



SCHLOSS
EPPISHAUSEN
ALTERS- UND PFLEGEHEIM

EPPISHAUSER *Nachrichten*

Ausgabe Nr. 1/2024
April - September 24



Editorial

Sehr geehrte Leserinnen und Leser der Eppishausener Nachrichten

Perspektivenwechsel – brauchen wir dies?

Die Gedanken zu diesem Artikel sind mir gekommen, als ich bei mir daheim auf unserem Hausberg war. Sehr eindrücklich allein die Bilder von mystischer Naturimpression.



Nur kurze Zeit später:
blauer Himmel,
Sonnenschein,
unglaubliche Weite
und klare Sicht.

Sicherlich kennen Sie die Frage:
Ist das Glas halb leer oder halb voll?

Es kommt immer darauf an, wie jeder von uns die Situation betrachtet. Dazu kommen die Erfahrungen in unserem Leben, die wir in uns tragen und die uns prägen. Ebenso hinterlässt das indirekte Beteiligtsein

in unserem Umfeld Spuren. Es macht uns entweder zu einer Person, die sich der Situation stellt, oder man sieht sich als Opfer. Die persönliche Perspektivenlosigkeit oder Rolle, welche wir uns selber auferlegen, kann uns im Alltag fordern oder lähmen. Der theoretische Ansatz der Salutogenese gibt wertvolle Hinweise. Heute spricht man von Resilienz. Beide Ansätze sprechen von Widerstandsfähigkeit. Warum ist eine Person bei der kleinsten Unregelmässigkeit aus der Bahn und warum Person B nicht? Es lohnt sich diese Theorien näher zu betrachten. Machen Sie sich auf die Suche und seien Sie neugierig! Das Leben ist bunt, nicht nur schwarz oder weiss.

Liebe Leserinnen und Leser, ich habe Tage, von denen ich zu mir sage: Gut, dass sie vorbei sind. Im Alltag erlebe ich Situationen, welche mich nachdenklich, traurig, sorgenvoll machen. Es läuft nicht alles nach Plan. Sie könnten mir dazu genauso Beispiele aus Ihrem Leben berichten.

Das Leben versteht man erst im Nachhinein. Wir planen alles genau und was bleibt am Schluss?

Erinnern Sie sich an all das, was sie geschafft haben und seien Sie stolz darauf!

In dieser Ausgabe gibt es ein breites Spektrum von Beiträgen. Es lohnt sich unsere Eppishausener Nachrichten zu lesen, viel Vergnügen dabei!

Martha Zunder,
eidg. dipl. Institutionsleiterin

Herausgeber: Alters- und Pflegeheim Schloss Eppishausen, 8586 Erlen TG

Tel. 071 648 12 12 | Fax 071 648 16 35

E-Mail: info@aph-eppishausen.ch

Internet: www.aph-eppishausen.ch

Auflage: 200 Exemplare, erscheint 2x jährlich

PS: Sie finden diese und viele unserer Ausgaben der Eppishausener Nachrichten auf unserer Homepage: www.aph-eppishausen.ch



Wochenprogramm

Herzliche Einladung zu unseren regelmässig stattfindenden Angeboten

Montag	10.00 Uhr	Hi. Messe
	14.00 Uhr	Spiele/Gespräche oder individuell begleitete Ausflüge
	14.00 Uhr	Kreativtreff
Dienstag	10.00 Uhr	Hi. Messe
	14.00 Uhr	Einzelbetreuung
	15.30 Uhr	Wach im Kopf
	16.30 Uhr	Spiele/Gespräche
Mittwoch	08.30 Uhr	Einzelbetreuung
	10.00 Uhr	Singen und Musizieren
	10.00 Uhr	Evangelischer Gottesdienst, 1. Mittwoch im Monat
	14.00 Uhr	Einzel- bzw. Gruppenaktivierung in der geschützten Wohngruppe
	14.30 Uhr	Bibelkreis, einmal im Monat
	15.00 Uhr	Gestaltete Anbetung
	16.00 Uhr	Hi. Messe
16.30 Uhr	Spiele/Gespräche	
Donnerstag	10.00 Uhr	Hi. Messe
	14.00 Uhr	Erinnerungspflege in der geschützten Wohngruppe
	15.00 Uhr	Christliches Gebetstreffen, einmal im Monat
	15.30 Uhr	Fröhliches Musizieren und Beisammensein
	16.30 Uhr	Spiele/Gespräche
Freitag	09.30 Uhr	Turnen – Bewegung
	10.30 Uhr	Rosenkranz
	15.00 Uhr	Gestaltete Anbetung
	16.00 Uhr	Hi. Messe
Samstag	10.00 Uhr	Hi. Messe
Sonntag	10.00 Uhr	Hi. Messe

Du umschliesst mich
von allen Seiten
und legst Deine Hand auf mich.

Psalm 139,5



Jeden Tag tut derjenige, der alle Geschöpfe erhält,
seine milde Hand zum Segen auf.

Paul Josef Nardini



Halbjahresprogramm

- April:** 03. **Evangelischer Gottesdienst mit Abendmahl**, 10.00 Uhr, Iddakapelle
07. **Heilige Stunde zum Fest der Göttlichen Barmherzigkeit**,
15.15 Uhr, Iddakapelle
11. **Christliches Gebetstreffen**, 15.00 Uhr, Iddakapelle
15. **Lotto mit Yvonne Canal**, 15.15 Uhr, Cafeteria
19. **Ausflug mit dem Rollstuhlcar**, 13.30 - 17.30 Uhr
24. **Bibelkreis**, 14.30 Uhr, Aktivierungsraum

- Mai:** 08. **Evangelischer Gottesdienst**, 10.00 Uhr, Iddakapelle
11. **Muttertagsfeier mit der Mulörgeli-Plauschgruppe von Roggwil**,
15.00 - 16.00 Uhr, bei schönem Wetter im Garten
15. **Bibelkreis**, 14.30 Uhr, Aktivierungsraum
16. **Frühlingsausfahrt, Seniorenvereinigung Erlen, separater Aushang**
22. **Geburtstagsfeier mit Frau Lindegger**, 14.30 Uhr, Cafeteria
23. **Christliches Gebetstreffen**, 15.00 Uhr, Iddakapelle
30. **Fronleichnamsprozession**, 16.00 Uhr, Albanstübli

- Juni:** 05. **Evangelischer Gottesdienst**, 10.00 Uhr, Iddakapelle
12. **Bibelkreis**, 14.30 Uhr, Aktivierungsraum
17. **Lotto mit Yvonne Canal**, 15.15 Uhr, Cafeteria
19. **Grillfäscht mit dem Trio musiGKeller und mit Ehrung
der Lernenden**, 15.00 Uhr, im Garten
27. **Christliches Gebetstreffen**, 15.00 Uhr, Iddakapelle

- Juli:** 03. **Evangelischer Gottesdienst**, 10.00 Uhr, Iddakapelle
03. **Geburtstagsfeier mit Frau Lindegger**, 14.30 Uhr, Cafeteria
11. **Christliches Gebetstreffen**, 15.00 Uhr, Iddakapelle
17. **Bibelkreis**, 14.30 Uhr, Aktivierungsraum

August:

01. **August-Brunch**, 11.00 Uhr, Cafeteria
08. **Christliches Gebetstreffen**, 15.00 Uhr, Iddakapelle
14. **Evangelischer Gottesdienst**, 10.00 Uhr, Iddakapelle
21. **Bibelkreis**, 14.30 Uhr, Aktivierungsraum
22. **Sommerausfahrt, Seniorenvereinigung Erlen, separater Aushang**

September:

04. **Evangelischer Gottesdienst**, 10.00 Uhr, Iddakapelle
06. **Ausflug mit dem Rollstuhlcar**, 13.00 - 17.30 Uhr
14. **Schlossgärtlifest**, 14.00 Uhr, in der geschützten Wohngruppe
18. **Bibelkreis**, 14.30 Uhr, Aktivierungsraum
21. **Aach-Sänger**, 14.30 Uhr, im Garten
23. **Lotto**, 15.15 Uhr, Cafeteria
26. **Seniorentreff**, 14.00 Uhr, Kirchgemeindehaus Erlen



Meine Heimreise nach 8 Jahren



Wie soll ich alles erklären? Es kam mir wie ein Traum vor. Nach langer, langer Zeit konnte ich endlich meine Familie wiedersehen. Aus politischen Gründen gab es keine Möglichkeit über die Türkei in meine Heimatstadt zu fliegen. Wir mussten über Katar reisen, d.h. fünf Stunden von Zürich nach Katar und noch einmal 2 ½ Stunden nach Sulaymaniyah, aber wir konnten erst einen Tag später anreisen wegen den starken Windböen in meiner Stadt. Sulaymaniyah liegt im Irak auf 882 Meter über dem Meer und ist mit seinen über 2 Millionen Einwohnern eine der grössten Städte der autonomen Region Kurdistan.



Alle meine sechs Geschwister haben mich und meinen Sohn Askan am Flughafen mit Blumen erwartet. Es war unbeschreiblich. Die ganze Zeit, die ich dort erlebt habe, hat mich wirklich glücklich gemacht. Wir haben viel Zeit zusammen verbracht, gemeinsam gegessen, sehr lecker. Oft sind wir durch die Stadt spaziert, die Gebäude sind gleichgeblieben, wie auch die Strassen. Ich habe mich mit Freundinnen getroffen. Ich habe sie überrascht und wir haben vor Freude über das Wiedersehen geweint. Das Wetter war atemberaubend und wir konnten die Berge sehen. Zum Abschied sagten wir uns alle „Auf Wiedersehen“, bzw. „خوداحافيز“.



Rezan Omer
Mitarbeiterin Reinigung





RETRO



Am Faschingsdienstag lud Marlies Frast wieder zu einem erfrischenden Bildervortrag ein. Das Thema war RETRO – Reise in die Vergangenheit. Zahlreiche Bewohner nahmen die Gelegenheit wahr. Sie genossen die Erinnerung an frühere Zeiten, die einem ja immer wie bessere Zeiten vorkommt. Mit grosser Aufmerksamkeit verfolgten alle den Vortrag.

Marlies Frast zeigte uns vor allem Bilder aus dem Freilichtmuseum Ballenberg. Dort gibt es vieles aus der Vergangenheit zu entdecken.



altes Schweizer Bauernhaus



Den Tieren ging es früher auch besser.



Bei der Backstube erinnerte sich dann eine Bewohnerin an ihre Jugend,



denn sie kam aus einer Bäckerfamilie und wusste zudem viel über die verschiedenen Zöpfe und Brote, die es damals gegeben hat.



Die Brote kannten fast alle. Jeder Kanton hat sein eigenes Brot.



Solch eine Apotheke war den meisten bekannt.



Das Reisen war früher beschwerlicher, aber auch romantischer.



Die meiste Arbeit hatte der Heizer, der unentwegt Kohlen schaufeln musste.



Im Postwagen wurde die Post während der Fahrt sortiert.



Viele erinnerten sich sogar noch an die 3. Klasse, die sogenannte Holzklasse.



Der Radio gehörte in jede moderne Familie.

Ein Freund ist jemand, der die Melodie deines Herzens hört und sie dir vorsingt, wenn du sie vergessen hast.

Es wurde viel einfacher gekocht und hat doch fast immer geschmeckt.



Meine Oma hatte weder Thermomix noch Mikrowelle. Doch nie mehr im Leben hab ich so leckeres Essen bekommen wie bei ihr.

Zum Schluss gab es noch ein paar lustige Sprüche und Clips.



Warst du es, der heute um fünf Uhr krächte?



SAG MAL, OPA! ZU DEINER ZEIT GAB'S DOCH KEINE HANDIES, KEIN INTERNET, KEIN GOOGLE, KEINE RECHNER. WAS HABT IHR IN DER SCHULE BENUTZT?

DEN KOPF!



Schon vor der Erfindung des Internets gab es Chatrooms, hier noch eine alte Windows-Version.

Alle fühlten sich in ihre Jugend zurückversetzt. Wir konnten gar nicht genug bekommen und freuen uns schon auf den nächsten Vortrag von Marlies Frast und sind gespannt, was sie sich dafür ausdenkt.

Sr. Monika Francesca



Impressionen



Adventsfenster



Grittibänz backen



Guetzli backen



Der hl. Nikolaus besucht das APH



Klavierkonzert der Familie Hefti



Neujahrsapéro



Raclette - Plausch



Kafikränzli im Golfclub



Rosenmontag mit Mörtl McPom



Schlossgärtlifest



Schmutzige Dunschtig 2024



Weihnachtsgeschenke der Schüler von Erlen





Alles, was ihr tut, geschehe in Liebe

Wie wir Katholiken den Brauch kennen, sich einen Heiligen für das neue Jahr zu ziehen, der einen dann durch das Jahr führen soll, in dessen Leben man sich vertieft, um zu sehen, wie er den Glauben in die Tat umgesetzt hat, so nehmen sich unsere evangelischen Brüder und Schwestern einen Vers aus der Heiligen Schrift, der sie durch das ganze Jahr begleiten soll. Die Jahreslosung für 2024 lautet: „Alles, was ihr tut, geschehe in Liebe“. (1. Korinther 16,14)

Weil mir dazu die praktischen und lebensnahen Worte des evangelischen Pfarrers von Sulgen, Frank Sachweh, so gut gefallen haben, möchte ich sie gerne mit Ihnen allen teilen.

Sr. Fina
Seelsorgedienstleiterin

Wie halten Sie es mit guten Vorsätzen fürs neue Jahr 2024?

Ich nehme mir nichts vor, die Haltbarkeitsdauer meiner guten Vorsätze ist meist eher gering.

Mein Vorschlag darum: Statt guter Vorsätze für das neue Jahr ein gutes Vorzeichen wählen.

Kennt man doch aus dem Matheunterricht: Auf's Vorzeichen kommt es an. Ob ein Minus oder ein Plus vor der Zahl oder der Klammer steht, macht einen entscheidenden Unterschied. Auf unser Leben 2024 bezogen: Gehen wir mit einem positiven oder einem negativen Vorzeichen in das neue Jahr? Die Jahreslosung für 2024 ist ein absolut positives Vorzeichen vor all unserem Tun und Lassen: „Alles, was ihr tut, geschehe in Liebe“.

(1. Korinther 16,14)

Alles, was ihr tut: Da ist alles drin, die täglichen kleinen Erledigungen genauso wie der große Wurf, den man sich vorgenommen hat. Paulus ist überzeugt:

Ganz gleich, wie groß oder klein das ist, was wir tun: Wenn es liebevoll geschieht, hat es Sinn. Ist es bedeutsam und kostbar. Umgekehrt gilt: Es ist alles nichts, wenn wir es lieblos tun.

Paulus ging es in seinem Brief an die zerstrittene Gemeinde in Korinth um eine Haltung: Weniger Abgrenzung, dafür mehr Gemeinsinn und Geschwisterlichkeit. Weniger Kälte und Streitsucht, dafür mehr menschliche Wärme. Weniger Eitelkeit und Besserwisserei, dafür mehr Respekt und Nachsicht mit den Unvollkommenheiten und Schwächen anderer. Das wäre doch ein supergutes und sinnvolles Vorzeichen auch vor all unserem Denken, Reden und Tun. Und so nötig!

Wir erleben leider ja täglich in den Nachrichten und vielleicht auch in unserem privaten Leben, was Menschen anrichten können, wenn die Liebe keine Rolle spielt. Und manchmal auch das, was möglich ist, wenn Menschen sich für das Gute einsetzen. Mit Liebe. Mutig und kraftvoll.

Aber ist es denn möglich alles in Liebe geschehen zu lassen? In ehrlicher Liebe?





Und ist es überhaupt angemessen und hilfreich, z.B. angesichts der Bosheit und Grausamkeit, zu der Menschen fähig sind?

Gibt es einen Weg der Liebe, der Achtung, der Fürsorge ohne sich und andere zu belügen?

Ich glaube ja, auf jeden Fall, denn ich glaube, was man aus Liebe macht, kann einen selbst absolut nicht entwürdigen. Auch die Liebe macht nicht alles richtig. Manche sind übereifrig oder ungeduldig und bedrängen einen anderen. Manchmal liebt man „Schnell, Schnell“ - und manchmal viel zu lasch. Wer liebt, macht Fehler. Aber eins bleibt richtig: Was ich in aufrichtiger Liebe tue, entwürdigt mich nicht (Bertold Brecht). Selbst dann nicht, wenn ich es ungeschickt oder falsch mache. Wer liebt, schenkt Würde - sich selbst und anderen.

Jesus wusste das. Mit dem Lieben in der Welt ist es wie mit dem Auswerfen von Samen, erzählt er. Manches fällt unter Dornen und bringt keine Frucht; manches wird vom Winde verweht oder nicht beachtet. Dann fällt der Same auf kein gutes Land. Das ist auch nicht wichtig. Wichtiger ist, dass ich es tue. Ohne darauf zu gucken, ob der/die andere meine Liebe überhaupt verdient hat. Ohne darauf zu schielen, ob ich wohl erfolgreich damit bin. Überhaupt Erfolg ... Das ist bei jeder Liebe ein schwieriges Thema.

Ich kann Ihnen nicht sagen, ob Sie 2024 mit dieser Haltung, alles in Liebe geschehen zu lassen, Erfolg haben werden. Wer bestimmt überhaupt, was Erfolg ist? Wer soll das beurteilen? Am besten ist es, man fragt gar nicht danach. Und überlässt es Gott. Der ist Liebe und kann das besser beurteilen. Zu lieben ist schon Erfolg.

Dieses positive Vorzeichen vor alles Denken, Reden und Tun zu setzen ist schon ein Riesenerfolg. Dieses Vorzeichen setzen, diesen Samen säen, wo immer es geht. Die zu achten, die um mich sind; möglichst über niemanden böse Worte verlieren. Sich nicht lustig über Menschen machen, auch nicht im Stillen oder hinter vorgehaltener Hand. So sät man Liebe, denke ich.

„Alles, was ihr tut, geschehe in Liebe“. Wer diesen Rat ehrlich beherzigt ist ganz sicher auf einem guten Weg durch das Jahr 2024. Für sich und für andere.



Pfr. Frank Sachweh



Altersgerechte Ernährung

Was ist eine altersgerechte Ernährung?



Vollkorngetreide, viel Gemüse und Obst, täglich frische Milchprodukte sowie gelegentlich Fisch sorgen für einen abwechslungsreichen und ausgewogenen Speiseplan. Fett- und zuckerreiche Lebensmittel sind weder für Kinder, junge Erwachsene noch für Senioren empfehlenswert und sollten daher möglichst gemieden werden.

Wie gestalten wir von der Küche eine altersgerechte Ernährung?

Wir achten stets darauf, dass wir saisonal und regional kochen. Es gehört zu unseren täglichen Aufgaben eine abwechslungsreiche und gesunde

Ernährung für unsere Bewohner sicherzustellen. Wir berücksichtigen Wünsche und Anregungen, jedoch in einem gesunden Rahmen. Wir sorgen dafür, dass sich unsere Bewohner wohlfühlen, und achten auf Unverträglichkeiten.

Essen und Trinken haben im Alter eine besondere Bedeutung!

Wer richtig isst, hat auch im Alter mehr Spaß am Leben, weil er gesünder, leistungsfähiger und damit fröhlicher bleibt!

Altern ist ein natürlicher Vorgang, der nicht zwangsläufig von Krankheiten begleitet sein muss. Viele Krankheiten haben nichts mit dem Alter zu tun, wie viele Menschen glauben, sondern entstehen durch jahrelange Verstöße gegen eine gesunde und natürliche Lebensordnung.

Nicht zu leugnen ist jedoch, dass, wenn der Organismus altert, sich einige Veränderungen am Körper einstellen und es dadurch zu einer Minderung der Leistungsfähigkeit kommen kann.

Hinzu kommt, dass mit zunehmendem Alter häufig eine Art „Unlust“ am Essen auftritt, da der Appetit nachlässt. Hierdurch kann es unter anderem zu einer Unterversorgung des Körpers mit notwendigen Nährstoffen kommen. Das ist jedoch gerade bei Senioren fatal, denn ältere Menschen benötigen eine Kost, die den Körper mit allem Notwendigen in ausreichender Menge versorgt. Ist dies nicht der Fall, besteht die Gefahr, krank zu werden bzw. die Leistungsfähigkeit zu verlieren.

Geschmäcker ändern sich: Ernährung im Alter

Nicht nur Babys und Kinder haben ihre ganz speziellen Ernährungsbedürfnisse. Wenn wir älter werden, ändert sich zum Beispiel die Art, wie wir Geschmack wahrnehmen. So kann es passieren, dass Menschen, die früher herzhaftere Speisen geliebt haben, im hohen Alter plötzlich eher Süßes mögen. Der Grund: Bei Senioren nimmt häufig





die geschmackliche Empfindsamkeit ab. Süße lässt sich bis ins hohe Alter aber am besten wahrnehmen. Auch sonst verändert sich der Körper mit zunehmendem Alter.

Manche Senioren leiden zum Beispiel unter Schluckstörungen oder sogar Entzündungen der Speiseröhre. Diese Beschwerden machen es zum Teil schwierig, ausreichend Nähr- und Ballaststoffe über die Nahrung aufzunehmen. Weitere Faktoren, welche die Ernährung beeinflussen, sind physische und psychische Veränderungen wie z. B.: Schmerzen, Geschmacksverlust, Demenz, Depression, Isolation, eingeschränkte Privatsphäre, neue Essgewohnheiten, Ableben von Bekannten und Verwandten.

Sascha Barbitta
Küchenchef

Sonntagszopf

500 g	Zopfmehl oder Weissmehl
1 ½ TL	Salz
1 TL	Zucker
½ Würfel	Hefe (ca. 20 g)
60 g	Butter
3 dl	Milch (300 ml)
1	Eigelb
1 EL	Milch oder Rahm



Und so wirds gemacht:

- Mehl, Salz und Zucker in einer Schüssel mischen. Hefe zerbröckeln, daruntermischen. Butter in Würfel schneiden, mit der Milch begeben, mischen, zu einem weichen, glatten Teig kneten. Teig zugedeckt bei Raumtemperatur ca. 2 Std. aufs Doppelte aufgehen lassen.
- Teig in zwei Portionen teilen, zu je ca. 70 cm langen Strängen formen, die an den Enden dünner werden. Stränge zu einem Zopf flechten, auf ein mit Backpapier belegtes Blech legen. Eigelb und Milch verrühren, Zopf damit bestreichen und nochmals ca. 30 Min. aufgehen lassen. Ofen auf 200 Grad vorheizen. Zopf nochmals mit Ei bestreichen.
- Backen: ca. 35 Min. in der unteren Hälfte des Ofens.

Sascha Barbitta
Küchenchef





Erfahrungen der Pflegefachfrau als Patientin



Das Thema „Auf der anderen Seite des Kranken-bettes“ erlaubt meinen Gedanken freien Lauf auf eine andere Sicht des Spitalalltages. Ich, gelernte Pflegefachfrau, bin krank und muss mich im Spital pflegen lassen.

Vor jedem Spitaleintritt überlege ich mir immer wieder, ob ich im Spitalbett wohl eine angenehme Person oder eine Zicke bin, die mit nichts zufrieden ist. Auch stellt sich die Frage, ob mich Pflegepersonen und Ärzte ernst nehmen mit meinen Anliegen? Diese Frage spiegelt mein sehr schlechtes Selbstbewusstsein wieder.

Nun liege ich da und kann beobachten. Meine Zimmer-nachbarin ist halbseitengelähmt. Die Mobilisation aus Sicht der Kinästhetik erfolgte nicht konform. Lächelnd verfolgte ich diese Begebenheit, wie sich zwei Pflegepersonen abmühten, diese Person zu mobilisieren. Es wurde Abend. Die Frau stellte man im Rollstuhl ans Bränneli mit der Bitte, ihre Abendtoilette zu verrichten. Weder Zahnbürste noch Waschlappen wurden bereitgelegt. Meine Frage: Wie kann eine Person, halbseitig

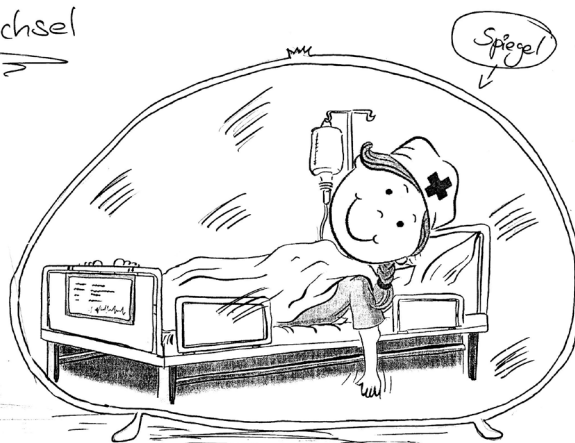
gelähmt und am andern Arm mit einer Infusion versehen, hoch oben die Utensilien holen, um ihre Toilette zu verrichten?

Eine Pflegeperson kommt ins Zimmer und spricht meine Nachbarin an: „Ich bringe Ihnen eine Salbe, um ihre Rötung zu behandeln.“ Meine Aufmerksamkeit ist wieder geweckt. „Ist es Multilind?“, lautete meine Frage, was sie mir bestätigte.

„Morgen werden Ihnen die Fäden gezogen“, erklärte mir eine Pflegeperson. Anderntags erscheint sie mit dem Verbandswagen im Zimmer. Natürlich wurde sofort gefachsimpelt, wie die Fäden nach Schule gezogen werden. Zuerst desinfiziert, Schere und Pinzette sind steril, der gezogene Faden muss drei Spitzen aufweisen, damit er vollständig entfernt ist. Nebenbei: Schere und Pinzette werden nach Gebrauch nicht mehr aufbereitet, sondern entsorgt, neu sterilisieren ist zu teuer.

Die Betten werden nicht mehr von den Pflegepersonen gemacht, sondern von der Hauswirtschaft. Auch die Anzüge der Bettdecken werden nicht mehr gewechselt. Decken und die Anzüge gehen gemeinsam in die Lingerie.

Perspektivenwechsel





Ich liege nach meiner OP im Bett. Um einer Thrombose vorzubeugen, wurden meinen Beinen Kompressionsverbände angelegt. Sie erklärten mir, das sei eine ganz neue Methode. Die Verbände waren so satt angelegt, dass ich in der Nacht an einigen Stellen starke Schmerzen bekam und es mir den Schlaf raubte. Ich läutete mit der Bitte diesen Verband zu lockern. Stattdessen vertröstete die Pflegerin mich mit einem Schmerzmittel und meinte, die Schmerzen seien sicher nicht so schlimm. Nach einiger Zeit sagte ich energisch: „Nehmt bitte diesen Verband weg, die Schmerzen sind so stark!“, was auch geschah. Nach einem Tag cremte mir eine Pflegeperson die Beine ein. Sie fragte mich: „Woher haben Sie diese Druckstellen auf dem Fussrücken?“ Meine Antwort: „Ich bin wirklich froh, dass der Kompressionsverband weg ist, er war die Ursache.“ Mit der Frage nach den Druckstellen bestätigte sich, dass meine Schmerzen echt waren.

Visiten sind und waren für mich oft problematisch. Auf der einen Seite möchte ich alles verstehen, doch es ist meistens so, dass ich nur mit Ja oder Nein antworte. Meine Probleme und Anliegen kann ich vor so vielen Menschen im Zimmer nicht formulieren. Oft fühle ich auch einen grossen Unterschied in der Hierarchie Arzt - Patient. Ich konnte auch schon Anregungen aus dem Spital für das APH generieren. So zum Beispiel: Insulinnachspritzschema, Flüssigkeitseinfuhrschema.

Das sind einige Beobachtungen und Erfahrungen vom Krankenbett aus. Insgesamt waren die Pflegeleistungen von Ärzten und Pflegefachpersonen bei meinen Spitalaufenthalten sehr positiv.

Maria Lütolf
Pflegefachfrau

30 Jahre Bruno Blum - Herzlichen Dank!



Bruno Blum hat am 01.06.1994 als Küchenchef im APH Schloss Eppishausen angefangen. Mit seiner ruhigen und gelassenen Art hatte er immer ein offenes Ohr für alle. Herr Blum wurde von den Bewohnern und den Mitarbeitern sehr geschätzt. Nach 24 Dienstjahren und vier verschiedenen Institutionsleiter/innen ging Herr Blum am 18. Mai 2018 in den Ruhestand. Doch ganz aufhören kam für ihn nicht in Frage, denn Herr Blum ist weiterhin im Einsatz als Ferienvertretung und bei Krankheitsausfällen. Somit feiert Herr Blum am 01.06.2024 sein 30-jähriges Dienstjubiläum. Herr Blum oder

wie unsere Küchenhelferinnen sagen „Küchenbär“ ist ein liebenswürdiger Mitarbeiter. Er ist immer da, wenn man ihn braucht, auch von mir persönlich ein herzliches Dankeschön. Wir, das Küchenteam und das ganze APH Schloss Eppishausen, wünschen Herrn Bruno Blum alles Liebe und erdenklich Gute!

Sascha Barbitta
Küchenchef





Wahre Liebe

Das Mütterchen sass als Fragment
des Lebens da - und war dement.
Sie wusste was - doch niemals das,
was grade war, weil sie's vergass.


Sie war im Heim, vier Jahre schon.
Und jede Woche kam ihr Sohn
dreimal vorbei, besuchte sie.
Doch sie erkannte ihn halt nie.

Erst wenn Fernandes, wie er hiess,
sich nahe bei ihr niederliess
und liebevoll von früher sprach,
erinnerte sie sich dann nach
und nach an den vertrauten Ton
und bruchstückhaft an ihren Sohn.

Sie tranken Tee. Dann fragte sie:
„Warum besuchst du mich denn nie?
Dein Bruder aus Amerika
war gestern und vorgestern da!“

Fernandes strich ihr übers Haar.
Den Bruder, der nicht wirklich war,
erwähnte Mutter stets geschwind...
Fernandes war ein Einzelkind.

„Warum tun Sie sich, guter Mann,
das jede Woche dreimal an?
Ihr Mütterlein erkennt Sie nicht! -
Befreien Sie sich von der Pflicht,
denn Ihr Besuch hat keinen Sinn...“,
so sprach zu ihm die Pflegerin
professionell und etwas kühl.



„Mein Antrieb ist kein Normgefühl.
Ich komm aus Liebe, nicht als Pflicht!
Und wie auch immer Mutter spricht
und mir verbalen Lohn verwehrt:
sie hat das Lieben mich gelehrt –
seit jener Zeit im Mutterschoss - :
Wer liebt, der liebt bedingungslos!“

Christoph Sutter, Autor
www.verse.ch



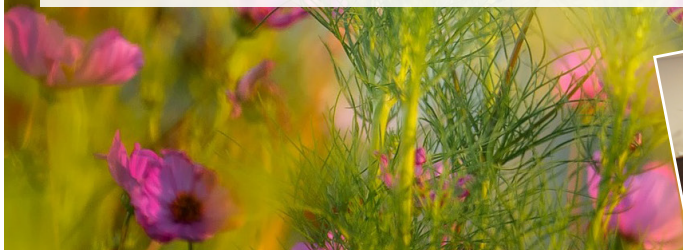
Ruhestand Thomas Stark

Lieber Thomas Stark

Mit grossen Schritten kam nun die Zeit daher,
ab sofort bist auch Du ein „Pensionär“.
Deine Arbeit machte Dir zwar sichtlich Spass,
auch im Ruhestand blüht dein Garten, und noch grüner das Gras.
Du kannst Dir deine Zeit nun selber einteilen,
und wie es Dir beliebt bei deinen Liebsten verweilen.
Wir werden dich wohl alle sehr vermissen,
die Zeit mit Dir wollen wir jedoch nicht missen.
Zu deinem wohlverdienten Ruhestand gratulieren wir!
Unsere herzlichsten Grüsse gelten Dir!

Gabriela Trachsel

Bereichsleiterin Pflege und Betreuung



Neue Mitarbeiter/innen

APH

Aicha Outghite
Mitarbeiterin Reinigung
Ab 23.10.2023

Jassem Alshawakh
Pflegehelfer SRK
Ab 15.02.2024

Ramona Bertolaso
Praktikantin Pflege
Ab 01.03.2024

Ines Alessia Sommerhalder
FAGE EFZ
Ab 14.12.2023

Edith Pfaff
Pflegefachfrau
Ab 01.03.2024

Pflegewohngruppe Notkersegg:

Lea Meier
Pflegefachfrau HF
Ab 01.06.2024

Spitex HSAP St. Pelagiberg

Kanlaya Meier
SRK Pflegehelferin
Ab 07.03.2024

Wilhelm Bolter
Pflegefachmann HF
Ab 01.03.2024





Bewohnerin: Frau Schrepfer



Geboren am 4. Februar 1929 - Martha Münger

Vor 95 Jahren, am Montag den 4. Februar, erblickte die kleine Martha in Spitzenrüti (Weiler bei Amriswil) das Licht der Welt. Fünf Jahre später gesellte sich ein kleiner Bruder namens Alfred zu ihr.

Der Vater war Landwirt, die Mutter Bäuerin, Hausfrau und Mutter. Sie bewirtschafteten einen eigenen Betrieb. Martha wuchs wohlbehütet mit ihrem Bruder auf dem Bauernhof auf.

Die obligate Schulzeit besuchte sie in Räuchlisberg. Sie durfte die Sekundarschule nicht besuchen, da ihr

Vater sie als Hilfskraft auf dem bäuerlichen Betrieb brauchte. Zuerst absolvierte sie jedoch noch die einjährige Haushaltungsschule im Sternacker in St. Gallen, bevor dann die Arbeit auf dem Hof begann.

In Räuchlisberg wohnte Jakob Schrepfer. Man kannte sich von der Schulzeit her. Der Altersunterschied zwischen beiden war gross, denn als Martha schulpflichtig wurde verliess Jakob schon bald die Schule. Trotz des Altersunterschiedes von acht Jahren wusste er damals schon, was er wollte. Manchmal fuhr er mit seinem Velo während der Pause an der Schule vorbei und rief selbstbewusst: „Das kleine, schüchterne Mädchen Martha dort, werde ich mal heiraten!“ ... Und er sollte recht behalten...

Ab dem 18. Lebensjahr war es Martha gestattet, am Wochenende auszugehen. Man stelle sich vor: zu jener Zeit sprachen die Burschen bei den Eltern der Angebeteten vor und baten, mit ihrer Tochter ausgehen zu dürfen! Was würden die heutigen jungen Männer wohl dazu sagen?? - So tat dies auch Jakob.

Beide liebten das „Schofen“ (Tanzen) sehr. Tanzveranstaltungen wurden rege besucht und im Wonnemonat Mai ging es jedes Wochenende auf den Stelzenhof, hoch über Weinfeldern liegend. Um diesen Ort zu erreichen musste man mit dem Velo einen langen, steilen Weg auf sich nehmen. Also gab es Konditions- und Bewegungstraining umsonst. Solche Wochenenden ersetzen den Besuch der heutigen Fitnesscenter.

Jakob war mittlerweile auch Landwirt und arbeitete auf dem elterlichen Betrieb. Er machte sich Gedanken über die Zukunft. Wie es sich zu jener Zeit gehörte, bat er eines Tages bei den Eltern von Martha um die Hand ihrer Tochter.

Am 31. März 1951, 21-jährig, gab Martha ihrem Jakob in der reformierten Kirche in Amriswil das Jawort. Alle Familienangehörigen waren eingeladen. Das anschliessende Fest fand im Schloss Hagenwil statt, wo heute noch Hochzeiten ausgerichtet werden. Ab diesem Zeitpunkt lebte das Paar auf dem elterlichen Betrieb von Jakob, welcher ihn früh übernahm. Sein Vater half noch einige Jahre mit. Zwischen 1951-1962 wuchs die Familie um acht gesunde Kinder. Ihr Heim wurde durch das fröhliche Treiben von fünf Jungs und drei Mädchen erfüllt. In jenen Jahren hatte Martha alle Hände voll zu tun. Sie bewältigte alles alleine. Haushalt, Kinder, Garten und dem Ehemann helfen.

Auch strickte und nähte sie für ihre Kinder. Die Sommer hindurch bekam sie oft Unterstützung von Schulabgängerinnen, die noch nicht wussten, welchen Weg sie einschlagen sollten.



Trotz der vielen und strengen Arbeit fand Martha noch Zeit für ihre Hobbys. So besuchte sie die Frauenriege in Amriswil und im Frauen- und Töchter-Chor Mühlebach gab sie beim Singen ihr Bestes.

Eines ihrer liebsten Beschäftigungen waren jedoch Handarbeiten. Diese konnte sie beim Herstellen von Kleidern für all ihre Kinder ausleben. Noch heute widmet sie sich täglich stundenweise dem Stricken.

So lebten sie glücklich und zufrieden bis das Schicksal zuschlug und ihr den geliebten Mann und den Kindern den Vater von einem Tag auf den andern nahm. Erst 56-jährig starb Jakob an einem Herzinfarkt.

Aber wie man so sagt, das Leben muss weiter gehen. Die Kinder wuchsen heran und erlernten einen Beruf. Später zogen sie aus und gingen ihre Wege. Bis auf zwei Jungs sind heute alle verheiratet und haben eigene Familien gegründet.

2023 ist Martha unglücklich in ihrem Haus gestürzt und hat sich einige Verletzungen zugezogen. Daraufhin fiel die Entscheidung für den Eintritt in ein Altersheim. Gerne wäre sie zu Hause in den eigenen Wänden geblieben, doch die Gelenke machten ihr immer mehr zu schaffen. Unterdessen hat sie ihr Haus verkauft, ist jedoch überglücklich, dass es in der Familie bleibt.-



Auf die Frage was sie am meisten vermisse, antwortet sie ganz klar: „Die täglichen Begegnungen mit meiner Tochter Esther!“, welche bis zu dreimal täglich vorbeischaute – wohnte sie doch gerade nebenan.

Ich arbeite nun schon 17 Jahre im APH Schloss Eppishausen. Einen solchen liebevollen Umgang und familiären Zusammenhalt, wie ihn Martha erleben darf, habe ich in dieser Art und Weise noch nie erlebt. Fast täglich bekommt sie Besuch von einem ihrer Kinder. Die engste Bindung hat sie nach ihrer Aussage zu Tochter Esther und Sohn Peter.

Bewohnern gehört. Sie hat sich unterdessen gut eingelebt und neue Bekanntschaften geknüpft. Sie

Im Mai ist es ein Jahr, dass sie zu unseren Bewohnern gehört. Sie hat sich unterdessen gut eingelebt und neue Bekanntschaften geknüpft. Sie äussert sich zufrieden mit der Pflege und Betreuung. Den Köchen spricht sie ein grosses Lob aus, man werde kulinarisch richtig verwöhnt.



Am 4. Februar durfte sie im Kreis ihrer Kinder und Schwiegerkinder (mittlerweile muss man sich beschränken, da sie noch zehn Enkel und elf Urenkel hat) ihren 95. Geburtstag bei bester Gesundheit feiern.

Wir alle hier im APH Schloss Eppishausen wünschen ihr noch weitere gute und erfüllte Jahre und dass sie ihre positive Einstellung nicht verliert.

Grosskinder

Gabriela Trachsel
Bereichsleiterin Pflege und Betreuung



Gratulationen

April	Oertle Albert	03.04.1948
	Bächli Herbert	07.04.1940
	Krapf Gina	26.04.1936
Mai	-----	-----
Juni	Bänziger Marianne	06.06.1934
	Kiss Elisabeth	22.06.1926
	Schillig Max	22.06.1936
	Bächli Verena	27.06.1945
	Brütsch Maria	29.06.1935
Juli	Obrist Rosmarie	30.07.1938
August	Zwissler Harald	01.08.1958
	Imholz Ulrich	16.08.1945
	Suter Margrit	17.08.1926
	Pfister Hermine	17.08.1943
	Kellenberger Jakob	30.08.1929
September	Oertle Anne-Marie	12.09.1954
	Kolb Rita	18.09.1938
	Brun Rita	20.09.1929
	Stump Willi	28.09.1944

Geburtstagsfeier

Mittwoch 14.30 Uhr, 22. Mai 2024 / 3. Juli 2024

Zwei Angehörige oder Freunde sind dazu herzlich eingeladen.
Bitte melden Sie sich bei der Institutionsleiterin an. Tel. 071 648 12 12

**Wir gratulieren allen
Jubilaren ganz herzlich!**