



PENSION ADELMATT

Alters- und Pflegeheim

# Adelmatt-Zeitung

Heimzeitung für BewohnerInnen,  
Angehörige, MitarbeiterInnen, Freunde und  
Partner der Pension Adelmatt AG

## Weihnachten



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)

## Weihnachtserinnerungen aus meiner Kindheit

Für uns als Kinder war es keine Frage, ob der Weihnachtsmann existiert oder nicht, wir wussten sogar sehr genau, wo er wohnt! In Finnland ist allgemein bekannt, dass der Weihnachtsmann in den Wäldern im finnischen Lappland lebt. Er und seine Frau haben Hunderte Helfer, die auch dort wohnen, und selbstverständlich eine Herde Rentiere.

Am Morgen des 24. Dezember gingen wir immer den Weihnachtsbaum aus dem Wald holen. Den Baum mit selber gebastelten Dekorationen zu schmücken, war eines der vielen Highlights. Dabei gehörte immer zuoberst auf den Baum der Weihnachtsstern, den musste jemand von von den Eltern draufstecken, da der Baum so hoch war.

Der 24. Dezember war ein Feiertag, und gegen Abend gingen die Feierlichkeiten richtig los mit der Joulusauna, der sogenannten Weihnachtssauna. Auch die Sauna war weihnachtlich dekoriert, überall standen Kerzen, und wir hatten besondere weihnachtlich rote Badetücher! Sauber geschrubbt und anständig angezogen ging es zu Tisch, wo es traditionellerweise Milchreis gab. Wer die Mandel im Brei fand, hatte im folgenden Jahr besonders viel Glück. Wir assen also tellerweise Brei!

Natürlich war für uns Kinder aber der Besuch des Weihnachtsmanns das wichtigste Ereignis des Tages. Wir waren immer felsenfest davon überzeugt, die Rentiere mit ihren Glocken schon von weitem gehört zu haben. Der Weihnachtsmann verteilte die Geschenke, und ich bin sicher, wir hatten vor lauter Aufregung so rote Backen wie die Weihnachtskugeln im Weihnachtsbaum.

Am Morgen des 25. Dezember ging man zur Weihnachtskirche und ab dem Mittag lud man möglichst viele Verwandte zu einem richtig üppigen Weihnachtsessen ein. Es gab verschiedene regionale Spezialitäten und für uns Kinder Limonade zum trinken, viele Weihnachtsguezli und genug Schokolade. Wir waren glücklich.

Stephanstag war Besuchstag. Jedes Jahr besuchten wir Verwandte und Freunde. Wir erzählten und verglichen die Geschenke (wir waren schliesslich Kinder...), gingen auf den gefrorenen Seen Schlittschuh laufen oder Langlaufen. Damals gab es eigentlich immer Schnee an Weihnachten, und so war quasi die Natur auch mit einer Weihnachtsdekoration geschmückt.

Mit den Jahren sind meine Weihnachten zu einem Mix von schweizerischen und „alten“ finnischen Traditionen verschmolzen. Die Freude an Weihnachten ist aber genau die gleiche geblieben. Ich freue mich, dieses Jahr die Weihnachtstage mit Euch erleben zu dürfen und wünsche Euch allen

**frohe Weihnachten und alles Gute zum Neuen Jahr!**

Päivi Karvinen, Heimleiterin



## Advents- und Weihnachtszeit in der Adelmatt

Wenn es das erste Mal schneit, dann ist die Advents- und Weihnachtszeit nicht mehr weit weg. Der Blick auf die verschneiten Berge und die überzuckerten Wälder ist himmlisch! Ungefähr Mitte November wird das ganze Haus dekoriert, ums Haus und im Haus wird alles hübsch für die Advents- und Weihnachtszeit hergerichtet. In unserem verschneiten Garten stellen wir eine grosse Tanne auf, befestigen sie so, dass sie auch bei Wind und Wetter stehen bleibt und bringen daran Lichterketten an. Jedes Jahr wird diese Tanne bewundert, schon vom weitem sieht man sie in der dunklen Nacht leuchten.

Und weiter geht's mit schmücken: Weihnachtssterne und Lichterketten befestigen wir am Balkongeländer des 1. Stockes, wie hell leuchten auch diese in der Winterzeit! Ebenfalls im Innern des Hauses wird geschmückt und dekoriert. Wir stellen jedes Jahr einen grossen Adventskranz her und wie es sich gehört, zünden wir an jedem Adventssonntag eine weitere Kerze an. Im Kafistübli steht unser Tannenbaum, den wir mit grossen und kleinen Kugeln, Tannzapfen, Schokolade und Äpfel verzieren. Die Krippe im Eingangsbereich darf natürlich auch nicht fehlen. Die Tische werden mit Tannästen und Kugeln in allen Farben dekoriert. Dann endlich haben wir 1. Dezember: heute darf das erste Adventskalender-„Tor“ oder Geschenk geöffnet werden, was ist darin versteckt!? Flugs ist 6. Dezember und der Sankt Nikolaus besucht uns

und verteilt feine „Klausesäckli“. An dieser Stelle möchten wir der Fürsorgekommission der Gemeinde Aeschi, dem Frauenverein Aeschi, dem Frauenverein Spiez und allen Anderen, welche unsere Bewohnerinnen und Bewohner besuchen und beschenken, von Herzen danken.



Mitte Dezember findet unsere Weihnachtsfeier statt. Fabienne Klossner berichtet darüber im Artikel „Arbeiten an Weihnachten“. An Heilig Abend und Weihnachten kocht das Küchenteam festliches Essen und wer Lust hat, kann sich nach dem Abendessen am 24. Dezember zu Monika Marti setzen, sich bei Kerzenlicht die vorgelesene Weihnachtsgeschichte anhören und gemütlich zusammen sein. Dann geht es nicht lange und das neue Jahr ist da: ich wünsche allen einen guten Rutsch und alles Gute.

Sandra Feuz, Lernende,  
3. Lehrjahr, Fachfrau Hauswirtschaft

## Frau Bieri erzählt über Weihnachten

Unsere Bewohnerin Frau Bieri mag Weihnachten sehr. Gerne denkt sie an die Adventszeiten und Weihnachten ihrer Kindheit: Weihnachten habe sie immer mit ihren Eltern und Geschwistern gefeiert. Es seien im Vergleich zu heutigen Feiern eher einfache Feste gewesen. Sie hätten aber jedes Jahr einen wunderschön geschmückten Tannenbaum gehabt. Die Mutter habe ihn geschmückt und Frau Bieri und ihre Geschwister hätten zusehen dürfen. Ein Festessen sei jeweils auf den Tisch gekommen: Speisen, welche es sonst durchs Jahr

hindurch nicht gegeben habe. Die Familie habe gemeinsam Weihnachtslieder gesungen und natürlich durfte die vorgelesene Weihnachtsgeschichte nicht fehlen. Auch an die späteren Weihnachtsfeiern, mit Ehemann und eigenen Kindern, hat Frau Bieri die besten Erinnerungen. Auf die Frage, ob sie sich auf das diesjährige Weihnachtsfest freue, antwortete sie strahlend: ja natürlich, Weihnachten gehört doch einfach dazu!

Interview von Carmela Campiotti

## Robert Klötzli am 6. Dezember



## **Adventsgruss aus der Küche**

Glühwein ist ein beliebtes Getränk in der Weihnachtszeit und ist vor allem an den Märkten immer anzutreffen.

Aber warum nicht einmal einen Glühwein zu Hause zubereiten? Herrlich um Leib und Seele zu wärmen oder ein wunderbares Bettmüpfeli. Hier das Rezept:

### **Glühwein für 4 -6 Personen**

1 Orange, 1 Zitrone, 1 Liter Rotwein, 150g Zucker, 1 Zimtstengel, 1 Gewürznelke, 1 Änissblüte. Alle Zutaten in einer Pfanne leicht kochen lassen. Am Schluss absieben.

### **Interessantes über Zimt**

In der Medizin wird Zimt wegen seinen magenstärkenden, verdauungsfördernden und appetitanregenden Eigenschaften als Öl verwendet. Auch wird er unter anderem gegen Schmerzen und zur Beruhigung eingesetzt. Zimt soll ebenfalls bei Schluckauf, Husten und Stirnhöhlenentzündungen helfen und gut für die Zähne sein. Für das Gefühlsleben kann eine Prise Zimt wahre Wunder wirken, denn er harmonisiert die Hirnströme.

### **Über die Herkunft des Zimt**

Um ihren Gewürzmarkt nicht zu gefährden, erzählten die arabischen Zwischenhändler viele Märchen über das Zimt-Herkunftsland. Herodot (482-424 v. Chr.) berichtete, dass der Zimt auf dem Grund eines Sees wachse, aber genaueres wusste er auch nicht. Die Araber behaupteten sogar, dass auch sie nicht genau wüssten, woher denn nun der Zimt stamme. Eine



andere arabische Geschichte erzählt, dass der Zimt von den Zimtvögeln kommt, die das Gewürz in ihren Nestern horten. Um es zu gewinnen, muss man die Nester mit Pfeil und Bogen abschiessen. Nach Mitteleuropa wurde der Zimt nachweislich im 9. Jahrhundert nach Christi eingeführt. Wegen seines hohen Preises kam er nur auf die Tische der ganz reichen Leute. Bezeichnend ist die Erzählung, wonach 1555 der Kaufherr Anton Fugger Schuldscheine von Karl V. vor den Augen des Kaisers in einem Kaminfeuer von kostbaren Zimtstangen verbrannte. Die Portugiesen waren die ersten, die ein Handelsmonopol für Zimt und eine Schreckensherrschaft auf Ceylon errichteten. Abgelöst wurden sie von den Holländern, die ihnen in nichts nachstanden. 1796 eroberten die Engländer Ceylon, und London wurde internationaler Zimt-Markt. Es blieb auch unter den Engländern beim strengen Monopol, bis 1853 der hohe Ausfuhrzoll aufgehoben wurde, weil inzwischen in den holländischen Kolonien Indonesiens neue Zimtplantagen reiche Ernte abwarfen. Nach dieser historisch und wirtschaftlich bedeutenden Entwicklung wurde der Zimt endlich billiger und eroberte sich in jedem Haushalt seinen Platz.

Tanja Ritschard, Küchenchefin

## Arbeiten an Weihnachten

Kleine Schneeflocken fallen vom Himmel herab, landen auf Hausdächern oder auf dichten Sträuchern und verzaubern die ganze Landschaft in eine wunderschöne Märchenwelt. Leute eilen von Geschäft zu Geschäft, um noch ein schönes Geschenk zu ergattern – denn schon bald ist Weihnachten. Wir in der Pension Adelmatt AG machen das nicht anders. Nur versuchen wir noch etwas anderes zu ergattern – „frei“ an Weihnachten.

Für viele ist es sehr wichtig, über die Weihnachtstage frei zu haben. Andere hingegen ziehen frei über die Neujahrstage vor. Das kann verschiedene Gründe haben: manche mögen Weihnachten nicht besonders, andere feiern sehr gerne nach dem Arbeiten. Für viele ist es aber schön, an Weihnachten zu arbeiten und sie freuen sich darauf, denn Bewohnerinnen und Bewohner und Pflegenden sind fast wie eine Familie geworden.

Unsere Pflegedienstleiterin, Beatrice Ramseier, hat jedes Jahr die Aufgabe, den Personaleinsatz über die Feiertage möglichst fair zu planen. Im November warten alle gespannt auf den Dezember-Einsatzplan und hoffen, dass sich ihre Wünsche erfüllt haben.



Das Weihnachtsfest der Pension Adelmatt AG findet jeweils Mitte Dezember statt: Die Tische werden festlich gedeckt, ein kleiner, schön geschmückter Weihnachtsbaum steht im Raum und die Angehörigen sind natürlich auch herzlich eingeladen. Gemeinsam wird dann feierlicher Musik gelauscht, Geschichten rund um Weihnachten zugehört und zusammen gesungen. Später wird fein gegessen, erzählt und gefeiert. Es ist jeweils ein sehr schönes Fest, die Bewohnerinnen und Bewohner freuen sich jedes Mal sehr.

Fabienne Klossner,  
Lernende, 3. Lehrjahr, FAGE

## Weihnachten im Ziegenstall

Seit 1994 bewohnen unsere Zwergziegen den im Jahr zuvor erstellten Ziegenstall. Die ersten Tiere stammten aus dem Oberwallis, aus der Zucht von Peter Schoepfer. Sie hiessen Schwänli, Bärli und Böckli. 1996 wechselte Böckli den Besitzer und kam nach Oberhofen. Die beiden Ziegen Schwänli und Bärli entwickelten sich prächtig und hatten in den folgenden Jahren einige Zwillingsgeburten. Bis im Jahr 2009 erfreuten sie mit ihrem anhänglichen Wesen Besitzer, Bewohnerinnen und Bewohner. Nachforschungen haben ergeben, dass die Ziege „Darling“ von Peter Schoepfer, welche einmal an einem 25. Dezember zwei Junge zur Welt brachte, wahrscheinlich ein Vorfahre unserer Ziegen war.

Weihnachten im Ziegenstall – das ist bei den Ziegen in der Pension Adelmatt AG ein wenig anders.

Genauer gesagt sie „feiern“ zusammen mit den beiden Alpakas etwa Mitte Januar ihr Weihnachtsfest. Dann nämlich, wenn wir die schönen, grossen Weihnachtstannen vor dem Haus wieder abschmücken und die Äste oder sogar den ganzen Tannenbaum ins Gehege hinein legen. Das gibt ein Festessen für unsere Vierbeiner! Damit die Freude längere Zeit anhält und unsere Ziegen nicht übertreiben, werden jeweils nur kleinere Mengen Tannenäste verfüttert. Ihre Nadeln und die Rinde schmecken den Ziegen und natürlich auch den Alpakas vortrefflich. Die abgenagten, kahlen Äste werden später gehäckselt, zu Kompost weiterverarbeitet und in den Kreislauf der Natur eingefügt. So erhalten unsere Haustiere einen gesunden Leckerbissen und die anfallenden Rohstoffe werden richtig entsorgt.

Paul Bichsel, Leiter Technischer Dienst



## In Memoria

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

Frau **Karla von Känel**: am 23. Mai in ihrem 87. Lebensjahr

Frau **Rosa Indermühle**: am 26. Juni in ihrem 89. Lebensjahr

Frau **Margret Wittwer**: am 1. Juli in ihrem 91. Lebensjahr

Herr **Christian Oswald**: am 30. September in seinem 90. Lebensjahr

Frau **Margrit Gehriger**: am 30. September in ihrem 97. Lebensjahr

Herr **Ernst Kohler**: am 30. September in seinem 87. Lebensjahr

Frau **Anni Wäfler**: am 9. Oktober in ihrem 96. Lebensjahr

## Jubiläen Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter

### 10 Jahre Adelmatt

Bettina Aeschlimann, Pflege; Silvia Bieri, Hotellerie; Barbara Favri, Aktivierung; Christine Nigro, Pflege

### 5 Jahre Adelmatt

Paul Bichsel, Leiter Technischer Dienst; Amador Grossenbacher, Technischer Dienst

Wir gratulieren den Jubilaren und danken Ihnen für Ihren Einsatz. Wir hoffen, noch lange auf sie zählen zu dürfen.



Chaîne du Bonheur |  
Glückskette |  
Catena della Solidarietà |  
Swiss Solidarity |

## Spende für die Überschwemmungsopfer in Pakistan

Am 18. August, dem nationalen Sammeltag der Glückskette, sammelten Bewohnerinnen und Bewohner, Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter, Besucherinnen und Besucher. Wir konnten den Betrag von 253 Franken auf der Post einzahlen. Wir danken allen herzlich, die etwas gespendet haben.



uuups...