30 Uhr im Eingangsbereich

November

öffentlich

Donnerstag, 1. November 2018

Katholischer Gottesdienst
um 10.00 Uhr im Andachtsraum

Dienstag, 6. November 2018

Reformierter Gottesdienst
um 10.00 Uhr im Andachtsraum

Donnerstag, 8. November 2018

Katholischer Gottesdienst
um 10.00 Uhr im Andachtsraum

Donnerstag, 8. November 2018

Operetten Konzert
um 14.30 Uhr im Festsaal

Dienstag, 13. November 2018

Bild-Vortrag Baltikum
um 15.00 Uhr im Festsaal

Donnerstag, 15. November 2018

Katholischer Gottesdienst
um 10.00 Uhr im Andachtsraum

Freitag, 16. November 2018

Metzgete mit musikalischer
Unterhaltung
um 18.30 Uhr im Restaurant

Donnerstag, 22. November 2018

Katholischer Gottesdienst
um 10.00 Uhr im Andachtsraum

Donnerstag, 22. November 2018

Konzert Trio Oergelischpatze
um 14.30 Uhr im Restaurant

Donnerstag, 29. November 2018

Katholischer Gottesdienst
Eucharistiefeier
um 10.00 Uhr im Andachtsraum

*für unsere Bewohnerinnen
und Bewohner*

Donnerstag, 1. November 2018

Clowns zu Besuch
um 14.30 Uhr 3. + 4. Stock

Dienstag, 20. November 2018

Rhythmik
um 10.15 Uhr im Festsaal

Mittwoch, 28. November 2018

Offenes Singen für Alle
um 14.30 Uhr im Festsaal

Termine Termine Termine

für unsere Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter

Donnerstag, 15. November 2018
Personalinfo
um 14.30 Uhr im Festsaal

Mittwoch, 21. November 2018
Brandmeldeinstruktion
um 10.00 Uhr im Eingangsbereich

Donnerstag, 22. November 2018
Brandmeldeinstruktion
um 15.00 Uhr im Eingangsbereich

Dezember

öffentlich

Samstag, 1. Dezember 2018
Klassisches Adventskonzert
um 14.30 Uhr im Festsaal

Dienstag, 4. Dezember 2018
Reformierter Gottesdienst
mit Abendmahl
um 10.00 Uhr im Andachtsraum

Donnerstag, 6. Dezember 2018
Katholischer Gottesdienst
um 10.00 Uhr im Andachtsraum

Dienstag, 11. Dezember 2018
Konzert Chor Horgen
um 15.00 Uhr im Festsaal

Mittwoch, 12. Dezember 2018
Adventsfenster
um 18.00 Uhr im Restaurant

Donnerstag, 13. Dezember 2018

Katholischer Gottesdienst
um 10.00 Uhr im Andachtsraum

Donnerstag, 20. Dezember 2018

Katholischer Gottesdienst
um 10.00 Uhr im Andachtsraum

Donnerstag, 27. Dezember 2018

Katholischer Gottesdienst
um 10.00 Uhr im Andachtsraum

Montag, 31. Dezember 2018

Silvesterbowle mit Musik
vo de Schwyzerörgeli Fründe Rüti
um 10.00 Uhr im Restaurant

für unsere Bewohnerinnen und Bewohner

Donnerstag, 6. Dezember 2018

Klausfeier
um 14.00 Uhr im Restaurant

Montag, 10. Dezember 2018

Weihnachtsessen
Betreutes Wohnen
um 12.00 Uhr im Festsaal

Freitag, 14. Dezember 2018

Seniorenweihnachten
Ref. Kirchgemeinde Horgen
um 14.30 Uhr

Freitag, 14. Dezember 2018

Weihnachtsfeier Tagesbegegnung
um 14.30 Uhr im Festsaal

Montag, 17. Dezember 2018

Weihnachtsfeier 4. Stock
um 16.30 Uhr im Festsaal

Dienstag, 18. Dezember 2018

Weihnachtsfeier 1. Stock
um 16.30 Uhr im Festsaal

Mittwoch, 19. Dezember 2018

Weihnachtsfeier 2. Stock
um 16.30 Uhr im Festsaal

Donnerstag, 20. Dezember 2018

Weihnachtsfeier 3. Stock
um 16.30 Uhr im Festsaal

Montag, 31. Dezember 2018

Silvesterbowle mit Musik
vo de Schwyzerörgeli Fründe Rüti
um 10.00 Uhr im Restaurant

für unsere Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter

Freitag, 14. Dezember 2018

Brandmeldeinstruktion um
15.00 Uhr im Eingangsbereich



**„Jeder, der sich
die Fähigkeit
erhält, Schönes
zu erkennen,
wird nie alt
werden.“**

Franz Kafka

RundBlick^o

Magazin der **Stiftung Amalie Widmer**, Horgen