



Christina Granwehr, Direktorin

Überraschung - ein geschenkter Tag für's Personal

Niemand wusste, was ihn erwartet. Einzig der Treffpunkt „Bahnhof Rorschach“ war bekannt. Zuerst spazierten wir zum Hotel Schloss Wartegg, wurden begleitet von Live-Musik, erhielten unterwegs von einem Butler Lindthkugeln als Wegzehrung und vor dem Hotel sogar die Hände geföhnt. Anschließend erzählte Mark Riklin, Gründer der Meldestelle für Glücksmomente, vom kleinen Glück. Auf seine Anregung hin sammelten wir Glücksmomente, kleine Begebenheiten und Begegnungen, die unseren Alltag bereichern. So ist es zum Beispiel für Viele ein Glücksmoment, wenn Bewohnerinnen und Bewohner mit einem Lächeln auf unsere Begegnungen reagieren. Der geschenkte Tag hat für mich sehr viele positive, motivierende Eindrücke hinterlassen. Vor allem die Gespräche mit verschiedenen Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern haben mich beeindruckt.

Ich hoffe, dass das Erlebte bei uns Allen noch lange nachhallt.

Spurensuche – Gespräche im Schäflisberg

Wie war das noch? Und warum und wieso? Menschen zuzuhören, wenn sie aus ihrem Leben erzählen, nachzufragen und teilzunehmen an ihrem Erlebten und eigenes darin wiederzufinden – ein Erlebnis und ein Geschenk! Es freut uns sehr, Sie alle herzlich zu unserer neuen Gesprächsrunde im Schäflisberg einzuladen, die bis zum Frühling einmal im Monat stattfinden wird.

Menschen, auch solche, die wir sonst nur vom Hörensagen oder aus den Medien kennen, werden aus ihrem Leben erzählen. Den Anfang macht **alt Bundesrat Hans-Rudolf Merz**, der seit seinem Rücktritt öffentliche Auftritte eher scheut – zu uns kommt er: am 7. Februar 2024 um 14 Uhr.

Das Gespräch führen wird Eveline Falk, Journalistin und Mitglied in unserem Vorstand. Der Anlass ist öffentlich.

Wir freuen uns!



Quelle: SRF

Winter

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

Diese Wörter sind versteckt:

- | | | | | | |
|----|----------------|---|--------------------|---|-----------------|
| 1 | Schlittenfahrt | 2 | Eiszapfen | 3 | Punsch |
| 4 | Schlittschuh | 5 | Schneemann | 6 | Zipfelmütze |
| 7 | Stiefel | 8 | Schneeballschlacht | 9 | Winterwanderung |
| 10 | Winterzeit | | | | |

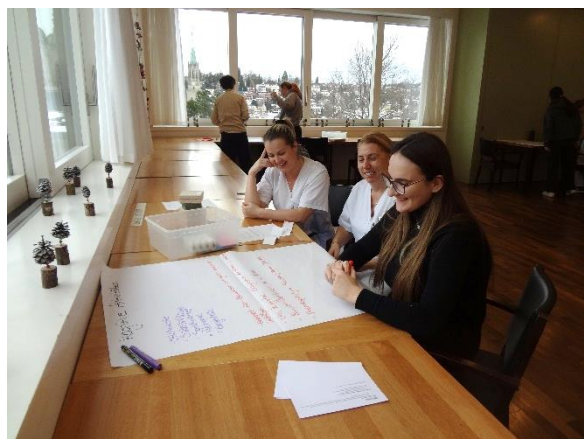
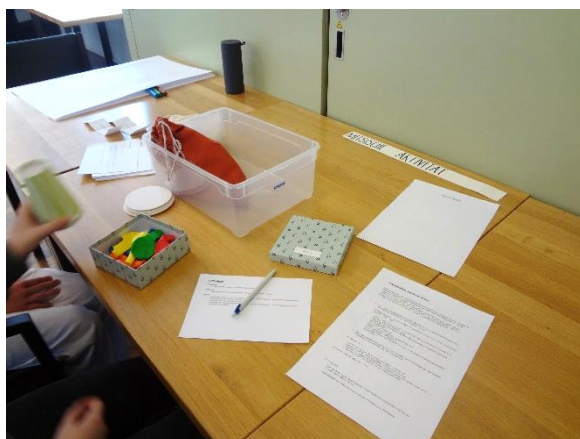
Interne Weiterbildung der Aktivierung

Am Montagnachmittag hat die Aktivierung eine interne Weiterbildung für das Pflegepersonal gegeben. Bei dieser Weiterbildung wurde der Beruf „Aktivierungsfachfrau“ vorgestellt, wie in der Aktivierung gearbeitet wird und welche Aktivitäten man machen kann.

Die vier Grundthemen, mit denen die Aktivierung arbeitet, waren: die **musischen Aktivitäten**, hier gehört Turnen, Singen, Spiele spielen, Bewegen, Tanzen und vieles mehr dazu. Die **kognitiven Aktivitäten** wie zum Beispiel Rätsel lösen, Zeitung lesen, Gespräche führen. Die **gestalterischen Aktivitäten** wie Malen, Ausschneiden, Dekorationen herstellen und bei den **alltäglichen Aktivitäten**, gehört zum Beispiel Backen, Gemüse rüsten, Gespräche führen oder Spazieren gehen dazu.

An diesem Nachmittag konnte das Pflegepersonal neue Ideen sammeln, wie man Wartezeiten, zum Beispiel vor dem Essen, füllen könnte. Anhand von kurzen Aktivitäten, die nur 10 Minuten dauern, die Spass machen und eine grosse Wirkung haben.

Die Teilnehmerinnen haben sich in eines der vier Grundthemen vertieft und ihre Erkenntnisse der ganzen Gruppe vorgestellt. So bekamen alle einen Einblick in die verschiedenen Themen und konnten Ideen für ihren Alltag mitnehmen.



Wir gratulieren zum Jubiläum

Renata Radoncic, Dipl. Pflegefachfrau, Nachtwache **25 Jahre**

Peggy Wendt, Dipl. Pflegefachfrau, Nachtwache **5 Jahre**



**Jeden Freitag, 10.30-11.00 Uhr
Katholischer Gottesdienst**

Donnerstag, 01.02.2024

10.00-11.00 Uhr Yoga im Sitzen
14.45-16.30 Uhr Gestalten

Freitag, 02.02.2024

09.30-10.15 Uhr Lesegruppe
15.00-16.00 Uhr Turnen

Montag, 05.02.2024

10.00-11.15 Uhr Fit in die Woche
15.00-16.00 Uhr Musikreise

Dienstag, 06.02.2024

10.00-11.00 Uhr Gedächtnistraining
14.45-16.30 Uhr Gestalten

Mittwoch, 07.02.2024

10.00-11.15 Uhr Fasnachtsgebäck
14.00-16.00 Uhr Besuch Altbundesrat
Hans Rudolf Merz

Donnerstag, 08.02.2024

14.30-16.00 Uhr Fasnachtsolympiade

Freitag, 09.02.2024

09.30-10.15 Uhr Lesegruppe
15.00-16.00 Uhr Turnen

Montag, 12.02.2024

10.00-11.15 Uhr Fit in die Woche
14.30-17.00 Uhr Fasnachtsnachmittag

Dienstag, 13.02.2024

10.00-11.15 Uhr Rätselgruppe
14.45-16.30 Uhr Malgruppe

Mittwoch, 14.02.2024

10.00-11.15 Uhr Wellness
15.00-16.00 Uhr Stüblihöck

Donnerstag, 15.02.2024

10.00-11.00 Uhr Yoga im Sitzen
15.00-16.00 Uhr Klavierkonzert

Freitag, 16.02.2024

09.30-10.15 Uhr Lesegruppe
15.00-16.00 Uhr Turnen

Montag, 19.02.2024

10.00-11.15 Uhr Fit in die Woche
15.00-16.00 Uhr Musik & Tanzen

Dienstag, 20.02.2024

10.00-11.00 Uhr Gedächtnistraining
15.00-16.00 Uhr Singrunde

Mittwoch, 21.02.2024

10.00-11.15 Uhr Backgruppe
14.45-16.00 Uhr Spielnachmittag

Donnerstag, 22.02.2024

09.30-10.15 Uhr Yoga im Sitzen
10.30-11.15 Uhr Evang. Andacht
14.45-16.30 Uhr Malgruppe

Freitag, 23.02.2024

09.30-10.15 Uhr Lesegruppe
15.00-16.00 Uhr Turnen

Montag, 26.02.2024

10.00-11.15 Uhr Fit in die Woche
15.00-16.00 Uhr Singrunde

Dienstag, 27.02.2024

10.00-11.15 Uhr Rätselgruppe
14.45-16.30 Uhr Gestalten

Mittwoch, 28.02.2024

10.00-11.15 Uhr Wellness
15.00-16.00 Uhr Erzählkaffe

Donnerstag, 29.02.2024

10.00-11.00 Uhr Yoga im Sitzen
14.45-16.00 Uhr Lotto