



SCHLOSS  
EPPISHAUSEN  
ALTERS- UND PFLEGEHEIM

# EPPISHAUSER

*Nachrichten*

Ausgabe Nr. 1/2021  
April - September 21



# Editorial

Sehr geehrte Leserinnen und Leser

Das Redaktionsteam hat sich für diese Ausgabe eines vorgenommen, dass wir uns einem Thema nicht widmen werden, welches tagtäglich in den Medien ist. Wir bemerkten jedoch in den Vorbereitungen und Redaktionssitzungen, dass dies gar nicht so einfach ist. Alle hoffen, sich wieder einen Schritt in die alte Normalität bewegen zu können. Dass dies nicht mehr so wird, wie es war, weiss jeder und jede von uns. Die wirtschaftlichen Auswirkungen werden wir rückblickend erfahren. Eine Person mit Lebenserfahrung sagte mir einmal: „Das Leben lebst du vorwärts, verstehen wird man es aber erst rückwärts.“



Wir wollen Sie in dieser Ausgabe mitnehmen, sich an den schönen Seiten des Lebens zu freuen. Es gibt sie tatsächlich noch. Es braucht dafür nicht grosse Reisen oder langes Suchen. Schauen Sie sich in Ihrer Umgebung bei einem Spaziergang um oder wagen Sie einen Blick aus dem Fenster!

Ist das Foto nicht schön? Die Klarheit und Reinheit, welche die Aufnahme uns widerspiegelt. Ich freute mich sehr, als ich dieses Motiv fand. Und das ist nicht weit weg von meinem Zuhause. Auch dass manchmal nicht der Augenblick oder Moment wahrgenommen wird, sondern drei bis vier oder mehr Themen parallel in unserem oder meinem Kopf herum schwirren, ist keine Seltenheit. Werde ich dadurch schneller? Ich denke nicht. Es ist in solchen

Situationen immer gut, einen Menschen um sich zu haben, der sagt: eins ums andere oder neu: step by step. Ich persönlich höre das nicht immer gerne, aber insgeheim ist eine gut durchdachte Strategie, die Hand und Fuss hat, besser als schnelle Entscheide und sie bringt Stabilität. Als junger Mensch soll und muss alles schnell gehen, lieber heute als morgen. Dafür ging ich auch auf Umwegen oder Umleitungen, bis ich wieder den richtigen Weg fand.

Ein toller Moment für mich war letztes Jahr, als mir meine Familie zum Geburtstag mitunter eine Ballonfahrt schenkte. Ich war dem Himmel nahe, spürte die Ruhe und sah plötzlich alles aus einer anderen Perspektive. Der Wind trieb den Ballon - einfach schön. Ein unvergessliches Erlebnis. Es braucht im Alltag manchmal einen kleinen Moment der Stille, ein herzliches Lachen, ... etwas, was das Leben wieder lebenswert macht. Auch Musik, ein Gesellschaftsspiel, Sonne auf der Haut spüren, das Frühlingserwachen miterleben, ein Rätsel usw. all das trägt zum Wohlbefinden bei. Ich bin mir sicher, jeder Tag kann uns bereichern und soll uns nicht sinnlos vorkommen. Geben Sie Ihrem Leben einen Sinn und Perspektiven, dass es sich lohnt den Blick nach vorne zu richten.

Vor allem in dieser Zeit, wo das Verzichten manche Menschen an ihre Grenzen bringt.

Ich wünsche Ihnen, sehr geehrte Leserinnen und Leser unser Eppishäuser Nachrichten, viel Vergnügen beim Lesen unserer Artikel.



Martha Zunder,  
eidg. dipl. Institutionsleiterin

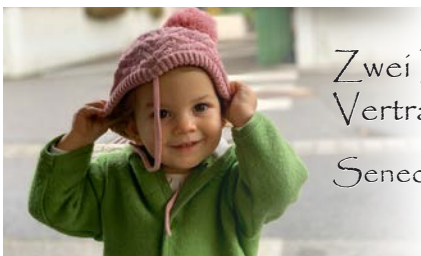
PS: Sie finden diese und all unsere  
Ausgaben der Eppishausener Nachrichten  
auf unserer Homepage:  
[www.aph-eppishausen.ch](http://www.aph-eppishausen.ch)

Herausgeber: Alters- und Pflegeheim Schloss Eppishausen, 8586 Erlen TG  
Tel. 071 648 12 12 | Fax 071 648 16 35  
EMail: [info@aph-eppishausen.ch](mailto:info@aph-eppishausen.ch)  
Internet: [www.aph-eppishausen.ch](http://www.aph-eppishausen.ch)  
Auflage: 250 Exemplare, erscheint 2x jährlich

## Wochenprogramm

### Herzliche Einladung zu unseren regelmässig stattfindenden Angeboten

|            |           |  |
|------------|-----------|--|
| Montag     | 10.00 Uhr | Hi. Messe in der Iddakapelle   |
|            | 12.45 Uhr | Einzel- bzw. Gruppenaktivierung in der geschützten Wohngruppe                    |
|            | 14.30 Uhr | Bibelkreis, einmal im Monat  |
|            | 14.00 Uhr | individuell begleitete Ausflüge  |
|            | 15.15 Uhr | Heilige Stunde in der Iddakapelle  |
| Dienstag   | 10.00 Uhr | Hi. Messe in der Iddakapelle   |
|            | 14.15 Uhr | Wach im Kopf in der geschützten Wohngruppe                                       |
|            | 15.30 Uhr | Wach im Kopf für die Bewohner der Pflegeabteilung                                |
| Mittwoch   | 08.00 Uhr | Individuelle Aktivierung   |
|            | 10.00 Uhr | Hi. Messe in der Iddakapelle<br>Evangelischer Gottesdienst, 1. Mittwoch im Monat |
|            | 14.00 Uhr | Gruppenaktivierung   |
| Donnerstag | 10.00 Uhr | Hi. Messe in der Iddakapelle   |
|            | 12.45 Uhr | Einzel- bzw. Gruppenaktivierung  |
|            | 14.00 Uhr | Gesellschaftsspiele  |
|            | 15.00 Uhr | fröhliches Musizieren und Beisammensein  |
|            | 15.15 Uhr | christliches Gebetstreffen, einmal im Monat                                      |
| Freitag    | 09.30 Uhr | Turnen – Bewegung  |
|            | 10.30 Uhr | Rosenkranz in der Iddakapelle  |
|            | 14.00 Uhr | Gesellschaftsspiele  |
|            | 15.00 Uhr | gestaltete Anbetung in der Iddakapelle   |
|            | 16.00 Uhr | Hi. Messe in der Iddakapelle   |
| Samstag    | 10.00 Uhr | Hi. Messe in der Iddakapelle   |
| Sonntag    | 10.00 Uhr | Hi. Messe in der Iddakapelle   |



Zwei Dinge verleihen der Seele am meisten Kraft:  
Vertrauen auf die Wahrheit und Vertrauen auf sich selbst.

Seneca



# Monatsprogramm

## Monatsprogramm reduziert gemäss BAG-Vorschriften Änderungen werden rechtzeitig bekannt gegeben

### April:

- 07. Evangelischer Gottesdienst mit Abendmahl 10.00 Uhr Iddakapelle
- 12. Bibelkreis 14.30 Uhr Aktivierungsraum
- 19. Lotto 15.15 Albanstübli
- 22. Christliches Gebetstreffen 15.15 Uhr Iddakapelle
- 28. Geburtstagsfeier mit Frau Lindegger 15.00 Uhr Cafeteria

### Mai:

- 05. Evangelischer Gottesdienst 10.00 Uhr Iddakapelle
- 07. Blueschtfahrt mit dem Rollstuhlcar 13.30 - 17.00 Uhr
- 09. Muttertagsfeier mit dem Duo Ersa 15.00 - 16.00 Uhr im Garten
- 17. Bibelkreis 14.30 Uhr Aktivierungsraum
- 27. Christliches Gebetstreffen 15.15 Uhr Iddakapelle

### Juni:

- 02. Evangelischer Gottesdienst 10.00 Uhr Iddakapelle
- 03. Fronleichnamsprozession 16.00 Uhr Albanstübli
- 14. Bibelkreis 14.30 Uhr Aktivierungsraum
- 23. Grillfäscht mit dem Trio ELGREGO  
und Ehrung der FaGe-Lernenden 15.00 Uhr im Garten
- 24. Christliches Gebetstreffen 15.15 Uhr Iddakapelle

### Juli:

- 07. Evangelischer Gottesdienst 10.00 Uhr Iddakapelle
- 07. Geburtstagsfeier mit Frau Lindegger 15.00 Uhr Cafeteria
- 15. Christliches Gebetstreffen 15.15 Uhr Iddakapelle
- 19. Bibelkreis 14.30 Uhr Aktivierungsraum
- 26. Lotto 15.15 Uhr Albanstübli

### August:

- 01. Augustfeier 11.00 Uhr im Garten
- 02. Bibelkreis 14.30 Uhr Aktivierungsraum
- 18. Evangelischer Gottesdienst 10.00 Uhr Iddakapelle
- 26. Christliches Gebetstreffen 15.15 Uhr Iddakapelle

### September:

- 08. Evangelischer Gottesdienst 10.00 Uhr Iddakapelle
- 13. Bibelkreis 14.30 Uhr Aktivierungsraum
- 17. Herbstausflug mit dem Rollstuhlcar 13.30 - 17.00 Uhr
- 18. Schlossgärtlifest 14.30 Uhr in der geschützten Wohngruppe
- 23. Christliches Gebetstreffen 15.15 Uhr Iddakapelle
- 25. Aachtalsänger 14.30 Uhr im Garten
- 27. Lotto 15.15 Uhr Albanstübli



# Pflege von älteren Menschen, meine Passion



Mein Name ist Jasmin Wittenwiler, ich bin 24 Jahre alt und wohne in Wittenbach. Das Studium zur dipl. Pflegefachfrau HF habe ich im September 2020 erfolgreich abgeschlossen. Meine Praktika habe ich mehrheitlich in der Spitex RegioArbon absolviert, mit einem Austauschpraktikum auf der Orthopädie im Kantonsspital Münsterlingen.

Schon seit ich mich erinnern mag, wollte ich Pflegefachfrau werden. Mein junges Ich hat dies auch stets in jedem Freundschaftsbuch unter Traumjob notiert. Es lag mir schon immer am Herzen, anderen Menschen zu helfen. Als ich dann aber im Kantonsspital Münsterlingen, mit meinen

zarten 15 Jahren, einen Einblick in den Pflegeberuf erhielt, musste ich einsehen, dass ich noch nicht bereit war diesen Beruf auszuüben. Denn dieser Beruf ist nicht nur physisch belastend, sondern auch psychisch. Man nimmt Anteil an verschiedenen Lebensgeschichten und auch Leidenswegen. Dies muss man verarbeiten können, denn in diesem Beruf ist Nähe mitunter das Wichtigste für die unterstützungsbedürftigen Menschen.

Während meines Au-Pair-Jahres in der Westschweiz bin ich persönlich sehr gewachsen, doch den Weg des Pflegeberufes zu gehen, hat mich fürs Erste trotz allem abgeschreckt. Somit habe ich mich für die Lehre als Pharma-Assistentin entschieden. In diesen drei Jahren habe ich den Kundenkontakt am meisten geschätzt. Es störte mich, dass ich den Menschen nicht mehr helfen und keinen engeren Bezug zu ihnen herstellen konnte. Denn ausser sie bei der Medikamentenwahl zu beraten und ein offenes Ohr für ihre Anliegen zu haben, konnte ich nichts weiter für sie tun. Also entschied ich mich dann doch, in den Pflegeberuf einzusteigen. Bis heute habe ich diese Entscheidung nie bereut. Endlich kann ich das machen, was mich erfüllt, nämlich Anteil zu nehmen am Leben von unterstützungsbedürftigen Menschen und ihnen zu helfen.

Vor allem den Umgang mit älteren Menschen schätze ich sehr. Ich hatte das Glück und durfte eine lange Zeit mit meiner Urgrossmutter aufwachsen. Sie war für mich eine der wichtigsten Personen in meinem Leben. Ich habe so viele Dinge von ihr gelernt und viele Lebensweisheiten mit auf den Weg bekommen. Ein Zitat, welches mich bis heute begleitet und mich stets an sie erinnert, ist: „Glücklich ist, wer vergisst, was nicht mehr zu ändern ist.“ Noch heute ist meine Bewunderung, Wertschätzung und Liebe für diese Frau unendlich. Ich denke, dass das mitunter der Grund ist, weshalb ich mich so gerne mit älteren Menschen umgebe.





# Impressionen von den verschiedenen Standorten



APH-Schloss Eppishausen  
Weihnachten und Fasnacht



APH-Schloss Eppishausen  
Ausflug auf die Schwägalp





# Kloster Notkersegg



# St. Pelagiberg



unser Leitgedanke  
  
Gemeinsam sind wir stark!



# 10 Jahre Ablösung Familie Mariens – Bonitas-Dei-Schwwestern

## Fest am 19. September 2020 beim Alters- und Pflegeheim Schloss Eppishausen in Erlen

10 Jahre, es kann nicht möglich sein!  
Da schaut der eine oder andere komisch drein.  
Wie doch die Zeit vergeht!  
Viele wissen, um was es hier wirklich geht.

Die BD-Schwwestern sind im Orden nur noch klein.  
Nun sind sie nicht mehr allein.  
Vom Schloss in Eppishausen in Erlen,  
Davon will ich Euch nun erzählen.

Die Familie Mariens ist eingezogen.  
Die Einsamkeit ist wie verfliegen.  
Die Heilige Messe in der Kapelle im Schloss oder im Heim,  
Die wird gefeiert stets allgemein.

Auch gebetet wird der Rosenkranz,  
Vier verschiedene, jeder kann's.  
Nun wollte man das Jubiläum feiern, das ist doch klar,  
Mit einer riesengrossen Schar.

Die Plakate zeigten an,  
Was das Fest so alles bieten kann.  
Es wurde fleissig organisiert, diskutiert und bestellt,  
Und die Bestecke, Teller ... durchgezählt.

Alle Besucher sollten bekommen genug zu Essen.  
Keiner wird bei Speis und Trank vergessen.

Aber hoppla etwas hätte fast nicht geklappt:  
Die Musiker, die Partykräscher, haben fast abgesagt.

Eine Woche vor dem grossen Tag  
Traf Frau Zunder fast der Schlag.  
Der Virus Corona hatte bei den Partykräschern aus Kärnten die Hand im Spiel.  
Dass sie zu Hause bleiben mussten, da blieb nicht viel.

Der Tag war da. Alles aufgestellt.  
Aber was jetzt zählt:  
Gute Laune und ein schöner Tag!  
Wir schauen einmal, was kommen mag.







Viele Besucher strömten herein  
Und brachten ein Lächeln mit ein.  
Die Heilige Messe fand im Freien statt  
Die Besucher hatten alle genug Platz.

Der Abstand wurde eingehalten,  
Keiner konnte sich beklagen.  
Der Regen hielt sich zurück,  
Da hatten wir sicher Glück.

Danach gab es reichlich Essen und Trinken,  
Mit einem Bon konnte man sich einklinken.  
Pommes Frites, Currygemüse oder es Würstli vom Grill  
Jeder bekam, was ihm dabei gefiel.

Von der Familie Mariens eine Diaschau,  
Da durfte jeder hinschauen, ganz genau.  
Man sah der Schwestern ihr Mutterhaus,  
Viele kennen sich jetzt dort ganz gut aus.

Die Partykräscher aus Kärnten spielten auf  
Und das Tanzen nahm seinen Lauf.  
Jung und Alt wollten es wissen  
Und kamen dabei gerade etwas ins Schwitzen.

Die Besucher traten den Nachhauseweg an,  
Ein Dankeschön hängten sie beim Verlassen am Ausga  
Viele zufriedene Gesichter durften wir sehen  
Auf dem Weg beim Hin- und hergehen.

Jetzt ging es nur noch ums Aufräumen,  
Nichts durfte man dabei versäumen.  
Die Tische, Stühle, alles wieder an seinen Platz versorgen,  
Kaum wurde etwas verschoben auf morgen.

Ein Herzliches Dankeschön für den grossen Einsatz an diesem Tag!

Astrid Hobi  
Pflegeassistentin





## Das Josefsjahr



Papst Franziskus hat uns in diesem Jahr ein besonderes Geschenk gemacht. Er hat es dem Nährvater Jesu, dem heiligen Josef, anvertraut. Der hl. Josef, kann uns in vielem ein Vorbild sein, vor allem aber zeigt er uns, wie man den Alltag heiligt, indem man alles für Gott und aus Liebe zu ihm tut. So können wir dieses Jahr nützen, um uns mehr mit diesem großen Heiligen, dem Vater der Kirche, zu beschäftigen.

Auch wenn Josef den Vorteil hatte, dass er direkt für Jesus arbeitete und Ihn physisch bei sich hatte, können wir alle dieses einfache Leben Josefs und seine Tugenden nachahmen. Denn er tat nichts Aussergewöhnliches, das Gewöhnliche aber mit aussergewöhnlicher Liebe. Der so liebenswürdige Papst Johannes XXIII. sprach gerne über den heiligen Josef.

Er sagte über ihn: „Der heilige Josef macht wenig Worte, doch er lebt auf intensive Weise. Er entzieht sich keiner Verantwortung, die der Wille des Herrn ihm auferlegt. Er ist ... ein Vorbild der Ruhe in jeder Situation, ein Vorbild des vollkommenen Vertrauens, das er aus einem übermenschlichen Glauben, aus der Liebe und aus der grossen Hilfe des Gebets schöpft.“

Josef gehorchte Gott ohne grosse Worte, tatsächlich finden wir in der Hl. Schrift kein einziges Wort von ihm. Wenn Gott ihm durch einen Engel einen Auftrag erteilte, handelte er ganz schlicht.

Doch gerade seine Taten sprechen in alle Zukunft hinein eine deutlichere Sprache, als Worte es vermögen! Welch weites Vaterherz muss dieser Heilige doch gehabt haben, wenn der Gottmensch selbst ihn Abba nennen konnte; ein Vaterherz, das mit dem irdischen Tod nicht aufhört zu schlagen.

Die grosse Reformatorin des Karmels und Kirchenlehrerin Teresa von Avila bezeugt die liebevolle Fürsorge des Schutzpatrons, die sie dank ihres Vertrauens erfahren durfte: „Ich erinnere mich bis zum heutigen Tag nicht, den hl. Josef um etwas gebeten zu haben, das er mir nicht gewährt hätte. Denn der Herr zeigte uns, dass Er dem hl. Josef im Himmel genauso gehorcht, wie Er Seinem Nährvater auf Erden untertan war.“

Im folgenden Gedicht lesen wir Worte, die durchaus dem Mund des hl. Josef entstammen könnten. Lassen wir ihn also zu unserem Herzen sprechen:



Du stehst am Platz, den Gott Dir gab,  
dort bist Du nie allein,  
Gott gibt Dir Kraft, Er ist Dein Stab,  
wird immer bei Dir sein.

Oft suchen wir nach einem Schatz  
da draussen in der Welt,  
doch suche ihn an Deinem Platz,  
wo Er Dich hingestellt.

Bleib auf dem Platz, den Gott Dir gab,  
und halt in Treue aus!  
Ist es ein Kreuz, steig nicht herab  
und weich dem Schmerz nicht aus.

Blick auch nicht seufzend rechts und links,  
scheint er verborgen und auch klein;  
an diesem Platz, den Gott Dir gab,  
will Er durch Dich gepriesen sein.

Wenn's keiner weiss an Deinem Platz,  
was im Verborgenen geschieht,  
Du sammelst damit einen Schatz  
bei Gott, der alles sieht.

Bedenk den Platz, den Gott Dir gab,  
kann niemand füllen als nur Du,  
es ist nicht gleich, ob Du dort stehst,  
denn Gott braucht Dich dazu.

Er wird Dir lohnen alle Zeit  
und alles Mühn und Tun  
dann in der schönen Ewigkeit,  
wo Du darfst jubelnd bei Ihm ruhn.

in Anlehnung an das Lied  
„Du stehst am Platz, den Gott dir gab“  
von Hedwig von Redern (1866-1935)



## Rätsel



## Unseren Jubilaren zur Ehre

Ja, du gehörst, wie man so schön sagt, zum Inventar.  
Liebe Yvonne Barbitta, bist ein solches Exemplar.  
Seit 25 Jahren wirbelst du im Haus herum,  
Pflegen, Kinästhetik, Pedicure und vieles drumherum.  
Du kennst dich aus, dies ist keine Frage!!  
Hast eine Antwort parat bei allen Lebenslagen!  
Doch mit der Schufferei ist in einem Jahr dann Schluss,  
geniesse dann den verdienten Ruhestand mit Schuss!



Dass unsere Gartenanlage das ganze Jahr stets gepflegt,  
Da sind wir uns alle einig, dies von alleine kaum entsteht!  
Seit 25 Jahren, Thomas Stark, diese Aufgabe, du erfüllst,  
Man spürt, in der Natur fühlst du dich umhüllt.  
Auf leisen Sohlen kommst du daher, man sieht dich kaum,  
Doch über dein Werk sind wir alle stets erstaunt.  
Früher im Hause auch als Abwart tätig,  
geniesst du nun die volle Zeit draussen im Garten vielfältig.  
Ob Sonnenblumen, Veilchen oder Rosen,  
durch deine Pflege zeigen sie sich in stolzen Posen.  
Wir hoffen, dass dies noch lange so bleibt,  
und du noch ein paar Jahre bei uns verweilst.



Gabriela Trachsel  
Bereichsleiterin Pflege und Betreuung

Liebe Yvonne, lieber Thomas  
Zu eurem Jubiläum unsere besten Wünsche  
und DANKE für euer Wirken!



## Veilchen - die Natur im Schlosspark

### Das Veilchen und der Schmetterling

Ein Veilchen auf der Wiese stand  
an Baches Rand und sandte ungesehen,  
bei sanftem Frühlingswehen  
süssen Duft durch die Luft.

Da kommt auf schwankendem Flügel  
ein Schmetterling über den Hügel  
und senket zur kurzen Rast  
zum Veilchen sich nieder als Gast.

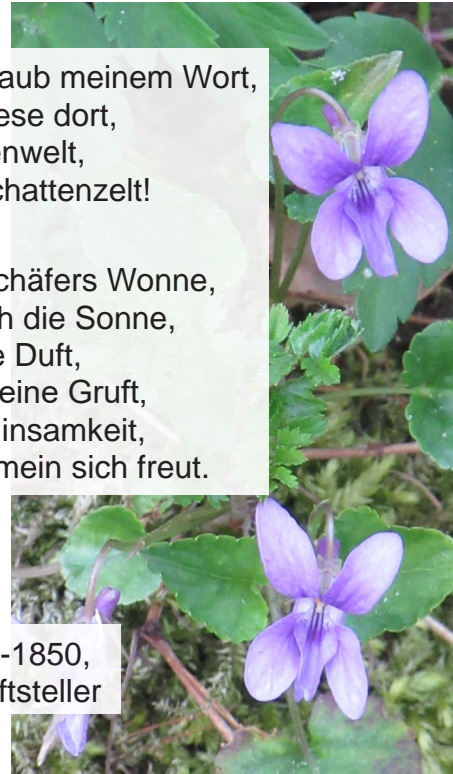
Schmetterling:  
Ei! Veilchen! Wie du töricht bist,  
zu blühen, wo niemand dein genießt!

Veilchen:  
Nicht ungenossen blüh ich hier,  
ein Schäfer kommt gar oft zu mir  
und atmet meinen Duft und spricht:  
„Ein solches Blümchen fand ich nicht,  
wie Veilchen du! Auf Wiesen, Auen  
ist keines mehr wie du zu schauen!“

Schmetterling:  
's ist schöner doch, glaub meinem Wort,  
zu blühen auf freier Wiese dort,  
in jener bunten Blumenwelt,  
als hier im dunklen Schattenzelt!

Veilchen:  
Hier bin ich meines Schäfers Wonne,  
dort aber bleicht mich die Sonne,  
und ohne Farbe, ohne Duft,  
find ich zu früh dort meine Gruft,  
drum blüh ich in der Einsamkeit,  
wenn auch nur Einer mein sich freut.

Nikolaus Lenau, 1802-1850,  
österreichischer Schriftsteller



## Abschied Frau Bill - Aktivierungsfachfrau

Im Namen aller Bewohner/innen und Mitarbeitenden möchte ich mich bei Ihnen ganz herzlich für die tolle Zusammenarbeit bedanken. Mit einem weinenden und lachenden Auge lassen wir Sie ziehen. Ein weinendes Auge für uns als Institution, die wir Sie im Verlauf der Jahre schätzen gelernt haben und Sie jetzt ziehen lassen müssen. Aber für Sie auch ein lachendes Auge bei der Vorstellung, wie Sie Ihre Lieben zu Hause jetzt genießen können.

Merci für die wunderbare Gestaltung der Gruppentherapien, Einzelaktivitäten, Gespräche und Ihr Mitwirken an den Festivitäten bei uns. Ihre empathische und wertschätzende Art, mit der sie jedem Menschen begegnet sind, war für Sie selbstverständlich. Die offenen und konstruktiven Gespräche mit Frau Schlutt und die Sitzungen zu den Themen, welches Motto machen wir, wie gestalten wir den Betrieb zu welcher Jahreszeit, waren stets geprägt von Achtsamkeit und Respekt.

Wir werden Sie vermissen!

Martha Zunder  
eidg. dipl. Institutionsleiterin





## **Palliative Pflege - eine hohe Kunst bis zum Lebensende (Teil 1)**

Unser Heim war im Kanton Thurgau das Dritte, welches im Februar 2010 das Konzept zur Begleitung von Sterbenden der Öffentlichkeit vorstellte. Seit damals hat sich einiges getan.

Das Sterben gehört zum Leben und Sterbende gehören zu uns. Wie wir uns zu diesem Thema stellen, sagt viel über unsere Haltung zum Wert des menschlichen Lebens, zur Menschlichkeit und Solidarität, zu Würde und Selbstbestimmung.

Wie verstehen wir diese oft umstrittenen Werte? Wie machen wir sie im gesellschaftlichen Leben erfahrbar?

Im letzten Jahrzehnt wurde dank der Politik vieles getan Richtung Selbstbestimmung und würdevollem Sterben. In den Medien wurde immer wieder davon berichtet und das Thema „Sterben“ findet allmählich Platz in der Gesellschaft. Es hat ein grosser Fortschritt stattgefunden und das Thema „Lebensende“ wird nicht mehr verdrängt. Es finden Diskussionen statt, obwohl es die meisten Menschen noch verunsichert. Wer will sich schon mit dem Sterben befassen, wenn er noch mitten im Leben steht? Aber gerade in der jetzigen Zeit wird uns richtig bewusst, wie schnell es anders kommen kann.

In Familien, im Freundeskreis, an Schulen und in Vereinen wird jetzt mehr über die letzte Lebensphase gesprochen. Ehepaare, Eltern mit ihren erwachsenen Kindern und Freunde tauschen sich untereinander darüber aus, welche Hilfe sie sich wünschen, wenn es einmal „so weit“ ist.

Unser Heim lehnt die aktive Sterbehilfe (Euthanasie) ab (Dignitas, Exit). Dies wird schon vor Eintritt so kommuniziert und ist schriftlich im Leitbild festgehalten.

Wir begleiten und unterstützen unsere Bewohner in ihrem Sterbeprozess vor allem in medizinischer, psychologischer und seelsorglicher/spiritueller Hinsicht.

Die „Hilfe im Sterben“ beinhaltet rechtlich, dass lebensverlängernde Massnahmen, einschliesslich der künstlichen Ernährung, abgelehnt oder abgebrochen werden können, wenn dies dem Patientenwillen entspricht. Dieses „Sterben lassen“ durch Behandlungsabbruch wird auch „passive Sterbehilfe“ genannt. Niemand, der eine solche Begleitung in Anspruch nehmen will, muss also befürchten, gegen seinen Willen am Leben gehalten zu werden.

Damit wir die Wünsche eines Sterbenden berücksichtigen und umsetzen können, sind wir auf eine ausgefüllte Patientenverfügung angewiesen.

So ist es wünschenswert, schon beim Eintritt einen Vorsorgeauftrag und eine Patientenverfügung mitzubringen. Denn für uns Pflegende ist es sehr wichtig zu wissen, wie wir in solchen Situationen handeln müssen.

Zur „Hilfe im Sterben“ gehört auch, dass Bewohner schmerzstillende Medikamente selbst dann verabreicht werden dürfen, wenn diese lebensverkürzend wirken können, vorausgesetzt, dies entspricht dem Wunsch des Patienten. Die Patientenverfügung sichert so die Selbstbestimmung des Bewohners auch in seiner letzten Lebensphase.





In den letzten hundert Jahren hat sich gesellschaftlich, wie medizinisch vieles gewandelt. Früher lebte man in Generationenhaushalten. Die alten Menschen wurden bis zum Lebensende daheim von Familienangehörigen gepflegt. Mit der Industrialisierung zog ein Grossteil der Jugend in die Städte, die alten Leute blieben zurück und waren später auf Hilfe Fremder angewiesen. So entstanden die Altersheime, welche zu boomen anfangen. Durch den Ausbau von Spitex und der medizinischen Vernetzung treten Bewohner heute oft nur noch für die letzte Phase in eine Institution ein, je nachdem wie es die familiäre Situation ermöglicht.

Auch in der Medizin hat sich einiges verändert. Hatte früher ein Arzt alleine die „Macht“, darf heute jeder Patient seine Meinung äussern und selber entscheiden. Obwohl dies auch rechtlich so verankert ist, erleben wir als Pflegende immer noch Ärzte, welche wie „Götter in Weiss“ auftreten.

Zu oft müssen wir noch für die Wünsche der Bewohner einstehen und uns wehren.

Mit jedem Jahr gewinnen wir an Erfahrung und erkennen noch tiefer, dass jeder Mensch ein einzigartiges Individuum ist und jeder auf seine Art und Weise von dieser Welt geht.



Wir legen in der letzten Phase des Lebens den Fokus stark auf die Wünsche des Bewohners, wenn dies auch für Angehörige nicht immer einfach ist. Es gibt Bewohner, die äussern, alleine sterben zu wollen, was jedoch von Angehörigen nicht immer verstanden wird. Ich kann mich noch gut erinnern, als ein Bewohner mir gegenüber dies klar äusserte, er aber praktisch 24 Stunden am Tag von seinen Kindern „belagert“ wurde. Als ich ihn wieder einmal frisch machte, spürte ich an seiner Unruhe und seiner Mimik, dass er sich gestresst fühlte. Daraufhin habe ich die Familie für 15 Minuten auf einen Kaffee eingeladen. Als sie danach das Zimmer betraten, war er gegangen. Dies hat mich bestärkt, Wünsche von Bewohnern ernst zu nehmen. Auch auf verbale und nonverbale Kommunikation muss eingegangen werden.

Hier im APH haben wir grosses Glück, von der Familie Mariens unterstützt zu werden. Sie übernehmen auf Wunsch der Bewohner/Angehörigen den seelsorgerischen Bereich. Im Medizinischen arbeiten wir eng mit dem Hausarzt zusammen.

Auch besteht immer die Möglichkeit, sich Unterstützung von Palliativ Plus zu holen, welche rund um die Uhr erreichbar sind. Mit ihnen arbeiten wir schon jahrelang zusammen und haben sehr gute Erfahrungen gesammelt. Sie kommen bei Problemen vorbei und wirken vor Ort unterstützend und beratend im Umgang mit Schmerz, Angst, Unruhe etc.

Das optimale Begleiten eines Menschen am Lebensende ist für uns jedes Mal eine Herausforderung, welche jede Anstrengung lohnt.

Doch sowohl menschliche Zuwendung und Begleitung, als auch professionelle Unterstützung können und werden wir weiterhin geben. Das ist unsere Antwort auf die Herausforderung am Ende des Lebens: Hilfe im Sterben als gelebte Menschlichkeit.

Gabriela Trachsel  
Bereichsleiterin Pflege und Betreuung



## Unser neuer Heimarzt Dr. Daniel Appert Facharzt für allgemeine Innere Medizin FMH stellt sich vor



Wie wurden Sie Heimarzt im APH Eppishausen?

Im letzten Sommer wurde ich von Dr. Oettli angefragt, ob ich bereit wäre sein Amt des Heimarztes im APH Eppishausen zu übernehmen, da er dies altershalber von Seiten des Kantons abgeben musste. Da ich bereits seit meiner Praxisübernahme 2009 einige Patienten in Eppishausen betreut habe und somit auch die Institutionsleiterin Frau Zunder, die Pflegeleitung Frau Trachsel und viele vom Pflegepersonal kannte, fiel es mir nicht schwer, Dr. Oettli zuzusagen. Hier muss ich vielleicht auch erwähnen, dass ich schon des öfteren wegen der Besetzung einer Heimarztstelle angefragt wurde und jeweils ablehnte, weil mich das Gesamtpaket

sehr oft nicht restlos überzeugt hat. In Eppishausen stimmte für mich aber wirklich alles und so trat ich per 1. Januar hier meine neue Aufgabe erwartungsvoll an.

Wieso gerade das APH Eppishausen?

APH Eppishausen gefiel mir eigentlich schon immer sehr, insbesondere gefiel mir die unmittelbare Nähe des Altersheims zur wunderschönen Schlossanlage, die 1190 erstmals erwähnt wurde und heute als Mutterhaus der Bonitas-Dei Schwestern dient. Natürlich gefällt mir auch die Einbettung der Anlage auf einem Hügelzug, die Schlossanlage ragt majestätisch über Erlen und ist von der Hauptstrasse für jedermann zu sehen. Die Ruhe dieser alten Gemäuer scheint sich auch auf das Altersheim zu übertragen sowie auf dessen Bewohner. Ferner fiel mir bei den Visiten meiner Patienten immer wieder auf, mit wieviel Geduld und Empathie sich die Pflegenden um die Bewohner kümmerten. Letztlich war aber auch ausschlaggebend, dass Eppishausen mit seinen 37 Betten eher ein kleines und überschaubares Altersheim ist, in dem man die einzelnen Bewohner und Pflegenden noch kennt.

Was machen Sie neben der Tätigkeit als Heimarzt?

Ich führe seit bald zwölf Jahren in Amriswil eine Allgemeinpraxis, die ich 2009 von Dr. Walter Gysel übernommen habe. In den ersten Jahren arbeitete mein Vorgänger noch in einem kleinen Pensum bei mir. Durch die Mitarbeit von Dr. Gysel wurde der Patientenstamm nochmals deutlich ausgebaut, so dass ich nach dem Ausscheiden von ihm deutlich zu wenige Ressourcen hatte, um meine Patienten suffizient zu versorgen. Das Weiterführen einer Einzelpraxis erschien mir nicht mehr sinnvoll, insbesondere fehlte mir auch der kollegiale Austausch bei fachspezifischen Fragen. Mit Dr. Andreas Treis konnte ich schliesslich einen Kollegen für die Praxis gewinnen, den ich bereits in meiner Ausbildung als Assistenzarzt kennengelernt hatte und der optimal in unser Team passte. Durch die Überführung der Einzelpraxis in eine Doppelpraxis konnte die qualitative Versorgung der Patienten gesteigert werden und es konnte die vollumfängliche ärztliche Abdeckung bei Ferienabwesenheit eines Arztes gewährleistet werden.





Wieso wählten Sie den Beruf des Hausarztes?

Dazu muss man vielleicht wissen, dass ich in einer Ärztesfamilie gross geworden bin. Mein Vater war Chirurg und leitete während fast zehn Jahren ein Spital in Tansania, wo ich auch das Licht der Welt erblickt habe. Dadurch entstand bei mir der Wunsch ebenfalls eine chirurgische Laufbahn einzuschlagen. Nach drei Jahren als chirurgischer Assistenzarzt merkte ich aber, dass mich das Operieren alleine nicht ausreichend befriedigte. Der Patientenkontakt war auf ein Minimum reduziert, man verbrachte den Tag mehrheitlich im Operationssaal und postoperativ entliess man die Patienten nach vollzogener operativer Intervention schon bald. In dieser Zeit orientierte ich mich deshalb neu, setzte mich mehr und mehr mit der Hausarztmedizin auseinander, die mir früher banal erschien. Erste Kontakte mit der Hausarztmedizin hatte ich bei einer Assistenzarztstelle in Braunwald, wo wir die regionale Bevölkerung hausärztlich versorgten. Der vermehrte Patientenkontakt und die damit verbundenen langen Gespräche sowie die kontinuierliche Betreuung der Patienten führten mich schliesslich zur Hausarztmedizin, die meines Erachtens die wichtigste Funktion in unserem Gesundheitssystem inne hat, da sie die Weichen der weiteren ärztlichen Behandlung stellt.

Fortan ergänzte ich mein Curriculum um die Fächer Innere Medizin, Pädiatrie, Rheumatologie und Rehabilitation. Dabei hatte ich das Glück, eine fundierte Ultraschallausbildung zu erhalten sowie die gängigsten Infiltrationstechniken erlernen zu dürfen, wovon ich auch heute noch sehr oft profitiere.

Was machen Sie, wenn Sie einmal nicht arbeiten?

Da gäbe es vieles zu erwähnen. Ich bin verheiratet und Vater von vier Kindern. Da wird es eigentlich nie langweilig. Gerne verbringen wir unsere Wochenenden während der Wintersaison in den Bergen beim Skifahren oder Langlaufen. Im Sommer sind wir gerne am oder auf dem Bodensee, sei es beim Stand up-Paddeln oder Segeln. Gerne schalte ich nach einem hektischen Tag am Klavier beim Musizieren ab, was mich extrem beruhigt.

Wie fühlen Sie sich jetzt?

Gut. Ich hoffe Ihnen zu meiner Person einen kleinen Einblick gegeben zu haben und freue mich auf die bevorstehenden Aufgaben als Heimarzt. Noch länger wird uns dabei wahrscheinlich die Pandemie mit Covid 19 beschäftigen und uns immer wieder vor neue Herausforderungen stellen.

In den nächsten Jahren werden uns im Zuge der zunehmenden Digitalisierung sicher mehr und mehr das elektronische Patientendossier sowie die elektronische Krankengeschichte beschäftigen. Letztlich müssen wir uns auch der Tatsache stellen, dass es auf Grund demographischer Daten immer mehr ältere Personen geben wird und die wiederum längerfristig auf Altersheim- und Pflegeheimplätze angewiesen sein werden, was an uns in den nächsten Jahren extreme Anforderungen stellen wird.



## Frau Züger Sevasti



Liebe Leserinnen und Leser

Heute möchte ich Ihnen unsere Bewohnerin Frau Züger vorstellen. Seit August 2020 lebt sie bei uns im APH Schloss Eppishausen. Ihre Kreativität und ihre Geduld sind uns allen im Team sehr schnell aufgefallen. Handarbeiten zählt zu ihrer Lieblingsbeschäftigung. Die Geduld, mit der sie ihr Hobby betreibt, hat uns von Anfang an fasziniert.

Aber woher hat sie dieses Talent und diese Ambitionen? Eine Arbeitskollegin hat sich bei einer Tasse Kaffee ein wenig mit ihr darüber unterhalten.

Frau Züger ist am 13. Januar 1946 in Griechenland geboren und bis zu ihrem 19. Lebensjahr dort aufgewachsen. Ihre Mutter hat viel und oft gehäkelt. Dies hat sie als Kind in den Bann gezogen und sie staunte immer, was daraus entstand.

Im Alter von zehn Jahren war sie gezwungen, arbeiten zu gehen, um ihre Familie finanziell zu unterstützen. Eigentlich hegte sie den Traum, den Beruf der Schneiderin zu erlernen. Die damalige Lage liess dies jedoch nicht zu. So begann sie ihre Arbeit in einer Schuhfabrik. Ihre Aufgabe bestand darin, Schuhe von Hand zu besticken. Diese Tätigkeit bereitete ihr grosse Freude, so dass sie dies zu Hause in ihrer Freizeit auch begann.

19-jährig zog sie in die weite Welt. Sie reiste in die Schweiz nach Davos, wo ihre Schwester bereits lebte. In einem Restaurant fand sie eine Arbeit am Buffet, welcher sie vier Jahre nachging. In dieser Zeit lernte sie dann ihren zukünftigen Ehemann kennen. Mit 23 Jahren heiratete sie und war fortan Hausfrau und später Vollzeitmutter. Um das Haushaltsgeld ein wenig aufzubessern, arbeitete sie nebenbei als Hauswart und putzte in einer Kleiderfabrik.



Von ihrer Schwester, welche die Schneiderinnenlehre absolviert hatte, liess sie sich vieles zeigen. Dank ihrer Auffassungsgabe und dem Talent, hat sie sich auch das Nähen beigebracht und für sich und ihre Kinder die Kleider genäht. Ebenso hat sie einzelne Kleidungsstücke bestickt. Sie hatte Freude an den Resultaten und war mächtig stolz, dass ihre Kinder die Kleidung auch gerne trugen.

Da ihr Mann beruflich viel weg war, begann sie dann wieder mit der Stickerei. Die Arbeit mit dem Kreuzstich hatte es ihr vor allem angetan.



Später lernte sie eine Frau kennen, die die Perlenstickerei beherrschte. Frau Züger war fasziniert und wollte die Technik auch erlernen. Die Frau hat ihr dies dann nur mündlich beschrieben. Frau Züger setzte





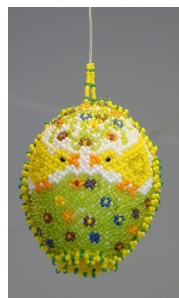
dies dann wiederum selbstständig um. Sie konnte sich damit an den langen Abenden, an denen sie alleine war, gut ablenken und die Zeit sinnvoll nutzen.

Viele Jahre später, bei einem Kuraufenthalt in Davos, erlernte sie in der Aktivierungstherapie das Bemalen und Bedrucken von Textilien.

Leider hat sie in den letzten Jahren das Gefühl in den Fingern ein wenig verloren und die Stickerei fiel ihr immer schwerer. Sie fand schnell wieder eine Tätigkeit, die sie bis heute mit Freude erfüllt. Sie malt sehr gerne. Am Anfang waren es noch T-Shirts, heute sind es vor allem Mandalas, welche sie täglich bemalt. Auch nutzt sie jede Gelegenheit, an der Aktivierung teilzunehmen.

Wir wünschen Frau Züger, dass sie noch lange mit viel Freude ihr Hobby betreiben kann.

Auf den Fotos sehen Sie einige von ihr liebevoll angefertigte Sachen.



Gabriela Trachsel  
Bereichsleiterin Pflege und Betreuung

## Neue Mitarbeiter/innen

### APH:

Nikol Madejova  
Praktikantin - Brückenangebot  
Eintritt am 01.10.2020

Anita Frischknecht  
Pflegehelferin SRK -  
für die Bonitas-Dei- Schwestern  
Eintritt am 02.10.2020

Elisabeth Brechbühl  
Mitarbeiterin Lingerie  
Eintritt am 01.01.2021

Jasmin Wittenwiler  
Pflegefachfrau HF  
Eintritt am 01.02.2021

Tomm Janssen  
Pflegefachmann  
Eintritt am 15.02.2021

Yvonne Canal-Schweizer  
Aktivierungsfachfrau  
Eintritt am 24.02.2021

### PWG:

Margrit Wild  
Pflegefachfrau HF  
Eintritt am 1.12.2020



**Herzlich willkommen!**



# Gratulationen

## April

|                        |            |
|------------------------|------------|
| Oertle Albert          | 03.04.1948 |
| Stüdli Gertrud         | 17.04.1929 |
| Kressibucher Magdalena | 25.04.1933 |

## Mai

|                |            |
|----------------|------------|
| Schiess Arthur | 21.05.1948 |
|----------------|------------|

## Juni

|                   |            |
|-------------------|------------|
| Sr. Walburgis     | 05.06.1925 |
| Bänziger Marianne | 06.06.1934 |
| Brütsch Maria     | 29.06.1935 |

## Juli

|                   |            |
|-------------------|------------|
| Altermatt Gertrud | 03.07.1935 |
| Kleiner Anna      | 07.07.1930 |
| Brühwiler Maria   | 10.07.1935 |
| Rettenmund Hans   | 23.07.1932 |

## August

|                    |            |
|--------------------|------------|
| Pfister Hermine    | 17.08.1943 |
| Liechti Bertha     | 22.08.1923 |
| Mühlemann Emma     | 22.08.1927 |
| Kellenberger Jakob | 30.08.1929 |

## September

|                   |            |
|-------------------|------------|
| Scheurer Walter   | 09.09.1927 |
| Oertle Anne Marie | 12.09.1954 |
| Kolb Rita         | 18.09.1938 |
| Brun Rita         | 20.09.1929 |
| Diem Mathilde     | 21.09.1920 |

## Geburtstagsfeier

Mittwoch, 15.00 Uhr, 28. April 2021 / 7. Juli 2021

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!**