



Andreas Lusser, Geschäftsführer

### Lachen ist gesund

Wer viel lacht, ist nicht nur bloss ein fröhlicher Mensch, sondern er tut auch etwas für seine Gesundheit. Denn das Lachen ist wichtig für die Psychohygiene.

Humor ist Teil jeder menschlichen Persönlichkeit und gleicht negative emotionale Erfahrungen wie Angst aus. Lachen ist eine Art Sicherheitsventil des Körpers. Es setzt im Gehirn glückbringende Stoffe, so genannte Endorphine frei.

Obwohl das Leben nicht immer zum Lachen ist, setzen wir uns am Schäflisberg ein, dass unsere Bewohnenden aber auch Mitarbeitenden immer wieder einen Grund haben miteinander herzlich zu lachen.

Aus diesem Grund habe ich mich mit meiner Kamera auf den Weg gemacht durch den Schäflisberg um herauszufinden, wo im Schäflisberg überall gelacht wird.

Von Herzen wünsche ich Ihnen viel Freude im Herzen und möglichst viele glückliche Momente, bei denen Sie auch viel lachen können.

### Einladung „Bewohner-Apéro“

Gerade mal vier Tage als neuer Geschäftsführer im Amt wurde ich beauftragt, die Oktoberausgabe unserer Hauszeitung zu gestalten.

Ich war schon in vielen verschiedenen Institutionen tätig. Es ist mir jedoch schon sehr schnell aufgefallen, dass im Schäflisberg besonders viel herzlich gelacht wird. Diese Tatsache liess mich nicht lange zögern, in dieser Ausgabe dem Lachen, dem Humor und der Stimmung im Haus etwas auf den Grund zu gehen.

Um Sie, liebe Bewohnende etwas näher kennenzulernen und natürlich auch umgekehrt, möchte ich Sie herzlich zu einem Bewohner - Apéro einladen, an dem ganz bestimmt auch viel gelacht werden kann.



**Wann:** Mittwoch 23. Oktober 15:30 – 17:00

**Wo:** Im Speisesaal

Bei dieser Gelegenheit werde ich Ihnen auch gerne unsere neue Pflegedienstleitung, Frau Rita Zuber vorstellen.

Dieser Anlass soll Ihnen aber auch die Möglichkeit geben ihre Anliegen zu deponieren und Fragen zu stellen.

Ich freue mich sehr, gemeinsam mit ihnen einen lustigen Nachmittag zu verbringen, an dem, neben den ernstesten Dingen des Lebens sicherlich auch viel gelacht werden kann...



## Bei uns wird viel gelacht

Im Schäflisberg wird tatsächlich viel gelacht. Und das kann dann auch mal richtig fröhlich und laut werden bei rund 100 Bewohnenden und ca. 120 Mitarbeitenden.



Unser Küchenteam bereitet tagtäglich für 120 Personen frische und saisonale Gerichte zu. Dabei haben sie nicht allzu viel Zeit die schöne Aussicht auf den Klosterbezirk und die Stadt St. Gallen zu geniessen. Trotzdem macht es ihnen nach wie vor Freude im Schäflisberg zu kochen. Natürlich kommt nebst dem Arbeiten auch der Humor und das damit verbunden Lachen im Team nicht zu kurz. 😊

Das Küchenteam hat im Jahr 2023 4740 Eier und 840 KG Rüeblen verarbeitet. Im Monat der Olma stellt sich natürlich die Frage, wie viele Bratwürste die Küche im Jahr 2023 verarbeitet hat? Zu gewinnen gibt es ein feines Mittagessen für zwei Personen in unserer Gastronomie. Teilen Sie für die Teilnahme Ihre Schätzung dem Empfangspersonal mit. Wer am nächsten dran ist, wird am 31. Oktober benachrichtigt.

Die Forschung hat noch keine lachenden Fische entdeckt. Da machen auch unsere Fische im Aquarium bei der Cafeteria keine Ausnahme. Da gibt es jedoch ein Meeresbewohner namens Clownfisch. Sind diese Fische grosse Spassmacher oder warum heissen sie Clownfische?

Nein, es liegt an ihren auffälligen Farben: leuchtendes Orange, dazwischen senkrechte weisse Streifen, die mit schwarzen Linien umrahmt sind.



Obwohl das Leben nicht immer zum Lachen ist, haben unsere Bewohnenden immer wieder Grund herzlich lachen zu können. Sei es in der Aktivierung, welche tagtäglich verschiedene Angebote für jeden Geschmack anbietet oder auch mit unseren aufgestellten Mitarbeitenden können unsere Bewohnenden lachen. Nicht zuletzt haben unsere Bewohnenden immer wieder Besuch von Angehörigen, welche ihnen ein Lächeln aufs Gesicht zaubern.

# Einladung Bewohner - Apéro

Sehr geehrte Bewohnende vom Schäflisberg

Mit grosser Freude möchte ich Sie zu einem Bewohner - Apéro einladen, an dem es mir ein grosses Anliegen ist, Sie näher kennenzulernen. Dabei besteht auch die Möglichkeit, Ihre Anliegen und Wünsche direkt bei mir zu deponieren.

Der Inhalt der Hauszeitung „aktuell“ steht im Monat Oktober ganz unter dem Motto „Lachen“. Darum haben wir zu diesem Apéro noch einen Überraschungsgast eingeladen – mehr werde ich Ihnen jedoch nicht verraten. 😊

**Wann:** Mittwoch 23. Oktober von 15:30 – 17:00 Uhr  
**Wo:** Im Speisesaal



Ich freue mich auf einen fröhlichen Nachmittag – mit vielen lachenden Gesichter

Es grüsst Sie herzlich

Andreas Lusser  
Geschäftsführer





**Dienstag, 01.10.2024**

10.00-11.00 Uhr Gedächtnistraining  
15.00-16.00 Uhr Singen

**Mittwoch, 02.10.2024**

10.00-11.15 Uhr Gemüse rüsten  
14.45-16.15 Uhr Gestalten

**Donnerstag, 03.10.2024**

10.00-11.00 Uhr Kath. Gottesdienst  
15.00-16.00 Uhr Erzählkaffee

**Freitag, 04.10.2024**

15.00-16.00 Uhr Turnen

**Montag, 07.10.2024**

10.00-11.00 Uhr Fit in die Woche  
15.00-16.15 Uhr Lotto

**Dienstag, 08.10.2024**

10.00-11.15 Uhr Rätselgruppe  
15.30-16.30 Uhr Stüblihöck

**Mittwoch, 09.10.2024**

10.00-11.15 Uhr Backgruppe  
14.30-16.15 Uhr Spaziergruppe

**Donnerstag, 10.10.2024**

10.00-11.00 Uhr Kath. Gottesdienst  
14.45-16.15 Uhr Gestalten

**Freitag, 11.10.2024**

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

**Montag, 14.10.2024**

10.00-11.00 Uhr Fit in die Woche  
14.45-16.15 Uhr Gestalten

**Dienstag, 15.10.2024**

10.00-11.00 Uhr Gedächtnistraining  
14.30-17.00 Uhr Olma mit Appenzeller Oldies

**Mittwoch, 16.10.2024**

09.30-11.30 Uhr Jahrmarktbesuch  
15.00-16.00 Uhr Musikreise

**Donnerstag, 17.10.2024**

10.00-11.10 Uhr Evang. Gottesdienst  
15.00-16.00 Uhr Stüblihöck

**Freitag, 18.10.2024**

15.00-16.00 Uhr Turnen

**Montag, 21.10.2024**

10.00-11.00 Uhr Fit in den Tag  
15.00-16.00 Uhr Erzählkaffee

**Dienstag, 22.10.2024**

10.00-11.15 Uhr Rätselgruppe  
15.00-16.15 Uhr Malgruppe

**Mittwoch, 23.10.2024**

15.30-17.00 Uhr Bewohner Apero

**Donnerstag, 24.10.2024**

10.00-11.00 Uhr Kath. Gottesdienst

**Freitag, 25.10.2024**

15.00-16.00 Uhr Turnen

**Montag, 28.10.2024**

10.00-11.00 Uhr Fit in die Woche  
15.00-16.00 Uhr Singen

**Dienstag, 29.10.2024**

10.00-11.00 Uhr Gedächtnistraining

**Mittwoch, 30.10.2024**

10.00-11.15 Uhr Backgruppe  
15.00-16.00 Uhr Konzert AHC Musik

**Donnerstag, 31.10.2024**

10.00-11.00 Uhr Kath. Gottesdienst  
15.00-16.00 Uhr Erzählkaffee