



Sunnewies uf ein Blick

19 | Dezember 2021

Sonderausgabe Inhalt

- 1 «Es war eine schwierige Zeit» - Kandid Koch
- 2 Ausbildung im Sunnewies während Corona
- 3 Rezept aus der Sunnewies-Küche
- 4 Sonnige Nachrichten - Neue Mitarbeitende
- 5 «Irgendwann muss der Herrgott eingreifen» - Heidi Widmer
- 6 Neue Coiffeuse im Sunnewies
- 7 Führung im Sunnewies während Corona
- 8 Aus Sicht einer Angehörigen - Interview mit Rosemarie Waldburger
- 9 «Mein Lebensmotto ist, dass es immer weiter geht» - Rosa Hummel
- 10 Sprichwörter erklärt
- 11 101 Jahre Frau Schmuki
- 12 Konzert der Musikgruppe Affeltrangen
- 13 Reislein vom 15. Juni 2021
- 14 «Corona war für mich schlimmer als der Krieg» - Ursula Riedener
- 15 Lehrabschlussfeier 2021 / Abschluss zur diplomierten Pflegefachfrau HF
- 16 Von unserer Hauswirtschaft
- 17 Personalausflüge
- 18 Sonnige Nachrichten - Babynews
- 19 Auflösung Wettbewerb
- 20 Der kleine Wichtel / Adventszeit im Sunnewies

Editorial

„War es ein Tsunami? - „Die Welle ist jetzt da.“ Verkündete Mister Corona am 12. März 2020 in einem Radio-Interview. Zu jenem Zeitpunkt schien im Sunnewies noch die Sonne, die sich mit der Zeit wie in allen Heimen immer stärker hinter Sturmwolken verzog. Auch uns erfasste 2020 die Welle schliesslich mit der Wucht einer Sturmflut. Viele geliebte Mitbewohnende sind heute nicht mehr unter uns und viele tägliche Einschränkungen prägten fortan unser Leben. Ängste, Sorgen, Zweifel und Wut über die Vorschriften und Massnahmen, welche uns immer wieder wanken liessen. Sind sie richtig, sind sie zu streng oder gar zu large? Wir alle - Bewohnende, Angehörige und Mitarbeitende - sitzen im gleichen Boot und versuchen bestmöglich durch den Sturm zu steuern.“

Dies war der Beginn des Editorial, welches ich im August 2021 verfasste. Leider wurde das Sunnewies im Oktober 2021 erneut von eine Welle getroffen. Vieles blieb auf der Strecke sowie auch diese Zeitschrift. Nun wollen wir sie aber doch noch veröffentlichen, obwohl die Interviews bereits einige Monate alt sind und das Thema nicht wirklich passend für die besinnliche Adventszeit ist. Gedacht war diese Ausgabe als Rückblick auf die verschiedenen Erlebnisse und Sichtweisen aller im Sunnewies in Bezug auf Corona. Wie wir die Pandemie erlebten, wo wir zweifelten und was im Sunnewies auch gut und beruhigend war. Leider ist Corona immer noch da und wird uns auch im Sunnewies durch die Weihnachtszeit begleiten.

Wir wünschen allen Lesenden eine himmlische Weihnachtszeit und einen guten Rutsch ins neue Jahr. Für unsere Bewohnenden wünschen wir uns nichts mehr, als ein wenig Normalität im Alltag und einige wunderschöne Adventsaugenblicke. Unseren Mitarbeitenden möchten wir einen ganz grossen, herzlichen Dank für ihre unglaubliche Arbeit aussprechen.

R. Keller



Abbildung: Kandid Koch auf seinem Balkon

«Es war eine schwierige Zeit»

Der 91-jährige Kandid Koch, der seit neun Jahren in einer schmunzigen Wohnung im betreuten Wohnen zu Hause ist, blickt zurück auf den Beginn der Corona Pandemie. «Es war eine schwierige Zeit, als es gänzlich geschlossen gewesen ist.» Seine Frau, welche in der Demenzabteilung ist, durfte er jeweils für eine halbe Stunde besuchen. Seit Ende Mai dieses Jahres darf er sie wieder normal besuchen und er darf sie auch wieder mitnehmen in seine Wohnung. «So etwas habe ich noch nie erlebt und ich habe schon vieles mitgemacht in meinem Leben», betont Koch. Er erinnert sich an die Maul- und Klauenseuche bei den Tieren und auch daran, dass es oft Tuberkuloseerkrankungen gab. Aber so, nein das kannte er bis anhin nicht. «Wir waren richtig eingesperrt und mussten uns Drinnen beschäftigen.»

Ich bin quasi Selbstversorger

Glücklicherweise hat der ehemalige Landwirt einen grünen Daumen und grosses Talent beim Selbstherstellen vieler Sachen. So hat er sämtliche Balkonkistchen selbst gemacht und auch vom Schnitzen versteht der vielseitig talentierte Mann etwas. Auf

seinem Balkon findet man nicht nur Blumen, sondern vielmehr Salate, verschiedene Gemüse, so wie auch Tomaten. «Ich bin quasi Selbstversorger», sagt er lachend. Fleisch bekommt er oft von seiner Tochter, welche eine Metzgerei hat. «Während der Corona Zeit hat sie mir jeweils ein Körbchen mit Fleisch an ein Seil gehängt und ich konnte es vom Balkon aus hinaufziehen.»

Stolz auf die Enkelkinder

Abwechslung im Alltag hatte er durch die Telefonate mit seinen vier Kindern. «Wir haben zudem elf Enkelkinder, welche mir grosse Freude bereiten.» Stolz zeigt der Grossvater das Foto, auf welchem alle Enkelkinder abgebildet sind. «Allesamt haben sie es zu etwas gebracht», betont er. Seinen 90igsten Geburtstag konnte er infolge der Pandemie nicht feiern. Seine Enkelkinder haben ihm aber ein schönes Bild sowie Dekorationen gemacht. Etwas traurig wird er, wenn er von seiner Frau Brigitte erzählt. «Sie ist seit vielen Jahren krank, kennt mich aber zum Glück immer noch. Ich musste mich damit abfinden, auch wenn es nicht leicht ist.» Anfangs hat er sie immer zum schlafen in die Woh-

nung geholt, nun geht dies nicht mehr. «Ich hole sie aber regelmässig zum Kaffee und Kuchen.» Wen wundert, dass der rüstige Senior auch kocht und selbst Kuchen bäckt.

«Ich habe Vieles gemacht in meinem Leben»

Ursprünglich sind die Koch's aus Küssnacht am Rigi nach Braunau gekommen. 25 Jahre lang haben sie dann in Braunau einen Hof bewirtschaftet und die Kinder gross gezogen. Seit 1994 betreibt sein Sohn den Hof und daher stand ein Umzug nach Sirnach an. «Ich habe Vieles gemacht in meinem Leben. Ich war nicht «nur» Landwirt sondern auch Magaziner bei der Migros und während 11 Jahren Präsident der CSS Krankenkasse.

«Gesundheitlich ging es mir immer gut, so dass ich immer zupacken konnte. Dass ich auf dem Hof auch kochen und backen gelernt habe, kommt mir heute zu Gute.» Auch die Wäsche erledigt der Selfman noch selbst. Lediglich für die Reinigung kommt wöchentlich Jemand vorbei.

Turnen ist Balsam für die Seele

Nun ist es im Heim glücklicherweise wieder ziemlich normal geworden. Er betont aber, dass das Personal sehr gute Arbeit geleistet hat. Vieles hat er vermisst, so auch das Turnen und ist froh, dass es nun wieder stattfindet. «Wir kommen zusammen und sprechen miteinander, das ist wie Balsam für mich.» Langweilig wird es Kandid Koch nie. «Ich habe immer genug zu tun mit dem Haushalt, dem Balkongarten und Vielem mehr», sagt er zufrieden.

Ursi Vetter

Ausbildung im Sunnewies während Corona

1. Was ist euch vor allem geblieben rückblickend auf die Corona Zeit?

Svenja: Mir ist vor allem bewusst geworden wie wichtig die sozialen Kontakte sind. Man fühlt sich schnell isoliert, die Menschen brauchen Kontakte sehr stark.

Elina: Bei der Arbeit hatte sich die Situation innerhalb kurzer Zeit zugespitzt. Mit der Schutzmontur bin ich mir vorgekommen wie in einem Science Fiction Film. Ich erinnere mich an eine Situation, bei welcher ich zum ersten Mal Medikamente richten musste. Das lief nicht normal ab und ich stand unter Druck. Corona kam wie ein Lauffeuer und stellte alles auf den Kopf. Niemand wusste recht wie was wo. Der Tagesplan wurde regelrecht auf den Kopf gestellt. Für die Bewohnenden war es krass, sie waren in Isolation. Sie hatten lediglich Kontakt zu uns Pflegenden und wir mussten den Kontakt so knapp wie möglich halten. Sonst sitzt man auch mal auf das Bett zu einem Bewohnenden, aber solche Sachen kamen gar nicht mehr in Frage. Die Anforderungen für die Bewohnenden ging an die Psyche, ihnen fehlte der Kontakt zur Familie.

Lara: Für mich war es am schlimmsten, dass ich mein Mami welche auch in einem Heim ist, nicht mehr besuchen durfte. Dann starb auch noch mein Pflegeonkel und dies war dann eine grosse Herausforderung für mich. Die familiären Sachen waren am einschneidendsten für mich.

Julia: Beim Ausbruch von Corona war ich gerade in der Wäscherei.

Ich war daher abgeschottet vom Ganzen. Ich fand es auch schwierig, da man ja auch die Grosseltern nicht besuchen sollte oder durfte. In der eigenen Familie habe ich mich aber wohlgefühlt.



Abbildung: Von links nach rechts: Elina Leuenberger, Fachangestellte Gesundheit (FaGe), 2. Lehrjahr ; Svenja Fedrizzi, Pflegefachfrau HF, 3. Lehrjahr ; Lara Jöhl, Hauswirtschaftspraktikum, 2-jährige Lehre ; Julia Strässle, Fachfrau Hauswirtschaft, 1. Lehrjahr

2. Was habt ihr trotzdem gewonnen oder gab es auch positive Aspekte?

Svenja: Positiv wäre, wenn es nachhaltig wäre, wie wichtig unser Berufsfeld ist. Ich hoffe, dass es bezüglich der Pflegeinitiative eine positive Wirkung hat. Es wäre schön, wenn die Bevölkerung dies sehen würde.

Elina: Wir haben in der Familie mehr miteinander geschwätzt. Ich habe die Familienfeste, welche ich sehr liebe, sehr vermisst.

Lara: Ich bin weniger mit Kolleginnen ausgegangen. Ich habe mehr Zeit in der Pflegefamilie verbracht. Die Beziehung wurde schöner.

Julia: Wir haben mehr zusam-

men in der engeren Familie gemacht. Das Verhältnis wurde dadurch noch besser. Ich habe in dieser Zeit auch gespürt, welches die richtigen Freunde sind und welche falsch gewesen sind.

3. Fühlt ihr euch jetzt noch eingeschränkt?

Svenja: Die Masken sind beim Arbeiten fast noch das Einzige. Daran haben wir uns aber gewöhnt. Ich vermisse, dass es noch fast keine Festivals und Open Airs gibt. Auch bezüglich Ferien fühle ich mich eingeschränkt. Im Beruf spüre ich die Einschränkungen schon noch. Bei kleinsten Symptomen bricht eine Panik aus.

Elina: Seit die Bewohnenden wieder fast normal leben dürfen, ist es auch für mich fast normal geworden. Ich stelle mir aber schon Fragen wie beispielsweise ob Masken nun zum Alltag gehören. Vielleicht denken die kleinen Kinder in ein paar Jahren nicht mehr nur: Ich brauche keinen Autositz

mehr sondern auch ich muss irgendwann eine Maske tragen. Ich finde es schön, dass das Leben wieder pulsiert und wir wieder leben können.

Lara: Zu Hause ist es normaler geworden. Wir haben Nachbarn die sehr aufpassen und sogar draussen Masken tragen und wahrscheinlich auch Angst haben. Da ich noch nicht 18 Jahre alt bin, kann ich sowieso noch nicht so in den Ausgang. Deshalb fühle ich mich eigentlich nicht eingeschränkt.

Julia: Ich fühle mich nicht stark eingeschränkt. Es wird zum Glück wieder zusehends normaler. Man kann wieder freier Leben und Freunde treffen.



4. Habt ihr vermehrt die sozialen Medien genutzt?

Svenja: Ich hatte Fernunterricht. Bei uns lief das sehr gut.

Elina: Da wir Fernunterricht hatten, war ich darauf angewiesen. Zu Beginn war es recht chaotisch, mittlerweile läuft es super. Ich war auch beruflich auf die technischen Geräte angewiesen.

Lara: Mein Konsum ist schon ge-

stiegen. Ich konnte abends ja nicht mehr hinausgehen und dann benutzte ich das Handy automatisch mehr. Diese Gewohnheit hat sich nun eingeschlichen und ist noch immer präsent. Ich gehe zwar wieder hinaus, aber der Konsum ist sicherlich noch immer höher als vor der Corona Zeit.

Julia: Auch bei mir ist der Konsum recht gestiegen. Ich konnte ja nicht mehr viel machen und war dadurch automatisch mehr am Handy.

5. Gab es Neues dass ihr gemacht habt wie Kochen, Spazieren, draussen sein etc. ?

Svenja: Ich habe wieder angefangen mit Reiten und bin viel mehr in die Natur gegangen. Im Moment bin ich sehr viel am lernen, aber ich werde das Reiten und die Natur erleben weiterhin pflegen.

Elina: Mir ist oft fast die Decke auf den Kopf gefallen. Ich ging auch oft zum Reiten, da ich ein Pflegepferd habe. Ich bin viel dort. Bis die Prüfungen durch sind, muss ich allerdings schauen, dass ich Zeit finde dafür.

Lara: Ich war oft mit dem Auto mit dem Nachbar ausfahren. Ich war auch vermehrt in der Natur und bin oft laufen gegangen. Mit meinem Nachbarn kann ich gut reden. Zum Einschlafen habe ich oft eine Meditation gemacht, da ich oftmals nervös bin.

Julia: Vor dem Lockdown ging ich mit einer Freundin ins Fitness, dies war ja dann plötzlich nicht mehr möglich. Da wir einen kleinen Hund haben, bin ich vermehrt mit dem Hund spazieren gegangen. Früher hat mir dies oft

«gestunken» und plötzlich fand ich es entspannend und schön.



6. Waren die Jungen wirklich die Leidtragenden während dieser Pandemie?

Svenja: Dies habe ich so nicht mitbekommen. Ich empfinde die ganze Geschichte rund um das Impfen schwierig. Es ist ein indirekter Impfzwang, weil man ohne Covid Zertifikat Vieles nicht mehr machen kann.

Elina: Mich hat es gestresst, dass oft die Jungen am Ganzen schuld gewesen sind. Ich finde die junge Generation hat sich gut an die Vorschriften gehalten. Viele meiner Kolleginnen sind auch bereits geimpft. Ich finde, es hat alle betroffen gleich ob jung oder alt. Die Ferien haben mir schon sehr gefehlt. Impfen ist für mich ein Politikum geworden.

Lara: Ich habe es nicht so schlimm gefunden, bin aber auch noch nicht 18 Jahre alt. Ich war nicht so aktiv in dieser Zeit, da ich Sorgen um mein Mami hatte und einen nahen Todesfall verarbeiten musste. Zum Thema Impfen finde

ich, dass es Jeder und Jede selbst wissen muss, ob man das möchte oder nicht.

Julia: Es waren nicht nur die Jungen schuld, dass sich die Pandemie so schnell verbreitet hatte. Es sind alle schuld. Ich finde wir haben einen Teil der Jugend verpasst und ich hoffe, wir können dies nachholen. Zum Thema Impfen finde ich, dass man nicht so recht weiss, ob man soll oder nicht. Man hört so Vieles.

Elina: Es gibt Sachen so finde ich, die ergeben einfach keinen Sinn. Es gibt und gab so viele Widersprüche in der ganzen

Corona Geschichte. Jeder Kanton hatte eigene Regeln, es herrschte keine Einheit. Beim Thema Impfen gibt es schon eine Diskriminierung. Ich kann nicht einfach nach Deutschland oder Österreich reisen. Ich benötige ein Covid Zertifikat. Es ist meiner Meinung nach schon ein indirekter Impfwang.

Ein Schlusswort:

Svenja: Ich hoffe es ist irgendwann wieder vorbei und verschwunden.

Elina: Ich habe keine Lust mehr, wieder eingeschränkt zu werden.

Ich mag wirklich nicht mehr.

Julia: Ich hoffe auch, dass es vorbeigeht und ganz weg ist und dass wir wieder leben können, wie vor Corona.

Lara: Es ist schwierig. Ich versuche Niemanden zu kritisieren oder gar herunterzumachen. Mir ist der Familienzusammenhalt auch für die Zukunft sehr wichtig.

Herzlichen Dank für das Gespräch rund um das Thema Corona.

Ursi Vetter

Rezept aus der Sunnewies-Küche



Kaiserschmarren - Österreichischer Klassiker

Zutaten:

50g	Butter	350g	Milch
100g	Eigelb	100g	Rosinen
200g	Eiweiss	30g	Zucker
180g	Mehl		Prise Vanillezucker
			Salz, Zitronenschale

Zubereitung:

- Eigelb, Mehl, Milch, Salz, Zucker und Zitronenschale mischen und zu einem glatten Teig rühren.
- Eiweiss steif schlagen und unter den Teig heben danach die Rosinen.
- Dann die Masse in die Pfanne mit heissem Fett giessen, goldbraun backen und wenden.
- Teig mit Gabel und Löffel zerreißen.
- Anrichten und mit Puderzucker bestreuen.

Dazu passt Zwetschgen oder Apfelkompott.

Reto Reichen

ENJOY YOUR MEAL

ENJOUE

Bon Appétit

Buon Appetito

GUTEN APPETIT

Sonnige Nachrichten - Neue Mitarbeitende



Sutter Andrea
SRK Assistenz
Team 2 seit 15.02.2021



Fissehatsion Selemawit
Fachangestellte Gesundheit
Team 2 seit 22.03.2021



Strebel Michelle
Hauswirtschaft seit
01.05.2021

Herzlich willkommen!



Bosshard Karin
Pflegefachfrau HF
Team 1 seit 01.06.2021



Dell'Oca Sonja
Teamleitung Wohngruppe 1
seit 01.07.2021



Brügger Simone,
Pflegefachfrau HF
Team 2 seit 01.05.2021



Meur Isabelle
Bildungsverantwortliche
seit 01.07.2021

Viel Erfolg und
Zufriedenheit im
Sunnewies.

«Irgendwann muss der Herrgott eingreifen»

Vor vier Jahren ist die «Toblerin» Heidi Widmer vom Oberdorf ins Sunnewies gezogen. «Es gefällt mir sehr gut hier, ich habe mich gut eingelebt. Im Moment macht mir das schlechte Wetter sehr zu schaffen, das ist für mich schlimmer als die Corona Pandemie», sagt sie nachdenklich. «Ich bin wetterfühlig und merke es stark in den Gelenken.» Am meisten haben ihr die Besuche ihres Sohnes gefehlt. Ihre Geschwister, die weiter weg wohnen, hat sie zwei Jahre lang nicht mehr gesehen. «Jetzt ist dies zum Glück wieder möglich, da Alle geimpft sind.» Am einschneidendsten war es für sie, als man im Zimmer essen musste. Sie betont aber, dass sich das Personal grosse Mühe gegeben hat. «Ich geniesse es sehr, dass wir wieder gemeinsam essen dürfen. Es hat sich zum Glück fast Alles wieder normalisiert.»

Ich befürchte eine neue Welle

Sie befürchtet jedoch eine neue Welle im Winter. «Fast Alle verreisen jetzt wieder in die Ferien und dadurch werden die Zahlen wohl wieder ansteigen.» Dass man eine Weile keinen Gottesdienst besuchen konnte, stimmte sie sehr traurig. Nun ist dies auch in der hauseigenen Kapelle wieder möglich. «Dies stellt mich

richtig auf.» Der pensionierte Priester, der auch im Sunnewies wohnt, mache dies sehr gut. Wenn das Wetter wieder besser wird, ist sie schon glücklich. Mit

di Widmer ein Zeichen von oben. «Irgendwann muss der Herrgott eingreifen und Stopp sagen», bekräftigt sie. Es werde überall übertrieben, vieles wie hohe Manager-



Abbildung: Heidi Widmer

dem Alleinsein hat die Seniorin keine Mühe. Von Klein an musste sie anpacken und viel arbeiten, man hatte keine freie Zeit und auch keine Ferien. «Dies kommt mir heute zu Gute, ich habe gelernt mich mit mir auseinanderzusetzen.» Fernweh kennt Heidi Widmer nicht, da sie nur selten in den Ferien gewesen ist.

Es wird überall übertrieben

Die Corona Pandemie ist für Hei-

löhne oder jene der Sportikonen sind aus ihrer Sicht ungerecht. Für die Armen, solche gebe es sehr Viele, sei dies grausam. «Ich glaube aber nicht, dass diese Pandemie die Menschheit zu einem Umdenken bewegt.» Die Menschen würden sehr schnell wieder in den Alltag zurückkehren und das «alte» Leben weiterführen.

Ursi Vetter



Neue Coiffeuse im Sunnewies

Im Juli begann Frau Karin Strässle ihre Arbeit in unserem Coiffeur Salon. Sie freut sich auf ihre neue Kundschaft und wird ihre Dienste im Sunnewies wie gewohnt fix am Donnerstag für Bewohnende sowie auch Externe anbieten. Bei Bedarf besteht nach Absprache die Möglichkeit von zusätzlichen Terminen am Mittwoch oder Freitag. Reservationen werden unter der Telefonnummer 079 758 56 32 entgegengenommen.

Führung im Sunnewies während Corona

Wie war es zu Beginn im Sunnewies?

Deborah: Ich habe im Mai 2020 mit 40% im Alterszentrum Sunnewies gestartet, damals war das Coronavirus bereits ein grosses Thema, jedoch hatte ich bisher in der Praxis noch keinen positiven Fall erlebt. Ende Oktober war dann der grosse Ausbruch. Durch meine Zweitanstellung in der Spitex war es für mich schwierig die Pflege im Sunnewies vor Ort zu unterstützen, da ich das Coronavirus nicht in die Spitexinstitution bringen wollte.

Erika: Ich arbeite seit Januar 2020 hier im Sunnewies, bin also sozusagen kurz vor dem Coronavirus gekommen. Die Thematik Corona hat mein erstes Jahr erschwert. In der ersten Welle blieben wir verschont, dafür waren wir in der zweiten Welle eines der ersten Heime das heftigst davon betroffen war.



Abbildung: Erika Baumann,
Leitung Pflege und Betreuung

Was musste schnell umgesetzt werden?

Deborah: Schnelle Entscheidungen mussten getroffen werden und dies teilweise ohne fundiertes Hintergrundwissen. Die regelmä-

sigen Informationen vom Bundesamt für Gesundheit, von CURAVIVA und vom Kanton waren schwierig zu verarbeiten und umzusetzen. Es gab innerhalb kürzester Zeit diverse Änderungen und Neuigkeiten. Diese Informationen mussten auch immer alle Mitarbeiter erreichen, was sich als sehr herausfordernd zeigte.

Erika: Zusätzlich zum oben erwähnten musste stetig schnell Personal aufgeboden resp. gesucht und eingestellt werden, weil die Auflagen Quarantäne verlangten oder Mitarbeitende selber betroffen waren. Das war aber gar nicht möglich, so dass wir uns wirklich nur noch auf das Wesentlichste konzentrieren mussten, um mit weniger Personal über die Runde zu kommen. Dies konnte auch nicht wirklich durchdacht angegangen werden, wurde von den Pflegenden nach ihrem «Gutdünken» aber gut umgesetzt.

Wie haben die Mitarbeitenden reagiert?

Deborah: Alle Mitarbeitenden haben ihr Bestes gegeben und versucht ein bisschen Alltag aufrecht zu erhalten. Ich denke die grosse Informationsflut und Ungewissheit war auch für sie schwierig. Weiterhin bestand gerade bei den Pflegemitarbeitenden das Risiko sich selbst am Coronavirus anzustecken, was leider auch passierte. Durch die Ausfälle waren die noch Gesunden oder bereits wieder Genesenen ebenfalls unter Druck, aber der Bewohner stand im Mittelpunkt und wurde so gut wie mög-

lich unterstützt.

Erika: Die Mitarbeitenden wollten klare Anweisungen, wir konnten diese meist nicht befriedigend geben. Zum einen haben wir täglich neue Informationen bekommen und zum anderen waren wir, wie alle anderen auch, selber unsicher, weil Erfahrung und Wissen fehlte. Der Einsatz der Mitarbeitenden war eindrücklich, alle die konnten waren bereit Alles zu geben. Aus den anderen Bereichen bekam die Pflege und Betreuung Unterstützung und das die Zusammenarbeit so möglich ist, finde ich nennenswert.



Abbildung: Deborah Frefel,
Pflegeexpertin

Gab es grosse Ängste Bedenken?

Deborah: Die grosse Ungewissheit und Unsicherheit war stetiger Begleiter. Gerade für das Leitungsteam stand die Sicherheit der Mitarbeiter und Bewohner an 1. Stelle. Zu Beginn war eine grosse Angst, nicht genügend Schutzmaterial für die Mitarbeiter zu haben.

Erika: In der ersten Welle wurde es von einzelnen Mitarbeitenden als nicht wirkliche Gefahr verstan-

den, das war schwierig. In der zweiten Welle gab es viele Unsicherheiten, Bedenken und Ängste von Mitarbeitenden, die Angehörige hatten die zur Risikogruppe gehörten. Von mind. zwei Personen weiss ich, dass sie deswegen gekündigt haben.



Die Bewohnenden fühlten sich meist sehr isoliert und durften auch das Haus nicht mehr verlassen, wie war das für dich?

Deborah: Ich hätte nicht gedacht, dass wir so lange, so starke Einschränkungen haben werden. Es tat mir leid, dass die Bewohnenden, welche hier zu Hause sind, in ihrer Freiheit eingeschränkt wurden. Es war schön als wir die ersten Lockerungsmassnahmen kommunizieren konnten, natürlich immer im Hinterkopf, dass wir irgendwann vielleicht wieder Massnahmen erlassen müssen.

Erika: Trotzdem, dass die Massnahmen sehr einschneidend waren, gab es sehr viele Bewohnende, welche volles Verständnis hatten. Auch bei den Angehörigen hatten wir viel Verständnis. Ich fand die Situation zeitweise nur noch elend, weil im Haus kein «Leben» mehr zu spüren war. Trotzdem, so sagte ich mir, unsere Bewohnenden hatten noch mehr Möglichkeiten mit Jemandem in Kontakt zu kommen, als

die älteren Menschen, die alleine zu Hause lebten. Es gab immer noch oft, wenn nicht gerade eine Wohngruppe in Isolation war, Grüppchen wo sie untereinander plaudern konnten, einfach mit Abstand.

Bewohnende sagen im Nachhinein schon auch, dass es für sie schlimm, schlimm, schlimm war, insbesondere, dass sie Angehörige nicht mehr treffen konnten.

Was würdet ihr rückblickend anders angehen?

Deborah: Ich würde versuchen, gerade den Kontakt mit den Mitarbeitenden online aufrecht zu erhalten, d.h. nicht alle Sitzungen absagen, sondern online durchzuführen. Auch die Bewohnenden müsste man unterstützen, damit sie in Kontakt mit ihren Angehörigen bleiben. Wir haben auch die ganze Ausbruchssituation gemeinsam reflektiert und diverse Verbesserungspunkte besprochen.

Erika: Im Nachhinein ist es so, dass wir uns in der ersten Welle besser hätten vorbereiten sollen. So wären wir in der zweiten Welle evt. besser über die Runde gekommen. Doch das war für mich schwierig, weil so oder so alles noch neu war. Sicher hätten wir den Austausch zu den Mitarbeitenden täglich auf eine mündliche Art und Weise pflegen müssen, dies um deren Schwierigkeiten zu hören und nach Möglichkeit die Abläufe schneller optimieren zu können.

Was war sehr wichtig um die Pandemie unter Kontrolle zu halten?

Deborah: Ich weiss nicht, ob wir

sagen können, wir hätten die Pandemie unter Kontrolle. Gerade für mich ist es das erste Mal, dass ich eine solche weltweite Krise so bewusst miterlebe. Für mich persönlich war es wichtig, mich an die Empfehlungen vom Bundesamt für Gesundheit zu halten, sei dies hier im Sunnewies wie auch privat. Natürlich beruhigend zu sehen, dass Vieles nun wieder weitergeht (auch wenn nicht gleich wie zuvor).

Erika: Ich füge da nichts hinzu.

Wie haben die Angehörigen der Bewohnenden reagiert auf das Besuchsverbot oder den ganz kurzen Besuch hinter Glas?

Deborah: Sehr schwierig bei den Besuchsregelungen sind der fehlende Körperkontakt sowie die erschwerte Kommunikation (wegen dem Abstand, der Maske und der Scheibe) gerade bei Menschen mit einer beeinträchtigten Hörfähigkeit oder auch bei Menschen mit Demenz. Ich selbst habe keine direkten Rückmeldungen erhalten, kann mir aber vorstellen, dass dies für die Angehörigen sehr schwierig und belastend war.

Erika: Die Bewohnenden in den Wohnungen hatten fast am meisten Probleme mit den strikten Auflagen. Die damalige Zentrumsleiterin, Heidi Bötschi, hatte sehr viele Gespräche und Telefonate.

Was habt ihr gemacht um die Bewohnenden trotzdem etwas zu motivieren und ihnen Angst zu nehmen?

Deborah: Wir haben stets versucht ein wenig Alltag zu erhalten. Einschränkende Regelungen wurden diskutiert und falls immer möglich wieder aufgehoben oder angepasst.

Erika: In palliativen Situationen gaben wir den Angehörigen über die ganze Zeit die Möglichkeit, wenn auch begrenzt und mit allen Schutzmassnahmen, die Bewohnenden zu besuchen, das war mir sehr wichtig. Ich möchte an dieser Stelle auch den freiwilligen Helfern danke. Ohne deren grossen Einsatz wäre einiges noch schwieriger geworden. Und noch immer sind bei uns alle 7 Tage freiwillige Helfer nachmittags zum Empfan-

gen und instruieren der Angehörigen präsent. Das ist einfach toll.

Was habt ihr aus der ganzen Sache besonders mitgenommen oder gar gelernt?

Deborah: Fachlich habe ich einiges im Bereich der Hygiene gelernt. Mitnehmen werde ich die Händehygiene, welche ich nun auch im privaten Umfeld bewusster umsetze (z.B: sofortiges Händewaschen nach dem Einkaufen

usw.). Privat geniesse ich aktuell die möglichen sozialen Kontakte umso mehr.

Erika: Das ist gar nicht einfach zu sagen. Ich denke das ist eben eine Krise und wir sind uns nicht gewohnt Dinge nicht im Griff zu haben, das fühlt sich echt übel an.

Ursi Vetter

Aus Sicht einer Angehörigen - Interview mit R. Waldburger

Frau Waldburger hatte beide Elternteile während und bereits vor der Corona Zeit im Sunnewies. Ihr Vater ist leider zwischenzeitlich verstorben. Ihre Mutter ist aber noch immer im Sunnewies «zu Hause». Frau Waldburger hat sich bereit erklärt einige Fragen zu beantworten. Dafür vielen herzlichen Dank.

Wie haben Sie die Anfangszeit von Corona im Bezug auf ihre Eltern erlebt?

Zu Beginn hatte ich das Gefühl es ist irgendwo etwas, aber es kommt sicher nicht zu uns nach Europa oder gar in die Schweiz. So war es doch bei der Schweine- und bei der Vogelgrippe, weshalb sollte es dieses Mal an-

ders sein.

Plötzlich aber brach der Corona Virus in Italien aus und damit in absoluter Nähe. Für mich war dies der Wendepunkt. Ich hätte nie für möglich gehalten, dass so etwas eintreffen könnte. Am 13. März 2020 machte ich mit meinen Eltern noch einen Ausflug auf die Schwägalp, nichtsahnend, dass dies für längere Zeit der letzte Ausflug gewesen ist. Am nächsten Tag war das Sunnewies zu. Es war für mich kaum vorstellbar, meine Eltern nicht mehr besuchen zu können. Sie waren es gewohnt, dass ich mehrmals die Woche vorbei kam. Anfänglich habe ich ihnen Einkäufe bis zum Eingang hinter der Absperrlatte gebracht und meine Eltern sind dann unter der Haustüre gestanden. So durften wir aus der Ferne ein paar Minuten miteinander sprechen. Später konnten sie auf den Balkon und wir haben uns wie Romeo und Julia ausgetauscht. Dies war immerhin schon etwas besser und die Gespräche dauerten dann doch oftmals eine halbe Stunde. Meine Eltern konnten sich damit mehr oder weniger arrangieren. Gott sei Dank verlief die erste



Abbildung: Ehepaar Preisig

Welle ruhig im Sunnewies.

Was hat sich verändert für Sie als Tochter?

Wir mussten neue Wege finden, um miteinander in Kontakt bleiben zu können. Ich begann jeden Tag zu telefonieren. Mit meiner Mutter ging das sehr gut, meinem leicht dementen Vater brachten diese Anrufe nichts. Der Balkonbesuch war jedoch auch für ihn eine annehmbare Lösung. Die Nähe aber vermissten sie. Die Hand zum Gruss geben, eine Umarmung oder ganz einfach eine Berührung, es fehlte. Was früher so selbstverständlich war, durfte nicht mehr sein. Die Beziehung zu meinen Eltern veränderte sich, sie wurde intensiver.

Haben Sie eine Angst gespürt bei Ihren Eltern. Wenn ja was haben Sie dagegen versucht zu machen?

Ich hatte nie das Gefühl meine Eltern hätten Angst. Das Problem war vielmehr, dass sie obwohl sie zu Zweit gewesen sind, einsam und unglücklich waren. Meine Eltern mussten mehr als einmal in Quarantäne. Für sie fühlte es sich jeweils fast wie im «Gefängnis» an. Mein Vater hatte dies weniger bewusst erlebt, ihm hat aber das Fortgehen sehr gefehlt. Er fuhr für sein Leben gerne aus. Durch seinen Beruf als Postauto-Chauffeur, war dies ein Leben lang seine Passion. Es war für ihn schon ein Lichtblick, wenn er so alle drei Wochen einmal mit mir auswärts zum Arzt «durfte». Da ich für meine Eltern auf keinen Fall eine Gefahr sein wollte, schränkte ich meine Kontakte bewusst auf das absolut Notwendige ein. Als bei der zweiten Welle viele Mitbewohnende auf ihrer Etage verstarben,

hat es sie stark mitgenommen. Der nahe Beistand eines Priesters war leider nicht möglich, wäre vor allem für meine Mutter eine grosse Hilfe gewesen. So versuchte ich, den Eltern das Leben im Rahmen des Möglichen, zu erleichtern. Wir waren froh, als das Besuchsverbot später ein wenig gelockert werden konnte. Die ersten halbstündigen Besuche waren in abgetrennten Bereichen hinter Glasscheiben erlaubt, immer mit Maske und ohne Körperkontakt. Die alten Rituale fehlten noch immer, dafür entwickelten sich neue Rituale. Ich habe beispielsweise immer eine Geschichte, in einem schönen

Wurden die Angehörigen gut informiert und auch betreut vom Sunnewies? Oder hätten Sie sich mehr, respektive Anderes gewünscht?

Ich wurde ausreichend informiert. Wenn etwas unklar war, konnte ich nachfragen. Immer erhielt ich eine überzeugende Auskunft. Das Heim ist und war an Vorgaben gebunden und ich schaute, wie wir damit umgehen konnten. Mir war es einfach wichtig, es meinen Eltern so leicht wie möglich zu machen. Die Pandemie hat uns alle auf dem linken Bein erwischt. Sie war für die meisten Menschen wahrscheinlich Neuland.

Wegen Corona werden tausende
Veranstaltungen abgesagt.

ABER...

Gespräche sind nicht abgesagt.
Beziehungen sind nicht abgesagt.

Freundlichkeit ist nicht abgesagt.

Songs sind nicht abgesagt.

Lesen ist nicht abgesagt.

Lachen ist nicht abgesagt.

Hoffnung ist nicht abgesagt.

Rahmen, vorgelesen. Als man wieder durfte, brachte ich dazu Kuchen oder Torte mit. Meine Eltern freuten sich jeweils auf diese Besuche und genossen solche Rituale. Auch mein Vater war dann aktiv, gesprächig und sehr präsent.

Wir konnten nicht agieren sondern immer nur reagieren. Im Nachhinein ist es einfach zu sagen, dies und das hätte man anders machen müssen. Alle bemühten sich, es gut zu machen. Vieles oder das Meiste wurde und wird noch immer vom BAG vorgege-

ben, der Spielraum war eng.

Wie haben Ihre Eltern darauf reagiert. Was hat Ihnen geholfen, diese schwierige Massnahme anzunehmen?

Meine Eltern können mit Schwierigkeiten gut umgehen. Die jeweiligen Quarantänesituationen war aber auch für sie eine enorme Herausforderung. Der unerschütterliche Glaube, dass es irgendwann wieder besser kommen muss, hat ihnen dabei sicherlich sehr geholfen. Ich würde es mit einem riesigen See mit Inseln vergleichen. Sie sind von Insel zu Insel „geschwommen“. Die Inseln waren die Balkonbesuche, die Telefonate, das aneinander denken. Wichtig fand ich den zeitlichen Rahmen. Dass sie wussten, es geht noch so und so lang, bis ich auf Besuch komme, bis die Quarantäne vorbei ist, bis sie zu einem Arztbesuch gehen konnten usw. Diese Etappen oder eben Inseln waren vielleicht besser zu bewältigen, als ein so unendlich scheinendes Ganzes. Durch die Regelmässigkeit der Kurzbesuche konnten sie sich in dieser Krise immer wieder auch freuen. Und Vorfreude ist bekanntlich die schönste Freude.

Ihre Eltern durften ja auch das Sunnewies nicht mehr verlassen und waren beinahe auf das Zimmer beschränkt. Wie haben Ihre Eltern dies aufgenommen und was haben Sie oder Ihre Eltern gemacht, damit Ihnen nicht die Decke auf den Kopf gefallen ist?

Das Schlimmste für meine Eltern war, dass sie nicht mehr auf Reisen gehen durften. Während der Quarantäne waren auch Balkonbesuche nicht erlaubt. Das Telefo-

nieren war dann noch das Einzige das blieb. Für meine Mutter war es ein Hilfsmittel, für meinen Vater nicht. Dies hat ihm stark zugesetzt. Meine Eltern haben sich aber gut betreut und aufgehoben gefühlt. Sie hatten nach meiner Einschätzung nie das Gefühl dem Schicksal überlassen worden zu sein.

Nun ist es ja wieder freier zugänglich, wenn man ein Covid Zertifikat oder einen negativ Test vorweisen kann. Sind Sie erleichtert darüber oder sind Sie der Meinung, es müsste ohne Zertifikat und Test mit Masken tragen zugänglich sein?

Ich glaube wir sind noch nicht über den Berg. Dieses Virus wird uns wohl noch längere Zeit beschäftigen. Die Langzeiterfahrungen fehlen. Mir persönlich ist es trotz Impfungen lieber, dass wir noch aufpassen und vorsichtig sind. Ein Hin und Her empfinde ich als anstrengender. Mein persönlicher Radius ist noch sehr begrenzt, da ich nicht nur für mich verantwortlich bin. Ich möchte meine Mutter und die Mitmenschen nicht anstecken. Die gegenseitige Rücksichtnahme fehlt mir oftmals. Für mich ist es keine Frage von Impfen oder Nichtimpfen. Auch Geimpfte können Träger des Virus sein und dieses weitergeben. Wir werden lernen müssen mit ihm zu leben. Dazu gehören gegenseitiger Respekt und Achtung.

In der Zwischenzeit ist ihr Vater leider verstorben und ihre Mutter leidet bestimmt sehr unter diesem Verlust. War es in dieser Zeit für Sie möglich Ihrer Mutter genügend beizu-

stehen?

Bei einem so einschneidenden Ereignis, wie es der Todesfall meines Vaters war, war das Entgegenkommen vom Sunnewies sehr gross. Ich durfte jederzeit zu meinen Eltern. Sie waren über 70 Jahre verheiratet und hielten zusammen wie Pech und Schwefel. Nach dieser langen, gemeinsam gelebten Zeit, war es schwierig, den Partner gehen zu lassen. Doch ich bin mir sicher, mein Vater war bereit die letzte Reise anzutreten. Meiner Mutter fehlt er trotzdem immer noch sehr. Ich selbst bin dankbar, dass er nicht an Covid verstorben ist. So konnten wir in Ruhe und Würde von ihm Abschied nehmen. Die erste Zeit besuchte ich meine Mutter täglich, mittlerweile etwas weniger oft. Dieses Ritual gibt ihr Halt und hoffentlich Mut, das verbleibende Wegstück mit Zuversicht gehen zu können. Sie macht gerne, wie früher mit Vater, Ausflüge. Mindestens einmal im Monat fahren wir auf die Schwägälp. Da fühlt sie sich ihm besonders nahe.

Auch Sie selbst müssen diesen Verlust ja zuerst verarbeiten. Haben Sie mit dem Ganzen Drumherum noch genügend Energie Ihre Mutter zu trösten und Hilfe zu leisten?

Wir hatten es gut miteinander. Es gab eine Verbindung zwischen uns, die es uns Beiden einfacher machte, loszulassen. Kurze Zeit vor seinem Tod strickte ich meinem Vater neue Jacken. Er trug sie sehr gerne. Diese frischgestrickten Jacken gehören jetzt meiner Mutter. Sie geben ihr Geborgenheit. Das hilft ihr in der Trauer, den Faden zum Jetzt zu behalten. Da ich den Verlust an-

ders wahrnehme als meine Mutter, habe ich genügend Energie für sie. Für mich ist mein Vater noch immer präsent, in meiner Erinnerung wird er ewig leben.

Wenn Sie 1 ½ Jahre zurückblicken, was war am Einschneidenden für Sie? Würden Sie etwas anders angehen?

Am einschneidenden war die weltweite Unsicherheit. Niemand ist verschont geblieben. Die grosse Welt ist zu einer kleinen Welt geschrumpft. Wir sitzen alle im gleichen Boot. Im Sunnewies sind innert kurzer Zeit viele Menschen gestorben. Dieser Umstand hat mir wieder bewusst gemacht, dass wir den Angehörigen Sorge tragen müssen. Für den lebensnotwendigen Teil schauen die Mitarbeitenden vom Sunnewies sehr gut, die Bewohnenden sind gut aufgehoben. Nicht abgedeckt war jedoch die Nähe zu den Angehörigen. Pflegefachleute können das soziale Umfeld der Bewohner nur bedingt kompensieren. Im Nachhinein können wir gut sagen dies und das hätte man anders angehen müssen. Solange ich im Wasser bin, strample ich und versuche ans Ufer zu kommen. Ich glaube wir haben uns Alle Mühe gegeben, das Beste aus der schwierigen Situation zu machen.

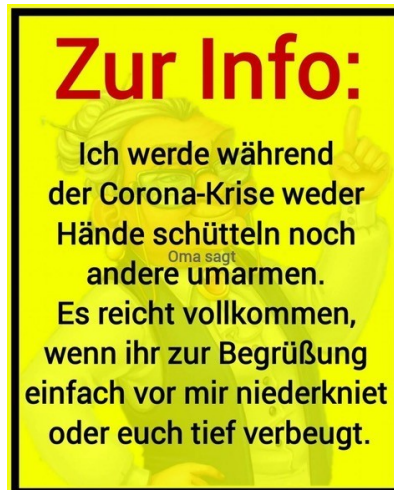
Waren Sie grundsätzlich zufrieden mit dem Personal im Sunnewies? Oder haben Sie Anregungen was man für Angehörige anders hätte angehen müssen?

Ich bin nie irgendwo angestanden, wir fanden immer eine gute Lösung. So wie ich es wahrnahm, haben die Mitarbeitenden den Bewohnenden mit viel Herzblut den Aufenthalt so angenehm wie mög-

lich gestaltet. Es war Allen vom Sunnewies bewusst, dass es für die Bewohnenden schwierig war.

Gab es auch etwas Positives für Sie in dieser schwierigen Zeit?

Wir stehen noch mitten drin, es ist noch nicht vorbei. Die Leichtigkeit fehlt mir noch immer. Dass ich nie krank war in dieser Zeit, war aussergewöhnlich. Auch die neuen Rituale sind positiv und nachhaltig. Es wird irgendwann, so hoffe ich, einen Mix geben aus Altem und Neuem.



Alle hoffen, dass diese Pandemie bald einmal zu Ende gehen wird. Was wünschen Sie sich für die Zukunft?

Ich wünsche mir mehr gegenseitige Rücksichtnahme und dass wir uns entsprechend verhalten. Ich hoffe, dass wir einen Teil vom alten Leben wieder leben dürfen und nicht mehr für alles Rechenschaft ablegen müssen.

Sehr oft hört man, oder erfährt gar selbst, dass es Unstimmigkeiten zwischen Geimpften und Ungeimpften gibt. Wie denken Sie darüber? Ist es die Toleranz dem Anders Denken gegenüber, die oft fehlt oder weshalb kommt es zu Un-

stimmigkeiten?

Diese lange Zeit, in der wir die Pandemie nicht unter Kontrolle haben, hat uns ausgelaugt und eingeschränkt. Menschen die uns wichtig sind fehlten uns. Wir waren immer in Alarmbereitschaft, fühlten uns manipuliert. Der unbeschwerter Alltag, wie vor der Pandemie, fehlt. Das macht manchmal aggressiv. Wir suchen Schuldige. Die Schuld an Personen aufzuhängen macht es erträglicher. Beide Lager Geimpfte und Nichtgeimpfte argumentieren auf ihre Weise. Wichtig wäre, nicht Gruppe gegen Gruppe auszuspielen, sondern einander zuzuhören und ernst zu nehmen. Wir sollten das Ziel vor Augen sehen, dass wenn wir unser Verhalten den Umständen anpassen und aufeinander Rücksicht nehmen, es irgendwann vorbei sein wird.

Was würden Sie abschliessend noch gerne sagen?

Ich möchte dem ganzen Team vom Sunnewies danken für das, was sie geleistet haben. Sie haben den Bewohnenden in dieser schwierigen Zeit Nähe gegeben. Diese Nähe, welche sie ansonsten von den Angehörigen bekommen, war lebenswichtig. Die Mitarbeitenden vom Sunnewies haben es geschafft den Bewohnenden den Aufenthalt so angenehm wie möglich zu gestalten. Einen ganz herzlichen Dank dafür.

Und ob impfen oder nicht, welchen Weg wir auch gehen, das Zauberwort heisst für mich Rücksicht nehmen auf die Mitmenschen.

Ursi Vetter

«Mein Lebensmotto ist, dass es immer weiter geht»

Die 92-jährige Märwilerin Rosa Hummel ist seit 1 ½ Jahren im Sunnewies zu Hause. Sie erinnert sich noch genau an ihren Sturz am 24. März 2020, bei welchem sie sich einen Oberschenkelbruch zuzog. «Ich kam ins Spital und war durch die Isolation wegen Corona eingesperrt.» Eingesperrt blieb sie auch in der Reha. «Dummerweise habe ich dann sogar noch den Corona Virus erwischt», erzählt Hummel. «Ausser, dass ich ein paar Wochen müde gewesen bin, habe ich fast nichts gemerkt.» Trotzdem bedeutete dies totale Isolation und natürlich gar keinen Besuch. «Wir mussten im Zimmer essen und bekamen Plastikgeschirr, dies war nicht so schön.» Die Pflegenden, die sehr viel unter grosser Anspannung leisten mussten, haben ihr oft sehr leid getan. «Das Allerschlimmste war für mich, dass wir nicht mehr nach draussen gehen durften.» Sie hat aber nicht resigniert, sondern die Möbel beiseite geschoben und im Zimmer Platz für Bewegung gemacht. «Ich stehe auch jetzt jeden Morgen zwischen 5:00 und 5:30 Uhr auf und turne dann eine halbe Stunde. «Ich muss doch etwas machen mit dem Tag», sagt sie freudig.

Ich bin ein Nachtmensch

Im Sunnewies hat sie sich gut eingelebt, aber das zu Hause in Märwil vermisst sie schon noch. Sie ist aber glücklich, dass ihr Sohn das Haus übernommen hat. Mit ihrem Mann, der mit 94 Jahren verstorben ist, war sie 63 Jahre verheiratet. «Ich habe wunderbare Kinder, die sehr gut zu mir schauen», sagt sie dankbar. Auch in der



Abbildung: Rosa Hummel

Nachbarschaft hatte sie es sehr schön. Noch immer telefonieren ihr ehemalige Nachbarinnen, welche ihre Kinder sein könnten, im Turnus abends um neun Uhr. Dies ist für sie, welche sich selbst als Nachtmensch bezeichnet nicht spät. «Ich gehe meist erst zwischen elf und halb zwölf Uhr ins Bett.» Den Fernseher lässt sie zwar oft laufen, sie beschäftigt sich aber viel mehr mit zeichnen und malen von Karten und Bildern.

In allem Schweren viel gelernt

«Ich bin eine Frohnatur und schaue gerne zurück.» Schon als 12-jähriges Mädchen musste sie den Haushalt schmeissen, weil ihr Mami an Tuberkulose erkrankte und 5 Jahre zur Erholung benötigte. Damals hatte sie schon oft gehadert, sie wäre so gerne Kindergärtnerin geworden. Dies kam aber nicht in Frage, weil sie zu Hause anpacken musste. Später hat sie dann nebst Geschäft und eigenen Kin-

dern immer auch Tagespflegekinder betreut. «Ich konnte so meine Leidenschaft auf eine andere Art ausleben.» Heute ist sie glückliche Gross- und Urgrossmutter von sechs Enkelkindern und drei Urenkeln. «Sie bringen so viel Freude in mein Leben», sagt sie dankbar. Dass sie vor kurzem ein Enkelkind verloren hat, ist ein sehr schwerer Schicksalsschlag. Die Kraft schwierige Zeiten durchzustehen und trotzdem positiv zu bleiben, holt sie aus der Natur. «Ich bin zwar keine Kirchgängerin, weiss aber, dass es eine höhere Macht gibt. Mein Lebensmotto ist, dass es immer weiter geht.» Diese positive Lebenseinstellung half und hilft mir immer in schwierigen Lebenslagen. «In allem Schweren, habe ich aber auch immer viel gelernt.» Rosa Hummel hat auch während 20 Jahren ihre Eltern gepflegt und daraus grosse Dankbarkeit für das Kleinste erfahren. «Ich habe an einem Blümlein, einer Pflanze oder auch an Tieren grosse Freude.»

Ferien erst in der Pension

Ferien machen, hat sie erst in der Pension kennengelernt. Zusammen mit ihrem Mann, war sie dann aber noch oft auf Reisen. «Wir waren immer mit dem Rucksack unterwegs, weil wir das Land und die Leute kennenlernen wollten.» In Thailand hatte ihr Mann ein Kind vor dem Ertrinken gerettet. Zum Dank hat sie eine thailändische Puppe erhalten, welche auch im Sunnewies als Andenken

mit dabei ist. Die Mutter des Kindes schreibt ihr noch immer jedes Jahr einen Brief und bedankt sich für diese Hilfeleistung. Rosa Hummel vergisst auch nicht das strahlende Gesicht, als sie einem Kind ihre Turnschuhe schenkte. Dankbar schaut sie auf ihr Leben zurück und genießt nun auch die Zeit im Sunnewies. Es war vor allem Heidi Bötschi (ehemalige Zentrumsleitung), welche ihr beigestanden ist, dass

sie sich gut einleben konnte. «Mit dem Pflegepersonal verstehe ich mich sehr gut und bin dankbar, dass sie sich so gut um uns Bewohnende kümmern.» Sie genießt es, dass das Leben nun wieder viel freier geworden ist. «Langeweile kenne ich nicht, ich vergesse mich oft beim Zeichnen und Malen. Man muss mich dann sogar oftmals zum Essen rufen», sagt sie schmunzelnd.

Ursi Vetter

Sprichwörter erklärt

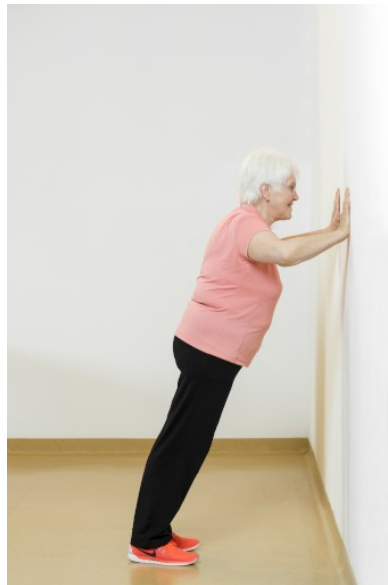
Wer rastet, der rostet.

Ob die alten Ritter auch Rost angesetzt haben, wenn sie sich zu wenig bewegt haben, ist urkundlich nicht erwähnt.



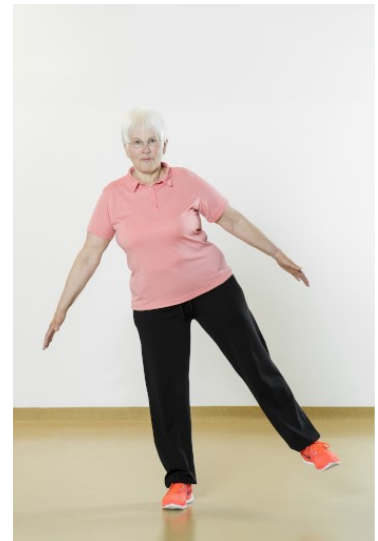
Im deutschen Sprachgebrauch tauchte das Sprichwort um 1830 auf - zu Beginn der Industrialisierung. Und heutzutage ist der Spruch ganz eindeutig eine Aufforderung sich körperlich und geistig in Bewegung zu setzen. Denn dies ist - wissenschaftlich erwiesen - lebensverlängernd.

Deborah Frefel



Mögliche Übungen (3 x 10 Wiederholungen): Liegestütz an der Wand, Verbesserung der Lungenbelüftung - Erleichterung der Bewegungsabläufe

Mögliche Übungen (3 x 10 Wiederholungen): Seitlicher Wiegschritt in den Einbeinstand: Sturzprophylaxe - Oberkörperstabilisierung - Verbesserung des Körpergefühls



101 Jahre Frau Schmuki Herzlichen Glückwunsch!

Nach einem erlebnisreichen, auch etwas anstrengenden Geburtstag mit hunderten von Gratulanten genießt Alice Schmuki am Folgetag mit Freundinnen einen Jass und erhält weitere Geburtstagswünsche durch Herrn Kieser, den Gemeindevertreter aus „Buslig“.



Konzert der Musikgruppe Affeltragen

Aber nichts als Regen!!!!

Petrus öffnete die Schleusen weit auf, als wollte er die ganze Welt taufen! Frau Schmid tröstete uns «da züchet mir dure, die chömet scho».

Also abwarten. Wir setzten uns an unsere Logenplätze an den Fenstern und fiebern der Zeit entgegen....Wirklich gegen ½ 8 Uhr kamen die Musikanten gut wasserdicht eingepackt.

Der gedeckte Parkplatz wurde zur Bühne und schon hörte man die ersten Töne. Von den Bewohnern wurde schon der erste Applaus gesendet.

Mit grosser Hingabe wurden die ersten schweren Stücke gespielt.

Schade dass die feinen Töne in dem Sauwetter etwas verloren gingen!

Doch der Freude machte es nichts aus. Als dann die altbekannten Stücke gespielt wurden, kam der Applaus und die Freude wieder voll zum Tragen.

Herzlichen Dank für das Konzert und die grosse Bereitschaft der Musikanten.

Ebenso vielen Dank an unser Personal die uns die Freude möglich machten.

Rosa Hummel



Reislein vom 15. Juni 2021

Voll Erwartung stehen viele Bewohnerende vor dem Portal mit einem lachenden und frohen Gesicht. Ein Reislein regt die Gemüter an, aber man weiss noch nicht wohin?

Der Car fährt vor und Viele können es fast nicht erwarten...



Die vielen Helferinnen und Helfer machen Ordnung und sind wie fleissige Bienen am Vehikel einsammeln und einladen. Mit einem

Lift holt der Chauffeur die Leute in dem Car. Nun kann es losgehen, nach einem freundlichen Gruss vom Chaffeur und Herr Keller können wir den schönen Thurgau geniessen. Die Sonne lässt alles im schönsten Licht erscheinen. Über Erikon nach Buch, wo wir das schöne Heim von Frau Schmid bewundern, weiter ging es nach Rotenhäusern, Mettlen. Herrlich die grünen Wiesen und Blumen zu bewundern. Kaum zu glauben wie viele Grüntöne es gibt! Kradolf, Schönenberg alles auf Nebenstrassen mit gemässigtem Tempo. In meinen Gedanken gehe ich durch die Baumnussallee, die manches Jahr unser Reiseziel war und wir von den grünen Nüssen braune Hände bekamen, die fast nicht mehr sauber wurden. Unsere

Helferinnen und Helfer betreuen uns mit viel Geduld. Danke vielmals. Über viele Wege geht es nach Sulgen. Die Vielfalt von unserem Thurgau ist überwältigend. Hügel, Wiesen, Wälder, wunderschöne Häuser, zum Teil noch



ganz alte Riegelhäuser erfüllen unsere Herzen. Am liebsten möchte man aussteigen und alles genauer anschauen. Aber es geht ja weiter Berg zu.

Nun haben wir unseren Hausberg vor Augen, den Ottenberg! Herrlich die Rebhänge in Reih und Glied. Dazwischen die Felder und Wiesen. Es geht bergauf und das



Rätseln beginnt: Wohin? Durch viele Kurven und Wälder landen wir auf dem Stelzenhof: Eine herrliche Aussicht auf die Alpenkette begrüsst uns.

Wir waren begeistert von der Schönheit der Natur und unsere Herzen waren übertoll von dem Erlebten. Noch eine Überraschung! Mit Getränk und einem mächtigen Tortenstück mit Biskuit, Crème und Erdbeeren wurden wir verwöhnt

Danke, danke von ganzem Herzen.

Den lieben Helferinnen und Helfer danken wir von ganzem Herzen, für die liebevolle Betreuung und die grosse Arbeit die sie leisten.

Nun ging es durch Wälder nach Ottenberg, Weinfeldern und nach Tobel. Ein wunderschöner Nachmittag geht zu Ende, müde und vielleicht etwas schläfrig kommen wir im Sunnewies an. Schnell verschwinden die Leute in ihre Zimmer.

Rosa Hummel



«Corona war für mich schlimmer als der Krieg»

Seit 8 Jahren lebt die 97-jährige Ursula Riedener in einer schmunzigen, kleinen Wohnung im Sunnewies. «Es war ein sehr spezielles Jahr», sagt sie nachdenklich. Einige liebe Kolleginnen hat sie im Corona Jahr verloren. «Dies tut weh, wir waren in der Werkgruppe oft beisammen.» Dass die Angehörigen nicht mehr ins Zimmer kommen durften, war für sie sehr einschneidend. «Ich bin nochmals Uroma eines kleinen Bubens geworden und ich habe ihn bis heute nur auf Fotos gesehen.» Die Angehörigen hat sie jeweils nur kurz gesehen bei der Übergabe von Lebensmitteln. Sie mussten den Einkauf vor dem Sunnewies hinstellen und ein Gespräch war nur aus weiter Distanz möglich. Da die rüstige Seniorin das Frühstück

und das Abendessen noch immer selbst zubereitet, war sie auf den Einkaufs- und Bringdienst angewiesen. «Ich empfinde das selbständige und selbstbestimmte Essen noch als ein Stück Freiheit.» War es anfangs nicht möglich Besuche zu empfangen, so durfte man nach einer Lockerung eine halbe Stunde auf Anmeldung hinter Glas sprechen.

«Wir durften nicht nach draussen gehen»

«Für mich war Corona schlimmer als der Krieg». Im Krieg rückte man zusammen und stärkte sich gegenseitig und spürte so die Wärme der Anderen. Hier war ich alleine und durfte auch Niemandem mehr die Hand geben.» Das Personal habe sich aber grosse

Mühe gegeben. Aber auch sie durften nicht lange im Zimmer verweilen. «Wir mussten im Zimmer aus Kartongeschirr essen. Nach draussen gehen durften wir nicht. Dies war sehr schwer für mich. Meine Tochter hat mir jeden Tag eine SMS geschickt oder mit mir telefoniert. Das hat mir sehr gut getan.»

Sorgsamer mit der Umwelt umgehen

Ich habe früher zwar von der spanischen Grippe gehört, welche schlimm gewesen sein soll. Ich kann mich selbst nicht daran erinnern. Ursula Riedener glaubt, dass Corona etwas mit der Umwelt zu tun hat. «Wir sollten sorgsamer mit der Umwelt und auch mit den Tieren umgehen. Wenn

ich manchmal im Fernsehen sehe, welche Versuche mit Tieren gemacht werden, finde ich es himmeltraurig.» Mit der Umwelt ist in den letzten Jahren Raubbau ge-

muntert und nun ist sie eben doch geimpft. Nebenwirkungen hatte sie keine. «Ich empfinde das Impfen aber indirekt schon als Impfzwang.»



Abbildung: Ursula Riedener

trieben worden. Woher denn Corona wirklich kommt, weiss man aber nicht so recht. Ich wollte mich anfangs nicht impfen lassen. Ihre Tochter hat sie aber dazu er-

Ich hoffe der Bazar findet wieder statt

Ich hoffe sehr, dass wir in diesem Jahr den Bazar und auch die Weihnachtsfeier wieder

durchführen können. Sie ist eine regelmässige Mitarbeitende der Werkgruppe. «Wir können nicht nur Sachen herstellen, wir müssen sie auch verkaufen können», sagt sie. Sie ist froh, dass sie noch relativ gut stricken kann. Das Lesen bereitet ihr aber inzwischen Mühe, weil sie Probleme mit den Augen hat. Sie bastelt und stellt auch gerne Karten her. Nun ist sie froh und dankbar, dass sie wieder ins geliebte Werkstübli gehen kann. «Es war schon traurig, als nichts mehr gelaufen ist.» Nun ist es wieder ein Stück normaler und Vieles ist wieder möglich. Wir dürfen im Zimmer auch wieder Besuche empfangen, wenn sie geimpft sind. «Meine Urenkel, welche leider noch nicht kommen dürfen, vermisse ich aber schon sehr.» Ihre Gedanken schweifen in die Zukunft und sie sagt: «Ich glaube nicht, dass Corona nachhaltig sein wird, die Leute wollen wieder auf den «Putz hauen».

Ursi Vetter

Lehrabschlussfeier 2021

Es ist schon eine fest verankerte Tradition, dass im Sunnewies in der Woche vor den Schulsommerferien die Lehrabschlussfeier stattfindet. So war es auch in diesem Jahr am 9. Juli 2021 wieder soweit.

Dieses Jahr durfte die Feier wieder in einem grösseren Rahmen als im letzten Jahr, sowie mit unseren Bewohnenden stattfinden. Eingeladen waren natürlich unsere Absolventen, deren Eltern, Freunde, die Berufsbildner sowie alle interessierten Mitarbeiter, um bei schönstem Wetter im Garten des Sunnewies drei erfolgreiche

Lehrabschlüsse zu feiern: Mariella Hofmann, Fachfrau Gesundheit EFZ, Domenik Müller, Fachmann Gesundheit EFZ und Lara Jöhl, Hauswirtschaftspraktikerin EBA

«Sommerfest»

So könnte man diese Lehrabschlussfeier betiteln, nicht nur wegen der vorherrschenden Dekoration mit Sommersujets und Blumenschmuck in den Farben gelb und grün, sondern auch aufgrund des ersten grösseren Anlasses in unserem Heim seit Ausbruch der Coronapandemie.

Auch das Wetter war bis jetzt, ausser an diesem Abend, aufgrund des vielen Regens und den frischen Temperaturen nicht einladend für Feste. Zwei Lernende umrahmten diesen Anlass feierlich mit Gitarrenklängen und Gesang, so konnte man die Seele richtig baumeln lassen. Die Anspannung der letzten Wochen konnten die Lernenden nun hinter sich lassen und mit Stolz, sowie verdient, ihre Fähigkeitszeugnisse und Geschenke entgegennehmen. Domenik Müller war an diesem Anlass nicht mehr anwesend, da er bereits dem Marschbefehl in die Rekrutenschule Folge leistete.

Nach der feierlichen Übergabe durften sich Alle an einem Apéro, zusammengestellt von unserer Küchenmannschaft, stärken und mit unseren neuen Berufsfachleuten auf ihren Erfolg anstossen.

Wir möchten uns bei allen Beteiligten und Gästen für die gelungene Feier bedanken.

Der Weg geht für alle weiter, wenn auch in verschiedene Richtungen. Domenik Müller rückte in die Rekrutenschule ein. Mariella Hofmann wird ab August ihre Tätigkeit als Fachfrau Gesundheit EFZ im Sunnewies aufnehmen, was uns sehr freut. Lara Jöhl wird eine weitere Ausbildung als Bodenlegerin im August beginnen. Wir gratulieren ganz herzlich zu Eurem Erfolg! Es war uns eine



Abbildung: Von links nach rechts: Lara Jöhl, Domenik Müller, Mariella Hofmann

Freude, unsere Absolventen ein Stück auf ihrem Berufs- und Lebensweg zu begleiten. Für die berufliche und persönliche Zu-

kunft wünschen wir nur das Allerbeste.

Brigitte Knecht, Elisabeth Meier



Abschluss zur diplomierten Pflegefachfrau HF

Weiterhin gratuliert das ganze Sunnewies-Team Svenja Fedrizzi zum Abschluss zur diplomierten Pflegefachfrau HF. Wir wünschen auch ihr viel Erfolg und Glück auf ihrem weiteren Berufs- und Lebensweg.

Von unserer Hauswirtschaft



Wasserflaschen reinigen ohne Chemie!

1. Eine Handvoll Reiskörner in die Flasche geben.
2. Ca. 2dl Wasser dazugeben
3. Flasche schliessen
4. Ca. 2 Minuten Flasche schütteln
5. Reis mit Wasser entleeren
6. Mit Wasser nachspülen
7. Flasche ist sauber, geruchsneutral und wieder einsatzbereit.



September 2021

Eine Fledermaus verirrte sich in eine Wohnung im Betreuten Wohnen. Sie wurde durch die Hauswirtschaft eingefangen und wieder in die Natur freigelassen.

Personalausflüge 2021

Dieses Jahr organisierte die Personalkommission (PEKO) gleich zwei Ausflüge.

Am 18. August traf sich eine muntere Schar in der Waldschenke Bischofszell. Bei schöner Abendstimmung wurden die Teilnehmer mit feinen Grilladen und einem grosszügigen Salatbuffet verwöhnt.

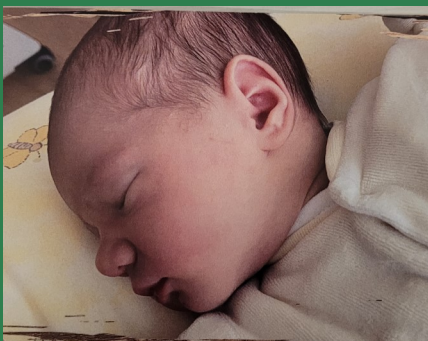


Am 14. September fuhr ein kleines Grüppli mit dem Zug nach Bern zum Bärenpark, einen Abstecher auf den Gurten, um die schöne Aussicht zu geniessen und auch die Altstadt von Bern wurde ausgiebig besichtigt. Bei beiden Ausflügen konnten sich die Mitarbeiter in privatem Rahmen austauschen, geniessen und fröhliche Stunden zusammen verbringen. Wir bedanken uns bei der PEKO fürs Organisieren und freuen uns schon auf weitere tolle Ausflüge.

Elisabeth Meier



Sonnige Nachrichten - Babynews



Nelio Andreas

Geboren am 29.08.2021
Sohn von Nicole und Andreas
Köberle

Herzlichen Glückwunsch!

Der Himmel strahlt, es ist eine
Wonne, nun habt Ihr eure eigene
kleine Sonne.



Freya

Geboren am 26.09.2021
Tochter von Marilena und
Marcel Eisenring

Auflösung Wettbewerb

In der letzten Ausgabe suchten wir für unsere Ziegen neue Namen. Leider verstarb eine Ziege bereits vor der Prämierung. Im August 2021 wurden somit folgende Namen für unsere zwei Ziegen ge-

wählt: Bella und Bartli. Die Gewinnerinnen erhielten einen Gutschein für unsere Cafeteria, herzlichen Glückwunsch. Kurze Zeit nach der Prämierung ist Bartli ebenfalls verstorben. Bella war kurze Zeit allein

und bekam nun einen neuen Kameraden, welcher das Sunnewies-Team kurzerhand Balu taufte.

Bella und Balu freuen sich stets über Besuch an ihrem Gehege.



Abbildung: Die zwei Gewinnerinnen; Frau Tobler mit dem Namen Bella und Frau Riedener mit dem Namen Bartli

Der kleine Wichtel

Der kleine Wichtel war schon alt, sehr alt und er hatte schon viele Weihnachten erlebt. Früher, als er noch jung war, ist er oft in der Adventszeit in das Dorf gegangen und überraschte die Menschen mit kleinen Geschenken. Er war lange nicht mehr im Dorf gewesen. Aber

te sich vor das große Kaufhaus der nahegelegenen Stadt und beobachtete still und leise das rege Treiben der vorbei eilenden Menschen. Die Menschen suchten Geschenke für ihre Familien und Freunde. Die meisten Menschen kamen gerade von der Arbeit und

schen Weihnachtsbeleuchtungen gab und er überlegte, ob die Menschen damals auch schon mit vollen Tüten durch die Straßen geeilt sind? Nun, die Zeiten ändern sich, dachte der kleine Wichtel und schlich unbemerkt aus der überfüllten Stadt hinaus, zu dem alten Dorf, wo er früher immer gerne gewesen ist. Er hatte genug von hetzenden Menschen, die scheinbar keine Zeit hatten. Ist die Adventszeit nicht eine ruhige und besinnliche Zeit?

So kam er an das alte Haus in dem schon viele Menschen gewohnt hatten. Früher war dieses Haus sein Lieblingshaus gewesen. Früher, als es noch kein elektrisches Licht gab und die Menschen ihr Haus mit Kerzen erleuchteten. Er erinnerte sich, dass sie auch keine Heizung hatten und die Menschen Holz ins Haus schafften, um es warmzuhalten. Er sah damals während der Adventszeit immer wieder durch das Fenster und beobachtete jedes Jahr dasselbe. An manchen



in diesem Jahr wollte der kleine Wichtel wieder einmal die Menschen besuchen. So machte er sich schließlich auf den Weg, setz-

hetzten eilig durch die Straßen. Die Gedanken des kleinen Wichtels wanderten zurück zu jener Zeit, wo es noch keine elektri-

Abenden sah er die Mutter und Großmutter Plätzchen backen. Der Duft strömte durch das ganze Haus und drang sogar zu ihm nach draußen. Der Vater und der Großvater machten sich auf, um im Wald einen Weihnachtsbaum zu schlagen und ihn mühevoll nach Hause zu bringen. Es war kalt und sie freuten sich beim Heimkommen auf den warmen Tee, den die Mutter gekocht hatte. Oftmals saßen die Menschen zusammen, um gemeinsam zu singen und der Großvater erzählte den Kindern spannende Geschichten. Die Kinder konnten es

kaum erwarten, bis die Großmutter auf den Speicher stieg, um die Weihnachtskiste zu holen, denn das tat sie immer erst kurz vor Weihnachten. In dieser Kiste gab es viel zu entdecken. Sterne aus Stroh, Kerzen, Engel mit goldenem Haar und viele andere kostbare Dinge. Aber das war schon lange her und es war eine andere Zeit. Eine Zeit des gemeinsamen Tuns, eine Zeit miteinander, eine Zeit füreinander. Von seinen Gedanken noch ganz benebelt, sah der kleine Wichtel auch heute durch das Fenster des alten Hauses und entdeckte die

Familie, wie sie gemeinsam um den Adventskranz saß und der Vater den Kindern eine Geschichte vorlas. Nanu, dachte der kleine Wichtel, eine Familie, die nicht durch die Straßen hetzt. Menschen die Zeit miteinander verbringen und die ihr Haus mit Kerzen erleuchten. Ja, heute ist eine andere Zeit, aber auch heute finden Menschen wieder füreinander Zeit. Dem kleinen Wichtel wurde es ganz warm ums Herz und er schlich leise und unbemerkt dorthin, woher er gekommen war.

Verfasser: unbekannt

Adventszeit im Sunniewies



Alterszentrum Sunnewies

Höhenstrasse 16, 9555 Tobel

Telefon: 071 918 62 62

E-Mail: info@sunnewies.ch

www.sunnewies.ch

Redaktion: Ursi Vetter, ursi.vetter@thurweb.ch