

Hauszeitung

der Altersbetreuung Worb | Ausgabe 2 / 2025



◆ Aktivitäten ◆

◆ Nachhaltige Blumenfreude ◆ Ein Tag in der Pflege◆

◆ Bewohnernachrichten ◆

Ausgabe: 2 / 2025
Druck: Aeschbacher AG, Worb

Altersbetreuung Worb

Bahnhofstrasse 1
3076 Worb

Telefon: 031 838 17 17

info@abworb.ch
www.abworb.ch

Bankverbindung Spendenkonto
CH74 0079 0016 9389 1432 5

QR-Code
Spendenkonto



Inhaltsverzeichnis

Tiere zu Gast bei uns	Seite 4
Backen	Seite 5
Brunchen im Mittelpunkt	Seite 5
Nachhaltige Blumenfreude	Seite 6
Rezept aus der Küche	Seite 7
Gedächtnistraining	Seite 8
Bewohnernachrichten	Seite 9
Unterwegs mit Ramona	Seite 10
Durchfahrt der Tour de Suisse	Seite 11
Generationenfest am 6. September 2025	Seite 11
Impressionen 1.Jahreshälfte 2025	Seite 12 & 13
Personalnachrichten	Seite 14
Dank an Bank SLM	Seite 14
Neue Leitung Zentrum Alter Worb	Seite 15
Gedicht	Seite 16

Liebe Leserin, lieber Leser

Im ersten Halbjahr konnten wir den Alltag im Heim wieder einmal geniessen. Trotz Umbau von 6 Zimmern, konnte wieder Normalität eintreten. Zwei Kinobesuche wurden spontan organisiert, wenn der Baulärm am stärksten war. Seither fanden schon zahlreiche verschiedene Anlässe darin statt. Die Nachfrage nach Banketten ist überwältigend und der Mittagstisch wächst stetig. Das Free Cooling wird demnächst starten und wir sind gespannt, wie sich die Terrasse mit den neuen Sonnenschirmen bewährt.

Schön, dass Sie unsere Zeitung lesen und so einen Einblick in die erste Jahreshälfte 2025 und den Alltag der Altersbetreuung Worb erhalten.

*Frank Heepen
Heimleiter*

Tiere zu Gast bei uns

Mit viel Liebe wurden die Tische im Mehrzweckraum für die Kleintiere von Frau Stoll und ihren drei Kindern hergerichtet. Es war schon etwas Aufregung in der Luft seitens der Tiere, wie auch der Bewohnenden, die sich freudig um den Tisch gesetzt hatten. Die Spannung stieg, Frau Stoll hob die Box auf den Tisch, und heraus kamen sieben verschiedenartige, süsse Meerschweinchen. Von allen Seiten vernahm ich ein «jöööhh die si de härzig».

Frau Stoll bot viele Ideen an, um die Meerschweinchen anzulocken. So konnten die Bewohnenden zum Beispiel Gurken-, Peperoni-, Rüebli- oder Broccolistücke an ein Spiessli stecken und die Meerschweinchen so füttern. Alle waren entzückt und konnten gar nicht genug kriegen von den niedlichen Wesen.

Nach ca. 45 Min. verabschiedeten wir uns von den Meerschweinchen und aus einer anderen Box entnahm Frau Stoll ihre vier Zwerghühner.

Auch diese lösten Begeisterung bei den Bewohnenden aus, konnten sie doch die Hühner das Futter aus der Hand fressen lassen. In den Gesichtern der Bewohnenden strahlte grosse Zufriedenheit und auch nachträglich wurde noch lange über das Erlebte geplaudert.

*Manuela Schäfer
Aktivierungsleitung*



Backen & „Schnouse“

Einmal im Monat machen wir einen Backnachmittag. Gemeinsam haben wir diesmal köstliche Mandelgipfeli zubereitet und dabei viel gelacht. Es war schön, zusammen in der Küche kreativ zu sein und den Duft frisch gebackener Gipfeli zu erleben. Natürlich haben wir sie hinterher auch noch probiert und den Nachmittag gemütlich ausklingen lassen.

*Manuela Schäfer
Aktivierungsleitung*



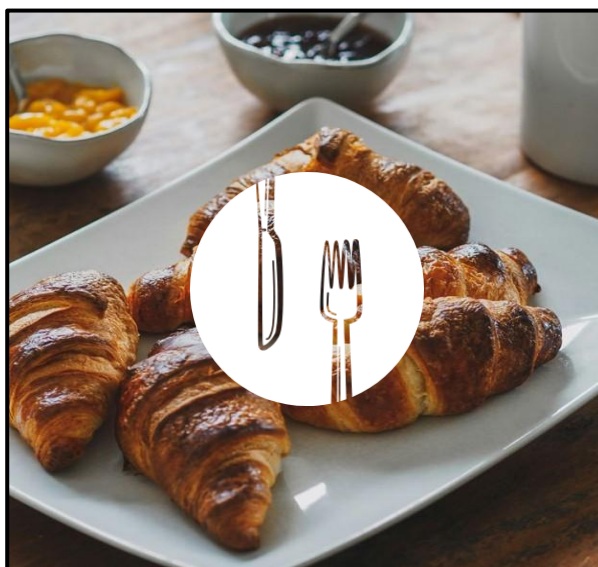
Brunchen im Mittelpunkt

«Z`Mörgälä im Mittupunkt vo Worb»

Ab dem 12. Juli erwartet dich jeweils jeden Samstag von 9.15-13.00 Uhr ein Brunch Angebot im Restaurant Mittelpunkt.

Mit frischen Backwaren und Aufstrichen sowie auch herzhaften, warmen Speisen, möchten wir dich verwöhnen.

Süsse und selbstgemachte Kleinigkeiten runden den Brunch perfekt ab und sorgen für einen genussvollen Abschluss.



Nachhaltige Blumenfreude

Ich werde von herrlichem Blumenduft und einem herzlichen Team im Blumenladen Blüten-Bijou begrüsst. Seit Jahren sind sie einer unserer Blumenlieferanten im Altersheim. Der Laden ist wunderschön und sehr liebevoll gestaltet und im hinteren Teil entstehen weitere prachtvolle Sträusse, Gestecke, Kränze und vieles mehr. Das Team besteht aus 9 MitarbeiterInnen, aber ich merke schnell, dass hier noch viel mehr Menschen dahinterstecken. Man könnte fast von einem Familienunternehmen reden. Denn auch von mehreren Mitarbeiterinnen sind noch Schwester, Onkel, Schwager, Mutter... in irgendeiner Weise ehrenamtlich dabei. Manche helfen die Homepage zu pflegen, andere sind als FahrerInnen tätig oder bringen frisches Gewächs aus dem eigenen Garten. Sogar das Grosi kommt noch vorbei, um Karton einzupacken für die Geschenkkörbe. Es ist ein grosses Miteinander!

Besonders interessiert mich heute das Thema Nachhaltigkeit und ich bin beeindruckt was Theres Läderach und Anna-Lena Wälti mit ihrem Team alles dafür tun. Ihnen ist es wichtig, dass sie möglichst viele Blumen aus der Schweiz kaufen können und sie arbeiten sehr saisonal. Auch haben sie mehrere Gärten, in denen sie allerhand wachsen lassen und dann selbst schneiden. Dies gibt sehr viel Mehraufwand, aber es macht ihnen auch Freude die Gärten zu pflegen.

Was andere als Abfall wegwerfen würden verwenden sie und machen wahre Kunstwerke daraus. So können sie z.B. noch den Grünschnitt vom Gartenbaugeschäft Botanica verwenden anstatt das er gehäckselt wird. Ein eher neuerer und moderner Trend sind auch die Trockenblumen, mit denen sie viel arbeiten. Sie sind langlebig, benötigen keine Pflege und behalten ihre Schönheit oft monatelang – manche sogar jahrelang. Das bedeutet weniger Abfall, weniger Ressourcenverbrauch und eine dauerhafte Freude an liebevoll gestalteten Arrangements. Auch hier legen sie Wert auf einheimische Sorten und gewisse Blumen, wie beispielsweise Hortensien, trocknen sie sogar selbst, dies ist ein langer Prozess.

Auch bei uns im Altersheim kann man ihre Werke bestaunen, im Eingangsbereich oder auf den Tischen im Restaurant.

Die Cellophanfolie für die Verpackung haben sie gegen Recyclingpapier ausgetauscht, als Dekoband wird eine dünne Hanfschnur genommen zusammen mit einem kleinen Überbleibsel an Grünschnitt, welches nicht mehr brauchbar für ein Gesteck ist.

Zusammen mit vielen anderen Geschäften ist auch das Blüten-Bijou Teil des Floristikverbandes bei welchem Nachhaltigkeit sehr angestrebt wird.

Der Besuch im Blüten-Bijou hat mir gezeigt, dass Nachhaltigkeit und Schönheit Hand in Hand gehen können – und dass Blumenfreude auch ohne ständiges Erneuern möglich ist.

*Gabriela Bachmann
Mitarbeiterin Administration*

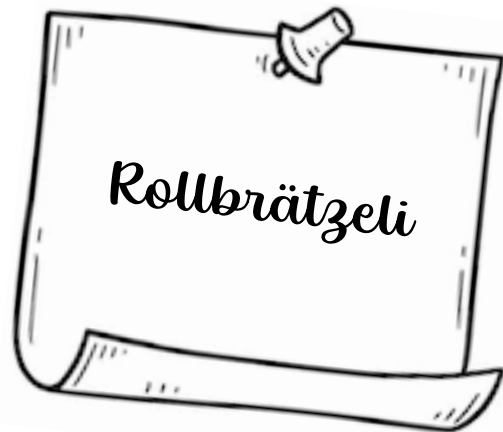
Anna-Lena bindet einen Blumenstrauss.



Dieser Kranz besteht zu $\frac{3}{4}$ aus selbstgeschnittenen Wiesenblumen. Ein sehr aufwendiges jedoch wunderschönes Prachtstück.



Rezept aus der Küche



Zutaten:

350 Gramm	Zucker
250 Gramm	Butter
500 Gramm	Mehl
½ Liter	Milch
¼ Liter	Rahm
1 Prise	Salz
1 Päckli	Vanillezucker



Zubereitung:

- Zucker und Butter sehr gut schaumig rühren
- Anschliessend in kleinen Mengen Mehl und Milch dazu mischen
- Am Schluss Rahm, Salz und Vanillezucker dazu geben
- Bretzeleisen erhitzen und die Bretzeli darin backen, sofort danach aufrollen und abkühlen lassen.

Diese Menge ergibt ca. 60 Stück.

Viel Spass beim Gützele



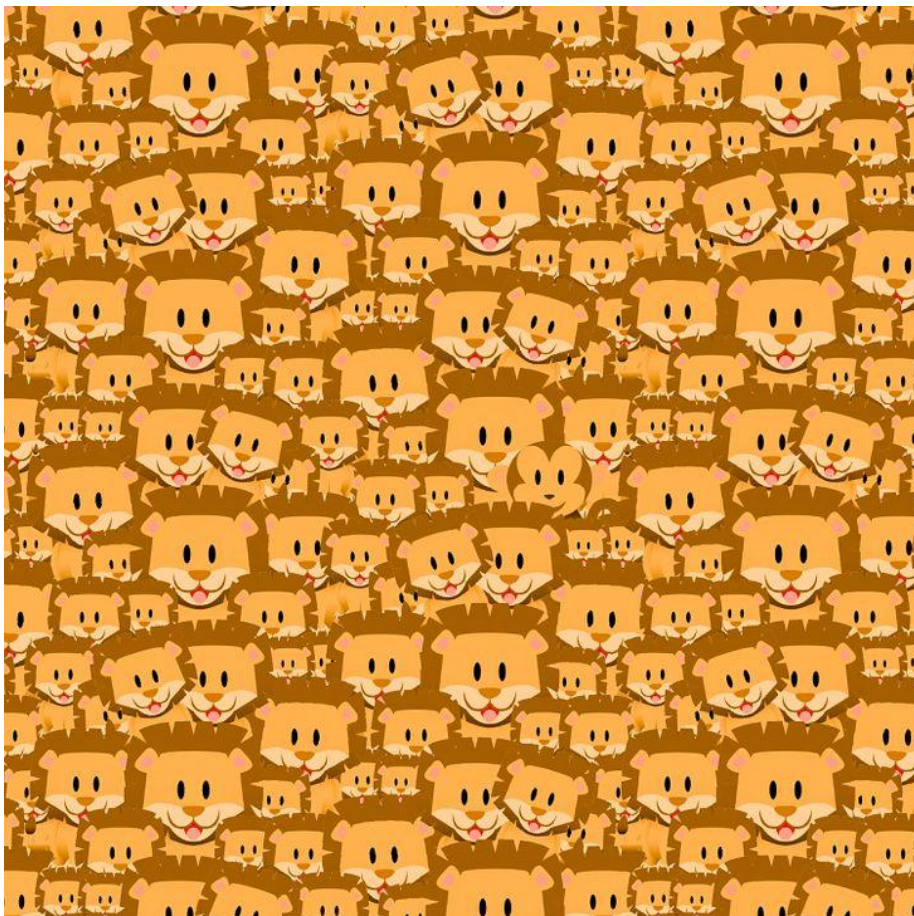
Gedächtnistraining

Welche Tiere verstecken sich in diesen Wörtern?

Beispiel:
Draht**esel**

Dachstuhl	Keule	Augenschmaus	Waffeln
Zuckerschnecke	Thailand	Spross	Allmächtiger
Kelch	Sitzecke	Blausäure	Tanzsaal
Einkaufscenter	Geschnatter	Leselampe	Jahrhundert
Reklamation	Marathon	Duschwand	Phasenprüfer
Teamausflug	Wäscheringe		

Wo ist der Affe versteckt?



Bewohnernachrichten

Die einzige Konstante im Leben, ist die Veränderung

Heraklit von Ephesos, griechischer Philosoph

Für die Menschen, welche in der Altersbetreuung einziehen, verändert sich ihr gewohnter Lebensraum. Für die einen weniger und für die anderen mehr.

Hören wir, was die neu eingetretenen Bewohner uns bezüglich ihrer Veränderung des gewohnten Lebensraumes berichten möchten.

Manuela Schäfer

Aktivierung



Herr Robert Hofstetter:

Aufgewachsen bin ich in Bern im Mattenhofquartier. Später wohnte ich mit meiner Frau in Rüfenacht, das war damals eine grosse Veränderung für mich aus der Stadt aufs Land zu ziehen. Da war ich schon einmal konfrontiert mit dem Verändern des Lebensraumes. Ich vermisste meine Kollegen. Doch wie es im Leben so ist, gewöhnt man sich daran. Durch meine angeblich vererbte Krankheit war ich mit der beruflichen Wahl relativ eingeschränkt, was für mich jedoch kein Problem war, ich arbeitete gerne in der Metallbranche. Ich machte gerne Spaziergänge und kleine Wanderungen, vertiefen konnte ich mich auch gut beim Lesen. Urlaub genoss ich in Spanien in einem Haus. Dann kam eine grosse Veränderung meines Lebensraumes als meine Frau verstarb. Ich konnte nicht allein zu Hause leben, so hiess es, die Wohnung verlassen und in die Altersbetreuung zu ziehen. Ich bin dankbar hier in Worb zu sein und fühle mich sehr wohl.

Herr Thomas Kestenholz:

Ich lebte mit meiner Frau und den zwei Söhnen in einer schönen Eigentumswohnung mit Blick auf die Berge. Ich genoss dieses Panorama sehr. Wir reisten viel mit dem Wohnmobil in die Toskana. Mein Hobby war das Eishockey spielen in Lyss und Fussballspielen im Gürbental. Dann kam die grosse Veränderung für mich, welche durch einen Hornissenstich ausgelöst wurde. Ich lag mehrere Tage im Spital, danach gab es einen Aufenthalt in der Rehaklinik in Tschugg. Es war eine Herausforderung für mich das Sprechen und Schreiben wieder zu erlernen. Was mir Freude bereitete, war das Kochen für Hirngeschädigte, welches mir eine schöne Abwechslung bot, wie auch das jahrelange Singen in der Markuskirche. Ich bin dankbar für den neuen Lebensraum in der Altersbetreuung Worb, wo ich mich sehr wohl fühle.

Ganz herzlich begrüssen wir auch Fritz Schweizer, Friedrich Jenzer, Margaretha Häfliger und Adelheid Bigler welche in der nächsten Ausgabe vorgestellt werden.

Unterwegs mit Ramona

Ein Tag in der Tagesverantwortung der Pflege

Ramona erzählt, was eine Tagesverantwortliche in der Pflege in ihrer Schicht alles macht. Vor Arbeitsbeginn liest sich die Tagesverantwortung (TV), wie alle Pflegemitarbeitenden, in der Pflegedokumentation ein, damit sie weiss, was in den letzten 24h geschehen ist. Um 06:30 Uhr findet die Rapportübergabe der Nachtwache statt. Die TV schaut sich die Agenda des heutigen Tages durch, wo wichtige Termine und Erinnerungen notiert sind. Danach richtet sie die Morgen- und Mittagsmedikamente. Manchmal meldet sich ein Pflege-mitarbeitender telefonisch, da ein Bewohnender ein Reservemedikament benötigt, die TV aussergewöhnliche Hautverhältnisse anschauen muss, oder es einem Bewohnenden schlecht geht.

Um ca. 07:30 Uhr geht sie zu den Diabetesbewohnenden, um den Blutzuckerwert zu messen und Insulin zu spritzen. Um ca. 07:45 Uhr fährt sie mit dem Medikamentenwagen in den Speisesaal, um die Morgenmedikamente zu verteilen. Dort sieht die TV die meisten Bewohnenden und erkennt, wie es ihnen geht. Anschliessend macht sie, wenn es zeitlich drin liegt, einen Verbandswechsel. Sie schaut mehrmals am Tag in die Agenda, um sicher zu gehen, dass nichts vergessen geht.

Es gibt Tage, da ist noch eine Arztvisite, ein Neueintritt, ein Todesfall und das gibt viel Arbeit. Um ca. 09:30 Uhr gibt es eine kurze Znünpause. Danach macht die TV noch mehrere Verbandswechsel. Um 10:30 Uhr gibt es dann einen Rapport mit dem Tagesteam, um das Wichtigste zu besprechen.

Den ganzen Tag klingelt immer wieder das Telefon von internen und externen Personen, die entgegengenommen werden und evtl. bearbeitet werden müssen.

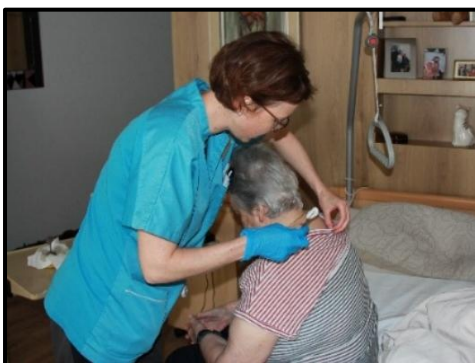
Mehrmals am Tag müssen die E-Mails gecheckt und beantwortet werden. Dies beansprucht je nach dem viel Zeit. Wenn eine neue Arztverordnung kommt, wird diese bearbeitet, muss evtl. noch ein Medikament in der Apotheke bestellt werden, das dann abgeholt und anschliessend gerichtet werden muss.

Vor dem Mittagessen richtet die TV die Mittagsmedikamente fertig und verteilt diese um ca. 11:30 Uhr im Speisesaal.

Alles, was bei den Bewohnenden gemacht wird, muss von uns Pflegenden lückenlos im Pflegebericht dokumentiert werden. Dies geschieht über den ganzen Tag hinweg fortlaufend. Um 12:30 Uhr hat auch die TV 30 Minuten Mittagspause.

Nach der Pause gibt es noch Verbandswechsel zu machen, E-Mails und Arztverordnungen zu bearbeiten, etc. Um 15:00 Uhr übergibt die TV der Frühschicht den Rapport an die TV des Spätdienstes. Um 15:30 Uhr, meist aber auch, aufgrund der vielen Arbeit, etwas später, kann die TV Feierabend machen.

Kein Tag ist wie der andere. Das macht diesen Beruf sehr interessant und abwechslungsreich.



Verbandswechsel



Richten der
Medikamente

*Ramona Krähenbühl
Pflege & Betreuung*

Durchfahrt der Tour de Suisse

Schon lange bevor die Rennfahrer bei uns ankamen, war viel los vor dem Altersheim. Die Bewohnenden verköstigten sich an unserem Stand mit Hot Dog und Öpfuchüechli und genossen die gute Stimmung.

Um 14.30 Uhr kam dann der grosse Moment, bei dem die Fahrer vorbeifuhren. Alle wurden lautstark von unseren Bewohnenden und zahlreichen weiteren Menschen, die die Strasse säumten, angefeuert.



Generationenfest & Foodsave Bankett

Freuen Sie sich auf unser alljährliches Generationenfest und das köstliche Foodsave-Bankett am

Samstag, 6. September 2025.

Profis und freiwillige Köche bereiten ein leckeres Menü aus geretteten Lebensmitteln zu. Seien Sie dabei und genießen Sie einen Tag voller Genuss, Gemeinschaft und Nachhaltigkeit!



Impressionen



Apéro nach der Gesamteamsitzung



Kreativzeit am Nachmittag



Voller Eifer am „Chnöblätze“ herstellen



Der Showact beim Dankesessen begeistert alle freiwilligen Mitarbeitenden



Ostereier färben



1. Jahreshälfte 2025



Bewohnende und Mitarbeitende laufen an unserer Modeschau



Die Polonaise – der krönende Abschluss am diesjährigen Racletteabend



Ausflug nach Bowil mit einem gemeinsamen Essen, Singen und Musik & Tanz



Personalmeldungen

Personal Eintritte:

- Alberita Mehmedi, Hauswirtschaft, 01.12.
- Franziska Rohrbach, Fahrerin, 01.01.
- Lorena Christen, Hauswirtschaft, 06.01.
- Anita Rügsegger, Küche, 20.01.
- Monika Ruprecht, Küche, 12.02.
- Nuria Aebi, Fusspflege, 01.03.
- Martina Badertscher, Küche, 01.06.
- Myriam Membrive, Pflege, 01.06.

Personal Austritte:

- Anne-Marie Maurer, Aktivierung, 31.01.
- David Häuptli, Pflege, 28.02.
- Desiree Sterchi, Hauswirtschaft, 28.02.
- Eveline Lanz, Pflege, 30.06.
- Beatrice Saxer, Pflege, 31.07.
- Samuel Dellsberger, Küche, 31.07.

Dankeschön!

Spende der Bank SLM

Wir freuen uns sehr, eine Spende von der Bank SLM erhalten zu haben.

Sie setzen sich aktiv für die Belange in der Region ein, indem sie sowohl soziale, wohltätige und gemeinnützige Organisationen unterstützen.

Im Namen aller Bewohnerinnen und Bewohner sowie des gesamten Teams möchten wir der Bank herzlich danken. Ihre Unterstützung trägt dazu bei, unseren Alltag im Altersheim noch angenehmer und lebenswerter zu gestalten.

Vielen Dank für Ihr Engagement und Ihre Großzügigkeit!

BANKSLM

Altersheimolympiade

Am 5. August 2025 findet die zweite Altersheimolympiade in der Sporthalle Rüfenacht von 9.30 – 16.00 Uhr statt.

Das Team der Altersbetreuung Worb wird in den nächsten Wochen fleissig trainieren für diesen Event. Sie sind herzlich eingeladen mit uns zusammen die Teams anzufeuern und einen grossartigen Tag zu erleben.



Neue Leitung

Zentrum Alter Worb

Mein Name ist Binja Breitenmoser, ich bin 45 Jahre alt. Vor 20 Jahren bin ich von Appenzell nach Bern gezogen und lebe sehr gerne in dieser schönen Gegend der Schweiz.

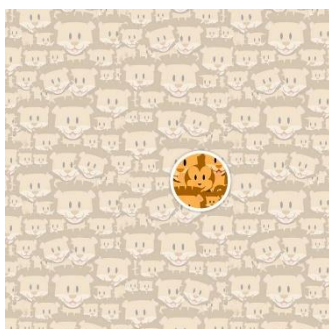
Seit Januar 2025 leite ich das ZAW. Diese Aufgabe fordert mich und macht mir gleichzeitig grosse Freude. Auch ergänzt sie sich gut mit der Arbeitsstelle in Stettlen, wo ich in derselben Funktion tätig bin.

Das Zentrum Alter Worb ZAW ist eine niederschwellige Anlaufstelle für Altersfragen. Was wir hauptsächlich machen? Wir nehmen Anfragen zum Thema Alter(n) entgegen und versuchen, Antworten und Lösungen zu finden. Und wir organisieren Anlässe, koordinieren und vernetzen.

Meine Einstellung zum Alter? An sich ein normaler Lebensvorgang, vor dem Hintergrund unserer komplexen Welt und in einer Leistungsgesellschaft aber wohl nicht immer ganz einfach. Deshalb bin ich umso mehr beeindruckt zu sehen, wie ältere Menschen ihren Alltag meistern. Und ich freue mich über jede Begegnung mit älteren Menschen und über das, was sie mir an Lebenswissen mitgeben.



Lösungen Rätselseite



Dachstuhl	Keule	Augenschmaus	Waffeln
Zuckerschnecke	Thailand	Spross	Allmächtiger
Kelch	Sitzecke	Blausäure	Tanzsaal
Einkaufscenter	Geschnatter	Leselampe	Jahrhundert
Reklamation	Marathon	Duschwand	Phasenprüfer
Teamausflug	Wäscheringe		

Gedicht

Der Aare-Stein

Der Aare-Stein in meiner
Hand,
Hellgrau, mit schönem
weißem Band,
Erfreut mein Aug` und
meinen Sinn.
Ich seh` die Ewigkeit darin.
Er ist Aeonen Jahre alt.
Das Wasser gab ihm die
Gestalt,
Hat ihn von sehr weit
hergebracht,
Rundum geschliffen, glatt
gemacht.
Er träumt gelassen vor sich
hin,
Wenn ich schon lange nicht
mehr bin.