



uf ein Blick



Editorial

Die aktuelle Ausgabe Juli ist dem Thema Aromapflege gewidmet. Irma Raschle hat den Lehrgang zur Aromapflege besucht. Das Konzept Aromapflege ist erstellt und wird umgesetzt. Das Ziel der Aromapflege ist Wohlbefinden, modern ausgedrückt: Wellness. Sie findet im Alltag, bei Unwohlsein, Krankheit oder bei Beschwerden Anwendung. Immer unterstützend zu medizinischen Verordnungen. Ein feines Öl mit dem Lieblingsduft wird geschätzt und bringt Linderung.

Aromapflege kann im ganzen Sunnewies zur Anwendung kommen, geschätzt auch in Palliativsituationen. Auch in heissen Tagen kann mit einem aromatischen Fuss- oder Armbad kühlende Erfrischung gebracht werden.

Ich wünsche Ihnen erfrischende Ferientage, wenn sie auch so heiss sind wie im Juni. Wo immer Sie die wohlverdienten Ferien verbringen werden, wünsche ich gute Erholung, erfrischende Abkühlungen und tolle Begegnungen. Leider ist Ansichtskarten schicken nicht mehr zeitgemäss. Wir im Sunnewies freuen uns aber über jede Karte.

Nicht alle Mitarbeitenden können während der Hochsaison Ferien machen. All

Ich bin jetzt im Sunnewies daheim

Die 74-jährige Vera Müller lebte zusammen mit ihrer Familie, ihrem Mann und ihren zwei inzwischen erwachsenen Kindern über 50 Jahre im Weiler Erikon in Tobel. Vor fünf Jahren ist ihr Mann verstorben und schon dies stellte sie vor neue Aufgaben. „Ich konnte nicht gut alleine sein, inzwischen habe ich es aber gelernt.“ Sie ist jedoch in der glücklichen Lage, dass ihre beiden Kinder mit Familien in nächster Nähe wohnen. Die stolze Grossmutter von fünf Enkelkindern sagt: „Mutter sein hört nie auf und auch als Grossmutter sorgt man sich um seine Liebsten und freut sich aber auch mit ihnen. Ich geniesse es sehr, wenn meine Familien insbesondere die Enkel und andere liebe Bekannte mich besuchen kommen. Ich konnte mir nie vorstellen von Erikon wegzuziehen, schon gar nicht in ein Altersheim“, sagt sie. Von früher hatte sie ein ganz anderes Bild was Altersheime anbelangt. „Heute habe ich meine Meinung revidiert: Es



ist wirklich super, wie man betreut wird im Sunnewies. Dies sage ich nicht, weil ich krankheitsbedingt ins Altersheim gehen musste, sondern weil ich es wirklich so empfinde“, betonte Vera Müller. Es ging aber vor etwas mehr als einem Jahr alles ein bisschen schnell. Durch einen Sturz wurde sie mit einem Oberschenkelhalsbruch ins Spital eingeliefert. Im Spital konnte sie nicht einfach bleiben, da wurde das Altersheim plötzlich Realität.

Ich habe gelernt Hilfe anzunehmen

Nun ist mehr als ein Jahr vergangen und die zwar kranke aber dennoch rüstige Seniorin lässt keinen Anlass aus im Sunnewies. „Ich rate jedem, der ins Altersheim umzieht, möglichst Vieles mitzumachen und unter die Leute zu gehen.“ So wundert es nicht, dass sie im Werken, beim Kochen, im Garten oder im Turnen aktiv mit dabei ist. „Zudem sind wir ein paar Frauen, die zusammen et-

Inhalt

- Seite 1 Editorial - Ich bin jetzt im Sunnewies daheim
- Seite 2 Editorial (Fortsetzung) - Unterstützung für Körper, Geist und Seele
- Seite 3 Unterstützung für Körper, Geist und Seele (Fortsetzung) - Rezepte
- Seite 4 Aromapflege im Sunnewies - Sunnige Nachrichten
- Seite 5 Tipps für die Anwendung von Lavendelöl - Sunnige Nachrichten (Fortsetzung)
- Seite 6 Aloha Sunnewies - Lehraabschlussfeier 2017 im Sunnewies
- Seite 7 Musikgesellschaft Tägerschen-Tobel ON TOUR - Prüfungserfolg
- Seite 8 Sunnewies reist us - Stein am Rhein
- Seite 9 Ohhh Thurgau du Heimat - s'Sunnewies-Baby
- Seite 10 Ohhh Thurgau du Heimat (Fortsetzung) - Fakten zum Thurgau
- Seite 11 Ohhh Thurgau du Heimat (Fortsetzung) - Umbauarbeiten - Normkostenbeiträge
- Seite 12 Ausstellung Lichtblicke - Freude schenken - Anlässe in Kürze

Editorial (Fortsetzung)

jenen, die da sind für unsere Bewohnenden, danke ich ganz besonders für den Einsatz. Ersatz für Ausfälle ist nicht einfach zu finden. Herzlichen Dank an alle.

Herzlichst Heidi Bötschi

was trinken oder Spiele machen oder ganz einfach diskutieren miteinander.“ Vera Müller war bereits in jungen Jahren als Mutter, Bäuerin und Verkäuferin im Dorfladen in Tobel von morgen früh bis abends spät engagiert. So sei es schon oft vorgekommen, dass sie abends müde nach Hause gekommen sei. „Ich musste mich oftmals auffaffen, dass die Arbeit zu Hause weiterging.“ Doch ihre Tätigkeit im Laden, insbesondere den Kundenkontakt, hat sie geliebt. Sie hat die berufliche Tätigkeit sogar noch ausgeübt, als es ihr gesundheitlich schon nicht mehr so gut ging. Heute blickt sie zufrieden zurück und genießt das Zusammensein mit lieben Menschen bei Speis und Trank. Auch sonst geht sie mit der Zeit mit und macht gerne Spiele auf ihrem Tablet. Auch ihre Zahlungen erledigt sie noch selbst. „Ich mache sie zwar nicht online, aber dennoch selbst,“ sagt sie lachend. Heute ist sich die 74-jährige gewohnt Hilfe anzunehmen. „Ich musste es

aber wirklich lernen. Wenn man fragt, wird einem schon geholfen,“ betont sie.

Alles hat seine Zeit

Vera Müller ist zufrieden, wenn sie auf ihr Leben, das geprägt war von Arbeit und zugleich aber auch von vielen freudigen Erlebnissen. „Mich wird nichts reuen, wenn ich Abschied nehmen muss.“ Sie gibt aber auch zu, dass es immer wieder Momente gibt, in denen sie hadert. „Dies gehört zum Leben, ich mahne mich dann selbst und bin dann relativ schnell wieder auf der richtigen Schiene.“ Sie schwärmt von den schönen Ferien, welche sie jeweils mit ihrer Schwester und ihrem Mann in Italien verbracht hat. Dieses Jahr konnte sie nicht mehr gehen. Sie ist zufrieden, wenn sie zwischendurch fein italienisch essen gehen kann, sie liebt auch Meeresfrüchte über alles. „Zusammen mit der Aktivierungsfachfrau Denise Schmid haben wir vor kurzem drei verschiedene Arten von Spaghetti gekocht. Ich bin mir

vorgekommen, als ob ich in Italien bin.“ Solche Freuden genießt sie sehr. „Ich will nun nichts mehr, an dem ich hänge, denn dies ist nur unnötiger Ballast“, sagt sie überzeugt. Sie genießt die Momente und das was sich ergibt. Nun, Alles hat seine Zeit, und sie hat die Zeiten bewusst gelebt und lebt nun auch die Zeit im Sunnewies bewusst und zufrieden. Sie erinnert sich an die erste Nacht im Altersheim. Die Kirchenglocken, welche ich in Erikon täglich hörte, vernahm ich als erstes als ich im Altersheim erwachte. Dies hat mir sehr geholfen, mich doch nicht so fremd zu fühlen. Am Anfang plagte sie das Heimweh, inzwischen gefällt es ihr im Sunnewies so gut, dass sie sich hier zu Hause fühlt. „Man muss sich Zeit geben und Geduld aufbringen und dann möglichst an vielen Aktivitäten teilnehmen.“ Der zufriedene Blick von Vera Müller bestätigt diese Worte.
Ursi Vetter

Unterstützung für Körper, Geist und Seele



„Als ich angefragt worden bin, ob ich den Lehrgang Aromapflege machen wollte, war ich sofort begeistert,“ berichtet Irma Raschle. Sie ist schon seit längerer Zeit interessiert und offen für alternative Heilmethoden und hat auch schon Vieles angewendet. „Ich habe auch schon vor diesem Lehrgang Kräuter getrocknet, Tee gemacht und auch Bachblüten verwendet.“ Für die Aromapflege fehlte ihr aber das Hintergrundwissen. Der Lehrgang selbst hat zwar „nur“ 13 Tage gedauert, doch diese waren verteilt auf

ein Jahr. „Ich musste viel lernen, ausprobieren und in der Praxis anwenden.“ Als Abschluss gab es eine Prüfung, welche sie mit Erfolg absolvierte.

Anwendung im Sunnewies Morgens und Abends

Im Sunnewies wird die Aromapflege in verschiedenen Bereichen angewendet, so als Raumbedeftung. Mit einem Aromavernebler beduften sie am Morgen mit Zitrone und Weisstanne. „Diese Düfte wecken, machen wach und desinfizieren“, erklärt Irma Raschle. Abends werden eher Düfte wie Bergamotte, Lavendel oder Mandarine gewählt, da diese beruhigen. Die Düfte verbessern auch die Raumatmosphäre. „Die Intensität der Düfte liegen an der Wahrnehmungsgrenze und trotzdem haben sie eine Wirkung,“ betont sie. Es gebe hunderte von Studien und ätherische Öle werden zunehmend angewendet so beispielsweise auch in der Psychiatrie. Im Sunnewies werden die Öle von Farfalla bezogen, sie bestehen zu 100 Prozent aus naturreinem Öl. Die Betreuungsfachfrau stellt auch Ölmischungen her, welche dann für die Hautpflege eingesetzt werden. Ätherische Öle sind im Wasser nicht löslich und benötigen zur Beigabe ins Wasser einen Emulgator (Träger) wie zum Beispiel Rahm, Milch oder Honig. Öle haben für den Körper und die Psyche eine positive Wirkung. Sie mischt diese Öle selbst und muss sich dabei ganz genau an die Richtlinien halten. „Eine Überdosierung

kann negative Auswirkungen haben“, berichtet sie. Nach den Grundsätzen der Aromapflege dürfen diese nicht höher als 3% dosiert werden. Deshalb ist es wichtig, dass die Öle nur durch qualifizierte Personen gemischt werden. Zudem muss sie die Anwendungseinschränkungen der Bewohner und Bewohnerinnen kennen. Sie nennt dazu als Beispiel Asthma oder Epilepsie und weitere. „Diese Aspekte muss man stets im Hinterkopf haben.“ Als Einschlafhilfen kann sie die Öle auch sehr gut empfehlen. „Natürlich hilft nebst dem Öl auch die Zuwendung wie beispielsweise mit Fussstreichungen.“ Inzwischen kommen viele Bewohnende auf sie zu mit Fragen, was sie denn bei einem Problem machen könnten. Die Angehörigen der Bewohnenden sind sehr offen gegenüber der Aromapflege. Oftmals hört Irma Raschle von ihnen, dass sie froh sind um etwas Natürliches. Die Mehrheit der Bewohnenden müsse ja schon genug Medikamente zu sich nehmen.

Stete Weiterbildung

Ich wende das Gelernte natürlich auch bei mir zu Hause an. Als ihre zwei Kinder noch klein waren, hat sie bereits Mittel aus der Pflanzenheilkunde angewendet. „Im Sunnewies sind wir offen für alternative Heilmethoden“, sagt sie freudig. Bereits im Herbst wird sie wieder Kursstage besuchen. „Es ist ein so riesiges Gebiet, dass man sich wie im Beruf auch, stets weiterbilden muss. Sie berichtet von einer Bewohnerin im

Sunnewies welche immer wieder geplagt war von Unruhen und Ängsten. „Ich habe ihr vom Rosenblütenhydrolat 4 bis 5 Sprühstöße auf ein Taschentuch gespritzt und dieses dann auf ihre Brust gelegt. Innerhalb kurzer Zeit entspannte sich die Bewohnerin jeweils. Diese Erfahrung hat mich selbst sehr beeindruckt und mich bestärkt in diesem Thema weiterzuarbeiten.“ Die Aromapflege ist ein Schwerpunkt geworden im Leben von Irma Raschle. „Wenn ich einmal nicht schlafen kann, dann wende ich eine Schlafmischung an und gebe 2 bis 3 Tropfen auf das Kopfkissen. Es hilft mir um abzuschalten und einschlafen zu können. Auch Manuka, welchem man eine antiseptische Wirkung nachsagt, wird oft angewendet. Es eignet sich für viele Probleme wie auch zur Bekämpfung von Fusspilz.

Lavendel wird am meisten verwendet

Am allermeisten wird aber im Sunnewies Lavendel verwendet. Bei der älteren Generation ist Lavendel sehr beliebt, betont Irma Raschle. Sie findet es auch spannend, wo man die Aromapflege überall einsetzen kann. Immer wieder vernehme man von Keimen in Krankenhäusern. „Ich bin überzeugt, dass man auch hier mit Hilfe der ätherischen Öle unterstützen könnte. Sie nennt dabei auch weitere Probleme wie die Antibiotikaresistenz. Die Duftentwicklung der Pflanze macht Sinn, sie ist ein Schutz gegen Krankheitsabwehr oder Ungeziefer. Die Düfte entwi-

Rezepte .. (empfohlen von Küchenchef Reto Reichen)



Märwiler „Mostindien-Chicken“

Die Pouletbrust in 2 cm breite Streifen schneiden. Mit Sojasauce, Ingwer und Sambal Oelek zugedeckt 30 Minuten marinieren. Das Gemüse waschen. Die Lauchstängel in feine Ringe, die Karotten in dünne Stifte und den Peperoni in grosse Würfel schneiden. Die Champignons putzen und vierteln, aus den Äpfeln Würfel schneiden.

Das Öl in einer grossen Pfanne erhitzen und das Fleisch darin anbraten. Die Lauchringe und den durchgepressten Knoblauch zugeben und andünsten. Karotten und Peperoni unter das Fleisch mischen und ca. 4 Minuten garen. Anschliessend Champignons und Apfelwürfel untermengen und mit Salz würzen. Kokosnussmilch und Kurkuma dazugeben, aufkochen, abschmecken und sofort servieren. Dazu passt ein grobkörniger Reis hervorragend.

Zutaten für 4 Personen

- 500 g Pouletbrustfilets
- 3 Esslöffel Sojasauce
- 1 Teelöffel Ingwerpulver
- 1/2 Teel. Sambal Oelek
- 4 Lauchstängel (heller Teil)
- 200 g Apfelwürfel
- 1 Knoblauchzehe
- 3 Karotten
- 2 gelbe Peperoni
- 200 g Champignons
- 4 Esslöffel Olivenöl
- Salz
- 2 dl Kokosnussmilch
- 1 Teelöffel Kurkuma



Sunnige Nachrichte Neue Mitarbeitende

Herzlich willkommen und viel Erfolg und Zufriedenheit im Sunnewies.



Sacarlino Alessandra
Fachfrau Gesundheit
seit 01.03.2017



Hollenstein Bernadette
Pflegefachfrau
seit 01.03.2017



Reichlin Serena
Fachfrau Gesundheit
seit 15.03.2017



Schmucki Corina
Fachfrau Gesundheit
seit 01.04.2017

ckeln sich ständig, dadurch könnten sie die Bakterien und Keime in der Entwicklung stören, erklärt sie. Ein ständiger Begleiter vieler Bewohnenden sei der Kopfwehroller. „Wir brauchen ihn sehr oft, man kann ihn an den

Schlafen oder auch im Nacken auftragen um Linderung zu erfahren.“ Nebst dem Beruf und der Leidenschaft für die Aromapflege trifft man Irma Raschle immer wieder auf Flohmärkten an. „Obwohl ich eigentlich keinen Platz

mehr habe, stöbere ich sehr gerne auf einem Flohmarkt herum.“ Dieser Entdeckungsdrang und das stete Lernen und Weiterbilden sind ein Bestandteil im Leben von Irma Raschle geworden.

Aromapflege im Sunnewies



Zitronen

Vor bald zwei Jahren fand die Aromapflege Einzug im Sunnewies. Irma Raschle, Fachfrau Betreuung und seit acht Jahren im Hause tätig, besuchte die Lehrgänge bei Farfalla in Aromapflege. Mit Un-

terstützung von Rebekka Meyer, Bildungsverantwortliche im Sunnewies, entstand im Sommer 2016 unser Anwendungskonzept Aromapflege. Das Konzept wurde beim Pflegepersonal geschult und fließt seitdem in den Pflegealltag ein. Irma Raschle hat nun die Zusatzfunktion als Fachverantwortliche Aromapflege und berät das Pflegepersonal bei Fragen rund um die Anwendung ätherischer Öle.

zu begleiten und besonders pflegebedürftigen Menschen etwas Gutes für Körper, Geist und Seele zu tun. Die Aromapflege gehört in das Gebiet der ganzheitlichen Naturheilkunde, als ein Teil der Pflanzenheilkunde. Mit ihrer Wirkungsvielfalt ist sie eine sinnvolle und begleitende Ergänzung in der Pflege, sie wertet viele Pflegeverrichtungen auf, bereichert und ergänzt die medizinische Behandlung, ersetzt diese aber nicht.

Die Aromapflege fördert das Wohlbefinden, lindert diverse körperliche Beschwerden und harmonisiert und stabilisiert die Psyche. Auch erfolgt eine Unterstützung der Selbstheilungskräfte. Die Aromapflege unterstützt auch sanft die verbleibende Lebenszeit von Schwerstkranken und Sterbenden.



getrocknete Rosen

terstützung von Rebekka Meyer, Bildungsverantwortliche im Sunnewies, entstand im Sommer 2016 unser Anwendungskonzept Aromapflege. Das Konzept wurde beim Pflegepersonal geschult und fließt seitdem in den Pflegealltag ein. Irma Raschle hat nun die Zusatzfunktion als Fachverantwortliche Aromapflege und berät das Pflegepersonal bei Fragen rund um die Anwendung ätherischer Öle.

Was ist Aromapflege?

Die Welt der Düfte bietet eine Vielzahl an beeindruckenden Möglichkeiten, Menschen auf ihrem Weg der Gesunderhaltung und der Pflege

Was sind ätherische Öle?

Ätherische Öle sind die duftenden, leicht flüchtigen Stoffe, die durch Wasserdampfdestillation aus Blüten, Blättern, Samen, Wurzeln und Holz gewonnen oder aus Zitruschalen gepresst werden.



Es werden zwei Wirkungsweisen von ätherischen Ölen unterschieden:

- Durch die Aufnahme über die Haut wirken sie auf körperlicher Ebene.
- Durch die Aufnahme über den Geruchssinn wirken sie auf unser vegetatives und zentrales Nervensystem.

Ätherische Öle haben antimikrobielle Eigenschaften



Rosengeranie

und eignen sich zur Reinigung der Raumluft. Ausserdem können ätherische Öle die Wundheilung beschleunigen, Entzündungen hemmen, Insektenstiche abschwellen und neutralisieren, Infektionskrankheiten bekämpfen helfen, die Durchblutung anregen, die Bronchien von Schleim befreien, schmerzhemmend wirken, den Juckreiz mildern und vieles mehr. Durch ihren Einfluss auf das vegetative Nervensystem können ätherische Öle das Immunsystem, die Atmung und den Herz-Kreislauf beeinflussen.

Manche ätherische Öle wirken stimmungsaufhellend, konzentrationsfördernd, beruhigend, entspannend, anregend oder sogar schocklösend.

Da einige ätherische Öle pflanzliche Hormone enthalten, ist ihre Anwendung auch bei hormonellen Schwankungen, bei Menstruationsbeschwerden und im Klimakterium indiziert.

Grundsätze der Aromapflege

Ätherische Öle sind ein Vielstoffgemisch von hochwirksamen Substanzen, welche falsch angewendet oder zu hoch dosiert zu unerwünschten Nebenwirkungen führen können. Nicht erwünschte

Wirkungen sind oft auf die falsche Verwendung des ätherischen Öls zurückzuführen. Durch eine nicht korrekte Anwendung können ätherische Öle die Gesundheit gefährden.

Für die Aromapflege dürfen nur 100% naturreine ätherische Öle, vorzugsweise in Bio-Qualität oder aus Wildsammlung, zur Anwendung kommen. Als sogenannte Trägeröle werden Pflanzenöle von sehr guter Qualität verwendet.



Ätherische Öle können sich mit Wasserdampf sehr leicht verflüchtigen. Sie sind jedoch im Wasser nicht löslich und benötigen zur Beigabe ins Wasser einen Emulgator (Träger) wie z.B. Rahm, Milch oder Honig. Mischungen für Bäder müssen deshalb in ei-

ner fetthaltigen Flüssigkeit wie zB Rahm aufgelöst werden, bevor diese dem Badewasser zugegeben werden. Alle ätherischen Öle dürfen nach den Grundsätzen der Aromapflege in der Schweiz nur äusserlich angewendet und nicht höher als 3% dosiert werden.

Beispiele für die Anwendung der Aromapflege im Sunnewies

Zur Anwendung kommt täglich die Raumbefeuchtung mit einem Aromavernebler. Zur Desinfektion und Erfrischung der Raumluft werden morgens Öle wie Zitrone und Weisstanne eingesetzt. Abends helfen Bergamotte, Mandarine oder Lavendel zur Ruhe zu kommen.

In der Pflege wird grossen Wert auf intakte Hautverhältnisse gelegt. Erfolgreich verwenden wir neben weiteren Massnahmen Aromaölmischungen zur Dekubitusprophylaxe, d.h. um Wundliegen zu vermeiden. Dabei kommen Öle wie Rosengeranie, Lavendel, Benzoe oder andere zum Einsatz.

Blaue Flecken (Haematome) werden mit Immortelle, Cistrose und Lavendel behandelt. Die Öle wirken schmerzstillend und abschwellend.

Tipps für die Anwendung von Lavendel



Bei Einschlafschwierigkeiten

2 bis 3 Tropfen direkt auf ein Taschentuch und aufs Kopfkissen legen vor dem Schlafengehen.

Bei Angst und Unsicherheit

2 bis 3 Tropfen auf ein Taschentuch geben und wiederholt daran riechen. Sie können das Taschentuch auch für unterwegs mitnehmen.

Sunnige Nochrichte Neue Mitarbeitende



Mandli Judit
Mitarbeitende Küche
seit 01.04.2017



Haueter Cornelia
Pflegeassistentin
seit 09.05.2017



Peier Kathrin
Fachfrau Gesundheit
seit 01.06.2017



Alija Liridora
Pflegeassistentin
seit 01.06.2017

**Sunnige Nochrichte
Neue Mitarbeitende**


Zollikofer Monika
Pflegefachfrau
seit 01.07.2017



Breu Yvonne
Pflegeassistentin
seit 01.07.2017



Boos Monika
Pflegeassistentin
seit 06.07.2017

Aloha Sunnewies - Lehrabschlussfeier 2017 im Sunnewies

Mit unserer Lehrabschlussfeier am 5. Juli liessen wir das Schuljahr 2016/2017 ausklingen. Im Mittelpunkt standen fünf junge Frauen, die im Sommer 2017 ihre Lehrzeit im Sunnewies erfolgreich abgeschlossen haben. Zur Feier wurden wie jedes Jahr sowohl die Absolventinnen als auch ihre Angehörigen, die Bewohnenden und die Mitarbeitenden des Sunnewies eingeladen.

Nach der Begrüssung durch unsere Heimleiterin Heidi Bötschi durften die Ausbildungsverantwortlichen den Absolventinnen ihre Fähigkeitsausweise überreichen. Weil unser diesjähriges Motto „Aloha Sunnewies“ lautete, durfte auch das Überreichen eines Blumenkranzes nicht fehlen.



Als Laudatoren amtierten Heini Stürm, der die Heimkommission vertrat, und von Seiten der Bewohnenden hielt Herr Stillhart vom 2. Stock eine Ansprache.

Das Rahmenprogramm gestalteten unsere „Sungrass Hulas“, bestehend aus Selina Hungerbühler, FaGe-Lernende im 1. Lehrjahr, Lau-



ra Brunschwiler, HF-Studierende im 2. Ausbildungsjahr, und Rebekka Meyer, Ausbildungsverantwortliche für die Tertiärstufe. Sie gaben zwei Hawaiianische Tänze zum Besten.

auf der Terrasse. Wir möchten uns nochmals ganz herzlich bei allen Beteiligten und Gästen für die gelungene Feier bedanken.

Folgenden fünf Absolventinnen durften wir zum erfolgreichen Lehrabschluss gratulieren:

- **Céline Habegger**, Fachfrau Gesundheit
- **Sandra Peter**, Fachfrau Gesundheit
- **Ramona Knittel**, Fachfrau Gesundheit
- **Bejnas Ramadani**, Fachfrau Hauswirtschaft
- **Michaela Kaderli**, Praktikerin Hauswirtschaft

Ramona Knittel hat bereits am 3. Juli ihre Arbeit im Sunnegarte begonnen. Bejnas Ramadani wird unser Wäschereiteam auch in Zukunft tatkräftig unterstützen. Céline Habegger und Sandra Peter haben beide das Aufnahmeverfahren für die höhere Fachschule zur dipl. Pflegefachfrau am Kantonsspital Frauenfeld bestanden und werden am 18. September 2017 die Ausbildung beginnen. Michaela Kaderli befindet sich zurzeit noch auf Stellensuche. Wir gratulieren

Nachdem auch die Geschenke, Gratulationen und Dank sagungen an die Frau gebracht wurden, begaben sich unsere Gäste zum Apéro, wo diverse Häppchen vom Sunnewies-Küchenteam bereit standen. Einmal mehr hatten wir wunderbares Sommerwetter und so verweilten die Absolventinnen und Gäste

herzlich, es war uns eine Freude, diese jungen Frauen ein Stück auf ihrem Lebensweg zu begleiten. Für die berufliche und persönliche Zukunft wünschen wir nur das Allerbeste.

*Die Ausbildungsverantwortlichen
Brigitte Knecht, Elisabeth Meier,
Rebekka Meyer*



Prüfungserfolg



Ganimet Bilali hat den Lehrgang „Certificate of Advanced Studies (CAS FHS St.Gallen) in Dementia Care“ an der FHS St.Gallen, Hochschule für angewandte Wissenschaften erfolgreich bestanden.

Wir bedanken uns ganz herzlich für den grossen Einsatz beim Lernen und der Umsetzung. Auch Danke an Ihre Familie die sie immer unterstützte und aufs Mami verzichten musste.

Musikgesellschaft Tägerschen-Tobel ON TOUR im Sunnewies



Frappéplausch zum diesjährigen Motto „Natur im Thurgau“



Am Dienstag 13. Juni 2017 hielt die Musikgesellschaft Tägerschen-Tobel bei schönstem Wetter mit ihrer Jugendumusik im Alterszentrum Sunnewies ein Platzkonzert. Mit vielen aktuellen und bekannten Melodien erfreuten sie die zahlreich erschienenen Zuhörerinnen und Zuhörer. Passend zum diesjährigen Sunnewies-Motto „Natur im Thurgau“ bereiteten die zwei Lernenden der Fachfrauen

Hauswirtschaft mit ihrer Ausbildungsverantwortlichen frische Erdbeerfrappés zu. Dieses Angebot wurde von den Gästen mit viel Begeisterung angenommen. Über diesen gelungenen Anlass freute sich das Team und die Heimleitung Heidi Bötschi ausserordentlich.



Stein am Rhein

Massgebend für die Entwicklung der eigentlichen (am rechten Rheinufer gelegenen) Stadt war ihre verkehrsgünstige Lage am Kreuzungspunkt einer frequentierten Wasserstrasse und einer wichtigen Landstrasse. Einen Impuls zur positiven Entwicklung von Stein am Rhein zum Handelsplatz war die wohl gegen das Jahr 1007 erfolgte Verlegung durch König Heinrich II des Benediktinerkloster St. Georgen von Hohentwiel (Singen, Deutschland) hierher und seine umfangreiche Ausstattung mit Besitz und Rechten, darunter das Markt- und Münzrecht. In der Folge wandelte sich die Siedlung rasch vom Fischer- und Bauerndorf zum Warenumschlag-, Stapel- und Handelsplatz. Die ersten Schutzvögte der wachsenden Stadt, zugleich auch Inhaber der Zollrechte und der Gerichtsbarkeit, waren möglicherweise die Herzöge von Zähringen; ihnen folgten die Freiherren von Klinggen, die der Burg ihren Namen gaben. Vom 11. bis 14. Jahrhundert entwickelte sich Stein am Rhein zu einer kleinen, blühenden Markt- und Handelsstadt mit starken handwerklichen und ländlichen Zügen. In dieser Zeit bildeten sich auch die ersten städtischen Verfassungsstrukturen heraus.

Sunnewies reist us



Bei sehr angenehmen Temperaturen und einem vollbesetzten Car starteten wir am 27. Juni 2017 zu unserem Ausflug mit dem Reiseziel Stein am Rhein. Wie in den letzten Jahren wurden wir



von den freiwilligen Mitarbeitenden und den Mitgliedern vom Zivilschutz Affeltrangen sowie Mitarbeitenden des Sunnewies unterstützt. Vielen Dank!

Angekommen im Kreuzlinger Hafen wartete das Schiff bereits auf uns und ebenso die lange Bank. Die wurde rege benutzt um die kühle Seeluft und die wunderschönen

Sommerblumen zu geniessen. Vorsichtig stiegen alle auf das Schiff Schaffhausen ein, welches 50 Meter lang und 9,30 Meter breit ist. Alle hatten einen schönen Platz und bestaunten die



wunderschöne Landschaft auf der rechten und linken Seite, sie wurde bestaunt. Viele Erinnerungen wurden wach, eifrig wurde erzählt und diskutiert. Das reichhaltige Mittagessen schmeckte vorzüglich.

Bei Kaffee und Erdbeertörtli fuhren wir planmässig nach Stein am Rhein.

Der Car wartete bereits an einem schattigen Platz in Stein am Rhein auf uns. Nach



der Stadtrundfahrt in Stein am Rhein, ging es weiter nach Schaffhausen, vorbei am Munot, weiter Richtung Frauenfeld und wieder nach Tobel zurück. Mit vielen neuen Eindrücken sind alle gesund und glücklich im Sunnewies angekommen.

Denise Schmid Leitung Aktivierung



Ohhh Thurgau du Heimat

Wie bist du so schön... dieser Aussage aus unserem Thurgauerlied kann ich nur zustimmen. Was kommt einem zuerst in den Sinn wenn man Thurgau hört? Den Namen hat unser Kanton wohl vom Fluss Thur erhalten. Mir kommt vor allem die schöne Natur, die vielen Obstbäume und die Vielfalt der Land-



schaft in den Sinn. Nicht umsonst nennt man den Thurgau scherzhaft Mostindien. Mit Vielfalt meine ich die verschiedenen Landschaften. Wenn ich an den Hinterthurgau denke, sehe ich Bilder von vielen Weilern, aber auch viele Waldgebiete und vor allem Erholungsgebiete pur. Auch im Kloster Fischingen kann man sich bei Meditationen in einer wunder-

schönen Landschaft erholen und wieder auftanken und das Kulinarische geniessen. Die Kartause Ittingen, ein ehemaliges Kartäuser Kloster, ist Seminar- und Tagungsort aber auch ein Ort zum Geniessen und fein Essen. Für Wanderer und Velofahrer, welche das Auf und Ab nicht scheuen ist der Thurgau ein Paradies. Zum Thurgau gehört aber auch alles rund um Frauenfeld, um unsere schöne Hauptstadt. Sie hat sicherlich Vieles zu bieten, sowohl für Kulturinteressierte als auch für Naturfreunde.

Von Frauenfeld zu den drei Seen

Von Frauenfeld ist es nur ein Katzensprung und schon ist man an den bekannten Seen, dem Hüttwiler-, Nussbaumer- und dem Hasensee. Wer diese Seen nicht kennt, dann kann ich nur sagen, einen Abstecher dort hin lohnt sich. Am Morgen früh ist es besonders schön, dann kann man dem Vogelgezwitscher fast alleine zuhören. Sicherlich erwähnenswert sind aber auch die Weingebiete wie Iselisberg, Nussbaumen, Neunforn und weitere mehr. Eine Wanderung über den Reben ist wohlthuend für Körper und Seele. Auch in Sa-



chen Einkaufen hinken wir nicht hinten nach. Natürlich können wir nicht all das bieten, was unser grosser Nachbar Zürich hat. Aber wollen wir dies überhaupt? Wir haben schöne und gute Einkaufszentren, viele kleinere Ladengeschäfte und auch viele Dorfläden. Der Dorfladen hat gerade in unserer Umgebung wieder einen höheren Stellenwert erhalten. Oftmals trifft man sich beim Einkaufen. Wer hat nicht schon selbst gedacht, dass es gut ist, dass es unsere Einkaufsmöglichkeiten vor Ort gibt. Nun der Thurgau hat noch viele andere Reize und Sehenswürdigkeiten. Ich denke da vor allem auch an den Bodensee. Die vielen schmucken Orte wie Ermatingen, Mannenbach, Steckborn, Berlingen, Arbon, Gottlieben und viele mehr. Ein Abstecher an den See, bei einem



s'Sunnewies-Baby



Gian

geb. 18. April. 2017

Sohn von Corina Hasler und Marcel Sprecher

Fakten zum Thurgau

Unser Kanton ist in die fünf Bezirke eingeteilt:

Arbon, Frauenfeld, Kreuzlingen, Münchwilen und Weinfelden

1803 - Beitritt zum Bund

991 - Fläche in km²

270'672 - Einwohnerzahl

24,2% - Ausländeranteil



erfrischenden Bad, oder ganz einfach beim Seele baumeln lassen, bei einem feinen Essen ist immer lohnenswert. Ich selbst habe da ein paar Lieblingsplätze, haben Sie auch solche Plätze? Es gibt so

Brückendurchfahrt bei Diessenhofen ist wirklich absolut spektakulär. Das Weltkulturerbe der Insel Reichenau und das Napoleonmuseum im Schloss Arenenberg bei Manenbach finden Sie hier. Eine



viele, dass ich sie nicht alle aufzählen kann. Lohnenswert ist sicherlich auch ein Besuch auf dem Schloss Arenenberg. Hier kann man auch das Napoleonmuseum besichtigen und eine wunderschöne Aussicht geniessen. Warum nicht einmal einen Abstecher ins schmucke Diessenhofen machen und eine Schifffahrt auf dem Rhein geniessen? Ich kann Ihnen versichern, das wird ein unvergessliches Erlebnis bleiben. Die Fahrt von Schaffhausen nach Stein am Rhein führt Sie durch die idyllische, unberührte Flusslandschaft des Hochrheins. Die

verträumte Gegend mit Kultur, Natur und malerischen Dörfern erwartet Sie. Hervorragende Gastronomie inklusive. Sie merken ich kann kaum mehr aufhören von den schönen Seiten unseres Kantons



zu berichten.

Die Schönheiten in unserem Kanton

Kennen Sie das Gebiet rund um den Ottoberg und damit verbunden Weinfelden und wieder sind wir bei den Rebergen. Auch hier gibt es schöne Wanderungen und zahlreiche Möglichkeiten einzukehren. Thurberg, Stelzenhof, Weinberg und wie sie alle heissen. Meine Gedanken schweifen weiter in eine andere Gegend zum Nollen. Auch hier kommen Naturfreunde voll auf ihre Kosten. Und zu guter Letzt ist es auch vor unserer Haustüre sei das nun in Tobel, Bettwiesen, Lommis, Wängi, Aadorf und anderen Orten mehr als lebenswert. Wir wohnen in einer wunderschönen Umgebung mit einer intakten Natur, mit guten Einkaufsmöglichkeiten, mit der Nähe zur Autobahn und übrigens Wein gibt es auch bei uns in Weingarten und Kalthäusern. Schlösser am Bodensee und kulturhistorisch bedeutsame Klöster, verwinkelte Ortschaften aber auch originelle Museen, dies alles hat der Thurgau auch zu bieten. Was wollen wir da noch mehr? Für mich bewahrheitet sich die Aussage: O Thurgau du Heimat, wie bist du so schön....Geniessen wir die Schönheit in unserem lebenswerten Kanton bewusst.



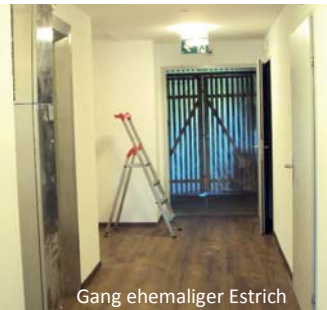
Natürlich ist es auch immer wieder schön in die Ferne zu schweifen. Mir geht es jeweils so, dass ich zwar gerne verreise, aber auch immer wieder gerne heimkomme. Allen die in die Ferne schwei-

fen, aber auch allen die Ferien zu Hause geniessen wünsche ich eine wundervolle, erholsame Sommerzeit.

Ursi Vetter



Umbauarbeiten im Sunnewies



Gang ehemaliger Estrich

Die Bauarbeiten im Estrich gehen zügig voran. Die Aktivierung kann in Kürze bezogen werden. Das Zimmer 3.16 wird auch im August bezugsbereit sein. Das Büro für Administration und Buchhaltung im Parterre wird Ende Juli fertig sein.

Wir freuen uns über den gelungenen Umbau.



Neue Küche in der Aktivierung

Normkostenbeiträge

Normkostenbeiträge für spezialisierten Angebote in der stationären Langzeitpflege

Gemäss Art. 25a Abs.5 des Gesetzes über die Krankenversicherung (KVG) SR 832.10 dürfen der versicherten Person von den nicht Sozialversicherungen gedeckten Pflegekosten höchstens 20% des höchsten vom Bundesrat festgelegten Pflegebeitrages überwält werden. Die Kantone regulieren die Restfinan-



zierung. Diese erfolgt über pauschalisierte Normkostenbeiträge. Für spezialisierte Leistungsangebote mit erhöhten Anforderungen an die Pflege können Zuschläge vorgesehen werden. Unser Antrag an das Gesundheitsamt

Thurgau wurde per 1. Juli 2017 vom Departement für Finanzen und Soziales gutgeheissen. Somit gelten wir als Heim mit spezialisiertem Angebot für Demenz. Die Ansätze gelten für alle Heimbewohnenden.

Anlässe in Kürze

- Dienstag, 01. August**
15.30 Uhr
1. Augustfeier mit musikalischer Unterhaltung und Wurst vom Grill
- Mittwoch, 09. August**
Spielnachmittag, *findet nicht statt*
- Sonntag, 27. August**
14.30 Uhr
Hobby Singers Bronschhofen
- Mittwoch, 13. September**
15.00 Uhr
Spielnachmittag
- Donnerstag, 14. Sept.**
ab 09.00 Uhr
Zvi-Tag mit Zivilschutz Affeltrangen
- Sonntag, 01. Oktober**
15.00 Uhr
Männerchor Schmidshof
- Mittwoch, 11. Oktober**
15.00 Uhr
Spielnachmittag
- Samstag, 28. Oktober**
14.30 Uhr
singing people
- Samstag, 04. November**
14.30 Uhr
Jodelclub Sirnach
- Mittwoch, 08. November**
15.00 Uhr
Spielnachmittag
- Sonntag, 12. November**
ab 10.00 Uhr
Bazar
- Mittwoch, 22. November**
15.00 Uhr
Taxi Dancers
- Dienstag, 05. Dezember**
19.00 Uhr
Musikgesellschaft Täger-schen-Tobel
- Mittwoch, 06. Dezember**
15.00 Uhr
Sami-Klaus Besuch
- Samstag, 09. Dezember**
14.30 Uhr
Männerchor Bettwiesen
- Mittwoch, 13. Dezember**
16.30 Uhr
Liechtlausflug
- Freitag, 22. Dezember**
17.00 Uhr
Weihnachtsfeier

Ausstellung LICHTBLICKE



Noch bis Ende 2017 können Sie im Sunnewies Bilder in Mischtechnik geniessen. Das Thema Lichtblicke wurde von Urs-Antoine Stöckli schwungvoll in Szene gesetzt. Sie können ihn auch in seinem Atelier in Hosenruck besuchen.



Freude schenken

«FREUDE SCHENKEN...»

Sei es für Anlässe, Ausflüge, spezielle Aktivitäten oder Anschaffungen in und ums Haus, Ihre **Spende** kommt direkt unseren Bewohnenden zu Gute und bringt Abwechslung und viel Freude in den Alltag.

Spendenkonto: PC 85-1348-9
IBAN-Nr. CH80 0900 0000 8500 1348 9
Barspenden nehmen wir im Büro entgegen

Spenden im Trauerfall:
Für Angehörige ist es tröstlich zu wissen, dass mit einer Spende im Sinne des/der Verstorbenen etwas Gutes geschieht. Sie können das Sunnewies in der Todesanzeige empfehlen oder die Kollekte beim Beerdigungs-Gottesdienst auf obiges Konto überweisen lassen.

...GUTES TUN, DAS BLEIBT...»

Herzlichen Dank für Ihre Unterstützung!

Unsere Bewohnenden freuen sich immer sehr über verschiedene Aktivitäten im Haus oder auch, wie eben berichtet, über einen span-

nenden Ausflug in die weitere Umgebung. Sie, als Aus-senstehende, sind wesentlich daran mitbeteiligt, denn mit Ihren Spenden wird dies erst richtig möglich. Alle Spendeneingänge kommen vollum-

fänglich direkt unseren Bewohnenden zu Gute.