

LEBENSKREIS



Heimblatt des Bürgerheims St. Nikolaus von der Flüe - Schlanders

Ausgabe Oktober, November, Dezember 2010 / Januar 2011 - Erscheinungsdatum: 01. März 2011 - Nr. 1



10 Jahre Kinaesthetics im Bürgerheim

Inhalt

Es ist Bewegung	3
10 Jahre Kinaesthetics im Bürgerheim	4
Umbau Bürgerheim: Rückblick und aktuelle Situation	8
Die Übersiedelung nach Mals aus Sicht einer Mitarbeiterin	12
Stimmen zur Übersiedelung nach Mals.....	14
Schnappschüsse	16
Mein freiwilliger Zivildienst im Bürgerheim	18
Generationentreffen im Bürgerheim	21
Herzlich Willkommen	22
Im Gedenken	23
Geburtstage	24
Mitarbeiter.....	25
Gratulationen	25
Gedanken	26
Heiteres	27

Impressum

Eigentümer und Herausgeber: Bürgerheim St. Nikolaus von der Flüe - ÖBPB/APSP
Eingetragen in das Register der Betriebe für Pflege- und
Betreuungsdienste, gemäß Art. 18, 1 des Regionalgesetzes
vom 21.09.2005, nr.7; Einschreibungsnummer 015/2008

I-39028 Schlanders, Dr.-Karl-Tinzi-Str. 19

Tel. +39 0473 748600 - Fax +39 0473 620125 - info@altersheim-schlanders.it

MwSt.-Nr. 00678820218 - St.-Nr. 93001110217

Verantwortlich im Sinne des Pressegesetzes sind die jeweiligen Autoren

Redaktion: Monika Wellenzohn, Christof Tumler, Andreas Wiesler, Eva Dr. Schorn,
Bernhard Dr. Tschenett

Erscheint 3 mal im Jahr, Druck in Eigenvervielfältigung

Redaktionsschluss für die nächste Ausgabe: 31. Mai 2011

Hinweis:

Zur besseren Verständlichkeit und leichteren Lesbarkeit wird in dieser Zeitung auf die Formen –In und –Innen zu Gunsten einer geschlechtsneutralen Schreibweise verzichtet.

Es ist Bewegung

Was erkennen wir
als den wesentlichen Ausdruck des Lebens
in der sichtbaren Schönheit vor uns?

Es ist Bewegung.
In Linien, Farben, im Wechsel der Jahreszeiten,
im Heben und Fallen der Wellen,
im Wind, im Sturm,
in aller Schönheit der Natur ist ständig Bewegung.

Bewegung verursacht Tag und Nacht
und den Wechsel der Jahreszeiten
und diese Bewegung vermittelt uns
die Vorstellung von Zeit.
Sonst gäbe es keine Zeit,
denn in Wirklichkeit gibt es nur Ewigkeit.

Dies lehrt uns, dass hinter allem,
was wir lieben und bewundern,
beobachten und verstehen,
ein verborgenes Leben ist,
und dieses Leben ist unser Sein.

Hazrat Inayat Khan, indischer Mystiker und Musiker



10 Jahre Kinaesthetics im Bürgerheim

Im Jahre 2000 wurde in unserem Haus der erste Grundkurs in Kinaesthetics abgehalten. Die Idee und das Interesse kam von Seiten des Pflegepersonals, welches gehört hatte, dass mit Kinaesthetics pflegebedürftige Menschen nicht mehr gehoben und getragen werden müssen, sondern dass sie so bewegt werden können, dass sich arbeitsbedingte Rücken- und Gelenkschmerzen, aber auch Rückenschäden, welche durch Heben und Tragen entstehen, vermeiden lassen.



Kinaesthetics Grundkurs

Interessiert aber skeptisch entschloss ich mich, an diesem Kurs teilzunehmen. In den 4 Tagen, welche ein Grundkurs beansprucht, wurden meine Annahmen, mein theoretisches Wissen über das Funktionieren des menschlichen Körpers grundlegend erschüttert und eine spannende Auseinandersetzung mit meinem eigenen Körper, seinen Fähigkeiten und Bewegungsmöglichkeiten

begann und begleitet mich noch heute in der Arbeit mit anderen Menschen.

Was ist Kinaesthetics?

Das Wort Kinaesthetics setzt sich zusammen aus zwei Begriffen: Kinesis = Bewegung und Aesthetics = Wahrnehmung.

Die Grundidee dieser Lehre über Bewegungswahrnehmung basiert auf naturwissenschaftlich fundiertem Wissen.

Über Bewegungswahrnehmung versucht Kinaesthetics der Frage nachzuspüren, wie der Mensch funktioniert.

Kinaesthetics ist also ein Lernkonzept, welches über Eigenerfahrung hilft, eigene Bewegung bewusst wahrzunehmen, bewusst zu erweitern und für die eigene Gesundheitsentwicklung zu nutzen.

Die grundlegende Fähigkeit sich zu bewegen und im Raum gegen die Schwerkraft auszubalancieren erlernen wir im Kindesalter. Wir können diese Fähigkeit immer weiter entwickeln und sie bis ins hohe Alter erhalten, sofern wir aktiv und gesund bleiben.

Normalerweise achten wir nicht bewusst auf unsere Bewegungswahrnehmung und unsere Bewegungsabläufe. Wenn wir jedoch Bewegungskompetenzen erweitern wollen, ist die Bewegungswahrnehmung von großer Bedeutung. Wir können nur durch bewusstes Wahrnehmen automatisierte Bewe-

gungsabläufe analysieren, verändern, optimieren und somit an besondere Situationen anpassen.

Die Fähigkeit zur Anpassung und Veränderung beeinflusst die Gesundheit. Wenn wir im Pflegealltag rechtzeitig spüren, dass wir uns übermäßig anstrengen müssen und unser Rücken oder andere Gelenke und Strukturen Schaden erleiden, können wir bewusst Bewegungsabläufe verändern und Bewegungsvarianten entdecken, entwickeln und ausprobieren. Dies trägt dazu bei, dass wir eigenverantwortlich und selbstwirksam uns die Arbeit erleichtern und bleibende Schäden verhindern.

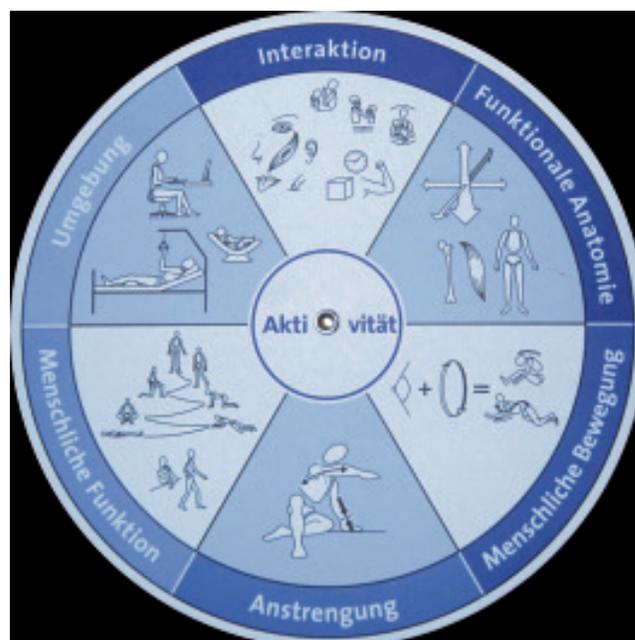
Die Sensibilität im eigenen Körper hilft uns, anderen Menschen wirksame Bewegungsunterstützung zu geben, so dass auch diese wiederum lernen können, sich mit weniger Anstrengung zu bewegen.

Die eigenen Fähigkeiten und Möglichkeiten zu entdecken, ist für jeden Menschen von Bedeutung, selbst wenn eine chronische Krankheit oder Behinderung vorliegt. Für unsere Betreuungsarbeit bedeutet dies, dass Pflegende und Therapeuten ihre Sinneswahrnehmung und Bewegungskompetenz schulen können und so die Fähigkeit erlangen, alltägliche Handlungen situationsangepasst und gemeinsam mit den betroffenen Menschen durchzuführen. Dadurch entdeckt der hilfsbedürftige Mensch seine noch vorhandenen Ressourcen neu. Selbst Menschen, die nur geringe As-

pekte der Eigenaktivität zeigen, können diese durch entsprechende Unterstützung langsam und schrittweise erweitern. Wenn ein Mensch erfährt, dass er noch etwas selbst tun kann, dann hat das direkte Auswirkung auf sein Selbstwertgefühl und seine Gesundheit. Damit wird Gesundheit als ein Lernprozess verstanden. Dieser Lernprozess ist in jeder Lebensphase möglich und sollte jedem Menschen zugestanden werden.

Wie arbeitet Kinaesthetics?

In den Kinaesthetics-Grundkursen lernen die Teilnehmer sechs grundlegende Konzepte kennen. Mit diesen Konzepten sind sie in der Lage Bewegungsabläufe aus verschiedenen Blickwinkeln zu betrachten, diese differenziert zu zerlegen, zu analysieren und zu reflek-



Die 6 Konzepte der Kinaesthetics

lesen Sie weiter auf Seite 6

Fortsetzung von Seite 5

tieren. Das ist hilfreich den zu betreuenden Menschen ein passendes Unterstützungsangebot zu machen.

Die Konzepte sind folgende:

1. Konzept: Interaktion

Hier geht es um die Qualität des Austausches zwischen zwei Menschen, damit der zu betreuende Mensch genügend Zeit und Raum bekommt, um einen Bewegungsablauf aktiv mitzugestalten.

2. Konzept: Funktionale Anatomie

Hier geht es um die anatomischen Grundlagen für die Bewegung und den Gewichtsverlauf in der Schwerkraft, damit Menschen sich bei der Bewegung an ihren anatomischen Strukturen orientieren können.

3. Konzept: Menschliche Bewegung

Es geht um die Bausteine einer Bewegung und Bewegungsmuster, damit Menschen ihrem natürlichen Bewegungsablauf folgen können.

4. Konzept: Anstrengung

Anstrengung geschieht über das effektive Gestalten von Ziehen und Drücken, damit Menschen ihre Eigenaktivität gezielt einsetzen und ihre Anstrengung reduzieren können.

5. Konzept: Menschliche Funktion

Es geht darum die verschiedenen Positionen, welche ein Mensch einnehmen kann zu ergründen und zu erkennen, für welche Aktivitäten diese sinnvoll sind und wie diese genutzt

werden können, damit Menschen ihre Balancetätigkeit in der Schwerkraft erhalten oder wiederentwickeln können.

6. Konzept: Umgebung

In diesem Konzept geht es um äußere Faktoren, die Bewegung fördern oder blockieren, damit Rahmenbedingungen zum Erhalt von Eigenaktivität und Selbstkontrolle geschaffen werden.



Sturzprophylaxe durch regelmäßiges Üben des Aufstehens vom Boden

Im Aufbaukurs können die Teilnehmer ihr Wissen über das Kinaesthetics-Konzeptsystem verfestigen und vertiefen, ihre persönliche Bewegungskompetenz erweitern und in der Arbeit mit beeinträchtigten Menschen hilfreich nutzen. Zusätzlich lernen sie, Lernprozesse in der Praxis zu gestalten, zu variieren und Lernfortschritte festzustellen und zu dokumentieren.

Die Peer Tutoren Ausbildung ist die nächste Stufe der Kinaesthetischen Entwicklung. Peer Tutoren sind in ihrem Arbeitsteam die Ansprechpartner be-

zöglich Kinaesthetics. Sie sind geschult, die Lernprozesse der Kollegen in der Praxis zu unterstützen Sie erweitern ihr Kinaesthetics-Fachwissen und entwickeln ihre methodisch-didaktischen Kompetenzen um für ihre Mitarbeiter Lernumgebung förderlich zu gestalten. Zurück zum Jahre 2000 – damals begann der kinaesthetische Entwicklungsprozess in unserem Hause. In den folgenden Jahren wurden weitere Grundkurse, Vertiefungstage und später auch Aufbaukurse in Kinaesthetics und Peer-Tutoren-Kurse angeboten und es dauerte nicht lange, bis die Wirksamkeit von Kinaesthetics erkennbar wurde. Die Forderung nach mehr Weiterbildung in diesem Bereich, kam aus den Reihen der Pfleger, welche eine spürbare Arbeitserleichterung feststellen konnten. Kinaesthetisches Arbeiten, ohne Heben und Tragen ist rückenschonend – es gibt weniger Arbeitsausfälle aufgrund von Rückenschmerzen! Kinaesthetisches Arbeiten verbessert sowohl die eigene Beweglichkeit, als auch die Beweglichkeit des Bewohners – Gesundheitsentwicklung! Kinaesthetisches Arbeiten steigert die Arbeitsqualität der Mitarbeiter. Kinaesthetisches Arbeiten steigert die Lebensqualität der Bewohner. Arbeiten mit Kinaesthetics macht Spaß, die Freude und Motivation steigt – Zufriedenheit der Mitarbeiter beeinflusst direkt das Wohlbefinden der Bewohner. Zu Beginn des Jahres 2010 fand unter

Führung von Stefan Knobel, (Pflegeexperte, Erwachsenenbildner, Kinaesthetics Ausbildner, Kinaesthetics Management Ressourcenpool Education) ein Kinaesthetics-Assessment in unserem Hause statt. In Zusammenarbeit von Präsidentin, Direktor, Pflegedienstleitung, Wohnbereichsleitern, drei Peer Tutorinnen und mir, wurde evaluiert, auf welchem Stand sich das betriebsinterne Können und Wissen bezüglich Kinaesthetics befinden und welche Maßnahmen weiterhin notwendig sind, um die Kompetenz der Mitarbeiter zu fördern.

Auf Organisations- bzw. Führungsebene wurde klar, dass der Betrieb weiterhin die Rahmenbedingung schafft, damit Mitarbeiter kontinuierlich weitergebildet und geschult werden können.



Der Pflegebereich sah Handlungsbedarf in der regelmäßigen systematischen Analyse der Wirkung von Kinaesthetics in der Praxis. Anhand von konkreten Fallbeispielen sollen nun Lernprozesse dokumentiert und somit die Wirkung transparent gemacht werden.

*Edeltraud Kiesenebner,
Physiotherapeutin*

Umbau Bürgerheim: Rückblick und aktuelle Situation

Wie allgemein bekannt sein dürfte, wurde der Termin für die Übersiedelung ins „alte“ Martinsheim nach Mals mit 03. November festgesetzt. Die Folge war, dass sämtliche handwerkliche Arbeiten in Mals bis spätestens ca. 20. Oktober durchgeführt sein mussten. Schließlich musste das Heim auch noch eingerichtet, beschildert und dekoriert werden.



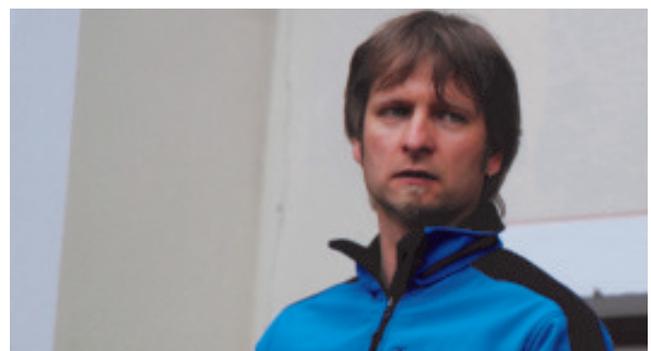
Tatkräftige Mithilfe von Freiwilligen

So ist es an einigen Tagen vorgekommen, dass sich bis zu 25 Handwerker auf der Baustelle in Mals befanden, um die Arbeiten termingerecht abzuschließen. Ein großer Dank gilt an dieser Stelle unserem Hauswirtschafter Herrn Walter Stieger und unserem Hausmeister Herrn Siegfried Stieger, die alle Arbeiten koordinierten und größtenteils bei den Arbeiten auch selbst Hand anlegten. Ein weiterer herzlicher Dank sei an folgende Personen gerichtet: Herr Leopold Schuster, Herr Norbert Gurschler, Herr Heinrich und Hermann Gemassmer, Herr Walter Habicher und



Hauswirtschafter Walter Stieger

Herr Heinrich Fliri; sie haben bei den verschiedensten Arbeiten tatkräftig mitgeholfen, vom Entrümpeln bis zum Montieren der Waschbecken, von der Reinigung bis zu kleineren Elektrikerarbeiten u.v.a.m. So konnten in der letzten Oktoberwoche die Arbeiten größtenteils beendet und mit dem Einrichten und Dekorieren begonnen werden. Für diese Aufgabe waren die letzten Oktobertage einige Mitarbeiter, welche größtenteils ab November im „alten“ Martinsheim in Mals ihren Dienst antraten, ein-



Hausmeister Siegfried Stieger

geteilt worden. Es war richtig schön mitzuerleben, mit welcher Freude, Begeisterung und Motivation die Mitarbeiter daran gingen, das Haus zu schmücken und wohnlich herzurichten. Jeden Tag



Dekorationsarbeit

konnte nun ein Fortschritt entdeckt werden und die Zuversicht, den Umzug mit 03. November über die Bühne zu bringen, erhöhte sich von Tag zu Tag. Sehr gefragt und gefordert war in dieser Zeit auch unser EDV- Fachmann Herr Dr. Bernhard Tschenett, der sich um die technischen Anlagen und die Vernetzung der Computer kümmern musste. Schließlich sollte auch in Mals mit der elektronischen Pflegedokumentation und –planung weitergearbeitet werden können.

Schließlich war er da, der Tag der Übersiedelung. Noch am Morgen wurden mit den hauseigenen Fahrzeugen und mit Hilfe der Fahrzeuge von zwei Tischlern die letzten persönlichen Sachen der

übersiedelnden Bewohner, aber auch noch Tische, Stühle und viele andere private Gegenstände aus den Bewohnerzimmern nach Mals gebracht. Dies sorgte unter den Bewohnern für ziemliche Unruhe, waren doch einige unter ihnen der Meinung, auch sie müssten nach Mals aussiedeln, obwohl davon nie eine Rede war.

Immerhin konnten die Bewohner noch in ihrem Wohnbereich das Mittagessen einnehmen, bevor sie vom Busunternehmen „Martelltalreisen“ abgeholt und nach Mals chauffiert wurden. Natürlich standen auch Behindertenbusse für die pflegebedürftigeren Bewohner bereit. Auch für die Angehörigen, die die Bewohner in dieser Zeit des Umzuges begleiteten und eine Mitfahrgelegenheit brauchten, war gesorgt.

Im „alten“ Martinsheim in Mals wurden die 32 Bewohner dann von den Präsidentinnen des Schlanderser und Malser Altenheimes, Frau Monika Wellenzohn



V.l.n.r.: Dr. Roland Reinalter, Monika Wellenzohn, Dr. Brigitte Höller und Christof Tumler

lesen Sie weiter auf Seite 10

Fortsetzung von Seite 9



Referent für Soziales Heinrich Fliri und Bürgermeister Dieter Pinggera

und Frau Dr. Brigitte Höller herzlich willkommen heißen. Grußworte an die „Übersiedler“ richteten weiters der Bürgermeister Herr Dr. Dieter Pinggera und der Referent für Soziales Herr Heinrich Fliri. Auch allen Mitwirkenden wurde ein großes Lob für die durchgeführten und gelungenen Sanierungsmaßnahmen ausgesprochen. Ebenso wurde auf die gute und konstruktive Zusammenarbeit der Verwaltungen des Altersheimes Mals und Schlanders hingewiesen. Im Nachhinein kann gesagt werden, dass die Übersiedelung ohne größeren Probleme erfolgt ist. Sicherlich mussten sich die Bewohner in Mals erst an die neue Umgebung gewöhnen: z.T. wurden sie von Mitarbeitern aus einem anderen Wohnbereich gepflegt und überhaupt war Vieles neu. Vom Personal musste erst einmal erprobt werden, wie

die Arbeiten in Mals am besten eingeteilt und koordiniert werden können. Ein Dank geht an dieser Stelle an unsere Bewohner und ihre Angehörigen für die aufgebrachte Geduld in dieser Zeit. Nach und nach wurden jedoch die Dienstzeiten immer besser auf die Bewohner abgestimmt und nach einer anfänglich spürbaren Unruhe kehrte auch bei ihnen der normale Alltag wieder ein. Nachdem nun in Mals 32 Bewohner für die nächsten 3 Jahre ein „neues Zuhause“ gefunden hatten, mussten die hausinternen Verlegungen im Bürgerheim angegangen werden. Im Großen und Ganzen sind auch diese Verlegungen reibungslos über die Bühne gegangen und auch in den zwei neu zusammengesetzten Wohnbereichen kehrte schon bald wieder Normalität und Ruhe ein.



„Herzlich Willkommen“

Wie bereits in der letzten Nummer der „Lebenskreise“ angeführt, ist in den Monaten August/September 2010 die Ausschreibung für das 2. und 3. Bauos betreffend die bauliche Umgestaltung

und Erweiterung mittels Neubau eines Teiles der Bürgerheimes in den wichtigsten lokalen und nationalen Medien veröffentlicht worden. Daraufhin hatten



Angebotsöffnung

die interessierten Firmen bis Ende Oktober Zeit, ihr Angebot im Bürgerheim zu hinterlegen. Neben dem wirtschaftlichen Angebot für die Ausführung der Arbeiten wurden folgende Kriterien bei der Auftragsvergabe berücksichtigt:

- Funktionalität und technische Güte
- Organisation und Sicherheit
- Zeit- und Ressourcenmanagement und Form, inhaltliche Vollständigkeit und Übersichtlichkeit der abgegebenen Dokumentation.

An der Ausschreibung hatten sich fünf Firmen beteiligt. Schlussendlich ging die Bietergemeinschaft Costruzioni Iobstraibizer GmbH/PVB Solutions AG aus Trient als Siegerin des Wettbewerbes hervor.

Anfang Dezember wurde der Siegerfirma mitgeteilt, dass sie den Auftrag als Generalunternehmen mit einem Abschlag von 9,226% auf die Ausschreibungssumme von Euro 7.563.489,75 erhalten hat und dass es nach der

Sperrfrist von 35 Tagen zur Vertragsunterzeichnung kommen könnte. Innerhalb der Sperrfrist von 35 Tagen (10.01.2011) hat keine der anbietenden Firmen Rekurs eingereicht und somit kann Mitte Februar der entsprechende Vertrag unterzeichnet werden. Dies bedeutet, dass Ende Februar, Anfang März mit den Arbeiten begonnen werden kann. Aus diesem Grund werden nun in den Wohnbereichen im Bürgerheim Schlanders im A- Trakt die nötigen Aufenthaltsräume und Pflegestützpunkte eingerichtet. Ebenso muss der B-Trakt vollständig ausgeräumt werden.

Ich denke, dass wir, nach einigen Jahren der Diskussionen über Umbau oder Neubau des Bürgerheimes, der Präsentation des Projektes in den verschiedensten politischen Gremien und der langen, mühsamen und schwierigen Suche nach einem Ausweichquartier, nunmehr an einem guten Punkt angekommen sind und den nächsten Monaten zuversichtlich und getrost entgegen sehen können. Ich bin nach wie vor von unserem Projekt überzeugt und danke dem Verwaltungsrat des Bürgerheimes, der Gemeindeverwaltung und meinen Mitarbeitern für die tägliche Unterstützung dieses Vorhabens. Ich bin sicher, dass wir für unsere älteren Mitbürger eine Einrichtung schaffen, in der sie gut versorgt werden und sich wohlfühlen können.

Christof Tumler, Direktor

Die Übersiedelung nach Mals aus Sicht einer Mitarbeiterin

Am 3. November 2010 war es schließlich soweit. Die Umbauarbeiten im „alten Spital“ von Mals waren größtenteils erledigt und dem Umzug von 32 Bewohnern vom Bürgerheim Schlanders in die Außenstelle nach Mals stand nichts mehr im Wege.

Dank des tatenkräftigen Einsatzes aller war aus dem „alten Spital“, welches seit 6 Jahren unbewohnt war, in Rekordzeit ein gemütliches Zuhause entstanden.

Jeder Bereich stand vor einer Herausforderung, die es zu bewältigen galt. Es mussten neue Arbeits- und Aufgabeneinteilungen erstellt werden, damit der Wechsel so reibungslos wie möglich ablaufen konnte. Es waren viele Gespräche notwendig. Es galt ein offenes Ohr für die vielen Fragen, Sorgen und Wünsche von Seiten der Bewohner und ihrer Angehörigen aber auch dem Personal zu haben, da jedem bewusst war, dass die Außenstelle Mals für einige Jahre ein neues zu Hause werden wird.

Am 03.11.2010 nach dem Mittagessen ging es los. Angehörige, zusätzlich eingeteilte Mitarbeiter und Freiwillige begleiteten die Bewohner nach Mals. Einige Bewohner fuhren mit ihren Angehörigen, andere mit den vom Haus organisierten Transportmitteln.

Man konnte in den Gesichtern der Bewohner etwas Wehmut erkennen und vielen fiel der Abschied vom Bürger-



Aufbruchsstimmung

heim Schlanders schwer. Viele hatten dort für einige Jahre ihr Zuhause gefunden, hatten Freundschaften mit anderen Senioren oder auch Mitarbeitern geschlossen und nun waren alle, teils ängstlich, teils erwartungsvoll gespannt auf ihr neues Zuhause in Mals.

Nach einer halben Stunde Fahrt erreichten alle ihr Ziel. Im „alten Spital“



Ankunft in Mals

hatten derweil alle ihr Bestes getan, um den Ankömmlingen eine freundliche Begrüßung zu beschern. Die Zimmer waren mit den persönlichen Dingen, wie Bilder und Fotos eingerichtet worden. In der Eingangshalle des Hauses hatte das Küchenpersonal eine festlich gedeckte Tafel aufgestellt. Die neuen Bewohner wurden mit einem kleinen Umtrunk herzlich begrüßt.

Für Alle, Heimbewohner, Angehörige sowie das gesamte Personal, welches nach Mals ging, war und ist es noch eine große Herausforderung, der sie sich stellen. Vieles ist noch ungewohnt, viele Schwierigkeiten und Probleme, welche

man erst später erkennen konnte, als man die Arbeit aufnahm, mussten und müssen noch bewältigt werden. Das teils neu zusammengestellte Team lebte sich recht gut ein und auch vielen Bewohnern fiel das Einleben in die neue Umgebung nicht schwer. Andere akzeptieren zwar, dass sie in Mals vorerst ein neues Zuhause gefunden haben, denken aber mit etwas Wehmut an ihr „altes Zuhause“ in Schlanders. Jedoch sind sich alle einig, dass das „olte Molser Spitol“ sein Flair nicht verloren hat.

Kathrin Stecher, Sozialbetreuerin



Stimmen zur Übersiedelung

Wie erlebten Mitarbeiter, Bewohner, Angehörige und Freiwillige Helfer die Zeit vor, während und nach der Aus- bzw. Umsiedelung

Hauswirtschaft

„...man wusste bis kurz vor der Übersiedelung nicht genau welche Bewohner nach Mals kommen“

„...die Arbeitsabläufe zwischen den Bereichen waren gut koordiniert“

„...es herrschte vor dem Umzug große Unruhe bei einigen Bewohnern (möchte lieber hier bleiben)“

„...Bewohner, welche in Schlanders blieben, fühlten sich in der ersten Zeit nach dem Umzug recht verloren und einsam“

„...die interne Umsiedlung im Bürgerheim war gut vorbereitet und wurde ohne größere Probleme durchgeführt“

„...mittlerweile hat sich die Situation beruhigt und hat sich sehr zum Positiven entwickelt“

Pflege Bürgerheim

„...vor dem Umzug waren einige Mitarbeiter sehr verunsichert, da man nicht wusste, welche Mitarbeiter zusammen bleiben, welche Bewohner wohin kommen usw.“

„...während der internen Umsiedelung im Bürgerheim herrschte anfangs Unsicherheit unter den Bewohner, die sich nach kurzer Zeit wieder legte“

„...der interne Umzug gestaltete sich

sehr mühevoll“

„...die Zusammenarbeit der Mitarbeiter während der Aus- bzw. Umsiedelung funktionierte reibungslos“

„...das Arbeiten auf zwei Etagen (1. und 2. Stock) erwies sich anfangs als sehr schwierig“

„...mittlerweile fühlen sich die Bewohner wieder wohl in ihrem neuen Wohnbereich“

„...es herrscht Unsicherheit wie es weitergeht (Bauarbeiten, erneute interne Umsiedelung usw.)“

Pflege Mals

„...die Mitarbeiter, die nach Mals gingen waren sehr gespannt auf ihren neuen Arbeitsplatz“

„... der Umzugstag selbst war sehr gut organisiert und verlief reibungslos“

„...das zusätzlich eingesetzte Personal hätte es für einen längeren Zeitraum gebraucht“

„... einige Arbeitsabläufe funktionieren noch nicht optimal“

„... alle Mitarbeiter bemühten sich sehr, den Bewohnern die Zeit der Veränderung so angenehm wie möglich zu gestalten“

„... eine Umstellung ist auch der Arztwechsel (Arztvisiten sind aufwendiger)“

„... es kommen weniger Besuche von Angehörigen“

Heimbewohner Mals

„...es war eine große Umstellung von Schlanders nach Mals.“

„...man fühlt sich etwas abgeschoben“

„...wir sind zu weit entfernt von unseren Angehörigen“

„...die Umsiedelung hätte ruhig 2 Monate später sein können“

„... das Zimmer gefällt mir sehr gut“

„...ich bewundere die Mitarbeiter wie sie mit der auch für sie großen Herausforderung zu recht kommen“

„...die Luft in Mals tut gut“

„...der Wind ist manchmal etwas lästig“

„...das Essen ist gleich gut wie in Schlanders“

Freiwillige Helfer

„... der Umzug ist gut verlaufen“

„...die Teilung auf zwei Häuser ist gut spürbar (die Bewohner, die in Mals sind, fehlen in Schlanders und umgekehrt)“

„...die Wege in Mals sind steiler (für Rollstühle)“

„...die Dorfbevölkerung in Mals ist sehr freundlich“

„...wir versuchen unsere Mithilfe auch weiterhin zu gewährleisten (Schlanders und auch in Mals)“

Angehörige Mals

„... Der Umzug war gut organisiert“

„...der Empfang in Mals war wunderschön“

„...das Haus in Mals ist sehr heimelig und hat eine angenehme Atmosphäre“

„...unser Angehöriger fühlt sich sehr wohl hier“

„...die Besuche in Mals sind für uns kein Problem“

Angehörige Schlanders

„...zuerst war es eine große Umstellung von einem Stock in den anderen zu wechseln“

„...es herrschte zu Beginn etwas Unruhe und Chaos“

„... im Eingangsbereich ist es sehr ruhig geworden“

„...mittlerweile hat sich die Lage wieder gut eingependelt“

Andreas Wiesler, Freizeitgestalter



 Schnappschüsse



Tag der Begegnung ...



... mit Kaffee und Kuchen



Törggelefeier



Gemütliches Beisammensein



Haussegnung im „alten“ Martinsheim



Die Räumlichkeiten werden gesegnet



Savoyeschüler laden zum Buffet



Das Mittagessen ist angerichtet



Nikolausfeier in Schlanders



Nikolausfeier in Mals



Weihnachtsfeier in Schlanders



Weihnachtsfeier in Mals

Mein freiwilliger Zivildienst im Bürgerheim Schlanders

Interview mit Zivildienerin Stefanie Thaler

Warum hast Du Dich entschlossen, ein Jahr als Zivildienerin zu absolvieren?

Stefanie Thaler: Eigentlich ganz zufällig. Nach dem Abschluss der Oberschule LESO in Mals habe ich ein bisschen gejobbt. Dann war ich wieder einmal auf der Suche nach einer Arbeit und bin dann in der Zeitung „Vinschger“ auf das Inserat gestoßen, wo das Bürgerheim Schlanders freiwillige Zivildienster gesucht hat. Ich hatte schon im Laufe der Ausbildung an der LESO einige Praktikas in Altersheimen gemacht. Aber ich hatte keine Ahnung, welche Aufgaben man als Zivildienerin hat. Ich habe mich beim Direktor des Bürgerheims erkundigt und dann als Zivildienerin beworben.

Wie hat dein Umfeld reagiert, als man von deinem Entschluss gehört hat?

Durchwegs positiv. Alle, die mich kennen, wissen, dass es für mich gut investierte Zeit ist.

Welche Aufgaben hattest Du im Bürgerheim?

Ich wurde dem Wohnbereich 2 zugeteilt. Meine Arbeitszeit war wochentags von 7:45 Uhr bis 14:45 Uhr mit einer Stunde Mittagspause dazwischen. In dieser Zeit kümmerte ich mich um das

Frühstück der Bewohner, also Brote streichen, Kaffee richten, servieren, abräumen und halt alles was dazugehört. Manchmal waren Botengänge für Be-



Stefanie Thaler

wohner zu machen oder in die Apotheke, ins Labor im Krankenhaus zu gehen oder auch Bewohner zu begleiten. Es war nie langweilig.

Was hat Dir besonders gut gefallen?

Eigentlich alles. Mir fällt überhaupt nichts Negatives ein. Ich bin im Team gut aufgenommen worden. Einige der Mitarbeiter habe ich schon von der Schule her gekannt. Am Anfang wurde ich von Sonja als Bezugsperson in meine Aufgaben gut eingewiesen. Danach konnte ich die Arbeiten eigenständig durchführen. Besonders angenehm fand ich, dass man mir nicht ständig

hinterher gelaufen ist und ich meine Arbeiten nach meinem Rhythmus durchführen konnte. Ich konnte mich viel den Bewohnern widmen, ich hatte Zeit mich dazuzusetzen, mich mit ihnen zu unterhalten oder sie abzulenken. Ich hatte auch die Gelegenheit mit den Mitarbeitern der Pflege mitzuarbeiten und auch dieser Einblick war sehr interessant.

Was hat Dir dieses Jahr gebracht?

Mein Umgang mit alten Menschen hat sich verändert. Ich nehme sie bewusster wahr und habe einen anderen Zugang zu ihnen gefunden, ich kann mich besser in sie hineinversetzen.

Interview mit Zivildienstler Thomas Gambaro

Was waren deine Beweggründe für einen freiwilligen Zivildienst?

Thomas Gambaro: Ich habe zuerst die Gewerbeoberschule in Schlanders besucht und nach der Matura konnte ich mich nicht sofort entscheiden, ob ich ein Studium beginnen oder mir eine Arbeit suchen sollte. Da stieß ich auf ein Inserat des Bürgerheimes Schlanders, wo es hieß „freiwillige Zivildienstler gesucht“. Nach einem Erstgespräch wurde ich im Bürgerheim eingestellt.

Was waren deine Aufgaben im Bürgerheim?

Meine Aufgaben waren sehr abwechslungsreich. Ich war in drei Bereichen tä-

Welche Voraussetzung sollte ein Zivildienstler haben?

Es ist wichtig, dass er nett ist. Er sollte offen sein, flexibel und geduldig.

Wie geht es bei Dir jetzt weiter?

Nun werde ich mir wieder eine Arbeit suchen. Es muss auf jeden Fall etwas mit Menschen zu tun haben und etwas im sozialen Bereich sein. Ich habe gesehen, dass mir das liegt. Ich würde jedem das Bürgerheim empfehlen. Der Umgang mit Bewohner und Mitarbeitern ist nicht überall so wie hier.

Maria Prister, Altenpflegerin

tig: Wohnbereich 1, Freizeitgestaltung und Therapie.

Meine Aufgaben waren: das Frühstück zu machen, danach das Geschirr zu verräumen, mich mit den Bewohnern zu beschäftigen z.B. Karten zu spielen und mit ihnen zu reden.

Am Nachmittag hatte ich Kaffeedienst und anschließend war ich in der Freizeitgestaltung tätig. Spaziergänge mit den Bewohner gehörten ebenfalls zu meinen Aufgaben.

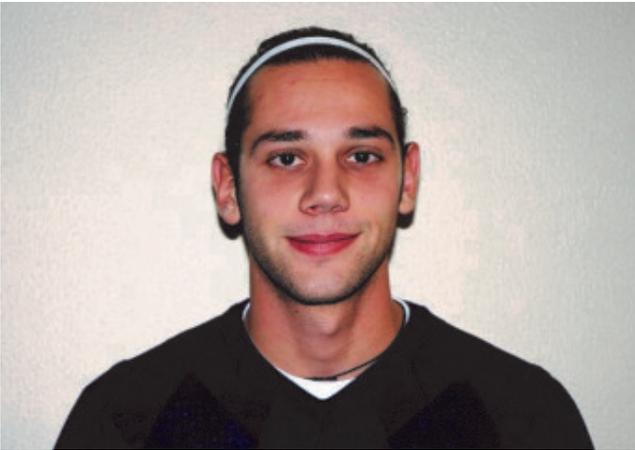
Ich war auch in der Therapie eingeteilt, um die Bewohner zu den Therapieangeboten zu begleiten.

lesen Sie weiter auf Seite 20

Fortsetzung von Seite 19

Wie hast Du Dich eingelebt?

Nach einer kurzen Eingewöhnungsphase kam ich mit meinen Aufgaben gut zurecht. Aufgrund der freundlichen Art der Mitarbeiter fühlte ich mich sofort sehr wohl im Bürgerheim.



Thomas Gambaro

Wie hast Du Dich gefühlt, was waren deine ersten Eindrücke?

Der Heimalltag war für mich neu. Ich hatte zuvor keine Erfahrungen mit alten Menschen gehabt, deswegen erhielt ich am Anfang meines Zivildienstes viele neue Eindrücke. Mit der Zeit habe ich mich gut eingefunden und dadurch war

der Umgang mit den Bewohnern leichter.

Eindrücke der Bewohner?

Zu Beginn meines Zivildienstes war es oft schwierig mit Bewohnern in Kontakt zu treten. Einige waren skeptisch oder unzugänglich und brauchten etwas Zeit um sich auf mich einzulassen. Es gab aber auch Bewohner die sofort offen und zutraulich waren. Nach einer kurzen Zeit des Kennenlernens war es mit den Bewohnern oft lustig und man konnte mit ihnen auch „a Hetz hobn“.

Was hast Du in dieser Zeit als Zivildienstler gelernt?

Vor allem den Umgang mit den alten Menschen. Ich habe gelernt geduldig und hilfsbereit zu sein und auf die Wünsche der Bewohner einzugehen.

Machst Du weiter in diesem Bereich?

Ich wäre nicht abgeneigt als Sozialbetreuer in einem Altersheim zu arbeiten, doch zurzeit habe ich keine Lust auf Schule und lernen.

Heidi Thoman, Sozialbetreuerin



Generationentreffen im Bürgerheim Schlanders

Das Bürgerheim "St. Nikolaus von der Flüe" in Schlanders stand am Donnerstag, den 28.10.2010 bereits zum zweiten Mal für ein Projekt der besonderen Art im Mittelpunkt: die SchülerInnen der 1. Hotelfachschule E der LBS Savoy aus Meran sorgten einen Vormittag lang für reichlich Abwechslung im Heimalltag. Nicht nur die Bewohner kamen auf ihre Kosten, nein auch die SchülerInnen hatten sehr viel Spaß. Die Klasse wurde in drei Gruppen eingeteilt. Die Unterhaltungsgruppe beschäftigte die Heimbewohner mit Musik, Tanz und bekannten



Heimbewohner mit SavoySchüler

Spielen wie Mensch-ärgere-dich-nicht oder Tombola. Die Kochgruppe griff gemeinsam mit ihrem Fachlehrer Roland Schöpf den Mitarbeitern in der Küche kräftig unter die Arme und bereitete neben einem kleinen Frührschoppenbuffet ein traditionelles drei Gänge Menü vor. Währenddessen sorgte das Serviceteam mit Unterstützung der Fachlehre-

rin Rosmarie Gander für einen schön herbstlich gestalteten Speisesaal. Pünktlich zur Mittagszeit um 11:45 Uhr wurden allen mobilen älteren Menschen das Menü mit Suppen als Vorspeise, "Fleischkrapfln" mit Kartoffelpüree als Hauptspeise sowie Pfirsich Melba als Dessert serviert.

Ein tolles Erlebnis war der Besuch im Bürgerheim, hat er doch allen eine positive Abwechslung geboten und die Berührungsangst zwischen den Generationen etwas abgebaut. Die SchülerInnen nahmen einen Sack toller lustiger Geschichten und kurioser Anekdoten aus längst vergangenen Zeiten mit nach Hause, denn auch die alten Menschen waren einmal jung. Einen großen Dank, damit dieses Projekt auf die Beine gestellt werden konnte, gilt der Küchenchefin Heinisch Gerlinde, der Präsidentin Frau Monika Wellenzohn Telser, der Direktorin der LBS Savoy Frau Beatrix Kerschbaumer Sigmund und dem Direktor des Bürgerheimes Herrn Christof Tumler.

Roland Schöpf, Küchenmeister



Herzlich Willkommen

Aufnahmen im Oktober 2010

Hedwig Wiedemann

Aufnahmen im November 2010

Karolina Blaas

Paula Kofler

Aufnahmen im Dezember 2010

Theresia Adam

Hildegard Brückmann

Aufnahmen im Januar 2011

Erna Rufinatscha

Aufnahmen in Kurzzeitpflege

Wilhelmine Abler

Johann Gemassmer

Anna Schöpf

Maria Eberhöfer

Johann Blaas

Maria Konrath

Cäcilia Egger

Herta Wöritz

Anna Fleischmann

Josefa Christina Maurer



Im Gedenken

*Jesus spricht:
Ich stehe vor der Tür und klopfe an.
Wer meine Stimme hört und die Tür öffnet, bei dem
werde ich eintreten, und wir werden Mahl halten,
ich mit ihm und er mit mir.*

Die Offenbarung nach Johannes 3,20



Rosa Wellenzohn
† 17.10.2010

Ida Kofler
† 25.10.2010

Erna Kössler
† 26.10.2010

Maria Eberhöfer
† 04.12.2010

Paula Kofler
† 21.12.2010

Anna Schöpf
† 22.12.2010

Filomena Bachmann
† 27.01.2011

Geburtstage

*Jeder, der sich die Fähigkeit erhält,
Schönes zu erkennen, wird nie alt werden.*

Franz Kafka

Herzlichen Glückwunsch zum Geburtstag!

Oktober 2010

Hildegard Brückmann
Rudolf Lampacher
Karl Plant
Ludwig Grüner
Maria Stricker
Johann Leo Gritsch
Otto Holzer
Aloisia Notburga Martin

November 2010

Aloisia Klotz
Valeria Visintainer
Katharina Mair
Katerina Nischler
Oswald Tumler
Hilda Ebensperger

Dezember 2010

Anna Schöpf
Anton Mair
Maria Kurz
Elfriede Fromme
Maria Verdross
Filomena Bachmann

Januar 2011

Primo Venosti
Regina Perkmann
Renzo Covi
Wilhelm Zuegg
Rosa Rinner
Hermine Bachmann
Ernst Tumler
Cäcilia Egger
Rosa Wegmann
Anna Matzohl
Konrad Tumler
Johann Alber
Leo Daniel



Mitarbeiter

Neue Mitarbeiter

Dorothea Rettenbacher arbeitet als Heimgehilfin in der Außenstelle Mals

Rosmarie Mitterer arbeitet als Heimgehilfin in Schlanders

Veronika Thanei arbeitet als Krankenpflegerin im Wohnbereich 1+2

Wir wünschen unseren neuen Mitarbeiterinnen viel Freude und Erfolg!

Gratulationen



Wir gratulieren Fr. Marianna Zöschg (langjährige Mitarbeiterin in der Hauswirtschaft) zu ihrer Pensionierung und wünschen ihr für die Zukunft alles Gute



Im Sommer 2010 wurden die Mitarbeiter des Bürgerheimes ersucht, Vorschläge für die neu erscheinende Heimzeitung einzureichen.

Im Bild die Gewinnerin des Ideenwettbewerbes für den Namen unserer Heimzeitung Fr. Marion Piock, der von der Verwaltungsrätin Fr. Angelika Holzknecht ein Gutschein überreicht wird

Gedanken

Gedanken einer Seniorin

Es fiel mir auf, dass alles weiter entfernt ist,
als vor einigen Jahren.

Es ist sogar zweimal so weit zur Straßenecke,
und ein Hügel war früher auch nicht da.

Das Rennen zum Bus habe ich ganz aufgegeben;
er fährt jetzt immer zu früh ab.

Die Treppen sind jetzt auch höher als in den Goldenen Jahren.

Auch Bücher und Zeitschriften werden mit kleineren Buchstaben gedruckt.

Aber es hat keinen Sinn, jemand ums Vorlesen zu bitten,
da jeder so leise spricht, dass man es kaum hören kann.

Zu den Kleidern wird zu wenig Stoff verwendet, besonders um die Hüfte.

Auch die angegebenen Größen fallen kleiner aus als früher.

Sogar die Menschen verändern sich;

sie sind viel jünger als wir in dem Alter waren.

Andererseits sind die Leute unseres Alters so viel älter als wir.

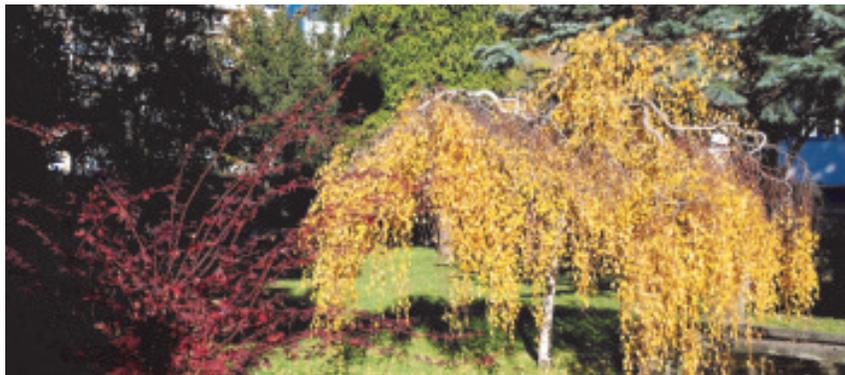
Ich traf neulich eine Klassenkameradin,
die war so alt, dass sie mich nicht erkannte.

Ich dachte an das arme Wesen, während ich meine Haare kämmte.

Und als ich in den Spiegel sah

wirklich, die Spiegel sind auch nicht mehr das, was sie einmal waren!

Verfasser unbekannt



Heiteres

Sudoku - Spielanleitung

Ein Sudoku besteht aus 9 x 9 Feldern, die zusätzlich in 3 x 3 Blöcken mit 3 x 3 Feldern aufgeteilt sind. Jede Zeile, jede Spalte und jeder Block ist so auszufüllen, dass die Zahlen von 1 bis 9 nur einmal pro Zeile und Spalte und Block vorkommen. Viel Spaß!

9				5	8			
				4	9		5	
5			2				4	1
				2	1	5	3	
		3	5			1		4
3	7		6			2		
	5					8		
1		9		7				

	9		6					
	3			7				8
		5				7		3
1				8				
					5	4		
						1	6	
9			2			5	1	
	6							
			4		8		2	7

Es haben sich 5 Fehler im rechten Bild eingeschlichen. Finden Sie die Unterschiede!



Die Lösungen finden Sie auf der nächsten Seite

