

S'Neuscht vom Tannzapfenland

Ausgabe 3 | 2019



Ernten, was gesät wurde

Liebe Leserinnen und Leser

Es ist Herbst. Die Welt wird bunter, die Tage werden kürzer und kälter. Das Jahr neigt sich langsam dem Ende entgegen. Es ist die Zeit, in der wir uns als Verwaltungsrat und als Geschäftsleitung intensiv mit dem kommenden Jahr befassen, stecken wir doch mitten drin im Budget-Prozess für das Jahr 2020.

Der Herbst ist auch die Zeit der Ernte. Wir dürfen heute ernten für die Saat unserer Vorgänger. Vor 40 Jahren wurde das Pflegeheim Münchwilen eröffnet. Seit der Gründung der Genossenschaft und der Eröffnung haben sich viele Personen für diese Institution engagiert und eingesetzt. In den vielen Jahren wurde das Heim modernisiert, ausgebaut und den Bedürfnissen unserer älteren und pflegebedürftigen Generation angepasst. Es wurden dazu beträchtliche finanzielle Mittel investiert.

Unser Alterszentrum bietet heute mit den Pflegeabteilungen, dem Alterswohnheim, der geschützten Wohngruppe und den Alterswohnungen ein breites Angebot an Wohnformen. Mit den zusätzlichen Zimmern für Kurz-, Tages- und Nachtaufenthalter bieten wir zudem eine wichtige kurzfristige Entlastung bei der Betreuung von pflegebedürftigen Angehörigen an.

Zu Ende neigt sich auch unser Betriebskonzept 2020. Wir stehen bereits in der dritten und letzten Etappe. Am 4. Oktober 2019 feierten wir gemeinsam die Aufrichte unseres Neubaus Alterswohnungen. Nun folgt der Innenausbau und wir erwarten, dass wir im Juli 2020 die fünfzehn 2 ½- und zwei 3 ½-Zimmer-Wohnungen in Betrieb

> Fortsetzung Seite 2



40 Jahre

RESPEKTVOLL
Bewegung
Engagement
Loyalität
konstruktiv
Initiative
Qualität
wichtige Zeit
spüren
Entscheidung
Kreativität
Solidarität
Liebe
persönlich
Fähigkeiten
Teamwork
RAT
erkennen
Fürsorge
Sorgfalt
Lob
Kritik

ACHTSAM
Offenheit
Betreuung
kompromissbereit
sicher
fühlen
Sinne
Spass
Individualität
Ist
ICH
Sinn
Persönlichkeit
Lebensfreude
Geborgenheit
lachen
Gefühle
Empathie
Zufriedenheit
Erfahrung
Dialog
Freude
Einsicht
Sensibilität
Beziehungen
Kommunikation
Verantwortung

TOLERANT
angenehme Atmosphäre
Sinn
Verantwortung
Freiraum
Reflexion
Sinnlichkeit
Freude
Mut
Freundlichkeit
Lebensqualität
Bildung
diskutieren
Fürsorge
lebenswert

nehmen können. Nach umfangreichen Planungsarbeiten wurde an der Genossenschaftsversammlung im April 2014 einem Kredit von CHF 18.7 Mio. zugestimmt. Im März 2015 starteten die Bauarbeiten und im November 2016 konnte daraufhin der Neubau mit der geschützten Wohngruppe bezogen werden. Der Abschluss der vielen Umbauarbeiten im Hauptgebäude – mit der Erneuerung der Cafeteria Tannzapfenland – fand im November 2018 statt.

Im nächsten Sommer werden wir in einem grösseren Rahmen die Einweihung der neuen Alterswohnungen sowie den Abschluss des Betriebskonzeptes 2020 feiern. Integrativer Teil dieser Feier ist dann auch unser 40-jähriges Jubiläum. Ich wünsche Ihnen noch «einige schöne Herbsttage und anschliessend eine besinnliche Vorweihnachtszeit. Ich hoffe, dass in den kalten und dunklen Tagen viele Lichter Ihre Herzen erwärmen und erfreuen.

Othmar Häne, Präsident Verwaltungsrat



«Bike to work» – mit dem Velo zur Arbeit



Im Frühling entstand bei einigen Mitarbeitenden die Idee, dass das Regionale Alterszentrum Tannzapfenland bei der Aktion «Bike to work» teilnehmen sollte. Folglich wurde das RAT vom Team RAPIT für diesen tollen Wettbewerb angemeldet.

Erfreulicherweise nahmen sechs Teams aus allen Bereichen daran teil. Natürlich hatten alle Teilnehmenden den Ansporn zu gewinnen und wurden

mit einer Trinkflasche ausgestattet. Die Endbilanz des RAT-Teams ist eindrücklich: Während rund 75% der Arbeitstage wurden insgesamt 5574 Kilometer mit dem Velo zurückgelegt. Das Team Fit & Funny hat die Aktion für sich entschieden, sie legten insgesamt 1433 Kilometer zurück. Herzlichen Glückwunsch an Corinne Gemperle, Annemarie Kuriger, Anja Breitenmoser und Vreni Buff, welche am 24. Juli an der RAPIT-Siegerehrung ausgezeichnet wurden. Alle sechs Teams erhielten eine Urkunde und einen Preis. Hervorzuheben ist, dass alleine Corinne Gemperle satte 677 Kilometer auf dem Rad zurückgelegt hat. Für diese Leistung erhielt sie einen Gutschein für die Therme Konstanz. Hut ab für diese Leistung!

Gesamtschweizerisch nahmen über 2'000 Teams teil und es wurden über 17 Millionen Kilometer gefahren. Durch diese Aktion hat das RAT nicht nur der Gesundheit, sondern auch der Umwelt einen Dienst erwiesen. Es wurden nämlich 803 Kilogramm CO₂ eingespart! Das Team RAPIT bedankt sich herzlich bei allen Teilnehmenden.

Elias Malek – der Raben-Retter vom RAT



Ich staunte nicht schlecht, als Elias Malek, Mitarbeiter vom Hausdienst, mit einem schwarzen Vogel im Büro Ökonomie auftauchte. Ja – wegen solcher Begegnungen gibt es wieder spannenden Schreibstoff für unsere Hauszeitung!

Elias und ich konnten mit dem angeschlagenen, verängstigten und flugunfähigen Vogel im ersten Moment nichts anfangen. Als Futter für unsere Hauskatzen war er zu gross. Um den «Piepmatz» einfach seinem Schicksal zu überlassen, da war unser Herz zu gross. Um ihm einfach das Leiden zu ersparen und ihn zu erlösen, dazu waren wir nicht im Stande. Denn wenn einem zwei so schöne, verängstigte Augen anschauen, da wird einem das Herz schwach. Auch in der Mythologie liest man ja einiges über Raben und Krähen, welche weltweit eine Rolle in Sagen und Märchen spielen. Demnach haben alte Götter

und Könige die Weisheit, Intelligenz und Flugfähigkeit der Federtiere genutzt. Parallel dazu spielen diese Vögel auch eine Rolle im Volks- und Aberglauben. Mit diesem Hintergrundwissen haben wir uns entschieden, den kleinen Raben zu retten. Elias Malek nahm diese Herausforderung an. In der Wohngruppe holten wir die Katzenkiste für den Transport, Enten- und Katzenfutter für das Aufpäppeln des Vogels und mit dem Dacia wurde der Rabe nach Frauenfeld, in die Wohnung von Elias Malek, gebracht. Nach zwei pflegeintensiven Wochen konnte er den Raben in seinem Schrebergarten in die Freiheit entlassen. Seither dürfen wir vom Technischen Dienst glücklicherweise auf viel Weisheit, Intelligenz und Flugfähigkeit zurückgreifen – obwohl das Letztere leider noch nicht eingetroffen ist.

Martin Rüesch, Leitung Ökonomie

Team Ökonomie – Mitarbeiterausflug in die Rosenstadt

Strahlend blauer Himmel und warme Temperaturen versprachen am 29. Juni ein toller Tag zu werden. Die Hausdienst-Mitarbeiter trafen sich an diesem Samstagmorgen um 10 Uhr im RAT nicht etwa um zu arbeiten, sondern um den Mitarbeiterausflug nach Bischofszell anzutreten.

Kaum in der Rosenstadt angekommen, begann die Suche nach der neusten, schönsten oder betörendsten Rose. Die Gartengestalter schöpften aus dem Vollen: manch ein Garten war eine Wohltat für die Augen und die Seele. Neben der amtierenden Blumenkönigin hielt auch die Thurgauer Apfelkönigin im Schlosspark Audienz. Ob Glas, Metall, Holz oder Keramik: die Handwerker und Künstler fertigten mit geschickten Händen etwas Besonderes an. Auch das Kulinarische war gut vertreten. Für jeden Geschmack war etwas zu finden. Um 13.30 Uhr versammelten sich alle wieder beim Bus und unsere Fahrt führte uns zum nächsten Treffpunkt. Im Rock-

& Pop-Museum Niederbüren erwartete uns «Tschibii», um uns durch die Geschichte der populären Musik zu führen. Er dokumentierte uns rund 80 Jahre Musikgeschichte in Wort, Bild und Ton. Und schon wippte man mit den Füßen den Takt mit oder fand sich in der Teenager-Erinnerung wieder, in der man die Bilder und Schallplatten der Stars und Bands betrachtete. Die Zeit ging rasch vorüber und der letzte Tageshöhepunkt stand bevor.

Der Spaziergang unter Bäumen zur Waldschenke war bei diesem Sommerwetter herrlich angenehm. Dort genossen wir bei einem kühlenden Getränk die fantastische Panoramasicht vom Säntis bis zu den Glarner Alpen. Nach dem wohlschmeckenden Abendessen chauffierte uns Martin Rüesch sicher nach Münchwilen zurück, wo wir uns gegen 19 Uhr ins restliche Wochenende verabschiedeten. Es war ein toller und abwechslungsreicher Mitarbeiterausflug, den wir dank der Personalkasse realisieren durften. Vielen Dank für den Beitrag!

Ilse Finazzi, Mitarbeiterin Hausdienst



Eine Holzpalette wird zum neuen Entenhaus

Ein alter Palettrahmen stand bereits längere Zeit in der Entsorgung und versperrte uns den Weg. Also wohin mit dem Ding? Warum nicht daraus irgendetwas Nützliches machen, was wir im RAT benötigen können?

Unsere Enten, welche erst kürzlich wieder in den gereinigten Weiher zurückgekehrt sind, würden sich bestimmt über ein neues Entenhaus freuen. So verstärkte ich zuerst die Kiste mit zusätzlichen Hölzern, erstellte auf der Längsseite eine grosse Türöffnung und schnitt den oberen Teil der Kiste schräg ab. Im nahegelegenen Sägewerk besorgte ich Schwartenbretter für die Aussenhülle. Nachdem die Bretter auf der Aussenseite der Kiste angebracht waren, folgte nun der Dachaufbau. Den alten Deckel montierte ich mit Schrauben an die Seitenwände. Damit die Enten beim Fressen im Trockenen sind, musste ich das Dach wasserdicht konstruieren. Ich verwendete Bitumenziegel und deckte so das Dach ein.

Als ich meine Arbeiten in unserer Werkstatt erledigt hatte, musste das Entenhaus nur noch an seinen Standort gebracht werden. Die ganze Konstruktion, welche rund 150 kg wiegt, ist fahrbar und kann problemlos mit einem Palettenwagen transportiert werden.

Ich hoffe die Enten haben Freude an ihrem neuen Unterstand und können darin in Ruhe ihr Futter fressen. Leider konnten zwei Jungenten ihr neues Zuhause nie geniessen – sie sind plötzlich spurlos verschwunden...

Marco Thalmann, Mitarbeiter Ökonomie



Was haben unsere fünf Sinne mit Kinaesthetics zu tun?

Wie gestalten wir unseren Alltag und was sind die Herausforderungen? Ob als Pflegekraft oder als Bewohnerin oder Bewohner, wir müssen uns einem täglichen Kraftakt stellen: aufstehen, sich ankleiden und den Alltag bewältigen. Hierbei setzen wir alle unsere fünf Sinne ein.

Herrlich, wenn uns am Morgen der Kaffeeduft in die Nase steigt oder uns ein geliebter Mensch in die Arme nimmt. Ein musikalischer Anlass erfreut unser Herz oder stresst vielleicht unser Gehör. In diesen unaufgeregten alltäglichen Momenten haben wir bereits alle unsere Sinne eingesetzt. Hören, sehen, spüren, schmecken und riechen.

Nun die Behauptung: da fehlt doch noch ein Sinn! Was wären alle diese Sinne ohne Bewegung? Um den Geruch wahrzunehmen, muss ich die Luft durch die Nase ziehen – also findet Bewegung statt. Auch Schallwellen treffen auf unser Hörorgan, welches diese dann ans Hirn weiterleitet. Ohne aktives Hören gibt es keinen Genuss von Musik, ohne riechen oder schmecken (durch Luft einziehen oder Zunge bewegen) gibt es keinen Genuss von Speisen. Auch

der Verlust der Sehfähigkeit (das Auge muss sich fokussieren) schränkt unsere Lebensqualität ein.

Um sämtliche Sinne einzusetzen, ist die Grundvoraussetzung Bewegung. Dieses Wissen findet in der Anwendung von Kinaesthetics seine Anwendung. Wo beispielsweise bei einer Bewohnerin das Augenlicht eingeschränkt ist, unterstützt die Mitarbeiterin oder der Mitarbeiter mit verbaler Anleitung oder taktilem Begleiten, um damit Sicherheit zu vermitteln. Bei Menschen im Rollstuhl lässt sich der Körper teilweise nicht mehr oder sehr eingeschränkt spüren. Wie soll man nun nach längerem Sitzen einfach so aufstehen, um auf die Toilette oder das Bett zu wechseln? Hier ist Wissen gefragt, wie Bewegung stattfindet und welche Sinne beim entsprechenden Bewohnenden unterstützt werden können. Eine verbale Anleitung nützt nichts, wenn der Bewohnende nichts hört oder sein Hörgerät in Revision ist. Hier ist taktile Führung und Unterstützung der Pflegefachkraft gefragt. Der Bewohnende soll jedoch seine Ressourcen selbst einsetzen und seine Tätigkeit unter Selbstkontrolle und -wahrnehmung eigenständig ausführen können.

Im kinaesthetischen Sinn: bewegen statt heben. Kinaesthetics bedeutet selbstbestimmtes Bewegen und ermöglicht dem Bewohnenden mehr Lebensqualität. Für den Mitarbeitenden bedeutet dies eine rückschonende Arbeitsweise und damit Gesunderhaltung im Arbeitsprozess. Mit entsprechendem Wissen, Technik und der eigenen Erfahrung in den Bewegungsabläufen ist es sogar möglich, einem Menschen durch Bewegungsunterstützung vom Boden aufzuhelfen, ohne diesen zu heben.

Wie findet ein Bewegungsablauf statt, wie und wo soll ich Unterstützung bieten? In Kinaesthetics-Kursen werden solche Fragestellungen behandelt und in Eigenerfahrung getestet. Es ist am effektivsten, wenn ich selbst spüre, wo die Bewegung stattfindet oder wo sie eingeschränkt wird, wenn ich keine Unterstützung erhalte. Nutzen Sie alle Ihre Sinne wo immer es geht und bleiben Sie in Bewegung. Es grüßt Sie herzlich die Kinaesthetics-Verantwortliche des RAT.

Annemarie Kuriger, Abteilungsleitung 2. OG



BEWEGUNGSÜBUNG

Setzen Sie sich auf einem Stuhl ganz nach hinten, Ihre Kniekehlen berühren dabei den Stuhlrand. Versuchen Sie jetzt ganz langsam aufzustehen – ist dies so möglich? Rutschen Sie nun auf dem Stuhl etwas nach vorne und versuchen Sie dies erneut.

>>>

Sie spüren, der Kraftaufwand ist bedeutend geringer und das Aufstehen ist (besser) möglich. Also kann der Bewohnende vielleicht selbst aufstehen, wenn ich ihm die gezielte Unterstützung gebe. Dieses Beispiel zeigt, wie wenig es braucht, um einem Bewohnenden mehr Eigenwahrnehmung und Selbständigkeit zu ermöglichen.

Begleitung der Auszubildenden

Ausbildungen erfolgen in der Schweiz nach dem Prinzip der drei Lernorte. Dies sind: Lernort Betrieb, Lernort Berufsschule, Lernort überbetrieblicher Kurs (ÜK). Jeder der drei Lernorte trägt zum Aufbau der Ressourcen (Wissen, Können, Haltungen) bei, die zur beruflichen Kompetenz der Lernenden führt.

In der beruflichen Praxis wird berufliche Handlungskompetenz Schritt für Schritt aufgebaut. Der Schwerpunkt liegt beim Können der beruflichen Fertigkeit sowie beim Zusammenwirken von Kenntnissen, Fähigkeiten und Haltungen. Dabei wird auf die aufgebauten Ressourcen der beiden anderen Lernorte zurückgegriffen.

Während der zwei oder drei Lehrjahre begleiten die Berufsbildnerinnen und Berufsbildner sowie die Co-Berufsbildnerinnen und Co-Berufsbildner die Auszubildenden mit viel persönlichem Engagement im Alltag. Wesentlich für die Lernprozesse und den Lernerfolg sind einerseits die sachlich begründeten und differenzierten Rückmeldungen der Berufsbildnerinnen und Berufsbildner, andererseits die systemischen Reflexionsprozesse, die die/der Auszubildende mit der Lerndokumentation festhält.

Erika Prandini-Rast, Bildung/Qualität

Das Bildungsteam des Regionalen Alterszentrum Tannzapfenland



«Menschen bilden bedeutet nicht, ein Gefäss zu füllen, sondern ein Feuer zu entfachen!»

Aristophanes

Nicole Keller, Berufsbildnerin Pflege WG



«Ich möchte den Menschen Wertschätzung und Haltung näherbringen und meine Erfahrung vom Leben und Beruf weitergeben. Die Lernenden sollen nach ihrem Abschluss mit viel Wissen und Selbstbewusstsein auf die Wandschaft gehen.»

Antonella Plüss, Co-Berufsbildnerin Pflege WG



«Das Vermitteln von praktischen Fähigkeiten sowie das Vorleben von emphatischem Handeln ist zentral in der Begleitung von Auszubildenden.»

Borjanka Novakovic, Berufsbildnerin Pflege 2.OG



«Nobody ist perfect. Jeder hat seine Stärken, man muss sie nur erkennen.»

Anja Breitenmoser, Co-Berufsbildnerin Pflege 2.OG



«Haltung, theoretische Grundlagen und die eigene Erfahrung zu einem professionellen Handeln zu verknüpfen ist ein zentrales Ziel in der Begleitung von Auszubildenden.»

Erika Prandini, Bildungsverantwortliche Pflege



«Erziehung besteht nicht nur in der Ausbildung des Verstandes, auch die Intelligenz des Herzens muss geschult werden.»

Dalai Lama

Yontso Zarotsang, Berufsbildnerin Pflege AWH



«Rahmenbedingungen für die Auszubildenden erschaffen, um sich ganzheitlich zu selbstbewussten, jungen Erwachsenen zu entfalten.»

Dechen Shitsetsang, Berufsbildnerin Pflege 1.OG



Qualifizierte und motivierte Nachwuchskräfte ausbilden und in ihrer Persönlichkeitsentwicklung bestmöglich unterstützen, sie fördern und ihnen Wissen vermitteln.»

Claudia Ehrbar, Co-Berufsbildnerin Pflege 1.OG



«Junge Menschen begleiten in ihrer Entwicklung. Wissen vermitteln, in ein Team integrieren, sie fördern und fordern. Ihnen die Freude an unserem Beruf weitergeben und sie ausbilden für die Arbeitswelt.»

Andi Rutz, Berufsbildner Fachmann Betriebsunterhalt



«Erfahrung und Wissen vermitteln. Begleiten der jungen Berufsmenschen und Freude am Beruf weitergeben. Kochen ist mehr als nur eine Arbeit – eine gute Verpflegung steigert bei den Bewohnerinnen und Bewohnern die Lebensfreude.»

Andreas Steingruber, Berufsbildner Koch

Rätselseiten

Rätsel 1

- 1a) Welches Körperteil, an Ihrem eigenen Körper, können Sie mit Ihrer rechten Hand niemals berühren?
- 1b) Wie viele Ecken haben fünf Würfel zusammen?
- 1c) Wenn man es braucht, wirft man es hinunter! Wenn man es nicht braucht, holt man es wieder zurück! Was ist das?
- 1d) Welches Wort endet mit «lauflauf»?
- 1e) Der Frachter «Kleine Prinzessin» liegt im Hamburger Hafen. Der Matrose Paul streicht das Schiff. Seine Strickleiter reicht bis 10 cm über das Wasser, die Sprossen sind je 25 cm voneinander entfernt. Paul steht auf der untersten Sprosse als die Flut kommt. Der Wasserspiegel steigt um 65 cm. Wie viele Sprossen muss er höher steigen, damit er keine nassen Füße bekommt?
- 1f) Eine junge Frau wohnte in einem noblen Hotel neben einer Bank. Eines Abends klopfte jemand an ihre Tür und noch ehe sie „herein!“ rufen konnte, betrat ein fremder Mann ihr Zimmer. Als er die junge Frau erblickte, schrak er zurück und sagte: „Oh, entschuldigen Sie mich bitte, junge Frau, ich habe mich in der Tür geirrt. Mein Zimmer ist gerade nebenan.“ Dann ging er wieder. Die junge Frau überlegte kurze Zeit, erinnerte sich an die Tatsache, dass es im Hotel einen Dieb gab und bat den Hoteldetektiv zu sich. Nachdem sie ihm den Vorgang erzählt hatte, war er mit ihr der gleichen Meinung. Er ging in die Hotelhalle und nahm den Mann kurzerhand fest. Welcher „Kunstfehler“ war dem Dieb unterlaufen?
- 1g) In einem Bus befinden sich 16 Fahrgäste. An einer Haltestelle steigen 6 davon aus und 4 neue Fahrgäste steigen ein. Wie viele Personen sind jetzt im Bus?
- 1h) Du kommst in einen leeren, kalten, dunklen Raum, in dem du nichts weiter vorfindest als einen Ölofen, eine Petroleumlaterne, ein Streichholz, einen Stuhl und eine Zeitung. Was zündest du als erstes an?
- 1i) Ein Pferd, zwei Kühe, drei Spinnen, vier Hühner und fünf Fische oder dreiundzwanzig Tauben. Wer hat mehr Beine?

Rätsel 2

Im Text dieses Briefes sind zwölf Baumarten versteckt (über ein, zwei oder drei Wörter). Finden Sie diese und streichen Sie diese an.

Lieber Leopold!

Gestern erhielt ich deinen Brief. Ich teile dir mit, dass ich sogleich das erwähnte Buch erstanden habe. Es ist im Verlag Eva Horn in Ulm erschienen; aber Band zwei, den du so magst, ist vergriffen. Genug für heute. Ich muss jetzt mit Klärchen Wäsche bleichen, weil gerade die Sonne scheint. Ich schreibe bald! In drei Wochen erwarte ich dich wieder in Berlin, Deine Braut Annemarie.

Rätsel 3

Die leeren Kästchen des Rechteckes sind noch mit den fehlenden Zahlen zu füllen, damit sich in jeder Reihe, jeder Spalte und auch in der Diagonalen die Summe 65 ergibt.

3a) Es müssen noch folgende Zahlen gesetzt werden:

4, 5, 9, 10, 12, 13, 14, 22

3	24	23		11	= 65
		7	16	19	= 65
25	1		17		= 65
8		20		2	= 65
15	18		6	21	= 65
= 65	= 65	= 65	= 65	= 65	= 65 D

3b) Es müssen noch folgende Zahlen gesetzt werden:

2, 3, 4, 5, 6, 7, 9, 11, 25

20	18		19		= 65
	1	23	13	22	= 65
12	24			16	= 65
	15	17	21	10	= 65
			8	14	= 65
= 65	= 65	= 65	= 65	= 65	= 65 D

Rätsel 4

Finden Sie die Wörter, die das vorgegebene Wort am Ende des ersten Wortes und am Anfang des zweiten Wortes haben. Wie zum Beispiel: **Handball** / **Ballkleid**

Bsp.	Hand	Ball	Kleid
a		Baum	
b		Lager	
c		Anhänger	
d		Seiten	
e		Messer	
f		Koch	
g		Flasche(n)	
h		Gift	
i		Stoff	
j		Guss	
k		Film	
l		Rad	
m		Haut	
n		Sack	
o		Suppe(n)	
p		Schul(e)	
q		Blitz	
r		Träger	
s		Haus	
t		Milch	

u		Feld	
v		Buch	
w		Fuss	
x		Wurzel	
y		Stunde(n)	
z		Ernte	

Rätsel 5

Wie heissen die Sprichwörter: verbinden Sie diese mit einem Strich!

1	Biege die Äste gerade...	geben starke Balken	2)
3	Der Apfel fällt nicht...	verpflanzt man nicht	4)
5	Alte Bäume biegt...	solange es noch geht	6)
7	Verbotene Äpfel...	der dir Schatten spendet	8)
9	Aus einem kleinen Samen...	vor lauter Bäumen nicht	10)
11	Einen alten Baum...	auch Früchte	12)
13	Krumme Bäume tragen...	weit vom Stamm	14)
15	Man sieht den Wald...	man nicht	16)
17	Starke Bäume...	wächst auch ein grosser Baum	18)
19	Fälle nicht den Baum...	schmecken süss	20)

Lösungen:

Rätsel 1

- 1a) deinen rechten Ellbogen.
 1b) Ein Würfel hat acht Ecken, somit haben fünf Würfel 40 Ecken.
 1c) der Schiffsanker.
 1d) Kartoffelauflauf und Nudelauflauf.
 1e) Paul muss keine Stufe hochgehen, weil das Schiff mit dem Wasserspiegel steigt!
 1f) Wenn der Dieb dachte, dass es sein Zimmer wäre, hätte er nicht angeklopft.
 1g) $15 = 14$ Fahrgäste und der Fahrer.
 1h) Das Streichholz natürlich.
 1i) Ein Pferd hat 4 Beine + zwei Kühe haben 8 Beine + drei Spinnen zählen 24 Beine + vier Hühner haben deren 8 Beine + fünf Fische haben keine Beine = 44 Beine.
 23 Tauben haben 2 Beine = 46 Beine.
 Somit haben die Tauben mehr Beine.

Rätsel 2

Lieber Leopold!
 Gestern erhielt ich deinen Brief. Ich teile dir mit, dass ich sogleich das erwähnte Buch erstanden habe. Es ist im Verlag Eva Horn in Ulm erschienen; aber Band zwei, den du so magst, ist vergriffen. Genug für heute. Ich muss jetzt mit Klärchen Wäsche bleichen, weil gerade die Sonne scheint. Ich schreibe bald! In drei Wochen erwarte ich Dich wieder in Berlin Deine Braut Annemarie.

Diese 12 Baumarten sind die Lösung:
 Erle, Fichte, Buche, Ahorn, Ulme, Weide, Lärche, Eiche, Esche, Eibe, Linde, Tanne

Rätsel 3

3a)

3	24	23	4	11	= 65
14	9	7	16	19	= 65
25	1	10	17	12	= 65
8	13	20	22	2	= 65
15	18	5	6	21	= 65
= 65	= 65	= 65	= 65	= 65	= 65 D

3b)

20	18	5	19	3	= 65
6	1	23	13	22	= 65
12	24	9	4	16	= 65
2	15	17	21	10	= 65
25	7	11	8	14	= 65
= 65	= 65	= 65	= 65	= 65	= 65 D

Rätsel 4

Brückenwörter:

- | | |
|------------------------------------|-----------------------------------|
| a) Gummibaum – Baumstamm | n) Kartoffelsack – Sackhersteller |
| b) Nachtlager – Lagerraum | o) Gemüsesuppe – Suppenhuhn |
| c) Autoanhänger – Anhängerkupplung | p) Musikschule – Schulstunde |
| d) Buchseiten – Seitenwind | q) Kugelblitz – Blitzableiter |
| e) Obstmesser – Messerscharf | r) Briefträger – Trägerkleid |
| f) Sternekoch – Kochtopf | s) Schneckenhaus – Haustier |
| g) Limonadenflasche – Flaschenpost | t) Kuhmilch – Milchzahn |
| h) Rauschgift – Giftzwerg | u) Getreidefeld – Feldarbeit |
| i) Gardinenstoff – Stoffballen | v) Bilderbuch – Buchseite |
| j) Tortenguss – Gusseisen | w) Barfuss – Fusspilz |
| k) Heimatfilm – Filmschauspieler | x) Baumwurzel – Wurzelwerk |
| l) Lenkrad – Radwechsel | y) Geisterstunde – Stundenplan |
| m) Hornhaut – Hautfarbe | z) Obsternte – Erntedank |

Rätsel 5

- 1 + 6) Biege die Äste gerade, solange es noch geht.
 3 + 14) Der Apfel fällt nicht weit vom Stamm.
 5 + 16) Alte Bäume biegt man nicht.
 7 + 20) Verbotene Äpfel schmecken süß.
 9 + 18) Aus einem kleinen Samen wächst auch ein grosser Baum.
 11 + 4) Einen alten Baum verpflanzt man nicht.
 13 + 12) Krumme Bäume tragen auch Früchte.
 15 + 10) Man sieht den Wald vor lauter Bäumen nicht.
 17 + 2) Starke Bäume geben starke Balken.
 19 + 8) Fülle nicht den Baum, der dir Schatten spendet.



DOWN UNDER LIVE IT UP

Wie ein Australienaufenthalt das Leben von Pascal Ledermann veränderte



Mein Name ist Pascal Ledermann und ich helfe momentan zum dritten Mal im Regionalen Alterszentrum Tannzapfenland aus. Jedes Mal fühle ich mich herzlich willkommen und es bereitet mir viel Spass, mit so vielen talentierten und engagierten Mitarbeitenden für das RAT tätig zu sein. Vielleicht möchten Sie wissen, was ich in der Zeit unternehme, in der ich nicht in Münchwilen tätig bin. Gerne entführe ich Sie auf eine kurze Reise.

Manchmal müssen wir uns aus den verschiedensten Gründen neu ausrichten oder eine Entscheidung fällen, wie es im Leben weiter geht. An ei-

nem solchen Punkt stand ich im Sommer 2016, nachdem ich meinen Bachelor in Wirtschaft abgeschlossen habe. Das Studium hat mir viel Freude bereitet und ich genoss das Studentenleben in vollen Zügen. Anschliessend plante ich eine grosse Reise und entschloss mich, das Studentenleben mit dem Reisen zu kombinieren. Ich schrieb mich an der «University of the Sunshine Coast» in Australien für den Master of International Business ein.

Aborigines im Einklang mit der Natur

Im Januar 2017 startete ich mein Abenteuer nach Australien, wo ich plante, für die nächsten 1,5

Jahre zu wohnen und zu studieren. Die Sunshine Coast ist eine Region, welche das ganze Jahr warme bis heisse Temperaturen vorweist und direkt am Meer liegt. Schnell war ich von der Atmosphäre begeistert, da die Leute sehr viel Zeit in der Natur verbringen, sei es beim Surfen, beim Spazieren am Strand oder einfach bei einem gemütlichen Grillabend in den zahlreichen Parks. Die Australier sind ein offenes, unkompliziertes und humorvolles Volk. Zudem findet man auf dem «Campus» schnell lokale sowie internationale Freunde und trifft sogar das eine oder andere wilde Känguru an.

Da ich längere Zeit in Australien wohnte, setzte ich mich auch mit der Kultur des «roten Kontinents» auseinander. Ich besuchte Veranstaltungen, welche über die «Indigenous Australians» berichteten. Diese Ureinwohner führen kulturelle Tänze auf, welche musikalisch von einem «Didgeridoo» begleitet werden. Mit ihren Tänzen und Gesängen überliefern die «Aboriginal People» schon seit mehreren zehntausend Jahren Geschichten, Traditionen und Werte an jüngere Generationen. Besonders bemerkenswert ist die Wichtigkeit vom Einklang mit der Natur. Das ist eine Thematik, die aktueller nicht sein könnte, überliefert von der ältesten heute noch fortlau-

fenden Kultur der Erde. Die Ureinwohner beobachteten und interpretierten das Verhalten der Tiere und analysierten zudem die sich verändernde Pflanzenwelt. Dadurch wurde das Überleben auf diesem herausfordernden Kontinent erst möglich.

Masterstudium in Australien – eine spezielle Herausforderung

Einerseits hatte ich Respekt vor dem Master-Studium in Australien, andererseits verspürte ich eine grosse Motivation mein akademisches Wissen in englischer Sprache zu erweitern. Anders als in der Schweiz, wo vor allem Wissen vermittelt wird und dieses jeweils zum Schluss geprüft wird, liegt der Fokus an der «University of the Sunshine Coast» auf Recherche und Forschung. Im Unterricht werden die wichtigsten Theorien und Modelle behandelt. In der Regel werden drei Arbeiten pro Modul geschrieben – das sind dann bis zu einem Dutzend schriftliche Recherche- und Forschungsarbeiten pro Semester. Einige Arbeiten bleiben mir besonders in Erinnerung. In einem Projekt analysierte ich Trends sowie das Kaufverhalten der Kundschaft in Bezug auf «frei-von»-Gebäckprodukten, wie beispielsweise glutenfreies Brot. Die über Wochen intensive Zusammenarbeit mit dem Supermarkt sowie die hilfsbereite Kundschaft haben massgeblich zum Erfolg der Forschung beigetragen.

Nach meinem Master-Abschluss im Juli 2018 stand ich erneut vor der Frage: Wie weiter, soll ich zurück in die Schweiz? Eigentlich war das keine Option für mich, denn ich habe hier meine deutsche Freundin Alina Parche kennengelernt und wollte weiterhin mit ihr in «Down Under» bleiben. Somit schrieb ich mich in einen zweiten Master ein, dieses Mal in Business Administration. Das Highlight dieser Ausbildung war die Studienreise nach Kambodscha und Vietnam. Nebst interessanten Unternehmenspräsentationen sowie kulturellen und geschichtlichen Eindrücken bleibt mir besonders eine Prüfung in Erinnerung: Innerhalb kürzester Zeit mussten wir eine lokale Unternehmensrecherche sowie eine Marketingpräsentation auf die Beine stellen.

Ein wenig Heimweh – jedoch traumhafte Erlebnisse

Es war definitiv die richtige Entscheidung, den Aufenthalt in Australien zu verlängern. Nicht zu unterschätzen ist allerdings die Distanz zu Familie und Freunden in der Schweiz. Trotzdem würde ich behaupten, dass ich heute näher zu meiner Familie stehe als je zuvor. Vor allem in Momenten, in denen ich innehalte, kommt mir meine Familie in den Sinn. Ich frage mich, was sie gerade so unternimmt und mir gehen verschiedenste Ereignisse aus meiner Kindheit durch den Kopf. Sie sind begleitet von Gefühlen tiefster Verbundenheit und Respekt, aber auch grosser Dankbarkeit für alles, was mir meine Familie ermöglicht hat. Diese Momente erinnern mich daran, nichts für selbstverständlich zu halten.

In diesen beiden Jahren unternahm ich einige spannende Ausflüge und Reisen. Wir mieteten in einer Reisegruppe ein abgelegenes Strandhaus für ein verlängertes Wochenende. Eindrückliche Lagerfeuererlebnisse unter schönstem Sternenhimmel. Danach war ich rund sechs Wochen auf einem «Camping Road Trip». Besonders schön waren auch die zwei Besuche meiner Eltern. Mit meiner Freundin reiste ich in Neuseeland, wo wir einen bunt bemalten Camper Van mieteten. Auch Neuseeland weist eine atemberaubende Natur auf und man glaubt zu wissen, wie die Welt vor dem Einfluss des Menschen ausgesehen hat.

In Australien konnte ich zudem viel praktisches Wissen erwerben und konnte mir beispielsweise auf einer abgelegenen «Farm» die Grundlagen des Westernreitens aneignen. Der lokale «Farmer» hat mir zudem einiges über Pferdetraining – hier auch «Natural Horsemanship» genannt – beigebracht und mir einige technische Tricks gezeigt, die im «Outback» nützlich sind.

Ich hoffe, meine Geschichte hat Ihnen gefallen oder konnte Sie motivieren, Ihre persönlichen Ziele zu verwirklichen. Ich wünsche Ihnen auf Ihrem weiteren Lebensweg alles Gute und lassen Sie sich nicht von Ihren Träumen abhalten – auch wenn Sie dafür bis ans andere Ende der Welt reisen müssen.

Pascal Ledermann, Mitarbeiter Administration



News aus der Bildung

Ausbildungsabschlüsse, Begegnungsapéro und Ausbildungsbeginn

Erfolgreiche Lehrabschlüsse 2019 im RAT

Diesen Sommer schlossen eine Köchin EFZ, drei Fachfrauen Gesundheit EFZ sowie zwei Assistentinnen Gesundheit und Soziales EBA ihre Lehrabschlussprüfung erfolgreich ab. Die guten Ergebnisse wurden am 26. Juli im Gasthaus Säntisblick in Eschlikon gewürdigt und gefeiert.

Nach einem gebührenden Festmahl gab Erika Prandini den Berufsfachleuten diese Worte mit auf den Weg: «Mit dem Berufsabschluss habt ihr

eine wichtige Hürde im Leben mit Erfolg gemeistert. Ihr dürft stolz auf eure Leistung sein. Mit dem Berufsabschluss habt ihr die besten Voraussetzungen für ein interessantes und erfüllendes Berufsleben geschaffen. Wir alle wünschen euch auf dem weiteren Lebensweg viel Freude, Erfolg und Begegnungen mit Menschen, die euch weiterbringen.»



Kim de Jong, Fachfrau Gesundheit EFZ; Ajla Merseli, Assistentin Gesundheit und Soziales EBA; Jasmin Conte, Fachfrau Gesundheit EFZ; Nina Glauser, Köchin EFZ; Barbara Martin-Kalt, Fachfrau Gesundheit EFZ; Stefanie Germann, Assistentin Gesundheit und Soziales EBA (von links nach rechts).

Begegnungs-Apéro vor dem Ausbildungsstart

Am 18. Juni fand für acht neue Auszubildende und Praktikanten sowie deren Eltern ein Begegnungs-Apéro statt. Renate Merk (Leitung), Erika Prandini-Rast (Bildungsverantwortliche), das Berufsbildungsteam sowie die Jugendlichen, welche sich in der Ausbildung befinden, hiessen im Namen des Regionalen Alterszentrum Tannzapfenland die zahlreichen Gäste willkommen.

Erika Prandini richtete sich an die Jugendlichen mit den Worten: «Bald beginnt für Sie ein neuer Lebensabschnitt. Wir freuen uns, Sie bei diesem bedeutenden Schritt in die Zukunft begleiten zu dürfen.»

Am 2. August startete die Ausbildung der Berufsgruppen Koch, Kauffrau/mann, Fachfrau/mann Gesundheit, Assistentin/Assistent Gesundheit und Soziales. Ebenso starteten die Pflegepraktikantinnen und Pflegepraktikanten in ihren Pflegealltag.



Eine gute Zusammenarbeit zwischen den Eltern und des Ausbildungsbetriebes ist ein wichtiges Anliegen und bildet die Grundlage für den Ausbildungserfolg. Der Begegnungs-Apéro soll unter anderem dazu dienen, Schlüsselpersonen kennen zu lernen und erste Kontakte zu knüpfen. Wie heisst es so schön: «Kontakte schaden nur dem, der sie nicht nutzt».

Einführungstage der neuen Auszubildenden

Nach dem Begegnungs-Apéro im Juni begann am 2. August für unsere acht neuen Nachwuchskräfte die Ausbildung im Regionalen Alterszentrum Tannzapfenland. Um den Start der Auszubildenden in das Berufsleben zu vereinfachen, fanden wiederum drei Einführungstage statt. Diese sollen den jungen Menschen helfen, ihren Ausbildungsbetrieb kennen zu lernen und bereits zum Start ein Netzwerk unter Gleichaltrigen zu bilden. Während der Einführungstage erhalten die Jugendlichen grundlegende Informationen, dies verbunden mit praktischem Arbeiten. Es ist uns ein zentrales Anliegen, die gelebte Institutionenkultur zu vermitteln. Ein respektvoller Umgang mit unseren Bewohnerinnen und Bewohnern, deren Zu- oder Angehörigen sowie unseren Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern ist eine wichtige Grundhaltung, die alle mittragen. Nun gilt es, das neu erworbene Basiswissen im Alltag zu integrieren.

Erika Prandini-Rast, Bildung/Qualität





Toggenburger Zimtfladen

Zutaten für den Kuchenteig

- 200 g Mehl
- 0.5 TL Salz
- 75 g Butter, in Stücken, kalt
- 1 dl Wasser

Zutaten für die Füllung

- 200 g Zucker
- 2.5 dl Vollrahm
- 150 g Mehl
- 3 EL Himbeerkonfitüre
- 2 Eier
- 2 EL Zimt
- 1 TL Backpulver
- 1 TL Nelkenpulver oder Lebkuchengewürz

Zubereitung

Mehl und Salz in einer Schüssel mischen. Butter begeben, von Hand zu einer gleichmässig krümeligen Masse verreiben. Wasser dazu giessen, rasch zu einem weichen Teig zusammenfügen, nicht kneten. Teig flach drücken, zugedeckt während ca. 30 Minuten kühlstellen.

Zucker und Eier mit dem Schwingbesen des Handrührgeräts in einer Schüssel rühren, bis die Masse schaumig ist und anschliessend Rahm und Gewürze dazu geben. Mehl mit dem Backpulver mischen, begeben und darunter mischen.

Teig auf wenig Mehl rund auswallen (ca. 32 cm Durchmesser), in das mit Backpapier belegte Blech legen. Boden mit einer Gabel dicht einstechen. Mit Himbeerkonfitüre bestreichen. Anschliessend Füllung darauf verteilen.

Zusatzinformationen

Backblechform von rund 30 cm Durchmesser verwenden. Ca. 35 Minuten backen, in der Mitte des auf 180 Grad vorgeheizten Ofens. Herausnehmen, etwas abkühlen, aus dem Blech nehmen, auf einem Gitter auskühlen. Tipp: Der Zimtfladen schmeckt frisch am besten.

En Guete!

Andreas Steingruber, Leitung Gastronomie

News aus dem Gastronomiebereich

Neue Strukturen in der Gastronomie

Ab dem 4. März verfügt die Gastronomie über neue Leitungsstrukturen. Neu ist Roland Signer zum Abteilungsleiter Küche befördert worden und Mischa Straub nimmt seine neue Position als «Stellvertreter Abteilungsleitung Küche» wahr. Durch das neu geschaffene Team «Mitarbeiter Service Gastronomie» auf der Pflegeabteilung gab es Strukturanpassungen.

Rita Bossard übernimmt die neu geschaffene Stelle «Abteilungsleitung Cafeteria/Service Gastronomie». Ihre Stellvertretung übernimmt Prisca Bartholet.

Ich freue mich, gemeinsam mit dem neu strukturierten Leitungsteam, für unsere Bewohnerinnen und Bewohner da zu sein.



Roland Signer



Mischa Straub



Rita Bossard



Prisca Bartholet

Spezialitätenwochen im Tannzapfenland

Vom 27. Mai bis am 2. Juni überraschten wir unsere Gäste in der Cafeteria Tannzapfenland mit einer Spargelwoche, welche auf grossen Anklang stiess. Mit schmackhaften Vorspeisen, leckeren Spargelgerichten und einem bunten Dessert-Buffer konnten sich die zahlreichen Anwesenden durch, das Buffet schlemmen. Vom 9. bis 15. September führten wir erfolgreich die Grillwoche durch, dies mit klassischen Grilladen wie Schweinskoteletten oder Lammhuft-Gyros-Spiesse sowie vegetarischen Grilladen. Bei diesen Spezialwochen konnte sich unser Küchenteam einmal mehr von der besten Seite präsentieren.



Andreas Steingruber, Leitung Gastronomie

Palliative Care Team und Ethikkommission

2015 wurde im RAT ein Palliative Care Team und zugleich eine Ethikkommission mit sechs Mitgliedern gegründet. Bei den regelmässig stattfindenden Sitzungen werden medizinische Themen und ethische Fragestellungen aufgegriffen.



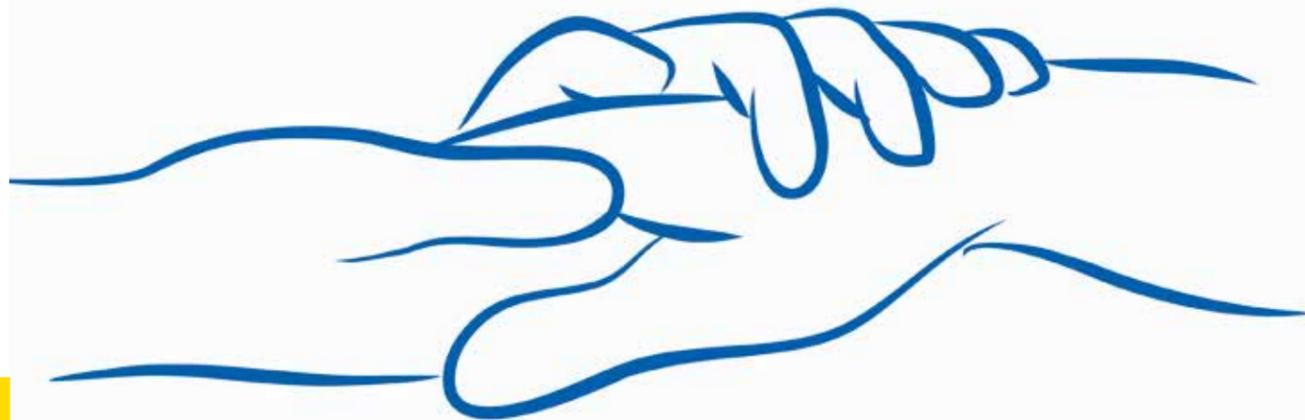
Die Foren sind eine Chance, sich mit Themen wie Autonomie, Entscheidungsfreiheit, Würde, Respekt und Lebensqualität auseinander zu setzen.

In einer Zeit der zunehmenden Technisierung der Medizin stellen sich stetig neue herausfordernde und belastende Situationen an alle Beteiligten. Medizinethische und persönliche Spannungsfelder entstehen im Pflegealltag hinsichtlich Wünsche, Durchführbarkeit und Sinnhaftigkeit. Das Bild und die Ansprüche der betagten Menschen, sowie deren An- oder Zugehörigen, hat sich geändert. Der Auftrag der Pflegefachpersonen ist, dass sich pflegebedürftige Menschen in ihrer Würde respektiert fühlen und sie in ihrer Selbstbestimmung Unterstützung erfahren dürfen.

Die Ethikkommission bewegt sich auf der Suche nach Antworten, um unsere Bewohnerinnen und Bewohner, An- oder Zugehörigen sowie das Pflegeteam bestmöglich zu begleiten. Dies mit einem im Einzelfall orientierten Ansatz, der ethischen Entscheidungsfindung, welcher sich deckt mit den Bedürfnissen der Bewohnerin, des Bewohners.

Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter die sich in einem ethischen Gewissenskonflikt fühlen, dürfen sich jederzeit an die Ethikkommission wenden. Die Ethikkommission ist innerhalb 24 Stunden formiert und steht für Fallbesprechungen zur Verfügung.

Erika Prandini-Rast, Bildung/Qualität



Meine Zeit als Praktikantin Pflege im Alterswohnheim

Am 2. August 2018 begann meine Zeit als Praktikantin im Alterswohnheim. Ich startete mit zwei Einführungstagen, um meinen Lehrbetrieb kennen zu lernen und die Stationen zu sehen. Anschliessend wurde ich von einem Teammitglied zwei Wochen eingearbeitet. Sie zeigte mir den Tagesablauf im AWH und führte mich in die Pflege ein. Sie erklärte mir individuell worauf ich bei den einzelnen Bewohnerinnen und Bewohnern achten muss und wer welche Pflege benötigt. Nach diesen zwei Wochen durfte ich die Bewohnerinnen und Bewohner dann zum Teil alleine pflegen oder die Zimmerordnung machen.

Zu Beginn betreute ich die Bewohner bei denen die Zimmerordnung oder die Unterstützung beim Duschen die Hauptaufgaben bildeten. Diese Arbeiten erledigte ich sehr gerne und ich fühlte mich sicher dabei. Jeden Nachmittag gibt es einen Teamrapport bei dem wir melden, wie es den Bewohnerinnen und Bewohnern am Morgen erging, wie sie geschlafen haben und was sonst noch Spezielles passiert ist. In diesen Teamsitzungen besprechen wir auch gemeinsam, was gut läuft, was besser werden kann und auch unser Wohlbefinden ist ein Thema. Wenn uns etwas belastet, können wir auch dies beim Rapport ansprechen und gemeinsam nach einer Lösung suchen. Am Nachmittag stehen Spiele, spazieren oder Kuchen backen auf dem Programm. Ich fühle mich wohl im Alterswohnheim und habe die Bewohnerinnen und Bewohner bereits sehr ins Herz geschlossen. Es war ein schönes und spannendes Jahr, indem ich viel gelernt habe und neue Erfahrungen sammeln konnte.



Ich freue mich, wenn ich im Sommer 2019 mit der Lehre als Fachfrau Gesundheit starten kann. Das erste Halbjahr meiner Lehre bin ich in der Wohngruppe einem neuen Team zugeordnet und betreue dort andere Bewohnerinnen und Bewohner. Ich freue mich auf diese Abwechslung.

Carmen Fitze, Pflegepraktikantin AWH

Rückblick diverse Anlässe und Feste

Spiele mit dem Rotary-Club Hinterthurgau

Der Rotary-Club Hinterthurgau besuchte uns am 1. Juni im Alterszentrum Tannzapfenland. Sie offerierten allen Bewohnerinnen und Bewohnern auf sämtlichen Abteilungen einen feinen Dessert. Am Nachmittag wurde gejasst, es gab Eile mit Weile und Jahreszeitenspiele. Ausserdem wurde Rummikub und Cirplexed gespielt. Bei Kaffee und Kuchen kam auch das gemütliche Zusammensein und der rege Austausch nicht zu kurz. Herzlichen Dank an den Rotary-Club für sein Engagement, welches für alle Beteiligten eine tolle Abwechslung war.



Hansruedis Wunschkonzert

Am 11. Juni durften unsere Bewohnerinnen und Bewohner einen gemütlichen, wunderschönen Nachmittag in der Cafeteria Tannzapfenland mit «Hansruedis Wunschkonzert» verbringen.



Frauenchor Eschlikon-Münchwilen

Am Samstag 29. Juni war ein ausgesprochener Hitzetag. Dies liess den Frauenchor Eschlikon-Münchwilen jedoch völlig kühl – sie sangen wunderschöne Lieder für unsere Bewohnerinnen und Bewohner in der Cafeteria Tannzapfenland. Aufgrund der Hitze wurde viel getrunken, man war froh um jedes Lüftchen. Es ist immer etwas Besonderes einen Chor mit nur Frauenstimmen zu hören. Alle genossen es sehr.



Lotto und Grillieren

An den Nachmittagen des 9./10. und 11. Juli sind unsere Bewohnerinnen und Bewohner vom 1.OG Pflegeheim, 2.OG Pflegeheim und Alterswohnheim mit Wohnungen 1 von der Aktivierung zu den Sommernachmittagen eingeladen worden. Der Anlass stand unter dem Motto «Lotto und Grillieren sowie gemütliches Beisammensein». Dabei konnte man Cornet-Glaces gewinnen, die man in der Aktivierung beziehen konnte. Zum «Znacht» gab es eine feine Grillbratwurst mit Kartoffelsalat, Brot, Wein und Traubensaft. Es waren gelungene Nachmittage.



1. August-Feier 2019

Renate Merk eröffnete die 1. Augustfeier bei strahlend schönem Wetter. Sie hiess alle Bewohnerinnen und Bewohner, Mitarbeitenden, Gäste, An- und Zugehörigen herzlich willkommen. Das Programm war sehr abwechslungsreich. Dies mit einer Festansprache von Frau Iris Lindenmann (Mitglied des Verwaltungsrats), den Alphornbläsern Hochwacht, dem Fahnschwinger Josef Äpper und dem Jodelchörlü Münchwilen.



Rückblick Bewohnerausflüge nach Rafz

Unsere jährlichen Bewohnerausflüge fanden in allen Abteilungen zwischen dem 3. und 6. September statt. Mit zwei Cars fuhren wir die Route von Münchwilen nach Bichelsee, dann weiter über den Wildberg nach Fehrltorf und Illnau/Effretikon. Via Bülach erreichten wir danach unser Ziel, die Gärtnerei Hauenstein in Rafz. Im hauseigenen Schaugarten konnten wir den wunderschönen Nachmittag geniessen: am Teich mit den Kois, unter wunderschönen Bäumen, bei den Rosen oder in der Gartenwirtschaft. Vor der Heimfahrt wurden wir im Restaurant «Botanica» kulinarisch verwöhnt mit einem Nachtessen: Blattsalat, Hackbraten mit Rüeblli, Kartoffelstock und eine feine Glace mit Fruchtsalat. Der schöne Nachmittag ging leider rasch vorbei und der Weg nach Hause führte uns vorbei an schön geschmückten Häusern und wunderschöner Landschaft.

Alterswohnheim und Alterswohnungen



Pflegeheim 1. Obergeschoss



Pflegeheim 2. Obergeschoss



Cafeteria Tanzapfenland



Besuch aus Bangalore, Indien

Ich staunte nicht schlecht, als ich Mitte Juli die Anfrage bekam, eine Schulung für eine kleine indische Delegation im Bereich Facility Management zu halten. Diese Anfrage verdanke ich meinem Bruder, welcher Geschäftsführer in einer renommierten Firma für Reinigungsmaschinen tätig ist. Nach kurzer Rücksprache mit Renate Merk, Zentrumsleitung, bekam ich grünes Licht für diese spannende und sehr lehrreiche Aufgabe.

Die Vorbereitung für diese zweieinhalb Schultage für unsere Gäste aus Bangalore war intensiv. Damit es nicht nur trockene Theorie beinhaltete, lud ich drei Firmen ein, welche in der Facility spezielle Produkte anbieten. Auch unser Team beteiligte sich mit ihrem grossen Fachwissen an dieser Schulung – nach jedem Theorieblock wurden die Arbeiten eins zu eins im Betrieb umgesetzt. Das grosse Interesse an unseren Arbeitsabläufen spornte uns zusätzlich an. Es wurde sehr viel Wert auf die Reinigungsabläufe und die Hygiene gelegt. Viele Maschinen, Arbeitsge-

räte und Abläufe waren für unsere indischen Gäste Sam und Sunil ein Fremdwort, wie auch die Infrastruktur im und um das Haus. In Indien entstehen sehr schöne und moderne Immobilien, aber wie diese Liegenschaften unterhalten, gereinigt und instand gehalten werden, darauf wird momentan noch kaum geachtet oder das Wissen darüber fehlt. Dies war die Motivation der indischen Delegation, sich im Regionalen Alterszentrum Tanzapfenland schulen zu lassen. Nach diesen zweieinhalb Tagen Intensivschulung und Training kehrten Sam und Sunil nach Bangalore zurück und begannen diesen Oktober an der renommierten University Ramaiah den Lehrgang «Facility Management».

Ich wünsche den beiden, die im RAT mit dem «Projekt Indien» quasi den Grundstein für ihre Facility Management-Ausbildung gelegt haben, viel Erfolg. Ich werde Sie zu einem späteren Zeitpunkt wieder darüber informieren.

Martin Rüesch, Leitung Ökonomie

Ökologische Stromproduktion

auf dem Dach des Regionalen Alterszentrum Tanzapfenland

Geschätzte Leserinnen und Leser. Gerne informiere ich Sie wieder über das Thema Energie und Energiesparen in unserem Haus.

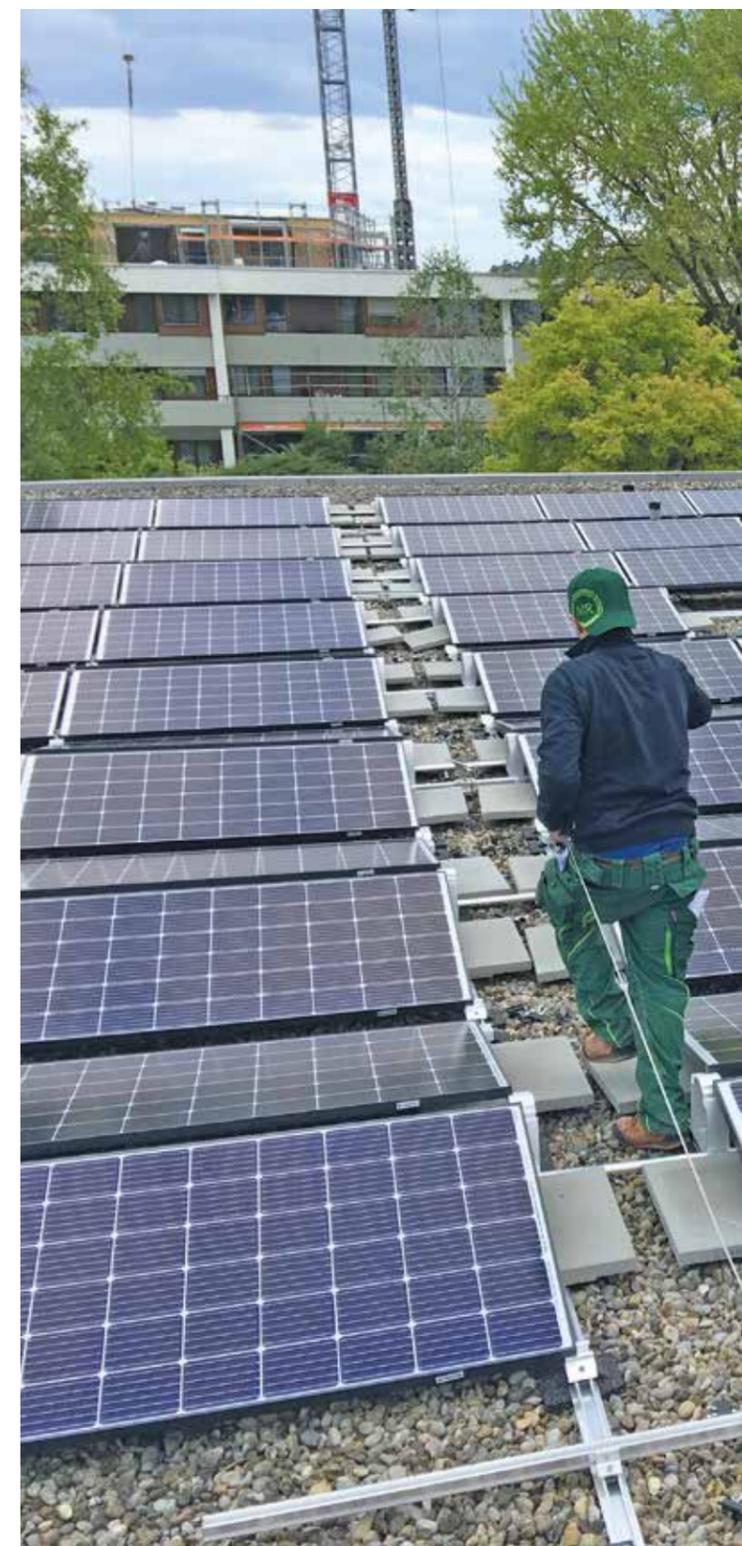
Seit dem 15. Mai dieses Jahres ist auf dem Hauptdach des Pflegezentrums eine neue Photovoltaikanlage in Betrieb. Diese Stromerzeugungsanlage besteht aus 480 Solarzellen-Modulen, was einer Fläche von 800 m² entspricht. Diese Module wandeln das Sonnenlicht in elektrischen Strom um. Um den erzeugten Strom auch nutzen zu können werden drei Wechselrichter benötigt. Diese wandeln den erzeugten Gleichstrom in Wechselstrom um und steuern die Anlage automatisch. An Spitzentagen produziert unsere PV-Anlage fast $\frac{2}{3}$ unseres gesamten Strombedarfs für einen Tag. In Zahlen ausgedrückt:

Durchschnittlicher RAT-Strombedarf
an einem normalen Tag
1650 kW

Spitzenleistung der Photovoltaikanlage
an einem sehr sonnenreichen Tag
1050 kW

Über das ganze Jahr gesehen, deckt diese PV-Anlage etwa 20% unseres gesamten Strombedarfs ab. Bei einer solchen Investition stellt sich immer die Frage, in welchem Zeitraum eine solche Anlage amortisiert wird. Bei den heutigen Strompreisen ist damit zu rechnen, dass die Photovoltaik-Anlage in 12 Jahren abgeschrieben ist. Die aktuelle Stromproduktion der Anlage können Sie, geschätzte Leserinnen und Leser, jederzeit an unserem Informationsbildschirm beim Haupteingang ablesen. Bei Fragen oder Unklarheiten, kommen Sie doch einfach auf den Technischen Dienst zu. Wir sind gerne für Sie da.

Martin Rüesch, Leitung Ökonomie



...und noch eine Gutenachtgeschichte

Der Weise an der Burgmauer

Es sass einmal ein weiser Mann vor einem Stadttor. Eines Tages kam ein anderer Mann daher und fragte den Weisen: «Kannst du mir sagen, wie die Menschen in dieser Stadt sind?» Da fragte der weise Mann zurück: «Wie waren die Menschen in der Stadt, aus der du kommst?» – «Einfältig, stur und egoistisch. Darum bin ich auch von dort weggegangen und will hier neu anfangen.» – «Es tut mir leid», sagte der Weise «aber auch in dieser Stadt sind die Menschen einfältig, stur und egoistisch.»

Etwas später kommt erneut ein Mann ans Stadttor. Auch dieser fragt den Weisen, ob er wisse, wie die Menschen in der Stadt seien. «Wie waren sie in der Stadt, aus der du kommst?», fragt wiederum der Weise zurück. – «Sie waren lieb, nett und hilfsbereit, doch leider hatte ich dort keine Arbeit und musste darum weiterziehen», antwortete der Mann – «Da hast du Glück», sprach da der Weise, «denn auch hier sind die Menschen lieb, nett und hilfsbereit.»

Die Geschichte macht uns darauf aufmerksam, dass wir überall wohin wir gehen, unser Energiefeld und auch unsere Weltsicht mitnehmen, bis wir die entsprechende Heilung in uns selbst gefunden haben.



*Das Leben ist wie eine Treppe.
Manchmal geht es aufwärts
und manchmal geht es abwärts.
schön, wenn man dabei begleitet wird.*

*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: Renate Merk

Koordination/Textkorrekturen: Sven Müller Kommunikation,
www.smkom.ch

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

Bilder: Regionales Alterszentrum Tannzapfenland

Erscheinung: 3 – 4 x jährlich

Auflage: 360 Exemplare

Regionales Alterszentrum Tannzapfenland

Rebenacker 4, 9542 Münchwilen

www.tannzapfenland.ch
info@tannzapfenland.ch
Telefon 071 969 12 12



Geburtstage

Wegmann Marliese	03.09.38	Stucki Elisabeth	06.11.33
Zingg Ernst	04.09.28	Hess Maria	11.11.35
Schürch Heidi	11.09.33	Moinat Erika	14.11.29
Baumann Josef	12.09.42	Kaiser Verena	14.11.44
Müller Margrit	12.09.48	Kunz-Merlo Virginia	22.11.24
Ott Frieda	18.09.34	Kellenberger Anna	24.11.28
Ullmann-Frei Berti	22.09.28	Hofer Martha	25.11.23
Lob Robert	23.09.28	Gröber Thomas	26.11.38
Kradolfer Anni	27.09.26	Ammann Emmi	01.12.27
Schmid Elfriede	28.09.36	Frei Maria	01.12.40
De Lorenzo Agatha	30.09.35	Rüegg Elsa	01.12.48
Ribi Verena	30.09.27	Rööfli Rosmarie	05.12.42
Locher Doris	02.10.39	Mazzariello Lucia	06.12.30
Forrer Heidi	03.10.45	Graf Martha	08.12.23
Thürlemann Hans	15.10.34	Egger Bruno	09.12.55
Bommer Margrit	16.10.31	Fuchs Rösli	17.12.39
Cuccu Eligio	19.10.43	Schmucki Karl	23.12.33
Kupper Werner	01.11.31	Brühwiler Albert	27.12.28
Schönenberger Hildegard	02.11.34	Wolf Bernadette	29.12.35

Bewohner-Mutationen

Eintritte

Bommer Ida
Bommer Margrit
Cadisch Ruth
Diener-Leuzinger Anna
Egger Bruno
Fuchs Rösli
Gränicher Rosmarie
Hutter Pia
Jucker Verena
Kaiser Martha
Keller Heidi
Maier Franz-Josef
Neuweiler Margrit
Pellegri non Ernst
Schürch Heidi
Stahl Edwin
Thalmann Elsbeth

Austritte

Frei Jakob
Müller Hedwig
Schmid Trudy

Gestorben

Bänninger Modesta
Bänninger Ulrich
Brechtbühl Ruth
Cadisch Ruth
Graf-Gertsch Hans
Moser-Inauen Maria
Neuweiler Margrit
Rüesch-Rüttimann Anna
Stahl Edwin
Staub Olga
Tuncdogan Sabire

Personal

Eintritte

Andreja Larisa
Coma Pembe
Gökce Cemil
Hegglin Ladina
Kaufmann Annette
Klotz Alexandra
Tschuor Ladina
Wiederkehr Aaron
Wolf Kevin

Austritte

Bangerter Marlies
Conte Jasmin
De Jong Kim
Frey Angelika
Germann Stefanie
Glauser Nina Andrea
Martin-Kalt Barbara
Meier Ramona
Merseli Ajla
Nigg Andrea
Radonjic Sladana
Schwarz-Keller Daniela
Worch Selina

Jubliäen

Novakovic Borjanka	25 Jahre	Plüss Antonella	5 Jahre
Dönni Claire	20 Jahre	Scherrer Heidi	5 Jahre
Ehrbar Claudia	15 Jahre	Stolz Cornelia	5 Jahre
Breitenmoser Anja	10 Jahre		