



PENSION ADELMATT

Alters- und Pflegeheim

# Adelmatt-Zeitung

Heimzeitung für BewohnerInnen,  
Angehörige, MitarbeiterInnen,  
FreundInnen und PartnerInnen  
der Pension Adelmatt AG

## Zuhause



Mülenenstrasse 14 • 3703 Aeschi b. Spiez  
Telefon 033 655 60 30 • Telefax 033 655 60 31 • [www.pension-adelmatt.ch](http://www.pension-adelmatt.ch)

## Zuhause

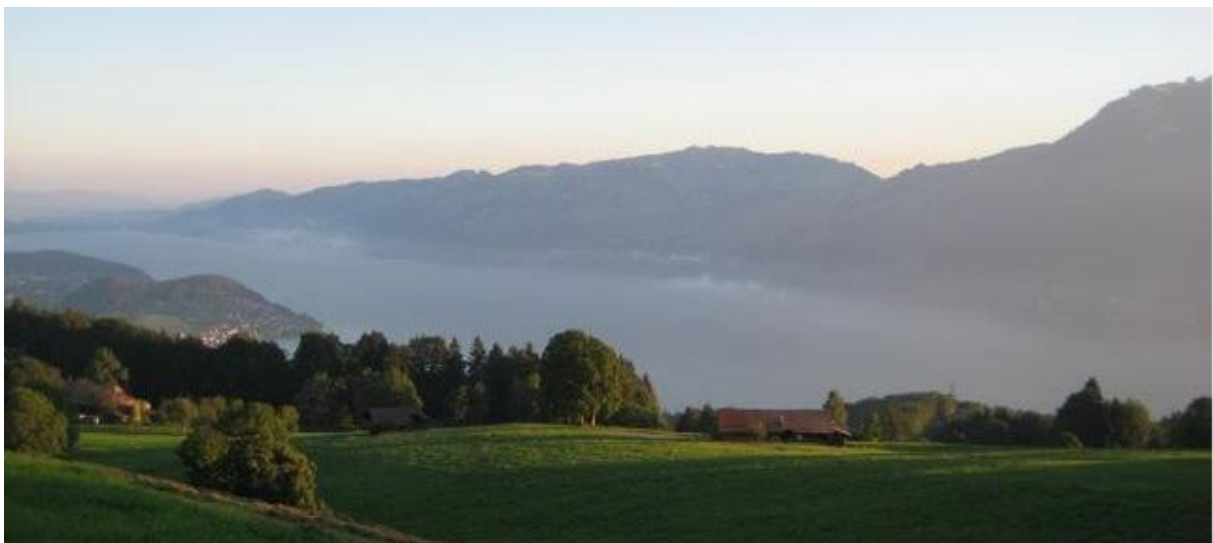
„Mein ganzes Leben lang war meine Zahnbürste rechts vom Lavabo. Seit dem Eintritt ins Alters- und Pflegeheim ist sie plötzlich nicht mehr rechts, dort, wo sie hingehört. Im Doppelzimmer war dieser Platz schon besetzt und so landete die Zahnbürste das erste Mal in 87 Jahren links!! Und dann sagen die Pflegenden, man solle sich wie zu Hause fühlen!“

In unserem Leitbild steht: „Die Bewohnerinnen und Bewohner sollen sich bei uns aufgehoben, wohl und zu Hause fühlen“. Diese ist die grösste, wichtigste und nie enden dürfende Aufgabe für uns Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter – unabhängig davon, in welchem Bereich in der Pension Adelmatt wir tätig sind. Wir haben uns in den letzten Monaten intensiv mit dem Thema „Zuhause“ auseinandergesetzt. Wir haben mit Bewohnerinnen und Bewohnern darüber diskutiert und sie gefragt, was braucht es, dass sie sich zu Hause fühlen, was wir dazu beitragen können und wo für uns die Grenzen des Umsetzbaren liegen. Zuhause – das füllt jede und jeder mit eigenen Bildern und Erinnerungen, und der Begriff hat so viele Definitionen, wie wir Bewohnerinnen und Pflegenden haben: Zuhause kann mit einem Geruch verbunden sein oder mit der Aussicht auf die vertrauten Berggipfel, mit einem traditionellen Fest oder mit einem Ritual vor dem Schlafengehen. Für den einen ist es einfach ein wohnliches Ambiente, die andere versteht unter einem Zuhause auch eine frohe Gemeinschaft. Es ist unsere Aufgabe, sie alle kennenzulernen und das Mögliche zu unternehmen, dass sich bei uns jede und jeder zu Hause fühlt.

Für diese Zeitung haben wir Impressionen von verschiedenen Gesprächen, Interviews und Meinungen gesammelt, die wir mit Euch teilen möchten und die zu weiterem Nachdenken anregen sollen.

„Zuhause ist man, wo das Herz ohne Scheu lachen und in Ruhe seine Tränen trocknen lassen kann“ Anonym

Päivi Karvinen, Heimleiterin



## **Eindrücke und Erinnerungen an zu Hause von Herrn Ledermann**

Ich habe Herrn Ledermann gefragt, was ihm zu Hause wichtig gewesen ist und wie sein Zuhause ausgesehen hat.

Die Ehefrau und die gemeinsamen Kinder waren das Wichtigste im Leben von Herrn Ledermann. Seine Ehefrau war schon sein Schulschatz gewesen und sie war immer eine sehr wichtige Person für ihn. Er erzählte mir, dass er sehr gerne Blumen hatte und es ihm viel bedeutete, dass das Haus schön geschmückt war mit roten und violetten Geranien. Für ihn war es auch sehr wichtig, dass seine Kinder gesund waren und alle eine Lehre abgeschlossen haben.

Die Familie Ledermann besass in Faulensee ein 300 Jahre altes Bauernhaus mit Sicht auf See und Berge. Das Haus war zweistöckig und hatte vier Zimmer, eine Einbauküche und ein Bad mit Dusche und Badewanne. Geheizt wurde mittels einer Holzheizung, Herr Ledermann konnte das

Holz glücklicherweise günstig erwerben. Das Ruhebett war zum entspannen und ausruhen willkommen. Er mochte seine Kaninchen sehr gerne, zum Essen seien sie auch lecker gewesen.



Vor dem Haus befand sich ein grosser Garten mit viel Gemüse. Zwetschgen-, Birnen- und Pflaumenbäume gehörten ebenfalls zum Anwesen. Die Früchte wurden jeweils zu Kuchen oder feinem Schnaps verarbeitet.

Monika Marti,  
Lernende, Fachfrau Aktivierung

## **Was trägt das Pflegeteam dazu bei, dass sich die BewohnerInnen Zuhause fühlen?**

Wenn es um das sich-zu-Hause-fühlen unserer BewohnerInnen geht, so haben wir als Pflegende kein Standardrezept in unserer Pflegeschürzentasche. Die Pflege und Betreuung ist individuell und richtet sich nach den Bedürfnissen jedes Einzelnen. Die persönliche Freiheit und die Lebensqualität unserer BewohnerInnen stehen für uns an erster Stelle. Das kommt auch im Leitbild der Pension Adelmatt AG zum Ausdruck.

Schon beim Eintritt bemühen wir uns alle, der neuen Mitbewohnerin oder dem neuen Mitbewohner den oft nicht leichten Schritt für ihn und seine Angehörigen so ange-

nehm wie möglich zu gestalten. Dazu gehören vorgängige Kontaktaufnahmen und Gespräche. Jede Bewohnerin und jeder Bewohner bringt seine eigene Geschichte mit. Aber nicht nur das. Eigene Möbel und persönliche Gegenstände dürfen selbstverständlich auch mitgebracht werden, damit das neue Zuhause so anheimelnd wie möglich wird. Wir bemühen uns, allen BewohnerInnen mit Rat und Tat zur Seite zu stehen, was nicht immer ganz einfach ist. Jede Bewohnerin und jeden Bewohner täglich neu auf irgend eine Art zu erreichen, ist eine verantwortungsvolle Aufgabe für die Pflegenden. Dazu gehört nicht nur eine opti-

male Pflege, sondern auch tägliche Angebote zur Freizeitgestaltung. Da ist für jeden etwas dabei. Mit Spiel und Spass vertreiben wir manche Langeweile. Zur Freizeitgestaltung gehören auch Sport, Gestalten, Handarbeiten, Vorlesen, Aufenthalte an der frischen Luft und unsere heissbegehrten Koch- und Backstunden. An manchen Tagen braucht ein alter Mensch aber auch nur Trost, ein liebevolles Gespräch und Verständnis.

Wir sind uns sicher, dass wir alles geben. Dass es so ist, spüren wir an den Reaktionen der BewohnerInnen, an einem Händedruck und wir sehen es an den zufriedenen Gesichtern und dem

Vertrauen, das sie uns entgegen bringen. Für unsere geleistete Arbeit ist das der schönste Dank.



Christina Nussbaum, Pflegefachfrau

## **Frau Beringer erinnert sich an ihr Zuhause**

Frau Beringer wuchs mit einem älteren und einem jüngeren Bruder auf dem „Fluhberg“ bei Brienz auf. Die Familie wohnte nahe beim Wald und auch der See war nicht weit weg.



In den Schulferien mussten die Kinder am Morgen in Haus und Garten helfen, was Frau Beringer nicht ungern tat. Am Nachmittag hatten sie keine Pflichten. Sie nutzten die Zeit um im Wald zu spielen oder im See zu baden. Es gab unendlich viele Möglichkeiten im Wald: zum Beispiel Häuschen aus Ästen, Steinen, Rinden und Moos zu bauen. Frau Beringer besass keine Skier, aber einen Grönland-

Schlitten, mit welchem sie sehr zufrieden war und viel Schönes erlebte. Einmal bekam sie von ihrem Paten einen Puppenwagen geschenkt, da galt sie etwas unter den Kindern im Dorf, denn sie war fast die einzige, die einen Puppenwagen besass!

Früher kaufte man nicht wie heute die Lebensmittel im Supermarkt ein, sondern der Gemüsegarten lieferte einen Grossteil des täglichen Bedarfs. Zudem besass die Familie Hühner und ein Schwein. Das Schwein wurde Anfang Dezember geschlachtet und das Fleisch musste ein Jahr lang für die fünfköpfige Familie reichen. Frau Beringers Mutter legte für die drei Kinder ein Extra-Gartenbeet mit Rübli an. Sie durften über diese Rübli frei verfügen, sie den Murmeltieren im nahe gelegenen Wildpark verfüttern oder auch selber essen. Der Vater, Holzschnitzer von Beruf, lieferte die fertigen Figuren jeweils samstags den Läden in Brienz. Er brachte jedes Mal eine Tafel Schokolade für die Kinder mit nach Hause. Mit Hochgenuss haben sie diese jeweils gegessen!

Die Schulreisen waren bescheidener als heutzutage. Man machte nicht so weite Ausflüge, sondern unternahm Wanderungen in der Umgebung. Ausser in der 8. Klasse, da ging es auf einen zweitägigen Ausflug.

Frau Beringer hat sich in ihrem Elternhaus geborgen gefühlt und eine wunderschöne Kindheit verbracht. Es mangelte ihr an nichts. Das wichtigste an ihrem Zuhause -

### **Als wir Kinder waren**

Es ist Sonntagabend und unser Vater steht in der Küche. Die Küchentüre ist geschlossen. Da sie sonst immer offen stand, wussten wir Kinder sofort, dass unser Vater etwas Leckeres kocht. Meistens gab es Spaghetti mit Tomatensauce spezial. Niemand durfte die Zutaten zu seiner Rezeptur wissen, deshalb schloss er auch immer die Küchentür.

Nach einiger Zeit zog ein Geruch durch das Haus und uns lief schon das Wasser im Munde zusammen. Wir konnten es kaum erwarten, dass Vater, mit Küchentuch über der Schulter, die Türe öffnete und uns zu Tisch rief. Was war das doch immer für ein Festschmaus!

Wenn ich heutzutage meinem Hobby, dem Laufen, nachgehe und am Feierabend durch die Dörfer und Quartiere jogge, treffe ich auf die verschiedensten Gerüche. Zwiebeln, Kräuter und Gemüse; im Sommer auch grilliertes Fleisch. Manchmal erkenne ich Düfte der Tomatensauce spezial meines Vaters in der Luft. Und dann bin ich „zu Hause“. Die Gedanken spirale fängt sich an zu drehen und ich fühle mich für einen Moment in meine Kindheit zurückversetzt.

Hier ein Rezept von Frau Dora Schmid, die sich an ihre Zeit bei der Grossmutter und deren Holzbackofen erinnert, wenn sie den Geruch von Käsekuchen riecht.

ob im Elternhaus oder später im eigenen Zuhause mit Ehemann und Kindern – ist für Frau Beringer, dass Frieden herrscht und nicht gestritten wird.

Carmela Campiotti,  
Assistentin der Heimleiterin

Dieses Rezept ist für ein Blech von ca. 26 cm Durchmesser berechnet - Sie benötigen rund 250 g Kuchenteig.

- 200 g Reibkäse
- 150 g geschwellte Kartoffeln
- 1 Esslöffel Mehl
- 1 Löffelspitze Salz, Paprika, Muskat
- 1 ½ Tassen Milch
- 2 Eier

#### **Zubereitung:**

Reibkäse und die in Würfel geschnittenen Kartoffeln über den Teigboden verteilen. Alle anderen Zutaten zu einer Masse rühren - über den Käse geben. Im vorgeheizten Backofen ca. 30 Minuten bei 180 Grad backen. En Guete!



Versuchen Sie es auch mit Speckwürfeli oder Schinkenwürfeli, Zwiebeln oder Tomaten. Je nachdem diese Zutaten zuerst andämpfen und mit dem Käse vermischen oder zuerst auf dem Teig verteilen.

Mario Dermon, Küchenchef

## Der Mensch braucht ein Plätzchen ...

Gemäss Leitbild der Pension Adelmatt AG sollen sich unsere BewohnerInnen bei uns aufgehoben, wohl und zuhause fühlen. Um diese Ziele zu verwirklichen, braucht es neben den Bereichen Pflege und Hotellerie auch den Technischen Dienst. Der Auftrag des Technischen Dienstes ist es, die Infrastruktur des Heimes und der Liegenschaft zu pflegen und zu erhalten und die Zimmer möglichst anheimelnd und wohnlich einzurichten und zu gestalten.



Eine Rollstuhl-Rampe oder ein Haltegriff kann die Sicherheit, die Selbständigkeit und damit die Wohnqualität im Heim wesentlich verbessern. Im Aussenbereich versuchen wir ebenfalls ein bedürfnisgerechtes und anheimelndes Umfeld zu schaffen. Sei es mit einem rollstuhlgängigen Rundweg durch den Garten oder einem neuen Hochbeet für Blumen, Pflanzen und Kräuter, welche unsere

BewohnerInnen nach Wunsch auch mitgestalten dürfen.

Einen wichtigen Beitrag zur Abwechslung im Heim-Alltag leisten unsere zwei Zwergziegen und die beiden Alpakas, welche auch gerne mit einem Leckerbissen verwöhnt werden. Letzthin kamen noch drei Kaninchen dazu, welche den grossen Stall mit den Zwergziegen teilen und im Sommerhalbjahr vielleicht auch draussen anzutreffen sind.

An der Wand über meinem Arbeitstisch hängt ein Keramik-Wandteller mit einem passenden, tiefsinnigen Spruch:

*Der Mensch braucht ein Plätzchen, und  
wärs noch so klein,  
von dem er kann sagen: sieh, hier das ist  
mein!  
Hier leb ich, hier lieb ich, hier ruhe ich aus,  
hier ist meine Heimat, hier bin ich zu Haus.*

So wie mich dieser Spruch persönlich bewegt, bin ich dazu aufgefordert, diese „Weisheit“ zum Wohl unserer BewohnerInnen in die Tat umzusetzen. Und manchmal braucht es nur ein paar aufmunternde Worte; einen freundlichen Blick oder ein Spässchen in der Begegnung mit meinem Nächsten.

Paul Bichsel, Leiter Technischer Dienst

## Was für mich persönlich Zuhause bedeutet

Wenn jemand zu mir käme und mich fragen würde: „Was bedeutet für dich persönlich Zuhause?“. Mein erster Gedanke wäre: Ein Ort wo man sich geborgen und wohl fühlt. Wie zum Beispiel mein Zuhause, es gibt mir Sicherheit und Schutz. Oder mein Zimmer, es ist mein

persönlicher Platz, mein eigener Raum, wo ich mich abgrenzen und zurückziehen kann. Ebenfalls mein Bett: Ich verbringe jede Nacht darin, träume, weine und kann mich mit meiner Decke zudecken, wenn ich kalt habe oder wenn es mir nicht gut geht. Für manchen Menschen ist das Bett

das einzige, das ihn wärmt, Sicherheit und Schutz gibt.

Dann gibt es aber auch Orte, an denen wir uns überhaupt nicht wohlfühlen und wir bemerken, dass es uns nicht gut geht, wir möchten gerne nach Hause. Dorthin wo wir aufgewachsen sind, wo unsere Familien leben, unser eigenes Zuhause ist und uns die Umgebung bekannt ist. Erst dann wird einem Jeden klar, wie gut es uns geht und wie sehr wir unser Zuhause lieben.

Leider können wir das nicht täglich schätzen, weil wir es nicht mehr wahrnehmen. Manchmal aber, wenn ich an einem fremden Ort bin, der nicht einmal weit weg von zu Hause sein muss, freue ich mich wieder, heim zu kommen. Ich überlege mir, wie es wäre, einfach nicht nach Hause gehen zu können und es ist

ein schrecklicher, trauriger Gedanke. Das Schöne ist jedoch, und das freut mich immer wieder, dass wir Menschen uns schnell anpassen können. Wir lernen schnell neue Menschen kennen, die uns wichtig werden und so erschaffen wir uns ein neues Zuhause, wo wir uns wohl fühlen.

Ich habe höchsten Respekt vor Menschen, die ihr Zuhause verlassen müssen. Ich möchte ihnen Zeit lassen und sie in den neuen Alltag integrieren, damit sie wieder ein Zuhause haben.

Das ist mir als lernende Fachfrau Gesundheit sehr wichtig!

Jenny Rösti, Lernende, 1. Lehrjahr, FAGE



### **Herr Allenbach freut sich über sein neues Zuhause**

Herr Allenbach zügelte kürzlich vom in der Nachbarschaft gemieteten Studio in ein soeben renoviertes Zimmer in der Liegenschaft der Pension

Adelmatt AG. Auf meine Frage, ob er sich darüber freue, antwortet er: „Oh ja, sehr! Denn von nun an muss ich während der kalten Jahreszeit nicht mehr über das verschneite oder sogar vereiste Trottoir

gehen und die Strasse bei diesen schlechten Witterungsbedingungen überqueren, um ins Heim zu gelangen. Das ist eine grosse Erleichterung für mich. Ein weiterer Vorteil ist, dass ich jetzt viel näher bei den anderen Bewohnerinnen, Bewohnern und dem Personal bin. Aber spazieren und mit Bekannten schwatzen, welche ich unterwegs treffe, das werde ich weiterhin sehr gerne tun.“

Carmela Campiotti,  
Assistentin der Heimleiterin

### **Mein Beitrag, damit sich die BewohnerInnen bei uns zu Hause fühlen**

Mein wichtigster Beitrag ist, dass ich die Zimmer der Bewohnerinnen und Bewohner tadellos reinige, in der Wäscheversorgung sorgfältig mit ihrer Wäsche umgehe und ihnen während des

ServiceDienstes freundlich und hilfsbereit das Essen und die Getränke serviere. Was sicher nicht fehlen darf und mir ein grosses Anliegen ist, ist die Kommunikation. Wenn mir eine Bewohnerin oder

ein Bewohner etwas aus ihrer Vergangenheit erzählt, höre ich ihnen gerne zu, es ist immer sehr spannend, was sie mir zu berichten haben. Manchmal begleite ich jemanden vom Esstisch zum Lift oder vom Lift ins Zimmer, solche Handreichungen sind für mich selbstverständlich.

Am liebsten ist mir der Servicedienst: unseren Bewohnerinnen und Bewohnern etwas Leckeres servieren zu dürfen, bereitet mir grosse Freude. Ein zufriedenes Lächeln oder ein herzlicher Dank sind für mich das Schönste.

Michèle Streit, Lernende,  
2. Lehrjahr Fachfrau Hauswirtschaft

## In Memoria

Wir gedenken der Bewohnerinnen, welche uns für immer verlassen haben:

Frau **Olga Dintheer**: am 26. Dezember in ihrem 80. Lebensjahr

Frau **Hedwig Christen**: am 18. Januar in ihrem 83. Lebensjahr

Frau **Maja Gerber**: am 19. Januar in ihrem 84. Lebensjahr

## Marianne Allenbach: 15 Jahre Pension Adelmatt AG

Wir gratulieren Frau Allenbach zu ihrem Jubiläum und danken Ihr für Ihren Einsatz.

Wir hoffen, noch lange auf sie zählen zu dürfen.



## Herzlichen Dank!

Wir bedanken uns herzlich bei allen, die eine Spende auf unser Ausflugskonto einbezahlt haben. Gerne werden wir dieses Geld für unsere nächsten BewohnerInnen-Ausflüge oder -Anlässe einsetzen.

### **Spenden:**

Kirchgemeinde Aeschi-Krattigen	CHF 200.--
Hanni Mast	CHF 100.--
Bethli Mast, Laubbach	CHF 20.--

### **Im Andenken an:**

Emma Wyss	CHF 780.--
Ernst Kohler	CHF 2'070.--
Christian Oswald	CHF 605.--

### **Kollekte der Abdankung von:**

Olga Dintheer	CHF 278.80
Hedwig Christen	CHF 165.75

Viele Beiträge sind auch in die Personalkasse gespendet worden. Das Team dankt herzlich dafür.



Endlich zu Hause!