

Nr. 23

Juni - September 2018

Ausgabe Juli 2018

Heimzeitung

Lebenskreis



Bürgerheim
St. Nikolaus von der Flüe
Schlanders



Freiwilligenarbeit im Bürgerheim - Bardienst

Jung trifft Alt

Antonia Stricker erzählt

Traditionelle Europäische Medizin



Inhalt

Das Wundermittel.....	3
Die Baristinnen und Baristen.....	4
Sebastian Kneipp – Visionär und Naturheilkundler.....	8
Frühstücksbuffet im Bürgerheim.....	10
Ärztliche Betreuung im Bürgerheim.....	11
Traditionelle Europäische Medizin (TEM) – Medizinisches Wissen aus drei Jahrtausenden.....	12
Die Engels Spuren im Bürgerheim Schlanders.....	17
Rückblick in Bildern.....	18
Herzlich Willkommen.....	22
Wir gedenken unserer verstorbenen Heimbewohner.....	23
Wir gratulieren unseren Heimgästen zum Geburtstag.....	24
Wissen versetzt Berge.....	25

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, Gerda Frischmann, Bernhard Dr. Tschenett

Erscheint 3 mal im Jahr, Druck: Hauger-Fritz

Redaktionsschluss für die nächste Ausgabe: 30. September 2018

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

Das Wundermittel

Zwei Menschen A und B sitzen an einem Tisch einander gegenüber. Zwischen ihnen auf der Tischplatte befindet sich eine Teetasse mit nur einem Henkel. Schaut A auf diese Teetasse, sieht er sie mit dem Henkel nach rechts gerichtet. Schaut B auf dieselbe Tasse, sieht er sie mit dem Henkel nach links gerichtet. Das ist logisch, weil A und B die Tasse aus gegenüberliegenden Perspektiven ansehen. Die zwei Tassenbeobachter können sich nun streiten, ob der Henkel in die rechte oder in die linke Richtung zeigt, sie können sich die Köpfe einschlagen, aber nichts davon „löst“ die Divergenz auf. Das einzig wirklich „Lösende“ wäre es, die Plätze zu tauschen. Jeder der beiden verstünde plötzlich... Das ist das Wundermittel der Einfühlung: Jeder versetzt sich in die Lage des anderen- und versteht...

*Mit freundlicher Genehmigung der Autorin Frau Uni.- Prof. h.c.Dr. Elisabeth Lukas
aus dem Buch „Einmal rund um die Sonne“*



Andreas Wiesler: Ansprechperson für die freiwilligen Helfer im Bürgerheim

Freiwilligenarbeit im Bürgerheim: Die Baristinnen und Baristen

Seit dem Jahre 2014 gibt es im Bürgerheim eine Bar, die von ca. 30 freiwilligen Helferinnen und Helfern betreut wird. Der Raum präsentiert sich hell und sonnig, Stühle und Tische sind in fröhlichen, warmen Farben gehalten. Ein Hingucker zu jeder Jahreszeit ist der geschmackvolle Blumenschmuck, der die halbhohle Trennmauer zwischen Treppe und Bar ziert.

Die Bar ist täglich vormittags von 9 bis 11 Uhr und nachmittags von 15 bis 17 Uhr geöffnet. Einige Freiwillige sind regelmäßig an einem bestimmten Tag im Einsatz, andere tragen sich spontan in die Lücken des aufliegenden Planes ein, erzählt der Mann, der heute den Bardienst versieht.

Kaum hat er seine Tätigkeit aufgenommen, stellen sich schon die ersten Besucher ein. Eine Pflegerin bringt eine Frau im Rollstuhl vorbei, ein Mann blättert bereits in einer Tageszeitung, die für alle offen aufliegt. Die Begrüßung ist herzlich, man kennt sich und tauscht ein paar Freundlichkeiten aus. Der „Barmann“ kennt die Vorlieben



**Freiwillige
Helfer**



seiner Gäste und bald schon können sie ihren „Macchiato“ oder „Cappuccino“ genießen. Alle Getränke werden gegen eine freiwillige Spende ausgegeben.

Die Bar ist für viele Bewohner des Hauses ein beliebter Treffpunkt. Sie kommen zu einem „Ratscherle“ zusammen oder genießen den Ausblick auf den Vorgarten und die angrenzende Straße, auf der immer etwas los ist. Bei schönem Wetter laden Tische zum Verweilen im Freien ein.

Die Bar steht Besuchern von auswärts ebenso offen wie dem Personal, das sich in den Pausen dort trifft. Regelmäßige Gäste sind auch die Bewohner des gegenüber liegenden Hauses der Lebenshilfe.

Ohne die Freiwilligen könnte der Bardienst nicht angeboten werden. Sie erledigen den gesamten Service, räumen auf und putzen den Schankraum. Vor allem aber schenken sie den Besuchern Zeit, Aufmerksamkeit und Zuwendung. Sie tragen dazu bei, Abwechslung in den Alltag der Heimbewohner zu bringen. Sie kennen ihre Gäste und haben für sie ein offenes Ohr oder, wenn nötig, eine Aufmunterung. Dafür sei allen herzlich gedankt.

Gerda Frischmann





Jung trifft Alt

Auch im heurigen Schuljahr organisierten die Schülerinnen der dritten Klasse der Fachoberschule für Hauswirtschaft und Ernährung in Zusammenarbeit mit dem Bürgerheim Schlanders das Projekt „Jung trifft Alt“. Ziel war es, die Kommunikation zwischen den Generationen zu fördern, Raum für Begegnung zu schaffen, und die Schülerinnen so auf die Lebenswelt alter Menschen und die damit verbundenen Herausforderungen aufmerksam zu machen.

Während eines ersten Besuchs im Bürgerheim erhielten die Schülerinnen anhand eines Vortrages und einer Führung Einblicke in die Organisation, Räumlichkeiten und Angebote der Struktur.

Des Weiteren wurden sie im Rahmen des Psychologie- und Biologieunterrichts an das Thema „Alter“ herangeführt und lernten biologische Grundlagen aber auch Möglichkeiten der Biografiearbeit und Gesprächsführung kennen.

Vorbereitend auf ein erstes Treffen mit den Senioren, gestalteten die Schülerinnen „Lebensschatztruhen“, deren Besprechung amüsante, spannende und auch nachdenklich stimmende Geschichten und Erinnerungen aus dem Leben





der Senioren zum Vorschein brachte.

Den Abschluss des Projektes bildete ein gemeinsames Frühlingfest, das von den Schülerinnen geplant wurde und am 10. April im Bürgerheim Schlanders stattfand. Unterstützt wurde die Umsetzung durch die Fachlehrer aus Psychologie, Produktverarbeitung und Gartenbau.

Im Zentrum des Abschlussfests stand die Begegnung zwischen Jung und Alt, in Form von Gesprächen, gemeinsamen Spielen und Bastelaktivitäten. Eine frühlinghafte Tischdekoration sowie musikalische Umrahmung schafften eine angenehme Atmosphäre. Auch für das leibliche Wohl der zahlreichen Gäste war gesorgt: Serviert wurden Brötchen mit verschiedenen selbstgemachten Aufstrichen, Gebäck und Getränke.

Unser Dank geht an alle Mitwirkenden, die Direktion und insbesondere an Freizeitgestalter Andreas Wiesler, der während des Projektes stets Ansprechpartner war und uns bei der Umsetzung der Treffen hilfreich zur Seite stand.

Sarah Vidal und Carmen Januth





Antonia Stricker erzählt

Seit November letzten Jahres wohnt Frau Perkmann Stricker Antonia, zu Hause als Rouner Touna bekannt, im Bürgerheim. Die noch recht rüstige 94jährige erzählt bereitwillig aus ihrem Leben, das sie zum Großteil in ihrem Heimattal, dem Martelltal verbracht hat. Frau Antonia besuchte die italienische Volksschule. Als ihr Vater für Deutschland optierte, erhielt sie in Graz und in Bregenz deutschsprachige Schulbildung und entschied sich für den Beruf der Lehrerin. Einen Auftrag, als Dolmetscherin nach Sizilien zu gehen, lehnte sie ab.

Nach der Rückkehr in ihre Heimat im Jahr 1943 unterrichtete Frau Antonia zuerst an der Volksschule in Waldberg, dann in Salt und schließlich als Stammrollenlehrerin in Martell Hauptort.

Neben ihrem Beruf und ihrer Familie war sie lange Jahre in der Gemeindepolitik tätig. Als Vizebürgermeisterin und Assessorin für Schule und Soziales nahm sie sich vor allem der Anliegen und Sorgen armer und bedürftiger Mitbürger an. Sie kümmerte sich um Ansuchen für Sozialrenten und befasste sich mit Schreiben, die Leute vorbeibrachten, weil sie sich da-





mit nicht auskannten.

Sie betätigte sich als Verbindungsperson zu den Altersheimen von Latsch und Schlanders, wenn es darum ging, Alleinstehende dort unterzubringen. Dabei erlebte sie immer wieder, wie schwer manchen die Trennung von ihrem Zuhause fiel. Sie konnte sich aber auch oft darüber freuen, wenn sie sah, dass sich Menschen im Heim gut eingelebt hatten und froh über die gute Betreuung waren. Für Bedürftige, die sie nicht im Altersheim unterbringen konnte, organisierte sie eine Sozialhelferin, welche sie zu Hause betreute.

Frau Antonia erinnert sich an einzelne schwere Schicksale und freut sich heute noch darüber, wenn sie helfend eingreifen konnte. Kleiderspenden aus Deutschland und Geldspenden von freigiebigen Mitbürgern leitete sie gern an Notleidende weiter. „Wenn alle Vergelt's Gott, die ich bekommen habe, weiterhelfen, dann ist mir nicht bange“, meint Frau Antonia.

Sie selbst konnte bis ins hohe Alter zuhause bleiben. Im Bürgerheim fühlt sie sich wohl, sie liest viel und freut sich über Besuche.

Gerda Frischmann





Frühstücksbuffet im Bürgerheim

Am Ostermontag haben wir unsere HeimbewohnerInnen anstelle des klassischen Frühstücks mit einem außergewöhnlichen Frühstücksbuffet überrascht. Die MitarbeiterInnen des Nachtdienstes haben noch vor Dienstende im Speisesaal sämtliche Tische zu einer Tafel zusammengeführt, die wir PflegerInnen dann feierlich dekorierten und aufdeckten.

Mit sehr viel Liebe bereitete das Küchenpersonal ein professionelles Buffet vor. Das Angebot reichte von den verschiedensten frischen Brötchen und Backwaren bis hin zum Lachs, Spiegel- und Rührei, Brotaufstriche, Wurstwaren, Speck und Käsespezialitäten. Natürlich gab es auch Butter, Marmelade, Honig und Nutella. Zum Trinken wurden Kaffee, Tee, Schokolade und erfrischende Säfte angeboten.

Die Auswahl ließ keinen Wunsch offen.

Wir konnten somit auch diejenigen HeimbewohnerInnen begeistern in den Speisesaal zu kommen, die es sonst vorziehen, im eigenen Zimmer das Frühstück einzunehmen.

Unter den Heimbewohnerinnen kamen nette Gespräche auf. Es war ein Frühstück der besonderen Art und einmaligen Atmosphäre.

Zita Fliri





Ärztliche Betreuung im Bürgerheim

Die Landesregierung hat mit eigenem Beschluss vom 01.03.2016, Nr. 243, abgeändert durch Beschluss vom 20.03.2018, Nr. 257, die ärztliche Versorgung in den Seniorenwohnheimen neu geregelt. Dabei wurde die freie Arztwahl aufgehoben und die ärztliche Versorgung der Bewohner der Seniorenwohnheime in der Autonomen Provinz Bozen/Südtirol von Montag bis Freitag von einem Ärzteteam, bestehend aus vorwiegend Allgemeinmedizinern, auf freiberuflicher Ebene gesichert.

Für die Bewohnerinnen und Bewohner des Bürgerheimes übernehmen Herr Dr. Hansjörg Gluderer, Herr Dr. Josef Plangger und Herr Dr. Oswald Tappeiner die ärztliche Betreuung. Die ärztliche Leitung verbleibt wie bisher bei Herrn Dr. Hugo Daniel.



v.l.n.r. Dr. Oswald Tappeiner, Dr. Josef Plangger, Dr. Hansjörg Gluderer und Dr. Hugo Daniel



Traditionelle Europäische Medizin (TEM) – Medizinisches Wissen aus drei Jahrtausenden

Die meisten von uns haben öfters schon von den alten, asiatischen Heilmethoden wie der Traditionellen Chinesischen Medizin (TCM), der Tibetischen Medizin (TM) und der Traditionellen Indischen Heilkunst Ayurveda gehört. Leider aber wissen die wenigsten, dass es eine ähnliche medizinische Tradition auch in Europa gab und immer noch gibt. Und wie mehrmals berichtet, hat Sebastian Kneipp in seinem Naturheilverfahren viele Erkenntnisse dieser bedeutenden Ärzte und NaturheilkundlerInnen übernommen und gilt deshalb als einer der wichtigsten Vertreter der „Traditionellen Europäischen Medizin = TEM“.

Ähnlich wie bei den asiatischen Medizinsystemen stellt auch in der TEM die ganzheitliche Betrachtung des Menschen und die Gewißheit, dass der Mensch Teil des Welt- und Naturgeschehens ist, ein tragendes Fundament dar.

Die Ursprünge der TEM gehen auf die primitiven-magischen Medizinformen der Naturvölker und der antiken Hochkulturen mit ihren Schamanen, Medizinmännern oder Stammesheilern zurück. Dabei ging es bei der „Behandlung von Kranken“ noch um Traumdeutung, Betrachtung des Laufes der Sterne oder um die Interpretation von verstreuten Knochen, mit denen man versuchte, eine Diagnose zu erstellen. Aber trotzdem war die Chirurgie den Urvölkern nicht fremd und es sind Operationen am offenen Kopf (Trepanationen) bereits in der Jungsteinzeit in Europa nachgewiesen.

Mit der Veränderung der Lebensformen (vom Nomadenvolk hin zum Dorf- und Stadtleben, Entstehung von Privatbesitz, u.s.w.) etablierte sich langsam auch ein eigener Ärztestand, ein Umstand, welcher zu einer sichtbaren Weiterentwicklung der Medizin und zum sogenannten griechischen Wunder führte. Die klassische griechische Medizin wird durch Hippokrates von Kos (460-370 v. Chr) eingeläutet, dessen Schriftensammlung die Medizingeschichte bis heute prägen. Hippokrates ist der Begründer der Säftelehre, die auf der Erkenntnis beruht, dass Gesundheit und Wohlbefinden immer davon abhängen, dass sich die vier Grundfunktionen/Säfte des Lebens in der



richtigen Balance befinden. Da man im Lateinischen die Säfte als Humores bezeichnet hat, wird im Zusammenhang mit der TEM auch oft von Humoralmedizin gesprochen. Diese vier Säfte (Phlegma, Angius, Chole und Melancholie) sind aber nicht als reine Flüssigkeiten zu verstehen, sondern als Grundfunktionen in unserem Organismus. Von ihm stammt das Zitat: „Der Arzt behandelt, die Natur heilt“.

Als zweite einflußreiche Persönlichkeit für die abendländische Medizin gilt Galen von Pergamon (130-210). Er entwickelte eine medizinische Gesamtlehre, die bis ins 19. Jahrhundert hinein Gültigkeit hatte. In Pergamon in Griechenland geboren, entschied er sich für das Studium der Medizin und nach ereignisreichen Wanderjahren kam er nach Rom, wo er als Leibarzt des Kaisers wirkte. Galen war ein umfassendes Genie, sein mehr als 20.000 Seiten umfassendes Werk geht auf die Organikunde, die Krankheiten des Geistes, auf die verschiedenen Diagnosemethoden, die Pharmakotherapie, die Bewegungslehre, die Ernährung, die Hygiene und natürlich die Säftelehre ein, die den einzelnen Menschen und sein Temperament bestimmt.

Bei den Germanen und Kelten stand die Naturverbundenheit im Mittelpunkt ihrer Lebensordnung und ihrer Medizin. Ihre Kompetenz in der Phytotherapie (Kräuterheilkunde), der Baumheilkunde, der Pilzheilkunde war sehr hoch entwickelt, dazu aber auch ihr Wissen über Chirurgie und Ambulanz.

Als nächster wichtiger Abschnitt in der europäischen Medizingeschichte gilt das Wirken des persischen Arztes, Physikers, Dichters, Mathematikers und Philosophen Ibn Sina oder Avicenna (980-1037), der zu den berühmtesten Persönlichkeiten und Ärzten seiner Zeit zählt. Sein bedeutendstes Werk „Kanon der Medizin“ war bis ins 19. Jahrhundert ein Standardwerk der medizinischen Ausbildung. Bemerkenswert ist, dass er bereits im 11. Jahrhundert nach Chr. die große Wichtigkeit von Diäten, den Einfluss des Klimas und der Umwelt auf die Gesundheit beschreibt, die enge Beziehung zwischen Gefühlen und körperlichen Zuständen hervorhebt und die positiven physischen und psychischen Wirkung der Musik auf Kranke erforscht hat.

In der Folgezeit machten es sich vorrangig die Klöster zur Auf-





gabe, die antike Heilkunst zu bewahren und Kranke zu betreuen. Besonders die Kräuterheilkunde war es dann auch, die sich in den Klöstern sehr intensiv weiterentwickelte.

Als bekannteste Vertreterin ist hier natürlich Hildegard von Bingen (1098-1179) zu erwähnen, deren Abhandlungen über Pflanzen und Krankheiten und vor allem ihre Einsichten über die Entstehung und Behandlung von Krankheiten für großes Aufsehen sorgten. Ihre hervorragende Leistung liegt u.a. darin, dass sie das Wissen aus der griechisch-lateinischen Tradition mit dem Wissen der Volksmedizin vernetzte. In ihre Empfehlungen für Kranke und Schwache bezog sie neben Kräutern und Ernährung auch Edelsteine und Metalle ein, zudem der Glauben und die Spiritualität. Und der später auch von Sebastian Kneipp so stark geprägte Begriff der Lebensordnung war für sie von besonderer Wichtigkeit.

Sebastian Kneipp (1821-1897) hat später dann mit seinem Naturheilverfahren die Eckpfeiler der TEM in seinen fünf Elementen Wasser, Ernährung, Kräuter, Bewegung und Lebensordnung weiter entwickelt, sie gestärkt und auch in unserer heutigen Wahrnehmung wieder verankert.

Zu der TEM zählen im weitesten Sinne auch die Anthroposophische Medizin, basierend auf der Lehre von Dr. Rudolf Steiner (1861-1925), die die klassischen Behandlungsmethoden der modernen Medizin durch Elemente aus der Kräuterheil-



kunde oder auch der Selbstheilung ergänzt. Wichtigstes Merkmal ist auch hier, dass der Körper als Ganzes betrachtet wird, der auf vielen Ebenen wieder ins Gleichgewicht gebracht werden muss.

Auch die Homöopathie laut den Vorstellungen des deutschen Arztes Dr. Samuel Hahnemann (1755-1843) darf hier nicht unerwähnt bleiben: sie arbeitet nach dem Prinzip "Ähnliches heilt Ähnliches". So werden bei dieser Theorie die Krankheiten mit natürlichen Mitteln bekämpft, die bei einem gesunden Menschen eigentlich erst diese Symptome auslösen würden. Nach dieser geschichtlichen Einführung in die Traditionelle Europäische Medizin stelle ich Ihnen in der nächsten Ausgabe die Wirkprinzipien und Diagnose sowie Heilmethoden vor. Abschließend nun wünsche ich Ihnen einen sonnigen, warmen und wohltuenden Sommer, ganz im Sinne der TEM und von Sebastian Kneipp, für welche das seelische Gleichgewicht an oberster Stelle für ein gesundes Leben stand.

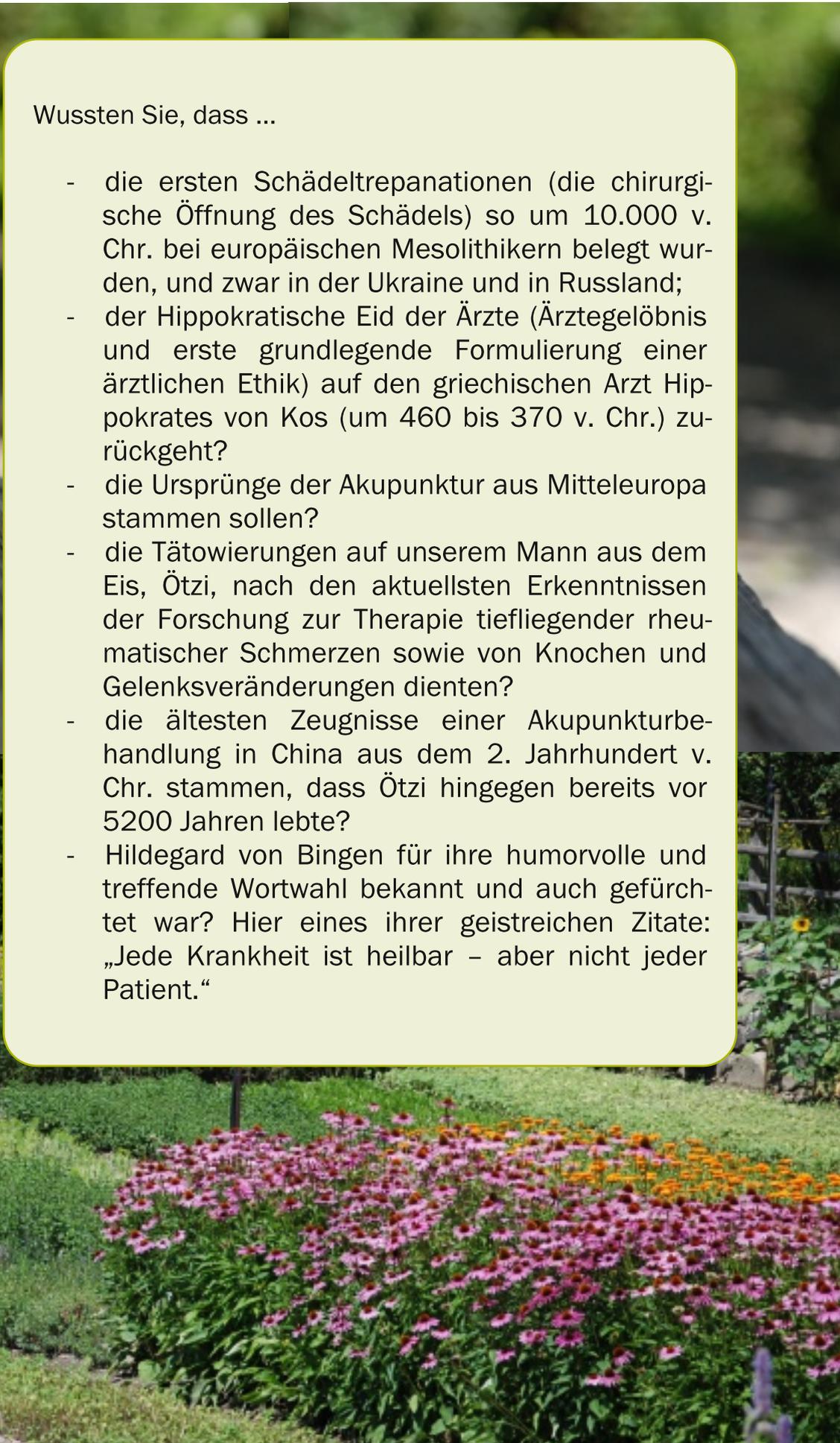
*Kornelia Hölzl Gamper
Präsidentin des Südtiroler Kneippverbandes*





Wussten Sie, dass ...

- die ersten Schädelreparaturen (die chirurgische Öffnung des Schädels) so um 10.000 v. Chr. bei europäischen Mesolithikern belegt wurden, und zwar in der Ukraine und in Russland;
- der Hippokratische Eid der Ärzte (Ärztegelöbnis und erste grundlegende Formulierung einer ärztlichen Ethik) auf den griechischen Arzt Hippokrates von Kos (um 460 bis 370 v. Chr.) zurückgeht?
- die Ursprünge der Akupunktur aus Mitteleuropa stammen sollen?
- die Tätowierungen auf unserem Mann aus dem Eis, Ötzi, nach den aktuellsten Erkenntnissen der Forschung zur Therapie tiefliegender rheumatischer Schmerzen sowie von Knochen und Gelenksveränderungen dienten?
- die ältesten Zeugnisse einer Akupunkturbehandlung in China aus dem 2. Jahrhundert v. Chr. stammen, dass Ötzi hingegen bereits vor 5200 Jahren lebte?
- Hildegard von Bingen für ihre humorvolle und treffende Wortwahl bekannt und auch gefürchtet war? Hier eines ihrer geistreichen Zitate: „Jede Krankheit ist heilbar – aber nicht jeder Patient.“





Die Engelspuren im Bürgerheim Schlanders

In der Bibliothek „Schlandersburg“ las vor einigen Jahren Karl Lubomirski seine Gedichte vor. Eines seiner Gedichte lautete:

„Du weißt nicht, was die anderen Blumen sind.

Engelspuren geliebtes Kind.

Beim Verlassen der Erde.“

An dieses Gedicht denke ich, wenn ich das Bürgerheim in Schlanders betrete und den Blumenschmuck im Laufe des Jahres sehe. Immer sind ausgewählte Blumen sorgfältig in Vasen angeordnet. Es fällt auf, dass sie mit viel Liebe und Sorgfalt hergebracht werden, nicht aus einem Blumenladen, nein, aus einem Garten oder direkt von Wald und Wiese.

Zu Pfingsten waren es prächtig rote Pfingstrosen, zu Fronleichnam lachten uns üppige sommerliche Wiesenblumen an. Die originellen Blumensträuße erfreuen alle, die in dieses Haus eintreten.

Die Engelspuren empfangen uns beim Eingang und begegnen uns in jedem Stockwerk. Diese liebevolle, persönliche Geste ist ein Geschenk für alle Bewohner, für alle Besucher, für die freiwilligen Helfer und für alle, die in dieser Einrichtung ihren Arbeitsplatz haben. Zudem sind diese Blumen ein Ausdruck der wohlwollenden Atmosphäre in diesem Haus.

Ich möchte mich von ganzem Herzen dafür bedanken, für diese Engelspuren, die uns jahrein jahraus in diesem Haus entgegenkommen und begleiten.

Anna Wielander Platzgummer

Aus der Krankheit führen erstaunliche blumengesäumte Wege von Seele zu Seele.

Leiden sind zum Handreichen da.

Schicksale und Verhängnisse,
die andere hohe Erdenwege verriegeln,
entriegeln Wege zum Nächsten
und öffnen Pforten ins Freie.

Verfasser unbekannt





Rückblick in Bildern



Monatliches Geburtstagsessen im Bürgerheim



Besuch der Hobbyausstellung im Kulturhaus Schlanders



Freiwillige Helfer singen im Bürgerheim



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



Ausflug nach Tschars - Himmelreich



Projekt "Jung trifft Alt" der Fachschule für Hauswirtschaft



Ausflug nach Tschirland

GESUNDHEITS-
lösungen aus
EINER Hand.



mendidesign | n-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



Herzlich Willkommen!

März 2018

Marianna Kofler Verdross

April 2018

Edith Pohl Tappeiner

Mai 2018

Telser Alois



Fotos: Patrik Kathrein

Wie freu'ich mich der Sommerwonne!

Wie freu'ich mich der Sommerwonne,
Des frischen Grüns in Feld und Wald,
Wenn's lebt und webt im Glanz der Sonne
Und wenn's von allen Zweigen schallt!

Ich möchte jedes Blümchen fragen:
Hast du nicht einen Gruß für mich?
Ich möchte jedem Vogel sagen:
Sing, Vöglein, sing und freue dich!

Die Welt ist mein, ich fühl es wieder:
Wer wollte sich nicht ihrer freu'n,
Wenn er durch frohe Frühlingslieder
Sich seine Jugend kann erneu'n?

Kein Sehnen zieht mich in die Ferne,
Kein Hoffen lohnet mich mit Schmerz;
Da wo ich bin, da bin ich gerne,
Denn meine Heimat ist mein Herz.

Hoffmann von Fallersleben (1798 - 1874)





Foto: Gianni Bodini

Wir gedenken unserer verstorbenen Heimbewohner

Marianna Prantl
† 02.02.2018

Erich Marx
† 09.03.2018

Serafina Peer Stecher
† 16.04.2018



Wir gratulieren unseren Heimgästen zum Geburtstag!

Februar

Berta Stricker Rinner (90)
Anna Gufler (88)
Johann Bauer (87)
Maria Kuppelwieser Gstrein (92)
Sabina Spechtenhauser Kaserer (93)

März

Cäcilia Maria Gunsch (83)
Adolf Kuntner (79)
Heinrich Schwabl (72)
Theresia Adam Marx (82)
Albin Gutgsell (77)
Maria Luciana Horrer (78)
Josef Foltin (77)
Margareta Anna Kuen Staffler (62)

April

Josef Grüner (89)
Edith Pohl Tappeiner (82)
Konrad Tumler (82)
Waltrud Steinmann Rungg (84)
Paul Messner (81)
Anna Maria Marx (85)
Hubert Riedl (83)
Heinrich Gianordoli (88)
Erika Tappeiner Prantl (78)

Mai

Sabine Holzer (47)
Anna Kerschdorfer Überbacher (88)
Vinzenc Gluderer (84)
Sebastian Rainer (76)
Anton Breitenberger (84)
Walter Preiss (53)
Anna Eder Brenn (90)
Ludwig Wallnöfer (85)
Konrad Gufler (76)

Foto: Patrik Kathrein





Wissen versetzt Berge

Am 14. und 15. Juni nahmen die 1. Leitungsebene und die Präsidentin des Bürgerheims am 15. Österreichischen Kongress für Führungskräfte in der Altenpflege in Schladming teil.

Das Kongressprogramm war dicht gedrängt mit Top-ReferentInnen aus verschiedenen Branchen wie führende Managementexperten, Unternehmer, Mediziner, Denker, Visionäre und außergewöhnliche Persönlichkeiten.

Die Thematik reichte vom Wissen und Tun, über verantwortliches Leben, hirngerechte Führung und wie die intelligente Vernetzung die Pflege verändern wird. In der zukünftigen vernetzten Alltagswelt wird sich auch die Pflegeleistung gravierend verändern. Nicht mehr nur Menschen werden Menschen versorgen, sondern auch Roboter, Sensoren und Algorithmen werden zum Einsatz kommen. Sie werden vermitteln, unterstützen, interagieren, assistieren, meinte die Trendexpertin Birgit Gebhardt. Ihre These: eine humanere Pflege lässt sich nur mit mehr Automatisierung erreichen.

Dipl.-Ing. Dr. Markus Vincze, welcher den Forschungsbereich „Sehen für Roboter“ an der TU Wien leitet, ist der Meinung, dass in absehbarer Zeit keine Roboter einen Menschen pflegen werden. Zu weit liegt der technische Stand von Fertigkeiten wie einer Unterstützung beim Anziehen, Essen oder persönlicher Hygiene auseinander.

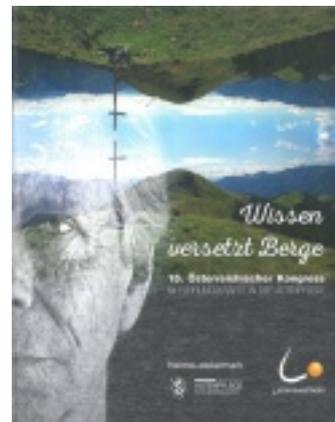
Was man sich in der Langzeitpflege vom Spitzensport anschauen kann, erzählte der bekannte Spitzensportler und Moderator im Alpinen Schisport Hans Knauß. Er meinte was über alle Branchen hinweg gleich ist, das ist der Ausgleich, den jeder braucht. Nach der Arbeit abschalten können, Hobbys nachgehen, Musik hören oder auch nur in der Natur spazieren gehen.

Kira Grünberg, die einstige Stabhochspringerin, deren Leben sich durch einen schweren Trainingsunfall im Juli 2015 schlagartig änderte, erzählte von der Berg- und Talfahrt des Lebens. Krisen als Chance sehen, stürzen und wieder aufstehen und aus Rückschlägen lernen – aber zwischen Wissen und Tun, zwischen Theorie und täglichem Leben liegt ein mühsamer und harter Weg mit vielen Herausforderungen.

Der Experte Stefan Verra zum Thema Körpersprache zeigte wie Körpersprache bewusster gelesen und eingesetzt werden kann. Mit tiefgehendem Know-How und italienischem Temperament analysierte er Mimik, Gestik und Haltung.

Krönender Abschluss im Rahmen dieser Veranstaltung war der Gewinn des Hauptpreises. Das Bürgerheim Schlanders gewann eine Planungsleistung zum Thema Tagespflege/Objekteinrichtung im Wert von 5.000€.

Monika Wellenzohn





Gemüsenocken

Zutaten für 4 Personen

200g Knödelbrot
150g Karotten und
Zucchini
1 Zwiebel
Petersilie
etwas Butter
3 Eier, 100ml Milch
1 EL Magerquark
Salz
Pfeffer

Zubereitung

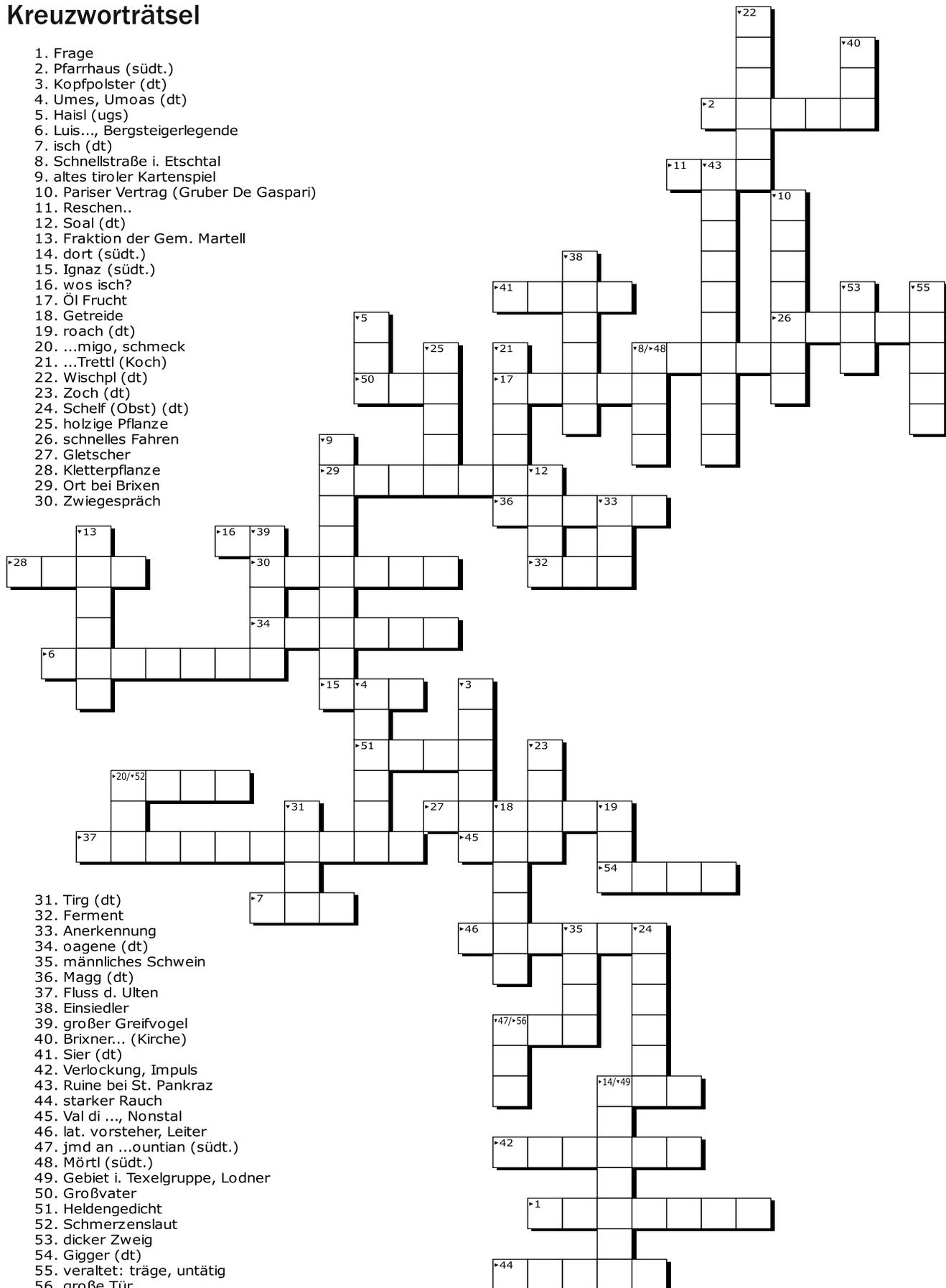
Zwiebel kleinschneiden, in etwas Butter andünsten, in Würfel oder Streifen geschnittenes Gemüse dazugeben und mitrösten, Milch mit Eiern verrühren und Petersilie hacken. Alle Zutaten mit dem Knödelbrot gut vermengen und die Masse ca. eine halbe Stunde ruhen lassen. Aus der Masse Nocken formen, ca. 20 Min. dämpfen. Die Nocken anrichten, mit Parmesan bestreuen und mit etwas zerlassener Butter oder Gorgonzolasauce (Tomatensauce, Kräutersauce) servieren.

Waltraud Tanner



Kreuzworträtsel

1. Frage
2. Pfarrhaus (südt.)
3. Kopfpolster (dt)
4. Umes, Umoas (dt)
5. Haisl (ugs)
6. Luis..., Bergsteigerlegende
7. isch (dt)
8. Schnellstraße i. Etschtal
9. altes tiroler Kartenspiel
10. Pariser Vertrag (Gruber De Gaspari)
11. Reschen..
12. Soal (dt)
13. Fraktion der Gem. Martell
14. dort (südt.)
15. Ignaz (südt.)
16. wos isch?
17. Öl Frucht
18. Getreide
19. roach (dt)
20. ...migo, schmeck
21. ...Trettl (Koch)
22. Wischpl (dt)
23. Zoch (dt)
24. Schelf (Obst) (dt)
25. holzige Pflanze
26. schnelles Fahren
27. Gletscher
28. Kletterpflanze
29. Ort bei Brixen
30. Zwiegespräch



31. Tirg (dt)
32. Ferment
33. Anerkennung
34. oagene (dt)
35. männliches Schwein
36. Magg (dt)
37. Fluss d. Ulten
38. Einsiedler
39. großer Greifvogel
40. Brixner... (Kirche)
41. Sier (dt)
42. Verlockung, Impuls
43. Ruine bei St. Pankraz
44. starker Rauch
45. Val di ..., Nonstal
46. lat. vorsteher, Leiter
47. jmd an ...ountian (südt.)
48. Mörtl (südt.)
49. Gebiet i. Texelgruppe, Lodner
50. Großvater
51. Heldengedicht
52. Schmerzenslaut
53. dicker Zweig
54. Gigger (dt)
55. veraltet: träge, untätig
56. große Tür



Raiffeisen

Meine Bank

Angebote des Bürgerheimes

- Stationäre Pflege
- Kurzzeitpflege
- Tagespflege
- Seniorenmensa
- Schülmensa



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

ANKÜNDIGUNG

Tag der Senioren

Am 1. Oktober feiern wir im Bürgerheim das Oktoberfest