

S'Neuscht vom Tannzapfenland

Ausgabe 2 | 2023



Projekt «Curatime Tätigkeitsanalyse»

Liebe Bewohnerinnen und Bewohner
Liebe Mieterinnen und Mieter
Liebe Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter
Liebe Leserinnen und Leser

Im März führten wir im Regionalen Alterszentrum Tannzapfenland eine Tätigkeitsanalyse durch. Die Pflegefinanzierung verlangt grundsätzlich eine Kostentransparenz dafür, da an dieser Finanzierung die Krankenkassen und die Gemeinden (Restfinanzierung) beteiligt sind. Die CURAtime-Tätigkeitsanalyse hat zum Ziel, die Aufteilung der Pflegeleistungen nachzuweisen, welche als KVG-Pflichtleistungen erbracht werden. Dadurch kann festgestellt werden, wie viel Zeit die Mitarbeitenden täglich pro Bewohnerin

und Bewohner für die Pflege, Betreuung, Pension oder Strukturzeit benötigen. Gleichzeitig kann die Aufteilung der KVG-Pflichtleistungen und auch zusätzlicher Leistungen ausgewiesen werden. Zu diesem Zweck führten wir im gesamten Betrieb eine Tätigkeitsanalyse in Form einer Datenerfassung durch. Die Mitarbeitenden im Bereich Pflege und Betreuung sowie aller anderen Bereiche wie Reinigung, Verpflegung, usw. mussten deshalb vom 20. März bis 2. April alle ihre Tätigkeiten während insgesamt zwei



Wochen mittels Scanner und Strichcode-Leistungskatalog im normalen Betriebsablauf erfassen. Aus Gründen des Datenschutzes waren sämtliche Mitarbeiter- und Bewohnerdaten anonymisiert.

Erfreuliche Resultate und Potenziale

Am Mittwoch, 26. April erhielten wir die detaillierte Auswertung dieser Daten durch die Firma MicroMED. Das erfreuliche Resultat bestätigte, dass das Regionale Alterszentrum Tannzapfenland sehr gut strukturiert ist! Unsere Mitarbeitenden werden alle am richtigen Ort eingesetzt und die Kommunikation findet kurz und direkt statt. Einige wenige Punkte zeigten Verbesserungspotenzial auf, welche durch die Geschäftsleitung nun detailliert evaluiert werden. Die Wäscheverteilung auf den Pflegeabteilungen zeigt beispielsweise noch Veränderungspotenzial auf. Besten Dank an alle Mitarbeitenden und an unsere geschätzten Bewohnerinnen und Bewohner sowie Mietenden für das Verständnis und die Mitarbeit an diesem Projekt.

Franco Graf, Zentrumsleitung



VORSTELLUNG NEUE MITARBEITENDE



Leuza Ibraimi

Mein Name ist Leuza Ibraimi. Ich bin 29 Jahre alt und ledig. Ich bin in Ebnet-Kappel aufgewachsen und lebe weiterhin im schönen Toggenburg. Der Winter lässt mich kalt, ich bin ein absoluter Sommermensch und mag es draussen unterwegs zu sein. Egal ob im Wald spazieren, am See ein Glace geniessen oder beim Inlineskaten so richtig in Fahrt und Bewegung zu kommen! Im Januar 2023 habe ich im RAT die neue Stelle Pflegeexpertin 60% angetreten. Es ist zentral für mich, selbst in der Pflege zu arbeiten. Daher bin ich zwei Tage in der Woche auf der geschützten Wohngruppe anzutreffen. Zuvor bin ich 11 Jahre lang im Kantonsspital St. Gallen tätig gewesen. Während dieser Zeit absolvierte ich das Studium Pflegewissenschaft an der Fachhochschule St. Gallen und war in der Funktion als stellvertretende Stationsleitung tätig. Die jahrelange Erfahrung in einem Zentrumsspital war sehr wertvoll und lehrreich. Diese Expertise möchte ich nun mitnehmen und im Regionalen Alterszentrum Tannzapfenland einbringen!

Leuza Ibraimi, Pflegeexpertin





LeMaLi-Familienlager

In den Frühlingsferien haben eine Freundin und ich zusammen ein Lager für Familien organisiert. Es haben insgesamt zehn Frauen (Mamis/Gottis) mit 16 Kindern teilgenommen. Die Kinder waren im Alter zwischen einem bis sieben Jahren.

Die Ferienwoche haben wir im Naturfreundehaus in Tscherswald (Amden) mit fantastischer Aussicht auf den Walensee verbracht. Das Lagerhaus liegt auf 1'363 m ü.M. und so hat unsere Ferienwoche am Samstag, 15. April mit regem Schneefall begonnen. Die Kinder hatten den Plausch am Schlitteln und Schneemann

bauen. Am Montag stand am Nachmittag ein Ausflug ins Hallenbad in Amden auf dem Tagesprogramm. Alle hatten viel Spass im Wasser. Den Dienstag verbrachten wir auf dem Campingplatz am Walensee in Weesen. Wir genossen ein feines Mittagessen mit gegrillten Würstchen, Gemüse zum Dippen und Schokoladenbananen. Der schöne Spielplatz und Sandstrand luden zum Verweilen ein.

Schokolade und Rührei

Am Mittwoch waren wir kreativ, haben mit Batik T-Shirts gefärbt und den Wald rund ums Haus erkundet. Am Donnerstag haben wir Scho-

koladen verziert, draussen gespielt oder individuelle Ausflüge, z.B. zum House of Läderach in Bilten, gemacht. Das Ergänzen der gefärbten T-Shirts mit der Beschriftung LeMaLi-Lager durfte natürlich auch nicht fehlen. Den Abend liessen wir mit einem Dog (Gesellschaftsspiel ähnlich wie «Eile-mit-Weile») ausklingen. Am Freitag kochten wir Rührei auf dem Feuer. Jede/r durfte sich in einem Plastiksack sein eigenes Rührei zusammen stellen mit verschiedenen Zutaten (Schinken, Käse, Gemüse, etc. und zwei Eiern). Diese wurden im siedenden Wasser gekocht. Am Nachmittag gab es noch eine Schatzsuche im Wald und wir gestalteten ein

Bild mit Eierschalen werfen (mit Farbe gefüllte Eierschalen auf Leinwände werfen). Zum «Znacht» gab es Pizza und Schwarzwäldertorte. Alle durften noch am Glücksrad drehen und kleine Preise gewinnen.

Am Samstag hiess es dann leider schon wieder packen, putzen und abreisen. Wir verbrachten alle eine unvergessliche und grossartige Lagerwoche.

Angela Inauen, Leitung Finanzen und Administration



Endlich durfte die Fasnacht wieder im gewohnten Rahmen stattfinden. Die Vorfreude war gross und die Aufregung spürbar. Alle Abteilungen haben ihre Bewohnerinnen und Bewohner auf den Anlass vorbereitet. Der «fasnächtlich» geschmückte Mehrzweckraum hat ein buntes und fröhliches Gesicht erhalten.

Für das leibliche Wohl sorgte unser Küchenteam, traditionell mit Fasnachtsgebäck und Wienerli oder Weisswürsten mit Kartoffelsalat. Das Servicepersonal hat mit viel Einsatz dafür gesorgt, dass kein Wunsch offen blieb. Herzlichen Dank dafür an beide Teams.

Mit den ersten Klängen der «Partybirds» hat die Stimmung sofort Schwung aufgenommen. Hier ein Tänzchen und dort eine kleine Episode, die man sich aus vergangenen Fasnachtszeiten erzählt hat. Das Rätselraten, wer wohl hinter dieser oder jener Maske steckt, hat auch zur Unterhaltung beigetragen. Konfetti und Tischbomben und die obligaten Polonaisen durften selbstverständlich auch nicht fehlen.

Es hat sich wieder einmal gezeigt, wie wichtig die Fasnachtstradition ist. Ein Nachmittag mit schönen Begegnungen und Gesprächen, aber auch das gemeinsame Erlebnis der Mitarbeitenden aus den verschiedenen Bereichen. Alle Abteilungen haben sich mit Freude an dem Anlass beteiligt und zum guten Gelingen beigetragen.

Roswitha Orlandi, Personalwesen/Stv. Leitung Finanzen und Administration

Schmutziger Donnerstag im RAT





Attraktive Ausbildungen im RAT

Das Regionale Alterszentrum Tannzapfenland in Münchwilen ist ein attraktiver, interessanter, vielseitiger und dynamischer Ausbildungsbetrieb mit einem breiten Lehrstellenangebot.

Für eine praxisnahe Berufsorientierung öffnete das Regionale Alterszentrum Tannzapfenland am 15. März die Türen für erwartungsvolle Schülerinnen und Schüler aus den 13 regionalen Vertragsgemeinden. Den Jugendlichen hilft der Besuch zur Entscheidungsfindung und bietet einen Einblick in die Arbeitswelt. Motivierte Jugendliche nahmen gerne die Einladung für einen Einblick in unseren Ausbildungsbetrieb an.

Stände zur praktischen Infovermittlung

Mit sechs Marktständen wurden die Ausbildungsangebote unserer Institution vorgestellt: Pflege, Aktivierung, Gastronomie, Hauswirtschaft, Ökonomie und Verwaltung. Die Schülerinnen und Schüler durften an verschiedenen Stationen praktische Arbeiten verrichten und selbst Hand anlegen. Sie konnten Kontakte mit den Berufsbildnerinnen und Berufsbildnern knüpfen und vertiefte Informationen über die Berufsfelder einholen.

Offene Fragen über die berufliche Ausbildung mit ihren Karriereperspektiven konnten geklärt werden und gar Schnupperwochen wurden besprochen. Unsere Lernenden zeigten den Schülerinnen und Schülern berufsspezifische Fertigkeiten, erzählten von ihren bisherigen Erfahrungen in der Ausbildung, gaben kompetent Auskünfte über ihren gewählten Lehrberuf und über das Lehrlingsleben im Allgemeinen.

Nach einem spannenden Einblick hinter die Kulissen des Regionalen Alterszentrum Tannzapfenland durften die Schülerinnen und Schüler zum Abschluss in der Küche einen kleinen Hamburger als Snack zubereiten. Vielleicht ist der eine oder die andere auf den Geschmack gekommen und findet den gesuchten Traumberuf unter den Angeboten. Der feine Zvieri und die vielen Informationen gilt es aber erst einmal zu verdauen. Wir dürfen uns an einem gelungenen Anlass mit vielen bereichernden Begegnungen freuen und darauf zurückblicken. Besten Dank an alle Schulleitungen, an die Lehrpersonen sowie Schülerinnen und Schüler für das Interesse an unserer Institution. Wir freuen uns auf zahlreiche Lehrstellenbewerbungen.

Erika Prandini-Rast, Bildung/Qualität



Pflege-Ausbildungen



Ausbildungen in Büro und Verwaltung



Ausbildungen im Technischen Dienst



Ausbildungen in der Küche

Lehrlingsausflug

Am Mittwoch, 5. April versammelten sich alle Lernenden und Berufsbildner aus dem Regionalen Alterszentrum Tannzapfenland frisch und munter vor dem Haupteingang. Mit dem EUROBUS ging die Fahrt Richtung Zürich Zoo los. Vor dem Haupteingang des Tierparks teilten wir uns in zwei Gruppen auf. Wir wurden bereits von zwei Zoo-Mitarbeitern erwartet, denn wir hatten eine Tour durch die Lewa Savanne gebucht, welche uns gleich früh am Morgen bevorstand. Unser Zooführer lotste uns durch verschiedene Wege zur Lewa Savanne. An der Savanne angekommen, trafen wir gespannt auf die vielen schönen Tiere wie Zebras, Stachelschweine, Nashörner und Giraffen. Unser Tourleiter konnte uns viele neue, wissenswerte Informationen über die jeweiligen Tiere erzählen und wir haben alle viel Neues dazu gelernt. Unsere Gruppe hat die spannende Information bekommen, dass eine Hyäne das stärkste Gebiss unter den Säugetieren besitzt und dass der Zürich Zoo an einem Tag 3'000 Franken nur für das Futter der Tiere ausgibt. Nach unserer 1 ½ Stunden-Tour war es Zeit zum Mittagessen, welches wir im Restaurant «Altes Klösterli» genossen haben. Nach dem leckeren Lunch «Pouletgeschmetzeltes an Champignonsauce und Butterrösti», durfte jeder für sich individuell den Zoo entdecken. Nach einem langen, aufregenden Tag brachen wir am späten Nachmittag auf nach Hause in die Ostschweiz.

Kathrin Müller und Leila Felix, Lernende FaGe, 2. Lehrjahr



Abschied Jolanda Wick



Am 31. März durften wir Jolanda Wick, Mitarbeiterin Gastronomie/Service/Cafeteria, in die Pension verabschieden. Sie startete bei uns in der Cafeteria am 1. Juni 2008 als Mitarbeiterin Service. Das Team bestand damals aus vier Mitarbeitenden. Heute haben wir 24 Mitarbeitende im Gastronomieteam Service. Während ihren beinahe 15 Jahren Mitarbeit im Regionalen Alterszentrum Tannzapfenland hat sie sieben verschiedene Zentrumsleitungen erlebt – dies vor allem in ihrer Anfangszeit.



Herzlichen Dank an Jolanda Wick für ihren Einsatz und ihr stets offenes Ohr für die Anliegen unserer Bewohnenden. Wir freuen uns, dass uns Frau Wick nach ihrer Pension bei Engpässen weiterhin unterstützen wird. Gegebenenfalls treffen wir sie auch beim Pensionierten-Treff der ehemaligen RAT-Mitarbeitenden an.



Stromspitzen-Reduktion in der Küche

Martin Rüesch, Leitung Ökonomie und Stv. Zentrumsleitung, sensibilisierte die Mitarbeitenden der Küche dazu, zukünftig die Stromspitzen bewusst zu reduzieren. Neu werden aufgrund dieser Vorgabe am Morgen nicht mehr alle Geräte auf einmal einge-

schaltet, sondern zeitlich versetzt. So kann mit wenig Aufwand die Stromspitze reduziert werden. Durch das Brechen der Stromspitzen haben wir eine günstigere Netznutzung. Danke an Martin Rüesch sowie an Roland Signer (Küchenchef) und sein Team.

Andreas Steingruber, Leitung Gastronomie

Schweizer Hotdog



Zutaten für 4 Personen

- 3 Cervelats, geschält, längs geviertelt
- 1 EL Rapsöl
- 1 Holzofen-Baguette, längs halbiert
- 3 EL Senf
- 200 g Raclettekäse, in Scheiben
- 4 Essiggurken, in Scheiben
- 4 Radieschen, in feinen Scheiben

Zubereitung

Vorbereitende Arbeit vor dem Ofengang

Die Cervelats in heissem Öl von beiden Seiten 3 bis 5 Minuten anbraten. Bestreichen Sie den Baguetteboden mit Senf und legen Sie das Baguette auf ein Backblech. Füllen Sie das Baguette mit den gebratenen Cervelats und legen Käsescheiben darüber. Den Baguette-Deckel legen Sie daneben, damit er mitgebacken werden kann.

Jetzt kommt der Ofen ins Spiel

Das Baguette in der Mitte des auf 160 °C vorgeheizten Ofens für 5 bis 6 Minuten überbacken, bis es eine knusprige Farbe bekommt und der Käse geschmolzen ist. Das Baguette aus dem Ofen nehmen, es mit Gurkenscheiben und Radieschen garnieren und den Deckel darauflegen. Jetzt können Sie nach Bedarf das Brot in Stücke schneiden und fertig ist das herzhafteste Gericht!

Übrigens: Wenn Sie dieses Rezept mit saisonalen Schweizer Produkten zubereiten, schmeckt es noch besser!

En Guete!

Mischa Straub, Stv. Leiter Küche

Personalabend der Abteilung Service Gastronomie

Schon lange war es ein Wunsch der Mitarbeitenden des Gastronomie Service-Teams, den Teamanlass im Winter durchzuführen. Karin Meili stellte sich zur Verfügung, um den Anlass für das Team zu organisieren. Wo sollen wir uns an diesem Gruppenabend treffen? Was für ein Lokal können wir buchen, um mehr oder weniger unter uns zu sein – eher eine Schützenstube oder ein Vereinslokal? Oder sogar bei uns im RAT? Plötzlich kam uns die Idee mit der Besenbeiz zur Trotte in Ettenhausen, die eigentlich nur an den Wochenenden (Samstag/Sonntag) offen hat. Glücklicherweise bekamen wir auf unsere Anfrage sofort die Zusage für den Donnerstagabend.

Sich für einmal bedienen lassen

So trafen wir uns am Donnerstag, 30. März zu einem gemütlichen Raclette-Abend. Als wir um 19:00 Uhr im Lokal eintrafen, waren die Tische für uns bereits schön gedeckt. Wie angekündigt konnten wir um 19:30 Uhr mit dem Käse schmelzen starten. Es gab drei Sorten Raclettekäse, dazu Kartoffeln, Cornichons, Oliven und Teufelhörnchen. Gemeinsam genossen wir das Raclette in vollen Zügen. Auch ein Dessert zum Abschluss durfte nicht fehlen. Es gab eine selbst gemachte Vacherin-Torte mit hausgemachtem Fruchtsalat. Wir vom Service Gastronomie-Team haben den Abend in vollen Zügen genossen. Vor allem auch darum, weil wir uns einfach hinsetzen und bedienen lassen durften (in unserem Job ist es ja üblicherweise umgekehrt).



Für diesen Anlass haben wir das Geld aus der Personalkasse erhalten. Bei uns im RAT darf jede Abteilung einen eigenen Anlass organisieren, der von der Personalkasse mit einem fixen Beitrag pro Mitarbeitenden finanziert wird. Herzlichen Dank an unsere lieben Bewohnerinnen und Bewohner, An- oder Zuhörigen sowie an unsere externen Gäste, welche den Anlass jeweils dank ihrem Trinkgeld in die Personalkasse ermöglichen. Es war ein schöner Abend, an den wir uns gerne zurückerinnern. Einzelne Mitarbeitende haben anschliessend den Abend mit einem Umtrunk in der näheren Umgebung ausklingen lassen.

Rita Bosshard, Leitung Cafeteria/Service



NEWS AUS DER PFLEGE UND BETREUUNG

Der richtige Schuh – eine Gesundheitsvorsorge

Gehen, rennen und hüpfen – unsere Füsse tragen uns schon das ganze Leben lang, wobei sie dabei meistens in Schuhen stecken. Mit zunehmendem Alter und auftretenden Erkrankungen verändern sich auch die Füsse. So führen rheumatische Erkrankungen der Füsse bzw. der Sprung- und Zehengelenke zu Schmerzen, Deformationen und Fehlstellungen. Auch die häufig vorkommende Zuckerkrankheit (Diabetes mellitus) oder ein übermässiger Alkoholkonsum beeinträchtigen die Füsse. Es kommt zu Nervenschäden, der sogenannten Neuropathie. Betroffene verlieren das Gefühl in den Füssen und das Temperatur-, Druck- und Schmerzempfinden nimmt stetig ab. Dies kann dazu führen, dass enge Schuhe nicht als eng empfunden werden, Kieselsteine nicht bemerkt werden oder kleinste Hautverletzungen entstehen, die zu grösseren Wunden führen. Geschwollene Füsse in Verbindung mit Venenleiden sind ebenfalls keine Seltenheit. Machen Sie den untenstehenden Schuh-Check oder beachten Sie diesen beim nächsten Einkauf. Bei medizinisch relevanten Beschwerden kann vom Hausarzt, Orthopäden oder Chiropraktiker ein Therapieschuh verschrieben werden. Je nach Krankenkasse und von Fall zu Fall wird dieser als eine Pflichtleistung aus der obligatorischen Grundversicherung vergütet. Die Aktivierung organisiert immer wieder Schuhverkäufe mit Sonderangeboten – nicht verpassen! Bei Fragen wenden Sie sich bitte an das Pflegepersonal.

Leuza Ibraimi, Pflegeexpertin



DER SCHUH-CHECK

- Die Schuhspitze ist eine Daumenbreite länger als der Zeh
- Die Schuhweite bietet auch bei breiten, geschwollenen Füssen Platz
- Rutschfeste Sohlen reduzieren das Sturzrisiko
- Geschlossene oder halboffene Schuhe geben dem Fuss am meisten Halt
- Material aus echtem Leder eignet sich am besten, es passt sich der Fussform an
- Im Sommer einen Schuh auswählen, der aus atmungsaktivem Material besteht
- Darauf achten, ob hartes Material oder Nähte Druckstellen verursachen
- Den Verschluss so einfach wie möglich halten. Es gibt schöne Modelle mit Klett- oder Reissverschlüssen

Christian Mettler



Steckbrief

Lieblingessen

«Pastetli mit Fleisch – so wies mini Frau chochät»

Lieblingsgetränk

«Rivella Rot – und zwüsched ie es Bier»

Lieblingfilm

«Winnetou – isch au dä erst woni im Kino gseh ha»

Am 15. März 1955 erblickte ich, Christian Mettler als jüngster von fünf Kindern, in Hertsau das Licht der Welt. Aufgewachsen auf einem Bauernhof in Ebersol im Neckertal, genoss ich eine schöne Kindheit. Ich kann mich noch gut erinnern; wir mussten viel auf dem Hof anpacken. «Mär hät nüt anders kännt...»

Mit sechs Jahren habe ich zum ersten Mal eine Kuh gemolken. Ihr Name war «Hirz». Für mich war das keine grosse Sache, es gehörte einfach dazu. Wir hatten keinen Fernseher, so haben wir die Zeit auch ohne gut rumgebracht. An den ersten Schultag kann ich mich noch gut erinnern – so als wäre es gestern gewesen. Die Freude, dass es endlich los geht, war gross. Die Schule bestand aus einem Zim-

mer in dem die 1. bis 6. Klasse zusammen unterrichtet wurde. In der ersten Reihe sassen die Erstklässler, in der zweiten Reihe die Zweitklässler und so weiter. Nebst diesem Zimmer gab es auch noch ein «Spitzkämmerli». Diese Kammer diente dazu, dass jeweils ein älterer Schüler mit einem jüngeren Schüler (z.B. 3. Klässler/1. Klässler) in Ruhe lesen lernen konnte. Mit viel Glück und etwas Geschick konnte ich den «Straf-Tatzen» der Lehrer stets ausweichen und so vergingen auch die Schuljahre in guter Erinnerung.

Mit 15 Jahren wusste ich: «jetzt oder nie». Anstatt, wie von meinen Eltern geplant, im Sommer beim «Heuen» und im Winter beim «Graben» zu helfen, rief ich beim St. Galler Bahnhof an und bat um



noch nicht viel dabei gedacht und wusste nicht, dass die Anstellung von diesem «Fräulein» mein Leben so bereichern wird. Nach mehreren Begegnungen beim Arbeiten realisierte ich jedoch deutlich, dass ich grossen Gefallen an der hübschen «Ticketverkäuferin» bekam. Eins führte dann zum anderen und auch sie fand mich «gar nicht mal so schlecht.» Somit trafen wir uns dann nicht nur beim Arbeiten. Unsere Liebe wuchs so stark, dass wir den Wunsch hegten, zusammen zu leben. Zu dieser Zeit war dies jedoch unmöglich, ohne absehbare Eheschliessung. Das war für uns jedoch kein Problem. Unsere Gefühle füreinander waren untrennbar, daher konnten wir es kaum erwarten, das Leben gemeinsam zu gestalten. An der Vogelbuckstrasse 40 in Effretikon starteten wir unser Abenteuer. Unsere Hochzeitsreise in die südfranzösische Camargue war der perfekte Start dazu.

Familienglück

Im Dezember 1978 bekamen wir unser erstes Geschenk: unsere Tochter Mirjam. Vater zu werden ist eine meiner schönsten Erfahrungen. Im März 1982 wurde unsere Familie nochmals beschenkt mit der Geburt unseres Sohnes Roger. Unser Familienglück war somit komplett. Rund fünf Jahre später entschieden wir uns eine Hauskatze in die Familie aufzunehmen. Simba war von da an unser treuer Freund und Begleiter. Gerne denke ich an unser Familienglück zurück und schweige auch mal in Erinnerung: unsere Ferien in Gran Canaria – unsere Ferien in Florida... und noch vieles mehr. Das schönste Familienereignis war die Reise 2016 nach San Francisco mit dem Roadtrip durch Amerika – was für ein Abenteuer! Meine beiden Kinder abwechselnd am Steuer und meine Frau und ich auf der Rückbank. Entspannt zurückgelehnt, Kopf aus dem Fenster mit wundervollen Eindrücken und die Sonne im Gesicht.

Noch grossartiger als Vater zu sein, ist es, wenn man Grosseletern wird. Man darf sich auf das Verwöhnen konzentrieren und kann die Erziehung entspannt den Eltern überlassen. Unsere vier Enkelkinder Céline, Alain, Béla und Kimi geniessen wir bei jeder Gelegenheit.



Yıldız Apaydin, Leitung Aktivierung

einen Job. Tatsächlich startete ich diesen dann am 7. Dezember 1970. Meine Arbeiten waren Gepäck sortieren und die Wagenreinigung. Im Frühling darauf durfte ich dann die Betriebsausbildung in Wattwil starten. Das waren spannende 1 ½ Jahre – doch es wurde noch spannender. Nach meiner Lehrzeit wurde ich im Bahnhof Schwerzenbach, in der Grosse-region Zürich eingeteilt: «Heiii – bin ich ufregret gsi.»

«Neue Disponentin mit Folgen»

Die Arbeit und das Leben in Zürich sagten mir sehr zu... und es kam noch besser. Wie ihr euch vorstellen könnt, arbeiten am Bahnhof viele Leute. Angestellte kommen und gehen. Eines Tages vernahm ich, dass wir eine neue Betriebsdisponentin bekommen. Eine waschechte Zürcherin. Ich hab mir da

VORSTELLUNG NEUE MITARBEITENDE

Angelina Trapletti

Mein Name ist Angelina – nicht Jolie, die berühmte Schauspielerin, sondern Trapletti.

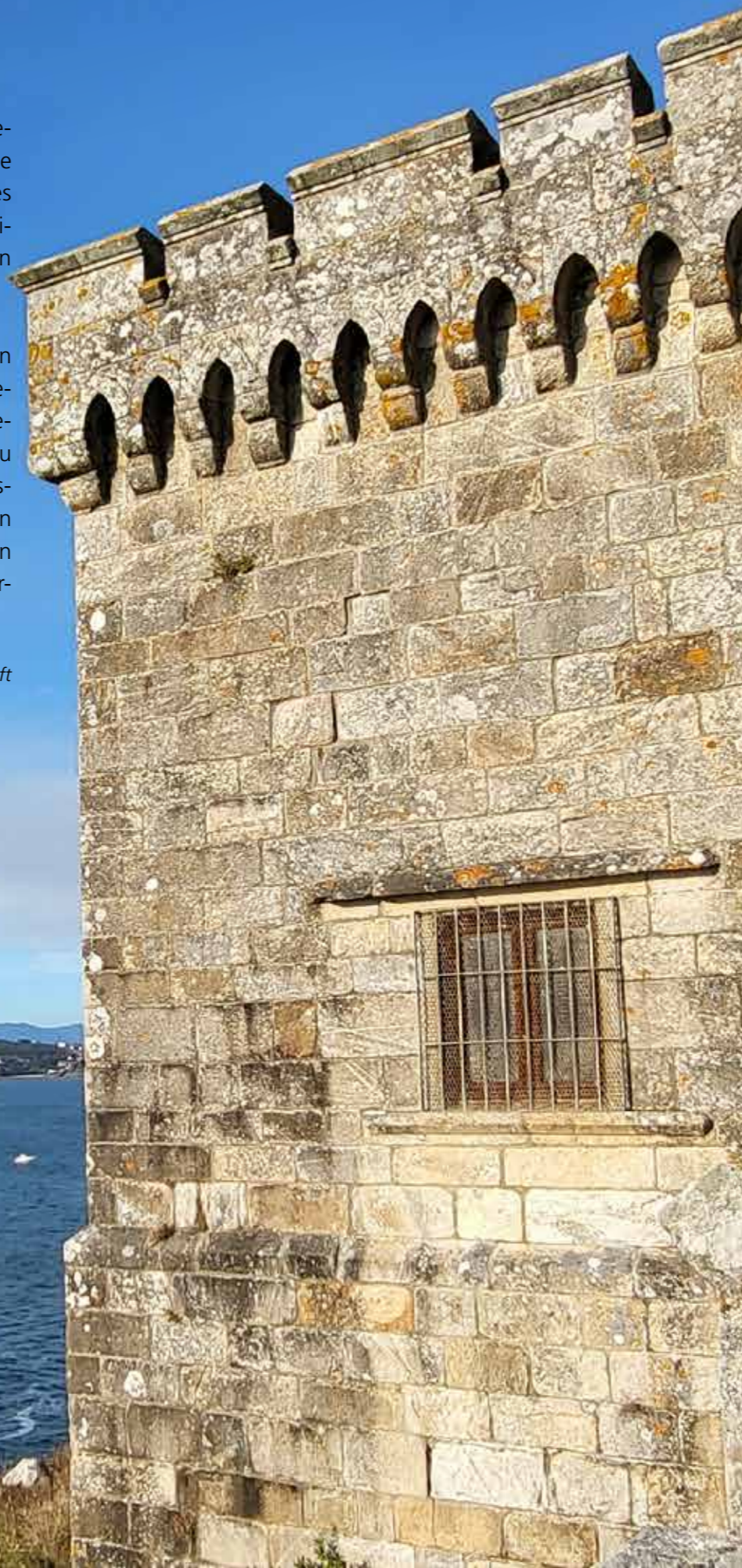
Aufgewachsen bin ich im schönen Thurgau. Ich habe zwei Schwestern, die mich beide schon zur glücklichen Tante gemacht haben. In Münchwilen wohne ich in einem sehr grossen Haushalt, zusammen mit meinem Partner sowie unseren sehr pflegeintensiven Katzen und unseren kleinen Dauergästen, den Meerschweinchen. In meiner Freizeit nähe ich sehr gerne Kleider wie T-Shirts, Abendkleider und vieles mehr für Freunde und Verwandte. Das Gärtnern gehört ebenfalls zu meiner Freizeitbeschäftigung – es ist sogar eine Leidenschaft. Ausflüge und Wanderungen sind ein Teil von mir. Auch Geschichte interessiert mich sehr, weswegen ich gerne in der Schweiz sowie im Ausland Burgen besuche.

Nach der obligatorischen Schulzeit begann ich die Ausbildung als Bäckerin-Konditorin, die ich erfolgreich abgeschlossen habe. Nach der Berufslehre orientierte ich mich neu und entdeckte den Beruf Fachfrau Hauswirtschaft. Was an sich praktisch ist, da man den Schmutz, den man als Bäckerin-Konditorin verursacht, als Fachfrau Hauswirtschaft wieder reinigen lernt. Somit begann ich meine zweite Ausbildung als Fachfrau Hauswirtschaft in einem Alters- und Pflegeheim.

Der Kontakt mit den Bewohnerinnen und Bewohnern bereitete mir damals bereits sehr grosse Freude. Während meiner Ausbildung erfüllte es mich mit Begeisterung, einen wesentlichen Beitrag dazu zu leisten, dass es den Bewohnenden gut geht.

Nach erfolgreichem Abschluss meiner zweiten Ausbildung wechselte ich vom Alters- und Pflegeheim in die Hotellerie. Nach drei Jahren in dieser Branche realisierte ich, dass mir der Bezug zu den Bewohnerinnen und Bewohnern im Alters- und Pflegeheim fehlte. Deshalb übe ich meinen Beruf in der Hauswirtschaft nun im Regionalen Alterszentrum Tannzapfenland mit voller Überzeugung und Freude aus.

Angelina Trapletti, Stv. Leitung Hauswirtschaft





Neue Gartenbestuhlung

Die bestehende Gartenbestuhlung aus dem Jahr 2010 und 2011 hat immer noch sehr gut in unsere Parkanlage gepasst. Die anthrazitenen Tische und die passenden Stühle sind pflegeleicht und bequem. Das grosse Problem waren aber die Stühle. Wenn man nie sicher ist, ob ein Stuhl in Ordnung ist oder eventuell eine Schweissnaht bricht, habe ich als Sicherheitsverantwortlicher grosse Bedenken, diese Gartenstühle weiter in Gebrauch zu lassen. Deswegen haben wir uns entschieden, die Gartentische weiterhin zu behalten und nur passende Stühle zu den Tischen zu finden.



Die Firma Hunn Gartenmöbel lieferte uns Stühle exakt nach unseren Wünschen (Stil, Farbton). Da es die Gartentische immer noch gibt, haben wir im Hinblick auf den Ausbau Ostflügel entschieden, dass wir zum Stuhlersatz auch noch die Gartentische etwas aufstocken. Denn unser Ziel ist es, dass wir in Sachen Einrichtung zukünftig eine visuelle Einheit auch auf den Balkonen erreichen.

Ende März 2023 konnten wir die neue Gartenbestuhlung mit einem kleinen Geschenk für alle Mitarbeitenden (Kaffeekarte) einweihen. Die vielen positiven Rückmeldungen zur neuen Bestuhlung sowie das kleine Präsent geben uns die Bestätigung, dass wir auf dem richtigen Weg sind und geben uns auch den Ansporn, vorausschauend und mit viel Ehrgeiz weiterhin das Beste für unsere Institution zu erreichen.

Martin Rüesch, Leitung Ökonomie/Stv. Zentrumsleitung

Neue Beleuchtung für die Verkehrswege im AWH und AW1

Die hohen Energiepreise, das grosse Sparpotenzial, die Verkaufsverbote von FL Leuchten (Leuchtstoffröhren) und die in die Jahre gekommene Beleuchtung in den Verkehrswegen des AWH und AW1 haben mich dazu bewegt, nach einer neuen Beleuchtung umzusehen. Solche Investitionen müssen schon ein Jahr im Voraus geplant werden, denn solche Optimierungen kosten schnell mehrere 10'000 Franken.

geschlossen werden. Somit sparen wir im Jahr rund 6'000 kWh Strom ein und die Investition wird in rund zehn Jahren amortisiert sein. Solche Umbauarbeiten können wir in Eigenregie nur durchführen, weil wir ein sehr vielseitiges und top ausgebildetes technisches Team haben. Herzlichen Dank an Marco Thalmann und sein Team für die ausgezeichnete Arbeitsausführung.

Martin Rüesch, Leitung Ökonomie/Stv. Zentrumsleitung

Bei einem solchen Austausch muss man an viele Faktoren denken:

- Deckt die neue Leuchte alle Montagelöcher der alten Leuchte?
- Entspricht die neue Leuchte der erforderlichen Lichtstärke?
- Brauchen wir neben dem Lieferanten auch noch Leistungen von anderen Handwerkern?
- Erfüllt die neue Leuchte auch die Notlichtfunktion, usw.?

Mit dem Lieferanten EM Elektro-Material fanden wir einen Anbieter, bei welchem wir sämtliche Materialien direkt beziehen können. So profitieren wir von noch besseren Konditionen. Ende Januar 2023 wurden die Leuchten geliefert. Insgesamt haben wir 180 Meter Leuchten ersetzt. Dank der umsichtigen Planung und der sehr guten Zusammenarbeit der Pflegeabteilung mit dem Technischen Dienst sowie dem Verständnis der Bewohnenden, konnte dieser Umbau der Leuchten in nur drei Wochen erfolgreich abge-



Rätselseiten

Rätsel 1

Welche Blumen sind hinter dem Raster erkennbar?

1



2

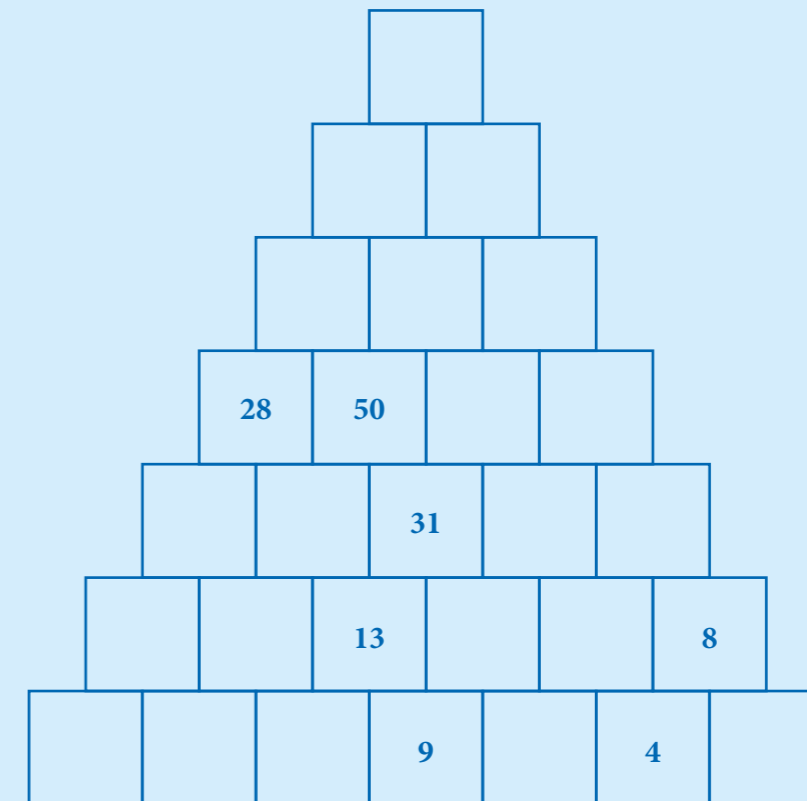


3



Rätsel 2

Ergänzen Sie die fehlenden Zahlen. Jede Zahl ergibt sich aus der Summe der darunterliegenden beiden Zahlen.



Rätsel 3

Welche Zahl gehört an die Stelle des Fragezeichens?

- 80
- 40
- 48
- 24
- ?
- 16

Rätsel 4

BUCH

DAMPFER

RIEGEL

KISSEN

REISE

GEWICHT

Setzen Sie die untenstehenden Bruchstücke so vor die obenstehenden, dass sechs neue sinnvolle Wörter entstehen. Bei richtiger Lösung ergeben deren sechs Anfangsbuchstaben ein Ruderboot.

NOUGAT

DAUNEN

GESETZ

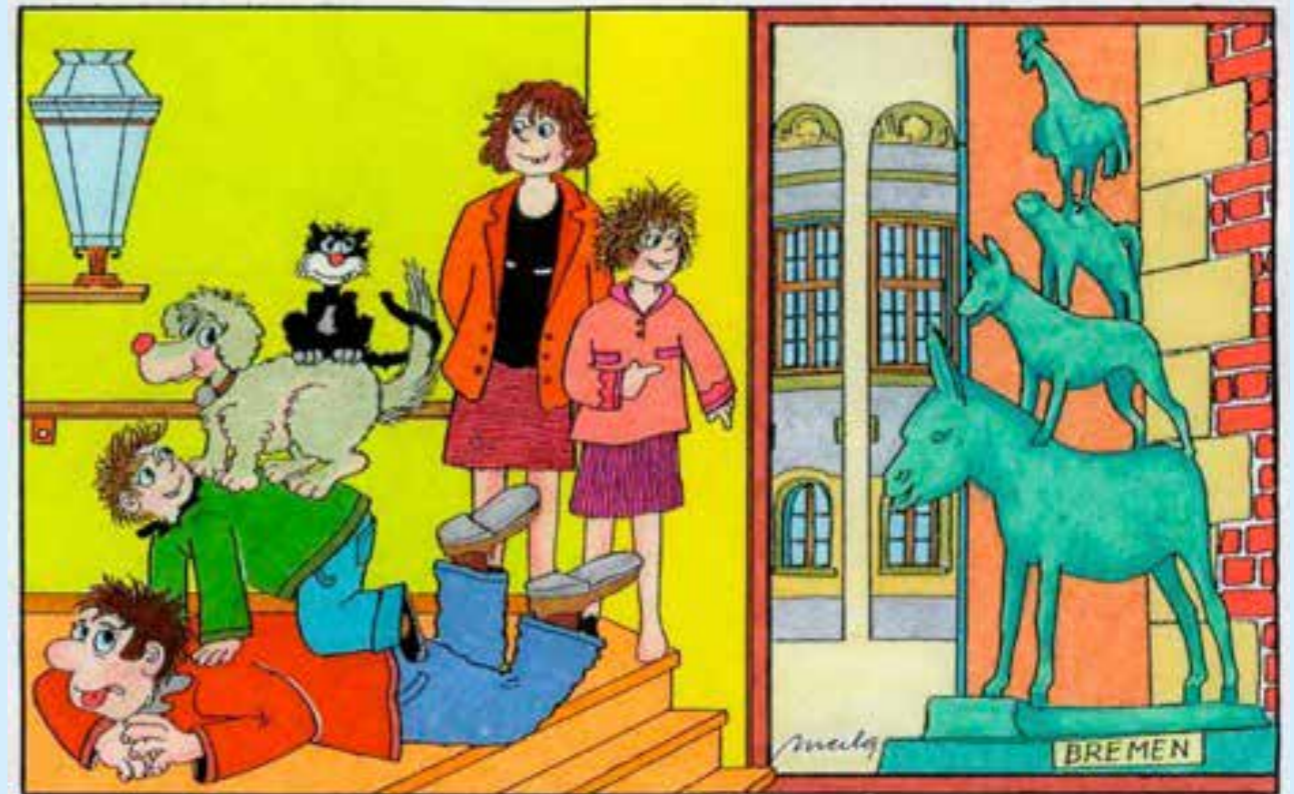
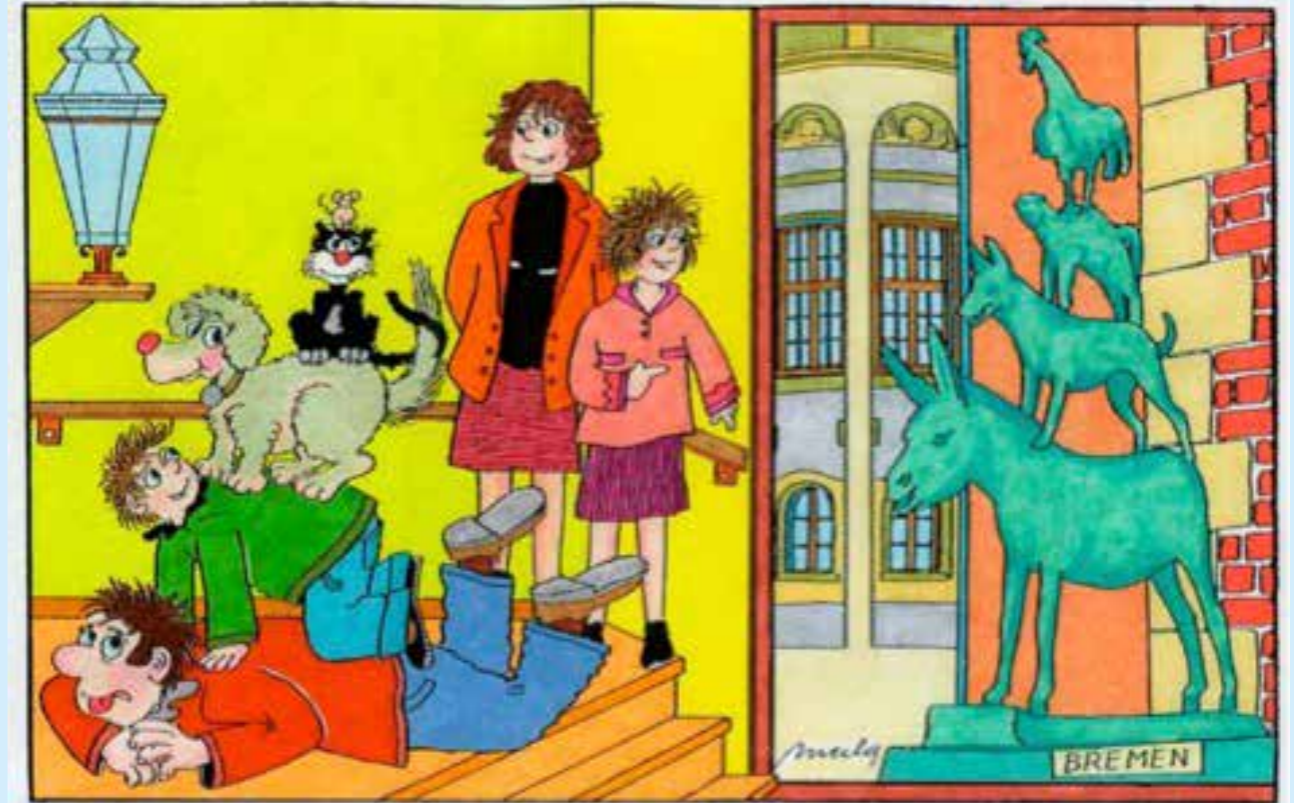
LEICHT

OZEAN

ERLEBNIS

Rätsel 5

Finden Sie die 10 Unterschiede!



Rätsel 6

1. Wie nennt man ein schwarzes Pferd?

- a) Schecke b) Brauner c) Fuchs d) Rappe

2. Die Samen welches Nadelbaumes sind essbar?

- a) Zeder b) Pinie c) Eibe d) Lärche

3. Wie heisst ein hoheitlich erteiltes, gewerbliches Schutzrecht für eine Erfindung?

- a) Siegel b) Patent c) Bulletin d) Garantie

4. Welches Tier sehen die Autofahrer in Schweden auf den Warnschildern?

- a) Bär b) Elch c) Bison d) Husky

5. Welche Flagge ist das?



- a) Albanien b) Bahrain c) Kanada d) Bermuda

6. Welche Flagge ist das?



- a) Irak b) Tunesien c) Belgien d) Deutschland

7. Welche Flagge ist das?



- a) Australien b) Burkina Faso c) Dänemark d) England

8. Welche Flagge ist das?



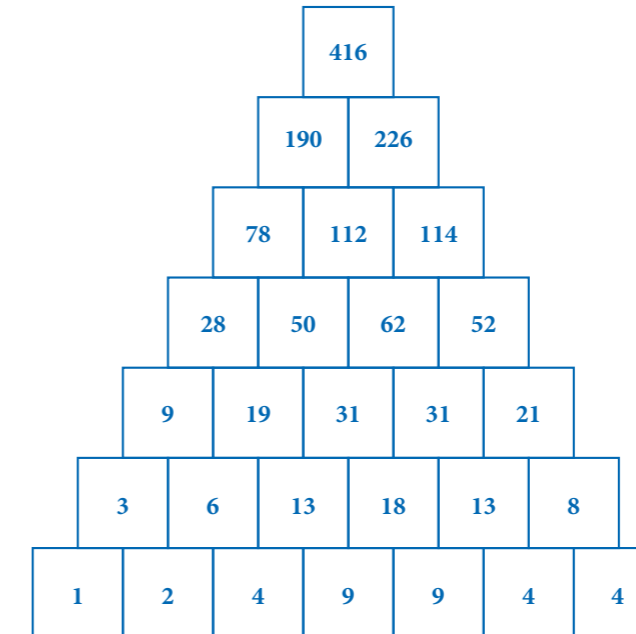
- a) Australien b) Falklandinseln c) Costa Rica d) Curaçao

Lösungen:

Rätsel 1

1. Narzissen 2. Krokusse 3. Pfingstrosen

Rätsel 2



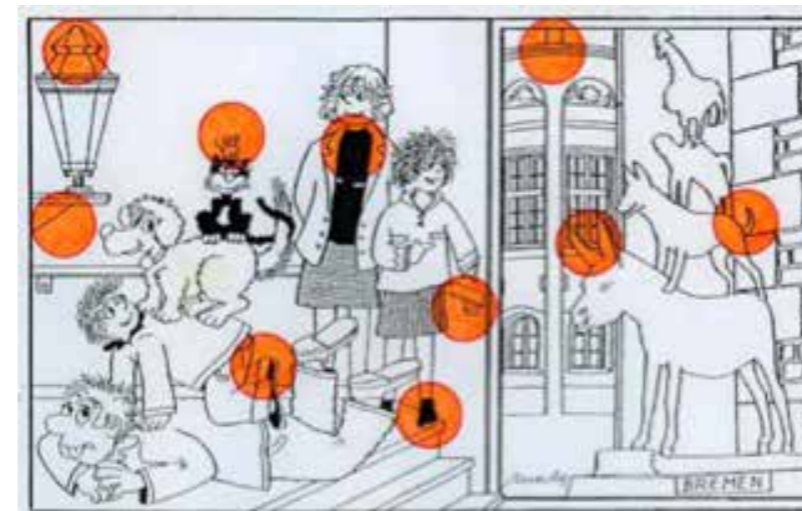
Rätsel 3

32 – es wird abwechselnd durch 2 und die 8 addiert. Die erste Zahl wird durch 2 dividiert, bei der zweiten 8 addiert und so weiter.

Rätsel 4

GESETZBUCH, OZEANDAMPFER, NOUGATRIEGEL, DAUNENKISSEN, ERLEBNISREISE, LEICHTGEWICHT
Ruderboot: GONDEL

Rätsel 5



Rätsel 6

1d, 2b, 3b, 4b, 5c, 6c, 7c, 8a

Neujahrs-Apéro

In einer gemütlichen Runde sind wir ins Jahr 2023 gestartet. Am Neujahrs-Apéro konnten wir gemeinsam auf ein gutes, neues Jahr anstossen und bei feinem Gebäck den Klängen von Fredy Keller lauschen.



Hobbysänger Bronschhofen

Am 14. Januar 2023 waren die Hobbysänger von Bronschhofen im RAT. Ein gemütlicher Nachmittag bei toller Musik – Danke!



Fasnacht

Am schmutzigen Donnerstag haben die Bewohnerinnen und Bewohner mit bunten Kostümen und Konfetti die Narrenzeit gefeiert. Untermalt wurde der Anlass mit Musik, Spass und Tanz – auch eine Polonaise durfte nicht fehlen.



Tag der Kranken

Zum diesjährigen «Tag der Kranken» am 5. März begrüßten wir die Musikgruppe «Typisch Chrüz & Quer». Vielen Dank für die gute Unterhaltung.



«Singen mit Petra»

Die Alterskommission veranstaltete in Planung mit der Aktivierung am 7. März einen Singnachmittag in der Stube Tanzapfenland. Mit altbekannten und neuen Liedern genossen wir einen musikalischen Nachmittag.



Grosser Jass-Nachmittag WIA gegen RAT

Am 14. April ging es heiss zu und her in der Stube Tanzapfenland. Das grosse Jass-Turnier stand bevor. Es war für alle Teilnehmerinnen und Teilnehmer ein spannender und geselliger Nachmittag. Die Schlusswertung zeigte: Das RAT hat gewonnen. Lag das am Heimvorteil? Wir wissen es nicht. Jedoch hoffen wir alle auf eine baldige Revanche.



...und noch eine Gutenachtgeschichte

Keine Zeit!

Ein Mann geht im Wald spazieren. Nach einer Weile sieht er einen Holzfäller, der hastig und sehr angestrengt dabei ist, einen auf dem Boden liegenden Baumstamm zu zerteilen. Er stöhnt und schwitzt und scheint viel Mühe mit seiner Arbeit zu haben. Der Spaziergänger geht etwas näher heran, um zu sehen, warum die Arbeit für den Fäller so schwer ist. Schnell erkennt er den Grund und sagt zu dem Holzfäller: «Guten Tag. Ich sehe, dass Sie sich Ihre Arbeit unnötig erschweren. Ihre Säge ist stumpf – warum schärfen Sie sie denn nicht?»

Der Holzfäller schaut nicht einmal hoch, sondern zischt durch die Zähne: «Dazu habe ich keine Zeit, ich muss doch sägen!»

[Die sieben Wege der Effektivität von Stephen Covey](#)

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: 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

Gsell Kurt	06.05.42	Fry Lina	30.06.28
Perillo Giuseppe	06.05.52	Steger Berta	01.07.33
Stäheli Vroni	06.05.33	Wigert Anna	02.07.22
Lätsch Ernst Ulrich	11.05.45	Werner Walter	05.07.36
Ronner Willi	12.05.47	Störchli Elsbeth	08.07.42
Staub Walter	12.05.34	Kaiser Adolf	09.07.33
Catellani Madeleine	13.05.40	Jucker Verena	17.07.42
Geiser Katharina	16.05.46	Gröber Ruth	18.07.44
Achermann Silvia	17.05.46	Heim René	19.07.44
Spahr Berta	21.05.34	Thalmann Elsbeth	19.07.34
Bohler Heidi	22.05.29	Meier-Ruckstuhl Rolf	27.07.38
Baumgartner Peter	24.05.51	Egli Klara	28.07.40
Bruderer Alfred	28.05.38	Müller Elsa	28.07.26
Stockburger Ursula	31.05.45	Kaiser Martha	29.07.35
Mäder Walter	02.06.30	Zuber Silvia	30.07.58
Störchli Josef	02.06.40	Biedermann Max	02.08.41
Bähler Samuel	05.06.41	Frehner Willy	02.08.35
Heinzelmann Sieglinde	07.06.40	De Martin Margrit	03.08.31
Kaiser Martha-Anna	08.06.34	Haller Georges	04.08.31
Suleri-Oderbolz Maria Berta	08.06.30	Bumann Dolores	12.08.50
Frieden Reinhold	11.06.37	Eberli Rosmarie	12.08.42
Leib Alexander	14.06.63	Meier Rolf	18.08.52
Burkhart Marta	16.06.34	Wyss Hedwig	18.08.35
Hutter Pia	20.06.33	Bernhardsgrütter Peter	20.08.42
Miesch Veronika	20.06.40	Duton Christiane	20.08.46
Wyrsh Annelies	22.06.45	Meier Hans-Rudolf	20.08.47
Meier Rosmarie	26.06.39	Müller Erika	20.08.32
Hauser Hedwig	29.06.43	Gerber Ulrich	21.08.44

Bewohner-Mutationen

Eintritte

Breitenmoser Anna
Bruderer Alfred
Conz Maria Pia
Haller Georges
Hauser Ingrid
Hess Rösli
Lätsch Ernst Ulrich
Leib Alexander
Meier-Ruckstuhl Rolf
Meier Rosmarie
Miesch Veronika
Neukomm Bruno Hans
Somm Anton
Wagner Hilda

Gestorben

Bleiker Rosmarie
Fankhauser Teresa
Friess René
Kägi Frieda
Künzler Ruth
Ledermann Ruth
Mathis Erika
Meister Anton Werner
Neukomm Bruno Hans
Rauch Anna
Ruhstaller Erika
Schildknecht Wilhelm
Schmucki Liliane
Somm Anton
Stöckli Walter

Austritte

Breitenmoser Elisabeth

Personal

Eintritte

Coccaro Selenia
Coscia Mattia
Frosio Ursula
Hofstetter Judith
Jäger Philipp
Leuza Ibraimi
Radonjic Sladana
Topalli Hamide
Trapletti Angelina
Widmer Nadja
Wippel Renate

Austritte

Bürgin Gabriela
Roso Yasmin
Rüttimann Philipp
Rutz Andreas
Schefer Andrea
Shitsetsang Dechen
Yücel Hatice

Jubliäen

Graf Franco	15 Jahre
Imhof-Meier Brigitte	15 Jahre
Murer Astrid	15 Jahre
Schneider-Moser Karin	15 Jahre
Wick Jolanda	15 Jahre
Steingruber Andreas	10 Jahre
Bruhin Ronja	5 Jahre