SONNHALDEN
Regionales Pflegeheim 9320 Arbon
071 447 24 24
www.sonnhalden.ch
E-Mail: info@sonnhalden.ch

Januar 2012

Das SONNHALDEN-Journal
erscheint 3 x jährlich (Januar, Mai, September)
Kern-Redaktionsteam:
Melinda Anderes, Pflegedienst
Andrea Dörig, Administration
Marlene Schadegg, Heimleitung
Robert Zwahlen, Verpflegung

SONNHALDEN Journal

Alle Jahre wieder… so fängt nicht nur eines der berühmten Weihnachtslieder an. Unsere Bräuche und all die wunderschönen Jahreszeiten, alle kommen Jahr für Jahr wieder – welch ein Glück!

Liebe Leserinnen und Leser

Wissen wir, weshalb wir Weihnachten in der heutigen Form feiern und woher die vielen Bräuche, die diese Jahreszeit begleiten, kommen? Das haben wir uns vom Redaktionsteam gefragt. Wir gingen auf die Suche und möchten so den Bogen spannen zwischen Vergangenem und Wiederkehrendem.

Warum wir zu Weihnachten Guetzli backen und uns Geschenke machen, weiss wohl niemand so ganz genau. Aber es gibt Brauchtumsforscher, die haben Vermutungen, woher diese Bräuche und noch Andere kommen. So zum Beispiel der Adventskalender, als kleine, überraschende Wartehilfe für Gross und Klein. Während es einst Strichkalender waren: 24 Kreidestriche an einer Zimmertür, die nach und nach weggewischt werden durften und dann der Kalender mit den Türchen folgte, gibt es heute alle Variationen. Ob mit einem Spruch, der unseren Tag begleitet oder kleine Naschereien, die einem das Warten versüssen. So manch einer wünschte sich einen lebenslangen Adventskalender, denn wer lässt sich nicht gerne jeden Tag etwas überraschen und verwöhnen? Mehr zu unseren Vor- und Weihnachtsbräuchen erfahren sie in unserem Journal, begleitend zu unserem bunten Bilderbogen.

Anlässlich des Jahres der Freiwilligen 2011 begleiten wir unter der Rubrik «Hinter den SONNHALDEN-Kulissen» sozusagen auf Schritt und Tritt unsere Freiwilligen im Einsatz. Denn ohne sie gäbe es viele erlebnisreiche Events nicht. Ihre Handreichungen und Unterstützungen sind im wahrsten Sinne «Gold wert».

Marlene Schadegg
Heimleiterin

Lebensgeschichte Madeleine Sansonnens

Frau Madeleine Sansonnens ist an einem schönen Herbsttag am 1. Oktober 1934 in Forel/Freiburg geboren. Das Dorf erstreckt sich auf einem Plateau über dem Südufer des Neuenburgersees und hat mittlerweile etwa 368 Einwohner.

Als Frau Sansonnens ihre Kindheit in dem Dorf verbrachte war es jedoch noch erheblich kleiner. Erst seit 1980 (195 Einwohner) wurde ein deutliches Bevölkerungswachstum verzeichnet. Das Dorf ist geprägt durch die Landwirtschaft, früher und heute, d.h. Ackerbau, Obstbau und Viehzucht haben einen wichtigen Stellenwert im Dorf. Auch Frau Sansonnens ist auf einem der typischen Bauernhöfe aufgewachsen. Zusammen mit ihrem Bruder musste sie schon früh mit anpacken und lernte schon als Kind, was harte Arbeit bedeutet. Doch neben der vielen Arbeit, die auf einem Bauernhof tagtäglich zu entrichten ist, gibt es auch viele schöne Seiten, wie zum Beispiel der Umgang mit den Tieren. Vor allem die Pferde haben es Frau Sansonnens angetan, jede freie Minute verbrachte sie auf dem Rücken der Pferde. Für sie stimmt die Redewendung: «Auf dem Rücken der Pferde liegt das Glück dieser Erde.»

Die Schulzeit absolvierte Frau Sansonnens ebenfalls in Forel. Sie sagte, dass sie gerne zur Schule ging, vor allem das Singen hat ihr immer sehr gefallen. Die Kindheit ist auch geprägt von einem liebevollen Elternhaus, vor allem hatte sie eine innige Beziehung zu ihrem Vater.
Nach der Schulzeit absolvierte Frau Sansonnens eine Ausbildung zur Hilfskrankenschwester. Für sie war schon früh klar, dass sie im Spital arbeiten möchte. Nicht jeder konnte eine Ausbildung in der Pflege machen und stolz die weisse Uniform tragen. Die Ausbildung im Spital Lausanne dauerte ein Jahr. Während

dieser Zeit hatte sie sehr viel Spass mit ihren Kolleginnen. Sie arbeitete auch nach der Ausbildung noch lange im Spital Lausanne. Auf der Suche nach neuen Herausforderungen absolvierte Frau Sansonnens später noch eine zweite Ausbildung im Verkauf. Diese Ausbildung hat ihr später sehr geholfen, da sie im Laufe ihres Lebens in diversen Geschäften arbeiten konnte.

Im Jahr 1963 wurde ihre Tochter Denise in Lausanne geboren. Als sie 20 Jahre später mit ihrer Tochter auf einem Fest in Villars/Ollon (in der Nähe von Aigle) serviert hat, lernte sie ihren zweiten Mann kennen. Zwei Jahre später zog Frau Sansonnens zu ihrem Mann nach Villars, der dort eine Baufirma betrieben hatte. Sie unterstützte ihn tatkräftig bei der vielen Arbeit und hat gar Material mit dem Bus ausgeliefert. Es war eine sehr schöne Zeit. Insbesondere auch, als ihre Tochter dann zu ihnen zog. Leider starb ihr Mann bereits im 1993 an Krebs. Frau Sansonnens war von dieser Zeit an sehr viel allein, denn ihre Tochter Denise lernte ihren zukünftigen Mann kennen, der leider aus Arbon war. Die beiden heirateten und Frau Sansonnens Enkelin Natascha kam bald zur Welt. Die Distanz von Aigle nach Arbon war sehr gross (320 km), weshalb sie ihre Familie nur sehr selten sah. Im 2006 überrascht Denise ihre Mutter mit der Idee, sie möge doch nach Arbon umzuziehen, um so wieder in der Nähe der Familie zu sein. Diesen mutigen Schritt hat sie dann auch gewagt. 2 Jahre lebte sie in einer Wohnung, merkte aber, dass das soziale Umfeld dennoch fehlte und die arbeitende und liebevoll umsorgende Tochter nicht immer Zeit für sie aufbringen konnte.

Im November des letzen Jahres ist Frau Sansonnens bei uns ins Pflegeheim SONNHALDEN eingetreten und sie selbst meint, dass dies die beste Entscheidung ihres Lebens war und dass es ihr hier sehr gut gefalle. Der Alltag als französisch sprechende Person ist bestimmt nicht immer einfach, aber sie hat sich mittlerweile gut eingelebt und die Mitarbeitenden der SONNHALDEN können auch schon einige Worte französisch. Das Markenzeichen von Frau Sansonnens ist ihre Fröhlichkeit und ihre Offenheit für alles. Gerne half sie auch ab und zu in unserer Wäscherei mit.

Ich danke Frau Sansonnens, dass sie sich bereit erklärte, mir ihre Lebensgeschichte mitzuteilen und wünsche ihr für die Zukunft weiterhin alles Gute.

Melinda Anderes und
Vanessa Vieira

Am 06. März
Unterhaltungsnachmittag
mit der
Musig Tannzapfenland
Beginn um
14.30 Uhr
im
Sonnhalden-Cafe

Der
Damenchor
Arbon
singt
am 11. März
um
15.00 Uhr
im
Sonnhalden-Cafe

Stark- und Schwachstrom-Installationen
Telefonanlagen A+B
Elektroapparate
Beleuchtungskörper
EDV Netzwerke

Seit über 40 Jahren
Ihr kompetenter Partner

Elektro Hodel Arbon
St. Gallerstr. 43
Berg SG 071 / 407 22 20
Roggwil 071 / 455 16 48
Arbon 071 / 447 11 55

ETAVIS Grossenbacher AG
Berglistrasse 2
9320 Arbon
arbon@etavis.ch

Oder mit unserem
24h-Pikett-Service unter:

071 446 17 10

Wir bringen mehr Power in die Elektrotechnik.

Schalten Sie uns ein. www.etavis.ch

ETAVIS GROSSENBACHER

KARL OTT AG
Spenglerei • Sanitäre Installationen

Seilerstrasse 12 • 9320 Arbon
Telefon 071/446 29 72 • Telefax 071/446 79 80

Birewegge (Birnenbrot)
Eine Leibspeise unserer PensionärInnen!

Zutaten

250 g Mehl
1 Prise Salz
30 g Fett
2 EL Zucker
20 g Hefe
Milch
200 g gedörrte Birnen
100 g gedörrte Pflaumen
100 g gedörrte Apfelschnitze
50 g Feigen
50 g Weinbeeren
50 g Sultaninen
50 g Rosinen
75 g Nüsse gehackt
1 Zitrone
50 g Zucker
4 cl Kirschwasser
1/2 TL Zimt gemahlen
1/2 TL Ingwer gemahlen
1/2 TL Kardamon gemahlen
1/2 TL Nelken gemahlen
1 Ei

Zubereitung:
Aus den Hefeteigzutaten einen Hefeteig zubereiten. Für die Füllung wird zunächst das eingeweichte Dörrobst langsam weichgekocht; dann alles mit den Nüssen, Rosinen, usw. durch den Fleischwolf drehen, zuckern, mit Gewürzen bestreuen und mit Kirschwasser besprengen. Alles gut mischen. Den gut aufgegangenen Hefeteig ausrollen und mit der Füllmasse bestreichen. Die Teigplatte einrollen, mit gequirltem Ei bestreichen und - nach nochmaligem Gehen - bei guter Mittelhitze backen (200 Grad während etwa 45 Minuten).

En Guete wünscht
das SONNHALDEN – Gastronomie Team

Textile Versorgungssysteme für das Gesundheitswesen

rentex® ST. GALLEN

Eine Textilversorgung in Topform beherrscht mehr als eine Disziplin. Sie bringt Leistung, bietet Sicherheit und garantiert Wirtschaftlichkeit. So wie die Textile Vollversorgung von RENTEX®. Damit Sie sich vollkommen auf die pflegerischen Tätigkeiten konzentrieren können.

SaniRent AG
Grütlistrasse 1
9016 St. Gallen
Telefon: 071 / 282 53 53
Telefax: 071 / 282 53 43

RENTEX® :
Unschlagbar in der Textilversorgung.

Ein Unternehmen der **BERNET GRUPPE**

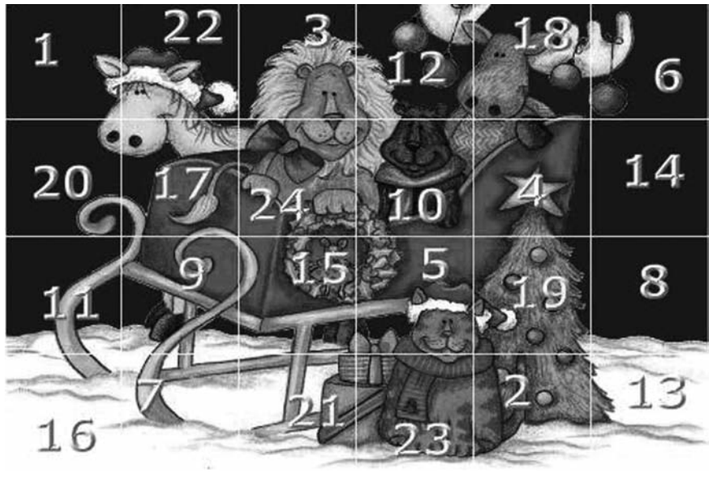
Weihnachtsbräuche - Wie sind sie entstanden und woher kommen sie?

Was die Brauchtumsforscher über die Frage «Warum wir zu Weihnachten Guetzli backen und uns Geschenke machen» oder vieler anderer Bräuche herausgefunden haben. Doch was ist ein Brauch? Ein Brauch ist etwas, das unser Leben ziemlich stark bestimmt. Viele Dinge, die wir Menschen gewohnheitsmässig oder jedes Jahr immer wieder gleich machen, nennt man Bräuche. Zum Beispiel Geburtstag feiern, aber auch die Zeit um Weihnachten.

Adventskalender – Wie die Wartehilfe erfunden wurde
Auch vor 150 Jahren dauerte das Warten auf Weihnachten schon viel zu lange und die Kinder waren viel zu ungeduldig. Also haben sich die Eltern etwas ausgedacht, damit ihre Kinder immer genau wissen, wie viele Tage es noch bis Heiligabend sind.
Zuerst waren es Strichkalender: 24 Kreidestriche an einer Zimmertür, die nach und nach weggewischt werden durften. Ein anderer Vorgänger des Adventskalenders waren Weihnachtsuhren mit 24 Feldern und einem Zeiger oder eine Adventskerze mit 24 Linien, die jeden Tag ein klein bisschen weiter abbrennen durfte.

Das alles wurde Gerhard Lang aus Maulbronn in Baden-Württemberg eines Tages zu langweilig. Er wollte etwas Neues. Schon als er ein kleiner Junge war, hatte ihm seine Mutter 24 kleine Gebäckstücke auf einen Karton mit nummerierten Feldern aufgenäht. Als grosser Junge wollte Gerhard Lang nun einen Adventskalender mit Bild und Text entwerfen - für jeden Tag etwas anderes.

Woher kommt eigentlich der Adventskranz?
Wahrscheinlich war Johan Hinrich Wichern, ein evangelischer Pfarrer in Hamburg, derjenige, der den Adventskranz erfunden hat. Er hatte das «Rauhe Haus», eine Art Kinderdorf, gegründet. Dort wurden um das Jahr 1850 herum während der Adventsandachten viele Kerzen hintereinander angezündet. Später haben sie dann, je nach Länge der Adventszeit, 24 bis 28 Kerzen auf einem grossen runden Kronleuchter angebracht. Mit jedem Tag durfte eine Kerze mehr angezündet werden - und an den vier Adventssonntagen eine Grosse. Dieser festliche Kronleuchter wurde mit Tannengrün geschmückt. Daraus entwickelte sich dann der kleinere Adventskranz mit vier Kerzen. Dieser Brauch verbreitete sich von da an immer mehr. Zu einem richtigen Adventskranz gehören also Kerzen, ein Kranz und etwas Grünes, meistens Tannengrün. Natürlich gibt es heute die verschiedensten Adventskränze und keineswegs sind die immer grün. Aber rund sind sie eigentlich immer. Der Kranz kann deshalb auch als Symbol für Unendlichkeit gesehen werden, denn er hat keinen Anfang und kein Ende.



Bescherung seit sechshundert Jahren
Das Schenken hat eine ganz wichtige Bedeutung für das Zusammenleben der Menschen. Mit einem Geschenk zeigt man jemandem, dass man ihn schätzt und mag.
Besonders gerne schenken wir zu festlichen Anlässen. Bis dahin hatte der Nikolaus immer die Gaben gebracht, allerdings am 6. Dezember. Das macht er heute immer noch: Mandarinen, Nüsse, Äpfel und Süssigkeiten finden sich in seinem Sack.
Die grossen Geschenke aber gibt es erst am 24. Dezember. Das hat übrigens seinen Ursprung in einer Zeit, die noch länger zurückliegt: Vor 2000 Jahren feierten die Römer am Ende des Jahres die sogenannten Saturnalien zu Ehren des Gottes Saturn. Während dieser Feiern machten die reicheren Leute denen, die nicht so viel Geld hatten, Geschenke. Damit wollten sie auch zeigen, wie wohlhabend sie waren. Heute ist das meistens anders: da beschenkt man sich nicht um anzugeben, sondern um sich gegenseitig eine Freude zu machen. Dazu muss man dann auch nicht unbedingt auf Weihnachten warten, denn schenken kann man eigentlich das ganze Jahr über.

Weihnachtliches Guetzli bakken
Im Winter ganz früher gab es weniger zu essen. Es gab keine Kühlschränke und Lebensmittel konnten nicht über lange Zeit aufbewahrt werden. Wenn es draussen friert, wächst natürlich nichts mehr auf den Feldern und auf den Bäumen. Deshalb mussten die Menschen immer schauen, wie sie genug Fett im Winter auf die Rippen bekommen, um nicht zu dünn zu werden. Lebensmittel haltbar zu machen, war damals wichtig.

Guetzli sind süss und fett zugleich und damit ideal, wenn man im Winter etwas essen muss, das Fett enthält.

Auch sind sie über eine längere Zeit ohne Kühlung haltbar.

Kekse backen war ausserdem, als es noch keine Maschinen gab, sehr viel Arbeit. Für die Geburt von Jesus, die man zu Weihnachten ja feiert, wollten die Menschen etwas ganz Besonderes machen. Also wurde ein besonders aufwendiges Gebäck, unsere heutigen Weihnachtsguetzli, zu Ehren dieses Festtages gebacken.

Robert Zwahlen
Leiter Gastronomie

«Witzkiste»

«Herr Ober, an diesem Tisch fehlen ja die Stühle!»
«Ja meine Dame, Sie hatten aber auch nur einen Tisch bestellt."»

Fragt der Richter den Angeklagten: «Warum haben sie nicht geholfen, als sie gesehen haben dass der Einbrecher ihre Frau bewusstlos schlägt?»
Darauf der Angeklagte: «Ich dachte, der kommt mit ihr allein klar!»

Frühmorgens im Schlafzimmer. Die Ehefrau steht im Nachthemd am Fenster, schaut hinaus und meint zu ihrem Mann: «Guck mal, da graut der Morgen.»
Ihr Mann: «Das heisst: dem Morgen...»

Fahren zwei Informatiker im Auto durch Schottland, plötzlich fällt der Motor aus.
Der eine: «Mist, ein Bug im Betriebssystem.» Der andere: «Komm, wir steigen aus, machen alle Fenster zu und versuchen einen Neustart. Vielleicht geht`s dann wieder.»

Die Firmlinge berichten über den Projekttag im Pflegeheim SONNHALDEN

Heute waren wir bei den älteren Menschen zu Besuch. Wir haben am Gottesdienst teilgenommen und ihn mit Fürbitten und Gebeten auch aktiv mitgestaltet. Anschliessend hatten wir eine Führung durch das ganze Haus. Wir fanden es toll, dass wir alles anschauen konnten. Auch in der Küche durften wir einen Rundgang machen und wir staunten nicht schlecht, denn hier werden beispielsweise im Jahr etwa 24'000 Eier verarbeitet.

Gemeinsam haben wir dann mit den Pensionären das Mittagessen in der Cafeteria eingenommen. Es war gemütlich zusammen und das Essen war sehr gut! Am Nachmittag durften wir die älteren Leute im Rollstuhl ausfahren und im Restaurant Bühlhof einen Zvierihalt machen. Alle waren glücklich und Herr Müller hat sogar gesungen und gejauchzt vor Freude! Es war ein toller, spannender und auch lustiger Tag im Pflegeheim SONNHALDEN.

Einen herzlichen Dank an die Firmlinge und die Katholische Pfarrei Arbon.

Auch wir danken den Firmlingen und Betreuerinnen herzlichst für die Mitgestaltung des Gottesdienstes und die Nachmittagsgestaltung mit unseren Pensionären.

Marlene Schadegg
& Franz Böh

Metzgete

Früher auf dem Bauernhof wohl selbst erlebt, geniessen wir es nun in der einfachen und kulinarischen Form – alle Jahre wieder – in der SONNHALDEN. Feine Blut- und Leberwürste etc., reges Treiben und mit musikalischer Unterhaltung

Arboner Weihnachtsausstellung

Unser Wunsch, die Stände bereits schon am Nachmittag für unseren Rundgang zu beleuchten und beim einen oder anderen Stand Personal anzutreffen, wurde erfüllt – Tausend Dank allen, die sich die Zeit für uns genommen haben!

Bei Bratwurst und späterem Kuchen wurde es nicht langweilig und als uns gar Peter an der Drehorgel beim Singen der Weihnachtslieder begleitete, kam noch mehr Stimmung auf.

So konnten wir einmal mehr den Nachmittag mit allen anderen PensionärInnen der anderen Arboner Pflegeheime geniessen und uns einstimmen lassen.

Chlausfeier

Nicht nur der «Chlaus mit seinem Schmutzli» fanden am 6.12. den Weg zu uns ins Pflegeheim, auch Frau Cenci mit den «grossen Kindergärtlern» und ihren wunderschön selbst gebastelten Laternen beehrten uns mit «Sprüchli» und Gesang.

Wir feiern unsere 3-stelligen Jubilarinnen

Frau Olga Eichholzer (102) und Severina Deck (100).
Ist älter wirklich so einfach, wie es Frau Eichholzers Lebensmotto beschreibt: «Jeden Tag einfach so nehmen wie er kommt?» Auf alle Fälle wünschen wir beiden weiterhin so viel Gelassenheit und gute Gesundheit und staunen über die grosse Dankbarkeit für die kleinen Dinge im Leben!

Weihnachtsfeier

Weihnachtsfeier

Weihnachtsfeier

Personalfeier

Unter dem Motto «Fonduenight in the Kuhstallhouse» fand dieses Jahr bereits im Oktober unsere Personalfeier statt. Wie könnte es anders sein, wir haben unsere Bauernstube im UG entsprechend hergerichtet und es war eine «riesen Gaudi» – nicht zuletzt wohl auch aufgrund des Spezialauftritts vom Alpenheidi mit ihren 8 Dämonen der Berge…

Nebst «geniessen und sein», musste das Essen verdient sein; so zum Beispiel bei der Präsentation des originellsten Teammaskottchen, dem anschliessenden Anfeuern der eigenen Gruppe beim Seilziehen oder wer selbst Hand anlegte und zeigte, wie gut wir an einem Strick ziehen können.
Die Gastro-Crew hat nicht nur beim Essen, sondern auch bei der Programmgestaltung des Abends alles gegeben.

Das Schneeglöckchen und der Schnee

Der Herr hat alles erschaffen: Gras und Kräuter und Blumen. Er hatte ihnen die schönsten Farben gegeben.
Zuletzt machte er noch den Schnee und sagte zu ihm: «Die Farbe kannst du dir selbst aussuchen. So einer wie du, der alles frisst, wird ja wohl etwas finden.»

Der Schnee ging also zum Gras und sagte: «Gib mir deine grüne Farbe!» Er ging zur Rose und bat sie um ihr rotes Kleid. Er ging zum Veilchen und dann zur Sonnenblume. Denn er war eitel. Er wollte einen schönen Rock haben. Aber Gras und Blumen lachten ihn aus und schickten ihn fort.

Er setzte sich zum Schneeglöckchen und sagte betrübt: «Wenn mir niemand eine Farbe gibt, so ergeht es mir wie dem Wind. Der ist auch nur darum so bös, weil man ihn nicht sieht.»
Da erbarmte sich das Schneeglöckchen und sprach: «Wenn dir mein Mäntelchen gefällt, kannst du es nehmen.»
Der Schnee nahm das Mäntelchen und ist seitdem weiss.
Aber allen Blumen ist er seitdem feind, nur nicht dem Schneeglöckchen.

WÄSCHEREI
BODENSEE AG

Textil-Logistik & Mietwäsche

8596 Münsterlingen, Telefon 071 686 20 08 Fax 071 686 20 19

Ökologische Waschverfahren sorgen dafür, dass Sie sich in Ihrer Wäsche wohlfühlen.

- Garantierte Hygiene und Desinfektion
- Energiesparendes Waschen
- Schonende Behandlung der Wäsche

Für Ihre besonderen Kleidungsstücke steht eine Chemische-Reinigung zur Verfügung.

Die Wäscherei Bodensee AG freut sich auf Ihre Wäsche.

Unsere Freiwilligen im Einsatz und ein Rückblick auf das Jahr der Freiwilligen

Was im 2011 – dem Jahr der Freiwilligen durch viele Organisationen zu Recht hervorgehoben wurde und damit auch einer breiteren Öffentlichkeit bekannt gemacht, passiert täglich und schon seit vielen Jahren. Freiwilligeneinsätze gibt es zahlreiche und nicht nur in Spitälern und Pflegeheimen. Sie sind ein Kernstück einer funktionierenden und umsorgenden Gesellschaft.

Was würden wir und unsere Pensionärinnen und Pensionäre ohne unsere Freiwilligen machen?
Sicherlich sehr viel weniger, denn erst mit der Unterstützung durch Freiwillige lassen sich gewisse Angebote überhaupt realisieren oder würden sonst zusätzliche Kosten generieren, so dass es bald zu einer 2-Klassengesellschaft führen könnte. Die Freiwilligen sind Gold wert und ermöglichen jeder Institution ein breiteres Angebot! Was dies konkret heisst, möchten wir ihnen gerne mit Bildern und Kurzberichten näher bringen.

Was kann dank der Unterstützung durch Freiwillige in der SONNHALDEN realisiert werden?
Ein Traditionskind ist der «Montagsspaziergang» und nebst dem unterstützt uns diese Crew auch bei diversen jährlichen externen Grossanlässen, wie der Blustfahrt, dem Schiffsausflug auf dem Bodensee, dem Besuch der Arboner Weihnachtsausstellung oder kleineren Anlässen unter dem Jahr wie Theaterbesuch etc. Die Damen und Herren organisieren sich selbst und kommen, ausser im tiefen Winter, wenn die Rollstühle nicht durch den Schnee zu bewegen sind, Montag- für Montagnachmittag, schnappen sich die freudig wartenden Pensionärinnen und Pensionäre. Bestückt mit Liederbüchern machen sie sich auf, um frische Luft zu schnuppern und Abwechslung in den Alltag zu bringen, sei dies bei einem «Gsprächli» bei Kaffee und Kuchen im Bühlhof oder einem anderen Ausflugsziel.
Die Freiwilligen sind oft unsere verlängerte Hand, so helfen zum Beispiel 4 Frauen jeweils abwechslungsweise am Sonntagmorgen mit, den Sonntagsbrunch zusammen mit einer Serviceangestellten für unsere Pensionärinnen und Pensionäre zu organisieren. Oder

Franz fährt mit vielen Pensionären zu den doch sehr zahlreichen Arzt- und Spitalterminen. Ob nun Ruth, unsere gute Seele für die täglichen Alltagseinkaufswünsche oder Franz mehr Kilometer machen, das wäre spannend. Interessant ist auch, bei Ruth einen Blick in den jeweils gefüllten Einkaufskorb zu werfen, wenn sie 2x pro Woche für unsere Pensio-

näre den «Einkaufskehr» macht!
Aber auch bei alltäglichen Handreichungen, wie der Essenseingabe mittags wie abends dürfen wir auf liebevolle, pflichtbewusste und zuverlässige Freiwillige zählen, die durch die Betreuung der meist immer gleichen Pensionäre einen speziellen Bezug zu ihnen aufbauen können. Im Betreuungs- und Unterhaltungsbereich kommen aber noch weitere Themen dazu, Spaziergänge, Spiele oder einfach ein Besuch und ein Gespräch. Frau Buchmann lädt mit ihrem Klavierspiel zum Mitsingen ein, Frau Aepli kommt mit der Bibliothek auf Rädern zu den Leseratten, Peter lässt die Herzen der Tierliebhaber durch seine Begleitung der beiden Therapiehunde Picasso und Aveline höher schlagen und wieder andere arbeiten im

stillen und völlig unsichtbar, so zum Beispiel bei der Mithilfe in der Wäscherei.

Kurz zusammengefasst, aber nicht in Stunden aufgerechnet (was zweifellos höchst spannend wäre), leisten unsere Freiwilligen einen grossen Beitrag für:

- Montagsspaziergang
- Einkaufen für unsere Pensionärinnen und Pensionäre
- Mahlzeiteneingabe
- Betreuung (Spazieren / Spielen / Besuch)
- Mithilfe in der Wäscherei
- Bibliothek auf Rädern
- Mithilfe beim Sonntagsbrunch
- Fahrdienst
- Klavierspielen
- Einsatz mit dem Therapiehund

Was ist die Motivation unserer Freiwilligen?
Etwas sinnvolles Tun, bei welcher die Dankbarkeit in einer einzigartigen und nicht beschreibenden Form zurück kommt. Man muss es selbst erlebt haben, wie es ist, ein solch strahlendes Lächeln und «Danke vielmol» für wenige Handreichungen zu erhalten. Oftmals auch nur in Form eines Blickes, der Bänder sprechen kann und lange im Herzen nachwirkt!

Sie verspüren Lust, selbst aktiv Freiwilligeneinsatz zu leisten?
Zögern sie nicht lange, für einen Erstkontakt stehen ihnen der Pflegedienstleiter, Franz Böh, als auch die Heimleiterin,

Marlene Schadegg, jederzeit zur Verfügung, um ein klärendes Gespräch zu führen und wer weiss, vielleicht ergänzen sie schon bald unser Team der Freiwilligen und bereichern ihren Alltag durch schöne Erlebnisse und der enormen Dankbarkeit der Pensionäre, die echt ansteckend ist!

Liebe Freiwilligen – Ihnen allen gilt an dieser Stelle und nicht nur für die Leistungen im 2011 ein ganz besonderer Dank!
Bei ihrem Einsatz erhalten Sie die stete Wertschätzung durch unsere Pensionärinnen und Pensionäre wie auch Mitarbeitenden, was wohl auch die grösste Motivation für all die Einsätze darstellt. Seitens der SONNHALDEN zeigen wir unsere Anerkennung und den Dank des Hauses mit den Einladungen zum Personalweihnachtsessen und zur Teilnahme am Personalausflug. Zudem hoffen wir wohl alle, dass auch in der Zukunft es weiterhin so viele engagierte und liebevolle, freiwillige Perlen geben wird, die auch uns dereinst im Alter umsorgen werden.

Marlene Schadegg,
Heimleiterin

In der SONNHALDEN können folgende Dienstjubiläen gefeiert werden:

Das 20-jährige Dienstjubiläum feiert:

Am 04. Mai 2012 feiert Frau Heidi Ghazenffer ihr 20jähriges Arbeitsjubiläum. Als Krankenpflegerin FaSRK im Dauernachtwacheteam hat sie begonnen und war damals für 69 Pensionäre zuständig. Dann folgte der nicht ganz freiwillige Wechsel in den Tagdienst, da das Dauernachtwacheteam aufgelöst wurde und wir auf ein Rotationsprinzip umstellten. Ihr nächster grosser Schritt war dann im Jahr 2010 die Zusatzausbildung zur Fachfrau Krankenpflege, welche sie im 2011 mit Erfolg abschloss.

Auf der 2. Station ist sie eine beliebte Mitarbeiterin. Sie bringt nicht nur den Pensionären, sondern auch den Jungen viel Verständnis für ihre Sorgen und Nöte entgegen. Bei Personalengpässen springt sie ein, ist humorvoll und bringt ausserdem noch gute, umsetzbare Ideen und Vorschläge für das tagtägliche Miteinander.
Frau Ghazenffer lässt sich nicht aus der Ruhe bringen, was bei einer solch grossen Station (28 Pensionäre) von grossem Vorteil ist. Manch ein anderer Mitarbeiter könnte sich von dieser Ruhe anstecken lassen. Hoffentlich behält Frau Ghazenffer weiterhin ihren Humor und ihre Gelassenheit und dass Sie so bleibt wie sie ist.

Danken möchten wir Ihr für die langjährige Betriebstreue, wünschen Ihr weiterhin viel Spass und Erfolg bei der Arbeit und hoffen auf noch viele weitere Jahre in der SONNHALDEN.

Franz Böh, Leiter Pflegedienst

Das 10-jährige Dienstjubiläum feiert:

Am 18. März 2012 feiert Frau Elisabeth Angehrn ihr 10jähriges Jubiläum. Bereits ein Jahrzehnt arbeitet sie als Rotkreuzhelferin auf der 1. Station und ist eine, gegenüber Pensionären und Personal, sehr geduldige und umsichtige Mitarbeiterin. Sie hat für ihre Mitmenschen immer ein offenes Ohr und aufmunternde Worte bereit. Ohne grossen Kommentar legt sie Hand an, dort wo Hilfe gebraucht wird. Zufriedene und gut gepflegte Pensionäre sind ihr sehr wichtig. Sie hat eine rasche Auffassungsgabe und ist immer flott unterwegs, weshalb sie auch auf der Station den Spitznamen «Speedy» bekommen hat. Dank ihrer Kreativität verändert sich die Abteilungsdekoration den Jahreszeiten entsprechend. Frau Angehrn ist eine aufgestellte, motivierte und kollegiale Mitarbeiterin.

Wir danken Ihr recht herzlich für Ihren grossen Einsatz und Ihr Engagement zum Wohle der Pensionäre und freuen uns, Sie noch viele Jahre in unserem Team zu haben.

Franz Böh, Leiter Pflegedienst

Das 5-jährige Dienstjubiläum feiert:

Frau
Asanoska Refka

Eintritte

Frau
Jennifer Eder
Pflegefachfrau DNI
Eintritt:
August 2011

Frau
Mariella Bearth
Serviceangestellte
Eintritt:
August 2011

Frau
Salmina Jusufi
Schwesternhilfe
Eintritt:
August 2011

Gratulationen

Das Diplom zur «Pflegefachfrau/-mann HF» haben folgende Damen und Herren mit Erfolg abgeschlossen:
Melinda Anderes, Sven Behringer, Esther Bühlmann, Meike Fallert, Heidi Hochreutener und Andrea Kolonjak.

Marlies Böckle und Fittore Maholli haben den Pflegekurs SRK erfolgreich absolviert.

Wir gratulieren allen acht Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern recht herzlich und wünschen Euch für die Umsetzung und die weitere berufliche Laufbahn alles Gute!

Marlene Schadegg & Franz Böh

Herzliche Gratulation an Ayse Ocur-Ocak zur Geburt ihrer Tochter Sena im November.

Wir wünschen der ganzen Familie alles, alles Liebe und ganz viele ruhige Nächte!

Die neue Kultur...
Ihr persönliches Wasserzeichen auf

- Briefpapiere, Dokumente
- Gutachten, Verträge und Zertifikate
- Wertchecks und Gutscheine
- Ticket und Bonus-Systeme

Bestechend einfach. In Qualität, Preis und Anwendung.
Bei jeder Auflage ab 1'000, 5'000 oder 50'000 Exemplaren.

Druckerei Mogensen AG
Berglistrasse 27
9320 Arbon
Tel. 071 446 11 34
info@m-druck.ch
www.m-druck.ch

Grafik | Offsetdruck | Buchdruck | Digitaldruck | Wasserzeichendruck | Etikettendruck | Stahlstich | Folienprägen | Lettershop

Gartenideen voller Erlebnisse.
Fürs Pflegeheim Sonnhalden wie für Sie.

straubgartenbau
straub gartenbau ı wattstrasse 7 ı 9306 freidorf
t 071 455 24 44 ı f 071 455 24 46
info@straubgartenbau.ch ı www.straubgartenbau.ch
maerkli.ch

Unsere Spezialitäten: Arbonerigeli und Arbonerzüngli

Marty
Bäckerei-Konditorei
9320 Arbon
Telefon 071/446 12 88

«Marty-Brot isch gsund und macht nöd rund»

Getränke-Hauslieferdienst

Wir empfehlen uns als Getränke-Lieferant für Arbon, Romanshorn, Rorschach und Umgebung.

Sie erhalten prompt und zuverlässig Getränke aus unserem grossen Getränke-Sortiment **täglich ins Haus geliefert:**

- **Apfel- und Fruchtsäfte**
- **vergorene Apfelsäfte**
- **Mineralwasser**
- **Süssgetränke**
- **12 Schweizer Biermarken**
- **ausländische Biere**
- **Wein und Spirituosen**

Zum Abholen empfehlen wir unseren Getränke-Markt an der St.Gallerstrasse 213 (zwischen Arbon und Roggwil).

MÖHL
GETRÄNKE-MARKT

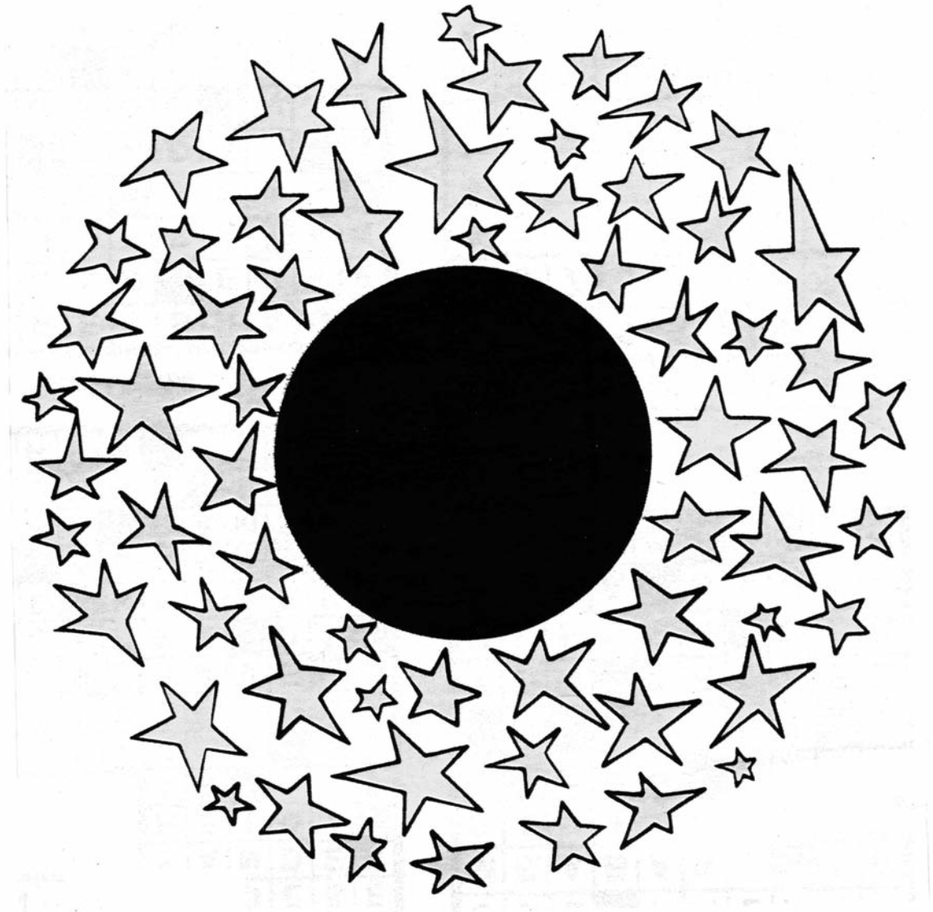
Getränkehandel der Mosterei Möhl AG, 9320 Arbon
Telefon 071 447 40 73

Rätsel – Wettbewerb

1. und 2.Preis: je eine Tageskarte für eine Schifffahrt auf dem Bodensee
3. Preis: Pflegeset

Sterne zählen

Wie viele Sterne können Sie hier erkennen?



Lösung Anzahl Sterne _____

Anzahl Sterne ausfüllen und abgeben oder im Couvert bis spätestens 31. März 2012 senden an: SONNHALDEN Regionales Pflegeheim, «Wettbewerb», Rebenstrasse 57, 9320 Arbon. Viel Glück!

Name: _____ Vorname: _____

Strasse: _____ PLZ/Ort: _____

Unsere Veranstaltungen in Kürze

Dienstag	14. Feb. 2012	ab 11.30 Uhr	Senioren-Zmittag «gemeinsam statt einsam»
Montag	20. Feb. 2012	ab 14.30 Uhr	Fasnachtsunterhaltungs-nachmittag mit «Robert & Robert»
Dienstag	06. März 2012	ab 14.30 Uhr	Unterhaltungsnachmittag mit der Musik Tannzapfenland
Sonntag	11. März 2012	15.00 Uhr	Der Damenchor Arbon singt
Dienstag	13. März 2012	ab 11.30 Uhr	Senioren-Zmittag «gemeinsam statt einsam»
Dienstag	10. April 2012	ab 11.30 Uhr	Senioren-Zmittag «gemeinsam statt einsam»
Mittwoch	11. April 2012	ab 14.30 Uhr	Unterhaltungsnachmittag mit der Familienkapelle Sutter
Dienstag	08. Mai 2012	ab 11.30 Uhr	Senioren-Zmittag «gemeinsam statt einsam»
Freitag	11. Mai 2012	ab 14.30 Uhr	Unterhaltungsnachmittag mit Fredy Bünter
Mittwoch	16. Mai 2012	18.00 Uhr	Rechnungs-Generalversammlung Genossenschaft SONNHALDEN

Die Gewinner des letzten Wettbewerbs lauten:

1. Monika Gmür
2. Bea Nenna
3. Ernst Friedrich

Wir gratulieren recht herzlich.

P.P.
9320 Arbon