Hauszeitung

Neues aus der Stiftung am Rhein

02/24

4
Aktuelles
aus der Stiftung am Rhein

10
Aromapflege
Melissa officinalis

23
Tanja Gerber
Grüazi mitanand!

Stiftung am Rhein

PFLEGE UND BETREUUNG

3 Editorial

4 Aktuelles aus der Stiftung am Rhein

6 Besinnliches «Ein kostbares Geschenk»

8 Gottesdienste

10 Aromapflege «Melisse»

14 Interview mit Mitarbeitenden

16 Kindertagesstätte Neugut

20 Geburtstage im März und April 2024

21 Willkommen und Abschied

22 Personal Mutationen Februar und März 2024

23 Grüazi mitanand!

24 20 Jahre Pflegedienstleistung

26 Aktivierung «Gedächtnistraining»

29 Veranstaltungen im Neugut Landquart

30 Veranstaltungen im Senesca Maienfeld

Die Narrenzeit ist vorbei und die Osterzeit steht vor der Tür. Für viele Menschen eine besonders herausfordernde Zeit. Es geht um Vergebung und um angenommen sein, wie man ist. In jeder zwischenmenschlichen Beziehung sind Vergebung und Respekt gefragt. Als fehlerhafte und nicht vollkommene Geschöpfe sind wir auf die tägliche Vergebung angewiesen. Das Schöne ist, dass auch wir unseren Mitmenschen verzeihen und vergeben dürfen. Nur so entsteht Frieden in Familien, Partnerschaften, unter Kollegen und schliesslich in der Welt.

Wir erleben dieses Jahr den Frühling im Winter. Der Schnee ist nur in hohen Lagen zu finden und die Schneeglöckchen zeigen sich bereits. Die Tage werden bereits länger und wir geniessen die Zeit an der frischen Luft. Die Wärme der Sonne erhellt unser Gemüt und vertreibt die schlechten Gedanken.

Ein grosses Thema in dieser Ausgabe ist der Abschied von Norina Voneschen und der Neustart der neuen Pflegedienstleitung. Für uns Mitarbeitende ist es einerseits ein Abschiedsprozess von einer langjährigen, kompetenten und beliebten Leitungsperson und andererseits ein gespannt sein auf den neuen Wind im Pflegebetrieb. Wir durften mit Tanja Gerber bereits einige Monate zusammenarbeiten und das Erlebte hat uns einige Unsicherheiten genommen und stimmt uns sehr zuversichtlich. Wir freuen uns auf die neue Pflegedienstleitung. Norina wünschen wir alles Gute in ihrem wohlverdienten Ruhestand.

für das Redaktionsteam:
Claudia Bernet

Neue Pflegedienstleiterin

Ende Februar 2024 tritt unsere langjährige Pflegedienstleiterin Norina Voneschen in den Ruhestand. Als Nachfolgerin konnte Frau Tanja Gerber gewonnen werden. Frau Gerber ist in Arosa aufgewachsen. Nach ihrer Grundausbildung als Pharmaassistentin hat sie sich stetig im Gesundheitsbereich weitergebildet (Pflegefachfrau HF, Pflegeexpertin). Über mehrere Jahre war sie in der Spitex Schanfigg und als Pflegedienstleiterin im Alterszentrum in Arosa aktiv. Mehrere Jahre war sie in einer grösseren Pflegeeinrichtung im Zürcher Oberland tätig. Zuerst konnte sie dort als Abteilungsleitung die Eröffnung der neuen Abteilung für Menschen, die an einer Demenz erkrankt sind, begleiten. Anschliessend war sie als Leiterin Pflegeentwicklung in der fachlichen Unterstützung und Beratung für alle Abteilungen von Akut-, Übergangs-, Langzeit- und Palliativpflege und für die Demenzpflege zuständig. Tanja Gerber ist für die neue Aufgabe somit gut qualifiziert. Am 1. November 2023 hat sie ihre Tätigkeit in der Stiftung am Rhein aufgenommen und wurde von Norina Voneschen in ihr Aufgabengebiet eingeführt. Wir freuen uns auf die Zusammenarbeit mit Tanja Gerber und wünschen ihr viel Freude und Befriedigung in ihrem neuen Wirkungskreis.

Stärkung der Gesundheitsversorgung in den Regionen

Das Departement für Justiz, Sicherheit und Gesundheit empfiehlt den Regionen im Kanton Graubünden die Schaffung von regionalen Beratungsstellen, um die Gesundheitsversorgung in den Regionen zu verbessern. Diese Stellen dienen als zentrale Anlaufpunkte für Fragen im gesundheitlichen Bereich. Ziel ist es Gesundheitsakteurinnen und -akteure zu entlasten und durch passende Beratung oder Triage – einem sogenannten Case Management – langfristig Kosten und Ressourcen zu sparen. Nach einer schweren Erkrankung und/oder Spitalentlassung stehen Betroffene vor vielfältigen Fragen, die von gesundheitlichen bis zu sozialen und finanziellen Themen reichen. Ein umfassendes Case Management hilft, Bedürfnisse zu erkennen und die Betroffenen an die richtigen Stellen zu lenken. Die Einführung des Case Managements folgt dem Grundsatz «ambulant vor stationär». Die Bevölkerung erhält von neutralen, unabhängigen Beratungsstellen kostenfrei Informationen und Beratung zu Gesundheitsangeboten sowie zu den Bereichen Soziales und Finanzen. Bei komplexen Lebenssituationen, wie schweren Krankheiten und finanziellen Schwierigkeiten, führen die Beratungsstellen gemeinsam mit den betroffenen Personen ein Case Management durch. Die Beratungsstelle koordiniert die passenden Angebote im Gesundheitswesen und lenkt die Betroffenen an die zuständigen Stellen.

Am 1. Oktober 2023 hat die Spitex Region Landquart ihre neuen Büroräumlichkeiten im Neugut bezogen. Es ist nun vorgesehen, vor allem in den Bereichen Personaladministration, Finanzen, Aus- und Weiterbildung und Qualitätssicherung mit der Stiftung am Rhein zusammenzuarbeiten und damit gegenseitige Ressourcen zu nutzen. Im Rahmen dieser Zusammenarbeit prüfen der Stiftungsrat sowie der Spitex-Vorstand den Aufbau und den Betrieb dieser Beratungsstelle für die Region Landquart.

Dr. Corsin Blumenthal
Präsident Stiftungsrat
Stiftung am Rhein

Urs Hardegger
Geschäftsleiter
Stiftung am Rhein

Claudio Tettamanti
Präsident Spitex
Region Landquart

Michael Widrig
Geschäftsleiter Spitex
Region Landquart

Ein kostbares Geschenk

Es gibt nichts, was uns die Abwesenheit eines uns lieben Menschen ersetzen kann und man soll das auch gar nicht versuchen; man muß es einfach aushalten und durchhalten. Das klingt zunächst sehr hart, aber es ist doch zugleich ein großer Trost; denn indem die Lücke wirklich unausgefüllt bleibt, bleibt man durch sie miteinander verbunden. Es ist verkehrt, wenn man sagt, Gott füllt die Lücke aus; er füllt sie gar nicht aus, sondern er hält sie vielmehr gerade unausgefüllt, und hilft uns dadurch, unsere echte Gemeinschaft – wenn auch unter Schmerzen – zu bewahren. Ferner: je schöner und voller die Erinnerungen, desto schwerer die Trennung.

Aber die Dankbarkeit verwandelt die Qual der Erinnerung in eine stille Freude. Man trägt das vergangene Schöne nicht wie einen Stachel, sondern wie ein kostbares Geschenk in sich. Man muß sich hüten, in den Erinnerungen zu wühlen, sich ihnen auszuliefern, wie man auch ein kostbares Geschenk nicht immerfort betrachtet, sondern nur zu besonderen Stunden und es sonst nur wie einen verborgenen Schatz, dessen man sich gewiß ist, besitzt. Dann geht eine dauernde Freude und Kraft von dem Vergangenen aus. ... Vom ersten Aufwachen bis zum Einschlafen müssen wir den anderen Menschen ganz und gar Gott befehlen und ihm überlassen, und aus unseren Sorgen um den Andren Gebete für ihn werden lassen.

Dietrich Bonhoeffer
Quelle: Widerstand und Ergebung, DBW Band 8, Seite 255 f

Gottesdienste

Senesca

Die Gottesdienste finden jeweils am Dienstag um 10.15 Uhr im Andachtsraum 2. Stock statt.

05. März	**Pfarrer Richard Aebi** ref. Pfarramt Jenins
12. März	**Pfarrer Johannes Bardill** ref. Pfarramt Malans
19. März	**Pfarrer Michael Ott** ref. Pfarramt Maienfeld
26. März	**Diakon Hanspeter Joos** ref. Pfarramt Fläsch

Andacht zu Ostern mit Abendmahl

30. März	**Pfarrer Richard Aebi** ref. Pfarramt Jenins

02. April	**Pfarrer Gregor Zyznowski** kath. Pfarramt Landquart
09. April	**Pfarrer Michael Ott** ref. Pfarramt Maienfeld
16. April	**Pfarrer Johannes Bardill** ref. Pfarramt Malans
23. April	**Oliver Kitt** kath. Pfarramt Landquart
30. April	**Diakon Hanspeter Joos** ref. Pfarramt Fläsch

Andachten für Menschen mit Demenz

Die Andachten finden jeweils am Freitag um 10.15 Uhr im Andachtsraum 2. Stock statt. Die Leitpersonen tauschen sich manchmal kurzfristig untereinander ab.

01. März	**Pfarrer Johannes Bardill** ref. Pfarramt Malans
15. März	**Pfarrer Heinz-Ulrich Richwinn** ref. Pfarramt Zizers
05. April	**Pfarrer Richard Aebi** ref. Pfarramt Jenins
19. April	**Claudia Brändli** aus Maienfeld

Neugut

Die Gottesdienste finden jeweils am Mittwoch um 15.00 Uhr im Mehrzweckraum statt.

06. März	**Gottesdienst mit Firmanden** von Landquart
13. März	**Pfarrer Richard Aebi** ref. Pfarramt Jenins
20. März	**Pfarrer Helmut Gehrmann** kath. Pfarramt Trimmis
27. März	**Pfarrerin Evelin Cremer** ref. Pfarramt Fläsch
03. April	**Pfarrer Issak** kath. Pfarramt Untervaz
10. April	**Pfarrer Michael Ott** ref. Pfarramt Maienfeld
17. April	**Pfarrer Gregor Zyznowski** kath. Pfarramt Landquart
24. April	**Pfarrerin Marianna Iberg** ref. Pfarramt Haldenstein

Melisse

Melissa officinalis

Die Stiftung am Rhein unterstützt in ihren Häusern die Anwendung der Aromapflege. Gerne möchten wir Ihnen in der Hauszeitung jeweils Einblicke in die spannende Welt der Pflanzen mit ihren ätherischen Ölen bieten.

Für die Märzausgabe habe ich mich für die Vorstellung des ätherischen Öls der uns wohl bekannten Melisse entschieden. Ihren Namen verdankt sie den fleissigen Bienen, welche ihren Duft besonders lieben und die Blüten in Scharen umschwirren. «Melissa» bedeutet im griechischen nämlich Honigbiene.

Melisse (Melissa officinalis)

Bei vielen von uns wächst die Melisse im Garten, wird vorwiegend als Tee konsumiert und führt ein eher bescheidenes Dasein. Kaum einer weiss, dass ihr Öl eine Rarität und mit CHF 5'000.- bis 10'000.- pro Kg eines der teuersten ätherischen Öle überhaupt ist. Der Preis ergibt sich aus der Menge. Es müssen 6 – 8 Tonnen des Krautes destilliert werden, um 1 kg des wertvollen ätherischen Öls zu erhalten.

Geschichte

Die Melisse ist ein sehr altes Gewächs. Sie wurde schon in der Antike ihres Duftes wegen von Griechen, Römern und Arabern sehr geschätzt und als wichtige Heil– und Gewürzpflanze angebaut.

Durch die Benediktinermönche fand die Pflanze ihren Weg auch in unsere Klostergärten. Bald war die Melisse in der Volksmedizin das Allheilmittel Nummer eins gegen vielerlei Beschwerden wie Magen-, Darm- und Leberleiden, Herzbeschwerden, Menstruationsprobleme, Schlaflosigkeit und Nervosität. Karl der Grosse ordnete deshalb um das Jahr 810 den weitläufigen Anbau der Melisse an.
Die Wirkung der Melisse bei Unruhe und Stress stellten auch die berühmten Ärzte ihrer Zeit fest. Avicenna, ein arabischer Arzt und Philosoph (980 – 1037) schrieb: «Melisse macht das Herz froh und stärkt die Lebensgeister».

Paracelsus (1493 – 1541) stellte fest: «Unter all den Dingen, welche die Erde hervorbringt, ist die Melisse das beste Kraut für das Herz».

Im 17. Jahrhundert produzierten Mönche den Alkoholauszug «Karmelitergeist» und im 18. Jahrhundert entstand der berühmte «Klosterfrau Melissengeist» der mit weiteren Kräuterauszügen ergänzt bis heute als wirksam bei Erkältung, innerer Unruhe, Schlafstörungen, Nervosität, Magen-Darmbeschwerden, Wetterfühligkeit und Muskelbeschwerden gilt.

Anwendung und Wirkung

Die heutigen Erkenntnisse um die Wirksamkeit der Melisse sind dank technischer Entwicklungen wesentlich differenzierter als zu Paracelsus Zeiten. Die Melisse zeigt sich in allen Bereichen bei nervösen Zuständen als sehr wirksam. So erzielt sie gute Erfolge bei der Behandlung von Kindern mit Hyperaktivität wie auch bei Erwachsenen mit nervlicher Überlastung. Hier ist sie nicht nur beruhigend, ausgleichend und schlaffördernd, sie nimmt auch wirksam Einfluss auf psychisch bedingte Herzbeschwerden wie Herzklopfen, Herzrasen und Blutdruckschwankungen.

Ein besonderes Augenmerk verdient die Melisse auch in der Betreuung von Menschen mit Demenz. Eine Studie aus England (2002) belegt eine deutliche Verbesserung der Agitiertheit bei vierwöchiger Anwendung von Melisse als tägliche Lotion zum Einreiben.

Neben ihren bevorzugten Wirkungsweisen im psychischen Bereich, bewährte sich die Melisse auch in den körperlichen Anwendungsbereichen. Dies vorwiegend bei der Behandlung von Gürtelrose und anderen Herpeserkrankungen.

In der Stiftung am Rhein findet sich die Melisse in 10% Verdünnung in den Aromapflegemischungen «Schlaf wohl» und «Juckreiz» oder kommt als Einzelöl zum Einsatz. Wie immer beraten Sie die Aromaverantwortlichen auf den Stationen gerne zu Anwendungsmöglichkeiten der Aromapflege.

Albert Einstein sagte:
«Ich habe keine besondere Begabung, sondern bin nur leidenschaftlich neugierig».

In diesem Sinne: «Sind Sie gwundrig und chömend Sie uf üs zua».

Pia Zurbrügg, Fachfrau Aromapflege, 1. Stock Neugut

Neugut

Pia Zurbrügg	1. Stock
(Hausverantwortung Neugut)	
Nathalie Ladner	2. Stock
Simona Jochberger	3. Stock
Fozia Holle	Nachtwache

Senesca

Pascal Wiederkehr	1. Stock
Claudia Danuser	2. Stock
Sabine Zinsli	3. Stock
(Hausverantwortung Senesca)	

Hospiz

Elisabeth Brütsch	
Nicole Rada	
Ljiljana Matkovic	Nachtwache

Barbara Klötzli

Leitung Pflege Spitex
Region Landquart

Wo und wann bist du geboren und aufgewachsen?
Ich bin am 07.02.1962 in Basel geboren und in Biel-Benken, einem kleinen Bauerndorf an der Grenze zum Elsass (Frankreich) aufgewachsen.

Wo und wie lebst du jetzt?
1987 zogen wir in die Surselva, wo wir bis 2013 in Sagogn lebten. Heute wohnen wir in Chur. 1991 habe ich meinen langjährigen Freund Remo geheiratet. Zusammen haben wir zwei erwachsene Kinder.

Unsere Kinder Domenica und Lucas sind im romanischen Sprachgebiet zur Schule gegangen, was mich sehr stolz macht. Diese Sprache hat ihnen geholfen, zweisprachig zu denken und mehrere weitere Fremdsprachen zu erlernen. Sie haben beide studiert und sind heute in der weiten Welt unterwegs. Grosskinder sind kein Thema. Regelmässig treffen wir uns als Familie und es ist immer wieder spannend voneinander Neues aus Nah und Fern zu hören.

Seit wann arbeitest Du in der Spitex und in welchem Bereich?
2014 habe ich die Stelle als Leitung Pflege in der Spitex Region Landquart übernommen. 2023 ist die Spitex Region Landquart ins neue Nebengebäude vom Neugut eingezogen.

Was sind deine Hobbys?
Meine Hobbys haben mich in die Bündner Berge und an den etwas wilderen Rhein gezogen. Wenn immer möglich bin ich in der Natur unterwegs. Sei dies mit Boot, Skis jeglicher Art, Schneeschuhen, Wanderschuhen oder Bike.

Ich geniesse es mit unserem Camper zu reisen und neue Orte kennenzulernen.

Unser Daheim war und ist immer offen für Besuche. Gemütliches Zusammensein mit Freunden ist mir wichtig und dabei darf ein feines Essen und ein guter Wein nicht fehlen.

Musik lässt mich entspannen und abschalten und ich höre sie zwischendurch auch gerne sehr laut.

War dein Beruf schon immer Dein Traum?
Pflegefachfrau zu sein war nicht mein Traumberuf aber er ist es geworden.

Wie ist dein beruflicher Werdegang?
1984 habe ich meinen Abschluss als Pflegefachfrau HF in Liestal BL abgeschlossen. Von da an standen mir die Türen offen. Ich habe die unendlich vielen Möglichkeiten und die spannenden Herausforderungen im Pflegeberuf genutzt und mich stetig weitergebildet.

So arbeitete ich auf der Chirurgie, im Operationssaal, auf der Orthopädie, Medizin, Geriatrie, in der Schwesternschule, auf der Onkologie, in der Lungenliga und in verschiedenen Spitex-Organisationen.

Ich habe jede meiner vielen Tätigkeiten mit Freude ausgeführt, sei es als Pflegefachfrau HF, als Ausbildnerin, als Spielgruppenleiterin, als Mutter, als Beraterin oder als Leitung Pflege.

Immer wieder hat es mich aber weitergezogen und ich war neugierig Neues kennenzulernen.

Wie bist du zur Spitex gekommen?
Zur Spitex bin ich immer wieder zurückgekehrt, weil es mir ein grosses Anliegen ist, die Menschen in ihrem eigenen Daheim zu pflegen, zu betreuen und zu beraten. Mir ist es wichtig den Kunden zu ermöglichen, so lange wie es geht in ihrem gewohnten Umfeld bleiben zu können. Ebenso ist es aber auch wichtig Lösungen zu finden, wenn es zu Hause nicht mehr geht.

Was ist deine Aufgabe hier?
Meine Aufgabe in der Spitex Region Landquart ist die Leitung Pflege und ich werde dabei von einem super Leitungsteam, von motivierten und kompetenten Mitarbeiter*innen, unterstützt.

Wie bist du persönlich und was beeinflusst deine Arbeit?
Meine Arbeit beeinflusst meine Haltung, Einstellung und meine Liebe zu den Menschen.

Beschreibe dich in Stichworten:
Ruhig, ausgeglichen, fröhlich, belastbar, pflichtbewusst, ehrlich, manchmal chaotisch und ungeduldig, mit hohem Gerechtigkeitssinn und immer offen für Neues.

Deine lustigen Momente und deine traurigen Momente mit Kunden.
In der Pflege gibt es sehr viele lustige Momente, aber auch viele sehr traurige Momente. Ich möchte nicht einen bestimmten Moment hervorheben. Die guten und lustigen Momente geben Kraft, um ganz traurige Momente zu bewältigen. Es sind die vielen wertvollen Begegnungen jeden Tag, welche diesen Beruf so abwechslungsreich und so spannend machen.

Was möchtest du unbedingt noch sagen?
Ich wünsche mir, dass es viele junge Menschen gibt, welche sich trotz den grossen Herausforderungen für den Beruf der Pflege entscheiden und diesen Beruf mit viel Herzblut ausführen.

Dein persönlicher Schlusssatz:
Es sind die Begegnungen mit Menschen, die das Leben so lebenswert machen.

Kinderinterview

Wie heisst du?
I heissa Tiana Wasmer.

Wie alt bist du?
I bin viari.

Was ist dein Lieblingsessen?
Spaghetti Pesto

Was ist deine Lieblingsfarbe?
Blau

Was ist dein Lieblingslied?
«Oh du goldigs Sünnali»

Was ist dein Lieblingstier und warum?
A Muus, will dia soo herzig sind.

Was ist dein Lieblingsfilm?
Paw Patrol

Deine Lieblingsprinzessin?
D`Iiskönigin Elsa

Was ist deine Lieblingsjahreszeit und weshalb?
I liaba dr Summer, will i denn schöni kurzi Kleider kann alegga.

Auf was freust du dich?
Uf d Feria

Was bringt dich zum Lachen?
Mini gross Schwöschter, wenn si wieder öppis luschtigs macht.

Was wünschst du dir?
A Minnie Mouse Staubsuuger

Was kannst du schon gut?
I kann uh guat turna und d Kerza ufem Sofa macha.

Was willst du noch lernen?
I muass no lerna, dass i mini Kleider ganz allai kann alega.

Was magst du gar nicht?
Putza, wil das immer so lang goht und Spinna und Katza mag i au nit.

Was macht dich traurig?
Wenn mini Schwöschter sich weh macht.

Was macht dich glücklich?
Wenn mini Schwöschter mit miar spielt.

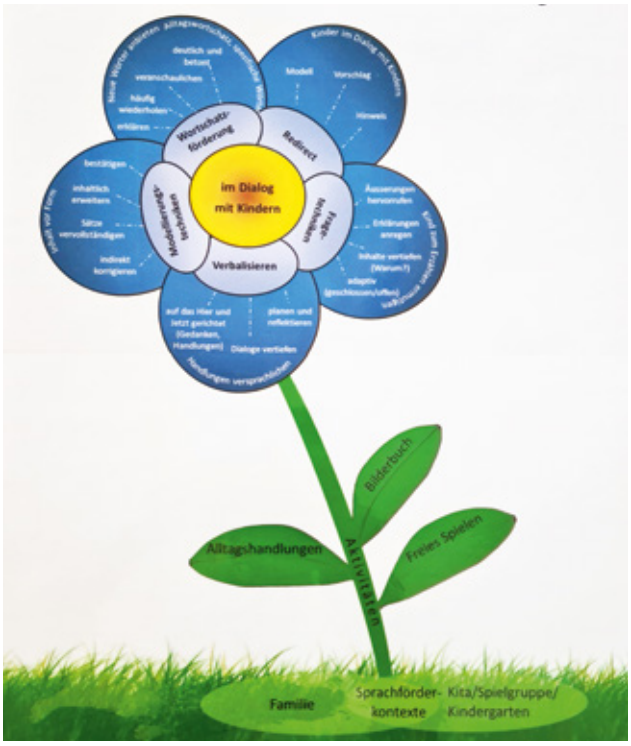
Was möchtest du werden, wenn du gross bist?
Ärztin

Wenn du zaubern könntest, was würdest du zaubern?
A Kuah, aber sicher nit in minem Zimmer.

Was gefällt dir an der neuen KiTa?
D Kriedawandtafla zum mola gfallt miar uh guat und der neu Verkäuferlilada.

Interview: Gruppenleiterin Gruppe Frosch Seraina Hug

Sprachförderung von Kindern mit Deutsch als Zweitsprache



Quelle: Löffler, C., Vogt, F., Haid, A., Itel, N., Reichmann, E., Schönfelder, M. & Zumwald, B. (2015). Materialien. Vergissmeinnicht der Sprachförderung. In: Löffler, C. & Vogt, F. (Hrsg.)(2015). Sprachförderung im Kita Alltag. München: Ernst Reinhardt Verlag
https://www.phsg.ch/de/forschung/institute/lehr-lernforschung; www.fruehe-bildung.ch

Im November 2023 durfte ich, Alexandra Riedi Gruppenleiterin Igel, den zweitägigen Kurs «Sprachförderung von Kindern mit Deutsch als Zweitsprache», in der Pädagogischen Hochschule St. Gallen besuchen. Unsere Kursleiterin, A. Weibel, hat uns in diesen zwei Tagen wertvolle Tipps auf den Weg gegeben. Ich stelle fest, dass wir in der KiTa Neugut vieles umsetzten, was uns A. Weibel erklärt und aufgezeigt hat. Dies war für mich sehr wertvoll und erfüllte mich mit Stolz, dass unser Team vieles im Alltag umsetzt, um die Zwei- oder mehrsprachigen Kinder zu unterstützten und zu begleiten. A. Weibel war es ganz wichtig, dass man nicht gleich auf einen Sprachfehler vermutet, wenn das Kind nicht gleich spricht. Es ist normal, dass Kinder zuerst aufnehmen und Zeit brauchen, dass Gehörte auszusprechen und anzuwenden.

Bei Unsicherheiten, auf die Sprache bezogen, hat uns A. Weibel auf die Broschüre «Hinschauen und Hinhören» (Sprachauffälligkeiten bei kleinen Kindern – Logopädie im Frühbereich) hingewiesen. Unter www.logopaedie.ch kann man sich auch informieren.

Das «Vergissmeinnicht der Sprachförderung» ist sehr anschaulich wie man die Kinder auf ihrem Weg begleiten und unterstützen kann.

Alexandra Riedi, Gruppenleiterin Igel

Geburtstagskinder

März 2024		April 2024	
13.03.	Amaya	01.04.	Rania
14.03.	Maiju	02.04.	Lean
16.03.	Nelio	08.04.	Juna
26.03.	Nael	14.04.	Tiana
29.03.	Gian	15.04.	Corvin
		20.04.	Salahadin
		22.04.	Ladina
		23.04.	Yannis
		29.04.	Lara
		29.04.	Emilia

Willkommen

Herzlich Willkommen in der KiTa Neugut:
Lily

Termine

Von **Montag, 25. März 2024** bis und mit **Donnerstag, 28. März 2024** findet unsere **Osterwoche** statt.

Die KiTa bleibt am **Freitag, 29. März 2024** und **Montag, 01. April 2024** geschlossen.

Neugut Landquart

März und April 2024	
03. März	Katharina Dürr-Dönz
16. März	Theresia Bärtsch
17. März	Agnes Jost-Neukomm
20. März	Sophie Theresia Gunsch
23. März	Richard Streiff
26. März	Marie Eggler Binggeli
29. März	Jakob Milota
11. April	Maria Schneider-Bigger
12. April	Hulda Stocker-Lampert
22. April	Karin Langenegger-Spintge

Senesca Maienfeld

März und April 2024	
09. März	Sonja Saxer-Imholz
20. März	Luzia Ziegler-Roffler
23. März	Jakob Kuratle
28. März	Berta Just-Utiger
06. April	Walter René Reinegger
09. April	Paul Cipriani
13. April	Willi Kunz
16. April	Fida Grischott
17. April	Erica Arpagaus-Nold

Neugut Landquart

Im Pflegezentrum Neugut begrüssen wir	
Rahel Granja	1. Stock
Marie Kuoni-Lampert	2. Stock
Margrit Walther-Graber	2. Stock
Silvio Weber-Ortis	2. Stock
Doris Bosshard	3. Stock
Alice Obrecht	3. Stock

Verstorben sind	
Klara Tomaschett-Burri	10.01.2024
Dora Ballmer	06.02.2024
Hans Schneider	08.02.2024
Rolando Lambertini	22.02.2024

Senesca Maienfeld

Im Pflegezentrum Senesca begrüssen wir	
Alfred Huber	3. Stock
Willi Kunz	1. Stock
Margrit Lipp	2. Stock
Frank Wolf	1. Stock
Fida Grischott	3. Stock
Fromm Johannes	1. Stock

Verstorben sind	
Riccardo Maggioni	23.12.2023
Jacqueline Hässig	31.12.2023
Werner Kohler	04.01.2024
Stefan Brot	05.01.2024
Alice Gross	10.01.2024
Marcel Candinas	18.01.2024
Benito Colocci	07.02.2024
Leonhard Senti	18.02.2024

Senesca Maienfeld

Eintritte		
Sonja Wüst	01.02.2024	Pflegehelferin SRK
Sandra Fuchs	01.03.2024	Pflegefachfrau DN1

Austritte		
Corinne Kessler	29.02.2024	Pflegehelferin SRK
Remo Mannhart	29.02.2024	Fachmann Gesundheit EFZ
Antonio Rocha	29.02.2024	Hilfskoch
Norina Voneschen	29.02.2024	Pflegedienstleitung
Christian Heeb	31.03.2024	Koch

Hospiz Maienfeld

Eintritte		
Cornelia Bischof	01.03.2024	Pflegefachfrau HF

Neugut Landquart

Eintritte		
Kalsang Darms	01.02.2024	Pflegehelfer SRK
Sarah Rudin	01.03.2024	Mitarbeiterin Aktivierung

Austritte		
Sigrid Wirsch	29.02.2024	Pflegehelferin SRK
Martina Stegmüller	31.03.2024	Pflegefachfrau

Grüazi mitanand!

Wenn der Wind der Veränderung weht,
bauen einige eine Mauer,
andere setzen Segel. (Lao Tse)

Dieses Sprichwort inspirierte mich – Tanja Gerber – vor rund sechs Jahren, als ich aus privaten Gründen vom Kanton Graubünden weg nach Pfäffikon (ZH) zog, um in einem mittelgrossen Alterszentrum das neu erlernte Wissen aus dem Studium MAS in geriatrischer Pflege an der Fachhochschule in Zürich umsetzen zu können. Aufgewachsen bin ich in der Hotellerie in Arosa, bin seit rund 30 Jahren im Gesundheitswesen tätig. Mit Start als Pharma-Assistentin zur Weiterbildung Pflegefachperson HF sammelte ich Erfahrung im Akutbereich, langjährig in der Spitex und im Bereich der Langzeitpflege. Ich war 20 Jahre glücklich verheiratet, habe zwei erwachsene Söhne. So lief es rund, bis sich mit einem familiären Schicksalsschlag einiges änderte. So kam es, dass ich in die Ferne schweifte, um Raum zu gewinnen, Neues zu lernen und zu erfahren. Nach etwas mehr als vier Jahren der Erfahrungssammlung und den umständlichen Coronajahren machte sich das Heimweh bemerkbar. Mit einem Rucksack voller Ideen und Freude bin ich nun wieder nach Hause zu meiner alten und neuen Familie ins Bündnerland gezogen.

Mit vielen neu gesammelten Eindrücken und Erkenntnissen zur Pflegeentwicklung bin ich seit Anfang November 2023 in der Stiftung am Rhein anzutreffen. Der Institutionsleiter, Urs Hardegger und die langjährige und bald in die Pensionierung tretende Pflegedienstleitung Norina Voneschen haben mich herzlich empfangen.

Auf die Herausforderung als Pflegedienstleitung freue ich mich sehr. Bis heute darf ich eine gewissenhafte und gut organisierte Einführung in die beiden tadellos geführten Institutionen erleben, die verschiedenen Bereiche der Pflege und Betreuung, Aktivierung, Bildung, Freiwilligenarbeit und alle zugehörigen Bereiche kennenlernen. Täglich lerne ich neue Menschen, die Bewohnenden und Mitarbeitenden der Pflegezentren Neugut und Senesca und im Hospiz Graubünden kennen und freue mich auf weitere interessante Begegnungen. Auf die Entstehung von einer angenehmen Beziehung zwischen Mitarbeitenden und Bewohnenden in der Stiftung am Rhein freue ich mich sehr. Mit den Teamleitungen beider Zentren arbeite ich bereits engmaschig und es entwickelt sich Vertrauen und eine gute Zusammenarbeit.

Ende Februar wird Norina Voneschen pensioniert und übergibt mir ihre Aufgaben. Wir sind bestrebt, den Wind und Auftrieb zu erhalten, die Segel gemeinsam zu setzen und voranzukommen.

Tanja Gerber, neue Pflegedienstleitung

20 Jahre Pflegdienst-leitung

Rückblick – Loslassen – Abschied und Dank

1. Juni 2004 – mein erster Arbeitstag als Pflegedienstleitung in Maienfeld. Damals hiess es noch Altersheim Bündner Herrschaft und befand sich an der Hochwangstrasse. Ein Haus mit familiärer Atmosphäre und besonderem Flair.

Anstelle einer Einführung durch die nicht mehr anwesende Vorgängerin erhielt ich die Auswertung der Mitarbeiterumfrage. Dies erwies sich nachträglich als Glücksfall. Die Mitarbeiter wünschten sich Führung und Orientierung. Ich durfte sozusagen auf der grünen Wiese anfangen zu bauen. Meine ersten Tage setzte ich mich mitten ins Haus und beobachtete nur. Fazit: es gibt zu tun! Diese Herausforderungen nahm ich gerne an.

Meine Ziele waren:

- Grundlagen zu schaffen, um den Pflegealltag sinnvoll zu organisieren
- Grundlagen und Wissen zu schaffen, die ein verantwortungsbewusstes und eigenständiges Handeln eines jeden Mitarbeiters ermöglichen
- eine Pflegequalität aufzubauen, die auf die Bedürfnisse des alten Menschen abgestimmt ist und den alten Menschen als Individuum mit seiner Lebensgeschichte respektiert
- die Ausbildung der Pflege so zu gestalten, dass junge Menschen im Beruf verbleiben
- diesen Prozess mit den Mitarbeitern zusammen zu gestalten

Ich dachte damals in 5 Jahren habe ich das erreicht, was ich mir vorstelle. Dem war nicht so – Entwicklung ist nie zu Ende aber durch den guten Zusammenhalt und das Mittragen aller Mitarbeiter hatten wir nach 5 Jahren schon grosse Schritte in Richtung Ziel gemacht.

Im Juli 2011 konnten wir ins neue Pflegezentrum Senesca am Törliweg einziehen. Ich bin dankbar für die vielen Erfahrungen, die ich durch die Mitgestaltung in der Baukommission sammeln konnte. Deshalb ist dieses Haus auch bis heute ein bisschen mein Haus.

Die Anfrage zur Zusammenarbeit mit dem Neugut Ende 2015 forderte mich sehr – aber der Reiz Neues anzugehen bewog mich auch zu diesem grossen Projekt «JA» zu sagen. Es war äusserst intensiv aber auch im Neugut waren die Mitarbeitenden bereit sich darauf einzulassen und haben tatkräftig an der Entwicklung und dem Zusammenschluss mitgearbeitet.

Unsere fachliche Entwicklung ermöglichte es, dass wir im Januar 2019 das Hospiz Graubünden eröffnen konnten. Damit ging ein Herzensanliegen meiner beruflichen Laufbahn in Erfüllung.

Heute nach 20 Jahren ist vieles von den angestrebten Zielen umgesetzt und sichtbar. Ich kann mit Überzeugung sagen es war viel Arbeit, eine grosse Belastung einige Male ging es über meine Grenzen hinaus, aber ich habe die Freude an dieser Arbeit nie verloren.

Ich hatte all diese Jahre treue und loyale Mitstreiter an meiner Seite. Etliche dieser Mitstreiter waren fast die ganze Dauer mit dabei. Wir haben zusammen gearbeitet, gefeiert, getrauert, gelacht, gestöhnt, geweint und immer wieder nach vorne geschaut und weitergemacht. Eine wichtige Person war Melanie Landolt sie trug unsere Vision stets mit und war massgeblich an der Entwicklung beteiligt. Danke euch allen von Herzen.

Ich stehe mitten in der Zeit des Loslassens und Abschiednehmens. Nach 20 Jahren Aufbauarbeit lasse ich meine Arbeitsfamilie und das Geschaffene mit lachenden und weinenden Augen los. Es schmerzt Beziehungen mit Bewohnern und Mitarbeitern loszulassen. Freunde und Wegbegleiter nicht mehr einfach immer zu sehen. Es tut aber auch gut zu wissen, dass ich nie mehr Pikett machen muss. Ich muss nie mehr Ersatz für fehlendes Personal suchen. Ich darf die fordernden und belastenden Situationen im Arbeitsalltag anderen überlassen. Ich freue mich, ich werde Zeit für mich, für Neues und Anderes haben.

Ich durfte meine Nachfolgerin sorgfältig und umfassend in das grosse Arbeitsgebiet einführen. Der Abschied fällt leichter, weil ich weiss, dass ich an eine kompetente und empathische Person übergeben konnte. Tanja, dir wünsche ich auf diesem Weg viel Freude, gute Erlebnisse mit Mitarbeitern, Bewohnern und Angehörigen aber auch das nötige Durchhaltevermögen. Kurt Rupp wird dir als dein Stellvertreter bestimmt eine grosse Stütze sein. Es lohnt sich das Herz zu öffnen und Herzblut zu investieren.

Urs Hardegger, mein Chef, und ich haben immer dieselben Ziele verfolgt, auch wenn wir manchmal die Klingen gekreuzt haben, diente es doch immer dem Wohl der Bewohnenden und Mitarbeitenden. Durch diese enge Zusammenarbeit und das gemeinsame Auftreten wurden wir sogar manchmal versehentlich als Ehepaar wahrgenommen. Urs, mein «Arbeitsehemann», ich bedanke mich bei Dir für dein Vertrauen, deine Unterstützung und deine Freundschaft.

Ich danke dem Stiftungsrat, auf dessen Unterstützung ich immer bauen konnte.

Zum Schluss danke ich allen Bewohnenden, Angehörigen und freiwilligen Helfern. Als «nicht gebürtige Maienfelderin» fühle ich mich jetzt hier heimisch, freue mich auf die Pension und viele schöne Begegnungen im Städtli und natürlich mit ehemaligen Mitstreitern.

Norina Voneschen

Gedächtnis-training

«a g’freut Sach!»

Seit 13 Jahren darf ich im Neugut zweimal wöchentlich Gedächtnistrainingsstunden durchführen und ich freue mich über die rege Teilnahme. Das Besondere an diesen Stunden ist, dass sich alle Teilnehmenden zu einem Thema einbringen. Wenn jemand ein kleines Erlebnis erzählt, weckt das sofort eigene Erinnerungen. So kommen viele lustige und interessante Kurzgeschichten zum Vorschein, an die man längst nicht mehr gedacht hat. Dadurch wird jede Stunde einzigartig. In dieser entspannten, unterhaltsamen Atmosphäre denkt man gar nicht daran, dass man gerade sein Gedächtnis trainiert.

Wozu Gedächtnistraining?

Die schweizerische Hirnliga unterstützt die neurobiologische Forschung in der Schweiz – unter anderem auch an der ETH – und beantwortet diese Frage so:

Untersuchungen belegen, dass geistiges Training die neuronalen Verknüpfungen stärkt und das Gehirn flexibel und anpassungsfähig hält. Wahrnehmung, Gedächtnis und Lernen lassen sich dank der Plastizität unseres Gehirns bis ins hohe Alter erhalten und verbessern.
(Quelle: Das Gehirn, Magazin der schweizerischen Hirnliga)

Einblick in eine Sequenz

Im Gedächtnistraining aktivieren wir durch Übungen verschiedene Gehirnfunktionen. Durch Tischballspiele zu Beginn der Stunde fördern wir z.B. das Konzentrations- und Reaktionsvermögen sowie die Ausdauer und die Flexibilität. Danach folgen Übungen zur Sinneswahrnehmung, die uns dann zum Thema der Stunde führen. Jeder Teilnehmer erhält ein Puzzleteil und überlegt, was auf dem Gesamtbild zu sehen sein könnte. Hier gibt es kein Richtig oder Falsch, denn je nach Bildausschnitt sind viele Möglichkeiten gegeben. In einem Stoffbeutel gilt es anschliessend einen Gegenstand durch Ertasten zu erkennen. Diese Übungen regen das Vorstellungsvermögen und die Fantasie an. Die Bilder und Gegenstände ergeben das Thema und wir erzählen uns unsere Erlebnisse, Erfahrungen oder Meinungen dazu. Dieser Abschnitt ist ebenso amüsant wie interessant! Es ist erstaunlich, wie sehr sich unser Leben in relativ kurzer Zeit durch Fortschritt und Technik verändert hat. Das Erzählen aktiviert das Langzeitgedächtnis, die Ausdrucksfähigkeit und geistige Beweglichkeit. Der Austausch fördert die gegenseitige Wahrnehmung und das Miteinander.

Im Anschluss folgt eine Merkfähigkeitsübung. Wir bilden eine Wortschlange, d. h. jeder nennt einen zum Thema passenden Begriff und dann wiederholen wir die Wörter in der richtigen Reihenfolge.

Nach einer kurzen Teepause machen wir uns an die Quizfragen. Hier geht es um Textverständnis, assoziieren, Wissen einbringen und Ausdrucksfähigkeit. In den Lösungsworten wird dann ein Buchstabe, z.B. der 9, herausgezählt und auf einem Zettel notiert. Aus den so gefundenen Buchstaben kann zum Schluss ein neues Wort gebildet werden. Danach folgt nochmals die Wortschlange – wissen wir die Begriffe noch? Die Stunde schliessen wir dann mit Dank, Ausblick und einem Witz ab.

Besuchen Sie doch auch einmal eine Schnupperstunde, ich freue mich auf Sie!

Bea Jobé, Aktivierung Neugut

Finden sie das Thema?

&

Ø = U

~~K E N~~

Was ist das?
Zwei Lösungen sind Dialektwörter.

Landjäger								■
Brotanschnitt		■						
							■	
uaher						■		
Hudära							■	
						■		

Die grünen Felder ergeben von unten nach oben gelesen das Lösungswort.

Witz

Lehrer: «So Kinder, heute befassen wir uns mit den Albatrossen. Käthi, was weisst du über sie?»

Käthi: «Der Albatross ist ein Vogel.»

Lehrer: «Gut, Käthi. Ja, und Du, Hansli?»

Hansli: «Der Albatross ist ein Vogel, der am Meer lebt.»

Lehrer: «Bravo, Hansli. Und Du, Hitsch, was weisst Du über Albatrosse?»

Hitsch: «Miar hän daheimad as nois Glender.»

Lehrer: «Ja und was het jetz das mit Albatrossa ztue?»

Hitsch: «A dem Glender bindet dr Ätti alba d'Ross a.»

Veranstaltungen Neugut Landquart

März 2024

Spielnachmittag mit freiwilligen Helferinnen
Freitag, 08. März 2024
14.30 Uhr, Mehrzweckraum

Kinonachmittag
Freitag, 15. März 2024
14.30 Uhr, Mehrzweckraum

Musikalische Unterhaltung
mit der Kapelle Jungspund
Samstag, 16. März 2024
14.30 Uhr, Cafeteria

Ständli der Schüler Klasse 6A von Landquart
Donnerstag, 21. März 2024
15.00 Uhr, Cafeteria

Bewohner-Geburtstagsessen
Mittwoch, 27. März 2024
11.00 Uhr, Cafeteria

Männerchor Maienfeld
Donnerstag, 28. März 2024
17.00 Uhr, Cafeteria

April 2024

Musikalische Unterhaltung
mit den Wänteleschieber
Dienstag, 02. April 2024
14.30 Uhr, Cafeteria

Offenes Singen mit Otto Battaglia
Donnerstag, 11. April 2024
14.30 Uhr, Cafeteria

Spielnachmittag mit freiwilligen Helferinnen
Freitag, 12. April 2024
14.30 Uhr, Mehrzweckraum

Schülerchor Jenins
Dienstag, 16. April 2024
14.30 Uhr, Mehrzweckraum

Kinonachmittag
Freitag, 19. April 2024
14.30 Uhr, Mehrzweckraum

Musikalische Unterhaltung
mit Landquarter Ländlerfründa
Samstag, 20. April 2024
14.30 Uhr, Cafeteria

Bewohner-Geburtstagsessen
Mittwoch, 24. April 2024
11.00 Uhr, Cafeteria

Ausflug zu den Embley Sisters
Freitag, 26. April 2024
15.30 Uhr, Senesca Maienfeld

Veranstaltungen Senesca Maienfeld

März 2024

Musikalische Unterhaltung mit Oski
Dienstag, 05. März 2024
14.30 Uhr, Cafeteria

Seniorentreff der Stadt Maienfeld
Mittwoch, 06. März 2024
14.30 Uhr, Mehrzweckhalle Lust

Kindergartenznüni
Donnerstag, 07. März 2024
10.00 Uhr, Aktivierungsraum

Flötengruppe
Donnerstag, 07. März 2024
14.00 Uhr, Andachtsraum 2. Stock

Sturzprävention
Montag, 11. März 2024
10.00 Uhr, Mehrzweckraum

Vortrag über Stürvis und Guscha mit Fortunat Ruffner
Dienstag, 12. März 2024
14.30 Uhr, Mehrzweckraum

Männerchor Maienfeld
Samstag, 16. März 2024
16.00 Uhr

Clownnachmittag
Montag, 18. März 2024
14.30 Uhr, 1. Stock

Flötengruppe
Donnerstag, 21. März 2024
14.00 Uhr, Andachtsraum 2. Stock

Geburtstagsnachmittag
Donnerstag, 21. März 2024
14.30 Uhr, Aktivierungsraum

Sturzprävention
Montag, 25. März 2024
10.00 Uhr, Mehrzweckraum

Musikalische Unterhaltung mit den Landquarter Ländlerfründä
Dienstag, 26. März 2024
14.30 Uhr, Cafeteria

April 2024

Kindergartenznüni
Donnerstag, 04. April 2024
10.00 Uhr, Aktivierungsraum

Flötengruppe
Donnerstag, 04. April 2024
14.00 Uhr, Andachtsraum 2. Stock

Sturzprävention
Montag, 08. April 2024
10.00 Uhr, Mehrzweckraum

Seniorentreff Senesca
Mittwoch, 10. April 2024
14.30 Uhr, Mehrzweckraum

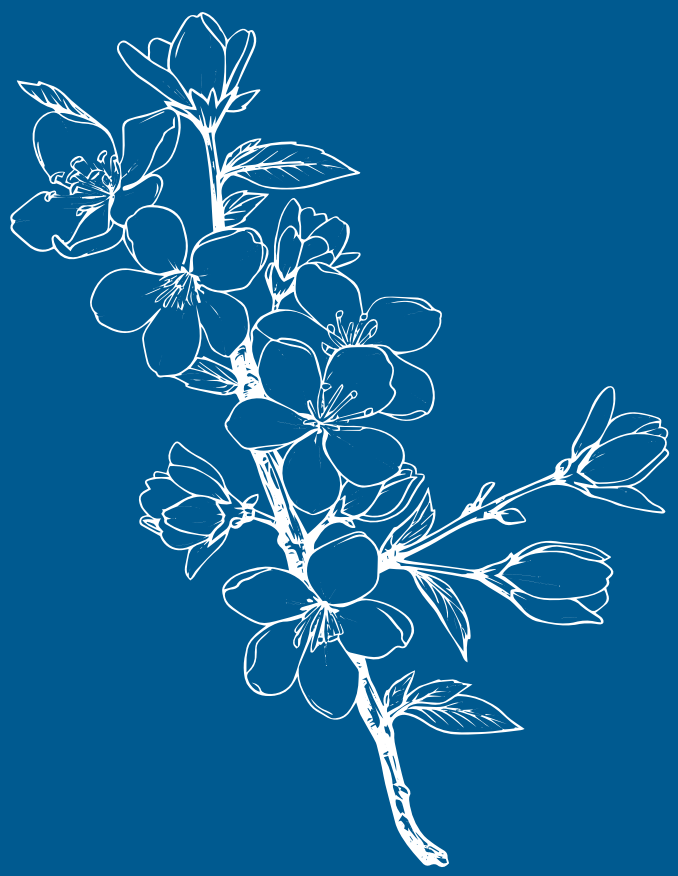
Aufführung Trachtengruppe Schiers / Grüsch
Sonntag, 14. April 2024
14.30 Uhr, Cafeteria

Flötengruppe
Donnerstag, 18. April 2024
14.00 Uhr, Andachtsraum 2. Stock

Sturzprävention
Montag, 22. April 2024
10.00 Uhr, Mehrzweckraum

Geburtstagsnachmittag
Donnerstag, 25. April 2024
14.30 Uhr, Aktivierungsraum

Konzert mit den Embley Sisters
Freitag, 26. April 2024
15.30 Uhr, Mehrzweckraum



Neugut Landquart
HAUS DER GENERATIONEN

Pflegezentrum Neugut
Neugut 1
7302 Landquart
+41 81 307 24 00
info@neugut-landquart.ch

Senesca Maienfeld
UMFASSENDE PFLEGE

Pflegezentrum Senesca
Törliweg 5
7304 Maienfeld
+41 81 303 85 85
info@senesca.ch

Hospiz Graubünden
ACHTSAM BEGLEITET

Hospiz Graubünden
Törliweg 5
7304 Maienfeld
081 303 86 90
info@hospiz-gr.ch