

# RESIDIO *info* RMIERT.

AUSGABE 02/2024

BEGLEITET

BELIEBT

BELEBT

# Inhalt



## Ihre Meinung

### TEILEN SIE IHRE GEDANKEN MIT UNS

Das Redaktionsteam freut sich über konstruktive Kritik, Lob und auch Anregungen.  
sandra.burkard@residio.ch  
oder Sandra Burkard, Residio AG, Hohenrainstrasse 2, 6280 Hochdorf.

## Impressum

### HERAUSGEBERIN:

Residio AG, Hohenrainstrasse 2, 6280 Hochdorf,  
041 914 22 22, info@residio.ch, www.residio.ch

### REDAKTIONSTEAM:

Redaktionsleitung: Sandra Burkard  
Mitglieder: Jana Lang | Sibylle Kräuchi |  
Erika Stutz | Sr. Karin Zurbriggen

**NÄCHSTE AUSGABE:** 12.2024

**AUFLAGE:** 1100 Ex.

**DRUCK:** GB Druck AG, Hochdorf

**DIGITALE AUSGABE:**

www.residio.ch/ueber\_residio/downloads

## Inhalt

<b>Editorial</b>	<b>3</b>
<b>Lehrbeginn bei der Residio</b> Start ins Berufsleben	<b>4</b>
<b>Aktiv und selbstbestimmt</b> Rosmarie Isaaks Alltag in der Residio	<b>5</b>
<b>Unsere Freiwilligen</b> Herzblut für unsere Bewohnenden	<b>6</b>
<b>Nosyphos Kugelbahn</b> Interaktives Erlebnis für Jung und Alt	<b>7</b>
<b>Tag der offenen Tür</b> Impressionen	<b>8</b>
<b>Seitenwechsel</b> Ein beruflicher Seitensprung	<b>10</b>
<b>Kinästhetik in der Pflege</b> Bewegung als Brücke zur Autonomie	<b>11</b>
<b>Sonnematt-Küche</b> Ein Blick hinter die Kulissen	<b>12</b>
<b>Erweiterter Dachpavillon</b> und neue Fotovoltaikanlage	<b>14</b>
<b>Vom Bauchtanz bis zur 1.-August-Feier</b> Impressionen	<b>16</b>
<b>One Minute Wonder</b> Kurz und knackig lernen	<b>16</b>

# Editorial



## Liebe Leserinnen und Leser

Normalerweise begrüsst Sie an dieser Stelle unsere Geschäftsleiterin Erika Stutz. In dieser Ausgabe darf ich die einleitenden Worte an Sie richten. Denn während ich diese Zeilen schreibe, lässt Frau Stutz während ihres wohlverdienten Sabbaticals die Seele baumeln.

Das wunderbare Redaktionsteam hat wieder eine bunte Mischung an Themen für Sie zusammengestellt. Ich freue mich jedes Mal riesig, wenn die neue Ausgabe druckfrisch bei mir landet. So viel Engagement steckt in jedem einzelnen Artikel! Ein grosses Dankeschön geht an alle Schreibenden, die mit viel Herzblut recherchiert, Texte verfasst und Fotos geschossen haben.

Was uns besonders am Herzen liegt: Ihre Meinung. Haben Sie einen Beitrag besonders spannend gefunden oder möchten Sie uns einfach mal Ihre Eindrücke kundtun? Dann schreiben Sie uns gerne – die Kontaktdaten finden Sie auf Seite 2.

Die vorliegende Ausgabe von «Residio informiert» lädt Sie erneut dazu ein, einen Blick hinter die Kulissen unseres vielfältigen Alltags in der Residio zu werfen. Wir haben in den letzten Monaten einiges bewegt – im wahrsten Sinne des Wortes. Unsere Kinästhetik-Gruppe etwa fördert mit gezielten Übungen die Beweglichkeit unserer Bewohnenden und stärkt dabei ihre Eigenständigkeit. Auch die kreative Nosyphos Kugelbahn bereichert seit dem Sommer das Leben im Haus Sonnematt und Rosenhügel und bietet ein generationenübergreifendes Spielerlebnis für Jung und Alt.

Die One Minute Wonders bieten dem Pflegeteam kompakte Wissensimpulse, die sich im Arbeitsalltag bewährt haben. Im Interview mit Küchenchef Theo Lang werfen wir einen Blick hinter die Kulissen und erfahren mehr über die regionalen und saisonalen Gerichte, die er und sein Team täglich frisch zubereiten. Zudem bringen unsere neuen Lernenden frischen Wind ins Haus und wir freuen uns, sie auf ihrem Weg begleiten zu dürfen. Auch auf die Anlässe mit unseren Bewohnenden blicken wir gern zurück – besonders auf den erfolgreichen Tag der offenen Tür.

Wir wünschen Ihnen eine angenehme Lektüre und hoffen, dass die Einblicke in unseren Alltag für Sie unterhaltsam und interessant sind.

Herzliche Grüsse

Sandra Burkard  
Redaktionsleiterin

## Lehrbeginn bei der Residio

Anfang August begann für unsere acht neuen Lernenden die aufregende Reise ins Berufsleben. In der Lehre werden sie viel neues Wissen erlangen, Fähigkeiten entwickeln und persönlich wachsen. Jana Lang, KV-Lernende im 3. Lehrjahr, befragte sie zu ihren Wünschen und Erwartungen in der Lehre.

### Colin Kaufmann, Lernender Fachmann Gesundheit EFZ

«Ich hatte einen sehr guten Start und konnte schon einige schöne Eindrücke sammeln. Für die kommende Zeit wünsche ich mir bei anspruchsvollen Aufgaben genügend Unterstützung und einen guten Teamspirit.»

### Fithawit Tekie, Lernende Praktikerin Hotellerie-Hauswirtschaft EBA

«Ich wurde herzlich von der Residio-Familie aufgenommen. Ich bin sehr offen für die neuen Erfahrungen und freue mich jetzt schon auf die bevorstehende Zeit. Ich hoffe, die Lehrzeit ohne Schwierigkeiten erfolgreich abzuschliessen und mich weiterzubilden.»

### Gjulijana Shkoreti, Lernende Fachfrau Hotellerie-Hauswirtschaft EFZ

«Mein Start bei der Residio war positiv und erfüllend. Ich habe schon in viele Aufgabenbereiche hineingesehen, die mir sehr gefallen. Ich freue mich auf kommende Erfahrungen und hoffe, meine Ausbildung erfolgreich zu beenden und eine wunderbare Zeit zu erleben.»

### Dario Bossert, Lernender Küchenangestellter EBA

«Ich wurde von Beginn an herzlich aufgenommen. Ich hoffe, dass die nächsten zwei Jahre genauso positiv verlaufen werden wie meine ersten drei Monate.»

### Gentijana Shkoreti, Lernende Fachfrau Gesundheit EFZ

«Da dies bereits meine zweite Lehre bei der Residio ist, war ich nicht besonders aufgeregt und kannte mein Team schon. Ich bin offen für neue Aufgaben und freue mich jetzt schon auf meine Zweitlehre. Ich erwarte genügend Unterstützung und einen guten Lehrabschluss.»

### Amira Rössli, Lernende Fachfrau Gesundheit EFZ

«Ich hatte einen sehr guten Start und wurde von meinem Team herzlich aufgenommen. Wenn ich Fragen habe oder Hilfe benötige, bekomme ich Unterstützung von allen Seiten. Für die Zukunft wünsche ich mir genügend Unterstützung und ich hoffe, dass ich meine Lehre erfolgreich abschliesse.»

### Pascal Bucher, Lernender Unterhaltungspraktiker EBA

«Da ich schon vorher ein Praktikum bei der Residio gemacht habe, ist mir mein Start sehr gut gelungen und ich kannte schon die meisten Mitarbeitenden. Für meine Zukunft wünsche ich mir, dass ich meine Lehre «dörezieh» und alles klappt.»

### Desirée Gräzer, Lernende Kauffrau EFZ

«Ich fühle mich bereits seit dem ersten Tag wohl. Ich fand die zweiwöchige Einführung durch die Lernende im 2. Lehrjahr toll. Meine Erwartungen an die Residio sind, dass ich unterstützt werde, wenn ich bei etwas Hilfe brauche. Jedoch möchte ich trotzdem gefordert werden.»

## Aktiv und selbstbestimmt

### Rosmarie Isaaks Alltag in der Residio

Seit Anfang Mai lebt Rosmarie Isaak in der Residio im Haus Sonnmatt. Es ist ein Ort, an dem meist ältere Seniorinnen und Senioren leben. Wie geht es der gut Siebzighjährigen, wenn die meisten ihrer Mitbewohnenden um Jahrzehnte älter sind als sie?

#### Typische Bewohnende?

Die Residio hat sich in der Vergangenheit immer wieder auch für Menschen geöffnet, die nicht in das Raster eines «gewöhnlichen» Bewohnenden passen. Einige «jüngere» Bewohner sind wie Frau Isaak nach einem Schlaganfall auf tägliche Pflege und Betreuung angewiesen. Diese Bewohnerinnen und Bewohner sind in ihren Sechzigern und Siebzigern anscheinend zu jung, um ihr Leben bei uns zu verbringen.

Diese jungen von insgesamt gut 80 Bewohnenden im Haus Sonnmatt können ihr Leben, wie alle anderen im Haus Sonnmatt, weitgehend autonom gestalten. So kann auch Rosmarie Isaak die Rundum-Betreuung in Anspruch nehmen und hat zugleich die Freiheit, zu tun und zu lassen, was sie will. «Das isch schön!», meint sie.

#### slowUp Seetal

So konnte auch dieses Bild von einer wahrlich nicht alltäglichen Szene in der Residio entstehen: Es zeigt eine Bewohnerin in einem Spezialvelo von der Stiftung Cerebral, bereit, um zusammen mit ihrer Tochter, ihrem Schwiegersohn und den beiden Enkelkindern am slowUp Seetal teilzunehmen.

#### Ziel: Zurück nach Hause

Das Ziel von Rosmarie Isaak ist es, einst wieder im eigenen Daheim leben zu können. Dafür investiert sie täglich viel Zeit. Damit sie bald wieder eine grösstmögliche Selbstständigkeit erlangt, wird sie zweimal wöchentlich durch eine Physiotherapeutin und eine Ergotherapeutin angeleitet und unterstützt.

Zudem setzt Frau Isaak auf die Wirkung einer wöchentlichen Akupunkturbehandlung zur Verbesserung der motorischen Funktionen von Armen und Beinen. Daneben nimmt sie auch mit grosser Motivation und Freude an den hausinternen Aktivierungsmöglichkeiten wie Yoga, Fitness, Gedächtnistraining und dem «Erzählkafi» teil.

Wenn zwischen all diesen Aktivitäten noch Zeit bleibt, macht Frau Isaak gern ein Sudoku oder ein anderes Denkspiel, liest täglich mit grossem Interesse die Tageszeitung und schaut abends TV.

#### Eigenständigkeit

Frau Isaak wird es bestimmt «nid längwilig», wie sie sagt. Sie hat in der Residio einen Ort zum Wohlfühlen gefunden, der ihr so viel Eigenständigkeit wie möglich bietet. Die Residio unterstützt Rosmarie Isaak auf ihrem Weg zur Wiedererlangung ihrer Selbstständigkeit mit bestmöglicher therapeutischer und pflegerischer Betreuung.

*Sr. Karin Zurbriggen, Pflegefachfrau HF*



*Rosmarie Isaak mit Tochter und Enkelin am slowUp Seetal*



BEGLEITET

# Unsere Freiwilligen

## Herzblut für unsere Bewohnenden

Zeit und Nähe gehören zu den wertvollsten Geschenken für Bewohnende.

Unsere über 50 freiwilligen Mitarbeitenden tragen einen grossen Teil dazu bei, dass sich die Bewohnenden bei uns wohl und geborgen fühlen.

Monika Zeder ist die Kontaktperson für unsere 50 engagierten Freiwilligen, koordiniert Einsätze und ist Ansprechperson bei Anliegen und Fragen.

### Einsatzbereiche

- Einzelbetreuung, zum Beispiel Zeit mit einzelnen Bewohnenden verbringen, Gespräche führen, ihnen vorlesen, sie zum Arztbesuch begleiten, gemeinsam Einkäufe mit ihnen tätigen oder diese für sie erledigen
- Begleitung bei Ausflügen, zum Beispiel in die Badi, in die Stadt Luzern oder an eine Fasnachtsveranstaltung)
- Unterstützung bei Aktivierungsmassnahmen, zum Beispiel Lotto oder Backen
- Begleitung als Kommunionhilfe bei den Gottesdienstübertragungen
- Betreuung der Rollstuhlgruppen Rosenhügel und Sonnmatt

### Herzensangelegenheit Rollstuhlgruppe

Für Silvia Birnbaum ist die Freiwilligenarbeit eine Herzensangelegenheit. Das beweist sie seit mehr als 30 Jahren der Freiwilligenarbeit in der Residio. Sie ist für die Einteilung und Organisation der Rollstuhlgruppe Sonnmatt verantwortlich und führt wöchentlich Buch darüber. Über die Freiwilligenarbeit des Frauenbundes lernte sie vor einiger Zeit die Freiwilligen der Rollstuhlgruppe Rosenhügel kennen. Da im Haus Sonnmatt noch keine solche Gruppe bestand, beschlossen Silvia Birnbaum, Martha

Weibel und weitere engagierte Frauen, dies in die Hand zu nehmen und auch hier Freiwillige für eine solche Rollstuhlgruppe zu gewinnen. Und das gelang – und wie!

### Bereicherung auch für die Freiwilligen

Menschen begegnen Menschen: Genau darum geht es beim Einsatz der Freiwilligen in der Residio. Die freiwilligen Mitarbeitenden sind für die Bewohnenden bereichernd. Aber auch umgekehrt. So berichtet Maria Theiler von der Rollstuhlgruppe Sonnmatt: «Die Begegnungen mit den Bewohnenden sind oft sehr interessant, wenn sie aus ihrem Leben erzählen.»

### Zeit schenken

«Ich habe Zeit und kann Zeit schenken», erklärt Pia Furrer. Es freut sie, wenn die Bewohnenden sie mittlerweile mit Namen kennen. Es entsteht eine Beziehung. Deshalb stimme es sie jeweils auch traurig, wenn sie erfahre, dass jemand, den sie 14 Tage zuvor noch im Rollstuhl gestossen habe, verstorben sei.

Helene Stutz war langjährige Mitarbeiterin im Haus Rosenhügel auf der Nachtwache. Seit ihrer Pensionierung vor etwa vier Jahren gehört sie zur Rollstuhlgruppe Sonnmatt und erfüllt diesen Dienst mit grosser Freude. «Wenn es einem sehr gut geht, dann muss man auch einmal etwas für die anderen tun», erzählt sie.

Unsere freiwilligen Mitarbeitenden in der Residio sind ein Plus zu den Pflege- und Betreuungsaufgaben, die Fachpersonen von der Pflege übernehmen. Sie können vor allem den Bewohnenden Zeit schenken – Zeit, für die diese sehr dankbar sind.

*Sr. Karin Zurbriggen, Pflegefachfrau HF*

Möchten auch Sie Ihre Stärken einbringen und Wertschätzung in der Freiwilligenarbeit erfahren? Wir freuen uns auf Ihre Kontaktaufnahme unter 041 914 22 22.

# Nosyphos Kugelbahn: ein interaktives Erlebnis für Jung und Alt

Eine besondere Möglichkeit zur Interaktion bereichert unsere Häuser seit Juli: Die Nosyphos Kugelbahn lädt alle Generationen zum gemeinsamen Spiel ein und fördert die Kreativität.

### Interaktives Kunstwerk

Dieses interaktive Kunstwerk wurde von Walter Keiser, einem renommierten Entwickler und charismatischen Spielleiter aus Hochdorf, entworfen und mit viel Liebe zum Detail in Zusammenarbeit mit lokalen Handwerkern gefertigt.

### Anforderungen

Die Nosyphos Kugelbahn für die Residio ist bisher einzigartig. Sie ist das erste Modell, das speziell für den Einsatz im Freien konzipiert wurde. Keiser setzte sie mit Herzblut auf Wunsch unseres Atelier-Teams um. Die Kugelbahn bietet sowohl im Sommer als auch im Winter Freude, denn während der kalten Monate wird sie in unseren Innenräumen aufgestellt.

Die Kugelbahn wurde am 9. Juli 2024 im Haus Sonnmatt feierlich eingeweiht. Sie wechselt zwischen den beiden Häusern Rosenhügel und Sonnmatt hin und her. Dieser Wechsel ermöglicht es allen Bewohnenden, sich an diesem interaktiven Erlebnis zu beteiligen und ihre Feinmotorik spielerisch zu fördern. Die Kugelbahn ist nicht nur ein beliebtes Spielzeug für unsere Seniorinnen und Senioren, sondern auch für die jüngeren Besuchenden. Kinder und Enkelkinder können gemeinsam mit ihren älteren Familienmitgliedern die Kugeln in Bewegung setzen und dabei die Faszination und Freude an diesem generationenübergreifenden Spiel erleben. Keiser schreibt auf seiner Internetseite: «Dank den austauschbaren Bahnen lässt sich das Spiel auf beinahe unzählige Weise verändern und neu gestalten. Für grenzenlosen Spielspass.»

Die Kugelbahn wurde von der «Stiftung Hochdorf für Residio» finanziert, welche besondere Anschaffungen für die Residio ermöglicht. Wir sind dankbar für diese Unterstützung und freuen uns, dass wir unseren Bewohnenden mit dieser Kugelbahn eine neue, spannende Aktivität bieten können.

### Für alle zugänglich

Das Atelier-Team hat sich bewusst für eine Anlage entschieden, die für alle Bewohnenden zugänglich ist, auch wenn sie mit dem Rollator oder Rollstuhl mobil sind. Die Zusammenarbeit mit lokalen Handwerkern aus der Region zeigt zudem, wie wichtig uns die Unterstützung des regionalen Handwerks ist.

### Mitfiebern

Die Kugelbahn ist mehr als nur eine Spielmöglichkeit – sie ist ein Treffpunkt für Jung und Alt, bei dem wir gemeinsam lachen und staunen können. Alle raten, in welcher Reihenfolge die Kugeln ins Ziel kommen, und schauen gebannt zu, ob sie mit ihrem Tipp richtig lagen.

*Sibylle Kräuchi, Pflegeexpertin*



BELEBT



# Tag der offenen Tür

Unser Tag der offenen Tür war ein voller Erfolg! 700 neugierige Besucherinnen und Besucher erlebten die herzliche Atmosphäre und die modernisierten Bereiche des Hauses Sonnmatt hautnah. Die geführten Rundgänge durch die modernisierte Küche und die Technikräume stiessen auf besonderes Interesse. Auch Möglichkeit zum Austausch mit unseren Mitarbeitenden an den verschiedenen Standorten bei den individuellen Rundgängen wurden rege genutzt.

EINBLICKE



## Seitenwechsel

### Vom Büro in die Pflege und in die Küche

Ein beruflicher Seitensprung, der den Blickwinkel verändert. Bei der Residio können alle Mitarbeitenden wertvolle Einblicke in andere Berufsfelder gewinnen. Sandra Burkard erzählt von ihren Erfahrungen bei den Residio-Seitenwechseln.

#### Seitenwechsel in der Küche

Mit Kochhemd und rutschfesten Schuhen ausgestattet, tauchte ich in die Welt der Küche ein. Nach einer gründlichen Einweisung in die Hygienevorschriften ging es direkt ans Werk. Gemeinsam mit der Lernenden Janine bereitete ich Fleisch-Weggen zu. Blätterteig von der Rolle wurde über rund 1,5 m Arbeitsfläche gerollt, in gleichmässige Rechtecke geschnitten, mit einer selbst hergestellten Fleischmasse befüllt und gefaltet. Mit kleinen Tricks waren die ca. 250 Weggen innert kurzer Zeit fertiggestellt. Während eines Tages durfte ich viele Eindrücke mitnehmen. Die Atmosphäre in der Küche war geschäftig, und dennoch ruhig und locker. Besonders spannend war für mich der Einblick in das Planungs- und Bestellsystem. Vieles läuft automatisiert ab. Dennoch korrigiert Theo Lang mit geübtem Blick einige Posten. Die Technik kann gesunden Menschenverstand und langjährige Erfahrung nicht ersetzen – zum Glück!

#### Seitenwechsel in der Pflege

Ein Tag mit Sarah, einer Pflegeexpertin, bot tiefe Einblicke in den Pflegealltag. Von der Medikamentenverteilung über die Begleitung beim Frühstück bis hin zur Dokumentation – jeder Moment war geprägt von Achtsamkeit und Individualität. Die Pflegekräfte zeigten eine beeindruckende Ruhe und Gelassenheit, auch in hektischen Situationen.

Besonders beeindruckend war die Wertschätzung der individuellen Bedürfnisse der Bewohner. Egal ob es um Schlafenszeiten, Essgewohnheiten oder persönliche Geschichten ging – das Pflegeteam ging auf jeden Einzelnen ein. Ein Nachmittag im Aufenthaltsraum unterstrich dies eindrücklich. Hier tauschte ich mich mit den Bewohnenden aus, half bei der Suche nach einer verloren gegangenen Brille und spürte die herzliche Atmosphäre.

#### Empathie und Humor

Jeden Tag stellt sich das Team neuen Gegebenheiten und stellt sicher, dass die Bewohnenden einen bestmöglichen Tag verbringen können. Mit viel Empathie und Humor legen sie täglich einige Kilometer Wegstrecke zurück und finden ein paar freundliche Worte, wenn sie jemandem begegnen.

Witzige kleine Anekdoten rundeten den Tag ab. So zum Beispiel wie ich mit der SRK-Pflegemitarbeitenden XY einige Stationen im Haus Rosenhügel ansteuerte, um den Besitzer eines «herrenlosen» Hemdes wieder ausfindig zu machen.



Sandra Burkard im Kochhemd

#### Fazit

Küche und Pflege – zwei Welten, die ich dank der Seitenwechsel kennenlernen durfte. Beide Bereiche sind faszinierend und herausfordernd. Ich habe grossen Respekt vor den Menschen, die tagtäglich in diesen Bereichen arbeiten. Mein Herz schlägt aber weiterhin für kreative Aufgaben im Büro. Vielen Dank an alle Beteiligten für diese tolle Erfahrung!

Sandra Burkard  
Kommunikation & Marketing

## Kinästhetik in der Pflege

### Bewegung als Brücke zur Autonomie

Unsere interne Kinästhetik-Gruppe widmet sich seit vielen Jahren der Bewegungsförderung unserer Bewohnenden.

Unter der Leitung von Isabelle Wildisen, einer engagierten Pflegemitarbeiterin und Kinästhetik Peer Tutorin, arbeiten Pflegenden daran, die Prinzipien der Kinästhetik in den Pflegealltag zu integrieren und den Bewohnenden zu mehr Selbstständigkeit und Lebensqualität zu verhelfen. Mirjana Miodrag, eine erfahrene Kinästhetik-Trainerin, unterstützt das Team als zusätzliche Ansprechperson.

#### Was ist Kinästhetik?

Kinästhetik befasst sich mit der Wahrnehmung und Gestaltung von Bewegung. Im Pflegebereich geht es darum, die Bewegungen der Pflegebedürftigen zu unterstützen, anstatt sie zu übernehmen, und ihre vorhandenen Ressourcen zu nutzen, um ihre Selbstständigkeit zu fördern. Mirjana sagt: «Wenn ich nach kinästhetischen Grundsätzen arbeite, gebe ich die Kontrolle an die Bewohnenden zurück – dadurch gewinne ich ihr Vertrauen.» Das Konzept ist auch für die Pflegenden gesundheitsfördernd, da es auf kraftsparendes und rückschonendes Arbeiten abzielt.

#### Wissenstransfer in alle Abteilungen

Die Übungen werden direkt auf den Abteilungen mit den Bewohnenden durchgeführt. Ziel ist es, dass jede Abteilung durch eine Pflegenden in der Gruppe vertreten ist, um das Wissen in alle Pflegeteams zu tragen. Es gibt noch Raum für weitere interessierte Mitarbeitende, da aktuell nicht von jeder Abteilung eine Pflegenden in der Gruppe vertreten ist. Die Teilnahme bietet eine Gelegenheit, kreative Ansätze zu entdecken, Verantwortung zu übernehmen und das eigene Wissen zu erweitern. Die Gruppe trifft sich zweimal monatlich, um sich auszutauschen und konkrete Situationen zu besprechen. Es werden Lösungen im Sinne der Kinästhetik diskutiert, ausprobiert und angewendet. Isabelle betont: «Es ist wichtig, dass wir unsere Geschwindigkeit dem Tempo der Bewohnenden anpassen. Deshalb üben wir direkt mit ihnen, um zu sehen, wie die Methoden in der Praxis wirken.»

#### Positive Auswirkungen

Die Bewohnenden profitieren auf vielfältige Weise von der Kinästhetik. Durch die bewusste Unterstützung ihrer Bewegungen fühlen sie sich sicherer und ermutigt, selbst aktiv zu bleiben. Dies wirkt sich positiv auf ihr körperliches und psychisches Wohlbefinden aus. Auch für das Pflegepersonal ist die Arbeit mit Kinästhetik eine Bereicherung. Sie lernen, ihre eigene Körperhaltung bewusster wahrzunehmen und durch gezielte Bewegungen sowohl sich selbst als auch den Bewohnenden zu helfen. «Kinästhetik bietet keine Musterlösungen, aber eine Vielzahl von Varianten, die es individuell auszuprobieren gilt», erklärt eine Pflegenden.

#### Fazit

Die Kinästhetik-Gruppe in unserem Haus zeigt, wie fachliches Wissen und praktisches Handeln zum Wohl unserer Bewohnenden zusammenwirken. Dank des Engagements von Isabelle und Mirjana und ihrem Team wird das Thema Bewegung im Pflegealltag lebendig und greifbar. Die Gruppe zeigt, wie wichtig es ist, den Menschen in seiner Ganzheit zu sehen und ihm die Möglichkeit zu geben, sich in seiner eigenen Geschwindigkeit zu entwickeln.

Sibylle Kräuchi, Pflegeexpertin



Anwendung von Kinästhetik

# Sonn matt-Küche

## Ein Blick hinter die Kulissen

Wochentags verlassen die Sonn matt-Küche 300 bis 350 Mittagessen, am Wochenende sind es rund 250. Davon werden rund 170 Mittagessen unseren Bewohnenden der Häuser Sonn matt und Rosenhügel serviert.



Weitere Menüs werden für die umliegenden Mahlzeitendienste, die Pflegewohngruppe der Gemeinde Rain, die Mitarbeitenden-Verpflegung der Residio und das Buffet im Restaurant Sonn matt zubereitet. Hinzu kommen interne und externe Anlässe, bei denen das Küchenteam Bankettgäste kulinarisch verwöhnt. Küchenleiter Theo Lang gewährt spannende Einblicke in den abwechslungsreichen Alltag der Küche.

### Wöchentliche Menüwahl

Die Bewohnenden dürfen jeweils am Wochenende anhand der Menükarte ihre Auswahl für die kommende Woche treffen. Die Erfahrung zeigt, dass sich nicht immer alle an die Details ihrer Menüwahl erinnern. Ob sie lieber Kartoffeln oder Reis mögen, ist den Bewohnenden aber wohl bewusst, versichert Theo Lang. Mit dieser Vorauswahl der Menüs ist eine gute Planbarkeit gewährleistet und es kann sichergestellt werden, dass Lebensmittel nach Bedarf eingekauft und zubereitet werden. Damit kann die Residio-Küche der Lebensmittelverschwendung gezielt entgegenwirken.

### Regionalität und Saisonalität

Dem Küchenteam ist Regionalität und Saisonalität der Produkte wichtig. Durch die Zusammenarbeit mit lokalen Anbietern kann die Frische und Qualität der Speisen garantiert werden. Ob Schweizer Spargel im Frühling oder einheimischer Kohl im Winter – der Speiseplan der Sonn matt-Küche orientiert sich vielfach an den saisonalen Angeboten. Auch bei Produkten wie beispielsweise Kiwis, die aus dem Ausland bezogen werden, wird darauf geachtet, dass die Früchte in Europa saisonal verfügbar sind.

### Spezielle Kost

Dank der Vorauswahl und individueller Anpassungen kann auf die vielfältigen Ernährungsbedürfnisse der Bewohnenden eingegangen werden.

So können sie aus dem Wochenangebot selbst wählen, was zu ihrer Ernährung passt. Mit wechselnden Alternativangeboten lassen sich Essgewohnheiten und Vorlieben weitgehend abdecken. Bei medizinisch begründeten Unverträglichkeiten, Diäten und Allergien werden die Menüs individuell zusammengestellt.

### Besonders beliebt

Lozärner Chögelpastetli sind besonders beliebt, weiss Theo Lang. Auch bei klassischen Gerichten wie dem Hackbraten, dem Zürcher Geschnetzelten oder einem feinen Toast Hawaii ist jeweils ein deutlicher Anstieg der Bestellungen erkennbar.

### Angebot im öffentlichen Mittagsbuffet im Restaurant Sonn matt

Eine besondere Stärke der Residio-Küche sind Langzeit-Gargerichte wie Schmorbraten und Voessen und im Haus marinierte Braten. Diese aufwendig zubereiteten Speisen, die man heute in Restaurants nur noch selten findet, bieten auch den Gästen des öffentlichen Mittagsbuffets im Restaurant Sonn matt eine willkommene Abwechslung.

### Entwicklung der Küche in der Residio

Die Küche der Residio hat sich in den letzten 13 Jahren unter der Leitung von Theo Lang und Tina Rast kontinuierlich weiterentwickelt. Durch den kompletten Küchenumbau vor sechs Jahren und die Einführung des digitalen Bestellsystems kann eine grössere Vielfalt von Gerichten und eine individuellere Verpflegung angeboten werden. Das Verpflegungsangebot der Residio passt sich dabei den sich ändernden Ernährungsgewohnheiten der Bewohnenden an. Die Nachfrage nach Gerichten wie Gnagi und Kutteln oder Zunge ist stark rückläufig. Dennoch werden diese weiterhin gelegentlich als Wochenhits angeboten.

### Ein eingespieltes Team

In unserer Küche arbeiten 18 engagierte Mitarbeitende. Das Team besteht aus erfahrenen Köchen und fleissigen Küchenmitarbeitenden, die im Durchschnitt schon seit sechs Jahren bei uns sind. Sie alle tragen dazu bei, dass täglich alle Mahlzeiten pünktlich, lecker, warm und am richtigen Ort ankommen. Theo Lang betont: «Jeder einzelne Schritt, vom Spülen über das Kochen bis zur Auslieferung, ist wichtig. Nur durch die Zusammenarbeit aller können wir eine so grosse Menge an Speisen zuverlässig zubereiten.» Aktuell verstärkt ein Auszubil-

dender das Küchenteam. Ab dem kommenden Jahr darf sich das Team auf zwei weitere motivierte junge Menschen freuen, die ihre Ausbildung zur Köchin bzw. zum Koch EFZ beginnen.

### Leidenschaftlicher Koch

Theo Lang, langjähriger Gastronom und À-la-carte-Koch, vermisst es manchmal, selbst am Herd zu stehen. Bei Anlässen oder personellen Engpässen packt er gern mit an. Privat kocht er am liebsten Freestyle – einfach den Kühlschrank öffnen und alles, was passt, in die Pfanne. «Die Familie und Gäste sind damit (meistens) zufrieden», erzählt er mit einem Schmunzeln.

### Ein Job mit Wertschätzung

Die Arbeit in der Residio-Küche ist sehr vielseitig und bietet die Möglichkeit, von der Planung über die Zubereitung bis zum Anrichten alle Schritte mitzugestalten. Die Mitarbeitenden schätzen die direkte Interaktion mit den Bewohnenden und Mittagsgästen. Sowohl positive als auch konstruktive kritische Rückmeldungen tragen dazu bei, die Qualität der Mahlzeiten stetig anzupassen und zu verbessern.

Sandra Burkard  
Kommunikation & Marketing



## Erweiterter Dachpavillon und Fotovoltaikanlage

Die Dachterrasse des Hauses Sonnmatt bietet jetzt noch mehr Möglichkeiten: Ein erweiterter Pavillon lädt alle Bewohnenden, Mitarbeitenden und externen Gäste zum Verweilen ein. Für nachhaltige Energie sorgt neu eine leistungsstarke Fotovoltaik-Anlage.



Erweiterter Dachpavillon

### Dachterrasse mit Aussicht

Unsere Dachterrasse, die schon immer ein beliebter Treffpunkt war, bietet nun dank des erweiterten Pavillons noch mehr Möglichkeiten. Der atemberaubende Panoramablick auf die umliegende Landschaft, von den Hügeln des Lindbergs bis zum majestätischen Titlis, lädt zum Verweilen ein. Ob für gemütliche Stunden im kleinen Kreis oder grössere Veranstaltungen – der Pavillon und die Terrasse bieten den perfekten Rahmen.

Der bereits bestehende beheizbare Pavillon wurde durch einen neuen, wettergeschützten Bereich erweitert. Somit können jetzt bis zu 30 Gäste im beheizten Innenbereich und weitere 30 Gäste im überdachten, offenen Bereich untergebracht werden. Dies macht die Dachterrasse mit Pavillon zu einem idealen Ort für Familienfeiern, Firmenveranstaltungen oder auch kleine Feste. Mit einem umfangreichen Catering-Angebot durch die hauseigene Küche wird jeder Anlass zu einem gelungenen Event.

### Nachhaltige Energie

Seit April 2024 erzeugt neu eine Fotovoltaik-Anlage auf dem Dach des Gebäudes umweltfreundlichen Strom. Mit einer Leistung von 80 kWp und 184 Solarmodulen, die sich über eine Fläche von 367 Quadratmetern erstrecken, kann die Anlage rund 83'228 kWh Strom pro Jahr produzieren. Dies entspricht etwa einem Fünftel des jährlichen Energiebedarfs der Sonnmatt, der sich auf 468'000 kWh beläuft. Diese nachhaltige Energiequelle trägt nicht nur zur Verringerung des ökologischen Fussabdrucks bei, sondern senkt auch die Betriebskosten des Hauses Sonnmatt. Der gesamte Strom wird direkt vor Ort genutzt, insbesondere in der Küche und in der Wäscherei, wo der Verbrauch am höchsten ist.

### Ein Ort zum Verweilen

Ob zum Arbeiten, Entspannen oder Schlemmen – die Dachterrasse ist für alle da. Dank der Fotovoltaik-Anlage ist sie nicht nur ein Ort der Begegnung, sondern auch ein Beitrag zum Schutz unserer Umwelt.

*Sandra Burkard  
Kommunikation & Marketing*



Anlieferung Solarmodule

## Vom Bauchtanz bis zur 1.-August-Feier

Bei herrlichem Sommerwetter konnten wir gemeinsam viele wunderbare Momente geniessen – ob beim Besuch in der Badi Baldegg, beim traditionellen 1.-August-Fest mit Grillwurst, beim Blütenzauber oder beim mitreissenden Bauchtanz.



BELEBT





# One Minute Wonder – kurz und knackig lernen

Ein «One Minute Wonder» ist eine einminütige Weiterbildungseinheit, die wichtige pflegerische Themen auf den Punkt bringt. Diese kompakten Wissenshappen werden von unseren Pflegeexpertinnen sorgfältig erstellt, um die Pflegeteams in ihrer täglichen Arbeit zu unterstützen.

In den Häusern Sonnmatt und Rosenhügel wurden in den Monaten Juli und August erste One Minute Wonders an gut sichtbaren Orten wie in den Garderoben und auf den Abteilungen angebracht. Sie sind so konzipiert, dass sie schnell und einfach während des Arbeitsalltags konsumiert werden konnten.

Der erste Versuch mit dem Thema «Verhalten bei Menschen mit Demenz» stiess auf positive Resonanz. Die Pflegenden schätzen die kurze und präzise Wissensvermittlung. Aufgrund dieses Erfolgs werden weitere spannende und lehrreiche Themen von den Pflegeexpertinnen aufbereitet. Denkbar sind Themen wie Stürze oder Schmerzen. Im Folgenden wird das Beispiel unseres ersten One Minute Wonders aufgezeigt.

*Sibylle Kräuchi, Pflegeexpertin*

## One Minute Wonder

### Verhalten bei Menschen mit Demenz

In fortgeschrittenen Demenzstadien können herausfordernde Verhaltensweisen auftreten, die auf unerfüllte Bedürfnisse von Menschen mit Demenz zurückzuführen sind. Das bedürfnisbedingte Modell erklärt, welche Faktoren das Verhalten von Menschen mit Demenz beeinflussen können, wenn sie nicht ausreichend befriedigt werden.

#### Faktoren

**PHYSISCH** Hunger, Schmerz, Unwohlsein

**PSYCHISCH** Angst, Depression, Stress, Verwirrung

**SOZIAL** Einsamkeit, Verlust, mangelnde soziale Interaktionen, Pflegebedürftigkeit

**BIOGRAFISCH** Persönliche Erfahrungen, Lebensgeschichten

**UMWELT** Lärm, ungewohnte Umgebung, überfordernde Situation

#### Bedürfnisse erkennen und mögliche Interventionen ableiten:

Musiktherapie



Validation



Lichttherapie



Aromapflege



Tiertherapie



Sinnstiftende  
Aktivitäten



Körperliche  
Aktivitäten



Sanftes  
Ausstreichen



Multisensorische  
Stimulation



Analgetika