

RundBlick^o

Magazin der *Stiftung Amalie Widmer, Horgen*

Mehrgenerationensiedlung

*Einblick in den Alltag der
Pflegewohngruppe Strickler*

5

Kafi Surprise

*NEU im Restaurant
Widmerheim*

20



Überblick



Stiftung Amalie Widmer
Betreuung und Pflege

Standort Widmerheim

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

Standort Tödiheim

Tödistrasse 20
8810 Horgen
T 044 718 11 00
toedi@sawh.ch

Standort PWG Strickler

Einsiedlerstrasse 149
8810 Horgen
T 044 725 00 03
PWG-Strickler@sawh.ch

www.sawh.ch

Pflege und Betreuung

- Geriatrie & Langzeitpflege
- Überbrückungspflege
- Ferienaufenthalte
- Tagesbetreuung
- Alterswohnungen mit Spitexangebot
- Pflegewohngruppe
- Physiotherapie
- Apotheke
- Fusspflege

IMPRESSUM

Herausgeber:

Stiftung Amalie Widmer
Amalie Widmerstrasse 11
8810 Horgen

Redaktion:

Marianne Bruno (mbr)
Eveline Corigliano (eco)

Fotos:

Cornelia Schneider,
Eveline Corigliano,
iStockphoto

Layout:

element 79

Druck:

Schnelldruck Thalwil GmbH

Auflage:

800

Redaktionsschluss für die nächste Ausgabe:

06.12.2019

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 Mehrgenerationensiedlung

Einblick in den Alltag der Pflegewohngruppe Strickler

8 Altern - Teil 2: Ernährung

Tipps für eine ausgewogene Ernährung im Alter

10

RückBlick

10 Herzlich Willkommen

10 neue Lernende in der SAW

11 Personalausflug 2019

Europapark Rust

12

AugenBlick

12 Klöppeln

mit Ella Zablonier

13 Grippeimpfung

Schützen Sie sich und Ihre Mitmenschen

14 Lektüre - Literatur - Lyrik

Willy's letztes bisschen Leben

Kapitel 12

18 Auf einen Kaffee mit Giuseppe Tartari

Leiter Technischer Dienst Tödiheim

20 Kafi Surprise

Lassen Sie sich überraschen

21 Wir gratulieren

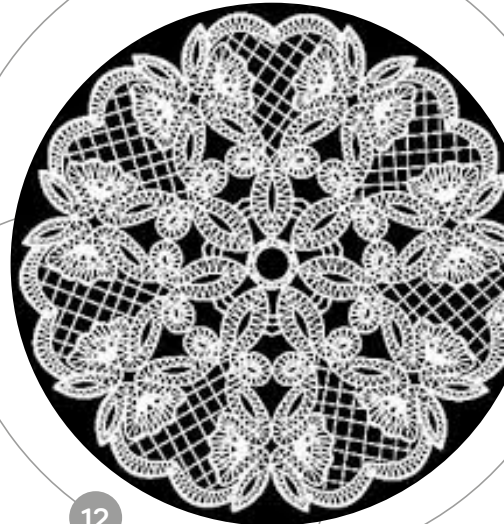
22

AusBlick

22 Termine, Termine, Termine



5



12



20

Begrüssung der Geschäftsleitung



Liebe Leserin, lieber Leser

Seit diesem Jahr gehören die ehemaligen Langzeitpflegeeinrichtungen der Gemeinde Horgen – das Tödiheim und die Pflegewohngruppe Strickler – als weitere Standorte zu unserer Stiftung. Wir möchten Ihnen in dieser Ausgabe unseres Hausmagazins die Pflegewohngruppe Strickler vorstellen und Ihnen einen Einblick in deren Alltag geben.

Das alltägliche Leben in der Pflegewohngruppe Strickler soll in der Form einer Lebensgemeinschaft weitergeführt werden. Die Mitglieder der Pflegewohngruppe können und dürfen sich in alle Bereiche der Haushaltsführung und der Alltagsgestaltung nach ihren Vorlieben und Möglichkeiten einbringen. Das Zusammenleben mit anderen Menschen erfordert ein gewisses Mass an Toleranz und Offenheit. Wer dazu bereit ist, erhält auf der anderen Seite viel zurück: eine fröhliche Lebensgemeinschaft, die Halt und Struktur im Alltag bietet und auch durch dunklere Tage trägt. Aber selbstverständlich besteht jederzeit die Möglichkeit des Rückzugs in das eigene, private Zimmer.

Interessiert Sie dieses Angebot? Besucher sind jederzeit herzlich willkommen. Umfassende Informationen zu unseren Angeboten finden Sie auf unserer stets aktuellen Homepage unter sawh.ch.

Ich wünsche Ihnen eine interessante Lektüre!

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

Manfred Prassl
Geschäftsleiter



Einblick in den Alltag der Pflegewohngruppe Strickler

Eingebettet in die Mehrgenerationensiedlung des Strickler-Areals, mit herrlichem Blick auf den Zürichsee, befindet sich die Pflegewohngruppe (PWG) Strickler. Die elf Bewohnerinnen und Bewohner bilden eine Wohngemeinschaft, dazu gehört auch der «12. Bewohner» und das ist die Hauskatze CoCo.

Der Pflegewohngruppe stehen elf Einzelzimmer zur Verfügung. Zudem ein grosszügiger Wohnbereich, aufgeteilt in ein Esszimmer mit offener Küche und eine gemütliche Sofaecke mit Fernseher. Eine weitläufige Gartenterrasse mit viel Umschwung lädt zum Verweilen ein.

14 Mitarbeitende bieten den Bewohnenden eine professionelle, alltagsorientierte Betreuung und Pflege, basierend auf Empathie, Respekt und Herzlichkeit.

Neben unserer Betreuung und Pflege können und sollen die Bewohnenden ihren Tagesablauf selber bestimmen. Wir hören zu und beobachten, wofür Interesse besteht oder wem was Freude bereitet. Verpflichtungen bestehen keine. Unsere Seniorinnen und Senioren werden in Alltagsarbeiten wie Haushalten, Kochen oder Wäsche falten und Bügeln miteinbezogen.

Diese Normalitäten des alltäglichen Lebens sehen wir als einen Teil unserer Aktivierung.

Denn für uns ist Aktivierung eine Haltung und hat nicht immer nur mit Betriebsamkeit und spektakulären Aktionen zu tun. Nicht selten machen wir die Erfahrung, dass Zufriedenheit sowie Lebensqualität stark von einer erfüllten, sinnvollen und vor allem selbstbestimmten Alltagsgestaltung abhängig ist.





Genau in diesem Punkt liegt dann oft auch die Schwierigkeit. Denn berufliche und familiäre Pflichten nehmen im Alter stark ab, es steht einem viel mehr Zeit für Hobbies und persönliche Leidenschaften zur Verfügung. Was, wenn ich nun aber meinen Leidenschaften aus gesundheitlichen Gründen nicht mehr oder nur noch teilweise nachgehen kann?

Die persönlichen Fähigkeiten, den Alltag ohne fremde Hilfe zu gestalten, nehmen ab - die Bedürfnisse und Leidenschaften bleiben aber gleichermassen bestehen.

In solchen Situationen sind wir froh, auf unsere Erfahrung und unsere Möglichkeiten, die uns eine Pflegewohngruppe bietet, zählen zu dürfen.

Ein Tagesablauf in der Pflegewohngruppe sieht immer ein wenig anders aus. Nur wenige Abläufe wie Essen, Zvieri-Zubereitung oder Spazieren wiederholen sich täglich. Auch für das Abendessen, welches in der PWG jeden Abend selber zubereitet wird, ist die Mithilfe der Bewohnenden gerne gesehen. Am Freitag findet

jeweils die Menüplanung, unter Mithilfe der Mitarbeitenden der PWG, für die folgende Woche statt. Sehr engagiert ist dabei natürlich unsere Männerkochgruppe, die übrigens des öfteren und sehr gerne die Frauen in der PWG mit einem guten Menü bekocht und sie kulinarisch verwöhnt.

Die Bewegungsrunde trifft sich jeweils am Montagmorgen. An Regentagen sind Gesellschaftsspiele, Lesen oder diverse gestalterische Tätigkeiten wie die Herstellung der jahreszeitlichen Dekorationen, Stricken, Klöppeln oder Grusskarten mitgestalten eine willkommene Abwechslung. Auch Musik hören oder Fernsehen ist ein Zeitvertrieb an tristen Tagen. Übrigens, Angehörige und Besucher sind jederzeit herzlich eingeladen.

Die PWG ist so aufgebaut, dass die Bewohnenden immer wieder zusammenkommen. Trotzdem besteht die Möglichkeit, sich auf seinen Wunsch hin zurück zu ziehen, sei dies ins eigene Zimmer oder in eine der beiden gemütlichen Sitzecken. Auf gemeinsame Anlässe in der Mehrgenerationensiedlung Strickler, wie zum Beispiel das Grillfest am 1. August, das Siedlungsfest oder das Herbstfest im Altersheim Tödi wird grossen



Wert gelegt und zahlreich besucht. Im Moment läuft in der PWG noch eine Bilderausstellung einer Mieterin, welche ihr Mann organisiert hat und immer wieder Besucher aus der Region anlockt. Dies ist ebenfalls ein willkommener Austausch für unsere Bewohnenden wie auch für uns Mitarbeitenden.

Die PWG Strickler soll ein «Daheim» bieten, wenn immer möglich bis ans Lebensende.

Aus dem Bereich Palliative Care bieten wir die bestmögliche Betreuung zur Linderung von Beschwerden. Bei unheilbaren oder fortschreitenden Erkrankungen verhilft Palliative Care zu einer der jeweiligen Situation angepassten, bestmöglichen Lebensqualität. Sie unterstützt Betroffene und Angehörige darin, das Sterben als natürlichen Teil des Lebens anzunehmen. Nur in Ausnahmefällen, wenn es einen zusätzlichen, hohen medizinischen Aufwand oder medizinische Geräte braucht, gibt es auf Wunsch eine Verlegung in eine andere Institution. Für Fragen und Auskünfte stehen Ihnen unsere Türen

offen. Sabine Gerber, die Leiterin der Pflegewohngruppe Strickler berät Sie gerne.

*TEXT: Sabine Gerber, Leitung PWG Strickler
mbr*

Kontakt:

Sabine Gerber
Leitung
Pflegerwohngruppe Strickler
Einsiedlerstrasse 149
8810 Horgen

Telefon: 044 725 00 03
Mail: PWG-Strickler@sawh.ch
www.sawh.ch

Besuchszeiten offen
Gratis Besucherparkplätze



Gesund Altern

Teil 2: Tipps für eine ausgewogene Ernährung im Alter

Gesund und fit sein bis ins hohe Alter: Das wünschen wir uns alle. Dabei geht es nicht darum, uralt zu werden, sondern möglichst lange fit und aktiv zu leben. Auf einige, wie etwa die Gene, können wir wenig Einfluss nehmen. Auf andere Einflussfaktoren wie Bewegung, Ernährung, Entspannung und Prävention dagegen schon.

Die Ernährung spielt mit zunehmendem Alter eine wichtige Rolle, weil unsere Gesundheit und unser Wohlbefinden stark davon abhängen, was und wie wir essen. Also nur Schonkost im Seniorenalter? Von wegen! Im hohen Lebensalter brauchen wir eine genauso abwechslungsreiche und ausgewogene Nahrungszusammensetzung wie in jungen Jahren. Doch ausser im Krankheitsfall braucht es keine vollkommene Umstellung der gewohnten Ernährungsweise. Sinnvoll könnte es hingegen sein, die persönlichen Ess- und Trinkgewohnheiten frühzeitig den sich ändernden (Alters-) Umständen anzupassen. Mit einer gesunden Ernährung sowie über physische Aktivität kann der Alterungsprozess nachweislich verlangsamt und altersbezogene Erkrankungen hinausgezögert werden. Damit hat jeder Mensch einen Schlüssel in der Hand, mit dem er seine Chancen verbessern kann, bestimmte Risiken für altersbezogene Krankheiten wie Demenz, Krebs, Herz-Kreislauf-Erkrankungen oder Diabetes zu senken.

Ernährung ist ein wichtiger Faktor, um Krankheitsrisiken zu minimieren! Als besonders gesund gilt die mediterrane Ernährung: Viel Gemüse (grünes Blatt-

gemüse, gelbes Gemüse, Bohnen), Olivenöl und Fisch zum Beispiel. Studien belegen, dass die mediterrane Diät das Risiko für Herzerkrankungen um 30 Prozent senken kann. Aber auch weitere Komponenten wie Vollkorngetreide, Nüsse, Beeren, Poulet und 1 Glas Rotwein pro Tag sind nachweislich gesund. In Massen oder gar nicht essen sollte man dagegen rotes Fleisch, Butter, Margarine, Käse, Süssigkeiten sowie Frittiertes und Fast Food. Denn fett- und zuckerreiche Lebensmittel sind weder für Kinder, junge Erwachsene noch für Senioren empfehlenswert und sollten daher möglichst gemieden werden. Schon wenn man sieben bis acht dieser Empfehlungen in seiner Ernährung berücksichtigt, geht nach einer 10-Jahres-Studie das Risiko, an Alzheimer zu erkranken, bei älteren Menschen um 35 Prozent zurück. Befolgt man mehr als neun dieser Empfehlungen sogar um bis zu 53 Prozent.

Es gibt ein paar weitere Besonderheiten bei der Ernährung im Alter zu beachten. Denn, was sich am Leben im Alter ändert, ist der Stoffwechsel. Aufgrund der geringeren Muskelmasse und eines höheren Fettanteils im Körper sinkt der tägliche Energieumsatz im hohen Alter. Im Vergleich zu jüngeren Jahren brauchen



Senioren rund 200 bis 300 weniger Kalorien pro Tag, dafür aber Lebensmittel mit einer höheren Nährstoffdichte.

Fit dank Kalzium, Omega-3-Fettsäuren, Jod, Folsäure und Vitamin D

Um den höheren Nährstoffbedarf zu decken, empfehlen sich Lebensmittel mit einem Plus an Jod, Folsäure und Vitamin D. Vor allem Vitamin D, das zum Aufbau und Erhalt der Knochen beiträgt, ist im hohen Alter schlechter verfügbar und dennoch so wichtig für eine gesunde Lebensführung und einen ausgewogenen Nährstoffhaushalt. Eine starke Abnahme der Knochendichte erfolgt besonders bei Frauen in den Wechseljahren. Ungenügende Vitamin D- und Kalziumzufuhr, aber auch Bewegungsmangel, eine Medikation und auch die genetische Veranlagung können den Abbauprozess beschleunigen. Der Abbau der Knochenmasse kann verlangsamt werden, indem auf eine ausreichende Kalzium- und Vitamin D-Zufuhr und genügend körperliche Aktivität geachtet wird.

Das fettlösliche Vitamin D fördert die Kalziumaufnahme. Der Körper kann Vitamin D in der Haut unter Einfluss von Sonnenlicht selbst bilden. Allerdings ist die Sonne keine verlässliche Quelle, da die Sonnenintensität im Winter in Europa nicht ausreicht, um genügend Vitamin D zu produzieren. Im Alter kommt dazu, dass die hauteigene Kapazität, Vitamin D zu produzieren, etwa um ein 4-Faches abnimmt. Vitamin D-Mangel ist deshalb insbesondere bei älteren Menschen weit verbreitet. Eine Vitamin D-Supplementierung während der Wintermonate (November–März) wird daher von Fachkreisen vor allem für Menschen ab 60 Jahren empfohlen, denn die natürlichen Nahrungsquellen für Vitamin D sind begrenzt. Grössere Mengen sind nur in fettem Fisch wie Lachs und Sardine, in Pilzen und

Eiern enthalten. Kleinere Mengen an Vitamin D sind in Milchprodukten zu finden.

Kalzium ist ein natürlicher und wirksamer Schutz vor Osteoporose. Zum Erhalt der Muskel- und Knochenmasse sowie verschiedener Körperfunktionen wie zum Beispiel der Immunabwehr ist daher auf eine ausreichende Zufuhr an Eiweiss zu achten. Am einfachsten lässt sich der Bedarf durch den täglichen Verzehr von eiweissreichen Lebensmitteln wie Milch, Milchprodukten, Fisch, Fleisch, Geflügel, Eier, Tofu, Quorn oder Seitan decken. Fisch, Nüsse und hochwertige Pflanzenöle versorgen den Körper zusätzlich mit wertvollen Omega-3-Fettsäuren, die sich positiv auf Herz-Kreislauf-Erkrankungen und entzündliche Prozesse wie beispielsweise Rheuma auswirken können. Ausserdem kann Omega-3 die Sauerstoffversorgung im Gehirn verbessern.

Im Alter bedarf das Trinken besonderer Aufmerksamkeit, um die tägliche Trinkmenge von zwei Litern zu erreichen. Flüssigkeit ist für die normale Funktion des Körpers nötig – auch für die geistige Leistungsfähigkeit. Eine verminderte Konzentrationsfähigkeit kann auf einen Flüssigkeitsmangel hinweisen. Mit zunehmendem Alter nehmen das Durstgefühl und die Fähigkeit der Nieren, den Urin zu konzentrieren, ab. Hilfreich ist es, das Trinken bewusst zu planen, sich sichtbar ein Trinkgefäss hinzustellen und sich an äusseren Anhaltspunkten und Signalen wie zum Beispiel der Uhrzeit zu orientieren.

Das Essen mit Freude geniessen

Und nicht zuletzt: In der Gemeinschaft macht das Essen mehr Freude. Für alleinstehende, ältere Menschen bieten Restaurants oder Mittagstische wie im Restaurant Widmerheim die Gelegenheit, in Gesellschaft zu essen. Man kann aber auch Gleichgesinnte suchen, um gemeinsam zu kochen und zu essen. Jede Mahlzeit sollte ein kleines Fest sein: Gerichte liebevoll gekocht und mit Gewürzen und Kräutern abgeschmeckt, regen den Appetit an. Appetitlich angeordnete Speisen wecken die Lust am Essen. Und ein geschmackvoll gedeckter Tisch, ein paar Blumen oder Kerzen sorgen für eine entspannte Atmosphäre.

TEXT: aus der Fachzeitschrift «Heime & Spitäler», 5/2019 sowie den Homepages sge-ssn.ch, migros-impuls.ch und pflege.de | eco

10 neue Lernende *in der SAW*

Am 12. August 2019 durften wir zehn neue Lernende in unserem Haus begrüßen. Für sie alle war es der erste Tag in einer neuen Ausbildung oder in einer neuen Umgebung. Eins haben alle gemeinsam und das ist die Motivation! Wir freuen uns auf eine interessante, lehrreiche, spannende Zeit mit ihnen und wünschen ihnen allen im Nachhinein nochmals einen guten Start.



Abdi Ali Sabirin
Praktikerin
Seniorenbetreuung
«Ich arbeite sehr gern mit Menschen und für Menschen!»



Ruetz Julia
Lernende Fachfrau
Gesundheit EFZ
«Ich möchte die Bewohnenden individuell und bedürfnisorientiert unterstützen. Dabei interessiert mich auch der medizinische Aspekt sehr!»



Otz Melina
Lernende Fachfrau
Gesundheit EFZ
«Ich möchte meine erworbenen AGS-Kenntnisse erweitern und vertiefen.»



Schärer Noah
Lernender Assistent Gesundheit und Soziales EBA
«Ich liebe es, mit Menschen in Kontakt zu stehen und ihnen zu helfen. Positive Rückmeldungen von Bewohnenden stärken mich und meine Motivation!»



Pancovan Isidor
Lernender Fachmann
Gesundheit EFZ
«Ich möchte mein medizinisches Wissen erweitern und die Bewohnenden im Alltag unterstützen!»



Shaffahi Mohammed
Lernender Assistent Gesundheit und Soziales EBA
«Ich interessiere mich für Menschen, mit ihnen in Kontakt zu stehen und ihnen zu helfen!»



Rinchentsang Tsepak
Lernende Fachfrau
Gesundheit EFZ
«Ich unterstütze sehr gerne ältere Menschen und habe auch grosses Interesse am medizinischen Bereich!»



Shkodriqi Ermira
Lernende Assistentin Gesundheit und Soziales EBA
«Meine Motivation sind die Bewohnenden. Es macht mich glücklich, sie lächeln zu sehen!»



Ritosek Dilan
Lernende Fachfrau
Gesundheit EFZ
«Ich möchte den älteren Menschen ein Lächeln ins Gesicht zaubern!»



Trajkovska Silvija
Lernende Fachfrau
Gesundheit EFZ
«Ich helfe und unterstütze gerne Menschen in schwierigen Situationen!»

Personalausflug in den Europapark Rust



Erstmals zusammen mit dem Tödiheim und der Pflegewohngruppe Strickler erlebten zahlreiche Mitarbeitende im September einen unvergesslichen Personalausflug im Europapark in Deutschland. Und kaum einer wollte sich diesen tollen Ausflug entgehen lassen.

Bei strahlendem Sonnenschein schlenderten die Gemütlichen entspannt durch den riesigen Vergnügungspark, während die Mutigen den Adrenalinkick auf einer der zahlreichen Achterbahnen suchten. Und einige mussten sich nach dem Abenteuer Wildwasserbahn erstmal in einer Art Riesenfön-Kabine trocknen, bis es weiterging. Es wurde viel gelacht, gekreischt und auch genossen am diesjährigen Personalausflug. Ein grosses Dankeschön an die Arbeitnehmervereinigung, welche den Anlass organisiert hat. eco



Klöppeln



«Klöppeln ist meine grosse Leidenschaft»

sagt uns Frau Ella Zablonier. Sie wohnt seit Anfang Jahr in der Pflegewohngruppe Strickler. Klöppeln? Haben Sie schon einmal davon gehört? Es ist ein altes, fast vergessenes Handwerk.

Klöpplspitzen entstanden, als man den Rändern von Kleidungsstücken eine feste und gleichzeitig dekorative Kante geben wollte. Mit Variationen von Flechten wurden so aus losen Fransen schmückende Elemente an der Kleidung der Reichen angefertigt. Vermutlich, um die Herstellung zu vereinfachen, kam dann die Idee, diese Flechtwerke unabhängig von Kleidungsstücken zu gestalten und die ersten Klöpplspitzen wurden gefertigt.

Die ersten Quellen für das Klöppeln sind Musterbücher des 16. Jahrhunderts aus Italien, wo man auch den Ursprung der Technik vermutet. Seit der zweiten Hälfte des 19. Jahrhunderts können Klöpplspitzen auch durch Klöpplmaschinen hergestellt werden. Klöppeln ist heute nur noch eine seltene Freizeitbeschäftigung, die hauptsächlich von Frauen betrieben wird.

Ziemlich schnell zeigt sich, dass Frau Zablonier eine passionierte Klöpplerin ist.

Sie hat nicht nur eine ausgefeilte Klöppl-Technik, sie weiss auch einiges über den geschichtlich-kulturellen Hintergrund des Klöppelns.

Dieses heute schon fast in Vergessenheit geratene Handwerk wird in vielen Ländern, in unterschiedlichen Techniken ausgeübt. Es gibt europaweit Vereine, welche das Wissen um diese alte Tradition aufrecht erhalten.

So auch Ella Zablonier, sie gründete mit anderen Interessierten im Mai 2019 den Klöpplverein Horgen. Dieser trifft sich nun regelmässig am Mittwochabend von 19.00 bis 21.30 Uhr im Gemeinschaftsraum des Strickler-Areals zum Klöppeln. Seit dem Start ist unterdessen eine gesellige Runde entstanden und Frau Zablonier unterstützt gerne mit Rat und Tat. Anfänger

wie Fortgeschrittene sind herzlich eingeladen, mitzumachen. Damit für das Klöppeln genügend Material vorhanden ist, wird um eine vorgängige Anmeldung gebeten:

Ella Zablonier

Pflegewohngruppe Strickler

Einsiedlerstrasse 149

8810 Horgen

Telefon: 077 449 86 38

Mittwoch von 19.00 bis 21.30 Uhr

im Gemeinschaftsraum des

Strickler-Areals an der

Einsiedlerstrasse 149

8810 Horgen

Die Teilnahme ist kostenlos

Unkostenbeitrag fürs Material: CHF 5.-

Technik: Die Klöppl sind zumeist paarweise an einem Klöpplkissen befestigt. Beim Klöppeln werden die Fäden von mindestens zwei Paar Klöppl durch Kreuzen und Drehen der Klöppl miteinander verflochten. Je nach Muster und Klöppltechnik kann die Anzahl der verwendeten Klöppl variieren. Dies geschieht meist anhand des darunter befestigten Klöpplbriefes, nach vorgegebenem Muster, kann aber auch frei ohne Mustervorgabe (Freihandspitzen) erfolgen. Während des Klöppelns wird die Klöpplarbeit mit Stecknadeln auf dem Klöpplkissen fixiert. Nach der Fertigstellung der Spitze werden sie wieder herausgezogen, um das Werk vom Klöpplkissen abnehmen zu können.

TEXT: Marcel Guldemann, dipl. Pflegefachmann, Tödiheim | mbr

Grippeimpfung

Mit der Grippeimpfung schützen sie nicht nur sich selber, sondern auch Ihre Mitmenschen. Darunter vor allem chronisch Kranke oder Immungeschwächte, die sich selber nicht impfen lassen dürfen und so einer erhöhten Gefahr einer Ansteckung ausgesetzt sind.

Folgen für diese Risikogruppen können schwerwiegend sein.

Eine saisonale Grippe kann eine ganze Bevölkerung lahmlegen. Typische Symptome für eine Grippe sind: plötzlich auftretendes hohes Fieber ($> 38^\circ\text{C}$), Schüttelfrost, Husten, Hals- und Schluckweh, Kopfschmerzen, Schmerzen in Muskeln und Gelenken, aber auch Schnupfen, Schwindelgefühl und Appetitverlust. Bei Kindern können zudem Übelkeit, Erbrechen und Durchfall auftreten, bei älteren Personen kann Fieber fehlen. Eine Grippe kann bis zu zwei Wochen dauern. Sie kann relativ mild und komplikationslos verlaufen und wird dann oft mit einer Erkältung verwechselt.

Der Verlauf ist jedoch nicht immer harmlos. Im Gegenteil: manchmal führt die Grippe zu schweren Komplikationen. Davon betroffen sind vor allem Menschen ab 65, schwangere Frauen, Personen mit chronischen Erkrankungen, Säuglinge und frühgeborene Kinder bis zwei Jahre.

Den besten Schutz vor einer Ansteckung und Erkrankung bietet die jährliche Grippeimpfung. Sie schützt nicht nur das Individuum, sondern auch sein privates und berufliches Umfeld – und dabei vor allem Personen, die sich nicht impfen lassen können.

Die beste Zeit für die Impfung ist jeweils von Mitte Oktober bis Mitte November.

Zum Mythos, von der Impfung die Grippe zu bekommen, möchten wir festhalten: die Impfstoffe sind inaktiviert und enthalten keinerlei krankmachende Erreger.

«Ich bin den Grippeviren immer eine Nasenlänge voraus, deshalb schütze ich mich selbst und trage so dazu bei, dass das Risiko von schwerwiegenden Komplikationen bei unseren Bewohnenden vermindert werden kann. Denn Komplikationen können ernsthaft sein und die Rekonvaleszenz lange dauern. Ebenfalls vermeide ich hohe Gesundheitskosten. Auch kann ich ohne Sorgen mit meinen Enkeln Veranstaltungen besuchen und bin kein Grippeansteckungsrisiko. Aus diesem Grund impfe ich seit Jahren zu meiner eigenen Prävention.» Christine Huber, Stv. PDL

«Zum einen lasse ich mich gegen die Grippe impfen, weil ich dadurch mit hoher Wahrscheinlichkeit nicht daran erkrankte. Falls doch ist der Verlauf sicher deutlich milder und zeitlich kürzer. Zum anderen - und dies ist mir der weitaus wichtigere Aspekt - bin ich in meinem privaten wie auch in meinem beruflichen Umfeld von Menschen umgeben, welche einer Risikogruppe angehören. Ich empfinde es als meine Pflicht, alles mögliche zu unternehmen, damit ich voraussehbares, lebensbedrohliches Leiden oder gar den Tod von Mitmenschen vermeiden helfe. Deshalb befürworte ich die Grippeimpfung und lasse mich Anfang Oktober impfen.»

Gerti Keller, Ausbildungsverantwortliche

«Ich bin jung und gesund - zum Glück - und gehöre also keiner Risikogruppe an. Aus Respekt unseren Bewohnenden gegenüber werde ich mich impfen lassen, das ist für mich keine Frage.» Floor Buurma, Lernende FaGe

Willy's letztes bisschen **Leben**

KAPITEL 12

Wir steigen vor einem modernen, auf Hochglanz polierten Terminal aus und werden vom Chauffeur, mitsamt unserer Koffer, zum Check-in-Desk der «MSC» begleitet. Die Verena bedankt sich überschwänglich und übergibt ihm ein grosszügiges Trinkgeld. Der Chauffeur wünscht uns eine angenehme Reise und verschwindet aus unserem Blickfeld. Die Verena übergibt der Dame am Schalter die Reisedokumente. Sie bietet ihr Getränke und Massagen als Pakete an und die Verena dreht sich um, um die Angebote mit mir zu besprechen.

Ich schlage vor, dass wir Mineralwasser, Tischwein und zwei Massagen vorab buchen. Die Verena tut genau das, und als die Koffer schliesslich auf dem Band liegen und die Formalitäten geklärt sind, können wir das riesige Schiff durch einen Fingerdock betreten. Am Eingang müssen wir unser Gepäck röntgen lassen und die zuvor erhaltene Bordkarte vorweisen. Ich bin schon jetzt beeindruckt, ich habe das Schiff nur kurz gesehen und auch nicht ganz. Es ist aber mit Bestimmtheit riesengross. Nach den Kontrollen werden wir von einem Steward zu unseren Kabinen begleitet. Wir haben eine Balkonkabine auf dem Oberdeck gebucht. Ein teurer Spass, der sich aber beim Anblick der liebevoll eingerichteten und relativ grossen Kabine

eindeutig lohnt. Unser Gepäck wird bis in die Kabine getragen. Der Steward erklärt in gebrochenem Englisch, dass wir die Koffer nach dem Ausräumen in den Gepäckraum geben können, um Platz in der Kabine zu sparen. Er öffnet und schliesst die Balkontüre, um uns zu zeigen, wie es funktioniert, weist auf ein Schild hin, dass das Rauchen auch auf den Balkonen verbietet, macht den Fernseher an und stellt den Bordsender ein, öffnet die Nasszelle und weist mit der Hand hinein, um sich dann rückwärts, mit mehreren Verbeugungen zurückzuziehen. Die Verena kramt in ihrer Handtasche und reicht ihm einen Dollar. Er schaut sich um und nimmt ihn entgegen, als er sieht, dass er nicht beobachtet wird. Er zieht die Türe mit einer weiteren

Verbeugung von aussen ins Schloss. Wir sind angekommen. Wir stehen neben dem Bett, umarmen uns und lassen uns auf das grosszügige Bett fallen. Lachend streifen wir uns gegenseitig die Schuhe von den Füßen. Es ist 14.00 Uhr Ortszeit und ich verspüre plötzlich einen unglaublichen Hunger. «Verena ich muss sofort etwas essen, ich verhungere.» «Das kann ich verstehen, du hast alle Snacks verschlafen.» Wir setzen uns auf und betrachten die Kabine genauer. Sie ist wirklich sehr schön. Ich hätte nicht gedacht, dass auf einem Schiff so viel Platz sein könnte, nur zum Schlafen. Wir beschliessen, das Gepäck später zu verstauen und erst einmal etwas Kleines essen zu gehen. An Deck herrscht noch die Unordnung der An- und Abreise. Wir finden dank der Verena sofort das Restaurant am Ende des riesigen Pools. Es ist ein Buffetrestaurant und hat jetzt am Nachmittag Snacks und Kuchen im Angebot. Wir stellen uns in die Schlange hungriger Ankömmlinge und betrachten das sagenhafte, bunte Angebot an Speisen. Ich lade mir frische Tomaten, ein Stück Pizza und etwas Roastbeef auf den Teller. Die Verena isst lieber Kuchen. Sie hat ein Stück Früchtetorte und einen Windbeutel auf dem Teller.

«Das fängt ja gut an», meint sie lachend. Wir gehen gemeinsam zum Pool hinaus, um einen Tisch zu suchen. Viele Reisende, ich vermute Abreisende, sitzen mit ihren Koffern im Poolbereich. Sie nehmen die meisten Plätze in Anspruch. Die Verena findet ein kleines Tischchen am Fenster. Als bald wir Platz genommen haben, kommt auch schon ein Kellner in Uniform und fragt uns, was wir trinken möchten. Ich bestelle ein Tonic und die Verena ein Wasser mit Kohlensäure. Ich lege die frischen Tomaten auf die Pizza und beisse ein grosses Stück ab. Sie schmeckt nicht so gut, wie ich es erwartet hätte, doch stillt sie meinen Hunger. Die Verena schwärmt in höchsten Tönen über die Kuchen und bei der Meeresbrise und dem eigentlich wunderschönen Ambiente, ist es nicht so wichtig, dass die Pizza schmeckt. Nach dem Essen gehen wir wieder in die Kabine, ich lasse die Verena vorangehen, denn ich denke nicht, dass ich die Kabine alleine finden würde. Idiotenregel Nr. 1, nie alleine von der Kabine weggehen. Das wird nicht allzu schwierig sein, die Verena und ich

verbringen im Urlaub immer jede Minute zusammen. In der Kabine machen wir uns frisch. Während die Verena in der Dusche ist, liege ich auf dem unglaublich bequemen Bett und zappe mich durch die Fernsehkanäle. Es gibt derer 24, 12 davon sind Reisekanäle, die restlichen, die üblichen Verdächtigen, CNN, BBC, BBC One, Sports 1 usw. Der schiffseigene Kanal zeigt gerade die Reiseroute. Zur Sicherheit schreibe ich mir die Route auf, auf dem eingebauten Schreibtisch liegen ein Notizblock und ein Kugelschreiber. Beides mit dem Logo der Reederei. Die Dusche läuft noch, ich muss mir also keine Sorgen machen, bei der Vorbereitung einer Gedächtnisstütze erwischt zu werden. Bis jetzt ist alles gut gegangen und ich glaube, dass mir das lange Schlafen während des Fluges gut getan hat. Mein Geist fühlt sich wieder etwas frischer an und ich bin auch nicht mehr so unruhig. Ich muss jetzt einfach immer ein bisschen vorausschauen. Ich spüre ein leichtes Ziehen unter dem Bett. Es brummt und holpert. Das Schiff legt ab. Ich stehe auf und reisse die Badezimmertüre auf. Die Verena steht vor dem Spiegel und schmiert sich eine Creme ins Gesicht. Sie ist wunderschön. «Das Schiff legt ab meine Schöne, wollen wir uns das nicht ansehen.» Sie zieht sich den Bademantel über, ebenfalls mit dem Logo der Schifffahrtsgesellschaft, schlüpft in die Schlappen und stürmt aus der Nasszelle. «Natürlich wollen wir das.» Ich öffne die Türe zum Balkon. Eine feuchte Hitze schlägt uns entgegen. Die Verena hat sofort kleine Wasserperlen auf dem Gesicht. «Hier bekäme ich auch ohne die teuren Cremes genügend Feuchtigkeit.» Wir lachen beide, denn inzwischen sieht sie aus als hätte sie eine Stunde Sport getrieben. Das war in Afrika auch so, man konnte sich duschen und abtrocknen, und wenn man den Bungalow verlies, war man sofort wieder klitschnass vom Schweiß, den einem die feuchte Hitze aus den Poren trieb. Verenas Feuchtigkeitscreme verdoppelte den Effekt. Sie geht hinein, um sich ein Handtuch zu holen. Ich beobachte, wie einige Männer die Seile von den Halterungen lösen und bin erstaunt, dass es vier Männer braucht, um ein Seil anzuheben. Die Seile sehen nicht sehr schwer aus. Wenn ich es mir genau überlege, sehen auch die Männer winzig klein aus, und so im Verhältnis scheint das Seil doch gigantisch zu sein. Einmal kann ich über

meinen eigenen Denkfehler lachen. Die Männer schreien sich gegenseitig Befehle zu. Spanisch muss es sein, Englisch ist es nicht und Italienisch oder Portugiesisch ist hier nicht zu erwarten. Ganz sicher bin ich mir aber nicht. Ich weiss, dass ein grosser Teil der Bevölkerung Miamis hispanischer Herkunft ist, das ist allgemein bekannt und der Chauffeur hatte es auch erwähnt. Die Verena kommt mit dem Handtuch auf den Balkon zurück. Sie schliesst die Türe von aussen und meint: «Steht auf dem Aufkleber, wir sollen die Türe immer geschlossen halten wegen der Klimaanlage.» Ich nicke nur und beobachte weiter das Spektakel an Land. Das Schiff gewinnt langsam an Fahrt und wir verspüren einen kleinen Ruck als sich die Seile endgültig lösen. Ich sehe das eine riesige Seil im Wasser schwimmen, wie eine dicke Seeschlange. Langsam wird es immer kürzer und die Schleife, mit der es am Ufer befestigt war, nähert sich dem Heck des Schiffes. «Leinen los.» «Ja, Leinen los meine liebe Verena. Ich freue mich, mit dir diese Reise antreten zu dürfen.» Sie nimmt meine Hand und lächelt. Noch immer schauen wir über die kleine Reling unseres Balkons. Wir nähern uns der Hafengege. Auf allen Decks stehen die Passagiere und schauen sich das Manöver an. Das grosse Schiff durch diese Enge zu manövrieren, muss eine hohe Kunst sein. Als das Schiff die Enge vom Bug bis zum Heck durchquert hat, applaudieren die Passagiere auf den Decks. Wir schauen noch eine Weile auf das offene Meer bevor sich die Verena wieder ins Badezimmer begibt, um ihr Ritual fortzusetzen. Ich stöbere im Zimmer und finde eine Karte vom Roomservice, eine Broschüre des Wellness- und SPA-Bereiches, eine Liste mit Ausflügen, die man vorab buchen kann und die Sicherheitsvorschriften. Ich studiere die Karte vom Roomservice und finde die Preise eine Frechheit. Beinahe etwas wütend lege ich die Karte beiseite. Die Ausflüge sind auch teuer, aber wenigstens scheinen sie Erlebnisse der besonderen Art zu bieten. Man kann eine Schildkrötenfarm besuchen auf den Cayman Islands. Ich habe das schon einmal gehört, aber ich weiss nicht mehr wo. Auf Kuba gibt es eine Stadtrundfahrt durch Havanna mit Rum- und Tabakdegustation. Zudem kann man eine Werkstatt besichtigen, die ausschliesslich die für Kuba so typischen Oldtimer repariert. Das würde

mich schon interessieren. Auf Jamaica gibt es einen Ausflug ins Kaffeeanbaugebiet. Bluemountain Coffee, noch nie gehört. Die Verena und ich lieben aber guten Kaffee, also wäre auch das etwas für uns. Ich lege auch diese Broschüre beiseite. Die Verena kommt aus dem Bad. Sie trägt eine Jogginghose und ein T-Shirt. «Ich räume unsere Sachen in den Schrank.» Sie öffnet die Koffer und beginnt ihre Sachen in den Schrank zu räumen. Ich habe das Gefühl, dass es kein Ende nimmt. Röcke, Blusen, Hosenanzüge, Badkleider, Tücher, Hüte. «Wann hast du das alles eingepackt?» «Vor der Abreise Willy, wann den sonst.» «Ich habe das irgendwie nicht so mitbekommen.» «Wie denn, du hast ja immer nur geschlafen.» Sie packt auch meine Sachen aus und ich kann mich wage daran erinnern, dass sie sie auch eingepackt hat. Ich erinnere mich, dass sie hin und wieder aus dem Schlafzimmer gerufen hatte. Fragen wie, ob ich das dunkelrote Hemd mitnehmen wolle oder die graue Krawatte. Ich muss wohl zu allem Ja gesagt haben, denn ich bemerke, dass auch ich eine ungeheuerliche Fülle an Garderobe dabei habe. «Die leeren Koffer können wir irgendwo hingeben, das hat doch der Stewart gesagt oder?» «Ja Verena, das hat er gesagt.» Ich kann mich wirklich daran erinnern und möchte in diesem Moment aufschreien vor Freude.

Wir sitzen mit zwei anderen Paaren am Tisch. Ein junges Pärchen, das ebenfalls aus der Schweiz kommt und ein älteres Pärchen aus Deutschland. Wir verstehen uns auf Anhieb gut. Die Deutschen sind aus dem Norden und beide noch berufstätig, im Bankwesen, wenn auch kurz vor der Pension. Die Schweizer sind um die dreissig, haben keine Kinder und hauen - wie sie selbst sagen - ihr sauer verdientes Geld auf den Putz. Sie ist Krankenschwester, er ist Lehrer. Es wird schon bei der ersten gemeinsamen Mahlzeit viel geredet und gelacht. Die Schifffahrtsgesellschaft hat bei der Tischzuteilung alles richtig gemacht. Die Verena mag die Krankenschwester und unterhält sich fast ausschliesslich mit ihr. Ich mag den Banker, er weiss viel über die Wirtschaftslage, ein Gebiet, das mich immer interessiert hatte. Nach dem reichlichen, schmackhaften, aber nicht ausgezeichneten Essen verabschieden wir uns von der Runde und ich muss feststellen,

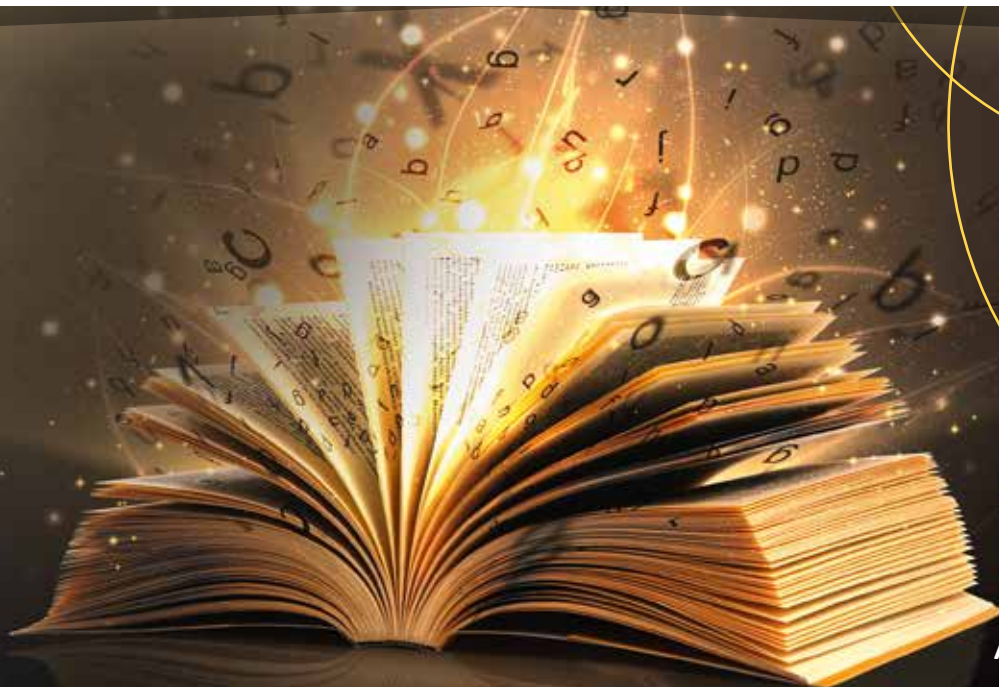
dass ich mir keinen einzigen Namen habe merken können. Ich sehe deutlich vor mir, wie wir die Gläser erheben und uns gegenseitig unsere Vornamen nennen. Der Deutsche hatte den Anstoss dazu gegeben. Er meinte, es sei ihm angenehmer, mit Freunden zu essen als mit Fremden. Es ist mir peinlich und ich weiss nicht, wie ich mich jetzt verabschieden soll. Ich höre wie die Verena zur Krankenschwester sagt: «Gute Nacht Anina», während sie ihre Hand noch hält. Ich winke ihr zu und sage: «Gute Nacht Anina, die Namen der anderen habe ich leider im Glanz Ihrer Schönheit wieder vergessen.» «Willy du bist ein Kavalier.» Die junge Frau lächelt verschmitzt und nimmt ihren Mann am Arm. «Komm jetzt Stefan», sagt sie und hilft mir damit unbewusst. «Gute Nacht Stefan», sage ich selbstbewusst und reiche dem jungen Lehrer die Hand. «Ich habe deinen Namen vergessen» sagt dieser, «im Eifer des Gefechtes, entschuldige bitte.» «Ich heisse Willy», antworte ich und frage mich, ob ich nicht einfach zuviel Aufheben um meine Vergesslichkeit mache. Von den anderen beiden verabschiede ich mich den Worten: «Ich wünsche euch beiden eine gute Nacht.» Damit bin ich doch fein raus. Die Verena und ich beschliessen an Deck zu gehen. Die Sonne ist längst untergegangen und es weht eine kühle Brise, sie hat die Hitze des Tages weggeweht. Verenas Haar spielt im Wind. Ich betrachte sie von der Seite und denke einmal mehr, dass ich ein Glück hatte und habe, wie es wohl kein anderer Mann hat. «Ich bin müde Willy, gehen wir ins Bett.» Ich nicke und die Verena hakt sich bei mir ein. Wir gehen vom Heck

zur Mitte des Schiffes und nehmen dort einen Aufzug hinunter aufs Deck neun, Radioso heisst es. Ich hätte das nicht gewusst, es steht aber im Aufzug neben der Neun. Ich lasse die Verena, ganz Gentleman, zuerst aus dem Fahrstuhl in den Radioso-Flur treten. Sie nimmt mich an der Hand und ich muss keine Angst mehr haben, den Weg zur Kabine zu verfehlen.

In der Kabine ziehen wir uns beide sofort um. Die Verena geht wieder ins Bad und führt ihr Abendritual durch. Sie bleibt immer lange, auch zu Hause. Was sie macht, weiss ich nicht recht, sie hat mindestens 50 Tiegel und Tuben. Wenn sie abends aus dem Bad kommt, ist sie schöner als vorher. Wenn ich ihr das sage, lacht sie und meint, dass ich auch der Einzige auf der Welt sei, der sie ohne Schminke noch ansehen wolle. Sie ist meine geliebte Ehefrau, aber ich kann mir das nicht vorstellen. Sie trägt nie viel Schminke, aber das bisschen verändert sie und ich mag sie einfach lieber, so wie sie wirklich ist. Sie legt sich gleich ins Bett, setzt die Lesebrille auf und nimmt ein dickes Buch in die Hand. «Was liest du?» «Das gleiche wie beim letzten Mal, als du gefragt hattest. Es ist erst zwei Tage her und wie du siehst, ist es ein dickes Buch.» «Ja, das sehe ich.» Mehr sage ich lieber nicht dazu. Ich kann mich nicht erinnern, danach gefragt zu haben.

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

TEXT: Melissa Schärer,
Pflegefachfrau und Stationsleitung SAW





Das etwas andere Mitarbeiter-Interview

Auf einen Kaffee mit Giuseppe Tartari

Leiter Technischer Dienst, Tödiheim



*Du hast einen Kaffee bestellt.
Welches ist – abgesehen von
Kaffee – dein Lieblingsgetränk?*
Ein Bier, alkoholfrei.

*Wie lange arbeitest du bereits im
Tödiheim?*
Das ist das dritte Jahr. Vorher
arbeitete ich in einem Familienunternehmen im Verkauf. Ich arbeitete dort 15 Jahre lang, dann schloss der Betrieb und ich wechselte ins Tödiheim.

*Erinnerst du dich noch an deinen
ersten Arbeitstag im Tödiheim?*
Jaaa (lacht), wobei ich sagen
muss, dass ich den damaligen

Leiter des Technischen Dienstes im Tödiheim schon vorher kannte. Er zeigte mir, was es zu tun gab und liess mich dann eigentlich schnell selber machen. Da er mich kannte, wusste er ziemlich genau, zu was ich fähig bin. Am Nachmittag des ersten Tages schnitten wir bereits Hecken im Garten, da erinnere ich mich noch genau.

*Was gefällt dir besonders an deiner
Arbeit?*
Den Kontakt mit anderen Men-

schen, zu den Bewohnenden und die Vielseitigkeit. Du weisst nie, was dich am Morgen erwartet. An einigen Tagen ist die «Hölle los», dann gibt es wieder ruhigere Tage, an denen du deiner Arbeit ohne grosse Unterbrüche nachgehen kannst.

*Hat sich mit der Integration in die
Stiftung Amalie Widmer für dich
persönlich etwas verändert?*
Für mich persönlich hat sich nichts geändert, ausser die Chefs!
(lacht)

*Apropos Chef, wie bist du mit deinem
neuen Chef zufrieden?*

Manfred Prassl und ich treffen uns einmal in der Woche zu einem kurzen Austausch, das schätze ich sehr. Wenn es mal zeitlich nicht reicht, dann hören wir uns per Telefon – einfach, um schnell die Möglichkeit zu haben, Ungewissheiten zu klären. Vorher hörte man sich nur, wenn es Probleme gab. Ich finde es so, wie es jetzt ist, besser.

Wie ist die Stimmung im Team beim Technischen Dienst?

Gut, mir gefällt es. Es ist ja nicht so, dass wir ein grosses Team sind. Wir sind zu dritt. Und wenn Not am Mann ist, kann ich den Technischen Dienst im Widmerheim um Hilfe bitten. Umgekehrt natürlich genau so!

Was wolltest du als Kind einmal werden?

Astronaut! Der Blick vom Weltall auf die Erde hat mich dermassen fasziniert.

Welchen Beruf haben sich deine Eltern für dich gewünscht?

Keinen speziellen, ihnen war immer wichtig, dass ich eine Lehre absolviere, die mir Spass macht.

Welche drei Adjektive beschreiben dich am besten?

Fleissig, stur und menschlich.

Was machst du am morgen nach dem Aufstehen als erstes?

Ich wasche mir zuerst das Gesicht.

Wofür würdest du mitten in der Nacht aufstehen?

Für eine Notfall natürlich!

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

Elvis. Ich bin jetzt nicht ein Riesenfana, aber seine Musik und auch seine Person faszinieren mich.

Welches Buch liegt gerade auf deinem Nachttisch?

Keins, ich lese nur in den Ferien. Dort darf es dann gut und gern auch ein richtig dicker «Schunggen» sein. Krimis bevorzuge ich.

Wenn du dir ein Land aussuchen dürftest, in welchem würdest du gerne leben?

Irgendwo in Europa am Meer.

Du selber bist ja Italiener? In diesem Fall Italien?

Italien hat sehr viele schöne Plätze, aber mir gefällt es an vielen Orten in ganz Europa. Was ich mit Sicherheit sagen kann, es wäre nicht die Karibik!

Auf was könntest du in deinem Leben nicht verzichten?

Auf meinen Sohn. Er ist mein Sonnenschein. Nach drei Fehlgeburten war die Freude über unseren Sohn natürlich umso grösser. Unterdessen ist er bereits acht Jahre alt und geht in die 3. Klasse.

Was macht dich traurig?

Traurig hat mich gemacht, als ich meine Mutter verlor. Es hat mir gezeigt, wie sehr einem Menschen,

die man gerne hat, fehlen können.

Hast du ein Hobby und welches?

Fussball spielen mit meinem Sohn. Er spielt beim FC Freienbach.

Was darf in deinem Kühlschrank nie fehlen?

Milch... und Schokoladendrinks (lacht). Zweites natürlich für meinen Sohn.

Was war früher dein liebstes Schulfach?

Mathematik, da bin ich heute noch stark.

Was würdest du mit einer gewonnenen Million machen?

Neue Möbel kaufen!

Das ist eher bescheiden.

Ja, so bin ich. Möbel wollten wir uns sowieso neue leisten!

Was würdest du mit deinen letzten hundert Franken kaufen?

Etwas zu essen, mit dabei wäre auch eine Crèmeschnitte.

Möchtest du noch etwas fragen?

Nein. Das, was ich wissen möchte, erfahre ich sowieso (lacht)!

Giusi, ich danke dir herzlich für das offene Gespräch. mbr

NEU im
Restaurant Widmerheim



Selbstgemachte Pralinés & Kafi Surprise

Eigene Pralinés zu kreieren und in unserem Restaurant zu verkaufen - das war schon lange ein Wunsch von unserem Küchenchef, Thomas Löffler. Und es freut uns, dass er diese Ideen nun umsetzt. Ab sofort können die wechselnden **Praliné-Kreationen**, in einem schönen Schächteli verpackt, für Fr. 12.50 im Restaurant Widmerheim gekauft werden. Zum selber Geniessen oder als feines Mitbringsel.

Hausgemachte Pralinés - 9 Stück - Fr. 12.50

Weiter bieten wir in unserem Restaurant Widmerheim neu ein **Kafi Surprise** an. Dabei handelt es sich um einen Kaffee oder Espresso, serviert mit einem der selbstgemachten Pralinés. Die Überraschung, was jeweils neben dem Kaffee liegt, gehört also mit zum Genuss.

Kafi Surprise für Fr. 4.50





Wir gratulieren

**Hohe oder runde
Geburtstage**
unserer Bewohnenden

70 Jahre:

Fritz Ruge (Tödiheim)

80 Jahre:

Marianne Fischer (PWG Strickler)

Marianne Zwysig (Widmerheim)

85 Jahre:

Maria Cizerle (Widmerheim)

Margrit Treichler (Widmerheim)

90 Jahre:

Heidi Filippini (Widmerheim)

Emil Steinauer (Tödiheim)

95 Jahre:

Frieda Schumacher (Tödiheim)

Dienstjubiläen
von Oktober bis
Dezember 2019

10 Jahre:

Marina Hergert

Willi Bauknecht

Drita Pajaziti-Rudhani

20 Jahre:

Fernanda Ferreira De Figueredo-Dos Santos

Oktober

öffentlich Widmerheim

Dienstag, 1. Oktober 2019
Reformierter Gottesdienst
um 10.00 Uhr im Andachtsraum

Donnerstag, 3. Oktober 2019
Katholischer Gottesdienst
um 10.00 Uhr im Andachtsraum

Donnerstag, 10. Oktober 2019
Katholischer Gottesdienst
Eucharistiefeier
um 10.00 Uhr im Andachtsraum

Dienstag, 15. Oktober 2019
Donnerstag, 17. Oktober 2019
Pizza-Tag
am Mittag ab 11.30 Uhr
im Restaurant

Donnerstag, 17. Oktober 2019
Katholischer Gottesdienst
um 10.00 Uhr im Andachtsraum

Mittwoch, 23. Oktober 2019
Flötenensemble Au -
Singen und Zuhören
um 14.30 Uhr im Festsaal

Donnerstag, 24. Oktober 2019
Katholischer Gottesdienst
um 10.00 Uhr im Andachtsraum

Donnerstag, 24. Oktober 2019
Konzert Duo Ralph and Rea
um 14.30 Uhr im Restaurant

Donnerstag, 31. Oktober 2019
Katholischer Gottesdienst
um 10.00 Uhr im Andachtsraum

Bewohnende Widmerheim

Donnerstag, 3. Oktober 2019
Clowns zu Besuch
um 14.30 Uhr im 1. + 2. Stock

Mittwoch, 30. Oktober 2019

Offenes Singen für Alle
um 14.30 Uhr im Festsaal

Donnerstag, 31. Oktober 2019

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

öffentlich Tödiheim

Freitag, 4. Oktober 2019
Reformierter Gottesdienst
um 10.30 Uhr in der Dachstube

Freitag, 18. Oktober 2019
Katholischer Gottesdienst
um 10.30 Uhr in der Dachstube

Freitag, 18. Oktober 2019
Filmvorführung 1000-Jahr-Feier
Horgen mit Walter Hobi
um 14.30 Uhr in der Dachstube

Samstag, 26. Oktober 2019
Tödifest
Buntes Markttreiben
ab 11.00 Uhr im Tödiheim

Bewohnende Tödiheim

Freitag, 11. Oktober 2019
Clowns zu Besuch
um 14.30 Uhr in der Dachstube

November

öffentlich Widmerheim

**Montag, 4. November -
Freitag, 8. November 2019**
Asiatische Woche
am Mittag
ab 11.30 Uhr im Restaurant

Dienstag, 5. November 2019

Reformierter Gottesdienst
um 10.00 Uhr im Andachtsraum

Donnerstag, 7. November 2019

Katholischer Gottesdienst
um 10.00 Uhr im Andachtsraum

Donnerstag, 7. November 2019

Konzert Tatjana Schaumova
um 14.30 Uhr im Festsaal

Donnerstag, 14. November 2019

Katholischer Gottesdienst
um 10.00 Uhr im Andachtsraum

Donnerstag, 21. November 2019

Katholischer Gottesdienst
Eucharistiefeier
um 10.00 Uhr im Andachtsraum

Samstag, 23. November 2019

Wunschkonzert mit
Christoph Maurer
um 14.30 Uhr im Restaurant

Donnerstag, 28. November 2019

Katholischer Gottesdienst
um 10.00 Uhr im Andachtsraum

Bewohnende Widmerheim

Donnerstag, 14. November 2019

Senioren-Theaternachmittag
um 14.00 Uhr
im ref. Kirchgemeindehaus

Mittwoch, 27. November 2019

Offenes Singen für Alle
um 14.30 Uhr im Festsaal

Termine Termine Termine

öffentlich Tödiheim

Freitag, 1. November 2019

Fotovortrag
Horgen - damals und heute
um 14.30 Uhr in der Dachstube

Freitag, 8. November 2019

Reformierter Gottesdienst
um 10.30 Uhr in der Dachstube

Freitag, 15. November 2019

Katholischer Gottesdienst
um 10.30 Uhr in der Dachstube

Samstag, 16. November 2019

Jodelklub Horgen
um 14.30 Uhr in der Dachstube

Bewohnende Tödiheim

Dienstag, 5. November 2019

Besuch Kita Horgen
um 14.30 Uhr in der Dachstube

Donnerstag, 28. November 2019

Fondueabend mit Hans Arnold
um 17.00 Uhr im Speisesaal

Mitarbeitende

Donnerstag, 14. November 2019

Personalinfo
um 14.30 Uhr im Festsaal

Mittwoch, 20. November 2019

Brandmeldeinstruktion
im Widmerheim
um 10.00 Uhr in der Eingangshalle

Donnerstag, 21. November 2019

Brandmeldeinstruktion
im Widmerheim
um 15.00 Uhr in der Eingangshalle

Dezember

öffentlich Widmerheim

Dienstag, 3. Dezember 2019

Reformierter Gottesdienst
mit Abendmahl
um 10.00 Uhr im Andachtsraum

Donnerstag, 5. Dezember 2019

Katholischer Gottesdienst
um 10.00 Uhr im Andachtsraum

Donnerstag, 12. Dezember 2019

Katholischer Gottesdienst
um 10.00 Uhr im Andachtsraum

Donnerstag, 19. Dezember 2019

Katholischer Gottesdienst
um 10.00 Uhr im Andachtsraum

Dienstag, 31. Dezember 2019

Silvesterbowle
mit Musig vo de Räbhöckler
um 10.00 Uhr im Restaurant

Bewohnende Widmerheim

Donnerstag, 5. Dezember 2019

Klausfeier
um 14.00 Uhr im Restaurant

Freitag, 13. Dezember 2019

Adventsfeier Tagesbegegnung
um 14.30 Uhr im Festsaal

Freitag, 13. Dezember 2019

Seniorenweihnachtsfeier
um 14.30 Uhr in der
ref. Kirchgemeinde, Horgen

Montag, 16. Dezember 2019

Weihnachtsfeier 3. Stock
um 16.30 Uhr im Festsaal

Dienstag, 17. Dezember 2019

Weihnachtsfeier 4. Stock
um 16.30 Uhr im Festsaal

Mittwoch, 18. Dezember 2019

Weihnachtsfeier 1. Stock
um 16.30 Uhr im Festsaal

Donnerstag, 19. Dezember 2019

Weihnachtsfeier 2. Stock
um 16.30 Uhr im Festsaal

öffentlich Tödiheim

Freitag, 6. Dezember 2019

Reformierter Gottesdienst
mit Abendmahl
um 10.30 Uhr in der Dachstube

Mittwoch, 18. Dezember 2019

Ökumenischer Gottesdienst
mit Schulkindern
um 10.15 Uhr in der Dachstube

Dienstag, 31. Dezember 2019

Silvesterfeier mit
dem Duo Gambirasio
um 14.30 Uhr in der Cafeteria

Bewohnende Tödiheim

Donnerstag, 5. Dezember 2019

Klausfeier
um 14.30 Uhr in der Dachstube

Freitag, 20. Dezember 2019

Weihnachtsfeier
um 17.00 Uhr im Speisesaal



**«Es sind nicht die
Dinge, die uns
beunruhigen,
sondern die
Meinung, die wir
von den Dingen
haben.»**

Epiktet

RundBlick^o

Magazin der **Stiftung Amalie Widmer**, Horgen