



# **EPPISHAUSER** *Nachrichten*

**Ausgabe Nr. 2/2014**  
**Oktober 14 - März 15**



# Editorial

Geschätzte Leserinnen und Leser

Gute Mitarbeitende sind das wertvollste Kapital in einem Betrieb. Denn es sind die Menschen mit ihren Fähigkeiten und ihrem Engagement, die den Erfolg eines Unternehmens ausmachen.

Besonders in einem kleinen Betrieb, wie es das APH Schloss Eppishausen ist, sind gute Mitarbeitende, die Für-einander-Miteinander arbeiten, unentbehrlich. Als grosse Bereicherung erleben wir die Freiwilligen Mitarbeitenden und den Seelsorgedienst der Familie Mariens. Unsere Kunden sind abhängige alte Menschen, deren Pflege und Betreuung sehr viele Fähigkeiten der Mitarbeitenden erfordern. Diese Kompetenzen zu erwerben, zu fördern und zu erhalten ist ein zentraler Auftrag unseres Betriebes. In dieser Ausgabe der Eppishäuser Nachrichten möchten wir deshalb aufzeigen, wieviel Potenzial in unseren Mitarbeitenden steckt und wie sie dieses umsetzen.

In den Beiträgen, die Mitarbeitende für diese Ausgabe geschrieben haben, stellen sie ihre persönliche und berufliche Entwicklung dar, zeigen sie, dass sie an Konzepten und Standards mitarbeiten, interne Fortbildungen organisieren und durchführen, Lehrlinge zur Fachfrau Gesundheit ausbilden, Öffentlichkeitsarbeit machen, konkrete Aufträge im Pflegealltag ausführen und viel Enthusiasmus für die Alltagsgestaltung mitbringen.

Um all diesen Ansprüchen gerecht zu werden, ist es sehr wichtig, dass die Mitarbeitenden auch ein erfülltes Leben nach der Arbeit haben. Dazu tragen sicher Hobbys bei, die viel Freude und Entspannung, doch ebenso Herausforderungen mit sich bringen in noch anderen Bereichen als den beruflichen Anforderungen.

Diese Artikel unserer Mitarbeitenden und die weiteren Themen mögen Ihnen einen Einblick geben in unseren vielfältigen und professionellen Betrieb.



Ich wünsche ihnen  
viel Lesevergnügen.

Agnes Kerrison,  
Heimleiterin

Herausgeber:	Alters- und Pflegeheim Schloss Eppishausen 8586 Erlen TG Tel. 071 648 12 12   Fax 071 648 16 35 E-Mail: <a href="mailto:info@aph-eppishausen.ch">info@aph-eppishausen.ch</a> Internet: <a href="http://www.aph-eppishausen.ch">www.aph-eppishausen.ch</a>
Abbildungen:	Agnes Kerrison, Heimleiterin
Satz:	<a href="http://www.typG.ch">www.typG.ch</a> , 8610 Uster
Auflage:	350 Exemplare
Erscheint:	2x jährlich



Bonsai  
Abornwald

*Eine Großartigkeit  
an den Bäumen ist,  
dass ihre Krone  
in den Himmel strebt  
und die Wurzeln fest  
in der Erde haften.*

Kurt Haberstich



## Wochenprogramm

<b>Montag</b>	<b>09.30 Uhr</b>	<b>Aktivierung</b> mit Rosa Maria Bill
	<b>14.30 Uhr</b>	<b>Spiel- und Besuchsnachmittag</b> (1x im Monat) mit freiwilligen Mitarbeiterinnen aus Erlen
<b>Dienstag</b>	<b>10.00 Uhr</b>	<b>Rosenkranz in der Iddakapelle</b> mit Schwestern der Familie Mariens
	<b>15.30 Uhr</b>	<b>Wach im Kopf</b> mit Margrith Kreis
<b>Mittwoch</b>	<b>09.30 Uhr</b>	<b>Aktivierung</b> mit Rosa Maria Bill
	<b>10.00 Uhr</b>	<b>Evangelischer Gottesdienst</b> mit Pfarrerin Sarah Glättli in der Regel am 1. Mittwoch im Monat
	<b>15.30 Uhr</b>	<b>Christliches Gebetstreffen</b> mit Schwestern der Familie Mariens in der Regel am 3. Mittwoch im Monat
<b>Donnerstag</b>	<b>09.30 Uhr</b>	<b>Singen</b> mit Silvie Blum & Elisabeth Brügger
	<b>14.30 Uhr</b>	<b>Lebensbegleitung</b> mit Margrith Kreis
<b>Freitag</b>	<b>09.30 Uhr</b>	<b>Aktivierung im «Schlossgärtli»</b> mit Rosa Maria Bill
	<b>09.30 Uhr</b>	<b>Turnen – Bewegung</b> mit Margrith Kreis
	<b>15.00 Uhr</b>	<b>Hl. Messe in der Iddakapelle</b> mit Pater Jeanmarc Stoop
<b>Samstag</b>	<b>10.00 Uhr</b>	<b>Hl. Messe in der Iddakapelle</b> mit Pater Jeanmarc Stoop



# Monatsprogramm

- Oktober**
- 01. **Evangelischer Gottesdienst**  
10.00 Uhr Iddakapelle
  - 22. **Kafikränzli**  
15.00 Uhr im Golfrestaurant
  - 29. **Geburtstagsfeier**  
15.00 Uhr Cafeteria mit Frau Lindegger
- November**
- 05. **Evangelischer Gottesdienst**  
10.00 Uhr Iddakapelle
  - 10. **Lichtbilder, Zion Nationalpark**  
15.00 Uhr Cafeteria Herr Schuler
  - 16. **Jodelclub Sulgen**  
10.30 Uhr Albanstübli
- Dezember**
- 03. **Evangelischer Gottesdienst**  
10.00 Uhr Iddakapelle
  - 05. **Klausfeier**  
15.00 Uhr Cafeteria mit Musikschülern und Frau Lindegger
  - 10. **Weihnachts-Ein-Stimmung**  
15.00 Uhr Cafeteria Frau Frast
  - 13. **Adventsfeier mit der Brass Band Erlen**  
14.00 Uhr MZ Halle Erlen
  - 19. **Bewohnerweihnacht**  
16.00-19.00 Uhr nach Programm
- 2015**
- Januar**
- 07. **Evangelischer Gottesdienst**  
10.00 Uhr Iddakapelle
  - 07. **Neujahrskafi für Freiwillige Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter**  
14.00 Uhr Albanstübli
  - 21. **Geburtstagsfeier**  
15.00 Uhr Cafeteria mit Frau Lindegger
  - 28. **Film am Nachmittag nach Ansage**
- Februar**
- 04. **Evangelischer Gottesdienst**  
10.00 Uhr Iddakapelle
  - 12. **«Schmutzige Dunnschtig»**  
15.00 Uhr Fasnacht in der Cafeteria
- März**
- 02. **Lottomatch**  
15.00 Uhr Albanstübli
  - 04. **Evangelischer Gottesdienst**  
10.00 Uhr Iddakapelle
  - 11. **Musikalische Unterhaltung**  
15.00 Uhr Cafeteria Herr Rutishauser
  - 25. **Film am Nachmittag nach Ansage**



## Liebesgeschichte

Ich lernte Emmi Nüssli auf der Schwägalp kennen durch meine Schwester, die im gleichen Turnverein war. Emmi wollte in Begleitung von Freunden, ich mit meinen Geschwistern, auf den Säntis steigen. Zum Glück hat Emmi unsere Einladung, gemeinsam auf den Berg zu steigen, angenommen, denn sie hatte mir sofort gefallen.

In den nächsten Tagen habe ich fast ununterbrochen an Emmi gedacht und wollte Kontakt mit ihr aufnehmen. Damals gab es noch keine Handys, wir hatten nicht mal ein Telefon. Also schrieb ich ihr ein Brieflein und habe sie zu einem Treffen eingeladen. Wir verabredeten uns immer wieder und sehnten uns danach uns zu umarmen und zu küssen. Wir freuten uns immer sehr auf das Beisammensein.

Als junger Mann habe ich zu Gott gebetet, dass er mir eine liebe, tüchtige und zu mir passende Frau schenken möchte. Diese hatte ich nun in Emmi gefunden.

Emmis Mutter hatte bald gemerkt, dass ihre Tochter verliebt war und einen Freund hatte. Sie ermahnte ihre Tochter, ja keinen vom Baugewerbe nach Hause zu bringen. Die müssten zu viel arbeiten und würden zu wenig verdienen.

Ich war Maurer! Aber unsere Liebe war stärker als alle Vorurteile.

Während der Zeit unserer Bekanntschaft war der zweite Weltkrieg. Das war auch für uns eine schwere Zeit. Ich musste in den Militärdienst und wir konnten uns wochenlang nicht sehen. Wir schrieben einander aber viele Liebesbriefe, um die Zeit zu verkürzen.

1942 verlobten wir uns, und zwei Jahre später traten wir vor den Traualtar. Nach vielen Bemühungen fanden wir eine einfache Wohnung. Aber wir waren überglücklich endlich zusammen zu sein. 1945 kam unsere Tochter Erika zur Welt, 1950 unser Sohn Jörg und 1955 unsere Tochter Margot.

Beruflich ging es mir gut, ich habe meine eigene Maurerfirma gegründet. Wir konnten uns ein kleines Einfamilienhaus in Erlen bauen. Wir

mussten hart arbeiten, um unser neues Zuhause schön zu gestalten. Für meine liebe Gattin war der Garten das grösste Hobby. Auch die Berge blieben unser bester Erholungsort. Wir bestiegen viele Gipfel, den Cotopaxi in den Anden und den Kilimanjaro in Tansania haben wir zusammen geschafft. Wer kann schon sagen, er habe seine Frau auf 6000 Meter über Meer geküsst? Auch das Nordkap haben wir im Wohnwagen 16 Mal angesteuert. Das waren wunderbare Erlebnisse und wir hatten endlich auch wieder mehr Zeit füreinander.

2009 feierten wir unsere eiserne Hochzeit. 65 glückliche Jahre durften wir zusammen verbringen und waren einfach nur dankbar einander zu haben. Emmis Konfirmationsspruch «Nun aber bleibt Glaube, Liebe, Hoffnung, diese drei, aber die Liebe ist die grösste unter ihnen», hat uns durchs ganze Eheleben begleitet. Leider verschlechterte sich der gesundheitliche Zustand von Emmi, so dass ich sie 2012 schweren Herzens ins APH Schloss Eppishausen bringen musste. 1 ½ Jahre später hat Gott sie zu sich geholt. Ich freue mich darauf, sie am Auferstehungstag wieder in die Arme zu nehmen, um für immer beisammen zu sein.



Oskar Fehr



## Schmutziger Donnerstag

Heute Nachmittag machen wir Fasnacht mit Musik und Tanz, natürlich als Fasnachtsputz, ganz nach dem Motto: «Heute wollen wir feiern und fröhlich sein». Fasnachtschüechli und Schenkeli gehören natürlich auch dazu. Das sind Stunden des gemeinsamen Erlebens wie in einer grossen Familie. Für unsere Heimleiterin ist es wichtig, dass Zeitfenster für Kultur, Brauchtum und Aktivitäten nicht zu kurz kommen.

Es steht jedem Bewohner frei, was und wie er sich einbringen möchte. Mich freut es jedes Mal sehr, wenn unsere Bewohner für einen Anlass begeistert werden können und wir gemeinsam feiern dürfen.

Im Turnen haben wir uns mit den verschiedenen Instrumenten angefreundet im Hinblick auf die Fasnacht. Auch habe ich Gesichtsfarben mitgenommen für den grossen Tag. Meine Freude war gross, dass sich die Bewohner darauf einliessen, etwas Farbe im Gesicht oder einen Hut auf dem Kopf zu tragen.

Natürlich darf die richtige Dekoration nicht fehlen, diese wird zum Teil mit den Bewohnern in der Aktivierung angefertigt. Wir stimmen unsere Bewohner auf gewisse Anlässe ein, denn ihre Vorfreude ist uns sehr wichtig.



Diese Fasnachtsfeier war ein grosser Erfolg, auch dank dem Clown Ruth und den Musikanten, die viel Schwung in den gemütlichen Nachmittag brachten.

Margrith Kreis,  
Lebensbegleiterin





## Musik und Bewegung

Zwei pensionierte Herren kommen öfters einen unserer Bewohner besuchen. Alle drei heißen Hans und haben früher zusammen musiziert. Sobald Musik erklingt, beobachte ich bei vielen unserer Bewohner, dass sie sich zu den Klängen bewegen. Sie geben mit dem Fuss, mit den Händen und Armen oder mit dem Kopf den Rhythmus an. Musik motiviert klar, sich zu bewegen. Sie fordert Körper, Geist, Seele und Intellekt gleichermaßen. Mit der Musik und der Bewegung können die Bewohner ihren Gefühlen Ausdruck verleihen und ihren Bewegungsdrang ausleben. Leider geht das bei den meisten unserer Bewohner nur noch im Sitzen oder mit Hilfsmitteln.

Nach einem Konzert blieben die zwei Hans noch etwas sitzen.



Plötzlich überkam sie erneut die Lust zu musizieren. Sie packten ihre Instrumente nochmals aus und gaben für die verbliebenen Bewohner eine Zugabe.

In diesem kleinen Rahmen trauten sich drei Bewohnerinnen aufzustehen, um sich zur Musik zu bewegen. Erst begann die eine mit dem Rollator im Rhythmus des Liedes zu gehen und sich zu drehen.



Bald waren drei Frauen auf der Tanzfläche. Mit dem Rollator als Tanzpartner bewegten sie sich sicher auf dem Parkett. Alle drei strahlten um die Wette und hatten sichtlich Spass an der Musik und an der Bewegung. Die Musiker hatten ebenfalls Ihre Freude daran und spielten noch einige weitere Stücke. Die drei Bewohnerinnen waren danach etwas ausser Atem, aber glücklich und zufrieden.

Agnes Kerrison,  
Heimleiterin



# Konzept Palliative Care

In unserer Gesellschaft steigt die Lebenserwartung immer höher. Durch die Fortschritte in der Medizin nimmt der Anteil an chronisch- und schwerkranken Menschen immer mehr zu. Aufgrund der Volksinitiative «Ja zu mehr Lebensqualität – Ja zu Palliative Care» wurden im Jahr 2010 die nationalen Leitlinien für Palliative Care in der Schweiz verabschiedet.

Im APH Schloss Eppishausen arbeiten wir schon seit 2009, als eines der ersten Heime im Kanton, mit einem Konzept Palliative Care und wenden Standards zur Linderung der Symptome verschiedener pflegerischer und/oder medizinischer Probleme in palliativen Situationen an. Der menschenwürdigen Sterbebegleitung und dem würdevollen Abschiednehmen geben wir seit vielen Jahren respektvoll Raum und Zeit. Wir versuchen allen Betroffenen das Bestmögliche zu bieten. Natürlich fliessen immer wieder Verbesserungsvorschläge ein, nicht zuletzt auch aus Rückmeldungen von Angehörigen, Ärzten und Seelsorgern. Doch wir können noch mehr tun!

Im Einführungskurs Palliative Care, konnten sich bereichsübergreifend alle Mitarbeitenden aus unserer Institution in Ruhe und unter professioneller und empathischer Leitung mit folgenden Themen auseinandersetzen: Sterben, Wünsche und Dringlichkeiten der Betroffenen in der palliativen Situation, eigene Bedürfnisse und Gefühle, Störfaktoren und Dilemmas. Trotz der schweren Themen waren die Diskussionen und Gespräche an den vier Kurshalbtagen jeweils sehr engagiert und lebhaft. Die erfahrenen Kursleiterinnen konnten uns einige wertvolle Tipps geben.

Es war für alle Mitarbeitenden eine Möglichkeit, sich mit diesen Themen gedanklich auseinanderzusetzen und gemeinsam Werte und Verbindlichkeiten festzulegen, welche im Berufsalltag in jedem Bereich mit neuer Energie und bewusst verfolgt werden können.

Einige Pflegefachpersonen besuchten noch weiterführende Kurse in Palliative Care. Alle Kurse wurden vom Gesundheitsamt finanziell unterstützt. Dies erleichtert uns, den Auftrag des Gesundheitsgesetzes in guter Qualität umzusetzen.

Da Palliative Care nun auch in der Verfassung verankert ist, musste unser Konzept neu überarbeitet und angepasst werden. In einer Arbeitsgruppe bestehend aus Dr. Oettli, Sr. Fina, A. Schwinger, A. Kerrison und mir wurde das neue Konzept in nur drei Monaten angeglichen. Das Gesundheitsamt hat es überprüft und uns zu unserer Arbeit gratuliert. Ende September und anfangs Oktober werden die Inhalte des neuen Konzeptes allen Mitarbeitenden vorgestellt.

Das Konzept legt allen Mitarbeitenden, den Bewohnern und deren Angehörigen auf gut verständliche Weise, die von uns eingenommene Haltung zum Thema Palliative Care dar und ist allen Interessierten zugänglich.

Ich bin überzeugt, dass unsere respektvolle Haltung gegenüber der Würde und der Autonomie unserer Bewohner ihr Wohlbefinden im positiven Sinne beeinflusst und die Auseinandersetzung mit Sterben und Tod erleichtert.

*«Wenn nichts mehr zu machen ist, ist noch viel zu tun.» (Andreas Heller)*

Gabriela Trachsel,  
Teamleiterin Pflege





# Händehygiene

Hände sind etwas Wunderbares. Durch sie können wir grüssen, fühlen, trösten, streicheln, massieren, festhalten und zupacken. Sie sind für die zwischenmenschliche Kommunikation überaus wichtig.



Wir müssen unsere Hände aber auch schützen, denn die meisten Infektionskrankheiten werden durch die Hände übertragen. Mit der richtigen Hygiene können wir Infektionen verhindern. Händehygiene ist so notwendig, dass deshalb dazu regelmässige Fortbildungen stattfinden.

Die Ursache aller Infektionen sind Mikroorganismen, die wir weder sehen, noch riechen können. Man kann sie nicht schmecken und wir hören sie auch nicht. Sie sind sehr klein und sie sind schnell. Durch Teilung verdoppeln sich Mikroorganismen alle zwanzig Minuten. Deshalb dürfen wir nicht vergessen: sie sind überall.

## Die relevantesten Mikroorganismen sind:

**Bakterien:** Escherichia coli, Staphylokokkus aureus, Mycobakterium tuberculosis, Pseudomonas aeruginosa.

**Pilze:** Candida albicans (Hefepilz), Schimmelpilze (Aspergillusarten).

**Viren:** Hepatitis A/B/C, HI-Viren, Influenza-Viren, Herpes simplex-Viren, Noro-Virus, Ebola Virus.

Mikroorganismen lieben grundsätzlich Feuchtigkeit (Wasser), Wärme und Nahrung.

Die sechs Schritte zur hygienischen Händedesinfektion. Das Desinfektionsmittel wird folgendermassen eingegeben:

1. Handfläche auf Handfläche, gegebenenfalls die Handgelenke
2. Rechte Handfläche über linkem Handrücken - und umgekehrt
3. Handfläche auf Handfläche mit verschränkten, gespreizten Finger
4. Aussenseite der verschränkten Finger auf gegenüberliegende Handflächen
5. Kreisendes Reiben des rechten Daumens in der geschlossenen linken Handfläche - und umgekehrt.
6. Kreisendes Reiben mit geschlossenen Fingerkuppen der rechten Hand in der linken Handfläche - und umgekehrt

Ausserdem ist zu beachten:

Handschuhe dienen nur bedingt zur Infektionsprophylaxe. Das Tragen von Handschuhen entbindet nicht der Pflicht, die Hände zu desinfizieren. Kontaminierte Handschuhe können genau wie kontaminierte Hände Erreger übertragen.

Da im Pflegebereich unsere Hände den ganzen Tag mit Desinfektionsmitteln Kontakt haben, ist es wichtig, sie nach der Arbeit oder über Nacht mit Handcreme zu pflegen. Durch saubere und gepflegte Hände sind auch unsere Bewohner vor Infektionen geschützt und dürfen den unersetzlichen Dienst unserer Hände geniessen.

Cornelia Dallinger,  
Pflegefachfrau



## Die grösste Kunst auf Erden

*Was ist die grösste Kunst auf Erden?  
Mit frohem Herzen alt zu werden, zu  
ruhen, wo man schaffen möchte, zu  
schweigen, wo man ist im Rechte;  
zu hoffen, wo man am Verzagen,  
gehorsam still sein Kreuz zu tragen  
und neidlos andere zu sehn, die rüs-  
tig Gottes Wege gehn.*

*Die Hände in den Schoß zu legen  
und sich in Ruhe lassen pflegen und,  
wo man sonst gern hilfreich war, sich  
nun in Demut machen klar, dass uns  
die Schwachheit überkommen, wir  
nichts mehr sind zu andrer Frommen  
und dabei still und freundlich doch  
zu gehn im gottgesandten Joch.*

*Was kann uns diesen Frieden ge-  
ben? Wenn wir des festen Glaubens  
leben, dass solche Last, von Gott  
gesandt, uns bilden soll fürs Heimat-  
land.*

*Ein letzter Schliff fürs alte Herz, zu  
lösen uns von allem Schmerz und  
von den Banden dieser Welt, die  
uns so fest umfassen hält. Die Kunst  
lernt keiner völlig aus, drum gibt's  
noch manchen harten Strauss in al-  
ten Tagen durchzukämpfen, bis wir  
des Herzens Unruh dämpfen und  
willig uns ergeben drein, in stiller De-  
mut nichts zu sein.*

*Drum hat uns Gott nach Gnadenart  
die beste Arbeit aufgespart:*

*Kannst du nicht regen mehr die Hän-  
de, kannst du sie falten ohne Ende,  
herabzieh'n lauter Himmelssegen auf  
all die Deinen aller Wegen. Und ist die  
Arbeit auch getan, und naht die letz-  
te Stund' heran, von oben eine Stim-  
me spricht: «Komm, du bist Mein,  
Ich lass dich nicht!»*

Dieses tiefsinnige Gedicht trug uns Herr Oettli beim christlichen Gebets-treffen im August würdevoll vor.

Es ist aus: Fundstücke am Rande der Zeit: 100 deutsche Gedichte aus der Verbannung; gesammelt 1941 bis 1966 in Kasachstan.

Wie schön heisst es da: «Die grösste Kunst auf Erden» ist, «mit frohem Herzen alt zu werden». Doch, «was kann uns diesen Frieden geben?» Der feste Glaube, dass uns im Leben nichts zustösst, für das uns Gott nicht auch die Gnade schenkt, es mit Seiner Kraft und in Seinem Trost zu tragen. Wenn wir die kleinen Alltagssituationen immer als von Gott uns anvertraut entgegennehmen, handeln wir wie Maria. Denn sie glaubte ohne einen Hauch von Zweifel daran, dass Gott die Liebe ist und somit Sein Wille für uns nur Liebe sein kann. Weil Maria jeden Tag diese vielen kleinen Ja gesprochen hat, war sie dann auch fähig das große bedeutungsvolle FIAT zu sprechen, ihr Ja-Wort zur Menschwerdung Gottes, aber auch zur Passion ihres Sohnes für die Erlösung der Welt. «Mir geschehe nach deinem Wort», d.h. «Mir geschehe nach deinem Willen». Unzählige Male hat die Gottesmutter dieses Wort wiederholt.





Diese Szene sehen wir in der Iddakapelle geschnitzt und auf dem Altarbild der Albankapelle dargestellt. Ganz treu suchen manche Bewohner diese beiden Orte auf, um wie Maria in der Stille beim Herrn zu verweilen.

Das Originalbild der Verkündigung, das 1843 von Melchior Paul von Deschwanden in Stans im Auftrag des Kapuzinerklosters Rapperswil gemalt wurde, war dort bis zur Renovation 1967-1969 in einem der Seitenaltäre platziert. Danach verwahrte es jahrelang ein gewisser Herr Schneider, der es gezwungenermassen an den Altwarenhändler Esser in St. Gallen verkaufen musste.



Von ihm erwarben es 1997 die Bonitas-Dei-Schwestern und brachten es nach Eppishausen.

Man sieht auf dem Gemälde Maria, die sich im Bewusstsein ihrer eigenen Schwachheit und im Vertrauen auf Gottes Hilfe demütig vor der Botschaft des Engels neigt und sie voll Liebe bejaht. Und sie möchte uns helfen, dass auch wir Gott ehren, indem wir Seinen Willen tun im Glauben, dass Gott nur Liebe ist.

Für diese Liebe ist der Mensch erschaffen. Alles, unser ganzes Sein und Wirken, wird nur durch die Liebe wertvoll. Wie schnell spüren wir, dass wir dabei an Grenzen stossen, sei es in jungen Jahren bei der Kindererziehung als auch im Alter, wenn die Altersbeschwerden kommen, oder ganz einfach im Alltag, sobald etwas nicht nach unserem Plan läuft.

Am Beispiel Mariens sehen wir, dass wir diese schöne und selbstlose Liebe nur leben können aus, mit und in der Kraft Gottes. Durch dieses Bemühen im Alltag, durch diesen Glauben, dass Gott immer mit uns ist und nur Liebe ist, lässt es sich dann auch leichter und mit frohem Herzen alt werden.

Sr. Fina,  
Leiterin Seelsorgedienst



## Bonsai mein Hobby

Vor etwa 25 Jahren entdeckte ich an einer Ausstellung wunderschöne Bonsais. Diese Bäume faszinierten mich sofort!

Mein Mann schenkte mir zum ersten Muttertag, vor 23 Jahren, eine etwa 30 cm grosse japanische Ulme, die schon etliche Jahre lebte.

Dieser Bonsai war jedoch ein Indoor, also ein Zimmerbonsai. Ich musste leider feststellen, dass der Baum mit den verschiedenen klimatischen Verhältnissen schwer zurechtkam. Das Klima in Japan und im Wohnzimmer ist doch recht verschieden.

Langsam starb mein geliebter Bonsai, was mich dazu bewog, Bücher über Bonsai zu lesen und Kurse zu besuchen.

Mein Interesse wurde immer größer und meine Leidenschaft galt nun der Bonsaikunst. Ich schloss mich der Bonsaigruppe Bodensee an und besuchte intensive Lehrjahre für Gestaltung im Botanischen Garten St. Gallen.

Die Kunst des Bonsai-Züchtens besteht darin, einen möglichst naturnahen Baum wachsen zu lassen und ihn klein zu behalten.

Bonsai heisst Baum in der Schale. Dadurch, dass er immer wieder geschnitten wird, hat der Bonsai keine Chance grösser zu werden. Auch wird er etwa alle zwei bis drei Jahre umgetopft und das Wurzelwerk wird ebenfalls etwas zurückgeschnitten. Ich ziehe meine Bonsais hauptsächlich aus Jungpflanzen der Baumschule, aus Stecklingen oder seltener aus Samen.

Bei der Bonsaikunst gibt es etliche verschiedene Stilrichtungen, die alle eine verfeinerte Version von Baumtypen der freien Natur sind.

Um Bonsai gestalten zu können, müssen wir mit offenen Augen durch die Natur gehen. So entdecken wir, welche Form eine Buche, Tanne, Linde oder Eiche aufweist.



*Bonsai Kiefer*

Nach diesen Vorbildern formen wir dann unsere Bonsais. Wir gestalten sie mit der Schnitttechnik, mit Draht oder binden Äste herunter.

Weil ich mit Indoorbonsais eher schlechte Erfahrungen gemacht habe, entschloss ich mich, nur noch Outdoorbonsais zu gestalten. Diese haben den Vorteil, dass ich sie alle draussen im Garten halten kann und sie erst noch alle Jahreszeiten erleben.

Was mich immer wieder fasziniert ist, wie im Herbst die Laubbäume ihre farbenfrohen Blätter abwerfen.



Nach dem ersten Frost kommen sie dann ins Winterquartier und jedes Jahr hoffe ich, dass alle Bäume den Winter gut überstehen.

Um so grösser ist dann die Freude im Frühling, wenn bei den ersten Sonnenstrahlen die Blätter wieder austreiben.

Meine Sammlung ist nun auf etwa 27 Bäume oder Bäumchen angestiegen. Darunter befinden sich verschiedene einheimische Laubbäume, wie Linde, Buche, Ahorn, Ulme und Ginkgo, in verschiedenen Formen und Stilrichtungen. Darunter auch kleine Wälder und Nadelbäume wie Lärchen, Kiefern und Wachholder.

Mein neuestes Projekt ist eher etwas selten, es ist ein Urwaldmammutbaum. Und so wächst meine Sammlung stets.

Meine Bonsais nehmen ziemlich viel Zeit in Anspruch, aber die Zeit, die ich mit meinen Bäumen verbringe, macht mir sehr viel Freude.

Die Philosophie vieler Japaner, sowie auch meine ist: «Einen Bonsai pflegt man ein Leben lang und wird mit ihm alt.»

Yvonne Bockmühl,  
Lingerie





## Lebensbegleiterin, ein interessanter Beruf

Unter dem Patronat der Curaviva Thurgau führen die Alters- und Pflegeheime dieses Jahr eine Imagekampagne durch. Sie informiert über Berufe und Karrierechancen am Arbeitsort Pflegeheim. Unsere Mitarbeiterin Margrith Kreis hat sich bereit erklärt dieser Kampagne ein Gesicht zu geben und berichtet von ihrem Berufsalltag. Lebensbegleiterin ist zwar keine offizielle Berufsbezeichnung, trifft die verschiedenen Aufgaben von Margrith Kreis jedoch im Kern.

Den Grossteil ihrer Arbeitszeit bringt sie mit der Betreuung dementer Bewohner in der Geschützten Wohngruppe. Für die restlichen Bewohner bietet sie die Gedächtniswerkstatt Wach im Kopf an, der Donnerstag Nachmittag ist für die Lebensbegleitung und persönliche Gespräche mit Bewohnern reserviert und am Freitagmorgen führt sie die sehr beliebte Turnstunde durch. Unsere Bewohner bewegen sich sitzend vom Stuhl aus, so ist turnerisch sehr viel möglich. Frau Egloff zieht jeweils ihre Turnausrüstung an.



Es stehen viele Hilfsmaterialien zur Verfügung. Bälle aus verschiedenen Materialien, farbige Tücher und sogar Hockeyschläger werden eingesetzt, um die Turnstunden abwechslungsreich zu gestalten.

Der Werdegang von Margrith Kreis ist so aussergewöhnlich wie ihre heutige Tätigkeit. Nachdem ihre drei Kinder gross waren, packte sie die Gelegenheit ihren nächsten Lebensabschnitt mit einer anspruchsvollen Arbeit im Alters- und Pflegebereich zu füllen.

Margrith Kreis ist in Jenaz aufgewachsen. «Für mich war es ganz normal, dass mehrere Generationen im gleichen Haus wohnten, und dass ich mich bereits als Kind bei der Pflege der bettlägerigen Grossmutter beteiligen durfte», sagt sie. Ihre Ausbildung zur Damenschneiderin machte Margrith Kreis noch in Graubünden. Im Turnverein Heimenhofen lernte sie ihren Mann kennen.

Während ihrer Zeit als Familienfrau engagierte sie sich in der Sonntagschule, im Frauen- und Turnverein und leistete bei der Beistandschaft Sozialarbeit. Ihr Mann und ihre Familie haben es stets zugelassen, dass sie sich entfalten konnte. So auch, als sie sich vor rund 15 Jahren über ein neues Tätigkeitsfeld Gedanken machte.

Ihre Karriere im APH Schloss Eppishausen begann sie mit Freiwilligenarbeit. Ihr gefiel das christlich geführte Haus, das zu ihrem Glauben und zu ihrer Lebenseinstellung passte. Um ihr Wissen über die Betreuung älterer Menschen zu erweitern, absolvierte sie den Kurs «Persönlich Begleiten», der evangelischen Landeskirche. Besondere Freude hatten die Bewohner, wenn Margrith Kreis bei den Besuchen ihren Hund mitnahm, mit dem sie die Ausbildung zum Therapiehund gemacht hatte. Ihr Wissensdurst war damit aber noch lange nicht gestillt. Entdeckte sie ein weiteres interessantes Feld, vertiefte sie sich mit den



entsprechenden Ausbildungen darin. Um die Abläufe in der Pflege kennenzulernen, schloss sie die Ausbildung zur Pflegehelferin SRK erfolgreich ab. Parallel dazu entwickelte sich ihre berufliche Karriere.

Weitere Kurse folgten in den Bereichen Krisen- und Sterbebegleitung, Bewegung für Heimbewohner und Gedächtnistraining. Über ihre Motivation immer neue Tätigkeitsfelder zu erschliessen und sich darin weiterzubilden, sagt Margrith Kreis, die sich selbst als fröhlich und impulsiv bezeichnet: «Ältere Menschen haben ein Recht darauf, dass man sie nach einem arbeitssamen Leben mit Respekt behandelt, sich um sie kümmert und ihnen einen möglichst angenehmen Lebensabend bietet.»

Margrith Kreis hat sich für die Imagekampagne zur Verfügung gestellt, weil sie damit Menschen in der Lebensmitte ermutigen möchte, sich auf Neues einzulassen. Ihre Erfahrungen

und Kompetenzen sind gefragt, eine Tätigkeit im Pflegebereich ist auch eine gute Lebensschulung. Das Engagement von Margrith Kreis für die Kampagne wird von mir als Heimleiterin geschätzt. Denn in der Pflege brauchen wir nicht nur Nachwuchs bei den Fachpersonen mit höherer Ausbildung, sondern auf allen Stufen. In rund zwei Jahren wird Margrith Kreis pensioniert. Zeit für Familie und Freunde steht ganz oben auf ihrer Wunschliste, denn sie ist eine leidenschaftliche Grossmutter. Auch dem Turnverein Heimenhofen bleibt sie treu. Da sie nicht mehr aktiv turnt, freut sie sich umso mehr, ihre Turnkameraden zum gemütlichen Jass zu treffen.

Liebe Margrith, wir danken dir für all dein Engagement.

Agnes Kerrison,  
Heimleiterin





## Essen auf der Geschützten Wohngruppe

Die Mahlzeiten sind ein wichtiger Orientierungspunkt im Tagesablauf von Menschen mit demenzieller Erkrankung. Wenn wir mit den Bewohnern «Für Spies und Trank» singen oder ein Gebet sprechen, ist das ein Ritual, das wir vor jeder Mahlzeit pflegen. Dass alle am ovalen Tisch versammelt sind, vermittelt den Bewohnern Vertrauen und gibt ihnen Sicherheit. Die Tischordnung handhaben wir individuell, jeder kann dort sitzen, wo er mag. Wir schaffen so eine familiäre Atmosphäre und achten auf wenig Reizüberflutung von aussen. Natürlich gibt es auch Tage, an denen nicht alle schön am Tisch sitzen bleiben, das kann z. B. sein, weil das Essen gerade nicht als solches erkannt wird. Ein weiteres Problem ist, dass im Alter die Geschmacksnerven nicht mehr so empfindsam sind und es dadurch zu Appetitlosigkeit bis hin zur Nahrungsverweigerung kommen kann. Das ist ein natürlicher Verlauf, der bei uns auf der Wohngruppe Platz haben darf.

Jeden Montagnachmittag kochen wir mit den Bewohnern zusammen eine Suppe, backen einen Kuchen oder schneiden einfach ein paar Früchte auf. Wer ein Messer in die Hand bekommt, weiss, was damit zu machen ist, auch wenn ihm die Worte fehlen das Tun zu beschreiben. Beim Schneiden werden die Feinmotorik sowie die Sinnesorgane angeregt. Und wenn anschliessend ein feiner Geschmack aus dem Backofen oder dem Suppentopf entgegenströmt, haben wir auch die Sinne durch Basale Stimulation angeregt.

Bewohner, die das Essbesteck nicht mehr koordiniert einsetzen können, wird die Kost in Form von mundgerechten Häppchen serviert. Sie sind

so in der Lage, wenn auch mit den Fingern (Fingerfood), selbständig zu essen.



Farbenfrohes Geschirr und Tischsets sorgen auf dem hellen Tisch für Kontrast und können dem Bewohner helfen, selbständiger zu essen und den Appetit anzuregen. Kräftige Farben wirken ansprechend und erleichtern die Orientierung.

Die Bewohner helfen nach Möglichkeit mit beim Tisch decken, abräumen oder reinigen. Das gibt ihnen das Gefühl noch gebraucht zu werden und stärkt ihr Selbstvertrauen.

Jeder Bewohner darf sich zu seinem Geburtstag sein Lieblingsessen wünschen oder es wird unter Einbezug der Angehörigen ausgewählt.

Für motorisch unruhige Bewohner werden Häppchen oder Früchte in einer Vitrine in der Laufzone zur Verfügung gestellt. Auch wenn diese meistens von den gleichen Bewohnern genutzt wird, achten wir auch hier auf eine gesunde, ausgewogene und nicht zu kalorienreiche Verpflegung.

Wenn es das Wetter erlaubt, haben wir die Möglichkeit uns im Garten zu verpflegen, dann ist es für die Bewohner wie ein Ausflug in ein Restaurant.

Ursula Bacher, FaGe in Ausbildung





# Ehrungen



## 20 Dienstjahre

### Alice Rügger, Pflegehelferin

Es war einmal... so beginnen Märchen.

Als Alice vor 20 Jahren in unser kleines Team kam, das aus zehn Angestellten bestand, waren wir glücklich über eine zusätzliche kompetente Pflegekraft.

Alice ist bis heute mit vollem Elan und Herzblut bei der Arbeit.

Ihr grosser Respekt vor unsern Bewohnern und allen Mitarbeitenden machen sie zu einer äusserst beliebten Pflegenden und sehr geschätzten Kollegin.

Sie ist sehr hilfsbereit und hat immer ein offenes Ohr für alle.

Die Dienstplanung macht sie mit Bravour, geht sie doch so weit als möglich auf unsere Wünsche ein. Dafür, liebe Alice, ein grosses Dankeschön!

Leider verlässt uns Alice Ende November 2014, um in den wohlverdienten Ruhestand zu gehen. Wir gönnen dir dies von Herzen, jedoch wirst du uns sehr fehlen.

Liebe Alice, wir wünschen dir von Herzen alles Liebe und gute Gesundheit für deinen weiteren Lebensweg. Geniesse deine Familie, die Enkel und die Freunde! Gott halte seine schützende Hand über dich.

Franca die Vincenzo,  
Pflegehelferin



## 10 Dienstjahre

### Anna Farese, Mitarbeiterin Küche

Als wir vor 10 Jahren eine Arbeitsstelle in der Küche des APH Schloss Eppishausen ausschrieben, bekamen wir sehr viele Bewerbungen.

Unter ihnen war auch die von Anna Farese. Nach einem persönlichen Vorstellungsgespräch und einer Referenzauskunft bei ihrem damaligen Arbeitgeber entschieden wir uns schnell für Anna.

Bis heute haben wir es nicht bereut. Ihr Fleiss, ihre Pünktlichkeit und Ausdauer sind vorbildlich. Keine Arbeit ist ihr zu viel, und Anna ist immer «voll in Fahrt». Sie pflegt einen sehr angenehmen Umgang mit Mitarbeitenden, Vorgesetzten und den Bewohnern. Die deutsche Sprache hat bei der gebürtigen Italienerin noch einige Tücken, aber die Bewohner haben viel Freude an Annas Ausdrucksweise.

Wir hoffen, dass wir noch viele Jahre auf Annas Mitarbeit zählen dürfen. Wir wünschen ihr weiterhin viel Elan und dass sie ihren Humor nicht verliert. Herzlichen Glückwunsch zum Dienstjubiläum!

Bruno Blum,  
Küchenchef



## Lehrabschluss von Yvonne Fässler



### Liebe Yvonne

Am 4. Juli durfte ich dir das eidgenössische Fähigkeitszeugnis zur Fachfrau Gesundheit überreichen. Bei fröhlichem Beisammensein mit Speis und Trank feierten wir mit dir zusammen dein grosses Ereignis.

Während der letzten drei Jahre musstest du vieles entbehren. Doch die Mühe hat sich gelohnt - wurdest du doch mit einer sagenhaften Note von 5,2 belohnt.

### Herzliche Gratulation!

Wir sind stolz auf dich und freuen uns, dass du uns noch ein wenig erhalten bleibst. Was du später machst, steht noch in den Sternen.

Ich möchte dir, für dein weiteres Leben diesen Spruch mit auf den Weg geben:

**Was immer du tust, wo immer du bist;  
Was immer auch Ziel deiner Träume ist;  
Was immer dein Streben und Hoffen auch sei;  
Wir alle wünschen von Herzen dir Glück dabei!**

Gabriela Trachsel,  
Bildungsverantwortliche

---

## Neue Mitarbeiterinnen

Wir begrüssen die neuen Mitarbeiterinnen herzlich im Eppishauserteam und freuen uns auf eine gute Zusammenarbeit.



**Shabani Mirlinda**  
Pflegehelferin

16. Juni 2014



**Costa Evelyne**  
Mitarbeiterin Küche

1. Juli 2014



**Steiner Cheyenne**  
FaGe in Ausbildung

1. August 2014



## Greth Oegerli, unsere älteste Bewohnerin

Frau Oegerli ist gebürtige Solothurnerin aus Härkingen, wo sie 1917 geboren wurde. Nach ihrer kaufmännischen Ausbildung zog es sie von zu Hause fort. Sie machte Station in Ennenda GL und Wetzikon ZH. Später lebte und arbeitete sie über viele Jahre in Romanshorn.

Frau Oegerli ist eine sehr naturverbundene Frau. Sie ging schon immer sehr gerne wandern und liebte die Schöpfung. Sie unternahm auch Klettertouren und fuhr leidenschaftlich Ski. Ihre Touren organisierte sie immer selber bis ins letzte Detail. Auch heute ist es ihr wichtig, körperlich fit zu bleiben. Sie macht fast täglich, in Begleitung von Pflegepersonen oder den Schwestern der Familie Mariens, ausgedehnte Spaziergänge. Für sie sind auch die kleinsten Details, die sie auf einem Spaziergang beobachtet, faszinierend. Wenn sie in der Natur ist, fühlt sie sich einfach wohl. Darum geniesst sie jeden Tag den Garten vor unserer Geschützten Wohngruppe, wo sie sich



an den vielen Blumen erfreut. Die Ruhestunde nach dem Mittagessen geniesst sie nicht im Bett sondern an der Sonne auf ihrem Balkon.

Frau Oegerli ist eine sozial sehr engagierte und

aktive Person.

Stets sorgt sie sich um die anderen Bewohner und hilft, wenn es ihr nötig erscheint. Falls nicht alle einen Sitzplatz haben oder jemandem noch ein Kaffee fehlt, springt sie sofort auf, um

alles zu organisieren. Ebenso besorgt ist sie, sobald sie nicht weiss, ob alle ein Zimmer zum Schlafen haben. Erst wenn dies geklärt ist, ist sie beruhigt.

Ordnung ist ihr sehr wichtig. Die Pflegepersonen können sich immer auf Frau Oegerli verlassen. Sie hilft Tische putzen, giesst Pflanzen im Garten und ist beim Pflücken von Beeren gerne behilflich.

Jeden Abend geniesst Frau Oegerli unser Singen in der Runde. Sie sagt zwar immer, sie sei nicht die grösste Sängerin, aber vom Zuhören bekommt sie nie genug. Sie erfreut sich an der Geselligkeit mit andern Menschen. Vielleicht weckt das in ihr Erinnerungen an gemütliche Hüttenabende aus früheren Jahren.

Frau Oegerli legt viel Wert auf ihr gepflegtes Äusseres. Damit die Frisur tatsächlich ganz nach ihrem Geschmack ist, lässt sie sich regelmässig zum Coiffeur nach Romanshorn chauffieren. Sie geniesst dabei gleichzeitig die kleine Ausfahrt mit ihrer Kontaktperson. Passen müssen natürlich auch die Kleider. Die rote Bluse, die sie so gerne trägt und die perfekt sitzt, steht ihr wirklich gut. Sie weiss, dass sie darin schick aussieht, weshalb sie sie am liebsten täglich anziehen würde.

Frau Oegerli hat immer Freude an Besuchen. Wenn sie von den Schwestern der Familie Mariens abgeholt wird für den Gottesdienst oder einen Spaziergang, sind das willkommene Abwechslungen, über die sie sich herzlich freut.

Manuela Bala,  
Pflegefachfrau HF



# Gratulationen

<b>Oktober</b>	Streit Hansruedi	05.10.1946	68 Jahre
	Huber Ernst	16.10.1922	92 Jahre
<b>November</b>	Müller Margrit	12.11.1944	70 Jahre
	Sr. Andrea Bucher	16.11.1935	79 Jahre
<b>Dezember</b>	Sulpizio Maria	06.12.1931	83 Jahre
	Egger Meta	15.12.1929	85 Jahre
	Huber Irma	16.12.1923	91 Jahre
	Jud Guido	31.12.1918	96 Jahre

## 2015

<b>Januar</b>	Oegerli Margaretha	04.01.1917	98 Jahre
	Fehr Oskar	18.01.1921	94 Jahre
<b>Februar</b>	Gsell Rosa	08.02.1927	88 Jahre
<b>März</b>	Reinhart Hermann	04.03.1934	81 Jahre
	Schwaninger Loret	12.03.1927	88 Jahre
	Dünner Emma	21.03.1927	88 Jahre

### Geburtstagsfeier

Mittwoch 15.00 Uhr, 29. Oktober, 21. Januar

Zwei Angehörige oder Freunde sind dazu herzlich eingeladen.  
Bitte melden Sie sich bei der Heimleiterin an. Tel. 071 648 12 12

**Wir gratulieren allen  
Jubilaren ganz herzlich!**