

Nr. 19

Februar - Mai 2017

Ausgabe März 2017

Heimzeitung

Lebenskreis



Bürgerheim
St. Nikolaus von der Flüe
Schlanders



Der Verwaltungsrat
Wohngruppen für Menschen mit Demenz
Fittes Köpfchen
Aromapflege



Inhalt

Der Verwaltungsrat des Bürgerheims.....	4
Wohngruppen für Menschen mit Demenz.....	8
Fittes Köpfchen.....	10
Kinaesthetics im Bürgerheim – ein Jahresrückblick.....	12
Tarife der Dienste des Bürgerheimes.....	14
Aromapflege.....	16
Rückblick in Bildern.....	18
Herzlich Willkommen.....	22
Wir gedenken unserer verstorbenen Heimbewohner.....	23
Wir gratulieren unseren Heimgästen zum Geburtstag.....	24
Birnen - Rosinenbrote.....	26
Sudoku.....	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-Tinzl-Str. 19

Tel. +39 0473 748600 - Fax +39 0473 748125

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,

Renate Eberhöfer, Gerda Frischmann, Bernhard Dr. Tschenett

Erscheint 3 mal im Jahr, Druck: Hauger-Fritz

Redaktionsschluss für die nächste Ausgabe: 31. Mai 2017

Hinweis:

Zur besseren Verständlichkeit und leichteren Lesbarkeit wird in dieser Zeitung auf die Formen –In und –Innen verzichtet.

Titelbild: Gianni Bodini

Herzlichen Dank für die finanzielle Unterstützung unserer Heimzeitung "Lebenskreis"!



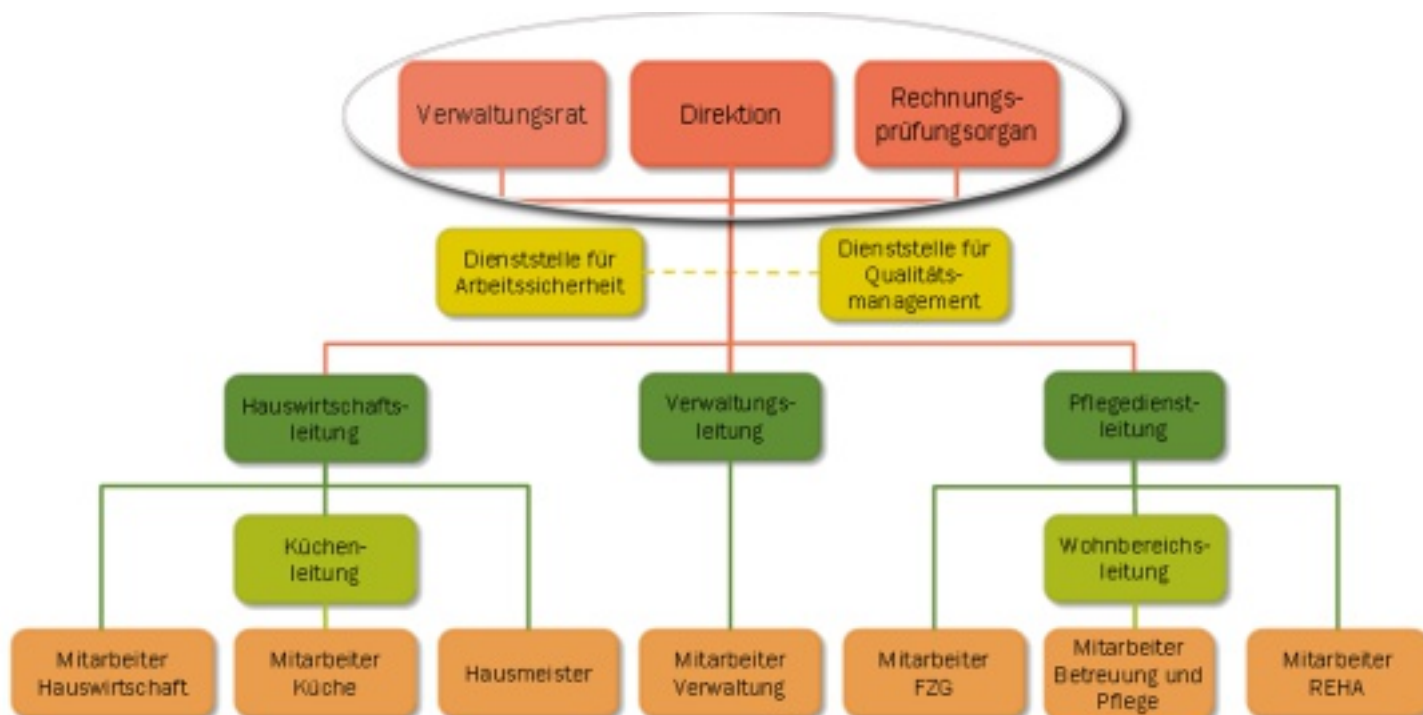


Foto: Gianni Bodini

Sie hatte sich tief in sich selbst zurückgezogen. Die Namen ihrer Kinder wusste sie nicht mehr, und zu ihrem Mann sagte sie höflich: „Guten Tag, mein Herr.“ Ja, weit weg war sie, als sei sie nur noch durch einen ganz dünnen Faden mit dem irdischen Leben verbunden. Ihre Augen waren leer. Wenn man hineinschaute, konnte man sie darin nicht mehr wiederfinden.

Doch wie dankbar war sie all diesen Menschen, die sie liebevoll umarmt und ihr respektvoll die Zeit geschenkt hatten, um ihr stilles Werk zu vollbringen, auch wenn sie nicht begriffen, warum diese Zeit so wichtig für sie war und weshalb ihre Krankheit nicht nur ein Abbau war, sondern ihr auch etwas gab.

Aus dem Buch "Demenz" von Hans Stolp



Präsidentin Monika Wellenzohn



Vizepräsident Harald Tappeiner

Der Verwaltungsrat des Bürgerheims

Die Verwaltungsräte werden auf Vorschlag der Gemeinde Schlanders von der Landesregierung ernannt, bleiben 5 Jahre im Amt und wurden zuletzt 2013 ernannt.

Der Verwaltungsrat des Bürgerheims besteht aus 5 Personen:

- Präsidentin Monika Wellenzohn
- Vizepräsident Dr. Harald Tappeiner
- Rätin Angelika Stricker Holzknicht
- Rat Enrico Senoner
- Rat Konrad Lechthaler

Welche Aufgaben haben der Verwaltungsrat, die Präsidentin, der Direktor, der Rechnungsprüfer?

Der Verwaltungsrat bestimmt die strategischen Zielsetzungen und die programmatischen und grundlegenden Entscheidungen des Betriebes. Neben der Ernennung des Präsidenten veranlasst der Verwaltungsrat bei Notwendigkeit die Änderung des Statutes, genehmigt den Jahreshaushaltsplan und die Jahresbilanz, legt die Humanressourcen sowie die materiel-



len, wirtschaftlichen und finanziellen Ressourcen fest, die zur Erreichung der angestrebten Ziele erforderlich sind; genehmigt die Tarife für die erbrachten Dienste und kontrolliert die Führung der Stiftung.

Monika Wellenzohn ist als Präsidentin des Verwaltungsrates die gesetzliche Vertreterin des Betriebes. Sie pflegt die institutionellen Beziehungen mit den politischen Vertretern, den Behörden, den Interessensvertretungen und den unterschiedlichsten Einrichtungen sowie den örtlichen Gemeinschaften und nimmt die ihr vom Verwaltungsrat übertragenen Aufgaben wahr. Dabei sind eine gute harmonische Zusammenarbeit zwischen Präsidentin und Direktor zum Wohle des Betriebes von großer Wichtigkeit.

Der Direktor **Christof Tumler** ist die ranghöchste Führungskraft des Betriebes. Er ist für die Führung und Verwaltung des Betriebes sowie für die Erreichung der vom Verwaltungsrat festgesetzten Betriebsziele verantwortlich. Er trifft alle Maßnahmen in Bezug auf das Personal und besitzt, unter Beachtung der betriebsinternen Reglements, weitest gehende Autonomie hinsichtlich der Organisation der Dienste.

Der Rechnungsprüfer Dr. **Martin Müller** wird vom Verwaltungsrat ernannt. Er bleibt drei Jahre im Amt. Zu seinen Aufgaben zählen die Überprüfung der Rechnungslegung im Sinne der geltenden Bestimmungen, sowie die Überwachung der buchhalterischen und finanziellen Ordnungsmäßigkeit der Verwaltung.



Rechnungsrevisor Martin Müller



Direktor Christof Tumler





Rätin Angelika Holz knecht



Rat Enrico Senoner



Rat Konrad Lechthaler

Sehr geehrte Frau Präsidentin, welches waren die Beweggründe, die verantwortungsvolle Aufgabe als gesetzliche Vertreterin des Bürgerheims anzunehmen?

Der Sinn der wertvollen Arbeit und die Liebe zu den alten Menschen waren ausschlaggebend für meine Zusage zur Mitarbeit und das Übernehmen von Verantwortung im Verwaltungsrat des Bürgerheims.

Dass das Bürgerheim ein Haus mit Seele ist und sich den ständig verändernden Herausforderungen unserer Gesellschaft stellt, konnte ich bereits im Jahre 2002 erfahren, als ich die Möglichkeit hatte, als Obfrau der Bäuerinnen ehrenamtlich an einem Projekt des Hauses mitzuarbeiten. Das daraus entstandene Buch „Ruhe-Räume“ von Petra Flieger gewährt dazu einen ehrlichen und offenen Einblick in die Arbeit mit den Bewohnern. Der Direktor und die Pflegedienstleitung schreiben da in ihrem Vorwort, dass die Zeiten in denen die primären Grundbedürfnisse von „warm, sauber, satt“ vorbei wären und ein Heim ein möglichst hohes Maß an Individualität und persönlicher Lebensgestaltung ermöglichen soll. Das ist auch heute noch nach wie vor unser Ziel. Die Bedürfnisse und Wünsche der Heimbewohner und Angehörigen sind vielfältig und individuell, sodass sich auch die Aufgaben und Arbeiten stets ändern. Es wird immer eine Herausforderung bleiben, Wünsche und Möglichkeiten zur Zufriedenheit aller umzusetzen.

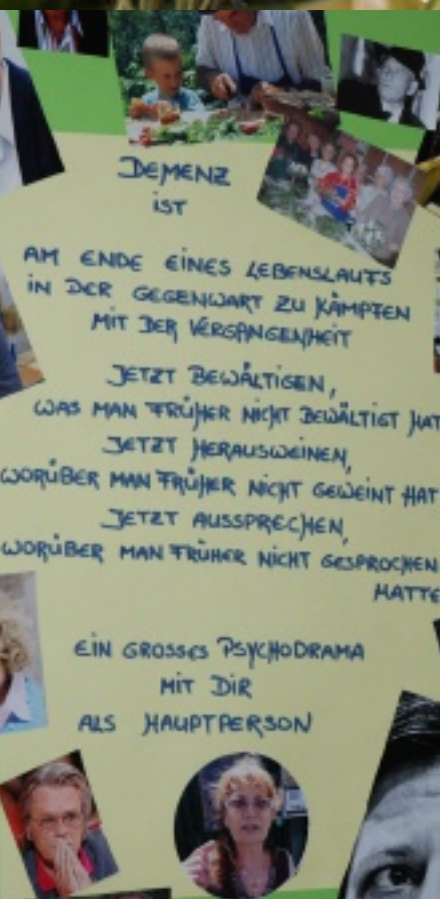
In diesem Sinne ist der Auftrag für mich, den Verwaltungsrat und die Führung klar. Das Bürgerheim soll ein offenes Haus bleiben, in dem Menschen gute Pflege erhalten, Wärme und Zuneigung erfahren und die Mitarbeiter eine Arbeit finden, welche Sinn und Wert schafft. Unsere Herausforderung wird es weiterhin bleiben, die nötigen Ressourcen und Bedingungen zu schaffen, dass ein gutes Wohnen und Arbeiten möglich bleiben.



Wussten Sie,

- dass **Demenz** aus dem lateinischen Wort „dementia“ stammt und = „ohne Geist“ oder der „Geist hat sich zurückgezogen“ bedeutet? Das heißt, dass der Geist bei Demenz nicht krank ist, sondern sich - teilweise sogar ganz - aus dem Körper zurückgezogen hat.
- dass **Demenz** der Oberbegriff für Erkrankungsbilder ist, die mit einem Verlust der geistigen Funktionen wie Denken, Erinnern, Orientierung und Verknüpfen von Denkinhalten einhergehen und die dazu führen, dass alltägliche Aktivitäten nicht mehr eigenständig durchgeführt werden können?
- dass **Demenzkranke** auf unbegreifliche Weise im Stande sind zu hören was wir sagen, und sogar zu wissen, was wir denken?
- dass bei der **Demenz** verschiedene Formen auftreten können, wobei die häufigsten
 - die Alzheimer- Krankheit ca. 50% – 60%
 - die gefäßbedingte/vaskuläre Demenz ca. 20% und
 - eine Mischform der o.g. ca. 15% sind?
- dass in der medikamentösen **Demenz-Therapie** vor allem Antidementiva eingesetzt werden? Diese beeinflussen verschiedene Botenstoffe im Gehirn und können so die geistige Leistungsfähigkeit der Patienten erhalten. Allerdings wirken sie meist nur eine begrenzte Zeit. Antidementiva wurden vor allem in der Behandlung der Alzheimer-Krankheit erprobt.
- dass die wichtigste **Medizin bei Demenz**, über die wir bis heute verfügen, die Liebe, die Zuneigung und der aufrichtige Respekt sind?





Wohngruppen für Menschen mit Demenz

Bekanntlich nimmt die Anzahl der unter Demenz leidenden Menschen zu, weshalb der Verwaltungsrat des ÖBPB „St. Nikolaus von der Flüe“ beschlossen hat einen Wohnbereich für diese Menschen zu schaffen, in welchem sie mit ihrem Verhalten willkommen sind und dieses ausleben dürfen und können. Für diese neue Ausrichtung waren einige neue Maßnahmen nötig, weil der entsprechende Wohnbereich mit 13 groß teils schwer pflegebedürftigen Bewohnern belegt war. Damit die an Demenz erkrankten Bewohner ihren teilweise stark erhöhten Bewegungsdrang ausleben können, wurde beschlossen, nicht mehr als 10 Bewohner in diesem Wohnbereich zu betreuen. Um den an Demenz erkrankten Bewohnern Platz zu machen, mussten im Jänner die schwer pflegebedürftigen Bewohner verlegt werden. Wir bedanken uns nochmals bei den Bewohnern und ihren Angehörigen für ihr Verständnis.



Die neue Ausrichtung erforderte außerdem die Verschiebung von Pflegepersonal innerhalb der Wohnbereiche des Hauses, die Neugestaltung der Dienstzeiten sowie die zusätzliche Anstellung einer Ergotherapeutin, welche durch einen Zusatzbeitrag des Landes finanziert wird. Ergotherapeuten haben die Aufgabe, die Alltagskompetenzen der Bewohner zu erhalten, Bewegung zu fördern, Mahlzeiten zu gestalten und kognitive Fähigkeiten so weit als möglich zu erhalten.

Die Therapie der Bewohner in diesem Wohnbereich sieht neben der ärztlichen Versorgung psychosoziale Maßnahmen vor:

- die Bewohner leben in der kleinen Gruppe von 10 Personen und werden von ihren Bezugspflegekräften betreut; nur in einer echten einführenden und akzeptierenden Beziehung ist ein auf Wohlbefinden und Lebensqualität ausgerichteter Alltag möglich;
- Personen, welche an dementieller Erkrankung leiden, benötigen eine Stabilisierung ihrer Ich- Identität, um nicht verloren zu gehen; dies wird in erster Linie durch eine anerkennende Beziehungsgestaltung zu jedem einzelnen Menschen und innerhalb der sozialen Gruppe erreicht;
- die Pflegenden unterstützen die Bewohner bei der Gestaltung eines individuellen und als normal empfundenen Alltags, wobei der Tagesablauf an die häusliche Normalität erinnern soll;
- dem Bewohner werden keine Aktivitäten auferlegt, sondern er bekommt die Möglichkeit, eigene Entscheidungen zu treffen;
- es gilt, Verhaltensweisen von Menschen, die an Demenz leiden, adäquat zu interpretieren und nicht prinzipiell zu vermeiden; Pflegende beobachten das Verhalten und Äußerungen und versuchen dann zu verstehen; der Betreute wird so angenommen wie er ist;

Wohngruppen für Menschen, welche an Demenz leiden, wirken sich positiv aus, weil kein soziales Reglement normgerechtes Verhalten einfordert. Auch mögliche Reibungspunkte mit gesunden Bewohnern entfallen und somit stehen die Erkrankten weniger unter Stress.



Eva Schorn, Christof Tumler



Foto: Walter Taföier

„Lernen, Gedächtnis und Erinnerung sind fundamentale Prozesse, die uns zu menschlichen Wesen machen. Wir sind, wer wir sind auf Grund dessen, was wir lernen und woran wir uns erinnern“

Eric Kandel, Nobelpreisträger

Fittes Köpfchen

Unsere Menschheit wird dank medizinischen Fortschritts und besserer Lebensbedingungen ständig älter. Dies ist zum einen natürlich wünschenswert, zum anderen stellt es uns aber auch vor zahlreiche Probleme. Wie wird die Altersversorgung in Zukunft aussehen, sind die steigenden Pflegekosten für unsere alten Mitbürger noch erschwinglich?

Passende Rahmenbedingungen für ein Altern in Würde zu schaffen, ist nicht nur Aufgabe unseres Sozialstaates, sondern genauso die eines jeden einzelnen verantwortungsbewussten Menschen.

*„Lern, als lebst du immerfort
und leb, als müsst' du morgen fort“*

Ein wahrhaft weiser Spruch, der uns auf das tägliche Bemühen um eine Gesundheitspflege im ganzheitlichen Sinn hinweist. Ein Weg dahin führt über die Bewegung. Ausdauersportarten wie Wandern, Joggen, Walken, Rad fahren usw. tragen entscheidend zur besseren Mobilität bei, garantieren unseren Organen eine optimale Sauerstoffversorgung und beugen erwiesenermaßen Herz-Kreislauf- sowie Stoffwechselstörungen vor.

Neben der körperlichen Beweglichkeit ist aber die der geistigen genauso wichtig. Wer rastet, der rostet und wer aufhört zu rudern, treibt zurück!

Unsere kognitiven Fähigkeiten können nur dann funktionieren, wenn wir sie ständig fordern und immer wieder mit „neuem Futter“ versorgen. Lebenslanges Lernen ist besonders in unserer schnelllebigen Zeit unumgänglich und schafft die Ba-



sis für Selbständigkeit, lösungsorientiertes Handeln und ein gesundes Selbstbewusstsein.

Wissenschaftliche Untersuchungen belegen, dass regelmäßiges Gehirntraining das geistige Potential aktiviert, Durchblutungs- und Stoffwechselfunktionen des Gehirns verbessert, Demenzerkrankungen vorbeugt und die physische sowie die psychische Befindlichkeit des Menschen positiv unterstützt.

Was versteht die Hirnforschung unter ganzheitlichem Gedächtnistraining?

Auf der Ebene von lustvollem und stressfreiem Lernen, das auf jeglichen Leistungsdruck verzichtet, kann durch spezielle Übungen und unter Einbezug von Körper, Geist und Seele unser Gedächtnis gestärkt und die Gehirnleistung optimiert werden.

Das geschieht unter Berücksichtigung folgender Maßnahmen:

- **die Sensibilisierung der Sinne**
Lernen erfordert den Einsatz aller Sinne. Durch Schauen, Hören, Riechen, Tasten und Schmecken können Aufnahme- sowie Merkfähigkeit wesentlich erhöht werden.
- **die Stimulation beider Gehirnhälften**
Während die linke Gehirnhälfte für Logik, Zahlen, Regeln, Sprache usw. zuständig ist, erlaubt uns die rechte Gehirnhälfte das Denken in Bildern, die Raumwahrnehmung, das kreative und lösungsorientierte Denken in einem größeren Zusammenhang, das Wachträumen. Aus schulischen und beruflichen Gründen wird die rechte Hemisphärenfunktion vielfach vernachlässigt, so dass es zu einem entsprechenden Ungleichgewicht kommt. Regelmäßige Überkreuzbewegungen unterstützen die Balance zwischen den beiden Gehirnfunktionen.
- **die Förderung sprachlicher Kompetenz**
Eine gute Kommunikationsfähigkeit ist entscheidend für die eigenen Bedürfnisse, für die zwischenmenschlichen Beziehungen und für die Mitgestaltung an sozialen Netzwerken. Wer das „Reden nicht verlernt“, beugt der Vereinsamung vor.



Foto: Walter Tafoler

Hildegard Kreiter



Kinaesthetics im Bürgerheim – ein Jahresrückblick

Was ist Kinaesthetics?

Kinaesthetics ist die Bezeichnung für die Erfahrungswissenschaft, die sich mit Bewegungskompetenz als einer zentralen Grundlage des menschlichen Lebens auseinandersetzt. Sie basiert auf der Wahrnehmung der eigenen Bewegung. Sie führt zu einer erhöhten Achtsamkeit für die Qualitäten und Unterschiede der eigenen Bewegung in allen alltäglichen Aktivitäten. Die Qualität der eigenen Bewegung hat einen direkten Einfluss auf die Qualität der Pflege, Betreuung und Therapie. Sie hilft uns:

- das Risiko von berufsbedingten Verletzungen und Überlastungsschäden zu reduzieren
- andere Menschen mit eingeschränkten Bewegungsmöglichkeiten mit einem Minimum von Kraft und Anstrengung in ihren Aktivitäten zu unterstützen
- Bewegungsressourcen von pflegebedürftigen Menschen besser zu erkennen und ihre Bewegungsmöglichkeiten so weit wie möglich auszuschöpfen und ihre Bewegungskompetenzen zu erhalten, bzw. zu erweitern.

Schon seit geraumer Zeit wird in unserem Haus Kinaesthetics geschult. In Grund- und Aufbaukurs lernen alle Mitarbeiter ihre Bewegungskompetenzen analysieren, erweitern und verbessern. Einige Mitarbeiter bilden sich weiter zum Peer Tutor (Fachmann/-frau für Kinaesthetics) aus. Eine Mitarbeiterin hat letztes Jahr die Ausbildung zur TrainerIn 1 absolviert und ich bin TrainerIn 2. Gemeinsam bewegen wir uns bei Workshops, Lernimpulsen bei Teamsitzungen und Praxisbegleitungen weiter und entwickeln somit immer mehr Möglichkeiten und Fähigkeiten.

Die Themen der Workshops haben immer praxisnahe, bewohnerbezogene Inhalte und helfen somit den Mitarbeitern, schwierige, komplexe Alltagssituationen zu bewältigen und kreativ Möglichkeiten und Varianten zu finden, um in Interaktion über Berührung und Bewegung ihre Klienten in ihren alltäglichen Aktivitäten nachhaltig zu unterstützen.

„Ich komme nicht mehr auf!“

Im Alter lässt häufig die Beweglichkeit nach; Menschen fühlen sich steifer und ungelenkgig und haben Angst vor dem Fallen.



Auch wir haben in unserem Haus dieses Problem. Deshalb haben wir uns bei diesem Workshop die Frage gestellt:

- Wie kann ich die Bewegungskompetenzen fördern, damit das Sturzrisiko minimiert wird?
- Wie bringe ich es zustande, dass alte Menschen von sich aus „zu Boden gehen und wieder aufstehen“ lernen wollen?

Aufgrund der Eigenerfahrungen beim Workshop haben wir entschlossen für Bewohner, welche noch selbständig unterwegs sind, aber ein erhöhtes Sturzrisiko haben, ein Zirkeltraining anzubieten. Dabei trainieren wir verschiedene Bewegungskompetenzen, vor allem auch das Niederliegen auf den Boden und das Aufstehen vom Boden. Zuerst hatten die Teilnehmer keine große Freude sich auf den Boden niederzulegen. Aussagen wie „ich komme nicht mehr auf!“, „wenn ich mir weh tue, bist du schuld!“, „zieh mich hoch!“ mussten zuerst überwunden werden. Nach den ersten Startschwierigkeiten, Erklärungen und Informationen unsererseits ließen sich dann jedoch der Großteil, der von uns ausgewählten Personen, zu dieser Aktivität motivieren. Zuerst waren sie sehr unsicher, angespannt, wollten alles schnell hinter sich bringen, bewegten sich eher unkoordiniert und mit wenig Eigenkontrolle. Inzwischen herrscht eine ruhige, entspannte Atmosphäre. Kontrolliert und achtsam gehen wir gemeinsam Schritt für Schritt von einer Position in die andere. Es gibt keine Überforderung, keine Angst mehr, nicht hoch zu kommen.

Überrascht darüber dass sie auch im hohen Alter noch lernen können, macht es sie stolz diese mit Angst besetzte Aktivität geschafft zu haben. Andere werden neugierig es selbst auszuprobieren, somit spornen sie sich gegenseitig an. Das führt zu einem gestärkten Selbstbewusstsein und somit auch zu mehr Lebensqualität.

Es gäbe noch viele Beispiele aufzuzählen, welche die Wirksamkeit von Kinaesthetics untermauern. Da Lernen nie aufhört, hoffen wir, dass die Mitarbeiter weiterhin in der Weiterentwicklung ihrer Bewegungskompetenzen unterstützt werden und danken der Führung des Hauses, dass Rahmenbedingungen geschaffen werden um diesen Entwicklungsprozess zu fördern.

Edeltraud Kiesenebner





Tarife der Dienste des Bürgerheimes

Stationäre Pflege

Einbettzimmer / camera singola	-	I	II	III	IV
Tagessatz / retta giornaliera	51,20	51,20	51,20	51,20	51,20

Mehrbettzimmer / camera più letti	-	I	II	III	IV
Tagessatz / retta giornaliera	48,64	48,64	48,64	48,64	48,64

Kurzzeitpflege

Einbettzimmer / camera singola 2017	-	I	II	III	IV
Tagessatz / retta giornaliera 2017	51,20	69,56	80,79	95,58	110,38
Pflegegeld (P) / assegno di cura (P)	0,00	18,36	29,59	44,38	59,18
Grundtarif (T) / tariffa base (T)	51,20	51,20	51,20	51,20	51,20

Mehrbettzimmer / camera più letti 2017	-	I	II	III	IV
Tagessatz / retta giornaliera 2017	48,64	67,00	78,23	93,02	107,82
Pflegegeld (P) / assegno di cura (P)	0,00	18,36	29,59	44,38	59,18
Grundtarif (T) / tariffa base (T)	48,64	48,64	48,64	48,64	48,64

Falls das Begleitungsgeld bezogen wird, wird es weiterhin an den Bezieher ausbezahlt und vom Heim an den Nutzer/Bewohner weiterbelastet. Der Betrag des Begleitungsgeldes entspricht dem Betrag der Pflegestufe 1.

Abwesenheit

Bei Abwesenheit des aufgenommenen Heimbewohners gelten für die Fakturierung folgende Prozentsätze des Tagessatzes (die Reduzierung bezieht sich auf die Komponente T des Tagessatzes):

Abwesenheit 1.-7. Tag	Abwesenheit 8.-30. Tag	Abwesenheit nach 30. Tag	Krankenhaus 1.-30. Tag	Krankenhaus nach 30. Tag
100%	50%	100%	100%	50%





Seniorenmensa

	Kosten	10 % IVA	Totale
Frühstück	2,24 €	0,22 €	2,46 €
Mittagessen	7,45 €	0,75 €	8,20 €
Abendessen	5,22 €	0,52 €	5,74 €

Fußpflege

	Kosten	4% Rentenkasse	Totale
Pro Behandlung	18,00 €	0,72 €	18,72 €

Telefon

Die Telefonkosten werden mit Aufschlag der Mehrwertsteuer mit der monatlichen Rechnung weiterbelastet.

Apotheke

Medikamente, die von der Dorfapotheke bezogen und mit der monatlichen Rechnung weiterbelastet werden, können nicht in der Steuererklärung geltend gemacht werden.

Möchte man also die Medikamente über die Steuererklärung absetzen, muss der Heimbewohner bzw. dessen Angehöriger die Medikamente selbst mit der Gesundheitskarte des Heimbewohners in der Apotheke abholen und dort bezahlen.



Aromapflege

- ist eine komplementäre Pflegemethode, welche im Bürgerheim bereits seit 2009 von geschultem Pflegepersonal angewandt wird;
- zum Einsatz kommen naturreine ätherische Öle z.B. Lavendel, Zitrone, Orange und hochwertige fette Pflanzenöle z.B. Mandel-, Oliven-, Johanniskrautöl;
- Aromapflege liegt in der Verantwortlichkeit der Berufskrankenschwester und wird in unserem Haus durch die engagierte Aromaterapeutin Esther Bonora koordiniert;

Die Anwendungsbereiche sind mannigfaltig und lassen sich individuell auf die verschiedensten Bedürfnisse unserer Bewohner maßschneidern. Diese Essenzen aus der Natur bieten für alle Lebenssituationen und für jedes Alter einen wirksamen Weg das Wohlbefinden zu steigern. Deshalb ist die Aromapflege in unserem Haus zu einem wertvollen und nicht mehr wegzudenkenden Aspekt in der Pflege erwachsen.

Einige Beispiele der Anwendung in der täglichen Arbeit:

- Als Raumbeduftung zur Steigerung des Wohlbefindens, als Desinfektion der Raumluft, bei Unruhe, bei Einschlafschwierigkeiten und Antriebslosigkeit sowie unterstützend in der Begleitung Sterbender
- Zur Hautpflege für trockene, schuppige Haut / Altershaut: ins Waschwasser hochwertiges fettes Pflanzenöl wie Sonnenblumen-, Mandel- oder Olivenöl geben
- Als Vorbeugung gegen nässende, entzündliche Hautläsionen in den Hautfalten (Bauchfalte, unter der Brust) - verursacht durch Haut-auf-Haut-Reibung und Schwitzen - hat sich Johanniskrautöl in Kombination mit einem Baumwolltupfer als wirksamer Verbündeter hervorgetan
- Atemstimulierende Einreibungen zur Vorbeugung von Erkältungskrankheiten
- Bei Unruhe und Einschlafschwierigkeiten hat sich ein warmes Fußbad mit einem Tropfen Lavendelöl emulgiert in einem Esslöffel Honig bestens bewährt
- Wärme- und Duftkompressen, Wickel gegen Fieber oder Verspannungen



Im Bürgerheim wird das Konzept der Bezugspflege nach Krohwinkel angewandt. Eine ideale Möglichkeit, diese komplementäre Art des Pflegens optimal fruchten lassen zu können. Denn Aromapflege funktioniert nur in vertrautem Umfeld und gemeinsam - im Mittelpunkt immer die individuellen Bedürfnisse und Ressourcen des Menschen selbst. Nur so gelingt es, körperliches und seelisches Wohlbefinden zu fördern, die Lebensqualität zu steigern und Beschwerden zu lindern. Unsere bisherigen Erfahrungen in der Anwendung dieser Pflegemethode sind durchwegs positiv und auch die vielen dankbaren Rückmeldungen unserer Bewohner selbst lassen die Aromapflege eine wertvolle Bereicherung unserer Arbeit sein.

Renate Eberhöfer



Das gesamte Team - Mitarbeiter und freiwillige Helfer - welche heuer im Sommer an einem der zwei Tagesausflüge in die Latschenölbrennerei und den Kräutergarten am Issinger Weiher teilnahmen. Ein schöner, lehrreicher aber vor allem gemeinsamer Tag!



Rückblick in Bildern



1. Oktober, Tag der Senioren: Unser Oktoberfest



Törggellefeier



Martinssingen



Raiffeisen

Meine Bank



Theaterbesuch im Kulturhaus: „Der kleine Graf“



Kindergartenbesuche



Weihnachtsnachmittag



APOTHEKE SCHLANDERS
FARMACIA SILANDRO

Dr. Jürgen Österreicher

Krankenhausstr. 4A Via Ospedale I-39028 SCHLANDERS/SILANDRO

Tel. +39 0473 730 106 info@apotheke-schlanders.it

www.apotheke-schlanders.it



Foto: Walter Tafoier

Herzlich Willkommen!

Oktober

Erika Tappeiner Prantl

November

Paul Messner

Dezember

Sabina Spechtenhauser Kaserer

Januar

Ludwig Wallnöfer
Erich Marx

Frühlingsglaube

Die linden Lüfte sind erwacht,
Sie säuseln und weben Tag und Nacht,
Sie schaffen an allen Enden.
O frischer Duft, o neuer Klang!
Nun, armes Herze, sei nicht bang!
Nun muss sich alles, alles wenden.

Die Welt wird schöner mit jedem Tag,
Man weiß nicht, was noch werden mag,
Das Blühen will nicht enden.
Es blüht das fernste, tiefste Tal;
Nun, armes Herz, vergiss der Qual!
Nun muss sich alles, alles wenden.

Ludwig Uhland (1787-1862)



Foto: Gianni Bodini

Wir gedenken unserer verstorbenen Heimbewohner

Johanna Kofler Lamprecht
† 07.10.2016

Paulina Preiss Grassl
† 29.10.2016

Herbert Fritz
† 06.11.2016

Notburga Wilhalm Piccolruaz
† 19.11.2016

Valeria Visintainer
† 04.01.2017

Josef Stocker
† 13.01.2017



Wir gratulieren unseren Heimgästen zum Geburtstag!

Oktober

Stofferin Emma Greier (84)
Elisabetta Hofer Trentin (89)
Serafina Peer Stecher (90)
Gabriele Gufler Schöpf (90)
Rosa Gufler Niedermair (92)
Franz Josef Pfitscher (67)
Otto Holzer (70)
Aloisia Notburga Martin Steiner (90)



Foto: Walter Tafoier

Dezember

Klara Angerer (92)
Otto Alber (86)
Marianna Prantl (76)
Maria Verdross (93)
Alois Stecher (91)
Anna Nischler Pixner (90)

November

Alfons Martin Mair (80)
Anna Jäger Telfser (88)
Martha Gemassmer Rechenmacher (75)
Johanna Tumler (81)
Rosa Holzer Kofler (81)
Katharina Mair Fleischmann (100)
Oswald Tumler (80)
Cäcilia Ratt Trafoier (92)
Cäcilia Vent Niedermair (80)
Walburga Perkmann Tumler (85)



Foto: Walter Tafoier

Januar

Primo Venosti (80)
Maria Parth (98)
Wilhelm Zuegg (74)
Alois Tumler (88)
Hermine Bachmann Hafele (87)
Ernst Tumler (74)
Norbert Klotz (58)
Rosa Preiss (83)
Herbert Platzgummer (79)
Elfriede Paulmichl (90)
Maddalena Schaller (78)
Anna Matzohl (84)
Leo Daniel (92)



GLÜCKWUNSCH!

Neue Mitarbeiter

Wir wünschen unseren neuen Mitarbeiterinnen viel Freude und Erfolg!

Johanna Greis, Pflegehelferin
Ines Gianordoli, Berufskrankenpflegerin

Jubiläen

15 Dienstjahre

Petra Öttl
Petra Mair

20 Dienstjahre

Carmen Oberhofer
Anna Elisabeth Wassermann
Eva Maria Schorn
Christine Rita Steiner

Wir gratulieren unserer Ergotherapeutin Yvonne Leggeri zur erfolgreichen Ausbildung zur Kinaesthetics-Trainerin Stufe 1!

DANKE

Wir bedanken uns bei allen, die in der Advents- und Weihnachtszeit mit ihren Darbietungen unsere Heimbewohner erfreut haben!

Ein aufrichtiger Dank ergeht an die Fraktion Göflan für die Christbäume.

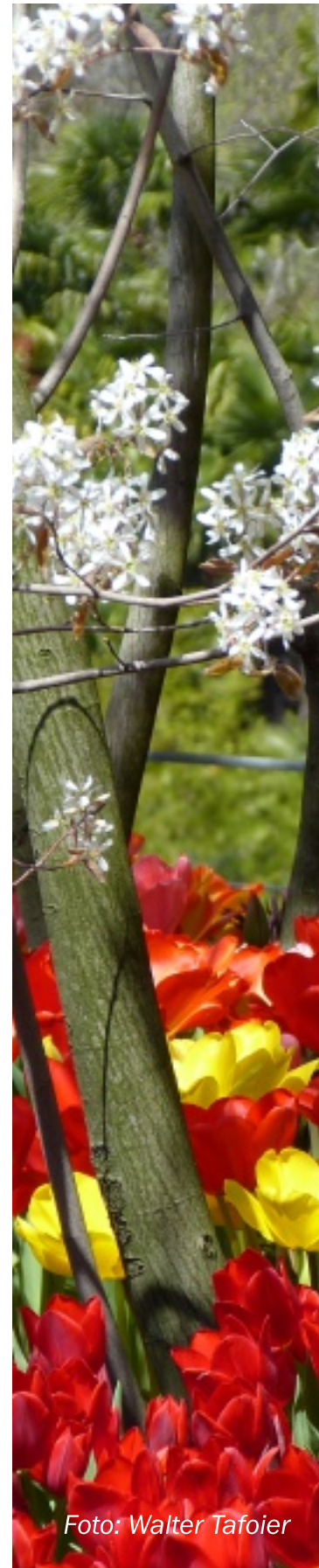


Foto: Walter Tafoier



Birnen - Rosinenbrote

Zutaten für 4 Personen

Zubereitung

500 g Vollkornweizenmehl
ca. 350 ml lauwarmes
Wasser
25 g frische Hefe
1 TL Zimt
2-3 EL Honig
30 g Butter
2 EL Sultaninen
2 EL Sonnenblumenkerne
2 reife Birnen
1 Prise Salz

Birnen waschen, in kleine Würfel schneiden und mit Sultaninen, Zimt und Sonnenblumenkerne vermengen. Das Mehl in eine Schüssel geben, salzen. Wasser, Hefe und Honig verrühren, zum Mehl gießen und alles gut verkneten. Nun das Birnengemisch und die Butter unterkneten. Der Teig sollte nicht zu fest sein. Zugedeckt gehen lassen, bis er doppelt so hoch ist. Mit einem Löffel Portionen abstechen und auf ein bemehltes Blech legen. Zugedeckt nochmals gehen lassen. Die Brötchen bei 200 Grad etwa 20 Minuten backen.

Waltraud Tanner



Sudoku

Das 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!

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

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

Fehlerbild

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



GESUNDHEITS- lösungen aus EINER Hand.



mendin.design | in-project.com



SANITÄTSHAUS VITAPLUS

Gesundheits- und Wellnessprodukte für Ihr Wohlbefinden.
MERAN - Otto-Huber-Str. 78-80, T 0473 055730

www.vitaplus.it



LADURNER HOSPITALIA

Medizinprodukte und Hilfsmittel für die Pflege.
MERAN - Max-Valier-Str. 3/A, T 0473 272727

www.ladurner.com

Angebote des Bürgerheimes

- Stationäre Pflege
- Kurzzeitpflege
- Tagespflegeheim
- Seniorenmensa
- Schülermensa



Bürgerheim
St. Nikolaus von der Flüe
Schlanders
Silandro

Nähere Informationen erhalten Sie im Büro des Bürgerheimes von
Montag bis Freitag von 08:30 Uhr bis 11:30 Uhr und nach Terminvereinbarung

Bürgerheim St. Nikolaus von der Flüe - ÖBPB

Dr.-K.-Tinzlstr. 19

39028 Schlanders

0473 748600

www.altersheim-schlanders.it

info@altersheim-schlanders.it

Lösungen von Seite 27

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

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

