

Blickwinkel



Pflegeheim
St. Otmar



HAUSZEITUNG DES PFLEGEHEIMS ST. OTMAR

Editorial 3 • Personal 4 • Porträt Vorstand 6 • Lernender Aktivierung •
Adventsanlässe 8 • Clown Freddy 9 • Lebensgeschichte 10 • Bewohner Biografie 12 •
Intern 14 • Mussestunde 15 • Veranstaltungen 16

HOFMANN

MALEREI

Mövenstrasse 12 • 9015 St. Gallen
Telefon 071 313 70 90 • Fax 071 313 70 91
info@hofmann-malerei.ch • www.hofmann-malerei.ch



Weibel AG

Bedachungen | Fassadenbau

weibel-dach.ch

Ihr Spezialist für die gesamte Gebäudehülle

Wir bringen's und holen's...

Ruckis Zelte & Festbestuhlung GmbH

Martin Ruckstuhl Tel. 071•912 21 42
Waldeggstr. 2 Fax 071•912 21 43
9500 Wil Nat. 079•429 61 75

www.ruckis-zelte.ch



St. Jakob Apotheke

wenn es um Medikamente geht

- ✚ gratis Hauslieferdienst in der Stadt St. Gallen
- ✚ attraktives Kundenkarten-Bonusprogramm
Sie profitieren bei allen Rezeptbezügen und Einkäufen
- ✚ Kosmetikberatung
(Vichy, La Roche Posay, Avène, Louis Widmer)
- ✚ Kompressionsstrümpfe
(Beratung / Anmessung / Abrechnung)
- ✚ gratis Kundenparkplätze
- ✚ kostenloses Kundenmagazin
- ✚ Hörberatung

St. Jakob-Strasse 38 9000 St. Gallen
Linie 3 - Haltestelle Schützengarten

Tel. 058 / 878 26 40
www.jakobapo.ch

Mo - Fr 7.30 - 12.15 und 13.15 - 18.30
Sa 8.30 - 16.00 durchgehend



Lassen Sie uns
farbiger drucken.

NiedermannDruck

Letzistrasse 37
9015 St. Gallen
Telefon 071 282 48 80
info@niedermanndruck.ch

Ist Einsamkeit Einstellungssache?

Liebe Leserinnen und Leser,

Die Feiertage sind vorbei und das – unter den aktuellen pandemischen Umständen – normale Tagesgeschehen hat wieder Einzug genommen. Manche sind froh, dass die Hektik vorbei ist, andere sind erleichtert, dass sie nicht mehr so viel essen müssen, was sich auf der Waage leider negativ ausgewirkt hat. Trotz all dem, es war schön, diese Tage im Kreise seiner Liebsten zu verbringen.

Viele Menschen, vor allem die älteren, sind froh, dass Weihnachten vorbei ist. Sie fühlen sich dann für eine kurze Zeit weniger einsam. Hinzu kommt noch die Corona-Pandemie, die alles noch viel schwieriger macht.

Einsamkeit kann uns von Kindheit an bis ins hohe Alter begleiten. Wenn wir uns einsam fühlen, dann fühlen wir uns

ausgeschlossen, isoliert, ungeliebt und für niemanden wichtig. Ein jeder von uns hat sicher einmal das Gefühl von Einsamkeit erlebt und kann so vielleicht auch nachvollziehen, wie es ist, wenn sich jemand permanent einsam fühlt.

Mit zunehmendem Alter wird die Wahrscheinlichkeit des Gefühls der Einsamkeit grösser, da sich Lebenssituationen grundlegend ändern, was zur Isolation führen kann. Folgende Faktoren können im Alter zu Einsamkeit führen:

- Verlust des Partners durch Trennung oder Tod
- Wegzug der Kinder in entfernte Städte oder Länder
- Verlust wichtiger, oft lebenslanger Beziehungen durch Tod oder Wegzug
- Freundschaften, die zerbrechen
- Verlust der vertrauten Umgebung durch Eintritt in ein Heim
- Einschränkung des Lebensradius und der Aktivitäten durch chronische Erkrankung
- Einschränkung oder Verlust der Autonomie durch Abhängigkeit, z.B. durch Vorgaben im Heim (Essenszeiten, Sitzordnung im Speisesaal etc.)
- Verlust der bisherigen Rollen und Aufgaben
- Die immer noch andauernde Corona-Pandemie
- etc.

Einsame Menschen sterben früher. Das besagt eine amerikanische Studie. Forscher haben herausgefunden, dass sich Einsamkeit ebenso nachteilig auf die Gesundheit auswirkt wie Alkoholmissbrauch. Frauen haben ein grösseres Risiko zu vereinsamen als Männer. Sie werden älter, leiden unter gesundheitlichen Beschwerden, leben häufiger alleine als Männer und sind finanziell oft schlechter gestellt.

Ob wir im Alter vereinsamen hängt ein Stück weit aber auch mit unseren Einstellungen und Verhaltensgewohnheiten zusammen, die wir uns im Laufe unseres

Lebens angeeignet haben. Haben wir zu hohe Anforderungen, sind stets misstrauisch gegenüber anderen oder haben wir Angst vor Ablehnung oder Spott, gehen wir stets Konflikten aus dem Weg und können uns selber nicht annehmen so wie wir sind, dann wird es auch schwierig Kontakt zu anderen Mitmenschen aufzubauen. Offenen, neugierigen und positiv eingestellten Personen fällt es viel leichter Kontakt zu anderen Personen aufzunehmen, sofern sich ihnen die Möglichkeit bietet und sie nicht an das Haus resp. die Wohnung gefesselt sind.

Auch ein Eintritt ins Pflegeheim kann zu Einsamkeit führen. Wir im Pflegeheim St. Otmar geben unser Bestes, damit sich unsere Bewohnerinnen und Bewohner nicht einsam fühlen, oder zumindest nicht permanent. So bieten sich viele Möglichkeiten mit anderen Bewohnenden in Kontakt zu kommen. Sei dies beim gemeinsamen Spielen, Singen, Handwerken oder Rüsten, an einem unserer zahlreichen kulturellen Anlässe oder z.B. bei der Teilnahme an der spirituellen Lichtfeier, wo eine gewisse Verbundenheit und Gemeinsamkeit ganz ohne Worte möglich ist. Voraussetzung ist jedoch, dass

Ob wir im Alter vereinsamen hängt ein Stück weit auch mit unseren Einstellungen und Verhaltensgewohnheiten zusammen.

unsere Bewohnerinnen und Bewohner dieses Angebot auch nutzen. So trägt jeder ein Stück weit selber Verantwortung für sein Wohlbefinden und ist seines Glücks eigener Schmied.

Ich wünsche Ihnen allen ein glückliches, neues Jahr, in dem keine Einsamkeit aufkommt!

Sonja Hardmeier
Geschäftsführerin

GENDERKLAUSEL:

Wir formulieren unsere Texte, wenn möglich, genderneutral. Aus Gründen der Lesbarkeit wurde im Text teilweise die männliche oder weibliche Form gewählt, nichtsdestoweniger beziehen sich die Angaben auf Angehörige aller Geschlechter.

IMPRESSUM

BLICKWINKEL
54. Ausgabe
1/2022

Erscheint 3x jährlich
Januar / Mai / September

Redaktionsteam:

Balmer Daniel, Projektleitung
Garic Alen, Verpflegung
Hardmeier Sonja, Geschäftsführerin
Kaiser Ursula, Aktivierung
Kocic Radmila, Pflegedienstleiterin
Rüthemann Heidi, Administration

Layout: IDEAS Grafik, Wittenbach
Druck: Niedermann Druck

Eintritte



Andrina Schildknecht
Lernende Fachfrau
Gesundheit
1.8.2021



Melani Husic
Medizinische
Praxisassistentin
(MPA)
1.12.2021



Stanislava Brkic
Mitarbeiterin Haus-
dienst
13.12.2021



Guido Daneffel
Stv. Leiter technischer
Dienst
1.1.2022



Carmen Fiorenzi
Fachfrau Gesundheit
1.2.2022

5-jähriges Jubiläum



Sandra Bösch
Köchin
1.1.2022



Susana Soares
Mitarbeiterin Wäscherei
1.3.2022

10-jähriges Jubiläum Amra Bapic

Liebe Amra, seit 1.1.2011 arbeitest du im Pflegeheim St.Otmar. Erinnerst du dich noch an den ersten Arbeitstag?

Ich erinnere mich sehr gut daran. Ich war sehr nervös und gespannt, was auf mich zukommen würde. Ich weiss noch genau, welche Kollegin mich einführte. Wir sind bis heute noch befreundet. Alles war neu und ich hatte als gelernte MPA (medizinische Praxisassistentin) wenig Pflegeerfahrung. Eingeführt wurde ich zuerst in einem Wohnbereich für Pflege und Betreuung. Kurz darauf wechselte ich den Wohnbereich und wurde fortan im Wohnbereich für Menschen mit Demenz eingesetzt.

Wann hast du in den Wohnbereich für Menschen mit Demenz gewechselt?

Nach drei Monaten in der Wohngruppe 3, heute Lerchenfeld, wechselte ich in den Wohnbereich 1, heute Waldau, Demenzabteilung. Rasch erkannte ich, dass mir die Arbeit mit an Demenz erkrankten Menschen liegt und mir Freude bereitet. Sie ist anspruchsvoll, selten vorausplanbar und Flexibilität sowie Kreativität sind gefordert. Jedoch ist sie mit sehr vielen, meist positiven Emotionen verbunden. Durch die tertiär B Ausbildung «Fachfrau Langzeitpflege und Betreuung (LPB)» habe ich



gelernt, herausfordernde Alltagssituationen zu managen.

Was gefällt dir an deiner Arbeit?

Mich freut es, dass wir die Menschen so nehmen wie sie sind und sie nicht in ein «Muster» oder in unsere «Vernunftswelt» zwingen. Wir akzeptieren ihren Rhythmus im Rahmen unserer Möglichkeiten und bieten ihnen Sicherheit

wo nötig. Zu erkennen, in welcher Gefühlslage sich jemand befindet und darauf einzugehen, bereichert mein Berufsleben. Im Gegensatz zum Spital bleiben die Bewohnenden bis zum «End of Live» bei uns, dadurch entstehen Beziehungen. Ebenso mag ich die Teamarbeit, auch wenn es nicht so einfach ist zum Wohle aller Beteiligten auf einen Nenner zu kommen. Trotzdem sind wir gefestigt im Team. Die Arbeit gibt mir auch in schwierigen Situationen Halt. Durch sie habe ich auch privat gelernt, gewisse Situationen anzunehmen, wie sie sind. Nach 10-jähriger Erfahrung und diversen Weiterbildungen weiss ich mittlerweile, wie ich reagieren muss. Mit Angehörigen stehen wir im engen Kontakt und Austausch. Dies hilft uns, Bewohnende besser kennen zu lernen und zu betreuen. Dieser Austausch ist wertvoll und wichtig bei der Betreuung von demenziell erkrankten Bewohnenden.



Ehrlichkeit, starker Halt im Team, positives Arbeitsklima, motiviertes aufgestelltes Personal, klare Verhältnisse!
Privat: Glück, Gesundheit, Familie, Freunde.

Welche Hobbys hast du?

Zeit mit der Familie verbringen, vor allem mit meiner Tochter Hana. Freunde treffen, aktiv sein, Fitness.

«Ich habe einen grossen Erfahrungsschatz angesammelt und habe mich sowohl beruflich wie auch persönlich weiterentwickelt.»

Wo siehst du dich in 5 Jahren?

Schwere Frage, ich lebe im Hier und Jetzt. Möchte auch momentan nicht viel in die Zukunft planen.

Was hat sich im Verlauf dieser Jahre verändert?

Wir sind hier wie eine grosse Familie. Gute Arbeitskolleginnen gingen, neue kamen, auch Leitungen wechselten. Der Umbau war die grösste Veränderung sowie diverse EDV Prozesse. Die Strukturen im Haus wurden laufend verbessert und positive Veränderungen fanden statt.

angesammelt und habe mich sowohl beruflich wie auch persönlich weiterentwickelt. Ich danke hiermit besonders dir Radmila, wie auch dem PH SO für die Förderung und das entgegengebrachte Vertrauen. Ihr habt euch für mich sehr eingesetzt, was ich sehr zu schätzen weiss. Viele Freundschaften sind entstanden, die mir sehr wichtig sind. Zudem habe ich eine Familie gegründet und bin leidenschaftliche Mama.

Was hast du in diesen Jahren für dich erreicht?

Ich habe einen grossen Erfahrungsschatz

Was ist dir wichtig?

Beruflich: Humor, gute Zusammenarbeit,

Liebe Amra, wir gratulieren dir alle herzlich zum stolzen Dienstjubiläum und danken dir herzlichst für deine Treue, Zuverlässigkeit und deinen tollen Humor. Wir freuen uns, auf eine weiterhin fruchtbare Zusammenarbeit mit dir und wünschen dir sowohl beruflich als auch privat weiterhin viel Freude und Bereicherung.

*Radmila Kocic
Pflegedienstleiterin*

Anzeige



Mein erster Berater.

Meine erste Bank.

 **St. Galler
Kantonalbank**

St. Leonhardstrasse 25, 9001 St. Gallen
Telefon 071 231 31 31, sgkb.ch

Vorstand Thuri Hofmann – malt gerne mit Weiss

Im Vorstand des Pflegeheims St.Otmar ist Thuri Hofmann der Fachmann für Baufragen. Er ist Malermeister und führt den Familienbetrieb in vierter Generation. Warum er einst zum Maler wurde und weshalb ihm Pflegende Eindruck machen, erklärt er hier.

Meine Lieblingsfarbe ist Blau. Blau ist der Himmel, blau ist das Meer. Meine Vorliebe für Blau zeigt sich bei meinen Kleidern, nicht aber in der Farbberatung, wenn ein Haus oder eine Wohnung gestrichen werden soll. Da empfehle ich selten bunte Farben, die verleiden



schnell. Da empfehle ich dann eher ein gebrochenes Weiss. Etwa beim Erweiterungsbau des Pflegeheims St.Otmar, vor fünf Jahren gebaut, ein eleganter Bau mit viel Beton und Holz; die Farben sollen ein Wohlgefühl vermitteln, sollen

warm und hell sein. Da haben wir einen beige-grau-weissen Ton gewählt.

Farbberatung ist ein wichtiger Teil in der Arbeit eines Malers. Die Farbe soll dem Auftraggeber gefallen, sie soll aber auch zum Objekt passen, und manchmal braucht es viel Fingerspitzengefühl, dem Kunden zu vermitteln, dass seine Lieblingsfarbe nicht die passende Farbe fürs Gebäude ist.

Mit meinen 63 Jahren schaue ich auf rund 45 Jahre Berufserfahrung zurück. Ich machte eine Malerlehre. Schon mein Vater war Maler, mein Grossvater auch, der Urgrossvater hatte die «Hofmann Malerei» 1885 gegründet. Nach der Sek hätte ich die Kanti machen können, ich war ein guter Schüler. Doch ich war bequem – meine Lehrer und Lehrerinnen hätten wohl gesagt faul – und vielleicht machte ich darum die Lehre im elterlichen Betrieb, der im Linsebühl lag, wo wir auch wohnten. Nach der Lehre und der BMS durfte ich eine Weiterbildung im Bereich Kirchen- und Renovationsmaler machen. Das war in Rapperswil. Danach sollte es in die weite Welt gehen, so meine Pläne. Doch es kam anders. Ich war 24 Jahre alt, als mein Vater einen schweren Herzinfarkt hatte, und plötzlich war ich der Juniorchef, musste eine Firma mit 40 Mitarbeitenden leiten. Da war es vorbei mit Bequemlichkeit, meine Arbeitstage hatten dann häufig 14 Stunden.

Doch ich bin in die Aufgabe hineingewachsen. Ich habe vieles von meinem Vater übernommen, der sich glücklicherweise wieder gut erholte und auch in den Betrieb zurückkehren konnte. Wir sind bis heute ein mittelgrosses Malergeschäft geblieben, haben immer noch rund 40 Angestellte. Andere Dinge habe ich geändert, so sind wir anfangs der Neunzigerjahre mit dem Betrieb aus dem engen Wohnquartier in einen neuen Industriebau in Winkeln gezogen.

In den Vorstand des Pflegeheims St.Otmar kam ich vor 13 Jahren. Der damalige Vereinspräsident Walter Wagner hatte mich angefragt. Gesucht wurde jemand, der den Baubereich betreut. Für mich war diese Welt der Pflege und des Alters eine ganz neue Erfahrung. Auf dem Bau steht man konstant unter Zeitdruck und es geht häufig rau und hart zu und her. Auch die Pflegenden stehen unter Zeitdruck und dennoch müssen sie auf die Betreuten eingehen, müssen sich Zeit nehmen. Hier tut sich eine Schere auf. Ich habe grossen Respekt vor der Arbeit, die Pflegenden leisten. Doch auch wirtschaftlich und betrieblich gibt es immer wieder neue Herausforderungen. Wer hätte sich vor zehn Jahren, als die Pflegeheime in der Schweiz Wartelisten führten, vorstellen können, dass sie heute mit einer Unterbelegung zu kämpfen hätten?

Es gibt auch einen privaten Thuri Hofmann. Dieser ist Vater von zwei erwachsenen Kindern, Dario und Sarina. Er lebt mit seiner heutigen Partnerin Clara Scialdone im Riethüsli und arbeitet mit ihr zusammen. Er reist gerne, hält sich gerne in der Natur auf und spielt leidenschaftlich Golf, und er war sogar einmal während vier Jahren Sportchef des FC St.Gallen – obwohl er selber nie Fussball spielte. Doch das wäre dann wieder eine andere Geschichte.

Zurück zur «Hofmann Malerei»: Im Juni 2023 werde ich 65 Jahre alt, dann wird mein Sohn Dario die Firma übernehmen und in fünfter Generation weiter führen. Dario ist 30 Jahre alt, hat Betriebswirtschaft studiert und ist bereits seit Jahren aktiv im Betrieb. Jetzt geht es für ihn darum, das technische Rüstzeug in der Malerausbildung die nächsten 2 Jahre noch zu optimieren und zu verfeinern.

Notiert von Felix Mätzler

Aktivierungstherapie: Was macht Man(n) da?

Zugegeben, sehr oft muss ich jemandem erklären, was ich in meinem neuen Beruf mache. Es gab auch schon sehr kritische Fragen. Geprägt von der Vorstellung, dass man in der Aktivierung etwas planlos in den Tag hinein «bastle» oder einfach etwas nach persönlicher Lust und Laune erledigt.



Der Eintritt ins Heim, unabhängig in welchem, ist für einen Menschen ein tiefer Einschnitt, der oft auch als Verlust von Unabhängigkeit und Freiheit sowie als Prozess von zunehmender körperlicher und kognitiver Einschränkung empfunden wird.

In der Aktivierung leisten wir einen Beitrag zur Erhaltung und Verbesserung der Lebensqualität von kranken oder behinderten Erwachsenen und Betagten in Heimen und Kliniken. Ziel der Aktivierungsarbeit ist, durch den Einsatz von ausgewählten Aktivitäten und Tätigkeiten, die körperlichen, kognitiven, sozialen und emotionalen Fähigkeiten der Bewohnenden gezielt zu unterstützen, zu erhalten und zu fördern. Dazu ist es zentral, die vorhandenen Fähigkeiten und Interessen der Menschen zu kennen. Ein medizinisches, psychologisches Grundwissen sowie Wissen um die sozialen Umstände der Bewohnenden ist deshalb äusserst wichtig, damit wir unsere Stunden so planen können, dass sie

möglichst den einzelnen Bewohnenden entsprechen. Dabei sollen diese auch möglichst selbst entscheiden dürfen, was sie tun wollen. Wir sollen ein Instrument sein, damit die Bewohnenden, sei es in Einzelaktivitäten oder in Gruppen, ihre Bedürfnisse umsetzen, ihre kognitiven Fähigkeiten bewahren und ihre Interessen nach Möglichkeit ausleben

können. Für uns besteht die Herausforderung darin, den vielen unterschiedlichen Bedürfnissen möglichst gerecht zu werden. Dies erreichen wir, in dem wir Tätigkeiten und Aktivitäten den körperlichen, kognitiven und sozialen Möglichkeiten der Bewohnenden anpassen.

Der Umgang mit den höchst unterschiedlichen und individuellen Bewohnenden, wie auch die Zusammenarbeit

mit der Pflege, dem Hausdienst und der Gastronomie, empfinde ich als grosse Bereicherung.

In der Pflege, und noch mehr in der Aktivierung, sind Männer ein rares Gut. So gibt es in meiner Klasse drei Männer und fünfundzwanzig Frauen. Dies ist im Schnitt jedoch schon viel. Meiner Erfahrung nach schätzen es die männlichen Bewohner sehr, sich auch mal mit einem Mann auszutauschen oder von einem Mann unterstützt zu werden. Ich hoffe, dass ich als Mann, der aus einem anderen beruflichen Umfeld kommt, auch neue Elemente in die Aktivierung bringen kann.

Ich persönlich würde mir wünschen, dass in Zukunft mehr Männer in der Aktivierung tätig sind, auch der demografische Wandel sorgt dafür, dass zukünftig die Anzahl Männer in Pflegeheimen zunehmen wird. Ich denke, die Aktivierung würde von mehr Männern profitieren. Der Beruf des Aktivierungsfachmanns ist sehr vielseitig. Es wird nie langweilig und neue Ideen sind immer gefragt.

Zusammengefasst sage ich: Aktivierungstherapie, Man(n) wieso bin ich nicht früher darauf gekommen?

*Pius Regenscheit
Studierender Aktivierung*



«In der Aktivierung leisten wir einen Beitrag zur Erhaltung und Verbesserung der Lebensqualität von kranken oder behinderten Erwachsenen und Betagten in Heimen und Kliniken.»



Advent, Advent...

Ho ho ho, ...

Von draus vom Walde komm ich her; Ich muss euch sagen es Weihnachtet sehr! All überall auf den Tannenspitzen sah ich goldene Lichtlein sitzen...



Aus dem tiefen Tannenwald führte der weite Weg des Samichlaus mit seinem Schmutzli auch an unserem Pflegeheim vorbei, wo er unseren Bewohnenden ein Besuch abstattete. Voller Vorfreude warteten sie im grossen Stübli um den prachtvollen Samichlaus und den Schmutzli zu empfangen, gespannt, ob sie auch dieses Jahr die beiden wiedererkennen würden. Das ist jedes Jahr die grosse Frage: Wer ist wohl der Samichlaus? Die heissen Diskussionen beginnen jeweils schon ein

paar Tage vor dem 6. Dezember und enden erst, wenn der Samichlaus in Leib und Seele vor ihnen steht. Dabei entwickelt sich eine leise Vorfreude, wer ihn wohl als erste oder erster erkennen würde. Aber dieses Jahr kam er wirklich aus dem tief verschneiten Tannenwald.

Der Samichlaus trug den Bewohnenden eine schöne herzberührende Geschichte

vor. Danach trug die eine oder der andere Bewohnende dem Samichlaus ein schönes Gedicht vor. Dies belohnte er wohlwollend mit einer Schachtel feiner Pralinen. Natürlich bekamen nicht nur die Bewohnenden, die ein Gedicht vortrugen eine Schachtel Pralinen, sondern der Samichlaus brachte für alle Pralinen mit. Als Dank trug dann sogar noch unsere Geschäftsführerin einen sehr schönen und in der Ostschweiz unbekanntem Vers vor. Der Samichlaus wusste ja, dass bei uns nur brave Leute wohnen, deshalb beauftragte er zum Glück den Schmutzli die Rute zu Hause im tiefen Wald zu lassen. Ho ho ho !!!

Konzert mit Mihaela Stefanova

Eigentlich sollte in der Adventszeit nebst Samichlaus und Schmutzli auch das beliebte Lyra Ensemble aus St. Petersburg bei uns auftreten. Leider musste uns das Lyra Ensemble schon früh mitteilen, dass sie wegen der Corona-Pandemie keine Einreise-Bewilligung erhalten würden und sie deshalb das diesjährige Konzert schweren Herzens erneut absagen müssten. Wir hoffen sehr, dass wir das Ensemble nächstes Jahr wieder bei uns begrüßen dürfen.

Auch mussten wir nun schon zum zweiten Mal unsere traditionellen Adventsfeiern für Bewohnende und ihre Angehörigen absagen. Auf gar alles mussten sie aber dann trotzdem nicht verzichten. Die

Pianistin Mihaela Stefanova freute sich, dass sie bei uns ein klassisches Konzert für unsere Bewohnenden geben durfte.

Kurz vor drei Uhr füllte sich der Saal und freudige Gesichter sowie erwartungsvolle Blicke verriet, wie sehr sich unsere Bewohnenden auf das Konzert freuten.





Nach einer kurzen Ansprache von Frau Hardmeier begann Mihaela Stefanova punkt drei Uhr mit ihrem virtuos und wunderschönen Konzert. Sie zauberte unseren Bewohnenden ein Lächeln aufs Gesicht und deren Zufriedenheit war spürbar. Was für ein Wellness-Programm für Seele, Herz und Ohren!

Zu ihrem Repertoire gehörten Weihnachtslieder aus verschiedenen Ländern, Walzer, Opern etc. von verschiedenen bekannten (Mozart, Händel etc.) wie auch weniger bekannten Komponisten. Viele Melodien kannten unsere Bewohnenden und waren willkommen, mitzusingen oder mitzusummen. Alle waren begeistert und hätten am liebsten Mihaela noch lange zugehört.

Andrea Alther
Leiterin Aktivierung

Zauberhafter Besuch

Clown Freddy, alias Pascal Démarais, kam auf Besuch in die Wohngruppe Waldau – eine Premiere für beide Seiten!

Der farbige Haarschopf verrät es schon: dieser Besuch war von besonderer Art. Mit Saxophonklängen, Schalk, einfachen Zaubereien und Jonglage vermochte Clown Freddy nach und nach die Blicke der Bewohnenden auf sich zu lenken und in ihnen ein Lächeln hervorzulocken, bei einigen für kurze Momente, bei anderen über eine längere Zeitspanne. Doch die Dauer sollte hier kein Kriterium sein, sondern einzig dies, dass eine Begegnung, ein Kontakt auf Augenhöhe gelingen mochte.

Denn nur mit Einfühlungsvermögen und Talent zu Improvisation war es möglich, aktives Interesse und /oder ein inneres Berührt-Sein zu wecken. Ein Zuviel an Reizen hingegen hätte zu Überforderung geführt. Immer wieder war zu beobachten, wie leuchtende Augenpaare Clown Freddy's Tun verfolgten, seinen Bewegungen mit der Kristallkugel oder – ganz zum Schluss – sie dem zauberhaften Wechsel von Farben eines Seidentuches zusahen.

So bereitete Clown Freddy den Bewohnenden klingende, poetische und farbenfrohe Momente.



Rita Wurzer
Mitarbeiterin Aktivierung

Anzeige



Erich Berner AG

Früchte • Gemüse • Tiefkühlprodukte



Walenbüchelstrasse 21
CH-9000 St.Gallen
Fon 071 278 68 61
Fax 071 277 52 74

ist ein Ort, wo Flüchtlinge sich begegnen und Hilfe sowie Unterstützung erhalten. Ich schätze es sehr, dass ich als Flüchtling nicht diskriminiert werde. Ich erlebe die Mitmenschen hier als sehr freundlich und zuvorkommend. Ich erhalte meine Rechte, durfte zur Schule und kann jetzt meine Ausbildung machen. Ein solches Sozialsystem war mir fremd. Im Gegensatz zu meiner Heimat gibt es hier KVG, BVG, IV, AHV und EO. Bei uns arbeitet man, solange man kann. Sobald ein Mensch nicht mehr arbeiten kann, wird er von seinen Kindern finanziert und unterstützt, sofern man überhaupt welche hat. Die Schweizer erlebe ich als sehr pünktlich und souverän. In der Schweiz ist vieles verbindlich, was in der afghanischen Kultur genau das Gegenteil ist. In meiner Kul-

tur nimmt man es mit der Pünktlichkeit nicht so genau. Wir sagen, dass wir am Nachmittag kommen, jedoch nie zu einer bestimmten Zeit. Irgendwann taucht man dann einfach auf.

Meine Chance – Beruf

Ganz am Anfang wollte ich mit Menschen arbeiten. So war Plan A ursprünglich Fachmann Betreuung. Ich schnupperte an drei verschiedenen Orten. Da ich kein Schweizerdeutsch sprach, erhielt ich keine Chance. Dann entschloss ich mich als Fachmann Gesundheit zu schnuppern. Eine Woche lang schnupperte ich im Bürgerspital und der Beruf gefiel mir sehr, doch war keine Praktikumsstelle frei. Meine Sozialbetreuerin vermittelte mich deshalb an das Pflegeheim

St. Otmar. Frau Kocic ermöglichte mir drei Schnuppertage mit der Option auf eine Praktikumsstelle. Zum Glück hinterliess ich einen guten Eindruck und erhielt eine Praktikumsstelle mit Aussicht auf einen Lehrvertrag zum FaGe. Während des Praktikums wurde meine Eignung gut geprüft und ich erhielt im Anschluss die Lehrstelle, worüber ich sehr dankbar bin. Nun bin ich schon im zweiten Lehrjahr, erlerne täglich neue Kompetenzen und erfreue mich an der Arbeit mit Menschen. Bald bin ich ganze sechs Jahre in der Schweiz und habe den Weggang aus meiner Heimat noch nie bereut. Ich bin zufrieden mit meinem Leben hier.

Interview mit Radmila Kocic

Frau Kocic ermöglichte mir drei Schnuppertage mit der Option auf eine Praktikumsstelle.

Männerstamm

Seit Mai 2021 trifft sich jeden Freitagnachmittag eine Gruppe von Männern am Stammtisch. Den Sommer durch und wenn das Wetter es zuliebt, versammelten sich die Männergruppe draussen an einem Gartentisch, ansonsten im Restaurant am runden Tisch. Der Platz ist extra reserviert mit einem schönen Holzschild «Stammtisch».



Sobald alle Platz genommen und sich etwas zum Trinken bestellt haben (meistens besteht die Getränkeunde aus einem Spezli – alkoholfreies Bier), wird geplaudert. Zuerst werden Neuigkeiten sowie Belangloses ausgetauscht und dann wird das Gespräch auf ein Thema gelenkt, z.B. wie man früher reiste, wohin, womit (Auto, Vespa, Fahrrad usw.), und was wichtig war/ ist für die Familie. Auch Tugenden und Werte, welche den Teilnehmern der Runde früher wichtig waren resp. immer noch sind, werden besprochen.

Dann kommt oft die Arbeit von früher zur Sprache – da war es z.B. besonders spannend, wie sich ein Herr erinnerte, als der Flughafen Zürich eröffnet wurde und er dort vor gut 70 Jahren noch Stromerarbeiten erledigte. Oder jener Bewohner, welcher Koch auf einem Schiff war. Viele Erinnerungen werden hervorgehoben und ich komme manchmal fast nicht aus dem Staunen heraus! Oft wird auch mit einem verschmitzten Lachen erzählt, welche Streiche und Blödsinn sie in jungen

Jahren angestellt hatten. Die Stunde ist immer im Nu herum! Auf besonderen Wunsch schauen sich die Männer zusammen auch mal einen Film an (z.B. «die Herbstzeitlosen» – Thema Dessous, oder z.B. «die Schweizermacher» mit Emil Steinberger).

Die gemeinsame Zeit wird sehr geschätzt, man freut sich auf den regen Austausch, das Bier – einfach das Männer unter sich sein können!

*Ursula Kaiser
Mitarbeiterin Aktivierung*

Herr Willi Sager – Begeisterter Musiker und Schnitz-Künstler

Herr Willi Sager wurde am 2. Februar 1942 in St. Gallen geboren. Als ältester von fünf Kindern wuchs er in Muolen auf und besuchte dort die Primarschule.



Singen. Schon früh spielte er ein Blasinstrument.

Nach der Sekundarschule besuchte Herr Sager das Lehrerseminar und wurde Lehrer. Von 1958 bis 1962 besuchte er die PH in Rorschach. Seine Geschwister erlernten alle einen Beruf, was damals nicht für alle so selbstverständlich war. Der eine Bruder übernahm den Betrieb der Eltern. Einer wurde Dekorateur und dekorierte die Schaufenster der Globus Filiale in der Stadt und der andere war Maschinenmechaniker. Seine Schwester war Hausfrau und pflegte die Mutter zu Hause.

Nach dem Studium blieb er während 42 Jahren seiner ersten und letzten Stelle als Primarschullehrer in Engelburg treu, wie er betonte. Deshalb zog er mit seiner Ehefrau nach Engelburg um. Am liebsten unterrichtete er Mathematik und Musik. Es gab selten Probleme mit Schülern und er musste nicht speziell streng sein, konnte dies jedoch, wenn sich der eine oder andere Schüler nicht anständig benahm. Die grössten Erlebnisse waren die Ski-Lager im Toggenburg und in Hoch-Ybrig, welche er jeweils zusammen mit seiner Ehefrau organisierte und leitete. Geheiratet hatte Herr Sager seine Rosemarie 1966. Er hat eine Tochter und zwei Söhne.



Nach dem Studium blieb er während 42 Jahren seiner ersten und letzten Stelle als Primarschullehrer in Engelburg treu.

Seine Eltern hatten einen Landwirtschaftsbetrieb, wo er schon früh mithalf. Nach dem Unterricht half er die Tiere zu versorgen und Obst zu sortieren bzw. zu pflücken. Als ältester Junge durfte er als erster hinter das Steuer eines Traktors sitzen, worauf er unglaublich stolz war. Die Oberstufe besuchte Herr Sager in der

«Buäbe Flade» in St. Gallen. Er war ein guter Schüler und die Eltern waren mit seinen Leistungen zufrieden.

Nebst Schule und Landwirtschaftsarbeit, entdeckte Herr Sager schon früh eines seiner Hobbies und die Leidenschaft für Musik, sowohl Musizieren als auch



Die Begeisterung für Musik hielt ein Leben lang. Bis zu seinem Tod hörte er gerne Chöre und vor allem Blasmusik. Zu Beginn spielte er in der Militärmusik und war Spielführer und Dirigent. 1963 startete er sein Amt im Männerchor Engelburg, wo er von 1967 bis 2007 Dirigent war und zusammen mit anderen Kollegen Auftritte koordinierte und für das Sponsoring zuständig war. Bis zuletzt war er ein stolzes «Freimitglied» des Männerchors Engelburg. An Versammlungen ging er nicht mehr, doch einige Kontakte hielten bis zuletzt.

Neben der Musik entstanden 1979 die ersten Schnitzarbeiten von Willi Sager. Durch das Werken mit den Schülern, begeisterte er sich auch für Holz und Schnitzarbeiten und richtete im Keller seines Hauses eine kleine Werkstatt ein. Wann immer er Zeit fand, schnitzte er dort seine Meisterwerke. Oft waren es



Geschenke für Familienmitglieder oder Freunde, Ereignisse wie Hochzeit, Geburtstage oder sonstige festliche Anlässe.

2004 ging Herr Sager in Pension und freute sich mehr Zeit für seine Hobbies, den Männerchor und die Schnitzarbeiten zu haben. Der plötzliche Tod seiner Ehefrau 2012 war ein herber Verlust. Er trauerte während Jahren und musste lernen sich selber zu versorgen und alleine im Haus zu leben. Einsamkeit schlich sich ein sowie körperliche und gesundheitliche Gebrechen nahmen zu. Als das Schnitzen zu schwierig wurde, konzentrierte er sich auf Glasarbeiten wie einzigartige Fensterdekorationen oder Kuchenplatten. Voller Stolz zeigte mir Herr Sager sein Album über die Schnitz- und Glasarbeiten.

Am 12. November 2020 trat Herr Willi Sager ins Pflegeheim St.Otmar im Wohnbereich Lerchenfeld ein. Lange konnte er sich nicht vorstellen sein Haus zu verlassen, doch wie er mir anvertraute, war es die richtige Entscheidung. Seine Gesundheit war angeschlagen und im PH SO bekäme er eine liebevolle Betreuung und die nötige Pflege. Natürlich wäre es zu Hause immer noch am schönsten, aber er bereue den Schritt nicht. Die ersten paar Wochen waren für ihn hart. Alles war neu, aber die Tatsache, dass seine Tochter Andrea Alther hier arbeitete, erleichterte den Eintrittsprozess. Sie konnte ihn immer wieder besuchen. Er habe auch rasch Anschluss gefunden und kenne ein paar

Engelburger, welche auch hier wohnen. Dadurch entstanden Freundschaften. Er fühlte sich sowohl alleine, als auch in Gesellschaft des Männer-Stammtisches sehr wohl. Herr Sager betonte zum Schluss, dass er auf ein sehr zufriedenes und erfülltes Leben zurückschauen konnte. Er würde im Nachhinein nichts ändern wollen. Zudem war er stolzer Grossvater von drei Knaben und zwei Mädchen.

Herr Willi Sager hat uns am 14. November 2021 verlassen und ist zu seinem Schöpfer zurückgekehrt. Wir werden ihn alle in bester und wertvoller Erinnerung behalten.

*Radmila Kocic
Pflegedienstleiterin*

Einblick in die **Verwaltung**

Eines vorweg: Bei uns ist grosse Flexibilität und Belastbarkeit gefragt. Es kommt oft vor, dass man während der laufenden Arbeiten mit zahlreichen, dringlicheren Geschäften konfrontiert wird. Da müssen Prioritäten gesetzt werden.

Durch die zwei Bereiche Personal- und Finanzadministration sowie Bewohner-Administration unterteilen sich die anstehenden Geschäfte in viele sehr interessante und abwechslungsreiche Tätigkeiten.

Für die Finanzbuchhaltung ist sauberes und genaues Arbeiten äusserst wichtig. Dies ist mit der Fachfrau für Finanzen,



Frau Ilona Straub, bestens gewährleistet. Ein weiterer Schwerpunkt bildet die Personal-Administration. Dort ist grosses Wissen im Arbeitsrecht gefragt. Unsere Angestellten kommen oftmals mit diversen Formularen und/oder Problemen vorbei.

Nebst zahlreichen Administrations-Aufgaben ist Frau Heidi Rüthemann für die gesamte Heimbewohner-Administration verantwortlich. Hier geht es insbesondere um die Mutationen (Eintritte/Austritte/Todesfälle) von unseren

Bewohnenden sowie um die monatliche Rechnungstellung.

Die Herausforderung für all diese Arbeitsbereiche wurde in den letzten Jahren immer stärker, da insbesondere die Ansprüche von Transparenz etc. immer grösser wurden. Es bereitet jedoch täglich Freude, dass wir an unserem Arbeitsplatz, bei welchem wir auch Schalter- und Telefondienst abdecken, viele schöne Kontakte mit den Bewohnenden wie auch mit den Angehörigen und Gästen sowie dem Personal pflegen können.

Ilona Straub und Heidi Rüthemann



Neuer «Hahn im Korb»

Duky kam Ende August 2021 zu uns. Er ist das Abschiedsgeschenk unseres ehemaligen technischen Mitarbeiters Mike Hengartner. Duky hat sich inzwischen gut in seinem Hennen-Harem eingelebt. Anfangs war er schüchtern sowie unsicher und wurde von der Leithenne

ganz schön in die Schranken gewiesen. Mittlerweile hat er sich aber durchgesetzt und das Zepter übernommen, wie es sich eben für einen ausgewachsenen Hahn gehört.

Kikeriki!!!

REZEPT

Eisauflauf Grand Marnier /

Soufflé glacé au Grand Marnier
(4 Personen)



Zutaten:

- 35g Zucker
- 30g Wasser
- 60g Eigelb pasteurisiert
- 1 Blatt Gelatine
- 2dl Vollrahm
- 30g Grand Marnier
- 1g Orangenraps fein gerieben
- 8g Kakaopulver

Vorbereitung:

- Porzellan-Kokotten (Inhalt 100g) mit vorgeschrittenen Backpapierstreifen umkleben, so dass sie den Rand der Form um 2 cm überragen.
- Gelatine in kaltem Wasser einweichen.
- Vollrahm steif schlagen.

Zubereitung:

1. Zucker und Wasser aufkochen.
2. Eigelb cremig schlagen.
3. Den heissen Zuckersirup langsam unter ständigem Rühren zur Eigelbcreme geben.
4. Gelatine auspressen und zur warmen Eimasse geben.
5. Die Masse in einem Rührkessel kalt schlagen.
6. Den Schlagrahm mit Grand Marnier und Orangenraps vermengen und unter die kalte Eimasse ziehen.
7. Die Masse mit einem Dressiersack und grosser Lochtülle in die vorbereiteten Kokotten füllen und gefrieren lassen.
8. Vor dem Servieren mit Kakaopulver bestäuben und die Backpapierstreifen entfernen.

Die Gewinner des Wettbewerbs «**Bilder Jahreszeiten**»,
Blickwinkel Nr. 53 sind:

1. Preis: Jörg Schmid, St. Gallen
2. Preis: Vreni Jungo, Widen
3. Preis: Halter Ursula und Ivo, St. Gallen

Wettbewerbspreise:

1. Fr. 70.– Stadtgutschein St. Gallen
2. Fr. 50.– Stadtgutschein St. Gallen
3. Fr. 20.– Stadtgutschein St. Gallen

WETTBEWERB

Feines Essen lebt von den Zutaten

Aus den Buchstaben der richtigen Antworten erhalten
Sie das gesuchte Lösungswort.

1 Woraus sind Schupfnudeln?

- C aus selbst gemachten Nudeln
- U aus einem Hefeteig
- A aus Kartoffeln
- Y aus Mais

2 Panna Cotta ist ein Dessert...

- S mit sehr viel Magerquark
- P zubereitet mit Gelatine-Blättern
- H ergänzt mit Schokoladesplintern
- M gerührt mit zünftiger Bratensauce

3 In feine Omeletten gehören...

- P gute Eier von glücklichen Hühnern
- O kleine Stücke von Schweinelenden
- E zerbröckelte Nudeln
- A Brotstücke, getränkt in der Milch

4 In ein köstliches Cordon bleu gehört...

- T grob gehacktes Rindfleisch
- R cross gebratener Zucker
- E gut schmelzender Käse
- W glutenfreier Mozzarella

5 Spaghetti Bolognese besticht durch...

- Z die darin enthaltenen Kartoffelstücke
- T eine Sauce mit gehacktem Fleisch
- N sehr viel Braten-Jus
- A die Zugabe von einem geschlagenen Ei

6 In einer Spätzlipfanne hat es...

- I reichlich «Knöpfli» aus einem feinen Teig
- E Rösti nach Art des Hauses
- U Rouladen, gefüllt mit Fleischvögeln
- B besonders viele Spatzen

7 Eine gute Zwiebelwähe enthält:

- A Zwiebeln und Safrannudeln
- D Vollrahm und Salatgurken
- T Zwiebeln, Vollrahm, Eier, Salz und Pfeffer
- C Gemüsebouillon, Zwiebeln und Knoblauch

Das gesuchte Lösungswort lautet:

.....

Name, Vorname:

Strasse:

PLZ/Wohnort:

**Bitte Talon ausschneiden und einsenden bis spätestens 20. März 2022 an:
Pflegeheim St. Otmar, Wettbewerb, Schönauweg 5, 9000 St. Gallen oder direkt in
die Wettbewerbsbox bei der Administration Pflegeheim St. Otmar einwerfen.**

Die Gewinner werden in der nächsten Ausgabe publiziert. Über diesen Wettbewerb wird keine Korrespondenz geführt. Für Mitarbeitende des Pflegeheims St. Otmar ist die Teilnahme nicht erlaubt.

Veranstaltungen

Die Durchführung der jeweiligen Veranstaltungen ist von der pandemischen Situation abhängig.
Wir behalten uns vor, im Falle einer Veränderung, Anlässe abzusagen.

Mittwoch, 26. Januar 2022

14.30 - 16.00 Uhr, im Restaurant Otmar
Geburtstagsparty mit Fredi Ott

Mittwoch, 16. Februar 2022

14.30 - 16.00 Uhr, im Restaurant Otmar
Geburtstagsparty mit „Die urchigen
Tössaler“

Freitag, 25. Februar 2022

14.30 - 16.00 Uhr, im Restaurant Otmar
Fasnacht mit Hansruedi Vordermann und
den "Wyssbach Geistern"

Sonntag, 06. März 2022

15.00 - 16.00 Uhr im Restaurant Otmar
TAG DER KRANKEN

Freitag, 18. März 2022

15.00 - 16.00 Uhr, im Restaurant Otmar
Diavortrag „Rund um den Bodensee“

Mittwoch, 23. März 2022

14.30 - 16.00 Uhr, Restaurant Otmar
Geburtstagsparty mit Musik
„Chlii aber fii“

Samstag, 09. April 2022

14.30 - 16.00 Uhr, Restaurant Otmar
Konzert mit dem Mallett Duo

Samstag, 16. April 2022

09.30 Uhr, im OTMAR-Saal
Ökumenischer Gottesdienst zu den
Osterfeiertagen mit Annette Spitzenberg
und Alfons Sonderegger

Mittwoch, 20. April 2022

14.30 - 16.00 Uhr, im Restaurant Otmar
Geburtstagsparty mit Hansruedi Vorder-
mann

Freitag, 29. April 2022

15.00 - 16.00 Uhr, im OTMAR-Saal
Konzert mit Musik von Mani Matter

Freitag, 13. Mai 2022

15.00 - 16.00 Uhr, im OTMAR-Saal
Staub Markus: Lustige Geschichten

Mittwoch, 18. Mai 2022

14.30 - 16.00 Uhr, im Restaurant Otmar
Geburtstagsparty mit dem Duo Keller
Venzin

Anzeige

WÄSCHEREI BODENSEE AG

Textil-Logistik & Mietwäsche



WÄSCHEVOLLVERSORUNG für SPITÄLER und PFLEGEHEIME

- erfahren**
- kompetent**
- zuverlässig**

Wäscherei Bodensee AG
8596 Münsterlingen
Tel. 071 686 20 08
Fax 071 686 20 19
www.waescherei-bodensee.ch