



Winterausgabe 2020
Residio informiert.

Inhalt

Editorial

Seite 3

Mehrwert MedZentrum Hochdorf

Neuer Kooperationspartner
Seiten 4 – 5

20-Jahre-Dienstjubiläum

Interview mit Franziska Werder
Seite 6 – 7

Residio setzt auf Nachwuchs

Vorstellung Lernende
Seiten 7 – 8

Die Ombudsstelle

Interview mit Marcus Nauer
Seite 9

Fitness macht einfach Spass

Fitnessprogramm von Zita Bättig, 91-jährig
Seite 10

Seelsorge – die Sorge um den Menschen

Seelsorgeangebot von Anita Villiger
Seite 11

Ich lass mich von Corona nicht verrückt machen

Rezepte für das Wohlbefinden
Seite 12

Mit Humor geht vieles leichter

Humor in der Coronazeit
Seite 13

Spendenfonds Gutes tun

Mit Ihrer Spende ermöglichen Sie den Bewohnenden der beiden Häuser Rosenhügel und Sonnmatt einen besonderen Anlass oder Ausflug. Bei finanzieller Benachteiligung können aber auch persönliche Anschaffungen wie Kleider oder Hilfsmittel getätigt werden.

Kontoverbindung
IBAN CH45 0900 0000 6042 0477 0
PostFinance AG

Zugunsten
Residio AG
Hohenrainstrasse 2
6280 Hochdorf

Herzlichen Dank für Ihre Spende.

Normalität ist das beste Rezept

Alltag bei der Residio AG
Seiten 14 – 15

Weihnachten

Eine wahre Begebenheit
Gedicht
Seite 16

Impressum

Herausgeberin Residio AG | Hohenrainstrasse 2 | 6280 Hochdorf | Telefon 041 914 22 22 | info@residio.ch | www.residio.ch
Redaktionsteam **Redaktionsleitung** Marlis Schriber **Mitglieder** Dorothe Bart | Ruth Blättler | Rahel Müller | Fabienne Strüby | Erika Stutz | Sr. Karin Zurbriggen **Nächste Ausgabe** Frühling 2021 **Auflage** 1100 Zeitungen **Druck** GB Druck AG | 6280 Hochdorf
Ombudsstelle Marcus Nauer | Sozialarbeiter HF, Integrativer Coach, Mediator | OS_Residio@gmx.ch | Telefon 041 485 75 05 |
Digitale Ausgabe www.residio.ch | aktuelles



Editorial

Liebe Leserinnen

Liebe Leser

In der Winterausgabe von „Residio informiert.“ haben wir für Sie spannende Beiträge bereit. Auch geben wir Ihnen Einblicke in den Residio-Alltag, der COVID-19-bedingt verändert gestaltet werden muss.

Die heutige Zeit hält für alle Menschen ungewohnte, unplanbare, sich sehr schnell verändernde und einschneidende Rahmenbedingungen fürs Leben bereit. In den Residio-Häusern war und ist der Alltag vom ethischen Dilemma „Sicherheit versus Selbstbestimmung“ geprägt. Die immer wieder neuen Erkenntnisse und sich verändernden Fallzahlen haben uns dazu gezwungen, die Schutzkonzepte laufend anzupassen. Das Pandemie-Team muss immer

wieder ausloten, welche „Risiken“ zum Wohle von Begegnungen und Autonomie eingegangen werden. Ich kann Ihnen garantieren: Diese verantwortungsvollen Entscheidungen fallen uns schwer. Bis heute haben die Schutzkonzepte und eine gehörige Portion Glück die Bewohnenden vor der COVID-19-Erkrankung schützen können. Ob der bezahlte Preis, die Einschränkung der „Selbstbestimmung der Bewohnenden“, zu hoch war, werden wir nie erfahren.

Dankeschön

Liebe Bewohnerinnen und Bewohner, wie ihr euch in die sich immer wieder verändernden Lebensumstände rein-schickt, ist bewundernswert. Irgendwie schafft ihr es, trotz der schwierigen Umstände motiviert und beherzt den Alltag zu gestalten. Chapeau!

Liebe Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter, auf euch ist jederzeit Verlass. Ihr habt zum Wohle der Bewohnerinnen und Bewohner unkompliziert, engagiert, herzlich, flexibel und Hand in Hand Unglaubliches geleistet. Die Corona-Prämie 2020 soll ein kleines Zeichen der Wertschätzung sein.

Liebe Angehörige, herzlichen Dank für das Mittragen der Schutzkonzepte. Ohne Ihre Flexibilität und Ihr Verständnis hätten wir dieses Jahr nicht geschafft.

Von Herzen wünsche ich Ihnen trotz Distanz stimmungsvolle, herzerwärmende und gesegnete Weihnachten. Das Jahr 2021 soll für Sie Glück, Gesundheit und einen Blumenstrauss voller zufriedener Stunden bereithalten.

Herzliche Grüsse

Erika Stutz
Geschäftsleiterin

Mehrwert MedZentrum Hochdorf

Mit der Eröffnung des MedZentrums Hochdorf an der Luzernstrasse 11 kann die Residio AG Kooperationen ausbauen sowie das Dienstleistungsangebot erweitern und noch attraktiver gestalten.

Neuer Kooperationspartner MedZentrum Hochdorf

Die Residio AG und das MedZentrum Hochdorf haben gegenseitig eine Vereinbarung unterzeichnet, welche die medizinische Versorgung der Residio AG langfristig sicherstellt sowie eine qualitativ hochstehende medizinische Versorgung für die Bewohnerinnen und Bewohner der Residio-Häuser Rosenhügel und Sonnmatt ermöglicht. Die freie Arztwahl bleibt bestehen.

Für die ärztliche Versorgung der Residio AG konnte das MedZentrum Hochdorf Frau Jane Morgillo, Geriaterin, verpflichten.



Geriatrie ist die medizinische Spezialdisziplin für ältere Menschen. Zentrale Fragestellungen in der ärztlichen und pflegerischen Tätigkeit sind: Wie will die Seniorin oder der Senior die verbleibende Lebenszeit gestalten? Steht die Lebensqualität oder die



Lebenserwartung im Fokus? Gestützt auf die im Gespräch geklärten Fragen werden der Pflegeprozess sowie die ärztliche Versorgung ausgerichtet.

Die interdisziplinäre Zusammenarbeit auf Augenhöhe und die klar definierten, auf die Bewohnenden ausgerichteten Zielsetzungen im Pflegeprozess bringen auch für die Arbeitszufriedenheit des ausgebildeten Pflegepersonals viel Positives.

Sechs neue Wohnungen mit Dienstleistungen

Bereits seit fünf Jahren bietet die Residio AG in den Wohnungen der Baugenossenschaft Bellevue im Sonnenpark (Hohenrainstrasse 11) die Leistung „Wohnen mit Dienstleistungen“ an. Im Gebäude des neuen MedZentrums Hochdorf können die Mieterinnen und Mieter ebenfalls darauf zugreifen (z. B. Notrufdienst 24 Std./365 Tage, Concierge-, Spitex- und Hotellerie-Leistungen).

Eckpunkte MedZentrum



Gesamtleitung: Dr. Peter Steinmann

- 6 Allgemeinmediziner
- 2 Notfallärzte
- 1 Geriaterin
- 13 Spezialistinnen und Spezialisten

Leitung Notfall: Dr. Holger Hoppe
Notfallmedizin/Walk-In Praxis
Mo–Fr 8–20 Uhr, Sa 8–12 Uhr

www.mzhochdorf.ch

Angebot

Parterre:
Rezeption (Allgemein, Notfall), 8 Sprechzimmer, 2 Wartezimmer, Labor, Digitales Röntgen, Ultraschallraum, Apotheke mit Medikamentenroboter

1. Stock:
Grosszügige Personalräumlichkeiten, Rezeption, 4 Sprechzimmer für Pädiatrie, 2 Sprechzimmer für Gynäkologie/Geburtshilfe, 2 Sprechzimmer für Orthopädie, Rheumatologie und Pneumologie

2. Stock:
Rezeption mit Wartezimmer, Administration, Geriatrie, Dermatologie, Ernährungsberatung, Kardiologie, Angiologie, ORL, Urologie und Chirurgie mit Praxis-Operationssaal für Kleineingriffe

Individueller Erholungsaufenthalt

Im MedZentrum Hochdorf mietet die Residio AG per 1. Februar 2021 eine 3,5-Zimmer-Attikawohnung, die für zwei Personen oder für ein Ehepaar jeden Alters ein optimales Umfeld für einen individuellen und privaten Erholungsaufenthalt bietet. Sichergestellt sind somit ein kompetentes Ärzteteam und ein Inhouse-Zugang zum Medical Training Center Pieter Keulen. Die Residio Spitex erbringt Pflegeleistungen und rund um die Uhr steht eine Notrufbereitschaft zur Verfügung. Ebenfalls können Hotellerie-Leistungen individuell gebucht werden. Dieses Angebot ist für die Region Seetal einzigartig. Sobald das Konzept steht, wird detailliert darüber informiert.



Erika Stutz
Geschäftsleiterin

Herzliche Gratulation zum 20-Jahre-Dienstjubiläum

Im Jahr 2000 nahm Franziska Werder, Leiterin Betreuung Pflege und Mitglied der Geschäftsleitung, ihre Arbeit bei der Residio AG, vormals Heim Rosenhügel, auf. Mit ihr durfte ich ein Interview führen und erhielt damit interessante Einblicke in die vergangenen 20 Jahre.

Liebe Franziska, vorerst herzliche Gratulation zu deinem 20-Jahre-Dienstjubiläum. Wie kamst du eigentlich zu dieser Stelle?



Bevor ich von Zug nach Hochdorf zu meinem Freund und jetzigen Ehemann gezogen bin, suchte ich per Spontanbewerbung im Heim Rosenhügel eine Stelle als dipl. Pflegefachfrau HF. Ich wurde mit offenen Armen zum Bewerbungsgespräch empfangen, denn pflegerisches Fachpersonal in der Langzeitpflege war schon damals rar. Mir gefiel die Atmosphäre im kleinen, familiär geführten Haus, und so trat ich die Stelle sofort an und bin bis heute „hängen geblieben“.

Wie hat sich in diesen 20 Jahren die Langzeitpflege entwickelt?

Ich habe den Wandel vom klassischen Pflegeheim zu neuen Wohnformen und verschiedenen Dienstleistungsangeboten wie Temporär-Aufenthalte, Spitex und Betreutes Wohnen erlebt. Auch im Pflegealltag hat ein Umbruch stattgefunden. Die Aufenthaltsdauer der Bewohnenden hat sich markant

verkürzt, und heute stehen die Palliative Care, die Selbstbestimmung und die individuelle Lebensqualität der Bewohnenden klar im Vordergrund. Das einfache, unpersönliche Zweibettzimmer entwickelte sich zum hellen, wohnlichen Einzelzimmer mit privatem Stil. Auch in der Küche und im Service blieb die Entwicklung zum Glück nicht stehen: Die Menü-Auswahl ist heute vielseitig. Die elektronische Pflegedokumentation löste die „Papiernotiz“ ab und ermöglicht den Pflegenden grosse Unterstützung und den nötigen professionellen Überblick. Und heute ist es keine Seltenheit mehr, den 100. Geburtstag einer Bewohnerin oder eines Bewohners zu feiern.

Was sind für dich rückblickend die wichtigsten Eckpunkte?

Die Realisierung der Demenz-Wohngemeinschaft vor 15 Jahren erachte ich als wesentliche Entwicklung. Die Residio als namhafter Ausbildungsbetrieb, die Gründung der Aktiengesellschaft vor zwölf Jahren, der Neubau West im Rosenhügel, die baulichen Erneuerungen im Haus Sonnmatt – bei all diesen wichtigen Entwicklungsschritten durfte ich mitwirken.

Welches sind die grössten Herausforderungen in der Betreuung und Pflege?

Themen wie Wirtschaftlichkeit, effiziente Arbeitsabläufe,

optimale Qualität, genügend Zeit für die Bewohnenden, ausgewogene Dienstplanungen etc. begleiten den Pflegealltag. Damit es rundum zu guten Ergebnissen kommt, braucht es genügend Personal, das heisst motivierte, kreative Führungspersonen, engagierte Pflegefach- und Assistenzmitarbeitende in stabilen Teams mit einem ausgewogenen Generationen- und Kompetenzenmix. Dieser enormen Herausforderung müssen sich die Verantwortlichen immer wieder stellen.

Wie hast du dein Jubiläum gefeiert?

Zum Dienstjubiläum erhielt ich von der Residio AG zusätzlich vier wertvolle Ferienwochen geschenkt. Ich unternahm wunderschöne Wanderungen in der Umgebung des Brienersees und im Jura. Zwischendurch genoss ich mit meinem Mann erholsame Campingferien am Murtensee und im Tessin.

Du bist beruflich sehr engagiert. Was ist dein Ausgleich zum Beruf?

Unser Haus mit dem schönen Schwimmteich ist für mich und meinen Mann ein perfekter Rückzugs- und Erholungsort. Natürlich bin ich auch gerne unterwegs und in guter Gesellschaft mit unseren Freunden. Den Ausgleich zur geistigen Arbeit finde ich

vor allem in der körperlichen Betätigung. Das Rudern auf dem Hallwilersee mit meinem eigenen Ruderboot (ich habe es auf den Namen «mytime» getauft) gibt mir besonders Kraft und zugleich innere Ruhe.



Liebe Franziska, besten Dank, dass ich mit dir dieses spannende Gespräch führen durfte. Du hast in den vergangenen 20 Jahren viel bewegt, bist ein wichtiges Bindeglied in einer Kette von täglichen Ereignissen und Herausforderungen und hast viel zum Erfolg der Residio AG beigetragen. Ich wünsche dir weiterhin viel Freude und Motivation bei der täglichen Arbeit und hoffe, dass du stets genügend Zeit für deine Hobbys findest.

Marlis Schriber
Assistentin der Geschäftsleitung

Residio setzt auf Nachwuchs

Die Residio AG ist eine der grössten Arbeitgeberinnen in der Region. Einen hohen Stellenwert legt die Residio auf die Ausbildung im gesamten Berufsumfeld. Hier wird für gut ausgebildeten Nachwuchs gesorgt. Besonders im Bereich Betreuung und Pflege sind ausgebildete Fachkräfte dringend nötig. Im August 2020 starteten 14 neue Lernende ihre Ausbildung bei der Residio AG.



1. Reihe von hinten links: Soé Nussbaumer (Fachfrau Hauswirtschaft EFZ), Tobias Sidler (Fachmann Betriebsunterhalt EFZ), Nehemia Petermann (Fachfrau Gesundheit EFZ), Regina Peter (Fachfrau Gesundheit EFZ) **2. Reihe von hinten links:** Gjesika Prenqaj (Fachfrau Hauswirtschaft EFZ), Florence Clark (Kauffrau EFZ), Annina Jenny (Fachfrau Gesundheit EFZ) **3. Reihe von hinten links:** Lisa Eichenberger (Fachfrau Hauswirtschaft EFZ), Vanessa Weibel (Fachfrau Gesundheit EFZ), Renate Bachmann (Fachfrau Gesundheit EFZ), Jana Sigrist (Fachfrau Gesundheit EFZ) **4. Reihe von hinten links:** Kaideja Umer (Assistentin Gesundheit und Soziales EBA), Zoe Hawecker (Lernende Köchin EFZ), Lena Heusser (Fachfrau Hauswirtschaft EFZ)

Anzahl Lernende

Betreuung und Pflege	20
Hauswirtschaft	5
Technischer Dienst	2
Küche	2
Administration	2
Total Lernende	31

Rahel Müller
Lernende Kauffrau EFZ

Zwei Lernende stellen sich vor

Florence Clark und Vanessa Weibel starteten im August 2020 mit ihrer Ausbildung. Wer sind die beiden und welches Fazit ziehen sie nach rund viereinhalb Monaten?



Meine Arbeit ist abwechslungsreich und anspruchsvoll. Ich lerne in meiner Ausbildung täglich fürs Leben.

Florence Clark
Lernende Kauffrau EFZ

In meiner Freizeit unternehme ich gerne etwas mit meiner Familie und meinen Freunden. Ausserdem bin ich Leiterin im Blauring Hochdorf. Ein weiteres Hobby von mir ist es, auszureiten. Erfreulicherweise habe ich hier in Hochdorf eine Reitbeteiligung. Schon früh interessierte ich mich für den Beruf Kauffrau. In der 2. Sekundarstufe durfte ich bei der Residio AG eine Schnupperlehre absolvieren. Die Schnuppertage gefielen mir sehr und ich wusste sofort, dass ich mich für die Lehrstelle bewerben möchte. Im Sommer 2019 habe ich dann die Zusage mit Freude entgegengenommen. Trotz der Corona-Schutzmassnahmen hatte ich einen guten Start. Ich werde gut eingearbeitet und fühle mich wohl. Die Umstellung von der Schulbank an den Schreibtisch verspürte ich anfangs sehr, doch in der Zwischenzeit habe ich mich daran gewöhnt. Ich habe mich für die Ausbildung entschieden, da ich gerne mit Menschen Kontakt habe und mir die Arbeiten im Büro Freude bereiten. Ich wünsche mir eine abwechslungsreiche Ausbildung und freue mich, neue Arbeiten zu erlernen.



Für mich ist das der beste Job. Ich kann so viel geben und bekomme gleichzeitig so viel zurück.

Vanessa Weibel
Lernende Fachfrau Gesundheit EFZ

Zusammen mit meinen Eltern und meiner älteren Schwester wohne ich in Ballwil, wo ich auch aufgewachsen bin. In meiner Freizeit liebe ich es, zu tanzen und zu singen. In der 1. Sekundarschule hatte ich den Traum, Polizistin zu werden. Da man diesen Beruf erst nach Abschluss einer Ausbildung ausüben kann, habe ich mir sehr viele Gedanken gemacht. Schliesslich habe ich mich dazu entschieden, dass ich den Beruf als Fachfrau Gesundheit näher kennenlernen möchte. Bei meinem ersten Schnuppertag wurde mir sofort klar, dass ich diesen Beruf erlernen und ausüben möchte. Ich liebe es, mit betagten Menschen zu arbeiten, sie zu pflegen und ihnen eine wertvolle Unterstützung zu sein. Für mich war es immer sehr wichtig, dass ich einen Beruf im sozialen Bereich ausüben kann. Ich habe mich für die Lehrstelle bei der Residio AG beworben und bin sehr glücklich darüber, dass ich hier meine Ausbildung zur Fachfrau Gesundheit EFZ absolvieren darf. Für die kommenden drei Jahre wünsche ich mir viele neue Eindrücke. Im Team wurde ich sehr gut aufgenommen und bin gespannt, was ich die nächsten Jahre erleben darf.

Rahel Müller
Lernende Kauffrau EFZ

Die Ombudsstelle – unabhängig und vertraulich

Seit rund einem Jahr ist Marcus Nauer (53) Ombudsmann bei der Residio AG. Wer ist Marcus Nauer? Was sind seine Aufgaben? Lesen Sie dazu das folgende Interview.

Marcus, welchen beruflichen Hintergrund hast du?



Nach der Handelsschule am Alpenquai in Luzern habe ich einige Jahre im Wirtschaftsbereich gearbeitet. Danach habe ich die Fachhochschule in Sozialer Arbeit abgeschlossen und es folgten Weiterbildungen in systemischer Beratung, Mediation und Führung. Heute leite ich das Sozial-Beratungszentrum der Region Entlebuch, Wolhusen und Ruswil und arbeite seit 25 Jahren mit Familien, die sich in Krisen- und Konfliktsituationen befinden.

Wer kann sich an die Ombudsstelle wenden?

An die Ombudsstelle können sich alle Mitarbeitenden der

Residio AG, alle Bewohnerinnen und Bewohner sowie auch deren Angehörige wenden. Die Kontaktaufnahme kann über E-Mail oder direkt per Telefon erfolgen.

Was sind deine Ziele und Aufgaben?

Ziel und Aufgabe der Ombudsstelle ist es, mitzuhelfen, dass Spannungen abgebaut und Konflikte möglichst unbürokratisch gelöst werden. Das können Konflikte in Teams, aber auch zwischen der Residio AG, den Bewohnenden und Angehörigen sein. Der erste Schritt ist dabei immer, die Personen selber zu befähigen, den Konflikt anzugehen und zu lösen. Wenn dies nicht möglich ist, plane ich mit den meldenden Personen das weitere Vorgehen.

Also unternimmst du nichts ohne die Einwilligung der beteiligten Personen?

Ich achte sehr genau auf meine Schweigepflicht. Auch die Geschäftsleitung der Residio AG weiss nicht, wer sich bei mir meldet. Es ist sicher ein Vorteil, dass ich nicht in der Region Hochdorf vernetzt bin.

Mit welchen Kosten ist ein Gespräch mit dir verbunden?

Für die Personen, welche meine Unterstützung suchen, entstehen keine Kosten, diese werden von der Residio AG übernommen. Bis zu drei Stunden kann ich unbürokratisch unterstützen. Wenn die gemeinsame Arbeit länger dauert, informiere ich die Geschäftsleiterin, Erika Stutz, dass ein Fall mehr Ressourcen bindet, jedoch ohne Informationen, um wen oder was es sich handelt.

Was ist dein Fazit nach rund einem Jahr?

Ich bin beeindruckt, dass die meldenden Personen immer aktiv eine Lösung gesucht haben und es ihr Bestreben war, diesen Lösungsweg selbstständig zu gehen. Auch glaube ich, dass ein Gespräch mit mir bei den meldenden Personen Ressourcen aktivieren und sie auf einen Lösungsweg bringen kann.

Kontakt Daten

Marcus Nauer
Sozialarbeiter HF, Integrativer Coach, Mediator
E-Mail OS_Residio@gmx.ch
Telefon 041 485 72 05

Marlis Schriber
Assistentin der Geschäftsleitung

Fitness macht einfach Spass

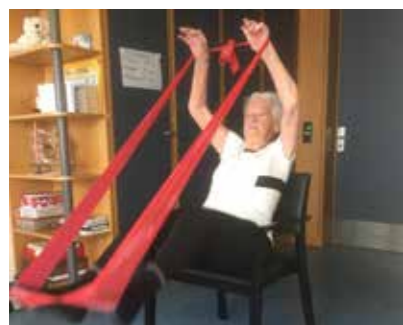
Die heute 91-jährige, zierliche Bewohnerin Zita Bättig lebt mit Leidenschaft und Freude. Sie hält sich täglich geistig und körperlich fit. Ihre Lebensfreude und Energie sind ansteckend.

Die Entdeckung

„In meinem früheren Leben hatte ich nie ein Fitnesszentrum betreten“, sagt Zita Bättig lachend. Etwas anderes als Arbeit kannte sie nicht.



Dies änderte sich, als 2015 das Medical Training Center (MTC) ins Haus Sonnmatt bei der Residio AG einzog. Denn Pieter Keulen, Inhaber des MTC, war auf der Suche nach einem geeigneten Model für seine Homepage für den Standort in Hochdorf. Dabei wurde er auf Zita Bättig aufmerksam. Er fragte sie an und sie sagte zu.



Später verriet er ihr, weshalb seine Wahl auf sie gefallen war, wie folgt: „Nie haben Sie den Lift, sondern stets die

Treppe genommen.“ Das war der Startschuss für ihre späte und leidenschaftliche Fitness-Laufbahn.

Vor der Corona-Zeit zog sie, wenn immer sie Lust auf Bewegung hatte oder Gesellschaft suchte, ihre Trainingskleider an und ging ins Fitnesscenter MTC im Erdgeschoss. Über 100 Trainings pro Jahr dürfte sie absolviert haben. „Das weiss ich so genau, weil man sich mit der Karte des Jahresabonnements an- und abmelden muss“, erklärt sie.

Fit auch in Zeiten von Corona

Mittlerweile weiss sie, wie sie ihren Körper in Schwung bringt, und hat sich ihr eigenes Programm zusammengestellt.



Dies kommt ihr nun während der aktuellen ausserordentlichen Corona-Situation zugute. Da ihr aufgrund der Schutzmassnahmen der Zutritt zum MTC seit März 2020 verwehrt ist, verlegt sie ihr Training kurzerhand in ihr eigenes

Zimmer. Mithilfe einer Matte und eines Therabands hält sie weiterhin ihren Körper, Geist und ihre Seele im Gleichgewicht.



Ihre Energie wirkt nicht nur ansteckend und motivierend, sondern ist ein leuchtender Stern in dieser sonst eher etwas betrübten Zeit. Dank ihrem zähen Willen und ihrer Ausdauer kann sie ihren Körper fit halten und so etwas für ihre Gesundheit tun. Dies ist keineswegs eine Selbstverständlichkeit für sie – denn Zita Bättig leidet an einem permanenten Schwindel. Schon unzählige Male ist sie deswegen in den letzten Jahren gestürzt. „Da ich regelmässig trainiere, habe ich mich dabei noch nie verletzt. Zudem macht Fitness ganz einfach Spass!“, fügt sie nicht ohne Stolz hinzu.



Sr. Karin Zurbriggen
Dipl. Pflegefachfrau HF

Seelsorge – die Sorge um den Menschen



Anita Villiger ist seit September Kontaktperson Seelsorge für die Residio-Häuser. Hören – zuhören – verstehen – helfen zu verstehen – miteinander beten: Dafür möchte sie da sein, wenn Bewohnende oder Angehörige dies wünschen.

„Gib mir ein hörendes Herz“

In diesem Bild hört Anita Villiger die Bitte Salomos, der sich wegen einer grossen Aufgabe an Gott wendet: „Gib mir ein hörendes Herz“ (1 Kön, 3,9). Diesen Wunsch hat sie auch für sich in ihrer neuen Aufgabe in der Begleitung betagter Menschen. „Mit einem hörenden Herz kann ich das treffen und beleben, was müde geworden ist und sich darum sehnt, nach einem Wort, das Leben ermöglicht und Lebenssinn eröffnet.“

Auf Augenhöhe möchte sie den Bewohnenden gegenüber treten und verstehen, was ihnen wichtig ist. Sie möchte ansprechbar sein für das, was im Moment möglich ist, und das Unmögliche schweigend mittragen. Gerade das Weihnachtsfest ist für Anita Villiger ein wunderbares Bild dafür, dass in der Begegnung Gott Mensch wird.

Weihnachten – Gott zeigt: Ich bin da für dich.

Zu Recht fragt sich deshalb Anita Villiger: „Bist du Gott nicht auch zu uns gekommen mit einem hörenden und liebenden Herz?“ Und sie meint: „Wenn



Bild „Gespräch“
von Sr. M. Ruth Nussbaumer, Kloster Eschenbach

das für mich wahr wird und wahr ist, dass Gott mich in jeder Lebenslage, in jeder Stimmung, in jeder Frage, in jedem Zweifel, in jedem Alter, an jedem Ort der Sehnsucht sucht, dann kann meine Sehnsucht anfangen, Gott zu suchen, und damit enden, ihn gefunden zu haben. Glaube und Vertrauen helfen mir zu verstehen, dass Gott mit meiner Wirklichkeit etwas anfangen kann. Ich muss nicht einem Ideal entsprechen, sondern sein, wie es mir möglich ist. Das genügt schon, um mich im Gespräch zu öffnen, sei dies mit einem Menschen oder im stillen Verweilen bei Gott, der von sich sagt: Ich bin da.“

So kann Weihnachten jeden Tag sein, zum Beispiel dann,

- wenn die Seelsorgerin oder der Seelsorger zur richtigen Zeit am richtigen Ort ist, im Bewusstsein, dass dies nicht immer der Fall sein kann.
- wenn ältere Menschen erfüllt von ihrer Lebens- und Liebesgeschichte erzählen.
- wenn speziell traurige Situationen letztlich zu einer grossen Freude werden.

Seelsorge-Angebot

- Einzelgespräche für Bewohnerinnen und Bewohner (regelmässig oder in Krisensituationen)
- Gespräche mit Angehörigen
- Begleitung oder Rituale in der Sterbephase
- Religiöse, spirituelle Begleitung und andere Anliegen

Kontakt

anita.villiger@prbs.ch
Pfarramt Hochdorf:
041 910 10 93
hochdorf@prbs.ch
In Notfällen
076 544 51 63

Sr. Karin Zurbriggen
Dipl. Pflegefachfrau HF

Ich lasse mich von Corona nicht verrückt machen ...

Angst und Panik sind schlechte Ratgeber. Wie Bewohnende und Mitarbeitende Corona begegnen und welches Rezept sie für das Wohlbefinden im Alltag haben, erfahren Sie nachfolgend.



Agnesa Hazeraj, dipl. Pflegefachfrau HF

Eigentlich lebe ich weiter wie vorher, einfach mit den vorgegebenen Schutzmassnahmen, die für mich aber kein Problem sind. Um mich abzulenken, telefoniere ich viel mit Bekannten. Wir unterhalten uns und erzählen lustige Geschichten. Gerne höre ich auch aufheiternde Musik. Auch kann ich mich über kleine Dinge erfreuen.



Silvia Heer, dipl. Pflegefachfrau HF

Ich versuche, positiv zu bleiben und nicht an Corona zu denken. Das Leben geht trotz allem weiter. In meiner Freizeit gehe ich gerne in die Natur und lasse diese auf mich einwirken. Gerne halte ich mich dabei am Fluss auf, schaue dem Lauf des Wassers zu oder meinem Partner beim Fischen.



Luca Baumann, Praktikant Zivildienst

Gerne lenke ich mich mit Sport und weiteren Aktivitäten ab. Ich behalte stets ein Ziel vor Augen. So möchte ich noch ein Instrument lernen. Zum Entspannen und Abschalten meditiere ich, halte mit Skype Kontakte aufrecht und versuche, Spass zu haben, um gemeinsam über dieses und jenes lachen zu können.



Ruth Blättler, Leiterin Abteilung West

Ich lese unterhaltsame und lustige Geschichten, übe mich in Gelassenheit und mache Hundesport. Das gemeinsame Spielen mit meinem Sporthund darf nicht fehlen.



Patrick Freudiger, Aktivierungsfachmann HF

Ich gehe gerne in die Natur hinaus, höre Comedy und versuche, nicht zu viele Nachrichten zu lesen. Man muss sich selber schützen und persönlich abschalten können. Die Stimmung in den Häusern Rosenhügel und Sonnmatt erlebe ich als gut. Trotz Corona gibt es immer wieder Momente zum Schmunzeln und gemeinsamen Lachen.



Maria Hägi, Bewohnerin Rosenhügel

In Zeiten von Corona ist es wichtig, den Humor nicht zu verlieren. Ich versuche, das Schöne im Leben zu erkennen und mich bewusst daran zu erfreuen. Ich bete und meditiere viel und sage Danke zum Glück im Leben. Das ist keine Selbstverständlichkeit. Man muss sich im Leben immer wieder auf Neues einlassen können und das Leben als Geschenk ansehen. Ich habe es so gut. Ich bin so glücklich hier im Rosenhügel.

Mit Humor geht vieles leichter

Ja, es ist eine schwierige Zeit. Es ist eine Zeit, die strenge Regeln braucht. Es ist eine Zeit, in der wir mit negativen Informationen geradezu überschüttet werden. Es ist eine Zeit, die viel Geduld braucht. Aber genau jetzt dürfen wir den Lebensmut, die Freude und den Humor nicht verlieren, denn diese lösen wahre Heilkräfte in uns aus. Und genau aus diesem Grund haben wir nachfolgend etwas zum Thema Humor zusammengestellt und hoffen, trotz der aktuellen schwierigen Situation ein Lächeln auf Ihr Gesicht zu zaubern.

Meine Nachbarn lieben meinen Gesang! Eben haben sie einen Stein durch mein Fenster geworfen, damit sie mich besser hören können :-)



Ich kann dreistimmig singen: laut, falsch und mit Begeisterung.

Lachen ist gesund
 Lachen wirkt entspannt
 Lachen lockert die Stimmung
 Lachen stärkt das Immunsystem
 Lachen mindert den Schmerz
 Lachen ist Gymnastik
 Lachen regt die Verdauung an
 Lachen kurbelt den Kreislauf an

Man hört nicht auf zu lachen, wenn man alt wird, aber man wird alt, wenn man aufhört zu lachen.

Humor ist, wenn man trotzdem lacht.

Ich habe gehört, wenn man Schutzmasken über Nacht in Alkohol einlegt, wird der Tag wesentlich lustiger und entspannter.



Und wenn die ganze Welt auf dem Kopf steht?
 Dann ist der Humor doppelt wichtig oder wir bewegen uns auch kopf-über ...

Was machst du heute?
 Nix!
 Das hast du doch gestern schon gemacht?!
 Ja, aber ich bin nicht fertig geworden.



Manchmal rede ich mit mir selbst, und dann müssen wir beide lachen.
 Natürlich spreche ich mit mir selbst. Manchmal brauche ich eben kompetente Beratung. Und wenn es mir nicht zum Lachen zumute ist? Dann muss ich in den Spiegel schauen und mich selber anlachen oder eine lustige Geschichte lesen. Bei Begegnungen ein Lächeln einfangen und dann auch wiedergeben, das kann allen helfen.

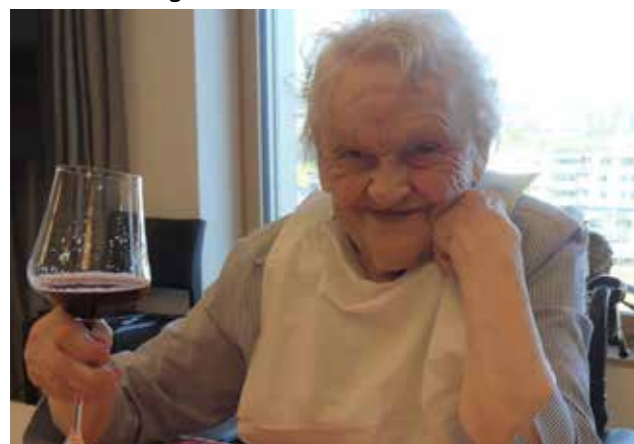
Normalität ist das beste Rezept

Das Coronavirus verändert unser Leben nachhaltig und bringt sowohl für die Mitarbeitenden als auch für die Bewohnenden noch nie dagewesene Herausforderungen. Mit verschiedenen Veranstaltungen und attraktiven Aktivierungsangeboten ist in den Häusern Rosenhügel und Sonnmatt ganz schön was los. Dafür wurden die Stellenprozente des Aktivierungsteams erhöht. Wir erleben in dieser Zeit viele schöne gemeinsame Momente und versuchen, den Alltag mit einer Prise Normalität zu würzen.

Wild auf Wild



Metzgete ... Mhhh... Metzgete war schon immer was Feines!



Backen macht glücklich Richtig schön, dass man noch backen darf.



Ich habe immer gerne gebacken.

Fitness mit Sandy Bucher



Kreativ sein



Fabienne Strüby
Ausbildungsverantwortliche Hauswirtschaft



Weihnachten – eine wahre Begebenheit

Jedes Jahr im November verbringen wir zu dritt einige Tage. Gemeinsam kochen, spielen, im Wald spazieren gehen, Geschichten erzählen. Es sind immer sehr schöne Tage. Dieses Jahr sind sie geprägt von Corona. Eigentlich wollten wir unsere Nachbarsfamilien im Asylzentrum zu einem feinen Essen einladen, aber das ist unmöglich geworden, da alle von Corona betroffen sind. Auch dürfen sie keinen Besuch empfangen.

So entschlossen wir uns, ihnen trotzdem eine Freude zu bereiten. Und wir einigten uns darauf, dass jeder für eine Familie einkauft. Alles, was man so braucht; nebst Grundnahrungsmitteln soll es auch an Schokolade für die Kinder nicht fehlen. Und für jede Familie backen wir einen Kuchen. So machen wir's.

Wir haben dabei selbst viel Freude erlebt und wir fühlten uns als die Beschenkten. So fühlt sich Weihnachten an.

Da wir nicht ins Haus durften, hat der Betreuer der Familien die vollgepackten Tüten auf die Etagen verteilt. Die Familien waren erstaunt und gerührt. Und wir haben vereinbart, wenn Corona vorbei ist, machen wir ein Fest der Kulturen im Quartier. Die Vorfreude darauf ist die schönste Freude.



Weihnachtswünsche

Auf der Welt, da leuchten Kerzen und ich wünsche voller Zuversicht
zu Weihnachten von ganzem Herzen uns ein ganzes Jahr voll so viel Licht.

Überall erklingen Lieder, das ist zu Weihnachten das Schöne.
Ich wünsche uns an jedem Tage wieder nur solche sanften, zarten Töne.

Streit verklingt, es wird erträglich, voll Frieden ist die Weihnachtszeit.
Ich wünsche uns zum Weihnachtsfest tagtäglich Glück, Freude und Besinnlichkeit.