HAFENSTADT ROMANSHORN
REGIONALES PFLEGEHEIM

Nummer 1 – Dezember 2022

ZIIT(IG) FÜR ÜS

über Grenzen hinaus – üsi Huusziitig

Anlässe

Zusätzlich zum Wochen-Programm der Aktivierung finden Veranstaltungen wie folgt:

24. Dezember 2022, Heiligabend
Die Bescherung findet individuell um das Abendessen in den Wohngruppen statt. Bitte informieren Sie sich vor Ort.

31. Dezember 2022, Silvester
Das Ausklingen des Jahres findet individuell in den Wohngruppen statt. Bitte informieren Sie sich vor Ort.

1. Januar 2023, 10.15 Uhr, Neujahr
Anstossen auf Neujahr, im Speisesaal – gerne stossen wir mit Ihnen, geschätzte Bewohner/-innen, auf das neue Jahr an.

4. Januar 2023, 15.00 bis 15.45 Uhr
Gottesdienst im Seeblicksaal – anschliessend Gottesdienst in der geschützten Wohngruppe.

4. Januar 2023, 15.45 bis 16.15 Uhr
Bibliothek in der Cafeteria –
Austausch von Büchern aus der Stadtbibliothek.

6. Januar 2023, ab 14.00 Uhr
Neujahrs-/3-Königsfeier mit Gubsi im Speisesaal – es sind alle Bewohner/-innen und auswärtigen Gäste willkommen mitzuschunkeln und mit uns einen unterhaltsamen Nachmittag zu verbringen.

7. Januar 2023, ab 17.15 Uhr
Besuch der Sternsinger im Speisesaal und in den Wohngruppen – Sternsinger der kath. Pfarrei bringen uns mit ihrem Besuch den Segen.

18. Januar 2023, 15.00 bis 15.45 Uhr
Gottesdienst im Seeblicksaal – anschliessend Gottesdienst in der geschützten Wohngruppe.

21. Januar 2023, ab 14.30 Uhr
Lottonachmittag mit dem KAB, im Speisesaal – es gibt tolle Preise zu gewinnen und ein «gluschtiges» Kuchenbuffet wartet auf Sie.

29. Januar 2023, 15.00 Uhr
Konzert mit der Hokudabra A-Cappella Gruppe, Speisesaal.

Bitte immer den aktuellen Aushang oder die Homepage beachten, Änderungen sind möglich.

PORTRAIT

Abschied nach 15 Jahren Wunschkonzert-Moderator

Jeden Donnerstag von 10.00 Uhr bis 11.00 Uhr erklingt auf Radiokanal 4 das hauseigene Wunschkonzert vorwiegend für Bewohnenden und Mitarbeitende. Zwei freiwillige Mitarbeiter moderieren das Wunschkonzert abwechslungsweise.

Walter Stünzi ist eine dieser angenehmen Stimmen. Am 22. Dezember 2022 hören wir die Stimme von Walter Stünzi leider zum letzten Male. Er hat sich «altershalber» mit seinen bald 81 Jahren entschlossen sich nach 15 treuen Jahren Freiwilligenarbeit vom Regionalen Pflegeheim «RPH» zu verabschieden. Mit seinen unzähligen Sendungen hat er eine Vielzahl von musikalischen Wünschen erfüllt und für kleine freudige Momente gesorgt. Nach eigenen Aussagen wurde Walter Stünzi damals durch ein Inserat im Seeblick «Wunschkonzert-Moderator im RPH» aufmerksam.

Er habe damals bereits unter anderem Wasserballmeisterschaften kommentiert, was ihm sehr viel Spass machte. Wenn er zurück blickt war sein heimlicher Traumjob «Sportreporter». Sein Höhepunkt als Speaker war damals in den Jahren von 1999 bis 2003 die Spiele des Wasserballclub-Teams Kreuzlingen zu kommentieren, weshalb also nicht Radiomoderator werden. Auf die Frage der grössten Veränderungen und Herausforderungen während den 15 Jahren als Radiomoderator antwortet Walter Stünzi:

Angefangen habe er mit zwei CD-Playern und X CDs. Die Vorbereitungen benötigten jeweils mindestens eine Stunde. Während der Sendung wurde auf dem einen Gerät den Musikwunsch abgespielt und beim anderen Gerät die CD mit dem richtigen Musiksong vorbereitet. Der Wechsel auf Digital bereitete Walter Stünzi Kopfzerbrechen und Zweifel, ob er mit der neuen Technik zu Ranke käme. Dank dem guten Zureden seiner Ehefrau mit den Worten: «Wenn du jetzt gehst, wirst du dies später bereuen und dich daran nerven, dass du es nicht versucht hast.» Heute kann er sagen, dass sie Recht hatte. Die Unterstützung durch den Technischen Dienst und dem gesamten Personal im Hintergrund sei grossartig gewesen, es sei stets darauf geachtet worden, dass genügend Wünsche für das Wunschkonzert vorhanden waren und wenn dies einmal nicht der Fall war, so habe das Aktivierungs- und das Sekretariatsteam ihn tatkräftig unterstützt.

Auf die Frage was Walter Stünzi als Radiomoderator in Erinnerung bleibe, antwortet er: «Es ist/war eine sensationelle Zeit, auch weil ich immer wieder hörte, dass meine Stimme gut ankommt. Das freut mich sehr! Die Breite der Musikwünsche haben mich beeindruckt. Die vielen schönen Begegnungen mit den unterschiedlichen Menschen bleiben in guter Erinnerung.»

Walter Stünzi möchte sich nun zukünftig vermehrt seiner Ehefrau und der Familie widmen und die Zeit mit ihnen geniessen. Die Schweiz bereisen und seinen weiteren Hobby nachgehen, wie dem Männerchor, das Seebad besuchen und mit dem Enkel «seinem Star» etwas unternehmen. Die Stimme von Walter Stünzi werden wir im Regionalen Pflegeheim vermissen. Wir sagen Danke für die grossartigen und buntgeschmückten Sendungen, welche mit viel Herzblut vorbereitet und moderiert wurden.

DIVIDAT

Dividat-Fitnessgeräte

Mit diesen neuen Fitnessgeräten möchten wir unseren Bewohnenden mehr Lebensqualität bieten. Durch die verschiedenen Trainingseinheiten können Kraft, Koordination, Gleichgewicht, Kognition, Konzentration, Ausdauer und positives Körperbewusstsein gefördert werden. Zudem wird dadurch die Mobilität verbessert und Stürze können reduziert werden. Wir freuen uns, wenn die Geräte häufig und regelmässig von unseren Bewohnenden genutzt werden. Ihre Ansprechpartner sind unsere Mitarbeitenden vom Aktivierungsteam, sie unterstützen und instruieren Sie gerne.

Theratrainer kombiniert mit dem Dividat Mile
Training für Hände oder Beine, zusätzlich motiviert durch verschieden Routen Von Zürich, Bern, Paris…

Dividat Senso unterstützt Körper und Gehirn und wurde in Zusammenarbeit mit der ETH Zürich entwickelt und validiert. Dividat Senso enthält über 15 verschiedene Trainingsprogramme.

Endlich dürfen wir die Erstausgabe unserer «Huusziitig» präsentieren.

Geschätzte Bewohner, Mitarbeiter und Angehörige – wir bitten euch um Mithilfe, unser Mitteilungsblatt möglichst lebendig und vielfältig zu befüllen. Bitte sendet eure Ideen oder auch konkreten Bilder, Texte, Rezepte – was alles euch einfällt – an Susanne Schwizer (sekretariat-ph@romanshorn.ch)

Wir bedanken uns für eure Anregungen.

**Ziit(ig) für üs –
für Bewohner, Mitarbeiter und Angehörige**

Mitteilungsblatt des Regionalen Pflegeheims Romanshorn, Seeblickstrasse 3, 8590 Romanshorn
Erscheint quartalsmässig; Konzept, Gestaltung, Satz und Druck: Brüggli Medien, Romanshorn

WEIHNACHTSGESCHICHTE

Der kleine Wichtel

Der kleine Wichtel war schon alt, sehr alt und er hatte schon viele Weihnachten erlebt. Früher, als er noch jung war, ist er oft in der Adventszeit in das Dorf gegangen und überraschte die Menschen mit kleinen Geschenken. Er war lange nicht mehr im Dorf gewesen. Aber in diesem Jahr wollte der kleine Wichtel wieder einmal die Menschen besuchen. So machte er sich schliesslich auf den Weg, setzte sich vor das grosse Kaufhaus der nahegelegenen Stadt und beobachtete still und leise das rege Treiben der vorbei eilenden Menschen. Die Menschen suchten Geschenke für ihre Familien und Freunde. Die meisten Menschen kamen gerade von der Arbeit und hetzten eilig durch die Strassen.

Die Gedanken des kleinen Wichtels wanderten zurück zu jener Zeit, wo es noch keine elektrischen Weihnachtsbeleuchtungen gab und er überlegte, ob die Menschen damals auch schon mit vollen Tüten durch die Strassen geeilt sind? Nun, die Zeiten ändern sich, dachte der kleine Wichtel und schlich unbemerkt aus der überfüllten Stadt hinaus, zu dem alten Dorf, wo er früher immer gerne gewesen ist. Er hatte genug von hetzenden Menschen, die scheinbar keine Zeit hatten. Ist die Adventszeit nicht eine ruhige und besinnliche Zeit?

So kam er an das alte Haus in dem schon viele Menschen gewohnt hatten. Früher war dieses Haus sein Lieblingshaus gewesen. Früher, als es noch kein elektrisches Licht gab und die Menschen ihr Haus mit Kerzen erleuchteten. Er erinnerte sich, dass sie auch keine Heizung hatten und die Menschen Holz ins Haus schafften, um es warmzuhalten. Er sah damals während der Adventszeit immer wieder durch das Fenster und beobachtete jedes Jahr dasselbe. An manchen Abenden sah er die Mutter und Grossmutter Plätzchen backen. Der Duft strömte durch das ganze Haus und drang sogar zu ihm nach draussen.

Der Vater und der Grossvater machten sich auf, um im Wald einen Weihnachtsbaum zu schlagen und ihn mühevoll nach Hause zu bringen. Es war kalt und sie freuten sich beim Heimkommen auf den warmen Tee, den die Mutter gekocht hatte. Oftmals sassen die Menschen zusammen, um gemeinsam zu singen und der Grossvater erzählte den Kindern spannende Geschichten. Die Kinder konnten es kaum erwarten, bis die Grossmutter auf den Speicher stieg, um die Weihnachtskiste zu holen, denn das tat sie immer erst kurz vor Weihnachten. In dieser Kiste gab es viel zu entdecken. Sterne aus Stroh, Kerzen, Engel mit goldenem Haar und viele andere kostbare Dinge.

Aber das war schon lange her und es war eine andere Zeit. Eine Zeit des gemeinsamen Tuns, eine Zeit miteinander, eine Zeit füreinander. Von seinen Gedanken noch ganz benebelt, sah der kleine Wichtel auch heute durch das Fenster des alten Hauses und entdeckte die Familie, wie sie gemeinsam um den Adventskranz sass und der Vater den Kindern eine Geschichte vorlas. Nanu, dachte der kleine Wichtel, eine Familie, die nicht durch die Strassen hetzt. Menschen die Zeit miteinander verbringen und die ihr Haus mit Kerzen erleuchten. Ja, heute ist eine andere Zeit, aber auch heute finden Menschen wieder füreinander Zeit. Dem kleinen Wichtel wurde es ganz warm ums Herz und er schlich leise und unbemerkt dorthin, woher er gekommen war.

Quelle: weihnachtswuensche.com

DANKE!

Es liegt uns sehr daran, Ihnen allen, die Sie in irgendeiner Form an unserem Betriebsgeschehen beteiligt waren, herzlich zu danken.

Wenn wir auch nicht alle namentlich erwähnen können, so danken wir speziell:
- den Bewohnerinnen und Bewohnern und ihren Angehörigen für das uns geschenkte Vertrauen
- den Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern
- den freiwilligen Helferinnen und Helfern
- der Betriebskommission
- den Romanshorner Behörden sowie jenen der Nachbargemeinden
- der Ärzteschaft, insbesondere unserem Heimarzt
- den Seelsorgerinnen und Seelsorgern sowie Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern der Kirchen
- den Spendern von Barbeträgen
- den Vereinen und Institutionen für ihre Besuche
- allen Besucherinnen und Besuchern, die den Bewohnerinnen und Bewohnern Abwechslung und Freude bereitet haben.

Dezember 2022
Regionales Pflegeheim Romanshorn
Susanne Schwizer Institutionsleiterin

Zeichnung von Bettina

REZEPTE

Vanillekipferl

Das beliebteste Weihnachtsguetzli-Rezept unseres Küchenchefs!

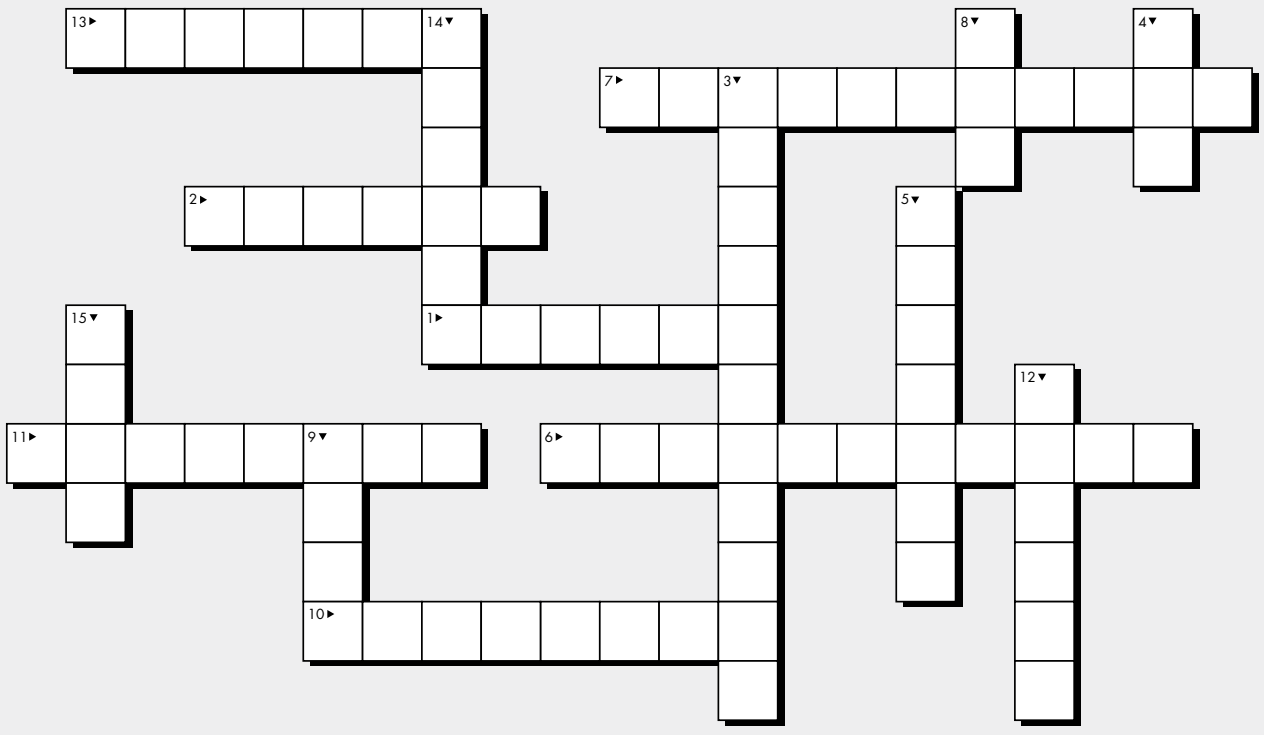
Zutaten

125 g	Zucker
275 g	Butter
70 g	Eigelb
3 Stk	Vanillestengel (Mark)
1 g	Salz
135 g	Mandeln gerieben
385 g	Mehl
150 g	Vanillezucker (Zucker und Vanillemark)

Zubereitung

Butter und Zucker schaumig rühren
Eigelb, Salz und Vanillemark verrühren und zur Buttermasse geben
Mandeln und Mehl mischen
Alle Zutaten mischen und vorsichtig zu einem Teig kneten, Teig zu Stangen (1 – 1.5 cm Durchmesser) rollen; kalt stellen
in 10 – 12 g schwere Stücke schneiden
zu Gipfeli formen
auf Blech mit Backpapier absetzen
bei 160 °C – 180 °C ca. 12 Minuten backen
die noch warmen Gipfel im Vanillezucker wenden

KREUZWORTRÄTSEL



1. Anzahl Bundesräte der Schweiz
2. Flaschenverschluss
3. Fussballweltmeister 2022
4. Honigwein
5. Name des Luzerner Hausbergs
6. Ein Sonett ist eine …
7. Flächenmässig grösster Kanton der Schweiz
8. 8. Bringt Haare in Form
9. Männliches Schwein
10. Der französischsprachige Teil der Schweiz wird … genannt
11. Hauptstadt von Ungarn
12. Spiel mit Steinen
13. Europäische Stadt mit den meisten Brücken
14. Getreide
15. Sehr dringend

1. Sieben / 2. Korken / 3. Argentinien / 4. Met / 5. Pilatus / 6. Gedichtform / 7. Graubünden
8. Gel / 9. Eber / 10. Romandie / 11. Budapest / 12. Domino / 13. Hamburg / 14. Griess
15. Akut