



Sunnewies uf ein Blick

20 | April 2022

Inhalt

- 1 «Man muss die alten Menschen lieben» - Denise Schmid, S. 3
- 2 Sonnige Nachrichten - Neue Mitarbeitende, S. 5
- 3 Einblicke in die Aktivierung Stricken und Kochen, S. 6
- 4 «Ich bin hier am richtigen Ort» - Milly Oettli, S. 7
- 5 Neue Berufskleidung für das Alterszentrum Sunnewies, S. 8
- 6 «Mein Herz geht in meiner Arbeit auf» - Monika Boos, S. 8
- 7 «Es riecht nach Zukunft», S. 10
- 8 Wettbewerb: Wer sucht, der findet, S.10
- 9 Einblicke in die Aktivierung Jahreskreis, Malen und Diverses, S. 11
- 10 «Kunst wäscht den Staub vom Alltag von der Seele», S. 12
- 11 Rückblick Bewohnerweihnacht 2021, S. 13
- 12 Rückblick Fasnacht im Sunnewies 2022, S. 14
- 13 Von unserer Wäscherei, S. 15
- 14 Rezept aus der Sunnewies-Küche, S. 15
- 15 Wettbewerb «Hinter den Kulissen», S. 15

Editorial - Hinter den Kulissen der Aktivierung

Gibt's da jemanden, der nicht neugierig ist? Die Einen sind es mehr, die Andern sind es weniger. Es liegt doch in uns Menschen, Rätsel zu lösen, Geheimnisvolles zu entdecken, aufzuklären und uns dadurch immer weiter zu entwickeln. - Den Mars zu besiedeln, ein nächstes, grosses Ziel einer Interessentengruppe ... die Welt vor noch weiterer, schädlicher Erwärmung zu retten ein anderes. – Auch, wenn die beiden Ziele unterschiedlicher nicht sein könnten, jeder sucht nach weiteren Erkenntnissen, Fortschritt und Neuem. Diese Neugier ist somit auch Motor für unsere Fähigkeiten, die uns als Weltbevölkerung zu dem brachte, was wir heute sind. Man kann darüber philosophieren, was wozu nützlich ist und was unserem Schöpfer wohl nicht gefallen wird. Allein diese Diskussion wäre endlos und wir wollen sie hier nicht weiterverfolgen. Als Lesende dürfen Sie sich aber gerne darüber unterhalten. Hier wollen wir vielmehr das Amüsante, Kribblige in unseren „Amateur- und Profi-Detektivinnen und –Detektiven“ anstossen. Mit dieser Ausgabe des „Sunnewies uf ein Blick“ beginnt eine Reihe unter dem Motto „Hinter den Kulissen“. Als erstes wird hinter die Kulissen der Aktivierung geschaut. Diese Ausgabe wird auch einige Rätselaufgaben bereit halten. Alleine schon herauszufinden, welcher Bereich in der nächsten Ausgabe des „Sunnewies uf ein Blick“ im Fokus sein wird. Mit wachem Blick und Geist gilt es die verborgenen Rätsel zu lösen.

Natürlich gibt's für die Gewinnenden jeweils auch einen kleinen Preis. Sollten mehrere Bewohnende fündig werden, wird der Gewinnende ausgelost. Los geht's, ganz auf den Pfaden des grossen Meisterdetektivs „Sherlock Holmes“! Viel Spass, Vergnügen und natürlich auch Glück sowie den richtigen „Riecher“ auf ihrer Entdeckungsreise!

R. Keller

«Man muss die alten Menschen lieben»

Bei Denise Schmid, Leitung Aktivierung, geht es nicht nur darum linke und rechte Maschen oder Fersen und Kämpfli zu stricken, sondern vielmehr darum die Bewohnenden in ihren Tätigkeiten und Interessen abzuholen. «Das Schöne an meinem Beruf ist, dass die Bewohnenden freiwillig zu uns in die Aktivierung kommen, sie müssen nicht, sie dürfen.»



Seit bald schon 25 Jahren ist Denise Schmid für die Aktivierung im Sunniewies zuständig. Anfangs hatte sie die Ausbildung noch nicht. «Ich habe dies aber schon bald nachgeholt», sagt sie erfreut. Eigentlich war die familiäre Situation der Grund, dass Denise Schmid wieder in den Beruf einstieg. «In meinen erlernten Beruf Gärtnerin wollte ich nicht mehr einsteigen, so habe ich zuerst ein Rotkreuzpraktikum gemacht.» Die damalige Heimleitung Heidi Bötschi merkte schon bald, dass diese Frau handwerklich begabt ist. Die Anmeldung zur Ausbildung war dann nur noch eine logische Folgerung. Zu Beginn fand das Angebot zur Aktivierung nur am Freitag statt. Zusammen mit Heidi Bötschi hat Denise Schmid die Aktivierung aufgebaut und zudem

gemacht was sie heute ist. «Sehr gerne denke ich an die 22 Bazar zurück. Zweimal mussten wir den Bazar infolge Corona absagen. Ich hoffe nun ganz fest, dass wir den Bazar in diesem Jahr wieder durchführen können.» Wir haben auf den Bazar hin ein Ziel vor Augen, welches wir miteinander erreichen wollen. Wenn die Leute kommen und die verschiedenen Angebote bestaunen und auch kaufen, macht uns das glücklich.» Aus dem Erlös des Bazar finden dann Ausflüge oder Events statt. «Das gibt uns Allen ein tolles Gefühl.»

Der schönste Lohn

«Wir sind für die Bewohnenden da und es freut mich, wenn ich etwas Gutes für sie tun kann. Viele die bei uns mitmachen leben auf diese Stunden hin und freuen sich darauf. Das ist der schönste Lohn für uns. Im Alter ist aktiv bleiben sehr wichtig, sowie auch das Zusammensein und über Geschehnisse oder Probleme diskutieren zu können», betont Schmid. Die Aktivierung, das sind Denise Schmid und Monika Boos. Es ist eine stete Veränderung, jeder Morgen läuft trotz Programm anders ab. Denise Schmid arbeitet mit einem 75% Pensum. «Ich mache nicht gerne immer das Gleiche und habe daher die Augen stets offen für Neues oder was gerade im Trend ist.» Sie liebt die Abwechslung, sei es stricken, häkeln, arbeiten mit Papier, Dekorationen herstellen oder auch das Gedächtnistraining. «Ich versuche immer die Sinne anzusprechen.»

Offen für Neues

Auch Backen und Kochen sind grosse Leidenschaften von Denise Schmid. Zum Kochen und Backen gehört auch das Anpflanzen von Gemüse und Salat sowie die Verarbeitung mit Gefrieren, Einmachen oder auch Dörren. In der Montag Kochgrup-

pe, welches sich seit kurzem wieder wöchentlich trifft, nehmen jeweils etwa fünf Frauen teil. Sie freuten sich und strahlten, dass sich die Kochgruppe wieder im normalen Rahmen treffen darf. Es ist vor allem das Kochen und das Zusammensein, das ihnen grosse Freude bereitet. Zuerst stellt Denise Schmid jeweils das Menü vor, welches sie im Voraus mit den Frauen abspricht. So gab es dieses Mal einen Selleriesalat mit Ananas, Piccata milanese, Spinatknöpfli sowie Rüebli, Kohlrabi und Rosenkohl. Für den kleinen Hunger danach gab es Schwarzwälderkekuchen im Glas sowie feine Sablés. «Wir haben heute viel zu tun und legen gleich los», sagte Schmid erfreut. So wurde gerüstet, geraffelt, Knöpfleilig geschlagen, Fleisch zubereitet und wie immer wurde auch der Tisch schön dekoriert. «Mir ist es wichtig, dass die Frauen selbständig arbeiten können und wenn sie Fragen haben, dann bin ich für sie da. Ich muss ihnen das Kochen und Backen nicht beibringen, das können sie sehr gut.» Die Kochfrauen tauschen sich aber immer auch gegenseitig aus und helfen einander. «Die Frauen sind sehr offen für neue Sachen und benutzen auch die modernen Geräte wie den Steamer», betont Denise Schmid. Beim Kochen entstehen jeweils die grössten Diskussionen, am Tisch ist es dann ruhiger. Die kürzlich stattgefundene Winterolympiade sorgte natürlich auch für Gesprächsstoff. «Es ist uns wichtig, Aktualitäten aufzunehmen.» In der Adventszeit macht den Bewohnenden auch Wichteln grossen Spass. Die Kochgruppe



hat kürzlich auch den Apéro für die Malausstellung gemacht. «So waren meine Kochfrauen auch Teil der Ausstellung.» Dass der Apéro sehr gut angekommen ist, darüber freuten sich die Frauen. «Das ist doch Propaganda für ein anderes Mal,» sagte eine Teilnehmerin erfreut.

Oftmals integriert Schmid ein Gedächtnistraining in die Kochstunden. Sie kennt die Frauen, welche teilweise schon sehr lange mitmachen, sehr gut und dies erleichtert die Aufgabe enorm. Sie berichtet weiter, dass man beispielsweise auch beim Laufen im Wald etwas für das Hirn machen könne. «Man kann zum Beispiel die Namen der Bäume nennen und dann wieder danach fragen.»

Reden und individuell begleiten

Ausflüge haben in den letzten zwei Jahren infolge Corona nur sehr wenige stattgefunden. «Wir gingen während dieser schwierigen Zeit daher individueller auf die Abteilungen.» Dass Gruppen nicht gemischt werden durften, machte die Arbeit aufwändiger. «Nicht nur die Bewohnenden profitieren von unseren Stunden wie beispielsweise dem Gedächtnis- oder Fitnessstraining, auch wir lernen immer etwas Neues dazu.» Oft geschehe dies auch nonverbal. «Die Zeit ist oft das grösste Problem, gerne hätte ich mehr Zeit für so Vieles,» sagt Schmid. Ihre Tätigkeit sieht sie als Förderung in den Begabungen der Bewohnenden. «Fordern dürfen wir aber nicht all zu viel,» sagt sie bestimmt. Bei vielen Personen arbeiten sie zu Beginn nach dem Biographiebogen. Wir reden mit den Bewohnenden und begleiten sie individuell. Oft kommen sie um hineinzuschauen und ich achte dann darauf, was sie in die Hände nehmen.» Damit sie die Bewohnenden noch besser kennenlernen, sind die beiden Aktivierungsfrauen auch mit den Pflegenden und auch den Angehörigen im regen Austausch. Viele der Angehörigen legen grossen Wert auf eine gute Aktivierung. «Das ist eine schöne Zustimmung für uns.»

Sattelfest in verschiedenen Techniken

Um diesen Beruf auszuüben, muss man Liebe zum alten Menschen aufbringen und sattelfest sein in verschiedenen Techniken wie stricken, malen, singen, alte und neue Rezepte kochen und Vieles anderes mehr. Viele der alten Menschen leben im Hier und Jetzt und möchten gerade beim Kochen auch neue Sachen ausprobieren. «Sie wollen nicht nur Sauerkraut und Speck kochen und auch nicht immer Fleisch.» Sie sind auch interessiert wie ein vegetarisches Menu gekocht wird und wie es dann schmeckt. Trotzdem sind ihnen traditionelle Bräuche wichtig. «Wir pflegen zum Beispiel den Agathatag und backen Brötli. Diese werden dann, weil es ein katholischer Brauch ist, an die katholischen Bewohnenden verteilt. Unser Bewohner, der pensionierte Pfarrer Bruno Portmann segnet die Brötli jeweils zuvor in einem Gottesdienst. «Wir versuchen immer wieder die Bewohnenden mit ihren eigenen Fähigkeiten einzubinden.»

Schöne und gute Materialien

Ideen holt Denise Schmid im Internet oder oftmals kommen ihr einfach Ideen. «Ich muss dann aber immer zuerst abschätzen, ob diese mit den Bewohnenden und ihren Fähigkeiten und Fertigkeiten umsetzbar sind.» Beim Stricken gehören Socken und Finkli zur Grundausstattung. «Wir stricken aber auch moderne Schals, Mützen und anderes mehr. Schöne und gute Materialien sind uns in der Aktivierung wichtig. Der fertige Gegenstand hat so einen viel höheren Wert, wenn schöne Stoffe und Wolle oder Garne verarbeitet werden.» So ist es auch klar, dass auch die Malfarben und die dazugehörenden Utensilien gute Produkte sind.

Zusammen ein Zvieri geniessen

Morgens um acht Uhr beginnt der Tag im Sunnewies für Denise

Schmid. Ab neun Uhr finden dann die ersten Lektionen statt. Nach dem Mittag beginnen die Angebote ab 13:30 Uhr. Immer wird zusammen ein Zvieri genossen. Für Einige ist es dann genug, während Andere noch bis zum Schluss bleiben. Man muss Denise Schmid nicht unbedingt aktiv erleben um nachvollziehen zu können, wie engagiert sie ist. Ihre Augen leuchten schon beim Erzählen und ihr freundlicher Umgang ist für die Bewohnenden sicherlich gold wert. So erstaunt es auch nicht, dass die «Lismifrauen» allesamt sagen, wie gut und schön es bei Denise Schmid ist. Das aktive Erleben während einem Stricknachmittag oder einem Kochmorgen verdeutlichte dies enorm. Eine Bewohnende benötigt Hilfe beim Socken stricken und eine weitere strickt an einem modischen Schal. Eine weitere Bewohnende kann zwar noch sehr gut stricken, aber ihre Augen machen nicht mehr so gut mit. «Ich bin dann gefordert eine Lösung zu suchen.» So macht Denise Schmid zum Beispiel den Anschlag und das rechts links Sticken bewältigt dann die Bewohnende sehr gut alleine. Beim Fersen und Káppli ist dann Denise Schmid wieder zur Stelle und danach kann die Bewohnende wieder alleine weiterstricken. Dies zeigt auf, wie die Bewohnenden abgeholt werden und nach ihren Fähigkeiten und Möglichkeiten gefördert werden.



Der Beruf ist sehr vielfältig

Wenn ich Revue passieren lasse, dann gibt es noch viele Sachen,

die ich gerne machen würde. Der Beruf ist sehr vielfältig und die Leute sind es ebenso. Die schlimmste Zeit war für Denise Schmid, als die Aktivierung infolge Corona zugegangen ist. Die Leute durften sich nur noch im hauseigenen Garten bewegen. «Ich ha-

be mir dann überlegt, was nun? So habe ich zum Beispiel Fragen im Park hinterlegt, welche die Bewohnenden anregen zum bewegen und studieren. «Man muss oft die Eigeninitiative laufen lassen und darauf vertrauen, dass einem im richtigen Moment

eine gute Idee kommt.» An Ideen mangelt es Denise Schmid nicht. So ist zur Zeit auch ein Online Shop im Aufbau. «Wir müssen mit der Zeit gehen und die neuen Möglichkeiten nutzen» sagt sie abschliessend.

U. Vetter

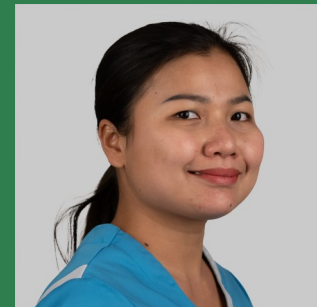
Sonnige Nachrichten - Neue Mitarbeitende



Keller Valentina
Mitarbeitende Cafeteria
seit 15.08.2021



Kracht Marlen
SRK Assistenz
Team 1 seit 01.09.2021



Phaphakdee Wathinee
Mitarbeitende Hauswirtschaft
seit 01.10.2021



Tschofen Katja
Fachangestellte Gesundheit
Team 1 seit 25.08.2021



Sezer Tamara
SRK Assistenz
Team 3 seit 13.09.2021



Monika Eschler
SRK Assistenz
Team 1 seit 15.10.2021



Altun-Yener Ayfer Kardelen
SRK Assistenz
Team 1 seit 15.09.2021



Accardo Franz
Teamleiter Spät- und
Nachtdienst seit
01.11.2021

**Herzlich willkommen!
Viel Erfolg und Zufriedenheit im
Sunniewies.**

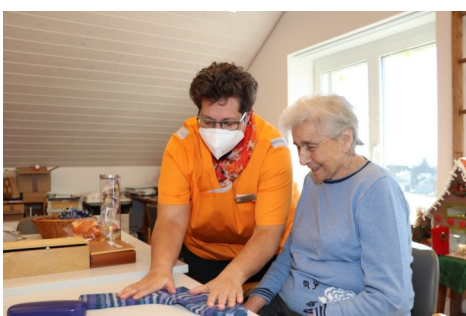
Einblicke in die Aktivierung Stricken und Kochen



Denise Schmid begleitet regelmässig einige Bewohnerinnen beim Stricken. Sie gibt dabei Anleitung, bespricht das weitere Vorgehen und unterstützt bei Fragen. Gestrickt werden Socken, Schals, Kinderbekleidung und vieles mehr. Socken sind sehr beliebt und können schon bald über unseren Onlineshop bestellt werden.



Einmal wöchentlich trifft sich die Kochgruppe. Es wird unter Anleitung von Denise Schmid ein feines Menu gekocht und genossen. Grossen Wert wird auf saisonale Produkte gelegt.



«Ich bin hier am richtigen Ort»

«Mein richtiger Name ist Emilie, aber alle nennen mich Milly.» Milly Oettli, ist seit Februar 2017 im Sunniewies zu Hause. «Ich habe mich gut eingelebt, sagt die 88-jährige aktive Bewohnerin Ich bin froh, dass ich am richtigen Ort bin, auch wenn etwas kommen sollte. Ich darf mich aber wirklich nicht beklagen, denn ich hatte nie etwas Grosses im Leben.» Obwohl sie stark abgegeben habe und auch müde geworden sei, bereitet ihr das Mitmachen in der Aktivierung grosse Freude. Bevor sie ins Sunniewies umgezogen ist, wohnte sie jahrelang mit ihrer Familie in Märwil. «Heimweh habe ich keines mehr, ich bin nun hier und das ist gut so.» Sie findet es ein wenig schade, dass man nicht oft mit anderen Bewohnenden zusammen ist im Sunniewies. Man könnte ja auch bei Jemandem im Zimmer ein Spiel machen, aber dies wird nicht so gemacht», sagt sie etwas nachdenklich. «Man findet den Kontakt zu wenig. Einige wollen es vielleicht nicht und Andere sind anders beschäftigt.» Daher ist sie sehr glücklich, dass sie in der Aktivierung mitmachen kann. «Ich stricke sehr gerne, meist Socken, werde mich aber auch einmal an etwas Anderes wagen.» Socken würden am Bazar immer sehr gut laufen, daher braucht es auch Viele davon. Sie ist meist dreimal pro Woche in der Aktivierung dabei und geniesst diese Nachmittage immer sehr. «Da nebst turne ich auch, damit ich körperlich und auch geistig möglichst fit bleibe.» Sie kommt regelrecht ins Schwärmen, wenn sie von Denise Schmid erzählt. «Sie ist so eine Gute mit uns Allen, es ist wirklich schön mit ihr zusammen zu arbeiten.» In der Aktivierung ist der Kontakt sehr schön untereinander. Schade sei es nur, dass wegen Corona immer noch aufgeteilt werden müsse.

Wir müssen Schicksalsschläge annehmen

Vieles kann die Seniorin noch

selbst erledigen, aber nicht mehr Alles. Beim Anziehen und auch bei der Körperpflege wird ihr geholfen. Ins Heim gehen musste sie wegen eines Sturzes. Zuerst wohnte Milly Oettli jedoch in einer Wohnung im betreuten Wohnen. «Dies hat mir sehr gefallen, ich konnte die Arbeiten noch gut selbst bewältigen.» Auch das Frühstück und das Abendessen hatte sie selbst zubereitet. Für die notwendigen Einkäufe, hat ihre Tochter, welche in Tobel wohnt, gesorgt. «Zu meiner Tochter und ihrer Familie bin ich oft zu Fuss gegangen, ich werde es nun im Frühling wieder versuchen, ob ich dies noch schaffe.» Milly Oettli hat schwere Schicksalsschläge erleben und durchmachen müssen. «Es war sehr schlimm, als meine Enkelin und mein Mann im Jahr 2003 nacheinander gestorben sind. Später ist dann auch noch einer ihrer Söhne gestorben. «Die Kraft solche Schicksalsschläge zu meistern, hole ich im Glauben und auch mit meiner Einstellung zum Leben. Ich denke, dass wir Schicksalsschläge annehmen müssen, wir können es nicht ändern. Solche einschneidende Geschehnisse verändern einem aber schon», sagt sie nachdenklich. «Die Aktivierung ist daher für mich Gold wert, ich komme auf andere Gedanken und fange nicht an zu grübeln.» Die Zeit vergeht für sie schnell, da immer etwas läuft. Früher hat sie auch oft gelesen, heute ist dies weniger der Fall. Auch beim Fernsehen ist sie zurückhaltend. «Ich schaue nicht mehr oft, da nicht mehr viel Gescheites kommt.» Milly Oettli geht auch sehr gerne nach draussen und freut sich auf den Frühling. In der Natur tankt die ehemalige Bäuerin noch immer auf.

Liebe zur Natur

Milly Oettli ist in Amlikon aufgewachsen und hat dann im 24igsten Lebensjahr einen Bauer ge-



heiratet. Da der Bauernhof in Märwil unmittelbar an der Hauptstrasse lag, hat die Familie Oettli später eine Siedlung gebaut. Diese führt jetzt ihr Sohn. «Ich war sehr gerne Bäuerin», sagt sie etwas wehmütig. Dieser Zustand dauert aber nicht lange und sie berichtet mit leuchtenden Augen weiter aus ihrem Leben. «Ich habe eine Schwester, welche in der Region Luzern lebt und zwei Brüder, welche in Frauenfeld leben.» Mit der Schwester telefoniert sie immer wieder einmal. «Mit den Brüdern macht man dies halt weniger, das liegt wohl in der Natur der Sache», sagt sie lächelnd. Wenn ihre Gedanken wieder zurückschweifen erinnert sie sich an eine sehr schöne Familienzeit auf dem Bauernhof. Die Liebe zur Natur ist geblieben und sie geht daher noch immer sehr gerne an der Sonne spazieren. «Ich laufe dann ein Stück und bleibe auf einer Bank sitzen und geniesse die Sonnenstrahlen.» Das gibt dann auch mehr Appetit, als nur im Zimmer zu sitzen. Daher findet sie Essen noch immer eine schöne Sache, auch wenn sie nicht mehr so viel isst wie früher. «Mir gefällt das Frühstücksbuffet, es ist ein schöner Morgenbeginn. Ich kann dies nehmen und geniessen, worauf ich Lust habe.»

Früher oft als Besucherin im Sunnewies

Milly Oettli ist sehr dankbar, dass sie eine schöne Beziehung zu ihren Kindern und Enkelkindern hat. «Früher habe ich oft Kinder gehütet, daher ist die Beziehung auch eng und die Kinder sind mir ans Herz gewachsen.» Nun ist sie bereits stolze Urgrossmutter von zwei Urenkeln. «An den Kindern merkt man es am besten, wie man älter wird. Wenn es so bleibt,

dann bin ich aber zufrieden.» Sie freut sich, wenn wieder Ausflüge gemacht werden können. Durch Corona war dies fast nicht mehr möglich. «Ich treffe aber draussen auch immer Leute mit denen man einen Schwatz machen kann.» Nochmals gehen ihre Gedanken zurück in eine andere Zeit. «Ich habe früher oft Besuche im Altersheim gemacht und heute bin ich selbst hier. Man muss im Leben immer wieder loslassen, auch wenn man in

ein Heim ziehen muss, muss man dies.» Sie hat beinahe 60ig Jahre in Märwil gelebt. Ich wäre gerne noch in Märwil geblieben, aber es ging nicht mehr. So hat sich der Kreis geschlossen und sie ist im Sunnewies angekommen um ihre Zeit noch möglichst lange aktiv zu leben und zu geniessen.

U. Vetter

Neue Berufskleidung für das Alterszentrum Sunnewies

Am Mittwoch, 9. Februar 2022, überreichte Frau Moosmann eine Linzertorte an Elisabeth Meier und somit dem Sunnewies-Personal, die wir anlässlich eines Wettbewerbs bei unserem Berufskleiderfabrikanten aus Rothrist gewonnen haben. Den süssen Gewinn haben wir in der Pause dann genüsslich bis auf den letzten Krümel verdrückt. Das Personal des Sunnewies hat neue Berufsklei-

dung erhalten. Die verschiedenen Bereiche haben je eine Farbe erhalten:

- Grün = Pflege
- Blau = Hauswirtschaft
- Orange = Aktivierung
- Anthrazit = Infrastruktur

R. Keller



«Mein Herz geht in meiner Arbeit auf»



Dass die bald 60jährige Monika Boos ihren Beruf Fachfrau Aktivierung mit viel Herzblut ausführt, spürt man, wenn man ihr bei der Arbeit zuschaut. Ob beim Malen oder beim Jahreskreis, oder beim Fitness, ihre Begeisterung springt auf die Bewohnenden über. «Es

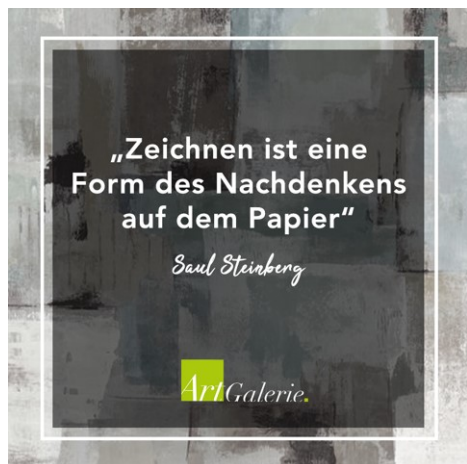
ist schön, dass wir ein solch vielfältiges Angebot haben und dann erst noch eine so gute Betreuerin wie es Monika Boos ist,» betont die Malkünstlerin Rösli Hummel. Momentan sind die Gruppen klein, da sie nicht gemischt werden dürfen. «Vor Corona waren es sieben oder acht Frauen, die gleichzeitig am Malkurs teilgenommen hatten.» Monika Boos freut sich darauf, wenn die Aufteilung dann hoffentlich auch bald der Vergangenheit angehört. Die Aktivierungsfachfrau arbeitet mit einem 50% Pensum in der Aktivierung und mit 30% ist sie in der Pflege im Sunnegarte tätig.

Männer treffen sich am Männerstamm

Denise Schmid und Monika Boos

sind verantwortlich für die Aktivierung. Jede hat ihre Bereiche, so ist Monika Boos für Fitness und Bewegung und für das Gestalten mit Papier, Ton und anderen Materialien, für die Malgruppe, sowie für den Jahreskreis zuständig. «Es stricken nicht alle gerne, deshalb bieten wir auch andere Möglichkeiten an,» sagt Boos. Sie leitet zudem auch einen Männerstamm. Es sind ungefähr zehn Männer, die sich einmal pro Monat treffen. «Wir haben dann Themen, wie Militär, Traktoren, Lastwagen, Vereine und anderes mehr. Manchmal geht sie mit den Männern auch in ein Restaurant. «Der Sinn dahinter ist, dass sich die Männer untereinander treffen. Meist kennen sich die Männer irgendwoher und es entste-

hen so rasch rege Diskussionen.» Eine Männerwerkgruppe würde sie gerne wieder aufbauen, eine solche fehlt zur Zeit.



Ausstellung Farbzauber

Beim Malen arbeiten die Künstlerinnen auf eine hausinterne Bilderausstellung «Farbzauber» hin. Die Frauen, welche in der Malgruppe mitarbeiten freuen sich sehr auf diesen Anlass. Die Künstlerinnen können auf diese Art zeigen, welche Werke in der Malgruppe entstanden sind. Jede der Künstlerinnen hat ihre Vorlieben, so malt Eine immer wieder Bäume, eine Andere Blumen und Pflanzen und andere auch Fantasiebilder. «Wir probieren auch immer wieder neue Techniken aus,» sagt Boos erfreut. Dass die Künstlerinnen fast ausnahmslos sehr experimentierfreudig sind, freut die Kursleiterin. «Wir verwenden die hergestellten Sachen allesamt.» Oft gibt es Karten, Einladungen oder ganz einfach Dekorationen daraus. «Der Wiedererkennungswert ist für die Mitmachenden sehr wichtig. Sie sollen spüren und sehen, dass ihre Arbeit einen Sinn hat», betont Boos.

Jahreszeiten im Jahreskreis erleben

Etwas Besonderes ist der Jahreskreis, welcher jeweils am Freitag Nachmittag stattfindet. Der Fokus liegt hier auf den Jahreszeiten und ihren dazugehörigen Festen, Blumen, Pflanzen und Farben. Feste wie Ostern, Weihnachten werden im Jahreskreis thematisiert. «Die Jahreszeiten und alles

was dazu gehört sollen so bewusst wahrgenommen werden», betont Boos. Sie bettet oft Farben, Lieder und auch Bewegung in die Programme ein. Die Bewegung ist aber immer den Bewohnenden angepasst. «Ich hole sie dort ab, wo sie gerade stehen», sagt Boos. Es ist ihr wichtig, dass es Freude bereitet und auch lustig ist. «Der Funke springt dann viel besser.» Gerade jetzt in den oft trüben Wintermonaten sind Farben für Monika Boos ein wichtiges Hilfsmittel. Die Bewohnenden dürfen dann zum Beispiel ein farbiges Tuch auswählen und gleich auch sagen, was die Farbe bedeutet. Dass die Teilnehmerinnen aktiv sind verdeutlichen sie klar indem sie wie aus der Pistole geschossen sagen: «Rot ist die Liebe, Grün ist die Hoffnung, Blau ist die Treue.» Im Frühling wacht die Pflanzen- und Blumenwelt so langsam auf. Mit den Tüchern verdeutlicht Boos dies. Wenn das Tuch in der Faust zusammengehalten wird und die Hand langsam geöffnet wird ist es so wie eine Blüte aufgehen würde. Mit einem farbigen, riesig grossen Tuch animiert Boos zum Spiel. Die Teilnehmerinnen sitzen im Kreis und halten das grosse Tuch. Der Ball der auf dem Tuch ist, soll in die Mitte gebracht werden, so dass er durch das Loch in eine Kiste fällt. Die Spielfreude ist geweckt und die Teilnehmer*innen bewegen die Arme, ohne dass die Leiterin sie dazu ermuntern muss. «Es freut mich, wenn es mir gelingt die Begeisterung für etwas zu wecken», sagt Boos.

Aktivierung ist freiwillig

«Bei uns in der Aktivierung ist das Mitmachen freiwillig, das ist uns sehr wichtig. Es gibt auch Bewohnende, welche sagen, dass sie das ganze Leben gearbeitet hätten und nun nicht mehr arbeiten möchten.» Für Jene welche das Angebot nutzen möchten, leisten Monika Boos und Denise Schmid enorme Vorarbeit. Bei Neueintritten wird ge-

schaht wo ihre Interessen liegen und dann überlegen die beiden Frauen, wo sie hineinpassen könnten. Es liegt eine schwierige Zeit hinter dem Aktivierungsteam. Während der akuten Corona Phase ist fast nichts gelaufen, zeitweise war die Aktivierung geschlossen. «Für uns war es auch sehr schwierig, wir wollten etwas bieten, konnten und durften aber nicht», sagt Boos nachdenklich. Aber auch hier zeigten die beiden Frauen wo ihre Stärken liegen, nämlich immer das Beste aus der Situation zu machen. So überraschten die sie die Bewohnenden mit einem Päckli, einer Karte, oder einem süssen Gruss. Sie haben für die Bewohnenden auch Skype organisiert. Da dies ein neues Medium ist, war es jedoch für Viele sehr schwierig. «Uns war es wichtig, ihnen zu zeigen, dass wir an sie denken.»

Die Gemeinschaft fehlt immer noch

Monika Boos sagt, dass zwar Vieles wieder viel besser laufe, aber die Gemeinschaft fehle immer noch. Die Gruppen dürfen noch nicht gemischt werden. Zum Leidwesen Aller konnte der Bazar zweimal nicht durchgeführt werden. Dieser Anlass ist den Meisten sehr wichtig. Sie können ihre selbsthergestellten Sachen verkaufen und der Erlös kommt ihnen in Form eines Ausflugs oder einem Event wieder zu Gute. «Das Gefühl, selbst für etwas gearbeitet zu haben, das tut uns und den Teilnehmenden sehr gut», sagt Boos. Die aktive Leiterin hat früher als Familienhelferin gearbeitet. Heute ist dieser Beruf Teil der Spitex. Mit den vier Kindern, war Boos lange Zeit zu Hause. Sie hat dann ihre erste berufliche Erfahrung wieder in der Spitex gemacht. «Ich wollte noch etwas Anderes machen und meine Fähigkeiten einbringen», erklärt sie weiter. «Dieser Beruf ist ideal, wenn man gerne gestaltet, kreativ ist und künstlerisches Flair besitzt. Es ist ein sehr vielseitiger Beruf.» Die Aktivierungsfachfrauen gehen auf die Ressourcen der Bewohnenden

ein und versuchen gezielt Angebote zu machen. Sie erarbeiten daher immer ein Wochenprogramm. Die einzelnen Gruppen treffen sich einmal pro Woche. Singen ist darunter auch ein sehr wichtiger Teil. Es werden alte, bekannte Lieder wie: Hoch auf dem gelben Wagen und viele andere mehr gesungen. «Es kommt nicht auf die Chorqualität an, die Freude am Singen ist wichtig.»

Freude bereiten ist der schönste Lohn

«Da ich mit meinen Kindern viel gebastelt habe, kam mir dies in diesem Beruf sehr zu Gute. Ich habe noch viele Ideen im Köcher und Manches kann man für die Bewohnenden abändern. Es ist mir wichtig, dass wir die Bewohnenden nicht auf Kinderebene setzen.» Die Frauen besuchen auch Weiterbildungen und schauen Hefte wie Landleibe und andere an. «Wir schauen immer, dass die Bewohnenden die Sachen selbst machen können.» Dank der inzwischen grossen Erfahrung laufen die Vorbereitungen meist Hand in Hand. «Wenn es uns gelingt, den Bewohnenden durch die Aktivierung Freude zu bereiten, dann ist das der schönste Lohn. Mein Herz geht auf, wenn ich zum Beispiel die Bilder sehe, welche dann ausgestellt werden. Diese Freude geben wir weiter, sie merken so selber wie gross die Freude ist, wenn man etwas macht und damit Teil einer Gruppe ist.» Monika Boos strahlt und ihr Hirn läuft

auf Hochtouren und sucht bereits wieder neue Ideen um mit den Bewohnenden aktiv zu bleiben.

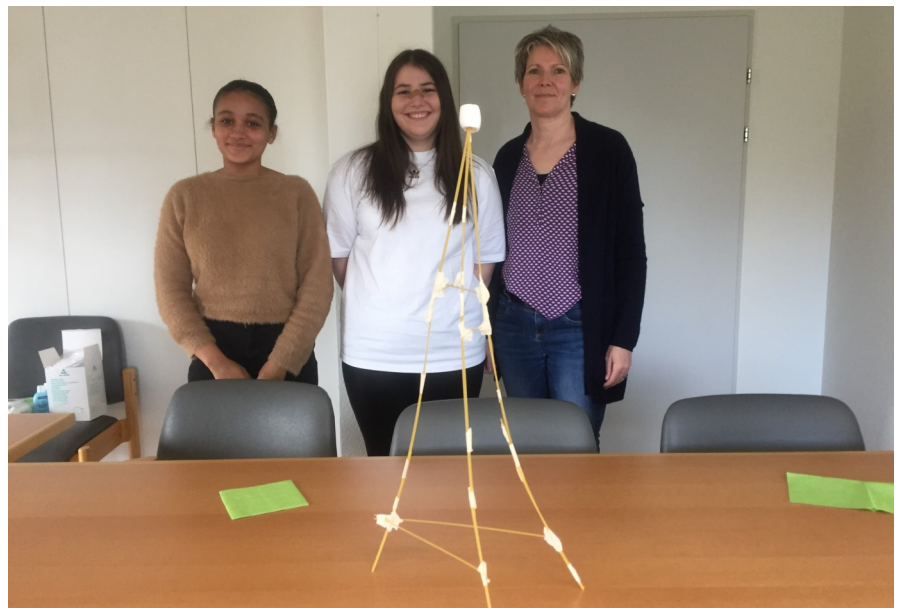
Zum Schluss ein paar Anregungen zum Denken, welche Farbe passt in die Lücke?

- Eine Weste haben.
- und Ärgern.
- Eine Fahrt ins
- Reden ist Schweigen ist ...
- Jemand kann seinWunder erleben.
- Auf keinen Zweig kommen.
- ... ist die Liebe.
- Mit einem Auge davon kommen.

U. Vetter

«Es riecht nach Zukunft»

Um den neuen Lernenden einen guten Start in die Ausbildung zu ermöglichen, luden wir sie und ihre Eltern zu einem Kennenlernen im Sunnewies ein. In einem kurzweiligen Programm erfuhren sie einiges über das Sunnewies und die Ausbildung. Ganz nach dem Motto: «Wer früh experimentiert, baut den höchsten Turm» fand eine Challenge Eltern gegen Lehrlinge statt. Aus 20 Spaghetti, 1 Meter Kreppband und 1 Marshmallow entstand ein 60cm hoher Turm. Wer Ruhm und Ehre gewonnen hat behalten wir aber für uns...☺ Wir wünschen allen einen guten Start und freuen uns auf euch!



v.l.n.r. Santos Monyk, Dichiera Ilaria, Sutter Marlies

Wettbewerb: Wer sucht, der findet!

Im Mai werden am **2.5, 10.5, 18.5** und **25.5** wunderschön bemalte Steine auf dem Sunnewiesareal zu finden sein. Je 3 Stück werden im oder ums Sunnewies versteckt sein. Bewohnende, welche an diesen Tagen einen solchen Stein

finden, dürfen diesen in der Cafeteria gegen einen kleinen Preis eintauschen. Viel Spass beim Suchen! Dieser Wettbewerb ist nur für unsere Bewohnenden.



Einblicke in die Aktivierung Jahreskreis, Malen und Diverses



Eile - auch im hektischen Alltag - mit Weile: Ein Herausforderung, die angenommen werden muss - Ehrensache!



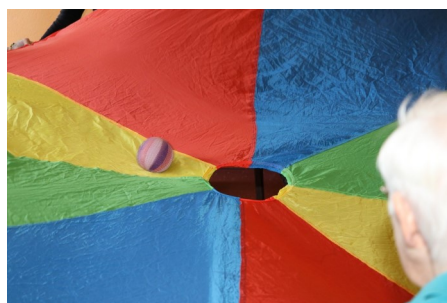
Monika Boos begleitet die Malgruppe. Es wird viel experimentiert. Die Malkünstlerinnen arbeiten mit verschiedenen Techniken. Der Kreativität sind keine Grenzen gesetzt.

Ich bin ATHOS, des Chefs RUSS...äxgüsi, UKRAINISCHER TERRIER! Es freut mich ausserordentlich, dass auch ich im Sunniewies so herzlich empfangen wurde.. Mehr Streicheln und Kuschn als Joggen und voraus traben zu müssen ... ;-)) – Es lebe die Gemütlichkeit!

R. Keller



Monika Boos arbeitet im sogenannten Jahreskreis unter anderem mit bunten Tüchern. Diese werden zum Beispiel so gefaltet, dass sie sich zu wunderschönen Blumen verwandeln. Es wird auch gesungen oder die gemeinsame Bewegung mit einem farbenfrohen Spiel angeregt, bei welchem der Ball ins Loch manövriert werden muss.



«Kunst wäscht den Staub vom Alltag von der Seele»

Mit dem Zitat von Pablo Picasso (span. Bildhauer und Grafiker) eröffnete Monika Boos die Bilder Ausstellung «Farbzauber mit Apéro» im Sunnewies. Gross war das Interesse der Mitbewohnenden der acht Künstlerinnen, zu erleben, was in der Malgruppe im letzten und in diesem Jahr entstanden ist. «Es freut mich sehr, dass die Künstlerinnen immer wieder gerne neue Techniken ausprobieren. Ich habe die Frauen sehr gerne begleitet im Malprozess», sagt Monika Boos frohgelaut. Es sind ganz verschiedene Werke wie Bilder, Karten und Tas-

sen entstanden, welche die Besucher*innen den Gang entlang besichtigen konnten.

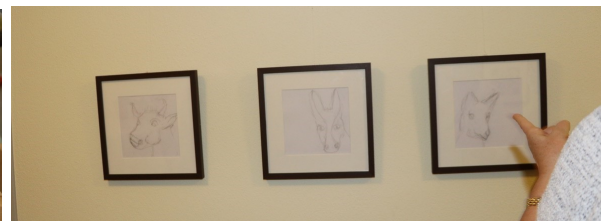
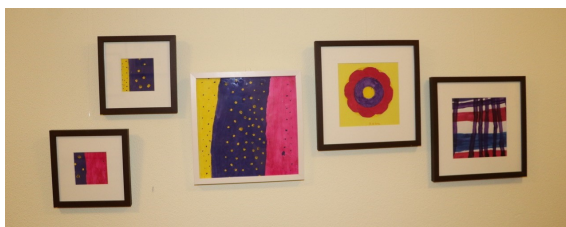
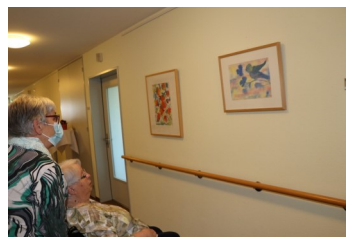
Die Kochgruppe hat den Apéro zubereitet

Denise Schmid hat mit ihrer Kochgruppe den Apéro zubereitet. Diesen genossen die Bewohnenden sehr, zumal in der vergangenen Zeit keine solchen Anlässe mehr durchgeführt werden konnten. «Ich geniesse es sehr, dass wir wieder beisammen sein dürfen», sagte eine sichtlich erfreute Denise Schmid.

Bedeutung des Zitats

Gedanken zur Bedeutung des Zitats «Kunst wäscht den Staub vom Alltag von der Seele»: Malen kann befreiend und unglaublich wertvoll wirken. Es gibt kein richtig oder falsch und man kann das Leben mit Farben erhellen. Jedes Gefühl kann man für die Gestaltung nutzen. Man vergisst oft die Welt um sich herum und hat mit bunten Farben auch ein buntes Leben. Farben verändern sich beim Arbeiten, so wie sich der Mensch immer wieder verändert.

U. Vetter



Rückblick Bewohnerweihnacht 2021



Die Weihnachtsfeier konnte im Jahr 2020 nicht wie gewohnt durchgeführt werden. Umso glücklicher waren wir im Dezember 2021, mit den Bewohnenden und Angehörigen zusammen ein besinnliches Weihnachtsfest zu feiern.

An je zwei Abenden wurden in einer feierlichen Atmosphäre, Verse und Geschichten vorgetragen und gebetet. Alle Beteiligten erfreuten sich am Gesang und an den Harfenklängen. Die

schön gedeckten Tische und das freundliche Servicepersonal wurde sehr geschätzt. Unsere Hausküche zauberte ein kulinarisches Highlight auf die Teller. Dies wurde von allen genossen und gelobt. Zwei festliche Abende mit unseren Bewohnenden und Angehörigen, bleiben uns in schönster Erinnerung.

E. Meier



Rückblick Fasnacht im Sunnewies 2022

Am «Schmutzigen Donnerstag» startete die Fasnacht im Sunnewies wieder an den verschiedensten Orten. Thema war dieses Jahr «Clown». So erfuhren diese oder jenen Bewohner einen lüpfigen Sound, ein Tänzchen oder auch einen «medizinischen» Eingriff in

Form von Wundertabletten.

Zu hören war, dann leider auch die Enttäuschung, dass diese nicht viel genützt hätten ... die Falten seien geblieben und auch die übrigen Gebrechen ... aber «saulustig» sei's gewesen.

Am Sonntag schloss das Konzert der Guggenmusik «Rivels» die närrische Zeit im Alterszentrum ab. Geblieben sind noch ein paar Dekorationen und die Vorfreude aufs nächste Jahr!

E. Meier



Von unserer Wäscherei



Mit Backpulver kann man nicht nur backen, sondern auch Flecken auf Textilien entfernen. Mit Backpulver lassen sich so ziemlich alle Fleckenarten entfernen (z.B. Fett, Schweiß, Kaffee, Rot-

wein...usw.)

Hierzu gibt es drei mögliche Methoden zum Vorbehandeln:

- Ein oder zwei Päckchen Backpulver in ein Gefäß mit lauwarmem Wasser geben und die Wäsche 30 min. oder über Nacht einwirken lassen, danach wie gewohnt waschen.
- Backpulver mit etwas Wasser zu einem Brei vermischen, auf den Flecken

verteilen, einwirken lassen und waschen.

- Wen der Fleck noch nass ist, kann man auch direkt Backpulver auf den Fleck verteilen und einwirken lassen. Danach abklopfen und waschen.

Es ist ein natürlicher Fleckentferner und **wirkt bleichend** daher nur auf **weissen oder hellen Textilien** anwenden.

E. Meier

Rezept aus der Sunniewies-Küche



Spinat-Malfatti

Zutaten:

- 150g Spinat
- 005g Peterli
- 005g Salbei

100g Ricotta

020g Parmesan

100g Grieß Dunst

Muskat, Zitrone, Salz, Pfeffer,
1Ei, 20g Mehl

Zubereitung:

- Spinat 2 Min. im kochendem Wasser blanchieren danach im kaltem Wasser abschrecken und gut ausdrücken und ein wenig mit dem Messer zerkleinern.
- Alle Zutaten ausser ca. 20g Grieß Dunst und Salbei gut vermischen und abschmecken.
- Die Zutaten zu Kugeln oder länglich formen und

den Resten Grieß Dunst drüberstreuen.

- Die Malfatti im gesalzenem Wasser kochen bis sie oben schwimmen.
- Am Schluss die fertigen Kugeln in Salbei Butter schwenken.

R. Reichen



Wettbewerb «Hinter den Kulissen»

Und haben sie den Hinweis entdeckt, welcher Bereich als nächstes unter die Lupe genommen wird? Falls ja, melden sie sich bei Herrn Keller Roland per Mail oder

Brieflich mit dem Bereich und ihren Kontaktdaten. Es gibt etwas Schönes zu gewinnen. (Roland.Keller@sunniewies.ch)

Das Sunniewies-Team wünscht allen frohe Ostern!



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