

# S'Neuscht vom Tannzapfenland

Ausgabe 3 | 2022



## «FÜREINANDER UND MITEINANDER»

### Liebe Leserinnen und Leser

Im Juni hat das Regionale Alterszentrum Tannzapfenland alle Mitarbeitenden mit Partnerinnen und Partnern, die in den nächsten Jahren das Pensionsalter erreichen, zur Informationsveranstaltung «Pensionierung planen» eingeladen. Erfreuliche Neuigkeiten vermeldete die Abteilung Bildung/Qualität: Sämtliche Lehrlinge schlossen ihre Ausbildung in vier Lehrberufen erfolgreich ab.

### Anlässe finden wieder statt – Teamspirit im Vordergrund

Nach zwei Jahren Zwangspause konnten wir die 1. August-Feier bei besten Bedingungen wieder

im üblichen Rahmen ausführen, wie auch die Bewohnerausflüge nach Meersburg am Bodensee. Zudem fanden einige Teamanlässe statt, die wir Ihnen in dieser Ausgabe gerne genauer schildern. Ganz nach dem Motto «Füreinander und Miteinander» zeigte das Team Service Gastronomie von Mai bis August aufgrund krankheitsbedingter Ausfälle Solidarität mit der geschützten Wohngruppe.

### Vielfältige Tätigkeiten rund um die Uhr

In dieser «S'Neuscht vom Tannzapfenland» erzählt das Team der geschützten Wohngruppe, mit welcher Fürsorge und Aktivitäten sie die →



*Haben ihre Lehre erfolgreich abgeschlossen: Natasa Djuric, Assistentin Gesundheit und Soziales EBA; Aaron Wiederkehr, Fachmann Gesundheit EFZ; Noemi Elser, Assistentin Gesundheit und Soziales EBA; Ivana Schubert, Unterhaltspraktikerin EBA; Larisa Andreja, Assistentin Gesundheit und Soziales EBA; Carmen Fitze, Fachfrau Gesundheit EFZ. Kevin Wolf, Koch EFZ, befand sich in der Rekrutenschule und fehlt auf diesem Bild.*

Menschen mit Demenz unterstützen. Wir stellen Ihnen den Andachtsraum für alle Glaubensrichtungen vor und erläutern Ihnen, wie unsere Bewohnenden von dem Bewohner- oder Solidaritätsfonds profitieren können. Dazu erfahren Sie, warum die Sanierung des Küchenbodens nach mehr als zehn Jahren Gebrauch zwingend nötig war. Es bleibt spannend im RAT – dank engagierten Teams, die täglich ihr Bestes geben!

### Humor und Freude

Es ist erfreulich, dass das Jahresmotto «Humor und Freude» in den Abteilungen gelebt und jederzeit spürbar ist. Ich wünsche Ihnen viel Spass bei der Lektüre unserer «Hauszeitung».

*Franco Graf, Zentrumsleitung*

## «Ein Lächeln zum Mitnehmen...»

Jahresmotto Humor und Freude



## Personalesen im Restaurant Hirschen

**Am 16. Juni fand das diesjährige Personalesen statt, welches jeweils durch die Personalkommission (Rita Bosshard, Gastronomie; Ruth Lindenmann, Küche; Anja Breitenmoser, Pflege 2.OG; Claudia Ehrbar, Pflege 1.OG; Marco Thalmann, Hausdienst und Borjanka Novakovic, Pflege AWH) organisiert wird.**

Bei wunderschönem Wetter durften wir mit Cordon-Bleu- und Pizzaplausch den sonnigen Juniabend geniessen. Mit «Wir» sind alle Mitarbeitenden gemeint, welche sich vorgängig für diesen Gaumenschmaus angemeldet haben. 73 Personen haben teilgenommen, so viele wie noch nie!

Es war schön, wieder einmal ohne Hygienevorschriften beisammen zu sein. Viel wurde gelacht, erzählt und alle haben grossen Spass gehabt. Zum krönenden Abschluss genossen die «Süssliebhaber» unter uns noch ein feines Glace. Eine grosse Freude, dass so viele Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter aus allen Abteilungen an diesem Anlass dabei waren. Dies bestätigt einmal mehr, das positive und familiäre Klima im RAT.

Ohne Spenden in die Personalkasse wären solche Anlässe nicht möglich. Vielen herzlichen Dank an alle Bewohnerinnen und Bewohner sowie An- oder Zugehörigen, welche uns diese wichtigen Teamanlässe ermöglichen.

*Borjanka Novakovic, Personalkassenkommission*



# Bewohnerausflüge nach Meersburg



**Vom 22. bis 25. August fanden die Bewohnerausflüge nach Meersburg am schönen Bodensee statt. Bei herrlich sonnigem Wetter fanden die Ausflüge bei idealen Reiseverhältnissen statt, dies mit den An- oder Zugehörigen sowie freiwilligen Helferinnen und Helfern. Vielen Dank an alle Beteiligten für diesen tollen Einsatz!**

Mit den Cars starteten wir unseren Ausflug in Münchwilen, durchquerten den schönen Thurgau bis nach Kreuzlingen und passierten den Zoll bei Konstanz. Mit der Fähre ging es dann weiter ab Konstanz Hafen direkt nach Meersburg, über den wundervollen Bodensee. Dort angekommen bot sich die Möglichkeit, durch die Gassen zu schlendern und auf Einkaufstour zu gehen. Nach so vielen Eindrücken und Kilometern meldete sich bald der Hunger. Im Restaurant Schiff wurden wir mit einer Suppe, Kartoffelstock mit Rindsbraten oder einer Gemüselasagne sowie anschliessendem

Schokoladenmousse verwöhnt... «Hamm – fein war es!» Dazu ein geschmackvolles Glas Rot- oder Weisswein oder was das Herz sonst begehrt. Nach dieser Stärkung und grossartigen Gesprächen untereinander, machten wir uns auf den Heimweg nach Münchwilen, wo wir im RAT herzlich empfangen wurden.

Für die Bewohnerausflüge ist eine genaue Organisation nötig und benötigt motivierte Mitarbeitende. Herzlichen Dank an alle Bereiche und Teammitglieder für diese sehr gute Zusammenarbeit bei der Planung und Durchführung. Mein Dank geht auch an die An- oder Zugehörigen für die vielen positiven Rückmeldungen, welche ich gerne jeweils an alle Beteiligten weitergebe. Vielen Dank, geschätzte Bewohnerinnen und Bewohner, für Ihre Teilnahme und Ihr Vertrauen in das Regionale Alterszentrum Tannzapfenland. Wir freuen uns auf den nächsten Bewohnerausflug und sind gespannt, wohin er uns führt.

*Franco Graf, Zentrumsleitung*



# News aus der Gastronomie

## Unterstützung geschützte Wohngruppe

Durch diverse Krankheitsausfälle, welche die geschützte Wohngruppe nicht mehr selbst abdecken konnte, wurde das Team Service Gastronomie angefragt, ob sie im Mai, Juli und August Mitarbeitende als Entlastung zur Verfügung stellen können.

Nach kurzer Rücksprache mit Rita Bosshard (Leitung Service/Cafeteria) und Prisca Bartholet (Stv. Leitung Service/Cafeteria) war es für uns klar, dass wir eine Lösung finden, um der geschützten Wohngruppe auszuweichen. Da der Juli-Dienstplan schon geschrieben war, hiess es umzuplanen und Mitarbeitende anzufragen, ob sie kurzfristige Dienste übernehmen könnten. Es war eine Herausforderung die Mitarbeitenden so einzuplanen, dass einerseits das Team Service Gastronomie sei-

ne gewohnten Arbeiten leisten konnte, parallel dazu aber auch die geschützte Wohngruppe mit unseren Mitarbeitenden gut abgedeckt war. Die Mitarbeitenden Service Gastronomie haben an insgesamt 18 Tagen in der geschützten Wohngruppe ausgeholfen.

### «Füreinander und Miteinander»

Herzlichen Dank an alle Mitarbeitenden Service Gastronomie und an das Leitungsteam für die Flexibilität und die Bereitschaft, in der geschützten Wohngruppe auszuweichen. Durch eure unkomplizierte Art nach dem Motto «Füreinander und Miteinander» konnte so die geschützte Wohngruppe in ihrer Lage bestens unterstützt werden.

## Teamanlass

Am 31. August trafen sich die Mitarbeitenden Service Gastronomie im Restaurant Linde in Wängi zum jährlichen Teamanlass. Um einen Teamanlass organisieren zu können, bekommen alle RAT-Abteilungen pro Mitarbeitenden CHF 50.– aus der Personalkasse. Es war ein gelungener Abend mit einem feinen Essen und dem einen oder anderen Aperol Spritz. Solche Anlässe sind wichtig für den Zusammenhalt im Team. Herzlichen Dank an das Gastronomie-Team für den unermüdlichen Einsatz sowie die Bereitschaft von kurzfristigen Dienständerungen, dies aufgrund verschiedener Umplanungsgründe. Das erachte ich nicht als selbstverständlich.

*Andreas Steingruber, Leitung Gastronomie*



# SCHWEIZER

## Zutaten

- 10 Blatt Frühlingsrollenteig (200 g-Packung)
- 200 g Weisskohl oder Wirsing fein geraffelt
- 100 g Emmentaler, gerieben
- 50 g Speckwürfel
- 100 g Kartoffeln, gekocht gerieben (mit Rösti-Raffel)
- 1 Ei
- 5 g Petersilie, gehackt
- ½ Knoblauchzehe, gehackt
- 20 g Sauerrahm
- Salz, Pfeffer und Muskat zum Abschmecken

## Zubereitung

### Füllung

Wirsing oder Weisskohl mit dem Speck kurz andünsten und auskühlen lassen. Anschliessend die restlichen Zutaten daruntermischen und nach Belieben abschmecken mit Salz, Pfeffer und Muskat. Gut vermischen.

### Frühlingsrollen

Ein Küchentuch befeuchten und die Frühlingsrollen-Teigblätter darauflegen.

Zwei Esslöffel Füllung auf die untere Hälfte vom Teigblatt geben. Die Seiten des Blattes über die Füllung falten und mit Ei bestreichen, danach von unten her aufrollen. Die Rollen anschliessend mit Ei «zukleben».

Zuerst ca. 2 bis 3 Minuten bei 170 °C frittieren und anschliessend während ca. 10 Minuten bei 160 bis 170 °C im Ofen fertig backen.

Sehr gut dazu passen süsssaure Saucen, Knoblauch- und Kräuter-BBQ-Dip.

### En Guete!

Mischa Straub, Stv. Leiter Küche

# FRÜHLINGSROLLEN

Rezept für 10 Stück



## Bewohner- und Solidaritätsfonds

Das Regionale Alterszentrum Tannzapfenland verfügt über einen Bewohnerfonds und einen Solidaritätsfonds. Wir freuen uns über jede Spende.

Mit dem Bewohnerfonds unternehmen wir attraktive Ausflüge oder organisieren unterhaltliche Anlässe, die viel Freude und Abwechslung in den gewohnten Alltag unserer Bewohnerinnen und Bewohner bringen. Zudem werden kleine Geschenke, Blumen oder Ausstattungen und Einrichtungen beschafft, die allen Bewohnerinnen und Bewohnern zur Verfügung stehen.

Der Solidaritätsfonds dient folgenden Zwecken: Leistungen von Beiträgen an berechnete Personen (Einwohnerinnen und Einwohner der Vertragsgemeinden), deren eigene Mittel trotz Ausschöpfung aller öffentlichen Ansprüche zur Bezahlung der Taxe oder medizinischen Hilfsmittel nicht ausreichen.

Sie können Ihre Spende übrigens von den Steuern abziehen. In Namen unserer Bewohnerinnen und Bewohner danken wir Ihnen ganz herzlich für Ihre Unterstützung.

*Roswitha Orlandi,  
Stv. Leitung Finanzen und Administration*

### Unser Spendenkonto

Regionales Alterszentrum Tannzapfenland  
Rebenacker 4  
9542 Münchwilen

**Thurgauer Kantonalbank, Weinfelden**  
**CH88 0078 4242 0000 3990 6**  
Zahlungszweck: Bewohnerfonds  
oder Solidaritätsfonds

*Mit Ihrer Spende helfen Sie mit, herzlichen Dank!*

## Informationsveranstaltung «Pensionierung planen»



**Die Pensionierung ist ein sehr wichtiger Abschnitt im Leben eines Mitarbeitenden. Es beginnt eine neue Lebensphase mit neuen Möglichkeiten.**

Die Mitarbeiterin/Der Mitarbeiter muss seine Lebenssituation neu ordnen und dazu im Vorfeld wichtige Entscheidungen treffen. Das Leben ist vielseitig und die Pensionsplanung ebenso. Das RAT als Arbeitgeber hat sich das Ziel gesetzt, die Mitarbeitenden in diesem Prozess zu begleiten und zu unterstützen. Zu diesem Zweck haben wir im Juni 2022 alle Mitarbeitenden mit Partnerinnen und Partnern, die in den nächsten Jahren das Pensionsalter erreichen, zur Informationsveranstaltung «Pensionierung planen» eingeladen. Das Interesse war gross, das hat uns sehr gefreut.

Die Firma WHP (Weibel, Hess & Partner AG) begleitet das RAT in allen Fragen zu Vorsorge- und Versicherungsangelegenheiten. Othmar Erni, Partner und Niederlassungsleiter Beratungsbüro Zürich, hat sich als Referent zur Verfügung gestellt. Mit einer spannenden Präsentation hat er alle wichtigen Punkte zur Planung der Pensionierung angesprochen und die Anwesenden sofort in seinen Bann gezogen. Es entstand ein reger Austausch und Fragen konnten kompetent beantwortet werden. Die Präsentation hat aber auch zum Nachdenken angeregt, denn so manche Entscheidung, die in dieser Phase gefällt werden muss, kann später oft nicht mehr rückgängig gemacht werden. Den Anwesenden wurde die Präsentation als Hilfsmittel abgegeben mit dem Rat, bei Unsicherheiten individuelle und fachliche Unterstützung einzuholen.

Anschliessend an die Veranstaltung waren alle Beteiligten zu einem reichhaltigen Apéro eingeladen. Auch hier war der Austausch intensiv und sehr geschätzt. Herzlichen Dank an das Küchen- und Serviceteam für die grossartige Verpflegung und ebenfalls an Othmar Erni für die interessanten und verständlichen Ausführungen.

*Roswitha Orlandi,  
Stv. Leitung Finanzen und Administration*



# News aus der Bildung/Qualität

## Erfolgreiche Ausbildungsabschlüsse



Am 27. Juli feierten wir die erfolgreichen Abschlüsse der Lehrabgängerinnen und Lehrabgänger im Kloster Fischingen und verabschiedeten sie. Franco Graf begrüßte alle Gäste beim Apéro und gratulierte herzlich im Namen des Regionalen Alterszentrum Tannzapfenland. Er würdigte zudem die Leistungen von Erika Prandini sowie der Berufsbildnerinnen und -bildner für die Begleitung der Lernenden und für deren Motivation, ihre Fähigkeiten in die Jugend zu investieren: «Dies ist auch euer Erfolg. Vielen Dank für eure ausgezeichnete Arbeit!» Nach dem Mittagessen richtete sich Erika Prandini an die neuen Berufsfachleute und Berufsbildner/innen:

«Ihr habt euch der Herausforderung einer Ausbildung mit Erfolg gestellt und das angestrebte Ziel erreicht. Wir sind stolz auf euch! Heute sind wir zusammengekommen, um euren gelungenen Lehrabschluss würdevoll zu zelebrieren. Ihr habt faszinierende und zugleich anspruchsvolle Berufe gewählt. Berufe, die auf Menschen fokussiert sind. Ihr begleitet, pflegt, betreut und bekocht hilfsbedürftige Menschen im Alter und bei Erkrankungen in deren Alltag. Nun seid ihr gut vorbereitet, verantwortungsvoll in euer Berufsleben einzusteigen. Wenn ich von Verantwortung übernehmen spreche, stellt sich eine grundsätzliche Frage: Wofür sollt ihr Verantwortung übernehmen in eurem beruflichen Umfeld? Kurz und prägnant formuliert: „Dafür, dass der Mensch ein Mensch bleibt“. Das Kriterium heisst: „Menschenwürde“. Herzlichen Dank an die Berufsbildnerinnen und Berufsbildner für Ihr riesiges persönliches Engagement, welches Sie alle in die jungen Menschen investieren. Ein kostbarer Beitrag für die Jugend und die Gesellschaft. Persönlichkeiten wie euch braucht es in der anspruchsvollen Arbeit im Gesundheitswesen. Nun genießt alle den heutigen Tag in vollen Zügen mit euren Berufsbildnerinnen und Berufsbildnern. Ich wünsche euch viel Glück, Erfolg und Befriedigung in eurem weiteren Berufsleben. »

Traditionell erhielten die Jubilarinnen und Jubilare einen gefüllten Wanderrucksack für den Aufbruch zu einer weiteren Etappe der «Lebenswanderschaft».



(v.l.n.r.): Noemi Elster, Ivana Schubert, Natasa Djuric, Larisa Andreja, Aaron Wiederkehr, Carmen Fitze, Dechen Shitsetsang, Erika Prandini, Nicole Keller, Borjanka Novakovic, Nadia Caramazza, Anja Breitenmoser, Andreas Rutz

## Neue Auszubildende

Am 1. August starteten sechs Lernende ihre Ausbildung im Regionalen Alterszentrum Tannzapfenland und beginnen damit auch einen neuen Lebensabschnitt. Fünf Fachmänner/-frauen Gesundheit und eine Assistentin Gesundheit und Soziales. Nach einer umfassenden Einführung wurden die Lernenden im RAT offiziell in den Berufsalltag integriert – ganz nach dem Motto:



«Der, der nicht mutig genug ist, Risiken auf sich zu nehmen, wird in seinem Leben nichts erreichen»

Muhammad Ali

### Einige Impression aus den Einführungstagen

Annemarie Kuriger, Kinaesthetics-Verantwortliche im RAT, baute Selbsterfahrungs-elemente in ihren Unterricht. Mit der Absicht: «Ich kann nur verstehen, was ich selbst erfahre». Auf dem Bild sind simulierte Beeinträchtigungen dargestellt (Gewichte an den Beinen; Brillen simulieren Sehschwächen). Auf eindrückliche Weise erfahren die Jugendlichen mit der Rollstuhl-Simulationserfahrung, wie das eine Bewohnerin oder ein Bewohner tatsächlich erleben könnte.



Alle Texte und Bilder: Erika Prandini-Rast, Bildung/Qualität



(v.l.n.r., hinten): Philipp Rüttimann, Johanna Müller, Merita Gashi, Lea Cocco  
(v.l.n.r., vorne): Josua Huter, Riana Nugnes

## Andachtsraum

**Palliative Geriatrie ist ein ganzheitlicher, interprofessioneller Betreuungsansatz mit dem Ziel, multimorbiden hochbetagten Menschen bis zuletzt ein gutes Leben zu ermöglichen und ihren An- oder Zugehörigen in schweren Zeiten beizustehen. Der Ansatz der palliativen Geriatrie basiert auf einer Haltung empathischer Zuwendung und bedingungsloser Wertschätzung sowie auf dem Willen, Leid zu lindern.**

Jeder Mensch hat spirituelle Bedürfnisse, die entweder bewusst oder unterbewusst sein können. Daher erfassen wir mittels halbstrukturiertem Assessment SPIR (Erhebung einer spirituellen Anamnese) die Bedürfnisse bei unseren Bewohnenden. Mit dieser Erhebung können die individuellen spirituellen Bedürfnisse miteinbezogen werden, um seelische Leiden zu lindern. Die spirituelle Unterstützung ist Aufgabe des interdisziplinären Teams. Unsere Seelsorgenden sind spezialisiert auf Spiritual Care und sorgen als Teil davon für die Seele unserer Bewohnerinnen und Bewohner sowie Mitarbeitenden.

Im Erdgeschoss vom Regionalen Alterszentrum befindet sich der Andachtsraum für alle Glaubensrichtungen. Der Raum ist jederzeit für alle geöffnet, die einen ruhigen Ort suchen. Hier können Sie nachdenken, meditieren, beten, die Bibel lesen, Texte mit Wegworten lesen oder einfach kurz innehalten,

## Raum der Stille



*«Beten tut gut. Beten heisst stille werden, sich Zeit nehmen, loslassen, Abstand gewinnen, sich in die Gegenwart Gottes stellen, ihn loben und in seiner Nähe neue Kraft schöpfen. Wenn wir meinen, wir könnten nicht beten, dann sollten wir es einfach probieren und wir werden spüren, dass es gut tut.»*

*Deutsches Liturgisches Institut*

*«Lass von allem Tun ab, gib alles Begehren auf, lass die Gedanken kommen und gehen wie sie wollen, gleich den Wellen des Meeres.»*

*Zen-Wahrheit*

*«Wenn der Geist still wird, wird die Welt wahr.»*

*Zen-Wahrheit*

um die innere Ruhe finden zu können. Wenn Sie ein Gespräch mit jemandem von der Seelsorge wünschen, melden Sie sich bitte auf der Pflegeabteilung.

Im Buch, das aufliegt, können Sie Anliegen, Gedanken, Gebete, Bitten und Danksagungen oder einen Wunsch aufschreiben. Auf einem Keramiksteller befinden sich kleine Gefässe, um Gedenklichter anzuzünden. Aus Sicherheitsgründen bitten wir Sie, keine echten Kerzen anzuzünden. Sie dürfen sich gerne mit einem LED-Licht aus dem Andachtsraum bedienen.

*Erika Prandini-Rast, Bildung/Qualität*



Im Andachtsraum wurden Akzente für die fünf bekannten Weltreligionen geschaffen: Christentum (Glasfenster mit dem auferstandenen Christus und Pfingsten, Kreuz, Bibel), Judentum (Davidstern), Islam (Hilal – Sichel des zunehmenden Mondes und Stern), Hinduismus (Om oder Aum), Buddhismus (Buddha, Khata – tibetischer Gebets- und Glückwunsch-Schal).



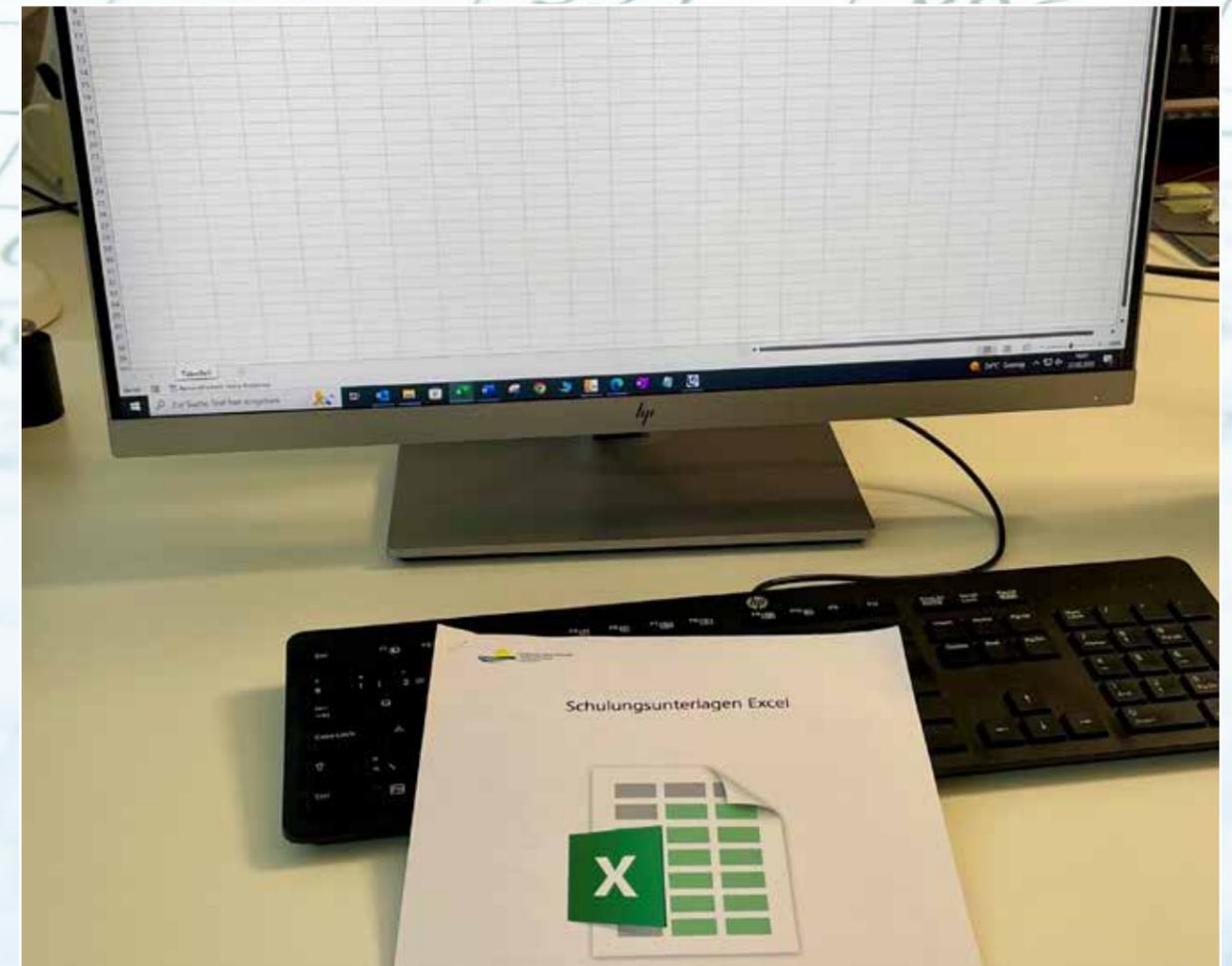
## Excel-Schulung

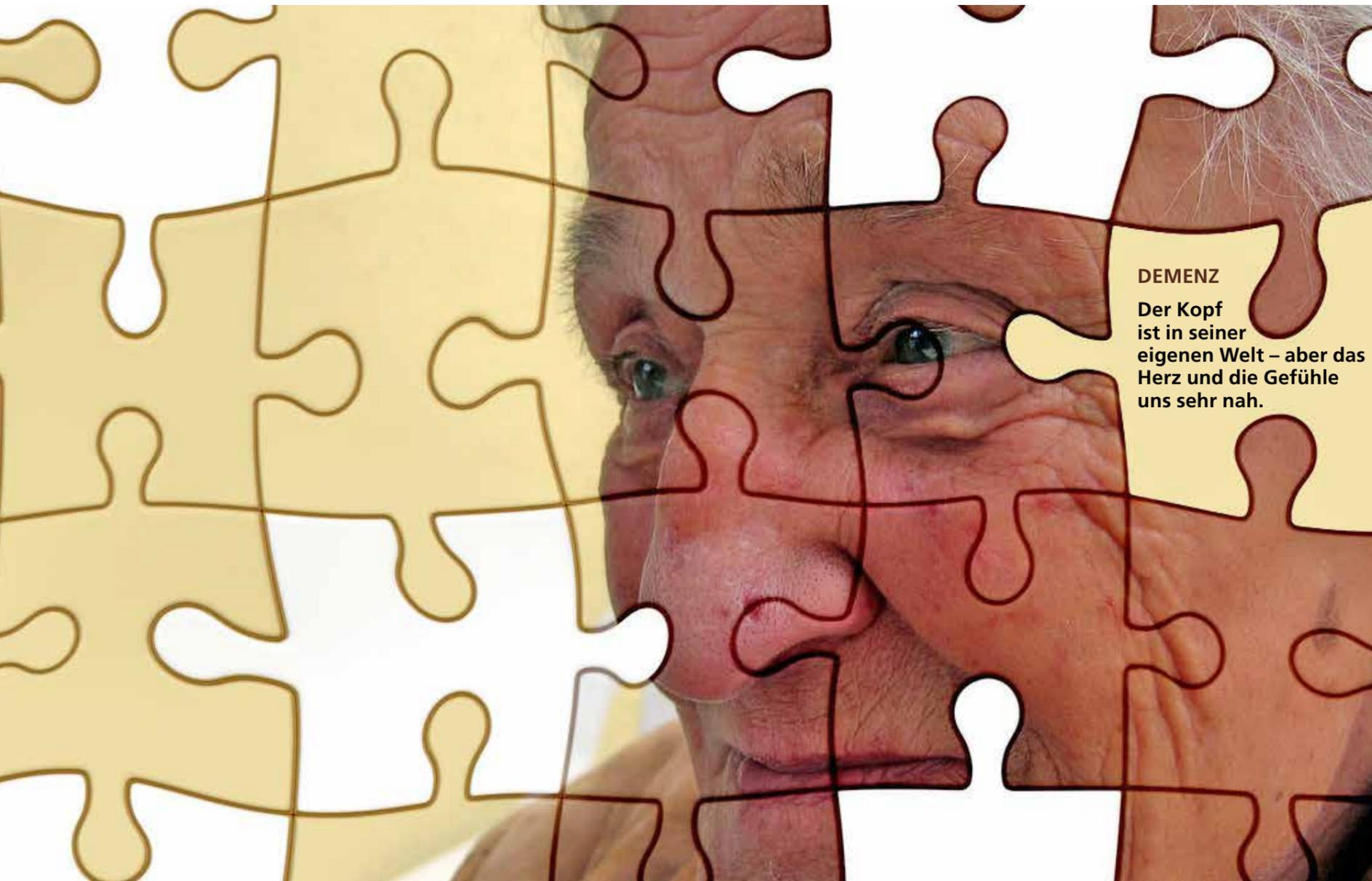
**Diesen Frühsommer fanden im Glashaus je drei Excel-Schulungsnachmittage statt, dies unter der Leitung von Angela Inauen.**

Das Ausbildungsziel der 1½-stündigen Schulungslektion war, den praktischen Umgang mit Excel näherzubringen sowie einen Überblick über die vielfältigen Anwendungsmöglichkeiten der Tabellenkalkulation zu erhalten. Mitarbeitende aus verschiedenen Bereichen erhielten einen Einblick über das Erstellen von Arbeitsmappen, die Funktionen von Zeilen und Spalten und sie konnten sich im Formatieren, Filtern und dem Anwenden von einfachen Formeln üben. Andreas Steingruber und Daniela Rütimann begleiteten die Schulung und standen für Fragen und Unterstützung zur Verfügung. Zum Nachschlagen erhielten alle Teilnehmenden detaillierte Schulungsunterlagen.

Das Interesse war gross und die Mitarbeitenden waren trotz der hohen sommerlichen Temperaturen sehr motiviert. Am Schluss gab es für alle ein feines Glace, spendiert vom RAT. Herzlichen Dank für das grossartige Feedback, welches wir von verschiedenen Seiten erhalten haben!

*Daniela Rütimann,  
Mitarbeiterin Finanzen und Administration*





**DEMENZ**  
Der Kopf  
ist in seiner  
eigenen Welt – aber das  
Herz und die Gefühle  
uns sehr nah.



## Die geschützte Wohngruppe stellt sich vor

**Die geschützte Wohngruppe befindet sich in einem Nebengebäude des Regionalen Alterszentrum Tannzapfenland. Sie wurde im November 2016 in einem modernen Neubau eröffnet.** Es befinden sich 25 Einzelzimmer mit eigenem Badezimmer (Dusche, Toilette und Lavabo) in der geschützten Wohngruppe. Die Zimmer sind mit einem Pflegebett, Kleiderschrank, Kommode, Nachttisch und einem Tisch mit zwei Stühlen eingerichtet.

In der geschützten Wohngruppe wohnen Menschen mit einer demenziellen Erkrankung, denen das selbständige Leben nicht mehr möglich ist. Der strukturierte Alltag, mit Einbezug ihrer Biografie, fördert jeden Bewohnenden in seinen Fähigkeiten. Durch die professionelle Betreuung und die empathische Zuwendung des WG-Personals fühlen sich die Bewohnerinnen und Bewohner geborgen.

Die geschützte Wohngruppe ist zweistöckig, weshalb die Stockwerke mit einer Rampe verbunden sind. Dadurch bleiben die Bewohnerinnen und Bewohner in Bewegung und treten mit anderen Bewohnenden in den Austausch. Dank der grossen Fensterfront geniesst man eine wunderbare Aussicht und kann das Geschehen und das Wetter draussen bestens beobachten. Im Erd- und Obergeschoss befinden sich zudem eine klei-

ne Sitzgruppe zum Verweilen sowie eine grosse Stube mit einem Aquarium. Alle Räume sind sehr lichtdurchflutet und offen. Die Küche wird von einem eigenen Gastronomieteam geführt, welches stets bemüht ist, die Bewohnenden mit kleinen Arbeiten miteinzubeziehen. Zu den Aufgaben gehören Wäsche zusammenlegen, Geschirr abtrocknen, Möbel reinigen oder den Boden wischen. Besonders beliebt ist natürlich das Backen →

– naschen inklusive. Mit der Erkenntnis, was man alles zusammen geschafft hat, schmeckt danach das selbstgemachte Dessert mit Kaffee unwiderstehlich.

Ab und zu wird mit dem sportlichen Pflegeteam oder der Gastronomie-Mitarbeiterin Ball gespielt. Dabei werden Bewegungsabläufe wie das Fangen und Werfen sowie die Reaktion geübt. Bei guter Musik wird oft mitgesungen, geklatscht, geschunkelt oder im Takt auf den Tisch geklopft – da erwacht doch die eine oder andere «Partykanone» wieder. Die geschützte Wohngruppe verfügt über Singbücher und die Bewohnenden kennen die Lieder meist auswendig. Beim «Buurebübli» wird geschunkelt, beim «Ramseyers» geklatscht und beim «Lustig ist das Zigeunerleben» auch mal das Tanzbein geschwungen. Bei der «Schweizerhymne» oder bei Kirchenliedern wird es oft sehr andächtig.

Die Bewohnenden sind sehr dankbar, wenn man sich einfach zu ihnen hinsetzt, ihre Hand hält und ihnen Geborgenheit und Zeit schenkt – diese wird oft mit Schweigen oder Erzählungen aus ihrem früheren Leben genossen. Besonders modebewusste und kreative Mitarbeiterinnen lackieren den Bewohnerinnen manchmal die Fingernägel oder wickeln ihnen die Haare nach einer erfrischenden Dusche. In diesen Momenten dürfen sie sich jeweils «ganz Frau» fühlen. Auch Rätseln begeistert und der wunderschön angelegte Garten lädt zu kleinen Spaziergängen zu den Ziegen und Lamas ein.

In der geschützten Wohngruppe ist stets viel los und ermöglicht es den Bewohnerinnen und Bewohnern, auch mit einer demenziellen Erkrankung, ein gutes und würdevolles Leben zu führen. Die Bewohnenden und das Team der geschützten Wohngruppe freuen sich stets über Besuch. Gerne öffnen wir die Türen für Sie und beantworten kompetent Ihre Fragen und Anliegen.

*Claudia Böhi,  
Mitarbeiterin Service Gastronomie  
geschützte Wohngruppe*



## Team-Essen

**Am 7. Juli fand im Landhaus in Rosental (Wängi) unser jährliches Teamessen statt. Einige Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter fanden das Restaurant nicht auf Anhieb und landeten in der Orangerie (Kontaktbar nebenan), was zu einem amüsanten Start führte.**

Pünktlich um 19.30 Uhr konnte jedoch die kulinarische Reise im Landhaus beginnen. Die Auswahl bestand aus einem vegetarischen Menü oder einem Fitnesssteller. Auch ein Dessert durfte nicht fehlen. Die Stimmung war äusserst fröhlich und alle fühlten sich sehr wohl. In einer freundschaftlichen Runde konnten sich alle besser kennenlernen und die letzten Monate Revue passieren lassen.

Der Anlass diente auch zur Verabschiedung von Anna Hofstetter und als Dank an die Lernenden, die intern die Abteilung wechselten. Claudia Ehrbar bedankte sich für den Einsatz bei allen Anwesenden und überreichte diverse Geschenke.



Einmal mehr zeigte sich: «Warum in die Ferne schweifen, liegt das Gute doch so nah.» Es war ein schöner und geselliger Teamabend im Landhaus Rosental!

*Lisa Molinaro,  
Mitarbeiterin Pflege und Betreuung 1.OG*



Am 1. August 2022 durften wir endlich wieder die traditionelle 1. August-Feier mit An- oder Zugehörigen zelebrieren – dies nach zwei Jahren «coronabedingter» Pause. Es war herrlich! Aufgrund des ausgezeichneten Wetters wurde die Feier im Garten durchgeführt, in welchem wir die schöne Parkanlage geniessen durften. Alles war durchdacht dekoriert und vermittelte einen einladenden Eindruck.



## 1. August-Feier im RAT

Nach der Begrüssung durch die Zentrumsleitung hat uns die Alphorngruppe Hochwacht mit den Fahenschwingern sowie der gemischte Jodlerklub Münchwilen mit ihren Darbietungen verzaubert. Auch die Nationalhymne und das Thurgauer-Lied wurde von allen tatkräftig mitgesungen. Unser Ehrengast Hansjörg Walter, früherer Nationalrat und einstiger Präsident des Bauernverbandes, rundete die 1. August-Feier mit einer Ansprache über die Alters- und Hinterlassenenversicherung (AHV) ab. Es war eine interessante Rede über die Entstehung und die Absicht der AHV. Nach allen Appellen und musikalischen Einlagen wurde ganz traditionell die Bratwurst mit Kartoffelsalat serviert. Der anschliessende feine Dessert war gar mit einem

Schweizerkreuz verziert. Schön war zu beobachten, wie viele Bewohnende sowie An- oder Zugehörige sich nach den Darbietungen und Verköstigungen noch eine Weile im Garten aufhielten, die gemeinsame Zeit genossen und so das Fest langsam ausklingen liessen.

Vielen Dank liebe Mitarbeitende, für die Vorbereitungen, die Durchführung und die Nachbereitung für solch eine 1. Augustfeier, für welche wir viel Lob erhalten haben. Wir danken Ihnen, geschätzte Bewohnerinnen und Bewohner, für die zahlreiche Teilnahme und hoffen, dass Sie an Ihrem persönlichen «Schoggi-Chäfer» mit Grusskarte Freude hatten.

*Franco Graf, Zentrumsleitung*



# Rätselseiten

## Rätsel 1

Erkennen Sie die Sportarten und ordnen Sie sie den richtigen Begriffen zu:

- |            |                   |              |             |
|------------|-------------------|--------------|-------------|
| Basketball | Orientierungslauf | Curling      | Skifahren   |
| Badminton  | Windsurfen        | Rugby        | Bergsteigen |
| Segeln     | Squash            | Triathlon    |             |
| Eishockey  | Ringens           | Eiskunstlauf |             |

 1. _____	 2. _____
 3. _____	 4. _____
 5. _____	 6. _____
 7. _____	 8. _____
 9. _____	 10. _____
 11. _____	 12. _____
 13. _____	 14. _____

## Rätsel 2

Bei diesem Gedicht von Norbert van Tiggelen fehlen die Buchstaben a - e - i - o - u - ü. Füllen Sie nun die Lücken aus. Die einzelnen Wörter sind unten in alphabetischer Reihenfolge aufgelistet. Als Beispiel ist die Überschrift bereits schon rekonstruiert!

### Humor ist wenn man trotzdem lacht

W\_tt\_rch\_\_s  
 Fr\_hling \_\_m N\_v\_mb\_r  
 \_\_nd S\_mm\_r \_\_m \_\_pr\_l-  
 \_\_ns\_r l\_\_b\_s W\_tt\_r  
 m\_cht \_\_nf\_ch, w\_s \_\_s w\_ll.  
 W\_nt\_r \_\_m S\_pt\_mb\_r,  
 d\_r H\_rbst \_\_rst\_rmt d\_n M\_\_.  
 W\_ s\_ll s\_\_ d\_nn n\_ch \_\_nd\_n,  
 d\_e W\_tt\_r - s\_l\_\_?  
 \_\_n \_\_n p\_r J\_hr\_n, gl\_\_bt \_\_s m\_r,  
 \_\_ch w\_nn \_\_hr j\_tzt l\_\_t l\_cht:  
 m\_ch\_n w\_r \_\_m S\_mm\_r  
 \_\_n Schn\_\_b\_llschl\_cht.

Wörter alphabetisch:

April / auch / den / denn / der / die / ein / eine / einfach / enden / erstürmt / es / es / Frühling / glaubt / Herbst / ihr / im / im / im / im / in / Jahren / jetzt / lacht / laut / liebes / machen / macht / Mai / mir / noch / November / paar / Schneeballschlacht / September / sie / soll / Sommer / Sommer / und / unser / was / wenn / Wetter / Wetterchaos / Wetter-Eselei / will / Winter / wir / wo

### Rätsel 3

Quiz – beantworten Sie die folgenden Fragen:

**1. Wie viele Menschen leben etwa auf der Erde?**

- A) ca. 8,6 Millionen
- B) ca. 7,9 Milliarden
- C) ca. 610 Millionen
- D) ca. 15 Milliarden

**2. Welches ist in Schweden eine typische Endung von Familiennamen?**

- A) -mon
- B) -sen
- C) -son
- D) -gun

**3. Wo gibt es keine Pinguine?**

- A) Arktis
- B) Antarktis
- C) Südafrika
- D) Neuseeland

**4. Wie lange geht ein Marathon?**

- A) 45,159 Kilometer
- B) 25,519 Kilometer
- C) 35,951 Kilometer
- D) 42,195 Kilometer

**5. Welches ist die einzige Schweizer Stadt mit einer Metro?**

- A) Bern
- B) Basel
- C) Lugano
- D) Lausanne

**6. Wie viele Hürden muss ein Läufer bei einem 400-Meter-Hürdenlauf überspringen?**

- A) 6
- B) 10
- C) 12
- D) 18

**7. Welche Sportart hat den grössten Ball?**

- A) Tennis
- B) Basketball
- C) Handball
- D) Fussball

**8. In welchem Jahr wurde der Euro als Bargeld eingeführt?**

- A) 2000
- B) 2002
- C) 2003
- D) 2005

**9. Was ist ein russischer Bär?**

- A) Pferdeart
- B) starker Russe
- C) Bärenart
- D) Schmetterlingsart

**10. Was bedeutet der Name Ricola?**

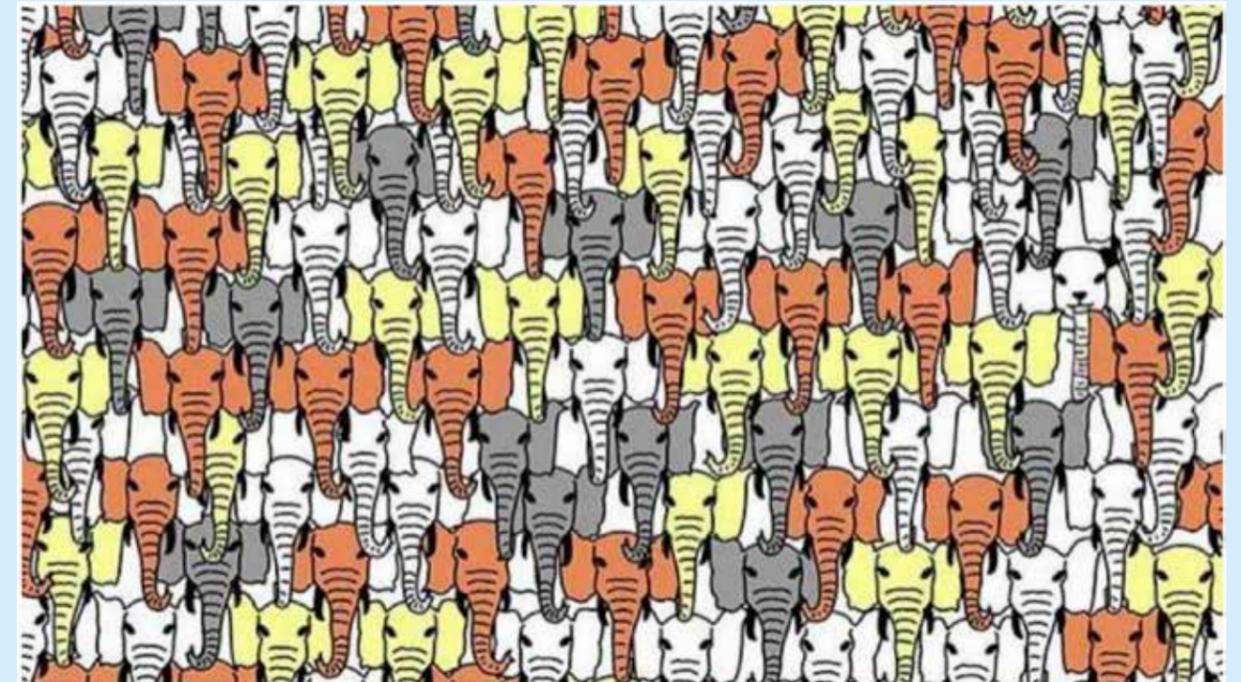
- A) Rickenbach & Co. Lausanne
- B) Riggerhaus & Co. Landquart
- C) Riefenthal & Co. Laupen
- D) Richterich & Co. Laufen

**11. Wie viele Kräuter sind in der Kräutermischung von Ricola?**

- A) 16
- B) 15
- C) 14
- D) 13

### Rätsel 4

Wo ist der Pandabär zwischen all den Elefanten?

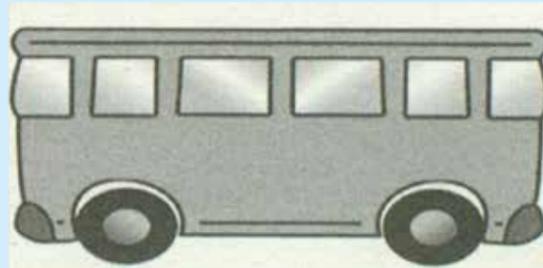


Wo ist der Hund zwischen all den Kühen?



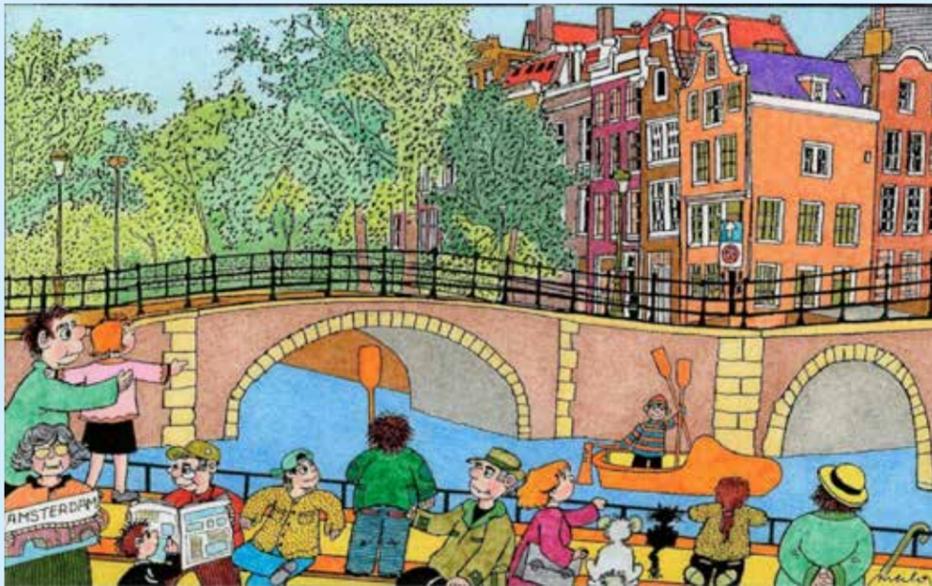
## Rätsel 5

- Finden Sie alle 2-stelligen Zahlen, bei denen die Quersumme – also die Summe der Ziffern = – 8 ist. Beispiel: Quersumme von 34 = 3 + 4 = 7.
- Ich denke mir drei Zahlen. Die Summe der Zahlen ist 14. Die Zahlen sind alle verschieden. Die Zahlen sind kleiner als sieben. Wie lauten die drei Zahlen?
- Wer mich hat, der will mich teilen. Wer mich aber teilt, der hat mich nicht mehr. Was bin ich?
- Stehe zwischen Rasen, Weg und Baum. Für Spaten und Häcksler biete ich viel Raum. In mir wohnt kein Mensch, nur Spinne und Maus. Ich bin ein?
- Wohin fährt der Bus?



## Rätsel 6

Suchen Sie die 10 Fehler und markieren Sie diese im oberen Bild:



## Lösungen:

### Rätsel 1

- Curling, 2. Skifahren, 3. Rugby, 4. Segeln, 5. Squash, 6. Triathlon, 7. Windsurfen, 8. Badminton, 9. Basketball, 10. Bergsteigen, 11. Eishockey, 12. Eiskunstlauf, 13. Ringen, 14. Orientierungslauf

### Rätsel 2

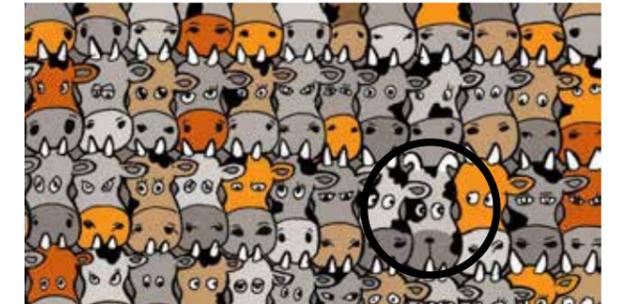
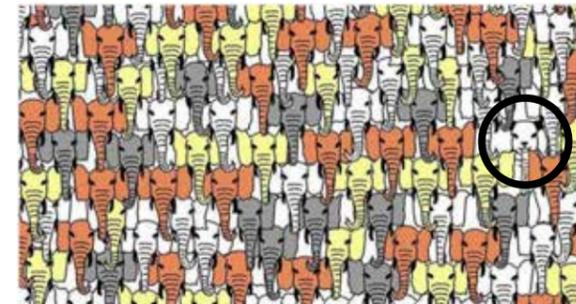
#### Wetterchaos

Frühling im November und Sommer im April – unser liebes Wetter macht einfach, was es will. Winter im September, der Herbst erstürmt den Mai. Wo soll sie denn noch enden, die Wetter-Eselei? In ein paar Jahren, glaubt es mir, auch wenn ihr jetzt laut lacht: machen wir im Sommer eine Schneeballschlacht.

### Rätsel 3

- 1 B), 2 C), 3 A), 4 D), 5 D), 6 B), 7 B), 8 B), 9 D), 10 D), 11 D)

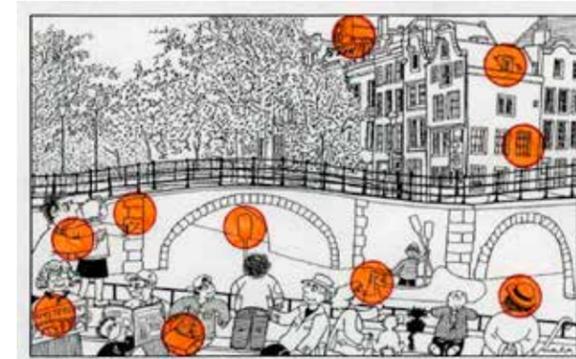
### Rätsel 4



### Rätsel 5

- 17, 26, 35, 44, 53, 62, 71, 80.
- 3, 5 und 6.
- Wer ein Geheimnis hat, will es teilen.  
Wer sein Geheimnis teilt, der hat es nicht mehr.
- Gartenhaus
- Er fährt nach links. Würde der Bus nach rechts fahren, dann würde man Türen sehen.

### Rätsel 6



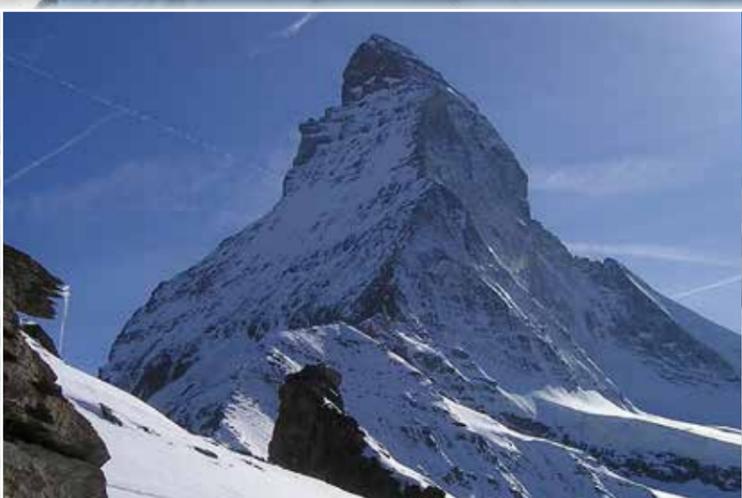
# GIPFELGLÜCK

Für meine Frau und mich war es bereits länger ein Wunsch, rund um Zermatt die Bergwanderwege zu erkunden. Während der Ferienvorbereitung (konkrete Tourenplanung) stellten wir fest, dass es in der Region Zermatt rund 29 Viertausender gibt.

Wieso sollten wir also nicht einmal im Leben auf einem solchen Gipfel stehen? Meine Frau Cornelia konnte sich zu Beginn noch nicht begeistern dafür. Trotzdem liess mich dieser Gedanke nicht mehr los. Bei meinen Nachforschungen kristallisierte sich heraus, dass für uns nur das Breithorn mit einer Höhe von 4'164 Metern über Meer in Frage kommt. Wir beide bringen keine Klettererfahrung mit und zwei Tages-Touren mit Hüttenübernachtungen ist auch nicht gerade «unsere Sache».

Mit dem Büro «Zermatters Outdoor Experience» buchten wir einen privaten Bergführer, der uns hoffnungsgemäss sicher auf das Breithorn und wieder runter führt. Solche Touren sind beliebt, darum mussten wir ein passendes Datum rund einen Monat im Voraus festlegen. Am 26. Juli um 07:00 Uhr ging es los. Frisch gestärkt mit einem grossartigen Frühstück und super Wetteraussichten trafen wir unseren Bergführer an der Talstation. Auf der kurzweiligen Fahrt aufs kleine Matterhorn erklärte er uns, wie wir uns am Berg zu verhalten haben. Gut ausgerüstet mit Klettergurt, Seil und Steigeisen machten wir uns auf den Weg zum Gipfel. Ohne heikle Situationen und mit grossartigen Eindrücken konnten wir uns um 12:00 Uhr von unserem Bergführer bereits wieder verabschieden. Es war ein einmaliges Erlebnis, das ich mit meiner Frau Cornelia in der atemberaubenden Walliser Bergwelt erleben durfte.

Martin Rüesch, Leitung Ökonomie/Stv. Zentrumsleitung



# News aus der Pflege und Betreuung

## Bewegung – die beste Altersvorsorge

Mit diesem Beitrag hoffe ich, Sie für etwas mehr Bewegung motivieren zu können – denn Bewegung ist die beste Altersvorsorge! Sport und Bewegung helfen die Gesundheit und Selbstständigkeit trotz hohen Alters zu fördern. Ohne Training werden im Alter selbst einfache Bewegungen schwierig und die Muskelkraft nimmt stetig ab. Deshalb ist es wichtig, sich täglich zu bewegen. Regelmässige Bewegung und Sport trägt zur Steigerung der Lebensqualität bei. Auch im Alter kann die Leistungsfähigkeit, die Kraft und die Reaktionsfähigkeit trainiert werden.

- Verbesserte Ausdauer und Verminderung des Risikos von Herz-Kreislauf-Krankheiten, Übergewicht, Diabetes, Depressionen, Rückenschmerzen, usw.

Um Ihnen auch im RAT die Möglichkeit für Sport und Bewegung zu geben, finden Sie im 2. Stockwerk des Alterswohnen 2 einen Fitnessraum. Gerne unterstützt Sie dabei auch unser Team der Aktivierung.

*Susan Hisenaj, Leitung Pflege und Betreuung*

### Durch Bewegung sind rasch positive Effekte spürbar:

- Mehr Kraft und besseres Gleichgewicht, z. B. beim Treppensteigen, Einkaufen, Aufstehen vom Stuhl und zur Verhinderung von Stürzen.
- Verbesserte Reaktionsfähigkeit, um sich z. B. beim Stolpern aufzufangen und nicht zu stürzen.
- Grössere Trittsicherheit, z. B. auf unebenen oder rutschigen Wegen.
- Gesteigertes Wohlbefinden und Selbstvertrauen, mehr Unternehmenslust und Mobilität.

### Vier wichtige Tipps

- In Bewegung bleiben: Auf einen aktiven Alltag achten und regelmässig Sport treiben.
- Aktivität wählen, die der eigenen Leistungsfähigkeit entspricht.
- Dem eigenen Körper Zeit geben: Belastung nur langsam steigern.
- Für mehr Spass und Geselligkeit besser in einer Gruppe trainieren.

*«Ich lade Sie ein, die drei Übungen auf der Folgeseite zu machen. Sollten Sie sich unsicher fühlen, dürfen Sie diese auch gerne in einer Gruppe oder in Anwesenheit einer Pflegeperson durchführen.»*

### 1 Übung «Schulterkreisen»

Stellen Sie sich aufrecht mit leicht geöffneten Beinen und leicht gebeugten Knien hin.

Legen Sie die linken Fingerspitzen auf die linke Schulter und die rechten Fingerspitzen auf die rechte Schulter. Führen Sie nun langsame, parallele Kreisbewegungen nach vorne aus. Alternativ können Sie die Vorwärtskreise so durchführen, dass ein Arm die obere Kreisbewegung und der andere Arm die untere Kreisbewegung macht.



10 – 20 Vorwärtskreise. Wiederholen Sie die Übung und machen Sie auch Rückwärtskreise.

### 2 Übung «Apfelpflücken»

Stellen Sie sich aufrecht hin, dies mit leicht geöffneten Beinen und leicht gebeugten Knien.

Spannen Sie Ihre Rumpfmuskulatur an und atmen Sie ruhig ein und aus. Recken Sie jetzt abwechselnd erst den linken und dann den rechten Arm gestreckt nach oben und «greifen Sie nach den Äpfeln». Um die Intensität der Übung zu steigern, strecken Sie sich noch höher und heben dabei sowohl die Ferse als auch die Hüfte etwas an.



Führen Sie die Übung für 20 Sekunden aus.

### 3 Übung «Klatschen»

Setzen Sie sich auf einen Stuhl.

Heben Sie abwechselnd die Beine und klatschen Sie unter dem angehobenen Bein.

Wiederholen Sie die Übung pro Bein fünf Mal.





## Sanierung Küchenboden

**Unser in die Jahre geratener Küchenboden entsprach vor der Inspektion leider nicht mehr dem aktuellen Lebensmittelstandard.**

Die vielen kleinen Abplatzungen zwischen den Wänden und im Boden (Hohlkehlung) sowie die kleineren und grösseren Haarrisse in gewissen Teilen der Bodenfläche, gaben schon länger Diskussionsstoff bei der jährlichen Kontrolle durch den Lebensmittelinspektor. Ein Küchenboden muss zudem eine gewisse Rutschhemmung aufweisen. Diese Anforderung bei der Inspektion wird mit einem «R» und einer Masszahl definiert. In Grossküchen muss die Rutschhemmung mindestens R11 aufweisen, was eine raue Oberfläche bedeutet, wie sie bei uns auch in den Nasszellen der Bewohnerzimmer gefordert wird.

Nach mehr als zehn Jahren intensivem Gebrauch nimmt die Rutschhemmung ab und muss daher sowieso neu appliziert werden. Damit eine solche Renovation bei laufendem Betrieb gut über die Bühne geht, braucht es eine saubere Vorbereitungsplanung und ein sehr gutes Zusammenspiel zwischen dem ausführenden externen Unterneh-

men und intern zwischen den Bereichen Gastronomie und Ökonomie. Bei solchen Sanierungen ist das wichtigste Ziel, dass unsere Bewohnerinnen und Bewohner, Gäste und Mitarbeitenden keine grossen Einschränkungen erleiden.

Während der Sanierungs- und der Trocknungszeit musste die Küchenmannschaft viel improvisieren, um einen möglichst gleichbleibend hohen Kochstandart zu gewährleisten. Rückblickend können wir mit Stolz feststellen, dass dies unserer Küchenmannschaft ausgezeichnet gelungen ist. Herzlichen Dank an das Gastronomie- und Ökonomie team für den Spezialeinsatz, welcher uns wortwörtlich wieder «Boden unter den Füßen» nach neusten Richtlinien gibt! Besten Dank auch an unsere Bewohnerinnen und Bewohner, alle Mitarbeitenden und unsere Gäste für das Verständnis und die Geduld.

*Martin Rüesch, Leitung Ökonomie/Stv. Zentrumsleitung  
und Andreas Steingruber, Leitung Gastronomie*



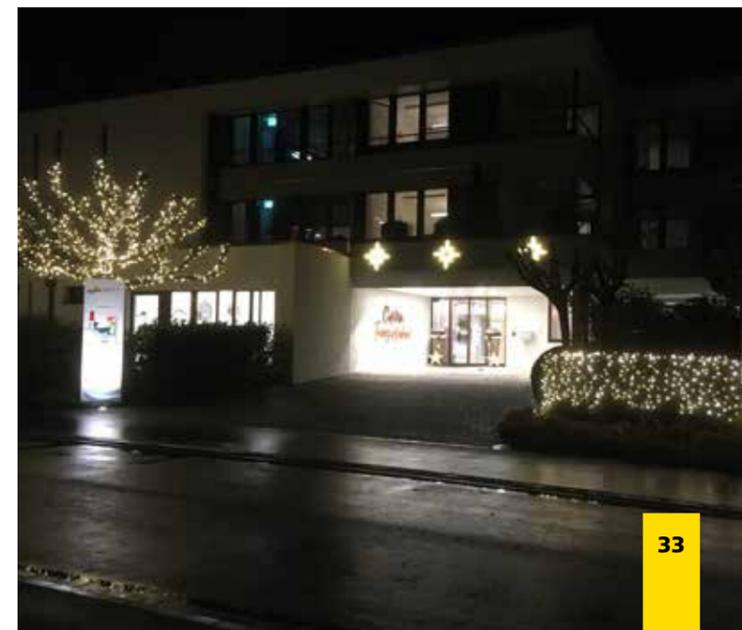
## Dezentere Weihnachtsbeleuchtung

**Liebe Bewohnerinnen und Bewohner, liebe Mitarbeitende und Besucher**

An der Geschäftsleitungssitzung vom 18. August haben wir einstimmig entschieden, dass in diesem Jahr die Weihnachtsbeleuchtung etwas kleiner ausfällt. Dieser Entscheid ist uns nicht leicht gefallen, wir hoffen jedoch auf das Verständnis von allen. Gerade in dieser sehr schwierigen Zeit, wo die Energielknappheit ein Dauerthema in den Medien ist, wollten auch wir unseren Beitrag zur Einsparung von Strom leisten.

Trotzdem konnten wir uns mit dem Gedanken, gar keine Weihnachtsbeleuchtung oder die Variante mit verkürzten Beleuchtungszeiten, nicht anfreunden. Damit wir in der Weihnachtszeit nicht ganz auf erhellende Momente verzichten müssen, werden die drei Sterne über dem Teich und die Beleuchtungen bei allen Haupteingängen montiert. Diese kleinere Weihnachtsbeleuchtung wird nach dem Eindunkeln aktiv und weist uns weihnächtig den Weg zu unserem schönen Alterszentrum. Vielen Dank für Ihr Verständnis.

*Martin Rüesch, Leitung Ökonomie/Stv. Zentrumsleitung*





## Projektgruppe RAPIT

### Regionales Alterszentrum Power Im Tannzapfenland

Das Regionale Alterszentrum Tannzapfenland stellt den Mitarbeitenden jährlich einen Betrag für die betriebliche Gesundheitsförderung zur Verfügung. Die Projektgruppe RAPIT, welche aus Mitarbeitenden aus verschiedenen Abteilungen besteht, organisiert in diesem Zusammenhang Aktivitäten und stellt Informationen zu diesem Thema zur Verfügung. Unter dem Motto: «Kochen mit Mischa – schnell, einfach, gesund» fand im Frühling 2022 ein Kochkurs mit Mischa Straub in der RAT-Küche statt.

In 2er-Teams wurden die einzelnen Menükomponenten zubereitet. Mischa Straub unterstützte uns mit hilfreichen Tipps und Tricks. Unter den Teilnehmenden herrschte eine lockere und gemütliche Stimmung. Es wurde gerüstet, gerührt, angebraten und geplaudert. Zwischendurch wur-

den untereinander die verschiedenen Zubereitungen bestaunt.

Die Auswahl von Mischa Straub war sehr vielseitig. Gestartet wurde mit einer Tomatenkaltschale mit Melonen, weiter ging es mit einem Brotsalat. Zum Hauptgang wurden eine Spinat-Gemüselaagne und eine Couscous-Gemüsepfanne mit einem Joghurdip hingezaubert. Zum Abschluss wurden die Geschmacksrichtungen mit einer Zitronenquarkcrème mit Erdbeeren und Florentiner-Crunch verwöhnt. Es war eine grossartige Teamarbeit und das anschliessend gemeinsame Nachtessen war der verdiente Lohn für die Arbeit. Ein herzliches Dankeschön an Mischa Straub.

*Monika Schenkel, Abteilungsleitung Hauswirtschaft*



## Rückblick diverse Anlässe und Feste

### Männergruppe

Jeden Donnerstagnachmittag trifft sich die Männergruppe. Es wird geplant, gehämmert und gebaut. Zwischendurch darf es aber auch mal gemütlicher zu und her gehen. Bei einem Bier wird über grosse und kleine Themen philosophiert.



### Erzählcafe

Freitagnachmittag 14:00 Uhr in der Aktivierung. Wir treffen uns zum wöchentlichen Erzählcafe. Bei Kaffee und Kuchen werden diverse Themen besprochen. Es wird diskutiert, erzählt, gelacht und mitgeföhlt.



## Freude an den Farben

Von Kohlezeichnungen über Spachteltechniken und Wasserfarben bis hin zu «Malen nach Zahlen.» Am Mittwochnachmittag geht es bunt zu und her in der Aktivierung – die Malgruppe trifft sich zu einem bunten und spassigen Vergnügen.



## Lotto- und Grill-Plausch

Wir trafen uns im Mehrzwecksaal zum grossen Lottospiel. Wer hat zuerst die richtigen Zahlen? Was für Preise kann man dieses Jahr gewinnen? Spannende Fragen zu Beginn des Nachmittags. Anschliessend durften wir bei schönem Wetter die Abendstimmung mit Bratwurst und Kartoffelsalat geniessen.



# ...und noch eine Gutenachtgeschichte

## Ein Gebet buchstabieren – eine chassidische Geschichte

Eines Abends spät merkte ein armer Bauer auf dem Heimweg vom Markt, dass er sein Gebetbuch nicht bei sich hatte. Da ging mitten im Wald ein Rad seines Karrens entzwei und es betrübte ihn, dass dieser Tag vergehen sollte, ohne dass er seine Gebete verrichtet hatte.

Also betete er: «Ich habe etwas sehr Dummes getan, Herr. Ich bin heute früh ohne mein Gebetbuch von zu Hause fortgegangen und mein Gedächtnis ist so schlecht, dass ich kein einziges Gebet auswendig sprechen kann. Deshalb werde ich dies tun: ich werde fünfmal langsam das ganze ABC aufsagen und du, der du alle Gebete kennst, kannst die Buchstaben zusammensetzen und daraus die Gebete machen, an die ich mich nicht erinnern kann.»

Und der Herr sagte zu seinen Engeln: «Von allen Gebeten, die ich heute gehört habe, ist dieses ohne Zweifel das beste, weil es aus einem einfachen und ehrlichen Herzen kam.»

*Autor: Anthony de Mello  
(aus «Warum der Schäfer jedes Wetter liebt»)*

*Ich wünsche Ihnen heute und alle Nächte im Jahr eine gesegnete Nachtruhe und viele schöne Träume.*

*Erika Prandini-Rast, Bildung / Qualität*

## Impressum

**Herausgeber:** Regionales Alterszentrum Tannzapfenland

**Redaktionsleitung:** Franco Graf

**Koordination/Textredigierung:** Sven Müller Kommunikation,  
www.smkom.ch

**Gestaltung und Druck:** insieme Werbung und Design,  
Mannenbach, www.insieme-agentur.ch

**Bilder:** Regionales Alterszentrum Tannzapfenland

**Erscheinung:** 3 x jährlich

**Auflage:** 360 Exemplare

**Regionales Alterszentrum Tannzapfenland**

Rebenacker 4, 9542 Münchwilen

www.tannzapfenland.ch

info@tannzapfenland.ch

Telefon 071 969 12 12



## Geburtstage

Bruhin-Schiesser Anna	01.09.29	Wyss Robert	26.10.30
Castellino Tindaro	06.09.44	Castellino Maria	26.10.53
Blaser Jacqueline	08.09.32	Schöpferle Hartmut	29.10.42
Schürch Heidi	11.09.33	Kupper Werner	01.11.31
Müller Margrit	12.09.48	Beyeler Rainer	05.11.40
Baumann Josef	12.09.42	Maier Trudi	05.11.29
Haas Rosmarie	16.09.39	Stucki Elisabeth	06.11.33
Ott Frieda	18.09.34	Hess Maria	11.11.35
Müller Ruth	20.09.35	Mäder Dora	14.11.30
Burkhart Max	21.09.31	Holenstein Elisabeth	16.11.32
Aust Imelda	22.09.37	Böhi Paul	19.11.32
Zwysig Elisabeth	22.09.35	Kägi Frieda	24.11.25
Lob Robert	23.09.28	Hofer Martha	25.11.23
Ribi Verena	30.09.27	Gröber Thomas	26.11.38
Sutter-Koster Lydia	04.10.35	Rüegg Elsa	01.12.48
Bischofberger Bruno	05.10.44	Röögli Rosmarie	05.12.42
Galella Nicola	06.10.60	Schmucki Hans	12.12.41
Rüthemann Albert	16.10.36	Knecht Maria	19.12.38
Bruhin Dominik	16.10.30	Schmucki Karl	23.12.33
Egger Anny	19.10.31	Achermann Werner	24.12.35
Stieger Ida	21.10.36		

## Bewohner-Mutationen

### Eintritte

Achermann Silvia  
Blöchliger Herta  
Eberli Rosmarie  
Frehner Willy  
Friess René  
Grossmann Irma  
Meister Werner Anton  
Morello Giovanna  
Müller Alice  
Prewo Eckhard Helmut  
Spiller Willi  
Würmli Notburga

### Austritte

Droux Anna

### Gestorben

Ammann Hildegard  
Bolter Karl  
Brunner Theresia  
Hess Silvia  
Morello Giovanna  
Prewo Eckhard Helmut  
Ruckstuhl Karl  
Staub-Schöpferle Aenne  
Wolf Bernadette

## Personal

### Eintritte

Ayala Tunas Yuberka  
Bär Claudia  
Bruderer Tatyana  
Coccaro Lea  
Gashi Merita  
Häfel Jovanka  
Müller Johanna  
Murati Almira  
Nugnes Riana  
Oswald Camila  
Rüttimann Philipp  
Schefer Andrea  
Tresch Gisela

### Austritte

Elser Noemi  
Fitze Carmen  
Kägi Gabriela  
Kaufmann Annette  
Künzli Judith  
Merk Renate  
Wetter Corazon  
Wolf Kevin

### Jubliäen

Yagjibulut Tülay	10 Jahre
Alves Alexandra	5 Jahre
Amstutz Gabriela	5 Jahre
Bürgin Gabriela	5 Jahre