



Altersheim Bahnmatt



Altersheim Martinspark

Liebe Leserinnen, liebe Leser

Im Huusblick „Nr. 7“ gewährt Ihnen Anita Reinmann einen Blick hinter die Kulissen des „wohnen plus“. Weiter berichten wir über die Tätigkeit der Personalkommission. Gertrud Glauser, Ausbildungsverantwortliche der Altersheime Baar, stellt in ihrem Beitrag das Bewegungskonzept „Kinaesthetics“ vor.

Im Namen des Redaktionsteams wünsche ich Ihnen eine kurzweilige Lektüre.

Johannes Kleiner

BETRIEBLICHE INFORMATIONEN

Wohnen plus

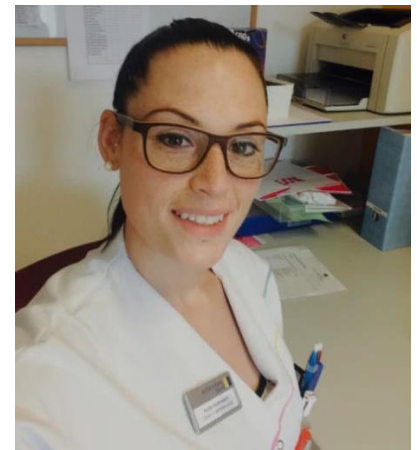
Die Wohnform „wohnen plus“ wird im Martinspark auf der ersten und zweiten Etage und im Bahnmatt auf der dritten Etage angeboten.

Wir befinden uns im Martinspark auf der zweiten Etage, mit einer schönen Aussicht auf die wunderschöne Parkanlage und die Berge.

Auf der Abteilung leben 27 Bewohnende in grossen Einzelzimmern, wobei das Ehepaarzimmer aus zwei Zimmern besteht. Alle Zimmer können individuell eingerichtet werden. Für kurze Aufenthalte, sei es für Ferien oder zum Schnuppern, bieten wir ein Ferienzimmer an, welches gerne genutzt wird. So erhält man einen Einblick ins Altersheim, bevor man sich dazu entscheidet, definitiv einzutreten. Zurzeit arbeiten dreizehn Pflegende und zwei Lernende auf der Abteilung.

Täglich begleiten wir die Bewohnenden über 24 Stunden dort, wo sie Unterstützung benötigen. Dies kann die Hilfe beim Anziehen der Stützstrümpfe, bis hin zur Ganz-

körper-Pflege beinhalten. Uns ist es wichtig, dass jeder Einzelne nach seinen Bedürfnissen den Alltag erleben kann und wir setzen uns dafür ein, dies so weit als möglich umzusetzen.



**Anita Reinmann, Leiterin
„wohnen plus“**

Dreimal täglich treffen sich die Bewohner im Speisesaal und nehmen die Mahlzeiten gemeinsam ein. Ansonsten kann jeder seine Zeit frei gestalten. Die Sitzgruppe ist ein zentra-

ler Treffpunkt. Gerne wird dort die Zeitung gelesen, gestrickt oder sich einfach unterhalten. Am Nachmittag bieten wir Kaffee in einer geselligen Runde an.

Personalkommission (PEKO)

Die PEKO verfolgt den Zweck, die Anliegen der Mitarbeitenden der Altersheime Baar, gegenüber ihrem Arbeitgeber zu vertreten.

Sie setzt sich aus gewählten Mitarbeiter- und Arbeitgebervertretungen zusammen. Die Kommission trifft sich zweimal pro Jahr und behandelt Personalthemen von allgemeinem Interesse. Die PEKO hat Mitspracherecht, verfügt aber nicht über betriebliche Entscheidungsbefugnisse.

Bericht von PEKO-Arbeitnehmervetretern

Die Mitarbeitervertreter sind die Ansprechpersonen für allgemeine Anliegen im Zusammenhang mit dem Arbeitsplatz und den Arbeitsbedingungen. Wir ermuntern die Mitarbeitenden der Altersheime Baar, dieses Angebot aktiv wahrzunehmen.

Euer Mitwirken und Mitdenken wird sehr geschätzt!

Hier ein Beispiel aus unserer Interessenvertretung:

Es stand zur Diskussion, die Arbeitszeit nicht mehr vorzuarbeiten, wobei die ca. fünf Kompensationstage pro Jahr entfallen wären. Durch das Wirken der PEKO und einer Umfrage bei den Mitarbeitenden konnte dies diskutiert und die jetzige Regelung im Sinne der Arbeitnehmervetretern beibehalten werden.

Mieke Ott und Adrian Niederberger, Arbeitnehmervetreter

Öffentliche Besichtigung der Häuser Martinspark und Bahnmatt

Fast pünktlich zum Frühlingsbeginn haben die Altersheime Baar wieder zum Rundgang durch die Häuser Martinspark und Bahnmatt eingeladen.

Die Führungen finden jeweils grossen Anklang, bietet sich doch so die Gelegenheit, unverbindlich die Zimmer zu besichtigen, ungeahnte Sporträume zu bestaunen oder einfach die Atmosphäre der einzelnen Abteilungen zu spüren und zu erfahren, was „Altersheim“ in der heutigen Zeit heisst.

Die Führungen finden zweimal pro Jahr statt. Treffpunkt ist jeweils die Eingangshalle im Haus Martinspark.

Nächste Besichtigungen:

Dienstag, 22.09.15 14.30h

Dienstag, 15.03.16 14.30h

REZEPT AUS UNSERER KÜCHE

Kenny's Quarkkrapfen

Zutaten für 4 Personen:

160 g Halbfettquark
 20 g Zucker
 12 g Hartweizengriess
 20 g Sultaninen
 12 g Mandeln, gemahlen
 ¼ Zitrone, abgeriebene Schale
 1 Eigelb
 Wenig Zimt
 400 g Blätterteig
 1 Eigelb zum Bestreichen
 20 g Puderzucker



Kenny Meier, Lernender 2. Ausbildungsjahr

Zubereitung:

- Alle Zutaten bis und mit Zimt mischen und die Masse eine Stunde quellen lassen
- Blätterteig auswallen und 4 Rondellen zu ca. 12 cm Durchmesser ausstechen
- Die Quarkmasse in die Mitte der Rondellen geben
- Die Teigländer mit Eigelb bestreichen, zusammenfalten und die Ränder danach mit einer Gabel andrücken.
- Die Krapfen mit Eigelb bestreichen und mit einer Gabel mehrmals einstechen. Bei 180 °C 20 Minuten backen
- Mit Puderzucker bestreuen und mit Saisonfrüchten servieren



Serviervorschlag – En Guete!

BEWOHNENDE

Bewohnerrat

An der letzten Bewohnerrats-sitzung wurde über die Ge-staltung der Eingangsberei-che diskutiert. Dabei kam klar zum Ausdruck, dass sich die Bewohnerinnen und Bewoh-ner im Altersheim Martinspark mehr Wohnlichkeit wünschen. Durch einen Teppich wurde dieser Bereich inzwischen verschönert. Überdies fänden sie ein Aquarium ganz toll.

Generell wird das Essen in den Altersheimen Baar sehr gelobt, vereinzelt gibt es hier und da auch Kritik oder zu-mindest Optimierungsvor-schläge.

An der Zusammenkunft wird aber durchaus auch Lob ver-teilt, zum Beispiel für die Sauberkeit und die Wäsche-versorgung oder für das Tur-nen.

Ein Aufruf an alle Bewohne-rinnen und Bewohner: „*Sie können Anliegen, welche nicht Sie persönlich, sondern das Wohnen und Leben all-gemein in den Altersheimen Baar betreffen, gerne an ei-nes der nachfolgend aufge-führten Mitglieder der Bewoh-nervertretungen richten*“.

Altersheim Bahnmatt: Frau Frieda Grieder, Zi 206

Altersheim Martinspark: Herr August Wiesendanger, Zi E03, Frau Emma Lasen, Zi E06, Herr Hans-Rudolf Zür-cher, Zi E17 und Frau Anna Imfeld Zi 212

Bewohnerportrait

(Interview vom 2. April 2015 mit Frau Alice Hug, AH, durch Ruth Ryser, RR).

Alice Hug wohnt seit August 2007 im Altersheim Martins-park.

RR: Wie war Ihre letzte Wohnsituation?

AH: Nachdem mein Ehemann verstorben ist, lebte ich allei-ne in einer Eigentumswoh-nung in Baar.

RR: Warum erfolgte der Um-zug zu uns ins Altersheim Martinspark?

AH: Nach einem Spitalaufent-halt war es mir leider nicht mehr möglich, in meine Woh-nung zurückzukehren.

RR: Was war am schwierigsten?

AH: Die neue Umgebung machte mir zuerst Mühe, doch ich habe wirklich ein sehr schönes und geräumiges Zimmer erhalten. Zudem konnte ich einige von meinen privaten Möbeln mitnehmen, so fühlte ich mich schnell zu-hause. Den Martinpark habe ich vor meinem Eintritt schon gekannt. Ich habe lange Zeit als freiwillige Helferin beim Mittagsclub mitgeholfen.

RR: Was gefällt Ihnen im Mar-tinspark?

AH: Ich pflege guten Kontakt zu den Pflegemitarbeitenden, schätze das feine Essen und die sehr zentrale Lage. Ich bin auf den Rollstuhl angewiesen, es ist mir trotzdem möglich, selbstständig das nahe ge-legene Restaurant zu besuchen oder Rundgänge ums Haus zu machen.

RR: Was ist ihr Lebensmotto?

AH: Jeden Tag nehmen wie er kommt.

RR: Herzlichen Dank für das Gespräch.



Alice Hug

Herzliche Gratulation!

Am 17. Februar 2015 konnte Frau Susanna Amberg ihren stolzen 102. Geburtstag feiern. Mit ihren Angehörigen, der Geschäftsleitung, Vertre-tern der Gemeinde, den Be-wohnenden und Mitarbeiten-den wurde bei einem feinen Apéro auf diesen hohen Ge-burtstag angestossen. Wir wünschen Frau Amberg wei-terhin gute Gesundheit und alles Gute.



Susanna Amberg mit ihren Familienangehörigen

PERSONELLES

Kinaesthetics – ein Bewe-gungskonzept zur Förde-rung des selbstbestimmten Handelns

Die Vorstellung von Alter ist oft mit der Befürchtung ver-bunden, dass dieser Lebens-abschnitt zu Gebrechlichkeit oder anderen Beschwerden führt und mit der Einbusse von Lebensqualität einher-geht. Alte Menschen müssen

aber nicht zwingend steif und unbeweglich werden.

Viele Menschen schränken im Alter ihre Tätigkeiten ein, weil sie Angst davor haben, zu fallen oder gar zu stürzen. Je mehr ein Mensch aber seine Bewegungsmuster einschränkt, desto ungelenkiger wird er. Und je ungelenkiger er wird, umso mehr verliert er seine Balancefähigkeit. Dies wiederum führt zu einem grösseren Sturz- und Verletzungsrisiko und verständlicherweise zu noch mehr Angst.

In „Kinaesthetics Lebensqualität im Alter“ geht es darum, die eigenen Bewegungsmöglichkeiten neu oder wieder zu entdecken. Dadurch können Menschen lernen, die Gestaltung von Alltagsaktivitäten an ihre aktuellen, individuellen Fähigkeiten und Möglichkeiten anzupassen – und trotz abnehmender Ressourcen beweglich zu bleiben oder zu werden.

Uns ist es ein Anliegen, die Bewohnenden und Pflegenden darin zu unterstützen, die eigenen Möglichkeiten zu entdecken und zu nutzen. Um diesen Prozess zu fördern, bieten wir regelmässige Mitarbeiterschulungen an. Als erweitertes Angebot, zur individuellen Unterstützung von Bewohnenden und Pflegenden, besteht die Möglichkeit einer persönlichen Beratung durch die Kinaesthetics – Trainerin. Anfragen können über die jeweiligen Abteilungsleitungen erfolgen.

Gertrud Glauser, Ausbildungsverantwortliche

Personalausflüge

Das Organisationskomitee Personalanlässe (OKPA) organisiert jedes Jahr Ausflüge für alle Mitarbeitenden und freiwilligen HelferInnen der Altersheime Baar.

Das Komitee setzt sich zusammen aus Elvira Sabedini, Bewohneradministration, Emanuela Jagendorfer Personaladministration, Sonja Alden, Nachtwache und Esther Pellegrini, Aktivierung und Bettendisposition.

Für das Organisationsteam ist es immer wieder eine riesige Herausforderung das Passende zu finden, da die Interessen und Vorlieben ganz unterschiedlich sind.



Dieses Jahr ist ein Flip-Flop-Workshop und ein Flossbau-Tag geplant. Dies sind für einmal etwas andere „Ausflüge“ als gewohnt, machen aber sicher nicht weniger Spass.



(H)UUSBLICK Jubiläumsanlass

Am **Samstag, 13. Juni 2015**, ist es soweit – wir feiern das 20-jährige Bestehen des Altersheims Martinspark mit einem Grossanlass.

Von 10.30 bis 13.30 Uhr dauert der festliche Akt, welcher

für die Bewohnenden der Altersheime Baar, ihre Angehörigen sowie für speziell geladene Gäste reserviert ist.

Am Nachmittag treten Kliby & Caronline, der Top-Bauchredner – das Lachpaar der Nation wie auch die Kindertrachtentanzgruppe Baar auf. Für die Kinder und Familien gibt es eine gedeckte Riesenhüpfburg, eine Schminkecke, Büchsen-schiessen und ein Glücksrad. Den musikalischen Abend bestreitet die Baarer Gruppe „Concerto Furioso“ und den ganzen Tag hindurch werden Sie von unserem Küchenteam kulinarisch verwöhnt.

Am **Samstag, 27. Juni 2015**, findet das Sommerfest im Altersheim Bahnmatt statt.

Dienstjubiläen (Mai bis Juli 15):

5 Dienstjahre

- Verena Ehrler, Hotellerie
- Sonja Frischherz, Hotellerie
- Ruth Gadiant, Hotellerie
- Cica Nikitic, Hotellerie
- Monika Radi, „wohnen plus“
- Vjekoslav Simic, Nachtwache
- Selita Stadelmann, „wohnen plus“
- Elisabeth Wettach, Hotellerie

15 Dienstjahre

- Andrea Mentrup, Leiterin „wohnen plus“

20 Dienstjahre

- Rita Fässler, Park-Café
- Marianne Hossle, Aktivierung
- Maria Urben, Nachtwache