



uf ein Blick



Editorial

Nach einem super Sommer 2018, welcher einige Rekorde in Sachen Wetter gebrochen hat, stehen wir nun am Anfang der kalten Jahreszeit. Auch diese Zeit hat ihre sehr schöne Seite, angefangen im Oktober, wenn die Wälder farbiger werden und das Obst und Gemüse geerntet werden kann. Wie fein doch selber „Eingemachtes“ im Winter schmeckt....

Auch im Sunnewies sind wir im Jahresendspurt. Der alljährliche Bazar hat am 2. Sonntag im November stattgefunden. Viele bekannte Menschen haben uns mit einem Besuch die Ehre erwiesen. Selbsthergestellte Dekorationen oder Karten haben ebenso schnell einen Käufer gefunden, wie auch die selbstgestrickten Socken. Die Kochgruppe hat in unzähligen Stunden Früchte aus dem hauseigenen Garten verarbeitet und liebevoll verpackt am Bazar verkauft. Mit dem Erlös können wieder neue Materialien angeschafft werden, auch Anlässe für die Bewohnenden können mitfinanziert werden.

Ja, jetzt folgt bald die Adventszeit, eigentlich eine Zeit, in welcher sich die Christenheit auf die Ankunft von Gott vorbereitet. Diese Zeit hat sich aber stark verändert, Ende Oktober findet bereits weihnachtliches Flair Einzug in die Verkaufsläden und somit ist diese Zeit eher kommerziell und auf die materiellen Bedürfnisse ausge-

„Sorgen und Ängste schiebe ich weg“

„Ich lebe seit gut einem Jahr hier im Sunnewies und fühle mich sehr gut aufgehoben“, sagt die 99-jährige Pia Weber. Ausser dass sie gerne eine Balkon zum Zimmer hätte, fehlt es ihr an nichts. „Es hat auch etwas Gutes, dass ich keinen eigenen Balkon habe, ich muss so nach draussen gehen.“ Dies macht sie, wenn immer möglich täglich und bei jedem Wetter. Vor gut einem Jahr hat sie einen Oberschenkelhalsbruch erlitten und musste dann deswegen im Spital operiert werden.

„Ich bin in meinem Leben, ausgenommen der Geburten meiner drei Kinder, nie im Spital gewesen“, erzählt sie. Der Arzt, der sie operiert hatte, zeigte sich sehr zufrieden mit der Operation und der Genesung. So sagte er zu ihr: „Ich bin sehr zufrieden mit Ihnen, machen Sie weiter so altes Mädchen.“ Die bald 100-jährige Frau entgegnete spontan: „Wissen Sie was Sie sind? Er antwortete darauf: „Ja, Arzt.“ Sie weiter: „Nein ein Charmeur.“ Solche Erlebnisse könnte Pia Weber wohl viele erzählen. Nach dem Spital, war es ihr Ziel, wieder nach Hause nach Bänikon in ihr geliebtes Patrizierhaus zurückzukehren. „Ich musste jedoch einsehen, dass dies nicht mehr möglich ist.“ So



ist nun ihr Daheim das Sunnewies. Da ihr Sohn das Elternhaus nun bewohnt, hat sie doch noch die Möglichkeit ihrem Zuhause einen Besuch abzustatten.

Tägliche Bewegung hält fit

Für ihre Gesundheit macht sie viel. So turnt sie täglich für sich alleine. „Ich fahre auch oft Velo auf dem Hometrainer und denke dann, dass ich auf die Schwägalp fahre.“ Wenn man ihr zuschaut wie sie ihre Beine noch mühelos weit hinauf hebt, dann erübrigen sich Worte. Ihr Rezept ist nicht nur die körperliche Bewegung, sondern auch die positive Lebenseinstellung. So

wundert es einem nicht, dass sie ihre Körperhygiene, wie duschen und Haare waschen noch selbständig erledigen kann. Sie betont denn auch, dass es ebenso wichtig ist, dass man Sorgen und Ängste wegschiebt. Auf die Frage, wie man denn das macht, sagt sie: „Es ist ganz einfach, ich studiere etwas Schönes und verdränge damit Sorgen und Ängste. Das ist wichtig, sonst kann man nachts nicht mehr schlafen und kann sogar krank werden.“

„Ich musste hart anpacken“

Die Seniorin hat in ihrem langen Leben Vieles erlebt. Schon als junges Mädchen

Inhalt

Seite 1	Editorial - Sorgen und Ängste schiebe ich weg
Seite 2	Editorial (Fortsetzung) - Sorgen und Ängste schiebe ich weg (Fortsetzung)
Seite 3	Singen vertreibt Sorgen und befreit - Freud und Leid sind nah beisammen - Sunnige Nochrichte
Seite 4	Freud und Leid sind nah beisammen (Fortsetzung) - Sunnige Nochrichte
Seite 5	Palliative Care erfordert viel Herzblut - Sunnige Nochrichte
Seite 6	Palliative Care erfordert viel Herzblut (Fortsetzung) - Wir arbeiten mit Herzblut im Sunnewies
Seite 7	Wir arbeiten mit Herzblut im Sunnewies (Fortsetzung) - Diplomfeier Höhere Fachschule - Hochzeit
Seite 8	Bazar Tradition im Sunnewies - Renovation Cafeteria - Anlässe

richtet. Aber dennoch freuen wir uns auf die festlichen Tage, insbesondere auch zum Ausspannen und Besuche machen oder Gäste einzuladen. Diese Tage sind für unsere Bewohnenden und deren Angehörigen wichtig, auch wenn sie mit vielen schönen aber auch mit schmerzlichen Erinnerungen verbunden sind. In diesen Tagen sind Empathie und Einfühlungsvermögen gefragt, unsere Mitarbeitenden sind stets bemüht herausfordernde Situationen abzufedern.

Ich wünsche nun allen eine schöne, besinnliche Zeit des Ankommens und geniessen Sie ein paar frohe Stunden mit Ihren Lieben.

Herzlichst
Heidi Bötschi
Zentrumsleitung

musste sie hart anpacken. „Als meine kleine 4-jährige Schwester an Leukämie starb, konnten unsere Eltern nicht gemeinsam damit umgehen.“ Der Vater zog aus und für die damals 18-jährige Pia war es klar für den Unterhalt der Familie zu sorgen. Bei Kriegsabbruch kam der Vater wieder nach Hause. „Die Eltern haben sich dann glücklicherweise wieder gefunden und sind dann zusammengeblieben“, berichtet sie. Ihr Vater war Maurer und kam aus Bergamo. „Von ihm hat sie wohl das italienische Temperament geerbt.“ Sie verstand bereits als kleines Kind die italienische Sprache sehr gut. „Richtig gelernt habe ich sie allerdings erst im Hotelfach.“

Das 100-jährige Mannequin im Sunnewies

Die adrett gekleidete Pia Weber blickt nochmals auf ihre Kindheit zurück. „Ich habe als Kind nie neue Kleider erhalten und habe mir geschworen, sobald ich selbst verdiene, kaufe ich mir schöne Sachen.“ Die Freude an schönen Sachen ist bis heute geblieben. „Ich habe beim Kleiderkaufen immer darauf geachtet, dass sie kombinierbar sind. Wissen Sie, wie mich die Leute auf unserem Stock nennen“, fragt sie mit Schalk in den Augen. „Sie nennen mich das 100-jährige Mannequin.“ Dies glaubt man sofort, wenn man sie anschaut. „Früher, als ich so viel arbeiten musste, hatte ich Oberarme wie ein Senn“, sagt sie lachend. „Heute habe ich nicht mehr viel Gewicht. Ich esse zwar immer gerne hier im Sunnewies, meist fühle ich mich nach Suppe und Salat bereits satt.“

Die Familie ist das Wichtigste

„In ihrer ersten Ehe musste sie mit Restaurant und Wirtshaft und drei Kinder sehr viel arbeiten. Sie bekam dann schreckliche Migräneanfälle. Weil wohl alles zu viel war, kam es dann zur Trennung

von ihrem ersten Mann. Sie lernte später ihren zweiten Mann kennen und ist heute sehr dankbar, für das schöne Leben, welches sie gemeinsam hatten. Er ist bereits vor 25 Jahren verstorben. Das Alleinsein hat sie wie so Vieles Anderes gut gemeistert. „Ich freue mich heute über meine Enkel und meine inzwischen fünf Urenkelmädchen.“ Die Familie war und ist ihr noch heute sehr wichtig. „Wir haben es schön miteinander und ich muss mir um meine Kinder und deren Familien keine Sorgen machen.“

In meinem Leben ist alles in Ordnung

Den Geist hält sie mit Kreuzworträtseln und lesen fit. Ihre Tochter versorgt sie mit genügend Lesestoff. Im Fernsehen schaut sie zudem immer wieder Ratesendungen und auch die Serie Sturm der Liebe an. Um 19:30 legt sie sich jeweils zum Schlafen. „Ich kann eigentlich gut schlafen, in meinem Leben ist auch alles in Ordnung.“ Ich versuche immer das Beste aus der Situation zu machen.“ Dabei betont sie aber auch, dass sie es beim Namen nennt, wenn etwas nicht in Ordnung ist. Sie ermuntert auch ihre Tischnachbarinnen im Sunnewies mehr zu positivem Gespräch als zum Leid klagen. „Ich bekomme dann oft zu hören, dass ich das schon sagen könne.“ Auch Pia Weber muss schon seit längerer Zeit Herztabletten nehmen, obwohl sie eher eine Abneigung hat gegen Medikamente. „Ich versuche mich abzulenken und vermeide es möglichst über Schmerzen zu sprechen.“ Die Einstellung ist wichtig für sie, man darf sich nicht hängen lassen oder wie sie sagt: „Man darf nicht lampe loh.“

Die älteste Bewohnerin im Sunnewies

Pia Weber betätigt sich sehr gerne im Werkstübli, meist beim Stricken oder Häkeln. Für den diesjährigen bereits vergangenen Bazar ist sie tat-

kräftig an der Arbeit gewesen. Nun freut sich die bald 100-jährige auf das bevorstehende Weihnachtsfest. Sie denkt zurück an viele gemeinsame schöne Familien-Weihnachtsessen. „Ich habe viele Jahre die ganze Familie eingeladen ins Restaurant Ochsen Bänikon.“ Nun geht sie nur noch mit ihren Kindern gemeinsam essen. Sie denkt auch gerne zurück an Ferien in Italien, welche sie als Kind erlebt hat. „Später bin ich oft nach Abano in die Terme zur Kur gereist mit einer Freundin. Ihre Freundinnen leben nicht mehr. Doch auch darüber studiert sie nicht zu lange nach. „Ich bin dankbar für das Erlebte und habe die Erinnerungen in meinem Herzen gespeichert.“ Was sie denn machen möchte, am 100. Geburtstag, weiss sie noch nicht. Die älteste Bewohnerin im Sunnewies lässt es auf sich zukommen, ob sie dies erleben darf.

Keine Langeweile

Pia Weber ist mit ihrer Einstellung sicherlich, auch wenn sie Lobesworte nicht gerne hört, ein Vorbild. Sie wendet das positive Denken einfach ganz natürlich an. Pia Weber ist zufrieden mit ihrem Leben. Sie glaubt an eine höhere Macht. „Für mich ist es wichtig, recht und gut zu leben und Niemanden zu plagen. Ich bin jedoch keine Frömmlerin.“ Mit der modernen Technik möchte sie nicht mithalten. „Ich brauche kein Handy. Ich kann es nicht sehen, wenn bereits kleine Kinder darauf herumdrücken. Es ist eine gefährliche Entwicklung, in welcher jeder sein Leben lebt“, bemerkt sie. Sie braucht solche Geräte nicht um Zeit zu vertreiben. Langeweile kennt die aktive Seniorin nämlich, weil sie immer etwas macht, nicht. Wenn es mir langweilig wäre, würde ich zu studieren anfangen. Studieren oder gar grübeln, das will sie nicht und lässt es auch nicht zu.

Ursi Vetter

Singen vertreibt Sorgen und befreit



Die aus Bissegg stammende Helene Hutterli engagiert sich seit einigen Jahren im Sunnewies in der Freiwilligenarbeit. Bis zur Pensionierung hat sie zusammen mit ihrem Mann und Angestellten die Papeterie Hutterli in Weinfelden geführt. Dort hat sie auch Denise Schmid, die Leiterin Aktivierung vom Sunnewies kennengelernt. „Sie war Kundin bei uns und durch ihre regelmässigen Einkäufe sind wir ins Gespräch gekommen, erklärt sie. „Durch sie bin ich dann ins Sunnewies gekommen.“ Zwei bis dreimal im Monat singt sie mit den Bewohnerinnen und Bewohnern abends alte Lieder. „Ich bin sehr dankbar, dass Helen Oberhänsli mich und unsere Singgruppe tatkräftig unterstützt. Diese Unterstützung ist alles andere als selbstverständlich. Da fragt man sich schon, ob die 87jährige Helen Oberhänsli sich mit Singen jung hält. Die engagierte Se-

niorin wohnt noch in der eigenen Wohnung und ist mit ihrem Auto unterwegs. Wir beide singen sehr gerne und haben die Menschen insbesondere die älteren sehr gerne.“ Oftmals am Mittwoch ist Helene Hutterli zudem in der Werkgruppe anzutreffen. „Ich betätige mich vor allem mit Papier.“ Momentan sind es Weihnachtskarten, die sie entwirft und dann mit den fleissigen Händen der Bewohnerinnen und Bewohner anfertigt. Diese kleinen Kunstwerke sowie das Singen bereiten der engagierten Helene Hutterli grosse Freude. Sowohl das Werken, als auch das Singen bedingen, dass man Geduld aufbringt. „Man wird im Alter nicht schneller, dies geht uns allen auch einmal so“, sagt Hutterli.

Nicht die Qualität zählt sondern die Freude

An diesem Abend im Oktober singt sie mit den Sängerinnen

und Sängern Lieder wie: Hans Spielmann, Lueged vo Berge und Tal, Sternli liebs Sternli und viele andere mehr.

„Singen lenkt ab von den Sorgen und Schmerzen und es befreit einem.“ Dies spürt Helene Hutterli, die schon über 20 Jahre im Trachtenchor singt, am eigenen Leibe. „Beim Singen vergisst man die Sorgen wirklich für eine Zeit und oftmals sieht man sie dann aus einem anderen Blickwinkel.“ Mit älteren Menschen muss man keine neuen Lieder mehr einüben, findet Hutterli. „Wir singen das Liedgut, welches meine Sängerinnen und Sänger bereits aus ihrer Schulzeit kennen.“ Für sie und sicherlich für die meisten Anwesenden, ist es ein Stück Heimat, welches mit dem Singen wieder auflebt. Eine der Sängerinnen sagt: „Ich kann nicht mehr so gut und schön singen, doch ich singe immer noch gerne.“ Wenn man als Zuschauer in die strahlenden Gesichter blickt, dann erübrigen sich die Worte. Helene Hutterli sagt: „Die Qualität steht nicht an erster Stelle, sondern dass es uns allen Freude bereitet, das ist wichtig.“ Das Angebot des Singens ist für Viele eine willkommene Abwechslung, die sie nicht missen möchten.

Ursi Vetter

Freud und Leid sind nah beisammen

Im August hat die Wanderausstellung Palliative Care im Sunnewies stattgefunden. Vielleicht haben auch Sie den einen oder anderen Anlass besucht? „Ich selbst war durch unsere Heimzeitung „Sunnewies uf ein Blick“ ziemlich stark involviert. Eigentlich wehre ich mich immer ein wenig dagegen, mich mit dem Tod, mit der

Endlichkeit, auseinanderzusetzen.“ Doch früher oder später, wird jeder damit konfrontiert. Ich habe bereits mit 20 Jahren meinen Vater verloren. Nicht nur für mich, auch für meine drei älteren Geschwister, vor allem aber für unsere Mutter war es ein schwerer Schlag. Damals hat man nicht gross über die persönlichen Gefühle gespro-

chen, das Leben musste und ging einfach weiter. Jeder wollte den Anderen nicht belasten, so sprach man lieber nicht viel darüber. Irgendwie habe ich es dann verarbeitet, sicherlich trotz allem mit der Familie und insbesondere mit meinem heutigen Mann. Dass im selben Jahr nur kurze Zeit später mein Göttibueb auf die Welt kam, dies war

Sunnige Nochrichte Funktionsänderungen

*Viel Erfolg und Zufriedenheit
in der neuen Funktion*

Stefanie Kleger

*Lernende Fachfrau Gesundheit
seit 01.08.2018*

Domenik Müller

*Lernender Fachmann Gesundheit
seit 01.08.2018*

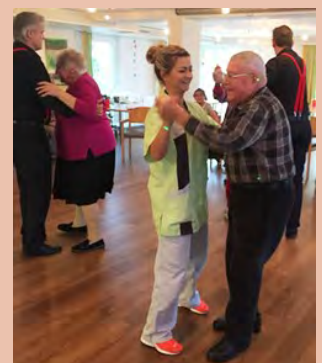
Svenja Fedrizzi

*Studierende Pflegefachfrau HF
seit 17.09.2018*

Laura Brunschwiler

*Pflegefachfrau HF, Sunnegarte
seit 01.10.2018*

Impressionen Tanznachmittag



Sunnige Nochrichte Neue Mitarbeitende

Herzlich willkommen und viel Erfolg und Zufriedenheit im Sunnewies.



Manuela Stauber
Hausdienst
seit 06.08.2018



Claudia Ienco
Pflegeassistentin Stübli 1.OG
seit 01.10.2018



Gaby Dietsche
Pflegefachfrau Team 2
seit 01.11.2018

eine riesige Freude.

Es hat weh getan...

So nah sind Freud und Leid beisammen. Immer wieder haben wir dies erlebt. Auch als mein ältester Bruder vor 10 Jahren durch einen Auto-unfall um's Leben kam und als meine Schwiegermutter und meine Mutter starben. Nur fünf Monate nach dem Tod meiner Mutter kam unsere zweite Enkelin auf die Welt. Dass Freud und Leid nah beisammen sind, dies haben wir vor kurzem wiederum erfahren müssen. Unsere jüngste Tochter hat Mitte September geheiratet. Ein wunderschönes Fest, welches wir für immer in unseren Herzen tragen werden.



Nur drei Wochen später mussten wir unseren 14 ½ jährigen Hund Giro gehen lassen. Schon seit einem halben Jahr hat er sehr abgegeben, doch trotz allem behielt er seine Lebensfreude. Doch in der Nacht vor seinem Tod, hat er immer wieder laut gewinselt. Wenn wir zu ihm hingesessen sind, war er immer wieder ruhig. Am Morgen konnte er dann nicht mehr aufstehen und ich rief dem Tierarzt an. Mein Mann und ich spürten, dass das Ende nahte. So war es denn auch. Die Tierärztin sagte uns, man könnte jetzt noch untersuchen, doch es würde an der Tatsache, dass er sterben wird, nichts mehr ändern. So entschlossen wir uns schweren Herzens ihn gehen zu lassen. Es hat uns tief betroffen gemacht, auch wenn es „nur“ ein Tier gewesen ist. Giro gehörte bei uns zur Familie und zusammen mit Rocco waren wir viel in der Natur unterwegs. Ja, es hat weh getan

und tut es noch immer. Doch der Verstand sagt uns, dass es für ihn besser ist.

Dürfen wir über unser eigenes Leben entscheiden?

Wir haben uns dann schon auch Gedanken gemacht, wie man bei Menschen in derselben Situation handeln würde. Der Mensch macht den Leidensweg oft bis zum Schluss oder wie man sagt bis zur bitteren Neige durch. Mir ist dann der Vortrag von Prof. Dr. André Fringer auch wieder in den Sinn gekommen. In diesem Vortrag ging es um das Sterbefasten oder wie er es ausdrückt um den freiwilligen Verzicht auf Nahrung. Auch Giro, der das Essen liebte, verweigerte die Nahrung. Damit zeigte er uns auf, nun ist es gut und ich habe die Kraft zum Leben nicht mehr. Auch der Mensch zeigt dies wahrscheinlich sehr ähnlich. Ob wir über unser Leben und Sterben selbst entscheiden dürfen, das will ich hier nicht beantworten. Es ist eine sehr persönliche Frage und ich glaube, es gibt weder ein richtig noch ein falsch. Der pensionierte Priester Bruno Portmann hat in der letzten Ausgabe gesagt: „Das Leben ist etwas Heiliges und wir dürfen dem Leben nicht eigenmächtig den Schluss bereiten.“ Prof. Dr. med. André Fringer sagte er dazu: „Es steht mir nicht zu, zu urteilen, ob dies gut oder schlecht ist. Es geht darum, wie wir mit dieser letzten Lebensphase umgehen.“ Fringer sagte denn auch weiter, dass er als Christ ebenso denke, als Wissenschaftler müsse er jedoch Wissen generieren. Wer hat nun recht von Beiden? Dies muss glücklicherweise weder ich noch Sie beurteilen. Jeder kann für sich selbst die Meinung bilden.

Das Auseinandersetzen mit dem Tod hat mich versöhnlich gestimmt

Ich glaube auch, wir können uns so lange wir diese Erfahrung nicht gemacht haben, nicht in diese Menschen ver-

setzen. Wir meinen wohl, wir könnten mitfühlen und wollen dies auch. Doch können wir dies wirklich? Ich habe oft die Erfahrung gemacht, dass es erst möglich ist, wenn man es selbst erlebt hat. So ist es doch auch, wenn wir liebe Angehörige verlieren. Wir wissen erst wie weh es wirklich tut, wenn wir es am eigenen Leibe spüren. Doch eines ist so sicher wie Amen in der Kirche. Wir alle müssen früher oder später von dieser Welt gehen und loslassen, was wir lieb haben. Das Loslassen ist gar nicht so einfach. Ich habe es nun schon einige Male schmerzhaft erlebt und trotzdem ist es nicht leichter geworden. Die Erfahrung kommt einem zwar zu Gute, aber schlussendlich muss man es selbst durchstehen und sich wieder am Leben erfreuen. Dies wünsche ich uns allen. Ich habe durch diese Wanderausstellung einen anderen Blick zum Sterben gewonnen. Obwohl ich anfangs eine Abwehrhaltung hatte, hat mich das Auseinandersetzen mit dem Tod versöhnlich gestimmt. Für mich persönlich ist es ein Übergang in eine andere Welt. Wir sind „nur“ auf der anderen Seite durch den Horizont getrennt. In unseren Herzen leben unsere Liebsten für ewig. Dies kann uns Niemand nehmen und dies ist doch die schönste Erfahrung.

Zum Abschluss meiner Gedanken einer meiner Lieblingstexte, wenn uns das Thema Tod einholt:

Du kannst Tränen vergiessen, weil er/sie gegangen ist oder du kannst lächeln, weil er/sie gelebt hat.

Du kannst die Augen schliessen und beten, dass er/sie wiederkehrt

oder du kannst die Augen öffnen und all das Sehen, was er /sie hinterlassen hat.

Ursi Vetter

Palliative Care erfordert viel Herzblut



Prof. Dr. André Fringer

Die Referierenden brachten zum Thema Palliative Care auf den Punkt, was Schwerkranken und Sterbende brauchen und wie man mit Ohnmacht, Trauer und Ängsten umgeht. Die sehr gut besuchte Wanderausstellung im August von palliative ostschweiz im Alters- und Pflegezentrum Sunnewies Tobel schloss mit einem ökumenischen Gottesdienst ab.

Monika Wettstein, Leitung Pflege und Betreuung (LPB) im Sunnewies in Tobel ist es ein grosses Anliegen, dass die Bewohnenden ihren letzten Weg nach ihren Wünschen gestalten können. Seit 2002 arbeitet sie im Ostschweizer Palliative Care Netzwerk mit Katharina Linsi, Leiterin der Geschäftsstelle palliative ostschweiz sagte zu den anwesenden Netzwerkpartnern: „Palliative Care braucht professionelle Fachlichkeit, hat aber ganz viel mit Herzblut zu tun.“

Selbstgestaltung

Am Rahmenprogramm zur



Karin Kaspers Elekes

Wanderausstellung haben sich der Pflegewissenschaftler Prof. Dr. André Fringer, ZHAW, Dr. med. Roman Inauen, Facharzt für Onkologie, KSM, beide Vorstandsmitglieder bei palliative ostschweiz, Dr. med. Christoph Held, Gerontopsychiater, geriatrischer Dienst der Stadt Zürich, sowie Pfarrerin Karin Kaspers-Elekes MASSc, Spitalseelsorgerin und Präsidentin von palliative ostschweiz beteiligt.

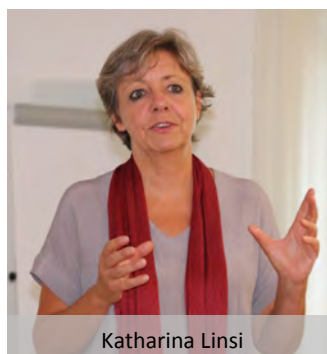
freiwilliger Verzicht auf Nahrung

„Was hat Sterben mit Fasten zu tun? Es ist eine Möglichkeit, sich mit dem Tod auseinanderzusetzen“, mit diesen Worten begrüsst André Fringer die interessierte Zuhörerschaft. „In der Wissenschaft reden wir vom freiwilligen Verzicht auf Nahrung und Flüssigkeit, nicht vom Sterbefasten.“, präzisierte Fringer. Er betonte, dass es um die Selbstgestaltung der letzten Lebensphase gehe. Bis 2009 gab es eine Mauer des Schweigens um dieses Thema. „Ich war als Forscher gefordert. Es steht mir nicht zu, zu urteilen, ob dies gut oder schlecht ist. Es geht, darum wie wir mit dieser letzten Lebensphase umgehen“, betonte er. Dabei könne auch eine Patientenverfügung sehr wichtig werden, ergänzte Fringer. Aus dem Publikum kommentierte Priester Bruno Portmann: „Das Leben ist ein

Geschenk vom Herrgott, deshalb sollten wir es ihm überlassen, wann es Zeit ist, Abschied zu nehmen. Es geht nicht um Selbstbestimmung, weil Gott die Quelle und das Leben ist.“, worauf Fringer erwiderte; „Persönlich teile ich als überzeugter Christ ihre Meinung, doch als Wissenschaftler muss ich Wissen generieren.“

Spiritualität ist das Mehr des Lebens

„Zur Palliative Care gehört die Aufgabe, spirituelle Bedürfnisse aufzunehmen und zu begleiten. Dies kann nur gelingen, wenn der Mensch in seinen verschiedenen Dimensionen wahrgenommen wird.“, erklärte Seelsorgerin Karin Kaspers-Elekes und berichtete von ihrem Alltag im Spital Münsterlingen. Von dort aus sehe man über den Bodensee bis hin nach Meersburg. Die Patienten wissen, dass es hinter dem Horizont weiter gehe. Dies sei ein Bild für eine Hoffnung, dass sich auch nach dem Tod eine noch nicht sichtbare Zukunft eröffnen könne. Bestehende Hoffnung komme in der Krise oft ins Wanken, betonte sie. „Spiritualität braucht oft den zweiten Blick. Sie ist, was hinter der Oberfläche aufscheint, das Mehr des Lebens.“ In der Begleitung gehe es darum, den Menschen in seiner einzigartigen Persönlichkeit wahrzunehmen. Es brauche die Anwesenheit mit allen Sinnen, die gute Nase, das feine Gehör und den Mund, der das rechte Wort findet und auch schweigen kann. Spiritualität



Katharina Linsi

Sunnige Nochrichte Neue Lernende

Herzlich willkommen und viel Erfolg und Zufriedenheit im Sunnewies.



Mariella Hofmann

*Lernende Fachfrau Gesundheit
seit 01.08.2018*



Jenny Rieser

*Lernende Hauswirtschaft
seit 01.08.2018*



Dr. med. Roman Inauen

Monika Wettstein und
Dr. med. Christoph Held

sei ein Teil der Burnout-Prophylaxe. „Wenn wir beten, meditieren, singen ein Gedicht lesen, einen Lieb-

lingsort in der Natur aufsuchen, ist dies Spiritualität, wenn dies für uns existentielle Bedeutsamkeit hat. Spiritualität ist die grosse Suche des Menschen nach dem Sinn des Lebens.“, sagte die Pfarrerin. Und zu Palliative Care: „Es ist die Lebensphase von dem Moment an, wo wir wissen, wir werden nicht mehr gesund. Das alte Leben verliert seine Sicherheit.“ Spiritualität sei ein Thema für heute, morgen und übermorgen, nicht nur ein Thema der letzten Lebensphase: „Es geht da-



Petra Nef, Palliativ Plus

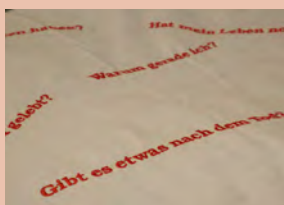
rum, was einem wesentlich ist und was einen trägt.“

Ursi Vetter

Wanderausstellung



Ein Bett mit bestickter Bettwäsche, ein Stuhl, ein Nachttisch mit Lampe und Kopfhörer standen im Zentrum der Wanderausstellung. Auf der Bettdecke sind Gedanken von Menschen zu lesen, die gezwungen sind, sicher mit der Endlichkeit des Lebens auseinanderzusetzen. Auf langen bedruckten Stoffbändern umkreisen Texte unter anderem Fragen wie: „Hat sich das Sterben in der heutigen Zeit verändert?“ Wie geht man mit der Ohnmacht und Trauer um? Was brauchen Schwerkranke und Sterbende, was sind ihre Ängste? Wie geht es den Angehörigen?“ Die Ausstellung informierte über Palliative Care und regte zum Weiterdenken an.



Interessierte Zuhörer bei allen Vorträgen

Musikalische Umrahmung
Marianne und Martin Haag

„Wir arbeiten mit Herzblut hier im Sunniewies“

Die beiden Kauffrauen Anita Krähemann und Alexandra Locher schauen, dass es punkto Buchhaltung, Personalwesen und Administration rund läuft im Sunniewies. Sie sind für rund 70 Bewohnende und gut 100 Mitarbeitende in ihren Bereichen zuständig. Anita Krähemann, welche seit 15 Jahren mit einem 80% Pensum hier arbeitet, ist für Administration zuständig. Telefon und Empfang sowie buchhalterische Aufgaben gehören ebenfalls in ihren Bereich. Alexandra Locher arbeitet seit drei Jahren mit einem 40% Pensum in der Buchhaltung und im Personalwesen.

„Wir arbeiten Hand in Hand und doch hat jede ihre ganz eigene Aufgaben.“, sagen die Beiden. Anita Krähemann macht beispielsweise die Fakturierung und die Kreditoren.

Für den Buchhaltungsabschluss und für das Personal ist jedoch Alexandra Locher zuständig. Während die Tätigkeit von Krähemann mehr bewohnerbezogen ist, liegt die Arbeit von Locher mehr im personellen Bereich. Und beide, das sind sie sich einig, arbeiten mit Herzblut im Sunniewies.

Es herrscht ein guter Geist
Krähemann sagt etwas nachdenklich: „Man lernt die Menschen kennen, die man wieder loslassen muss.“ Dies sei das Spezielle an ihrer schönen und erfüllenden Tätigkeit, heisst es von beiden Seiten. Beide weisen auch auf den guten Geist hin, der hier im Sunniewies herrscht. „Wir sind nicht nur im Büro abgeschottet, es ist eine Arbeit, die über den Bürotisch hinausgeht.“ Krähemann kommt mehr in den Kontakt

mit den Bewohnenden. Für persönliche Gespräche nutzt sie jedoch eher andere Gelegenheiten, wie interne Anlässe. Das Protokollschreiben gehört auch zu den Aufgaben von Krähemann. „Unsere Aufgaben haben viel Ähnliches mit anderen Betrieben und doch sind es ganz andere Anforderungen, die Bund und Kanton stellt“, sagt Locher. Sie sieht es jedoch als gute Herausforderung, die manchmal aber die Arbeiten auch erschweren. Mit den Bewohnenden hat Locher weniger Kontakt. Dafür ist sie mit dem Personal in Austausch. Beide haben sie auch die gleiche Chefin, die Zentrumsleiterin Heidi Bötschi. Die Wege sind kurz im Sunniewies und so kommen Probleme oft gar nicht auf, weil sie schon vorher gelöst werden können.

Sunnige Nochrichte Hochzeit

Wir gratulieren Corina und Fabian Meier-Schmucki zur Hochzeit und wünschen ihnen alles Gute.



Es läuft nicht nach Schema X

Die vielfältigen, anspruchsvollen Arbeiten gefallen den beiden Frauen sehr gut. Beide sind sie Familienfrauen und geniessen die Arbeit im Sunnewies nebst dem Muttersein. Krähemann sagt: „Ich komme mit Freude zur Arbeit.“ Ihr Leitspruch heisst: Gestalte deinen Alltag mit Freude, Humor und vor allem mit Herz. Für sie gehört die Arbeit zu ihrem Leben. Im Sunnewies läuft es nicht nach Schema X, man muss flexibel sein. Sie schätzt dies und hat für sich den Anspruch die Arbeiten zuverlässig und termingerecht zu erledigen. Oft müsse man bei Abläufen mitdenken. „Ich helfe gerne mit zu optimieren.“

Das Gemeinsame ist geblieben

Auch Alexandra Locher fühlt sich sehr wohl im Sunnewies. „Für mich ist die Arbeit eine Bereicherung zur Familienarbeit.“ Kommunikation ist ihr



sehr wichtig. „Wenn es stressig ist, dann versuche ich Eines nach dem Anderen zu machen.“ Die Begegnungen mit Bewohnenden bereiten den beiden Frauen Freude. Die Schicksale bewegen sie dann auch. Oft genügt ein Blick oder eine Berührung um die Bewohnenden zu verstehen. Es sind kleine Sachen oder Gesten, die bewegen. Die beiden Frauen sind in diese Arbeiten hineingewachsen. Beide haben auch schon öfters erlebt, dass Menschen aufblühen im Sunnewies.

„Durch die Arbeit im Sunnewies ist der Blick betreffend Alters- und Pflegezentrum anders geworden“, sagt Locher. Krähemann fügt an, dass es viel Empathie und Einfühlungsvermögen braucht. Sie schätzt die Zusammenarbeit mit den einzelnen Bereichen sehr. Obwohl das Haus gewachsen ist, ist das Gemeinsame geblieben.

Ursi Vetter

Diplomfeier Höhere Fachschule Pflege



Am 12. September 2018 war es so weit: Unsere ersten Studierenden durften im Kongresszentrum Thurgauerhof in Weinfelden ihr Diplom als Pflegefachfrauen HF feierlich entgegen nehmen.

Mit Ausbildungsbeginn am 14. September 2015 war **Laura Brunschwiler** die allererste Studierende, die mit dem Sunnewies einen Ausbildungsvertrag unterzeichnete.

Genau ein Jahr später kam auch **Anna Lampert** zu uns in die praktische Ausbildung. Weil sie die Anforderungen für die verkürzte Ausbildungszeit erfüllte, schlossen so gleich beide Frauen das Qualifikationsverfahren im Sommer 2018 sehr erfolgreich ab.

Wir gratulieren ganz herzlich und sind stolz auf unsere beiden ersten Absolventinnen des Lehrgangs Höhere Fachschule Pflege.

Mit einem Diplom der höheren Fachschule stehen den beiden jungen Frauen viele Türen weit offen. Umso mehr freut es uns, bekannt zu geben, dass sich **Laura Brunschwiler** für eine Festanstellung im Sunnewies entschieden hat: Seit dem 1. Oktober ist sie festes Teammitglied im

Sunnegarte. **Anna Lampert** verfolgt ihre Ziele ab Oktober an der Kalaidos Fachhochschule, wo sie einen Bachelor-Abschluss in Pflegewissenschaft anstrebt. Beiden Frauen wünschen wir viel Freude und Erfolg bei ihren Aufgaben.

Als Bildungsverantwortliche möchte ich mich ausserdem ganz herzlich bei Heidi Böttschi und Monika Wettstein bedanken. Ihre Überzeugung, dass es wichtig ist, gute Fachleute auszubilden, und ihr Vertrauen in mich als Bildungsverantwortliche sind wichtige Grundsteine dafür, dass dieser Erfolg überhaupt möglich geworden ist.

Rebekka Meyer, Bildungsverantwortliche, und alle an der Ausbildung beteiligten Mitarbeitenden im Sunnewies



Bazar - Tradition im Sunnewies



Denise Schmid und ihre fleissigen Helferinnen standen beim Bazar mit Rat und Tat zur Seite. „Zum ersten Mal ist unser Team aus dem Werkstübli anwesend und berät die Kundinnen und Kunden vor Ort“, sagte Denise Schmid erfreut. Wie immer zeigte sich der Bazar farbenroh und bunt. Das Angebot war vielfältig, auffallend waren sicherlich die vielen Köstlichkeiten, die im Angebot standen. Die schönen Stoffbrotsäcke waren mit frischgebackenem Brot ge-



füllt. Auch die Birnenweggen und die Guetli fanden sehr schnell Abnehmer. Die zahlreichen Besucher hatten einmal mehr die Qual der Wahl,

bevor sie sich bei Spaghetti, Grillwürste und Pommes frites und hausgemachten Torten und Desserts gemütlich machten. *Ursi Vetter*



Anlässe in Kürze

Donnerstag, 6. Dezember
15.00 Uhr - Sunnegarte

15.15 Uhr - Cafeteria
Chlausfeier

Dienstag, 11. Dezember
16.15 Uhr - Besammlung
Liechtlausflug mit Rollstuhlar

Samstag, 22. Dezember
17.00 Uhr - Speisesaal
Bewohner Weihnachtsfeier

Mittwoch, 23. Januar 2019
15.00 Uhr - Cafeteria
Schlagernachmittag mit
Claudio de Bartolo

Renovation Cafeteria

Die Cafeteria hat einen sanften neuen Look erhalten. Das wichtigste war uns, dass sich die Akustik verbessert. Mit der neuen Decke ist uns dies bestens gelungen. Auch wurde die Beleuchtung den neuesten Techniken angepasst. So lässt sich nun die



Zeitung in einem viel besseren Licht lesen.

