

Blickwinkel

3/2025 65. Ausgabe



HAUSZEITUNG DES PFLEGEHEIMS ST. OTMAR

Editorial 3 • Personal 4 • Integration 5 • Rikscha-Fahren 7 • Otmarfest 8 •
Mobilität 10 • Photovoltaikanlage 12 • Seelsorge 13 • Bewohnerporträt 14 •
Mussestunde 15 • Veranstaltungen 16



Lassen Sie uns
die schönen Tage genießen

Ein Familienkalender kann emotional berühren, mit Ihren Fotos und speziellem Papier. Rufen Sie uns an, wir beraten Sie persönlich und lassen jeden Monat zu etwas Besonderem werden.

NiedermannDruck AG | Letzistrasse 37 | 9015 St. Gallen
+41 71 282 48 80 | info@niedermanndruck.ch

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

AMAVITA



meine Apotheke

St. Jakob Apotheke St. Gallen

- ✚ 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
- ✚ Click & Collect (www.amavita.ch)

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

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

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

WÄSCHEREI BODENSEE AG



Textil-Logistik & Mietwäsche

WÄSCHEVOLLVERSORGUNG 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



Mit Elan in die Zukunft...

Liebe Leserinnen und Leser

Strategie ist kein festes Ziel, das man einmal definiert und dann ruhen lässt. Sie ist ein lebendiger Prozess – ein ständiges Reflektieren, Anpassen, Weiterdenken. Genau mit diesem Verständnis haben wir uns am 12. Mai 2025 auf Schloss Wartegg zur Strategietagung versammelt. Gemeinsam mit dem Vorstand, der erweiterten Geschäftsleitung und Mitarbeitenden des Servicezentrums wollten wir uns mit den zentralen Fragen unserer Zukunft auseinandersetzen.

Bereits der Einstieg in den Tag war besonders: Jeder und jede stellte sich mit einem Fantasienamen vor – abgestimmt auf eine persönliche Charaktereigenschaft. So traf man auf Herrn Zielstrebig, Frau Fröhlich, Herrn Empathisch oder Frau Willensstark. Dieser spielerische Einstieg war mehr als nur eine Aufwärmübung – er öffnete Türen, machte Stärken sichtbar und schuf auf erfrischende Weise Verbindung unter den Teilnehmenden.

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.

Im Zentrum des Workshops stand ein sogenannter Postenlauf: In kleinen Teams wurden 13 zentrale Fragen zu unserem Unternehmen in nur fünf Minuten pro Station diskutiert und die Ergebnisse auf Flipcharts festgehalten. Es ging um unser Angebot, unsere Kommunikation, Prozesse, Zufriedenheit unserer Mitarbeitenden, technologische Entwicklungen, aber auch um übergeordnete Fragen wie Sinn, Verantwortung und Zukunftstrends. Die knappe Zeit setzte uns unter positiven Druck – und gerade dieser Fokus entfaltete kreative Energie. Die anschließende Priorisierung zeigte, welche Themen für die Teams wie auch für jede einzelne Person aktuell besonders relevant sind.



Nach einer wohlverdienten Pause ging es gestärkt in eine zweite Arbeitsphase, diesmal mit Blick in die Zukunft. In neu zusammengestellten Gruppen sammelten wir Trends, entwickelten Szenarien und nutzten kreative Hilfsmittel – von Collagen über Lego-Modelle bis hin zu KI-gestützten Ideen. Die anschließenden Präsentationen und Diskussionen zeigten eindrucksvoll, wie vielfältig unsere Perspektiven sind – und wie viel Potenzial in diesem gemeinsamen Denken steckt.

Abgerundet wurde der Tag mit der Konkretisierung unserer Ergebnisse: Wir hielten zentrale Handlungsfelder fest, formulierten Stossrichtungen, entwi-



ckelten Zielbilder und entwarfen erste Massnahmen. Zum Abschluss des intensiven Nachmittags durften wir uns erneut spielerisch mit Tierkarten identifizieren – etwa mit dem Fuchs, der für Kreativität steht, dem Adler mit Weitblick oder dem Hund für Loyalität und Freude.



Was bleibt von diesem Tag? Viel mehr als nur ein Protokoll voller Ideen. Es war ein spürbarer Aufbruch, ein starkes Miteinander und ein lebendiger Ausdruck dessen, wie wir unsere Organisation gemeinsam gestalten wollen. Das gemeinsame Nachtessen im

Schlossgarten war der passende Ausklang – voller Wertschätzung und Zuversicht.

Doch wir sind noch nicht am Ziel. Im Herbst folgt die nächste Etappe: Dann werden wir unsere Fortschritte prüfen, gegebenenfalls nachjustieren und gemeinsam die nächsten Schritte festlegen.

Ich danke allen Beteiligten herzlich für ihr Engagement, ihre Offenheit und die Energie, die sie eingebracht haben. Es erfüllt mich mit grosser Freude und Stolz, Teil dieses Prozesses zu sein.

Sonja Hardmeier, Geschäftsführerin

IMPRESSUM

BLICKWINKEL
65. Ausgabe, 3/2025

Erscheint 3x jährlich
Januar / Mai / September

Redaktionsteam:
Balmer Daniel, Projektleitung
Löffel Michael, Verpflegung
Hardmeier Sonja, Geschäftsführerin
Alther Andrea, Aktivierung
Rüthemann Heidi, Administration

Layout: IDEAS Grafik, Wittenbach
Druck: Niedermann Druck

Eintritte

*Herzlich willkommen
im St. Otmar-Team*



Mauro Steinemann
Lernender Koch
04.08.2025



Alisa Bilovolova
Pflegehilfe
01.05.2025



Hülya Cecen
Mitarbeiterin Service
01.07.2025



Leona Temaj
Lernende FaGe
04.08.2025



Jasmin Wolf
Pflegefachfrau HF
01.05.2025



Jenashan Ravindran
Fachmann Langzeit-
pflege und -betreuung
Stv. Wohngruppen-
leiter
12.07.2025



Kenis Mustafi
Praktikant Pflege
11.08.2025



Janine Benz
Wohngruppen-
leiterin /
Pflegefachfrau HF
01.06.2025



Hesil Scherrer
Küchenhilfe
01.08.2025



Paloma De Oliveira Scifo
Pflegehelferin
16.08.2025



Yuliia Svytnar
Küchenhilfe
23.06.2025



Petra Huber-Frommer
Mitarbeiterin
Aktivierung
04.08.2025



Daniela Uhlmann
Pflegehelferin SRK
01.09.2025

Einblick in die erstmalige Kooperation mit der REPAS-Organisation des TISG im Rahmen der Integrationsagenda Schweiz

Das Pflegeheim St. Otmar übernimmt nicht nur Verantwortung für die professionelle Betreuung älterer Menschen, sondern engagiert sich auch aktiv für Integration und Personalentwicklung.

Im Rahmen der Integrationsagenda Schweiz (2019) – einer gemeinsamen Initiative von Bund und Kantonen zur Förderung der beruflichen und gesellschaftlichen Teilhabe von geflüchteten und vorläufig aufgenommenen Personen – kam es zur ersten Zusammenarbeit mit dem Trägerverein Integrationsprojekte St. Gallen (TISG) und den REPAS-Coaches für Arbeitsintegration.

Dank dieser Kooperation konnte das Pflegeheim Frau Alisa Bilovolova, eine hoch motivierte Mitarbeiterin mit Migrationshintergrund, kennenlernen und erfolgreich ins Team integrieren. Sie hat in der Zwischenzeit den SRK-Grundkurs erfolgreich abgeschlossen und sich als wertvolle Unterstützung im Pflegealltag erwiesen. Die Vermittlung erfolgte über REPAS-Arbeitsintegration, welche mit gezielten Massnahmen wie Potenzialabklärung, Qualifizierung und individuellem Coaching die nachhaltige Eingliederung in den Arbeitsmarkt unterstützt.

Die REPAS-Coaches begleiten sowohl die Teilnehmenden als auch die Betriebe engmaschig – durch fachliche Beratung, administrative Unterstützung und die Förderung der sozialen Integration am Arbeitsplatz. Für das Pflegeheim St. Otmar stellt diese Partnerschaft einen wertvollen Ansatz zur Personalgewinnung dar, den es künftig zu pflegen und gezielt auszubauen gilt.

Tanja Mijajlovic
Plegedienstleiterin



«Ich hätte nie gedacht, dass ich so schnell eine Stelle finde. Dank REPAS und Herrn Flemming hat alles geklappt! Er war immer auf meiner Seite, hat mir gute Ratschläge gegeben, mich unterstützt und an mich geglaubt – auch in Momenten, in denen ich selbst gezweifelt habe. Seine ruhige Art und sein Vertrauen haben mir Sicherheit gegeben. Die Zusammenarbeit mit REPAS war für mich eine grosse Hilfe auf meinem Weg zur Integration in die Arbeitswelt in der Schweiz. Ich bin wirklich dankbar für alles.»

Alisa Bisovolova

Die
REPAS-
Coaches
begleiten
sowohl die
Teilnehmen-
den als auch
die Betriebe
engmaschig.

Interview mit Stephan Flemming, REPAS-Coach der Stadt St. Gallen

Herr Flemming stand uns freundlicherweise für ein Interview zur Verfügung und gab Einblick in die Vorgehensweise und Erfahrungen von REPAS im Kontext der Arbeitsintegration.

Wie verläuft der Auswahlprozess bei REPAS, um geeignete Personen für den Pflegebereich zu identifizieren?

Unsere Klient:innen finden über verschiedene Wege in den Pflegebereich – etwa über eine EBA- oder EFZ-Lehre oder den SRK-Lehrgang Futura für Pflegehelfende. Bei der Auswahl sind insbesondere die Deutschkenntnisse sowie bei einer Ausbildung auch die schulischen Voraussetzungen entscheidend. Durch Schnuppertage oder Praktika können beide Seiten rasch klären, ob eine Tätigkeit im Pflegebereich in Frage kommt. Das Schweizer Bildungs- und Integrationssystem bietet dabei gute Chancen, insbesondere auch für motivier-

te Quereinsteiger:innen.

Welche Unterstützung bieten Sie während der Integrationsphase?

Wir begleiten sowohl die Klient:innen als auch die Betriebe engmaschig. Dies geschieht durch regelmässige Standortgespräche, individuelle Beratung und administrative Entlastung. Konkret bieten wir unter anderem Deutschkurse, Nachhilfe in Fächern wie Mathematik oder Informatik, sowie Unterstützung bei der Organisation von Aus- und Weiterbildungen, wie etwa SRK-Kursen. Zudem helfen wir bei der Erstellung von Praktikums- und Vorlehreverträgen oder beim Einholen von Arbeitsbewilligungen. Über Programme wie die Integrationsvorlehre

(InVol) oder finanzielle Modelle (z. B. FiZu oder Teillohnösungen) können wir Betrieben auch die Sicherheit geben, Personen trotz sprachlicher Hürden strukturiert einzuarbeiten.

Welche Stärken bringen geflüchtete Personen besonders häufig mit – gerade im Hinblick auf soziale Berufe wie die Pflege?

Viele unserer Klient:innen bringen eine hohe Motivation, Zuverlässigkeit und Leistungsbereitschaft mit. Sie schätzen die Chance, durch Arbeit in der Gesellschaft Fuss zu fassen und sind oft sehr engagiert. Aufgrund eigener Lebensumstände zeigen viele ein ausgeprägtes

Fortsetzung auf Seite 7

**HOL DIR DEINEN
SCHLUCK APFEL**

HOL DIR DEIN ORIGINAL



MOHL
Das Beste aus dem Apfel

1921



WEIBEL

Steildach
Fassade
Flachdach
Solar

Schutz in Hülle und Fülle

www.weibel-dach.ch

**Holz ist unsere
Leidenschaft**

Wir verwirklichen Ihre Wohnträume.
Seit mehr als 30 Jahren.



**W/S Wilfling
Schreinerei**

Tel.: 071 351 41 46
schreinerei.wilfling@bluewin.ch
www.wilfling-schreinerei.ch

**BOSCARDIN
+ ROEFS**

ARCHITEKTUR+BAUMANAGEMENT GMBH
TELEFON 071 245 65 05
INFO@BOSCARDIN-ROEFS.CH



**Muesch en Vorhang ha -
Lüt de Frau Lüthi a**

Beratung • Konfektion • Montage

079 247 91 57 9532 Rickenbach TG www.vorhangschmid.ch

VORHANGATELIER SCHMID

Fortsetzung des Interviews
von Seite 5

Einfühlungsvermögen, besonders im Umgang mit vulnerablen Menschen. In zahlreichen Kulturen ist die Sorge für Familienangehörige stark verankert – insbesondere Frauen aus Regionen wie dem Nahen Osten oder Afrika haben oft umfassende Erfahrungen in der häuslichen Pflege, Betreuung und Haushaltsführung. Diese Ressourcen können in Pflegeberufen sehr wertvoll sein.

Was fördert eine langfristig erfolgreiche Integration – und wie können Betriebe wie das Pflegeheim St. Otmar unterstützen?

Grundlegend für eine gelingende Integration ist eine solide sprachliche Basis, idealerweise auf dem Niveau B1/B2. Ebenso wichtig ist der regelmässige Austausch zwischen Arbeitgeber, Mitarbeitenden und RE-PAS-Coaches. So können bei Bedarf rasch passende Massnahmen wie zusätzliche Sprachförderung oder Weiterbildungen eingeleitet werden.

Das Pflegeheim St. Otmar nimmt hierbei eine besonders vorbildliche Rolle ein. Der Betrieb begegnet Menschen unabhängig von Herkunft, Religion oder Aussehen mit Offenheit und gibt ihnen gezielt Chancen, sich in der Schweizer Arbeitswelt zu integrieren. Durch professionelle Begleitung, Wertschätzung und klare Strukturen trägt das Heim nicht nur zur gesellschaftlichen Teilhabe, sondern auch zur Lösung des Fachkräftemangels bei – eine echte Win-Win-Situation.

Rikscha-Fahren – ein besonderes Erlebnis



„Wer vorne sitzt, geniesst den schönsten, unverstellten Blick auf die Umgebung. Die Fahrt lädt dazu ein, unbeschwert den Moment zu geniessen, neue Lebensfreude zu tanken oder in Erinnerungen zu schwelgen – sei es bei einer Tour durchs ehemalige Wohnquartier, durch die historische Altstadt oder in die nahe Umgebung.“

Mit diesen Worten beschreiben die Verantwortlichen des Vereins „Zeme unterwegs“ ihre beliebten Rikscha-Ausfahrten. Seit diesem Frühling können nun auch unsere Bewohnenden an diesen besonderen Fahrten teilnehmen. Ganz ohne Anstrengung – Schweißperlen gibt es höchstens bei jenen, die in die Pedale treten – geniessen sie eine rund einstündige Tour.

Nach der Rückkehr berichten die Teilnehmenden begeistert von ihren Eindrücken: von Naturerlebnissen, etwa bei Fahrten durch die Kreuzbleiche oder entlang des Gübensees, von Erinnerungen an eigene Radtouren früherer Jahre oder von Begegnungen und Entdeckungen im ehemaligen Wohnquartier.

Noch bis Anfang Oktober – bei trockenem Wetter – besteht die Möglichkeit, diese besonderen Ausfahrten zu erleben.

Unser herzlicher Dank gilt den engagierten Rikscha-Pilotinnen und -Piloten, die



mit ihrem Einsatz diese unvergesslichen Momente abseits des Alltags ermöglichen.

Atelier

«Die Fahrt lädt dazu ein, unbeschwert den Moment zu geniessen, neue Lebensfreude zu tanken oder in Erinnerungen zu schwelgen.»



Im Pflegeheim St. Otmar findet jedes Jahr im September das Otmarfest statt – ein besonderes Ereignis, das die Gemeinschaft untereinander aber auch mit den Angehörigen fördert.

Otmar



Fescht



Wir hatten dieses Jahr wirklich Glück mit dem Wetter. Obwohl beim Einrichten am Morgen noch das eine oder andere Tröpfchen zu spüren war, wurde das Wetter gegen Mittag immer sonniger und wir durften das Fest bei sonnigem und trockenem Wetter durchführen.

Die Küche war für unser leibliches Wohl verantwortlich. Sie bereiten jedes Jahr ein leckeres Grill- und Dessertbuffet zu. Die Bewohnenden und Angehörigen geniessen das Essen und sind jedesmal begeistert, wenn sie sich am Grillbuffet bedienen dürfen. Begleitet wird das Fest traditionell durch die Appenzeller Oldies. Mit ihren fröhlichen Melodien sorgen sie jeweils für eine tolle Stimmung. Die Bewohnenden, die Angehörigen und auch das Personal freuen sich jedes Jahr auf diesen Event, denn es ist eine schöne Gelegenheit, gemeinsam zu feiern, zu lachen und für einige sogar das Tanzbein zu schwingen.

Atelier, September 2025



Bewegung – Ein zentraler Faktor für Lebensqualität im Alter

Mit zunehmendem Alter verändert sich der menschliche Körper: Der Stoffwechsel verlangsamt sich, die Muskelmasse nimmt ab, und die Knochenstruktur wird fragiler.

Ein regelmässiges Bewegungsprogramm kann diesen natürlichen Alterungsprozessen jedoch entgegenwirken und das Risiko für zahlreiche altersbedingte Erkrankungen wie Herz-Kreis-

lauf-Beschwerden, Diabetes, Osteoporose oder Demenz deutlich reduzieren.

Im Rahmen der geriatrischen Betreuung im Pflegeheim stellt gezielte Mobilisation und Bewegung einen wesentlichen Bestandteil sowohl der Prävention als auch der Therapie dar. Sie unterstützt den Erhalt von Muskelkraft, Durchblutung, Beweglichkeit und Koordination – zentrale Faktoren, um das Risiko für Stürze, Dekubitus (Druckgeschwüre), Thrombosen, Kontrakturen (Gelenkversteifungen), Verdauungsprobleme und weitere Komplikationen zu senken.

Im Pflegeheim St. Otmar wird die Bewegungstherapie ein- bis zweimal wöchentlich durch unsere Physiotherapeutinnen und Physiotherapeuten durchgeführt. Die tägliche Förderung der Mobilität liegt jedoch in der Verantwortung des gesamten Pflegeteams. Dabei

steht die aktivierende Pflege im Zentrum – etwa, indem die Bewohnenden bei der Körperpflege angeleitet statt vollständig unterstützt werden, oder durch gezielte Gehtrainings. Dies erfordert fachliche Kompetenz, Erfahrung, Geduld und Einfühlungsvermögen, um individuell auf Tagesform und Fähigkeiten eingehen und gleichzeitig zur grösstmöglichen Selbstständigkeit motivieren zu können. Für das Pflegepersonal wäre es oftmals einfacher, Tätigkeiten zu übernehmen – nachhaltiger ist jedoch die Förderung der Eigenaktivität.

Für mobile und aktive Bewohnende stehen vielfältige Bewegungsangebote zur Verfügung: Gymnastik im Rahmen der Aktivierung, Training auf dem Home-trainer mit oder ohne Kraftunterstützung, Gehtrainings sowie Dehn- und Kräftigungsübungen. Diese Aktivitäten fördern nicht nur die körperliche Verfassung,

Die Generation Z wächst in einer digitalen Welt auf, in der Zeit ein kostbares Gut ist.





Auch für bettlägerige oder stark eingeschränkte Personen ist Bewegung essenziell. Passive Mobilisation – das sanfte Bewegen der Gelenke durch das Pflegepersonal – unterstützt die Erhaltung der Beweglichkeit und verbessert die Durchblutung. Bei der aktiven Mobilisation führt die betroffene Person, unter Anleitung, eigene Bewegungen durch. Die Planung solcher Massnahmen orientiert sich stets am aktuellen Gesundheitszustand.

Bewegung wirkt ganzheitlich – physisch wie psychisch: Sie stärkt das Selbstwertgefühl, fördert soziale Kontakte und leistet einen entscheidenden Beitrag zur Lebensqualität. Frühzeitig eingesetzte, individuell abgestimmte Mobilisationsmassnahmen sind deshalb ein unverzichtbarer Bestandteil der professionellen Pflege.

Susanne Müller, Pflegefachberaterin

sondern tragen auch wesentlich zum seelischen Wohlbefinden bei. Neu laden im Gartenbereich – in der Nähe des Ziegeheges – moderne Fitnessgeräte zur gezielten Kräftigung von Armen und Beinen ein.

Bei Schmerzen, akuten Erkrankungen oder erhöhtem Risiko wird die Intensität angepasst. In der Sterbephase wird auf vollständige Mobilisation verzichtet; hier stehen stattdessen schonende Lagerungen und beruhigende Einreibungen im Vordergrund.

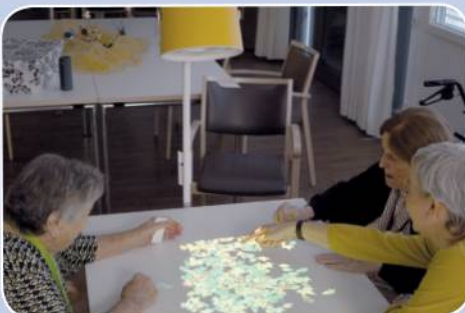


Neue Aktivierungsangebote

Dank des Dr. Beeler-Pfister Fonds konnten wir für unsere Bewohnenden zwei wertvolle Projekte realisieren, die massgeblich zu ihrem Wohlbefinden und ihrer Gesundheit beitragen.

Tovertafel-Pixi

Das mobile Pixi-Gerät ist eine hervorragende Unterstützung in der Betreuung von Menschen mit Demenzerkrankung. Durch seine flexible Einsetzbarkeit an verschiedenen Orten ermöglicht es vielfältige, interaktive Beschäftigungsangebote. Mithilfe von projizierten Tischspielen und Bildern auf Tisch oder Wand



entsteht eine abwechslungsreiche und stimulierende Aktivität, die die Aufmerksamkeit und Reaktionen der Bewohnenden gezielt fördert. Diese spielerischen Beschäftigungen bringen frischen Schwung in den Alltag, regen die Sinne an und bereiten den Bewohnenden sichtbare Freude. Insgesamt tragen sie massgeblich zur Steigerung des Wohlbefindens und einer angenehmen, abwechslungsreichen Tagsgestaltung bei.

Unsere neuen Fitnessgeräte

Fit bleiben – das gilt in jedem Alter! Unsere speziell für Senior:innen konzipierten Fitnessgeräte im Garten ermöglichen ein gezieltes Training von Armen



und Beinen. Dies fördert die Mobilität, stärkt die Muskulatur und hilft, das Sturzrisiko zu minimieren. Das Training an der frischen Luft wirkt sich nicht nur positiv auf den Körper aus, sondern auch auf die geistige und emotionale Gesundheit. Darüber hinaus bieten gemeinsame Aktivitäten im Freien eine wertvolle Gelegenheit, soziale Kontakte zu pflegen und Gespräche zu führen. So bleiben unsere Bewohnenden aktiv, sozial eingebunden und fühlen sich rundum vitaler.

Team Aktivierung

Moderne Technik zur Energiegewinnung

Ein Schritt in die Zukunft: Pflegeheim St. Otmar setzt auf nachhaltige Energie

Mit der erfolgreichen Inbetriebnahme unserer neuen Photovoltaikanlage setzt das Pflegeheim St. Otmar ein klares Zeichen für Nachhaltigkeit, Effizienz und technische Innovation.

Auf dem Dach unserer Einrichtung produzieren neu 178 Solarmodule sauberen Strom – ein weiterer Schritt hin zu einer zukunftsorientierten Infrastruktur.

Modernste Technik auf 420 Quadratmetern

Die Anlage erstreckt sich über eine Gesamtfläche von 420 m² und erreicht eine Spitzenleistung von beeindruckenden 80 Kilowatt. Dank der durchdachten Ost-West-Ausrichtung der Module können wir den Sonnenverlauf optimal nutzen und eine möglichst gleichmässige Stromproduktion über den ganzen Tag sicherstellen.

Nachhaltigkeit rechnet sich – für uns und die Umwelt

Die jährliche Stromproduktion wird auf rund 87'000 Kilowattstunden geschätzt – Der grösste Teil davon kann direkt im eigenen Haus genutzt werden. Das steigert nicht nur unsere Energieeffizienz, sondern trägt auch massgeblich zur Kostenreduktion bei. Durch die hohe Eigenverbrauchsquote nutzen wir den erzeugten Strom dort, wo er gebraucht wird – genau hier bei uns.

Qualität aus Europa – gefördert und zukunftssicher

Die hochwertigen Module wurden in Europa von der Firma Avia Solar gefertigt und stehen für Langlebigkeit und hohe Umweltstandards. Die Anlage wurde im April dieses Jahres gemeinsam mit einer umfassenden Dachrevision installiert und konnte Anfang Juli in Betrieb genommen

werden. Unterstützt wurde das Projekt durch Fördergelder von Bund und Kanton in Höhe von 63'000 Franken.

Mit einer garantierten Lebensdauer von mindestens 20 Jahren wird unsere Photovoltaikanlage über viele Jahre hinweg einen wichtigen Beitrag zur ökologischen Verantwortung unseres Hauses leisten.

Engagement für Generationen

Als Pflegeheim tragen wir Verantwortung – nicht nur für unsere Bewohnerinnen und Bewohner, sondern auch für kommende Generationen. Die Investition in eine nachhaltige Energieversorgung ist ein Ausdruck dieser Verantwortung. Wir sind stolz darauf, mit dieser zukunftsweisenden Massnahme ein sichtbares Zeichen für Innovation und Umweltbewusstsein zu setzen.

Guido Daneffel
Leiter Technischer Dienst



Rhea Dübendorfer, neue reformierte Seelsorgerin stellt sich vor

Ich freue mich sehr, dass ich seit dem 1. Mai, im Auftrag der reformierten Kirchgemeinde Straubenzell, in der Nachfolge von Tim Mahle, die reformierte Seelsorge im Pflegeheim St. Otmar übernehmen durfte.

Ich studiere Theologie im Master an der Universität Zürich und befinde mich in der Ausbildung für das reformierte Pfarramt. Besonders begeistert haben mich immer die praktischen Teile meines Studiums und meiner Ausbildung – vor allem die Seelsorge. Mein Interesse gilt den Menschen, und mein Herz schlägt dafür, sie auf einem Stück ihres Weges zu begleiten.

Nach meinem Seelsorgepraktikum im Waidspital Zürich bin ich seit 2019 jährlich bei der Festivalseelsorge am Greenfield Festival tätig. Dieser Einsatz stellt einen grossen Kontrast zum Spitalalltag dar: Am Festival geht es alles andere als klinisch-steril, ruhig und geordnet zu, hier treffen meine Begeisterung für Musik, Menschen und Seelsorge auf einzigartige Weise zusammen. Nun freue ich mich darauf, mich

vom lauten Festivalumfeld wieder in die ruhigere „Heimatmosphäre“ einzugewöhnen.

Ob im Spital, auf dem Festival oder im Pflegeheim – in meiner Arbeit stehen für mich die einzelnen Menschen mit ihrer Lebenssituation im Mittelpunkt. Ich begegne ihnen mit offenem Ohr, viel Neugierde und Wertschätzung – genau dort, wo sie gerade im Leben stehen.

In meiner Freizeit verbringe ich gerne Zeit mit meinen Liebsten und tauche ein in fantastische Geschichten – sei es zwischen Buchseiten oder auf dem Bildschirm. Ausserdem bin ich gerne in der Natur unterwegs: beim Spazieren, Wandern, Radfahren oder Segeln. Dabei nehme ich mir Zeit, um staunend und bewundernd meine Umgebung wahrzunehmen.

Ich danke der Kirchgemeinde Straubenzell und dem Pflegeheim St. Otmar herzlich für das Vertrauen und die freundliche Aufnahme.



Meine bisherigen Besuche waren sehr angenehm, und ich freue mich darauf, die Bewohnenden und Mitarbeitenden besser kennenzulernen.

Während meiner Besuche bin ich gerne mit offenem Ohr und helfender Hand für die Bewohnenden und Sie da und stehe jederzeit für Gespräche zur Verfügung. Zu den vereinbarten

Zeiten gestalte ich die Sternstunde sowie die ökumenische Gedenk- und Weihnachtsfeier mit.

Bei Anliegen, Anregungen oder Fragen können Sie mich jederzeit ansprechen oder kontaktieren.

*Herzliche Grüsse
Rhea Dübendorfer*

rhea.duebendorfer@uzh.ch
079 254 54 79

Die fleissigste Bewohnerin

Seit 2018 lebt Frau Beatrice Kasper in der Wohngruppe Lerchenfeld.

Dort unterstützt sie das Pflegeteam mit grossem Engagement: Sie bereitet selbstständig Frühstück und Abendessen vor, deckt die Tische mit Geschirr, Besteck und Gläsern und hilft anschliessend beim Abräumen.

Jede Woche faltet sie die frisch aus der Wäscherei gelieferten

Küchentücher und Abwaschlappen äusserst sorgfältig, damit sie ordentlich in die Schränke passen. Sie achtet zudem darauf, dass ihre Mitbewohner ins Atelier begleitet werden, oder bedient den Treppenlift, wenn ein Gottesdienst stattfindet.

All diese Aufgaben erledigt Frau Kasper stets zuverlässig und selbstständig. Auch im Atelier packt sie tatkräftig bei Aufräum- und

Reinigungsarbeiten mit an – eine wertvolle Unterstützung für das gesamte Team. Ihre Hilfsbereitschaft

und ihr unermüdlicher Einsatz werden sehr geschätzt und sind ein schönes Beispiel für gelebte Gemeinschaft.



Als Anerkennung erhielt sie eine Urkunde «Für die fleissigste Bewohnerin des Pflegeheims St. Otmar» sowie einen Blumenstraus – eine Geste, über die sich Frau Kasper sichtlich freute und die ihr Engagement würdigte.

Ein Leben für die Musik

Ich treffe Herrn Kukumberg in seinem grossen, hellen und geräumigen Zimmer im Pflegeheim, das er sich liebevoll mit seiner Frau teilt.

Schon beim ersten Satz wird klar: Hier sitzt ein Mann, der viel erlebt hat und voller Geschichten steckt. Geboren „fast direkt auf der Grenze“ zwischen Österreich, Ungarn und der Slowakei, wuchs er inmitten unterschiedlicher Sprachen und Kulturen auf – und wurde von klein auf von der Musik begleitet.



Im Laufe seines langen Lebens hat er etwa 160, vielleicht sogar 170 Lieder geschrieben – eine erstaunliche musikalische Sammlung. Viele davon hat er zusammen mit seiner Frau eingesungen, und so sind 16 CDs entstanden. Er spielte die Instrumente, sie sang die Melodien – ein perfekt eingespieltes Duo. „Ich habe nie gespielt, um reich zu werden“, sagt er mit einem warmen Lächeln. „Wenn ein Hut herumging und etwas drin war – schön. Aber das Wichtigste war immer: spielen.“



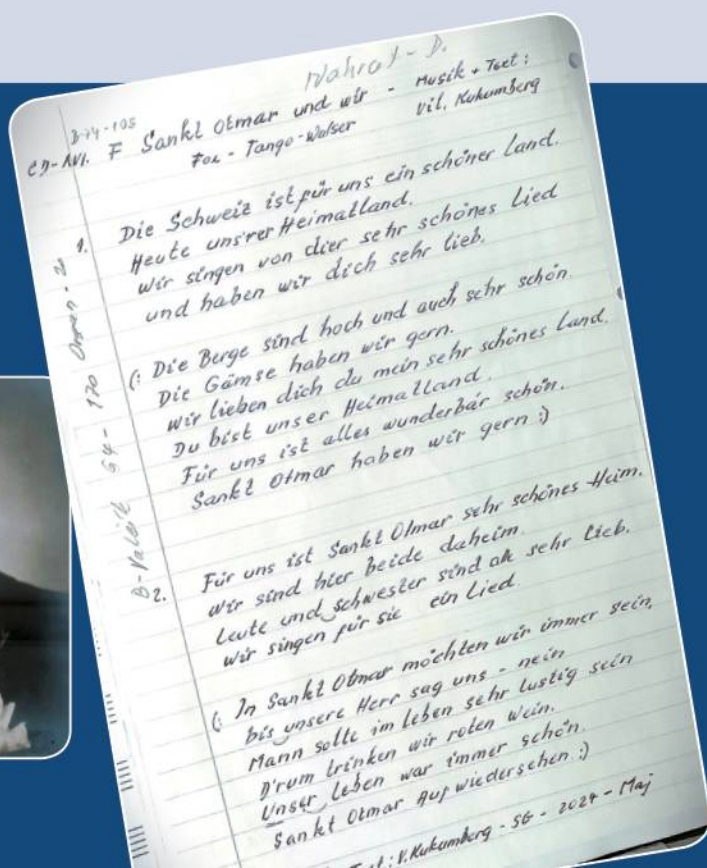
Seine musikalische Laufbahn führte ihn quer durch Europa: von stilvollen Hotels an Spaniens Küste über traditionelle Heurigen in Österreich bis hin zu belebten Ferienorten in Italien. Reich zu werden war nie sein Ziel. Für ihn lag das wahre Glück darin, Musik zu machen. Um alles andere kümmerte sich seine Frau, wie er mit einem verschmitzten Schmunzeln erzählt. Sie war nicht nur seine Partnerin auf der Bühne, sondern auch sein Rückhalt im Leben. „Ohne sie hätte ich vieles nicht geschafft“, sagt er ehrlich.

Auch hier im Pflegeheim, in diesem hellen Raum, lebt die Musik weiter. Vor rund einem Jahr komponierte er sogar ein Lied zu Ehren des Pflegeheims St. Otmar – das „Otmar Lied“. Er schreibt weiterhin neue Melodien auf, spielt auf seiner Handorgel und lässt die Musik nie verstummen. Auf die Frage nach seinem Lebensmotto muss er nicht lange überlegen: „Musik. Mein Leben ist Musik.“ Seine Stimme klingt dabei wie eine sanfte Melodie, die das Herz berührt.



Dann lehnt er sich entspannt zurück, legt seine Hand auf die Handorgel und lächelt still vor sich hin. „Ich bin zufrieden“, sagt er – und diese Worte klingen wie ein warmer, letzter Akkord, der noch lange nachklingt.

Daniel Balmer
Projekt- und Qualitätsverantwortlicher





REZEPT

Weissweinsuppe mit karamellisierten Trauben



Zutaten:

- 250 gr. Pastinaken
- 240gr. Pfälzerkarotten
- 160 gr. Lauch weiss
- 200 gr. Zwiebeln
- 50 gr. Trauben entkernt
- 2 dl Weisswein 1 (Riesling)
- 1 dl Weisswein 2
- 1,5 L Gemüsebouillon
- 1 dl Vollrahm
- 1 Prise Pfeffer
- 2 EL Olivenöl
- 5 gr. Butter
- 1 EL Zucker

Vorbereitung:

Gemüse in ca. ein Zentimeter grosse Würfel schneiden.

1,5 Liter Wasser aufkochen und Gemüsebouillon Pulver darin auflösen.

Trauben halbieren und entkernen.

Zubereitung:

Das Gemüse mit dem Olivenöl andünsten.

Mit Weisswein 1 ablöschen.

Mit Gemüsebouillon auffüllen und ca. eine halbe Stunde köcheln lassen.

Die Suppe mixen und passieren.

Mit Vollrahm und Weisswein 2 verfeinern.

Trauben mit der Butter und dem Zucker karamellisieren.

Anrichten:

Die Suppe in einen Suppenteller giessen und in die Mitte eine Rahmrosette spritzen. Die Trauben rundherum verteilen. Zum Schluss ein wenig gehackte Petersilie oder Schnittlauch auf die Rahmrosette.

En Guete

Die richtige Lösung des Wettbewerbes BW Nr. 64 lautet:
ARBEITEN. Die Gewinner sind:

1. Preis: Schnyder Josy, Waldkirch
2. Preis: Kordatos Judith, St. Gallen
3. Preis: Laub Melanie, Goldach

Wettbewerbspreise:

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

Lieder-Quiz

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

1

Mein Vater war ein.....:

- B Zimmermann
- U Ehrenmann
- T Dampfschiffkapitän
- S Wandersmann

6

Drunten im.....

- J Tintenfass
- P Kellerloch
- T Kämmerlein
- I Unterland

2

..... ist das Zigeunerleben

- J schrecklich
- Y fröhlich
- I lustig
- N traurig

7

Dieist ohne Ende

- J Wurst
- T Nacht
- F Arbeit
- E Liebe

3

Rosamunde, schenk mir dein und sag ja!

- N Herz
- B Portemonnaie
- F Haar
- Q Handy

8

..... mir eine alte Melodie

- N Zeig
- U Spiel
- F Sing
- Q Pfeiff

4

Was kann der dafür, dass er so schön ist?

- E Raimund
- G Sigismund
- F Mann mit Hund
- X Kaminfeger

9

Am vor dem Tore

- G Hügel
- M Sprungbrett
- S Eingang
- N Brunnen

5

Lueged vound Tal

- I Gipfel
- T Wiesen
- M Bärgä
- Q Unterland

10

Vo Luzern gäge zue

- O Schänis
- Z Vättis
- S Wäggis
- T London

Das gesuchte Lösungswort lautet:

Name, Vorname:

Strasse:

PLZ/Wohnort:

Bitte Talon ausschneiden und einsenden bis spätestens 15. November 2025 an:
Pflegeheim St. Otmar, Wettbewerb, Schönaufweg 5, 9000 St. Gallen
oder direkt in 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 im Otmar

Dienstag 30. September 2025

14.00 – 17.00 Uhr, Bewohner Ausflug

Samstag, 4. Oktober 2025

14.30-15.30 Uhr, Restaurant Saal

Konzert „Solo zu Viert“

Freitag 17. Oktober 2025

14.30 – 15.30 Uhr, im Restaurant Saal

Bildervortrag «Bündnerland»

Mittwoch, 22. Oktober 2025

14.30 - 16.00 Uhr, im Restaurant Otmar

Geburtstagsparty mit den «Partybirds»

Dienstag, 4. November 2025

19.00-20.30 Uhr, Lichtfeier

Dienstag, 11. November 2025

14.30-15.30 Uhr, Restaurant Saal

Konzert «Lyra Vokalensemble»

Mittwoch, 19. November 2025

14.30 - 16.00 Uhr, im Restaurant Otmar

Geburtstagsparty mit „MusiGKeller“

Donnerstag, 11. Dezember 2025

im Restaurant Otmar

ab 15.30 – 19.00 Uhr

Weihnachtsfeier für Bewohnende
und Angehörige der WGs 3 und 4
mit Mihaela Stefanova, Pianistin

Freitag 12. Dezember 2025

im Restaurant Otmar

ab 15.30 – 19.00 Uhr

Weihnachtsfeier für Bewohnende und
Angehörige der WG's 0, 1 und 2
mit Mihaela Stefanova, Pianistin

Mittwoch, 17. Dezember 2025

14.30 – 16.00 Uhr, im Restaurant Otmar

Geburtstagsparty mit Hansruedi Vordermann

Mitglied werden beim Verein Pflege- heim St. Otmar

Wir sind eine gemeinnützige Organisation. Ihre Mitgliedschaft stärkt unseren Verein und ist sehr wertvoll für den Dienst an unseren betagten und pflegebedürftigen Menschen. Wir freuen uns über Ihre Beitrittserklärung und sind sehr dankbar, wenn wir breite Unterstützung finden. Der Jahresbeitrag beträgt Fr. 20.—

Das Anmeldeformular finden Sie auf unserer Homepage:
www.otmarsg.ch/ueber-uns/verein