

Hauszeitung

der Altersbetreuung Worb | Ausgabe 2 / 2024



◆ Ausflüge ◆

◆ Bauarbeiten ◆ Zufriedenheitsbefragung ◆

◆ Bewohnernachrichten ◆

Ausgabe: 2 / 2024
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

Ausflug Rosengarten	Seite 4
Personalausflüge	Seite 5 & 6
Rezept aus der Küche	Seite 7
Gedächtnistraining	Seite 8
Bewohnernachrichten	Seite 9 & 10
Aus dem Leben von...	Seite 11
Auszug Bewohnende- & MA-Befragung	Seite 12
Impressionen 1.Jahreshälfte 2024	Seite 13
Personalnachrichten	Seite 14
Bauarbeiten	Seite 14
Neue Aktivierungsleitung	Seite 15
Kalender 2.Jahreshälfte	Seite 15
Gedicht	Seite 16

Liebe Leserin, lieber Leser

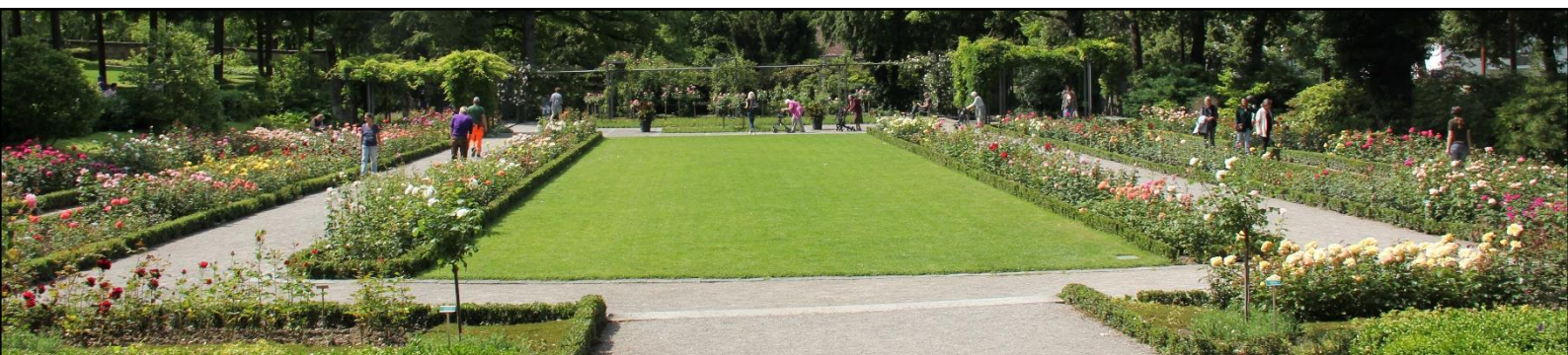
Im ersten Halbjahr hat uns der Anbau der Cafeteria sehr intensiv beschäftigt. Die ersten Monate wurden bewusst für die Lärmentlastung und Vorbereitung genutzt, bevor es richtig los ging. Unzählige Kernbohrungen und Wandausbrüche begleiteten den Alltag. Der Terminplan musste einige Male angepasst werden, doch nun läuft es und täglich ist der Fortschritt sichtbar. Verschiedene Bewohnerzimmer konnten wieder umgebaut werden. Fast nebenher liefen tolle Aktivitäten in und ums Haus. Schöne Konzerte, Raclette-Abend mit sehr viel Tanz und Musik. Diverse Befragungen wurden durchgeführt und auch wieder eine Zeiterfassung in der Pflege. Nun freuen wir uns auf den Sommer, die neue Terrasse und ein baulärmfreies zweites Halbjahr.

Schön, dass Sie unsere Zeitung lesen und so einen Einblick in die erste Jahreshälfte 2024 und den Alltag der Altersbetreuung Worb erhalten.

Ausflug Rosengarten

Kurz nach dem Mittagessen wurden wir von 2 Bussen abgeholt und fuhren in Richtung Rosengarten Bern. Das Wetter war angenehm warm. Dort angekommen genossen wir einen gemütlichen Spaziergang durch den Garten, der Dank der vielen blühenden Blumen ein prächtiges Farbenmeer war. Der Duft der einzelnen Blüten war herrlich und die Bewohnenden erfreuten sich sehr daran. Zum Zvieri genossen wir einen leckeren Erdbeerkuchen mit tollem Blick auf die Aare und die Berner Altstadt. Wieder zurück Daheim waren zwar alle ein bisschen müde vom „Reisli“ aber auch glücklich über den schönen Tag.

*Manuela Schäfer
Aktivierungsleitung*



Personalausflug 1

Freilichttheater Robin Hood in Interlaken

Wir trafen uns um 16.00 Uhr beim Altersheim und fuhren mit einem grossen Bus nach Interlaken zu den Freilichtspielen von `Robin Hood` ehemals Wilhelm Tell. Dort angekommen wurden wir von Lord Loxley begrüsst. Zusammen mit ihm durften wir eine Führung hinter die Kulissen machen. Wir erfuhren viel spannendes über den Theaterverein, zum Beispiel dass bei jeder Aufführung rund 120 Personen mitwirken - als Schauspieler, Parkeinweiser, Techniker, Shopverkäufer, Schneider etc. Die jüngste Schauspielerin ist 3,5 Jahre jung während die älteste Person über 80 ist. Die Leidenschaft fürs Theater verbindet sie. Alle, mit Ausnahme vom Regisseur, wirken ehrenamtlich mit und investieren zahlreiche Stunden in die Proben und Auftritte.

Nach der Führung wurden wir im Restaurant Hirschen mit einem feinen Znacht verwöhnt. Danach durften wir auch schon unsere Plätze einnehmen und die Vorpremiere ging los. Es war ein Spektakel der Extraklasse. Mit viel Freude, Spannung und Abenteuer wurde uns die Geschichte des Robin Hood erzählt und dargestellt. Die Kulisse mit den alten Holz- und Steinhäuser und dem Wald war beeindruckend, ebenso die Pferde auf denen die Soldaten vorbei galoppierten. Die Theatergruppe schaffte es, uns für 2 Stunden ins 14. Jahrhundert mitzunehmen.

Ich persönlich würde die Aufführung wärmstens weiterempfehlen, für Jung und Alt, und finde dass die riesige Arbeit des ganzen Vereins sehr unterstützenswert ist.

*Gabriela Bachmann
Mitarbeiterin Administration*



Personalausflug 2

Lamatrekking im Emmental

Bei wunderschönem Wetter reisten wir zusammen auf die malerisch gelegene Lama-Ranch Sägesser nach Wyssachen.

Nach einer herzlichen Begrüssung durch die Besitzer und einer Stärkung konnten wir uns mit den Lamas vertraut machen. Wie auch bei den Menschen, hat jedes Tier seine Eigenheiten, welche wir erst kennenlernen mussten.

Mit den Lamas im Schlepptau wanderten wir dann über Stock und Stein durch die Wälder der Umgebung und es war erstaunlich, wie Mensch und Tier aufeinander wirkten, und die Ruhe sich übertragen hat.

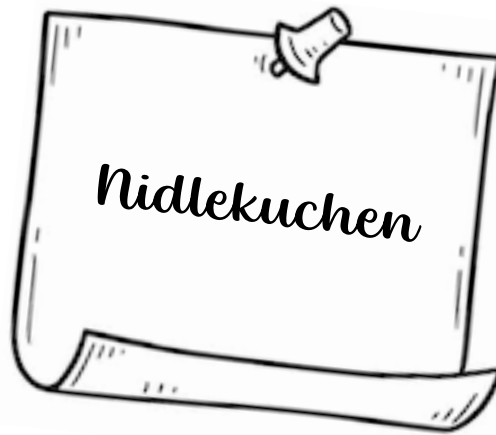
Bei dem Mittagshalt wurden wir mit einem feinen Mittagessen vom Grill verwöhnt und die Lamas hatten Zeit sich auszuruhen.

Auf dem Weg zurück zur Ranch hatten wir uns dann bereits so fest an unsere langhalsigen Gefährten gewöhnt, dass wir diese beim Abschied am liebsten mitnehmen wollten. Manch einer überlegte sich sogar noch eine Weile in Wyssachen zu bleiben und eine Nacht auf der Lama-Ranch zu verbringen.

*Angela Schneider
Stv. Pflegedienstleitung*



Rezept aus der Küche



Zutaten:

Teig:

500g	Mehl
3dl	Milch
60g	Butter
1TL	Salz
20g	Hefe
2EL	Zucker

Creme:

250g	Rahm
200g	Zucker
2TL	Maizena



Zubereitung:

Zubereitung Teig:

Das Mehl in eine Schüssel geben und mit dem Salz verrühren.
Die Milch erwärmen. Die Butter, Hefe und Zucker zur Milch geben und verrühren.
Anschliessend alles zu einem Teig verkneten.
Den Teig ca. 1 Stunde ruhen lassen.

Zubereitung für die Creme:

Den Rahm mit dem Zucker und dem Maizena unter ständigem Rühren aufkochen.
Die Creme kochen lassen, bis der Rahm dick wird.

Nun den aufgegangenen Teig ca. 1 cm dick auswallen.
Den ausgewallten Teig in ein 30cm Durchmesser Backblech geben und 4 EL von der Creme auf den Teig verteilen.

Den Kuchen bei 180°C 15-20 Minuten backen.
Anschliessend den Kuchen herausnehmen und den Rest der Creme darauf verteilen.
Den Kuchen am besten lauwarm servieren.



Gedächtnistraining

In dem Buchstabengitter haben sich 12 Tiere versteckt.
Die Wörter können waagrecht oder senkrecht im Gitter angeordnet sein.



Hund, Nashorn, Elefant, Giraffe, Katze,
Pferd, Gorilla, Ameise, Igel, Fisch, Libelle, Fuchs



D	F	S	D	F	I	S	C	H	Y	X	C	D	F	G
F	R	F	V	B	G	Z	H	U	Q	A	Y	Ö	P	L
G	Z	D	V	G	B	H	F	U	I	O	T	R	G	I
T	P	F	E	R	D	S	X	T	Z	U	I	E	O	B
Z	F	D	F	G	H	E	L	E	F	A	N	T	R	E
H	V	Y	A	W	S	D	E	R	T	Z	F	T	I	L
F	C	D	F	G	T	Z	U	N	G	U	V	Z	L	L
U	S	A	S	W	E	R	T	A	B	G	F	U	L	E
C	W	K	A	T	Z	E	Z	S	H	I	R	I	A	U
H	E	J	U	I	O	P	H	H	Z	R	E	D	B	Z
S	R	D	F	R	T	L	N	O	U	A	D	C	N	T
D	I	D	F	G	T	J	J	R	I	F	W	F	C	R
R	O	H	U	N	D	U	U	N	O	F	S	V	X	F
T	P	R	F	G	T	H	B	N	M	E	S	E	R	T
Z	A	M	E	I	S	E	C	X	W	Q	I	G	E	L

Bewohnernachrichten

Von HERZEN wünschen wir allen neuen Bewohner/innen ein zuversichtliches und gutes Einleben in der Altersbetreuung. Es freut uns, wenn wir allen durch unsere Begleitung und Unterstützung den neuen Alltag erleichtern können.

« Eigetlech bin ig gar ke Mönsch für ids Altersheim»

Diese Aussage habe ich hier im Heim mehr als einmal gehört. Sie regt zum Nachdenken an. Lesen wir was einige neue Bewohner und Bewohnerinnen nebst anderem dazu meinen:

*Verena Hofer-Bühlmann
Aktivierung*



Frau Verena Bieri:

...Ja, da muss ich schmunzeln, das habe ich auch schon gehört und aus meinem Umfeld heisst es manchmal: «Was du bist schon im Altersheim?!» Von meiner Seite her ist es gut wie es ist und ich bin dankbar, gibt es solche Institutionen.

Durch den Tod meines Mannes und gesundheitliche Veränderungen, die Stürze zur Folge hatten, wurde das alleine Wohnen zur Belastung. Hier fühle ich mich gut betreut und sicher. Ich bin froh für das vielfältige Angebot der Aktivierung. Das bereichert meinen Alltag. Ich beteilige mich mit Freude und lerne dabei auch andere Bewohner/innen besser kennen.

Die Altersbetreuung und die Gemeinde Worb sind mir sehr vertraut. Ende der 70er Jahre zogen wir nach Rüfenacht.

Frau Verena Zwahlen:

...Aber wenn es nötig ist, dann ist es einfach Zeit, ob man will oder nicht. Bei mir war es so. Nun bin ich also da und kann sagen, dass ich daheim bin. Das Zimmer mit den eigenen Möbeln und Bildern «heimelet» mir immer wieder. Wichtig sind mir auch die Zimmerpflanzen, das war schon immer ein Hobby von mir. Früher erfreute mich mein Garten mit Blumen und Gemüse, aber auch das Haushalten war mir eine liebe Arbeit. Auch Lieder begleiteten mich durchs Leben; ich sang lange in einem Chor. Schön ist, dass das Singen nun auch hier möglich ist. Wenn es geht, mache ich bei den verschiedenen Angeboten sehr gerne mit.

Wir begrüßen Sie herzlich!

Herr Hans Schüpbach:

...Aber mit meinen verschiedenen «Defekten» bin ich schon ein Mann fürs Altersheim.

Als ich

noch fit und munter war, war ich 51 Jahre lang Bauer in Littewil, nun wohnt meine Frau noch im Bauernhaus. In der Landwirtschaft erlebte ich eine enorme Veränderung. Ich selber arbeitete auf dem Feld anfänglich noch oft mit Pferden, dann kamen der Traktor und die Maschinen. Der Umzug ins Heim ist mir gelungen. Das Zimmer ist einfach schön. Wenn ich auf dem Bett liege habe ich eine wunderbare Sicht. An der Wand gegenüber hängt eine grosse Fotografie unseres Bauernhauses und aus dem Fenster sehe ich zur Wisle, im Moment weiden gerade Kühe. Was will ich mehr. Damit ist alles gesagt.

Frau Erika Haari:

...Das bin ich auch nicht und begreife es manchmal immer noch nicht, wie schnell es zum Heimeintritt kam. Nach einem langen Leidensweg mit meinem Rücken, kam es zu einer Operation, die leider keine Erleichterung brachte und weitere Eingriffe zur Folge hatte. Meine Kräfte waren schlussendlich erschöpft und ein zurück in die Wohnung unmöglich. Schmerzen habe ich bis heute. Nun bin ich hier, «muss und will» mich einleben. Neu schnuppere ich ab und zu bei verschiedenen Aktivitäten. Ich fühle mich hier im Haus frei, kann gehen wann ich will und das tut gut. Das Auto fehlt mir sehr. Es erlaubte mir früher viele Reisen, Ausflüge und gab mir das Gefühl von Freiheit. Ich war eine geübte Fahrerin, arbeitet viele Jahre auf dem Strassenverkehrsamt. Zu meinen Hobbies zählten auch Velofahren und Wandern, gerne halt mit meinem Freundeskreis.

Frau Maria Witschi:

...Anfänglich hatte ich schon «Längizyti» nach unserem Daheim an der Vechigenstrasse 40 und war noch nicht bereit fürs Altersheim. Ich habe mich dann an das Gespräch mit einer Bekannten aus dem Dorf erinnert. Sie meinte aufmunternd, es könne nirgends besser sein als in der Altersbetreuung. Nun habe ich mich schon gut eingelebt. Bezüglich Pflege schliesse ich mich den Worten meines Mannes an.

Ich musste schon Vieles loslassen auch meine früheren Hobbies: Wandern, Langlaufen, Aqua fit im Sommer draussen und im Winter Hallenbad. Was mir hier immer wieder Freude bereitet, sind die kleinen Spaziergänge im Garten. Dieser Ort ist für mich eine Oase, wo ich die Natur geniesse, und Kraft tanken kann.

und Herr Hans Witschi:

Auch ich habe mich hier recht gut eingelebt und bin froh und dankbar für die gute und freundlich Betreuung, mit kleinen Ausnahmen. Wir sind im 3.Stock, da ist es sehr ruhig. Es gab schon einige erfreuliche Kontakte und viele Telefonanrufe und Besuche tun uns gut. Unsere Wohnstube konnten wir mit einigen Möbelstücken aus der geräumten Wohnung schön und gemütlich einrichten, nur sind wir eigentlich zu selten dort.

Früher bedeuteten mir das Wandern, Skilanglaufen und auch das «Pilzle», Erdbeeren pflücken und Fischen sehr viel. Das ist alles nicht mehr möglich, die Erinnerungen leben weiter.

Ganz herzlich begrüßen wir auch Frau Rosmarie Wyss, Herr Karl Riesen, Herr Jürgen Hörr.

Aus dem Leben von...

...Giorgina Haene

Giorgina arbeitet seit vier Jahren in der AbWorb in der Administration, sie verteilt jeden Tag die Post und organisiert sämtliche Fahrdienste. Sie ist eine aufgestellte und fröhliche junge Frau. Reisen, Musik Hören und Theater Spielen gehören zu ihren Hobbies. Sie ist leidenschaftlicher YB-Fan, seit 15 Saisons ist sie direkt im Stadion „am afüüre“.

Aufgewachsen ist Giorgina als mittleres von 3 Geschwistern, der Zusammenhalt untereinander ist groß. Giorgina sagt sinnbildlich: „Das Ältere zieht mich und das Jüngere stößt“. Auch ihre Eltern sind eine große Stütze in Giorginas Leben.

Bei Giorgina wurde schon als Baby die Diagnose Cerebralparese gestellt, dies ist, ganz kurz gesagt, eine Überspannung der Muskulatur. Es ist jedoch ein Spektrum, das von beispielsweise einer leichten Auffälligkeit beim Gehen bis hin zu schweren motorischen Störungen und Beeinträchtigung von Kommunikation und geistiger Entwicklung führen kann (weitere Infos www.schoen-klinik.de/cerebralparese).

Der Rollstuhl ist, wie sie selbst sagt, ein Teil von ihr.

Seit sie 7 Wochen alt ist, geht sie regelmäßig in die Physiotherapie, trainiert die Beweglichkeit ihres Körpers und die Selbständigkeit im Alltag. Heute kann sie sogar allein wohnen. Dies wurde mit der ganzen Familie mit einer Flasche Champagner gefeiert und war in gewisser Weise so, als ob Giorgina selbst Laufen könnte. Giorgina besuchte 12 Jahre lang das Schulungs- & Wohnheim Rossfeld, danach war sie als Vorbereitung auf die Ausbildung 2 Jahre in der Rodtegg in Luzern und schließlich absolvierte sie in Biel die Lehre zur Praktikerin Büroarbeiten INSOS PrA.

Aufgrund ihrer Einschränkung war dies die einzige berufliche Richtung, in die sie gehen konnte. Hätte sie die freie Wahl gehabt wären Hebamme oder Meeresbiologin ein Wunschberuf gewesen.

Mit ihrem Schicksal hadert Giorgina nicht. Sie ist eine Kämpfernaut, die nach vorne schaut und Möglichkeiten sucht und wahrnimmt. So kam es auch dass sie mit 21 Jahren alleine für 9,5 Monate nach Irland reiste und dort ein Collegejahr absolvierte.

Hauptsächlich ihre Gastmutter und eine Assistentin im College unterstützten sie in dieser Zeit sehr. Diese Reise gab ihr einen enormen Antrieb und Sicherheit. Sie lernte anzusprechen, wie und bei was sie Hilfe braucht. Noch heute leuchten ihre Augen, wenn sie von den Erlebnissen in diesem Land erzählt.

Ihr Traum ist es noch viele Reisen zu machen, in den Norden, die USA und Australien. Ich bin fest überzeugt, dass Giorgina auch diese Ziele erreichen wird.

*Gabriela Bachmann
Mitarbeiterin Administration*



Giorgina auf ihrem Stammplatz im Wankdorf Stadion.



Wir haben es gut zusammen

Ein kleiner Auszug aus unserer Bewohnenden- und Mitarbeitendenbefragung



Haben Sie das Essen hier gerne?
96%

Ist Ihr Zimmer sauber und vom Personal gut gereinigt?
100%

Werden Sie vom Service freundlich und umsichtig bedient?
100%

Bewohnende

Sind Sie zufrieden mit der gewaschenen Wäsche?
97%

Fühlen Sie sich sicher und geborgen?
100%



Würden Sie Ihre Institution als einen guten Arbeitsort empfehlen?
94%

Hier arbeiten die verschiedenen Berufsleute als gut koordiniertes Team zusammen
98%

Mitarbeitende



Wie zufrieden sind Sie insgesamt mit Ihrer Arbeitsstelle?
94%



Wie erleben Sie am Arbeitsplatz die Qualität der Zusammenarbeit mit der Heimleitung?
96%



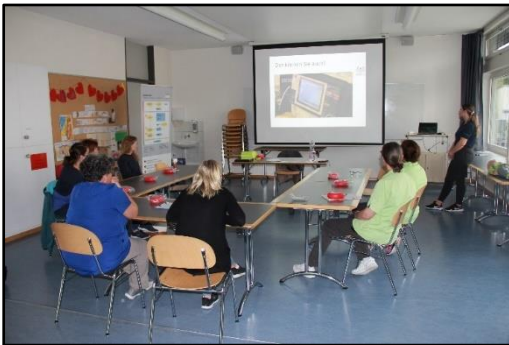
Impressionen

1. Jahreshälfte 2024



Seit März haben wir zwei E-Ladestationen

Hier entstehen wunderschöne Ostereier



Mitarbeiter-schulung Nothilfe

Ausflug nach Bowil mit Tanz und Grillieren



Spass im Fit & Munter



Personalmeldungen

Personal Eintritte:

- Poliakova Michaela, Pflege, 01.01.
- Schäfer Manuela, Aktivierung, 08.01.
- Gopalakrishnan Arthiga, Pflege, 18.03.
- Gerber Kathrin, Küche, 01.05.
- Saxer Beatrice, Pflege, 01.05.
- Iseli Cèline, Hauswirtschaft, 01.07.

Personal Austritte:

- Steiner Stefanie, Pflege, 28.02.
- Aeschbacher Sabrina, Pflege, 30.04.
- Schär Philipp, Küche, 19.05.
- Buqolli Gjejlone, Pflege, 31.05.
- Brenzikofer Céline, Pflege, 30.06.

Bauarbeiten

Wie in der Einleitung erwähnt, beschäftigte uns der Umbau sehr. Vor allem unseren Bewohnenden wurde der gewohnte Lebensraum, so zu sagen ihr Wohnzimmer, genommen. Als richtige Lösung erwies sich der Umzug der Administration in ein Provisorium, statt in einen Baucontainer oder ein beheiztes Zelt. So war die Administration gut erreichbar und sichtbar. Der Regen in den letzten Wochen, erschwerte die Aussenarbeiten massiv, und so sah es aus, als ob die Baustelle im chronischen Stillstand wäre. Mittlerweile wurde die Akustikdecke installiert und ein Ende der Bauarbeiten ist in Sicht. Ganz nebenher wurde die Heizung und Lüftung auf Freecooling umgerüstet, und wir sind gespannt auf die Wirkung in den Räumlichkeiten. Die Lüftung in der Küche wird auch mit einer Kühlung umgebaut, und sollte zur Hitzeperiode umgesetzt sein.



Neue Aktivierungsleitung

Manuela Schäfer

Ich verbringe liebend gerne viel Zeit in der Natur, sei dies beim Wandern, Tauchen oder Velofahren. In der Natur genieße ich die Stille und das «einfach so sein», dies ermöglicht mir Energie zu tanken.

Des Weiteren bin ich eine leidenschaftliche Leserin und Musik darf in meinem Leben nicht fehlen.

Das kreativ sein und Menschen mit ihren Lebensgeschichten faszinieren mich, daher fühle ich mich berufen als Aktivierungsfachfrau tätig zu sein.



Kalender 2. Jahreshälfte



Sonntag, 7. Juli

Donnerstag, 01. August

Sonntag, 18. August

Samstag, 7. September

Sonntag, 8. September

Mittwoch, 25. September

Mittwoch, 30. Oktober

Sonntag, 10. November

Mittwoch, 27. November

Konzert Duo Mallet

1. August-Feier

Angehörigen-Brunch

Generationenfest

Konzert Panflöten-Ensemble

Café Vita

Café Vita

Konzert Klavier

Café Vita

Gedicht

Freundschaft

Was wird im Alter
besonders wichtig?
Gute Freunde, das ist richtig.

Einige sind leider nicht
mehr da.

Das geht uns wirklich
ganz nah.

Wir wollen die Trauer
versenken
und lieb an sie denken.

Wir genossen einst die
Jugendzeit,
darum sind wir jetzt bereit.

Und dürfen nicht verzagen,
das Alter zufrieden ertragen.

Lotte Schwaller, Bewohnerin