

Nr. 24 Ausgabe November 2018

# Heimzeitung

# Lebenskreis



Bürgerheim  
St. Nikolaus von der Flüe  
Schlanders



**Die Hospizbewegung  
Gemeinsames Feiern verbindet  
Das Alter willkommen heißen  
Traditionelle Europäische Medizin**



## Inhalt

Versäumnis.....	3
Freiwilligenarbeit im Bürgerheim: Die Hospizbewegung, eine Lebensbegleitung.....	4
Gemeinsames Feiern verbindet.....	6
Ausflug mit Mitarbeitern und freiwilligen Helfern.....	7
Heinrich Gianordoli, ein Heimgast erzählt.....	8
Das Alter willkommen heißen.....	10
Die Traditionelle Europäische Medizin (TEM).....	14
Ausflug ins Schnalstal.....	17
Rückblick in Bildern.....	18
Herzlich Willkommen.....	22
Wir gedenken unserer verstorbenen Heimbewohner.....	23
Wir gratulieren unseren Heimgästen zum Geburtstag.....	24
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-Tinzi-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: 31. Januar 2019

### 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*

### **Versäumnis**

Man hat mir früh den Weg gewiesen  
hin zu den Dingen dieser Welt,  
die sich erstreben und besitzen ließen,  
hat mir gezeigt, wie man sie fest  
umklammert hält.

Wie man sie loslässt,  
heiter, leicht,  
ganz ohne Schmerz am Schluss erreicht  
des Lebens wahre Harmonie-  
das lehrte man mich leider nie.

*Elli Michler*

*Entnommen aus dem Buch: "Einmal rund um die Sonne" von Elisabeth Lukas.*



Andreas Wiesler: Ansprechperson für die freiwilligen Helfer im Bürgerheim

## Freiwilligenarbeit im Bürgerheim: Die Hospizbewegung, eine Lebensbegleitung

Frau Dr. Anita Tscholl ist die Koordinatorin der Hospizbewegung im Vinschgau. Sie erledigt Anfragen, übernimmt Erstkontakte und koordiniert Einsätze. Sie ist Ansprechpartnerin für die Freiwilligen, organisiert Projekte und Fortbildungen. Frau Tscholl gestaltet den Gedenkgottesdienst im Bürgerheim mit, der am Donnerstag, 11. Oktober um 16.00 Uhr stattfand und bei dem an die Verstorbenen des vergangenen Jahres erinnert wurde.

Ich habe Frau Tscholl in den Räumen der Caritas in Schlандers getroffen und ihr folgende Fragen gestellt:

### Was ist die Hospizbewegung?

Die Hospizbewegung ist eine Organisation, die Menschen in schwierigen Lebensphasen, im Alter, im Sterben, nach dem Tod und in der Trauer begleitet. Die Freiwilligen sind „das Herz“ der Hospizbewegung, die zur Gänze auf Ehrenamtlichkeit aufgebaut ist.





### Wann und wie wird Hilfe angefordert?

Einrichtungen, die alte und sterbende Menschen betreuen, melden ihren Bedarf an, aber auch Private, welche Schwerst- kranke zu Hause pflegen. Die Hospizbewegung will auch Angehörige unterstützen und entlasten. Voraussetzung ist, dass der zu Betreuende das Angebot freiwillig annimmt. Die Ehren- amtlichen schenken ihre Zeit, ohne vom Betreuten etwas zu verlangen. Sie sind für die Person da, reden oder schweigen mit ihr, begleiten sie bei Erledigungen oder auf Spaziergän- gen.

### Wie wird jemand Mitglied in der Hospizbewegung?

Jeder, der seine Zeit Hilfsbedürftigen schenken will, kann sich melden. Es erfolgt eine Ausbildung, in deren Verlauf die Frei- willigen in verschiedene Themen eingeführt werden und ein Praktikum absolvieren. Laufend können und sollen Supervi- sion und Weiterbildung sowie Reflexionstreffen in Anspruch genommen werden. Mitglieder der Hospizbewegung stellen wöchentlich ca. 2-3 Stunden ihrer Zeit dem Nächsten zur Ver- fügung.

### Wie viele Mitglieder der Hospizbewegung sind im Bürgerheim tätig?

Im Bürgerheim versehen drei Freiwillige diesen Dienst. Es könnten viel mehr sein. Der Bedarf ist gegeben.

*Gerda Frischmann*





## Gemeinsames Feiern verbindet

Bilderbuchwetter bildete den Rahmen für zwei Feste, welche Ende Juni im Park des Bürgerheimes stattfanden. Präsidentin Monika Wellenzohn und Direktor Christof Tumler hatten am Vorabend Mitarbeiter und Freiwillige eingeladen, am darauf folgenden Tag die Heimbewohner und deren Angehörige. Die Feier für Mitarbeiterinnen, Mitarbeiter und Freiwillige sollte vor allem ein Zeichen des Dankes und der Wertschätzung sein. Die Präsidentin bedankte sich nach einigen Grußworten vor allem bei ihrem Mitarbeiterteam für den täglichen professionellen und liebevollen Einsatz bei der Betreuung der Heimbewohner. Worte des Dankes richtete sie auch an die zahlreichen Freiwilligen, die verschiedenste Dienste übernehmen und dadurch eine Bereicherung für das Heimleben bilden. Der Direktor wünschte den Feiernden einen schönen Abend und bedankte sich beim Küchenteam für die hervorragende Bewirtung mit Köstlichkeiten vom Grill und aus der Küche. Für eine schwungvolle musikalische Umrahmung beider Feste sorgten DJ Andreas Wiesler bzw. die „Obervinschger Böhmishe“.

*Gerda Frischmann*





## Ausflug mit Mitarbeitern und freiwilligen Helfern

Alle zwei Jahre lädt die Heimführung Mitarbeiter und Freiwillige zu einem gemeinsamen Ausflug ein. Heuer war es wieder soweit. Ziel war das Städtchen Sterzing, wo eine interessante Führung durch den dortigen Milchhof anstand. Der Betrieb besteht bereits seit dem Jahre 1884 und ist einer der größten Arbeitgeber in der Gegend. Er verarbeitet die Milch aus ca. 600 landwirtschaftlichen Betrieben des nördlichen und südlichen Wipptales, sowie des Stubaitales. Der Milchhof Sterzing hat sich vor allem auf die Herstellung von Joghurt spezialisiert, welches bis nach Sizilien und nach Österreich verkauft wird. Eine Mitarbeiterin zeigte die verschiedenen Produktionsschritte auf, antwortete kompetent auf Fragen der Teilnehmer und lud schließlich zur Joghurtverkostung ein. Nach dem Besuch des Milchhofes und einem köstlichen Mittagessen blieb noch Zeit für einen Bummel durch das reizvolle Städtchen Sterzing, das sich in spätsommerlichem Glanz zeigte. Ich möchte mich im Namen der Freiwilligen für die bezeugte Wertschätzung, den Grillabend und den Ausflug herzlich bedanken.

*Gerda Frischmann*





Foto: Gianni Bodini

## Heinrich Gianordoli, ein Heimgast erzählt

Seit 5 Jahren lebt Heinrich Gianordoli im Bürgerheim. Mit diesem Haus hat er eine besondere Beziehung. Er stellte mit seiner ehemaligen Baufirma den Neubau auf. Bei einem Besuch erzählt er ausführlich aus seiner Lebensgeschichte. Gleich zu Beginn verrät er, dass er ein Frühaufsteher sei. Bereits um 5 Uhr ist er jeden Tag auf den Beinen, trinkt seinen Kaffee und begibt sich in die hauseigene Kapelle. Als Kriegskind auf einem Bauernhof in Stilfs aufgewachsen, begann sein Tag immer schon früh: Messe, Stallarbeit, Schule. Diesen Rhythmus hat er beibehalten und er scheint ihm gut zu tun. Der 1930 Geborene wirkt auch am späten Nachmittag noch nicht müde, während er mit großer Begeisterung aus seinem Leben erzählt. Sein Vater stammte aus dem Trentino, was der Sohn im Dorf immer wieder zu spüren bekam. Kurz vor Kriegsende musste Heinrich schon als 15jähriger zur militärischen Ausbildung nach Schloss Annaberg.

Obwohl seine Eltern in der Zwischenzeit in Prad lebten, kehrte er danach wieder nach Stilfs auf den Hof seiner Verwandten zurück.



Foto: Walter Trafoier



Grundsteinlegung Bürgerheim 1976





Auf Vermittlung einer Tante ging er mit 16 Jahren nach Sulden und ließ sich dort zum Kellner ausbilden. Später lernte er das Maurerhandwerk. Sein Beruf führte ihn in die nahe Schweiz, wo er sich sehr geschätzt fühlte. Dort lernte Herr Gianordoli seine spätere Frau, eine Praderin, kennen. Mit ihr gründete er in Prad eine Familie, baute ein Haus und zog drei Söhne groß.

Mit großer Begeisterung erzählt Heinrich von seinem wechselvollen Berufsweg als Bauunternehmer, der in seinen besten Zeiten über 100 Mitarbeiter beschäftigte. Er berichtet von Erfolgen und weniger guten Entscheidungen. Zeit seines Lebens war Herr Gianordoli wissbegierig, er las viel und blieb offen für neue Erfahrungen. So befasste er sich erst seit seiner Pensionierung sehr erfolgreich mit der Imkerei. Dieses Hobby führte ihn bis nach Sardinien, wo er ein Stück Land erwarb und die Bienenzucht betrieb. Jahrelang verbrachte er viele Monate dort. Jedenfalls blickt Herr Gianordoli heute dankbar auf sein Leben und auf die vielen guten Erfahrungen zurück, die er machen durfte. Den Entschluss, seinen Lebensabend im Bürgerheim zu verbringen, habe er noch nie bereut, sagt er.



Foto: Walter Trafoier



Foto: Gianni Bodini



Bürgerheim nach Fertigstellung im Jahre 1981

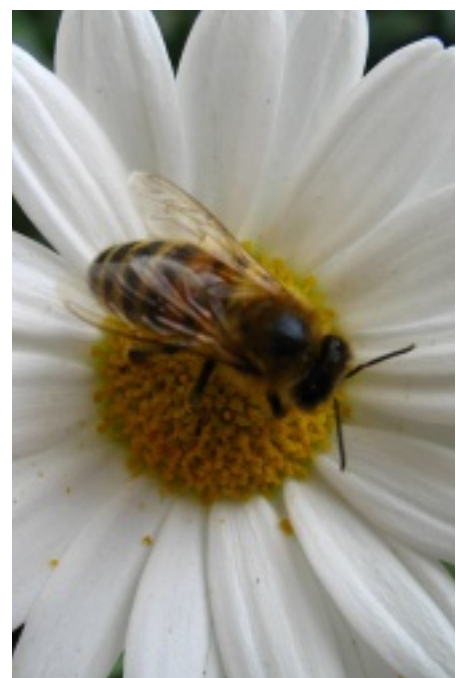


Foto: Walter Trafoier



## Das Alter willkommen heißen

Elisabeth Lukas, Prof. h. c., Dr. phil. habil., klinische Psychologin und approbierte Psychotherapeutin, ist bekannteste Schülerin des Begründers der Logotherapie, Viktor Frankl. Sie führt sein Erbe fort und wurde für ihr umfangreiches Werk vielfach preisgekrönt.

Frau Professor Lukas ist Autorin unzähliger Bücher. Im Buch „Wie Leben gelingen kann“ erschließt sie im Gespräch mit dem Publizisten Michael Ragg eine Schatzkammer für den Alltag. Sie ermöglicht dem Leser eine neue Sicht auf das Leben, damit sich ungeahnte Ressourcen öffnen können, um das eigene Leben selbst in die Hand zu nehmen und ihm eine neue Wendung zu geben.

Wir danken Frau Professor Lukas von Herzen für die Erlaubnis den Abschnitt – Das Alter willkommen heißen – in unserer Heimzeitung abdrucken zu dürfen.

Die insgesamt 18 Fragen, welche Herr Ragg an die Frau Professor stellt, werden in der Folge in unseren nächsten Ausgaben des Lebenskreises abgedruckt.



Michael Ragg und Elisabeth Lukas ©Elisabeth-Lukas-Archiv gGmbH

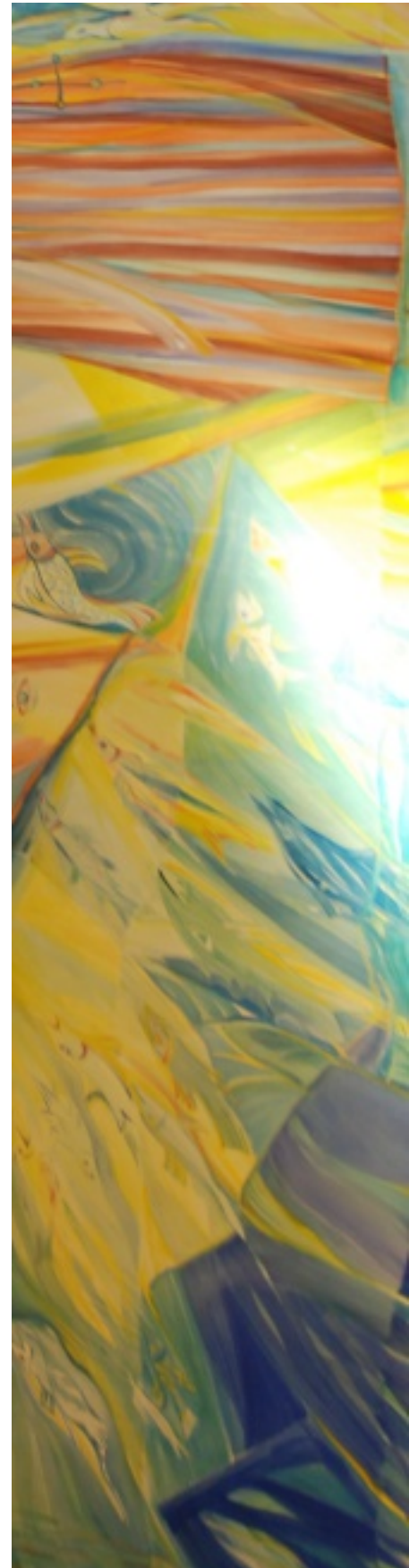


**Michael Ragg: Frau Prof. Lukas, Sie sind eine bekannte Psychologin und Psychotherapeutin, Sie haben fast zwei Jahrzehnte lang das „Süddeutsche Institut für Logotherapie“ in Fürstfeldbruck bei München geleitet. Aber seit einigen Jahren sind Sie zuzusagen im Ruhestand. Sie schreiben noch Bücher, halten gelegentlich Vorlesungen, treten bei Veranstaltungen auf. Lernbegierige Schüler kommen sogar aus Russland und Fernost zu Ihnen nach Perchtoldsdorf angereist, um von Ihnen zu lernen. Aber grundsätzlich haben Sie sich aus der Berufsarbeit zurückgezogen. Wie waren denn Ihre ersten Erfahrungen mit dieser Ruhestandszeit?**

Elisabeth Lukas: Ach, ich bin sehr gerne Seniorin. Ich fühle mich wohl in diesem Lebensabschnitt, obwohl ich sagen muss: Ich war auch sehr gerne berufstätig, und davor habe ich mit Begeisterung studiert. Ich bin der Überzeugung, dass man eigentlich jedem Lebensabschnitt etwas abgewinnen kann und in jedem Lebensabschnitt spezielle Chancen bekommt, aber auch spezielle Herausforderungen vorfindet, die man meistern muss.

**Gilt das wirklich für jeden? Manche Leser könnten jetzt sagen: „Ja, die Frau Professor hat schon ein erfülltes, abwechslungsreiches Leben hinter sich. Sie genießt viele positive Beziehungen, sie ist gefragt. Aber viele ältere Menschen leben nicht in einer solch privilegierten Situation.“**

Das stimmt natürlich. Es gibt Voraussetzungen, die einem den Ruhestand leichter machen. Nur gilt das für fast jeden Lebensabschnitt. Zum Beispiel ist eine intakte Gesundheit eine exzellente Voraussetzung, auch für einen jungen Menschen oder für einem Erwachsenen in mittleren Jahren. Trotzdem würde ich aus meiner klinischen Erfahrung heraus sagen, dass die Frage, ob Leben gelingt bzw. als ein „gutes Leben“ empfunden wird, nicht so sehr von den äußeren Umständen abhängt. Ich habe unzählige Patienten gehabt, deren äußere Umstände durchaus angenehm waren, die vielleicht sogar mancherorts beneidet wurden, die aber trotzdem nicht glücklich waren. Ich kannte andere Personen, deren Voraussetzun-





gen mir eher dürftig schienen; Personen, die ihr Leben überraschend gut gesteuert haben. Wir kommen in unseren Gesprächen immer wieder darauf zurück, dass im Menschen der Geist weht, der „alles neu macht“. Deshalb ist es uns möglich, aus Wenigem noch etwas Wunderbares zu gestalten, Schon Wolfgang von Goethe hat das Dichterwort geprägt: „Man kann auch aus den Steinen, die einem in den Weg gelegt werden, etwas Schönes bauen“. Ich möchte dies bestätigen: Aus einfachen und beschränkten Lebensbedingungen lässt sich ein beachtliches Lebenskonzept entwickeln.

***Wissen Sie, Frau Prof. Lukas, dass es heutzutage heißt, das Alter sei „nichts für Feiglinge“?***

Nun, in Wirklichkeit ist es ein Privileg, alt werden zu dürfen, denn die Alternative bedeutet ja, jung sterben zu müssen. Und fürchten kann man sich in jedem Alter, wenn man das will. Die Furcht vor dem Alter ist insofern begründet, als Einschränkungen und Erkrankungen wahrscheinlicher werden. Das Welken des Organismus macht sich spürbar bemerkbar. Dafür gibt es aber auch nicht zu unterschätzende Erleichterungen im Alter. Man muss nicht mehr täglich arbeiten, man ist aus sämtlichen „Tretmühlen und Hamsterrädern“ heraus und genießt – zumindest bei uns – eine finanzielle Absicherung, die einen bescheidenen bis satten Lebensabend garantiert. Das sind Vorteile, die man bewusst wahrnehmen sollte.

Allerdings haben diese Erleichterungen im Alter zwei Seiten. Sie können erfreuliche Neueröffnungen oder Leerlauf und Frust bewirken. Was sie bewirken, liegt jedoch nicht im Alter, sondern an der Person und ihrer Reaktion auf die sich verändernde Lebenssituation.

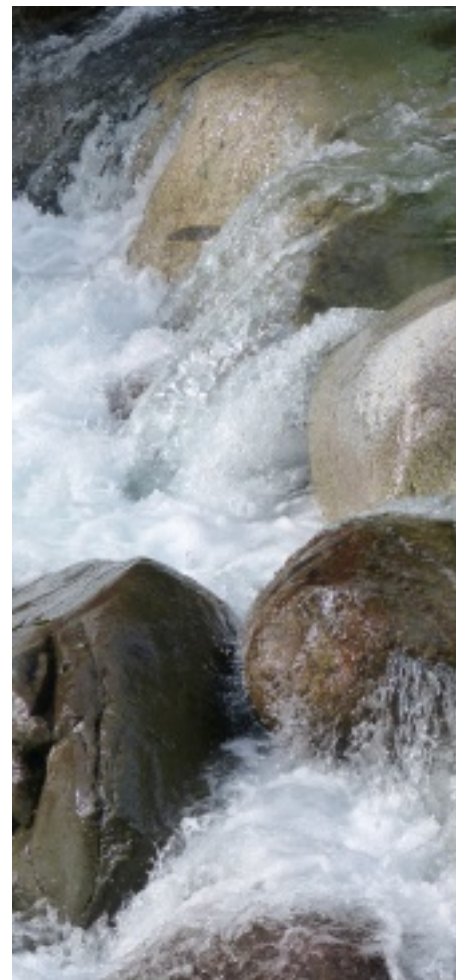
***Ich höre oft, dass der bevorstehende Ruhestand wie ein schwarzes Loch erlebt wird, in das die Betroffenen hineinzustürzen wännen.***

***Dass das Leben nach Beendigung ihrer Berufstätigkeit hohl, inhalts- und sinnlos für sie wird. Dass ihre Lust am Leben schwindet...***



Im Alter macht sich ein schon in früheren Jahren entfaltetes reiches Wertesystem hoch bezahlt. Davon profitiert man. Wehe, wenn man hingegen lange Zeit hauptsächlich für einen Wert gelebt hat, etwa nur für die Arbeit oder nur für die Kindererziehung. Fällt dieser Wert dann weg, fällt man praktisch ins Loch. Frankl hat ausdrücklich vor der Überbewertung einzelner Werte gewarnt, als er davon sprach, dass „hinter jeder Verzweiflung eine Vergötzung“ stecke. Alle irdischen Werte sind verlierbar, und wenn das gesamte Glück eines Menschen an einem einzelnen irdischen Wert hängt, der gleichsam „zum Himmel gehoben wird“, dann bricht alles zusammen, sobald dieser eine Wert nicht mehr vorhanden oder realisierbar ist und sich dem Zugriff des Menschen entzieht. Selbst in Liebesbeziehungen sollte niemand sich einreden, ohne den anderen nicht leben zu können. Solche „Vergötzungen“ sind auch die Urwurzel des „Pensionierungsschocks“, verbreitet bei Männern, die lange Zeit „verbissen“ gearbeitet haben, oder des „Leere-Nest-Syndroms“, verbreitet bei Frauen, deren Kinder aus dem Haus ausgezogen sind – kurz, von Abschieden, die nicht im Positiven überwunden werden.

*Lukas, Elisabeth / Ragg, Michael: Wie Leben gelingen kann, Kevelaer:  
Butzon & Bercker 2017*



Fotos: Walter Trafoier





## Die Traditionelle Europäische Medizin (TEM)

### Wirkprinzipien und Archetypen

Wie schon in der letzten Ausgabe angedeutet, möchte ich Ihnen nun die wichtigsten Wirkprinzipien der Traditionellen europäischen Medizin (TEM) vorstellen. Im Mittelpunkt steht dabei immer der Mensch in seiner Ganzheit als Körper-Geist und Seele. Diese mehrere tausende Jahre alte Überzeugung habe ich erst kürzlich- mit großer Freude - auf der Webseite eines namhaften Medical-Center in Südtirol folgendermaßen gelesen:

*„Gesundheit ist das höchste Gut des Menschen. Wie wichtig sie ist, merken wir aber meist erst, wenn sie uns abhandengekommen ist. Gesundheit erzielt man nicht nur, indem man bereits aufgetretene Krankheiten therapiert. Das Geheimnis eines langen Lebens besteht darin, gesund zu leben und gesund zu bleiben. Besonderes Augenmerk legen wir daher auf die Prävention von Krankheiten, denn vorbeugen ist besser als heilen. Eine sinnvolle Vorsorge muss den Menschen in seiner Gesamtheit sehen. Dieser ganzheitliche Ansatz erfordert aber auch medizinisches und organisatorisches Umdenken.“*

Aus der Sicht der Traditionellen Europäischen Medizin sind Gesundheit und Wohlbefinden grundsätzlich davon abhängig, dass sich die vier Hauptfunktionen des Lebens in der Balance befinden. Diese vier Funktionen werden als Säfte bezeichnet und da man im lateinischen die Säfte als Humores bezeichnete, spricht man auch von **Humoralmedizin**. Da die Basis des Lebens Wasser ist, können auch alle lebensnotwendigen Prozesse nur im Wasser ablaufen. Als Begründer der Humoralmedizin gelten, wie wir schon in der letzten Ausgabe gelesen haben, Hippokrates und Galenus von Pergamon. Hippokrates hat den Elementen Wasser, Luft, Feuer und Erde die vier Körpersäfte Sanguis (Blut), Phlegma (Schleim), Cholé (Gelbgalle) und Melancholé (Schwarzgalle) und die Temperamente Sanguiniker, Choleriker, Phlegmatiker und Melancholiker zugeordnet. Diese unterschiedlichen Temperamente nannte man Archetypen, denen man auch die Qualitäten warm, kalt, feucht und trocken zuordnete.

Fotos: Walter Trafoier



Die Vier-Temperamenten-Lehre ist somit eine Typenlehre mit ganz unterschiedlichen Körpersymptomen, Organen, Körpersäften, Tages- und Jahreszeiten, Lebensabschnitten, Elementen und Farben. Jeder Mensch hat gemäß seiner Anlagen eine Grundkonstitution. **In ihrer Reinform kommen Sanguiniker, Choleriker, Melancholiker oder Phlegmatiker kaum vor.** Der Archetyp zeigt Stärken, Schwächen und Anfälligkeit in der Regel für bestimmte Beschwerden sowie für die Ansätze zur Heilung und darf niemals schnell oder einseitig positiv/negativ gesehen werden.

Die vier Archetypen oder Grundtemperamente könnte man – in die heutige Zeit übersetzt – folgendermaßen darstellen und auch beschreiben:



P = Phlegmatiker  
C = Choleriker  
S = Sanguiniker  
M = Melancholiker

**Sanguiniker:** „Was kostet die Welt, Aufgeben kommt nicht in Frage.“ Mit Energie und Lebensfreude ist der Sanguiniker leicht zu begeistern, unbekümmert und motiviert auch andere.

**Choleriker:** „Immer schneller, höher und besser“. So geht der Choleriker an seine Aufgaben heran. Er nimmt alles in Angriff, Probleme löst er konstruktiv, beherzt, ehrgeizig, entschlossen und einsatzfreudig.

**Melancholiker:** „Wenn schon, dann richtig und in der perfekten Reihenfolge“. Der introvertierte Denker hat künstlerische Fähigkeiten und geht mit Intuition und Menschenkenntnis ans Werk.

**Phlegmatiker:** „Probier's mal mit Gemütlichkeit, mit Ruhe, Genuss, Geselligkeit und Zufriedenheit.“ So sieht der Phlegmatiker das Leben. Konzentriert und ausdauernd zeigt er diplomatisches Geschick.

Darüber hinaus sprechen die wichtigsten Texte der TEM auch



Foto: Walter Trafoier



Foto: Walter Trafoier

noch von sechs Kontext-Faktoren (also ergänzende Faktoren), die berücksichtigt werden müssen und für Gesundheit und Krankheit entscheidend sein können:

- a) Bauebene (Basalenergie):
  1. Speise und Trank
  2. Stoffwechsel und Verdauung
- b) Herzesebene (Vitalenergie):
  3. Wachen und Schlafen
  4. Bewegung und Ruhe
  5. Klima & Wohnambiente & Atem & Luft
- c) Hauptebene (Geistenergie)
  6. Gedanken & Haltungen & Spiritualität & Emotionen

Und nun – nach so vielem theoretischen Wissen - zum Abschluß einen praktischen Tipp: schauen wir uns zuerst die letzte Woche und dann unser Leben an und stellen uns Fragen zu diesen sechs Punkten oben:

- Wo geht es mir derzeit so richtig gut, wo spüre ich ein Unwohlsein oder Unbehagen?
- Bei welchen Punkten hatte ich bisher nie besondere Probleme, bei welchen anderen hingegen schon mehrmals?
- Wir können auch für uns eine „Baustelle der Gesundheit“ definieren, an der wir in der nächsten Zeit drableiben möchten? Vielleicht mehr Bewegung? Oder mehr Achtsamkeit bei der Nahrungsaufnahme? Finden wir ausreichend Möglichkeiten, um im wahrsten Sinne des Wortes richtig „Atem zu holen“, zu entspannen?
- Und wie verhält es sich mit unseren Gedanken, versuchen wir positiv zu denken, oder sind unsere Gedanken geprägt von Befürchtungen, Ängsten und Sorgen?

Ich habe bemerkt, dass es mir persönlich oft schon gut tut, wenn ich mich hinsetze, mir in Ruhe diese Fragen stelle und ehrlich zu beantworten versuche. Viel Erfolg dabei und bleiben Sie gesund.

*Kornelia Hölzl Gamper  
Präsidentin des Südtiroler Kneippverbandes*

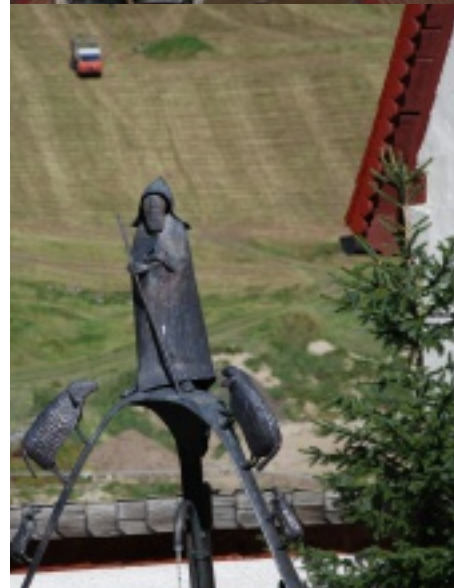




## Ausflug ins Schnalstal

Am 26.09.2018 um 13:30 Uhr startete vom Bürgerheim Schlanders ein Kleinbus ins Schnalstal. Herbert Platzgummer war mit seinem schweren Rollstuhl mit dabei. Für ihn, der vom Rollstuhl abhängig ist, war es ein Glücksfall beim Ausflug dabei zu sein. Vor der Behinderung war es für ihn selbstverständlich, sich im Land umzusehen. Er ging öfter über den Schlandraun zu Fuß nach Schnals. Er hat es genossen, Schnals wieder zu erleben. Es war ein warmer, sonniger Tag. Wir fuhren zuerst nach Vernagt, sahen den türkisfarbenen See in der Sonne glitzern. Wir genossen die frische, klare Luft. In Unser Frau besuchten wir die Wallfahrtskirche. Wir sahen die Schnalser Muttergottes in einer Monstranz auf einem Nebenaltar. Uns fielen die vielen Votivtafeln auf, aus historischer Zeit, darauf sahen wir wie die Schnalser vor über 300 Jahren gelebt haben und wie sie bekleidet waren. Die Leute aus dem Vinschgau sind früher zu Fuß zur Schnalser Muttergottes gepilgert, vor allem am Hoch unser Frauentag, am 15. August. Die Pfarrkirche fanden wir mit Heiligen überladen, besonders die neueren, farbigen Fenster mit noch einer Serie Heiliger. Dafür war es erleichternd in der Friedhofskappelle, die so hell und nüchtern war. Hier war noch einmal das Schnalser Gnadenbild mit vielen brennenden Kerzen. Der wunderschöne Barockaltar, sicher einmal der Hauptaltar in der Pfarrkirche, hat uns sehr beeindruckt. Am Friedhof bewunderten wir das große Bronzerelief von Friedrich Gurschler. Martin Rainer hat uns mit den originellen Gedenkstelen und Bronzekreuzen überrascht. Wir betrachteten sie aufmerksam. So haben die beiden Schnalser Künstler kostbare, bleibende Spuren in ihrem Heimatort hinterlassen. Am Brunnen vor dem Tanzhaus haben wir eine Zeitlang verweilt. Es wurde kühler. Wir sind mit dem Rollstuhl ins Gasthaus hineingefahren und haben uns zur kleinen Gruppe, drei Frauen, vom Bürgerheim gesetzt. Alle Beteiligten waren freudig aufgeregt, erzählten und saßen bei ihrem Kaffee und Kuchen. Die Betreuer, Irene und Andreas, waren fürsorglich für alle Teilnehmer da. So ist der Ausflug für alle ein erfreuliches Erlebnis gewesen.

*Anna Wielander Platzgummer*





## Rückblick in Bildern



*Traditionelles Sommerfest im Bürgerheim mit der Obervinschger Böhmischen*



*Ausflug nach Trafoi ins Nationalparkhaus*



*Eisessen mit musikalischer Umrahmung*

**GESUNDHEITS-**  
lösungen aus  
**EINER Hand.**



minddesign | n-project.com



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

[www.vitaplus.it](http://www.vitaplus.it)



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

[www.ladurner.com](http://www.ladurner.com)



*Bäuerinnen winden Kräuterbuschen zum Hoch-unser-Frauentag*



*Ausflug nach Maria Lourdes und Allitz*



*Patroziniumsfeier zum Tag des Heiligen Nikolaus von Flüe*



# Raiffeisen

## Meine Bank



## Herzlich Willkommen!

### Juni 2018

Siegfried Frank - Pater Max  
Berta Fliri Pilsner

### Juli 2018

Adelheid Maria Marth Walder



Foto: Gianni Bodini

## Buntes Laub in stiller Luft

Buntes Laub in stiller Luft,  
Matter Herbsttagsonnenschein,  
Berge in der Ferne Duft, —  
Sommerfäden spinnt mich ein!

Farben, Linien, blass und weich  
Wie gedämpft durch stillen Schmerz —  
In der Schwermut Zauberreich  
Starrt und zieht's mein wissend Herz.

Und Erinn' rung steigt empor,  
Wie der Duft von welchem Laub,  
Flüstert leise mir ins Ohr  
Und sinkt welkend in den Staub.

Still mein Herz den Sang vernahm:  
"Immer kam der Herbst zurück,  
Wiedersehn und Abschied kam  
Und es kam — es kam! — das Glück.

Aber eines blieb sich gleich:  
Ew'ger Sehnsucht stiller Schmerz"  
In der Schwermut Zauberreich  
Starrt und zieht's mein wissend Herz.

Felicitas Leo



*Foto: Gianni Bodini*

### **Wir gedenken unserer verstorbenen Heimbewohner**

Theresia Pöhl Pircher  
† 05.06.2018

Josef Grüner  
† 06.06.2018

Rosa Gufler Niedermair  
† 17.06.2018

Albin Gutgsell  
† 28.08.2018

Rosa Sachsalber Lanbacher  
† 05.09.2018

Maria Parth  
† 19.09.2018



## Wir gratulieren unseren Heimgästen zum Geburtstag!

### Juni

Margherita Sprenger Stocker (88)  
Margareth Pirhofer Ratschiller (86)  
Berta Fliri Pilser (84)  
Katharina Maria Rinner Fleischmann (92)

### Juli

Hedwig Wiedemann Tscholl (93)  
Josef Gruber (79)  
Theresia Tumler Altstätter (84)  
Alois Rainer (90)

### August

Antonia Regina Perkmann Stricker (94)  
Emma Pircher Schuster (86)  
Johann Lechthaler (88)  
Pfarrer Karl Fritz (88)  
Siegfried Frank - Pater Max (79)  
Ottilia Telfser Ladurner (94)

### September

Mathilde Staffler Marx (91)  
Karla Oberhofer (52)  
Karl Pauli (90)  
Robert Martin Peer (76)  
Robert Perkmann (66)  
Franz Wellenzohn (91)



Foto: Gianni Bodini





## GLÜCKWUNSCH!

### Neue Mitarbeiter

Wir wünschen unseren neuen Mitarbeiterinnen viel Freude und Erfolg!

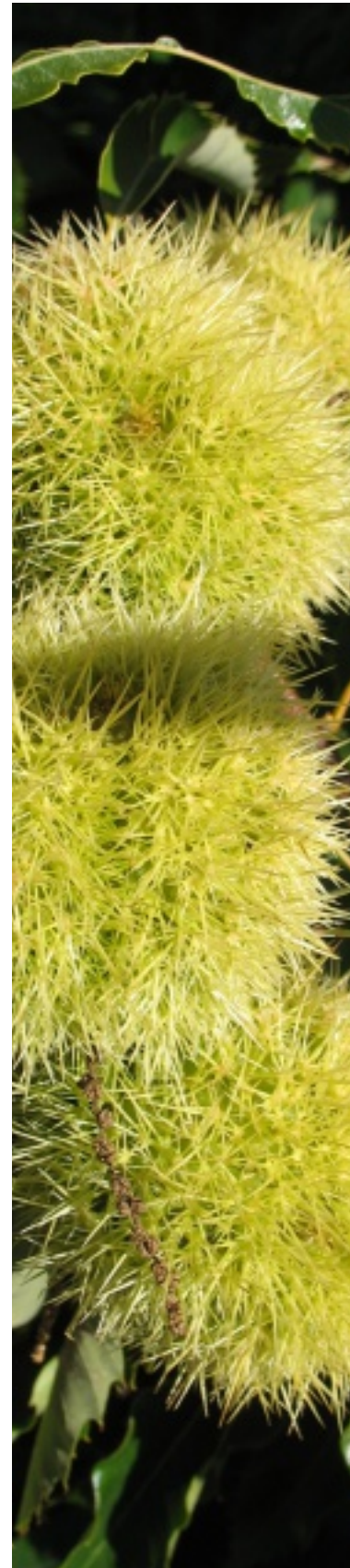
Maria Gurschler, Sozialbetreuerin  
Carolin Blaas, Sozialbetreuerin  
Georg Gander, Sozialbetreuer  
Sara Ladurner, Sozialbetreuerin  
Juliane Weiss, Sozialbetreuerin  
Roland Sprenger, spezialisierter Koch



## ANKÜNDIGUNG

### Termine der Feste und Feiern im Bürgerheim

- 05.12.2018: Nikolausfeier
- 22.12.2018: Weihnachtsfeier für unsere Bewohner und ihre Angehörigen
- 25.12.2018: Weihnachtsgottesdienst mit dem Männergesangsverein Schlanders



Fotos: Walter Trafoier



### Zutaten

175 g Roggenmehl  
200 g Weizenmehl  
175 g Staubzucker  
1 EL heißes Wasser  
100 g Honig, 2 Eier  
1 TL Natron, 1 TL Zimt  
1 TL Lebkuchengewürz  
Saft von jeweils einer halben  
Zitrone und Orange  
Ei zum Bestreichen

### Lebkuchen

#### Zubereitung

Alle Zutaten zu einem geschmeidigen Teig verkneten, zugedeckt 2 bis 3 Stunden ruhen lassen, leicht durchkneten und ca. 8 mm dick ausrollen. Beliebige Formen ausstechen, auf ein mit Backpapier belegtes Blech geben, mit Ei bestreichen und bei 170 Grad ca. 10-12 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!

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

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

## Fehlerbild

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





# 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

## Angebote des Bürgerheimes

- Stationäre Pflege
- Kurzzeitpflege
- Tagespflege
- Seniorenmensa
- Schütermensa



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

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

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

