

# senevita Post



## Das volle Leben

Allerlei Berichte über die Senevita und ihre Menschen.

**Seite 4**

## Plausch in der Senevita

Eine Sammlung kunterbunter Beiträge aus den Senevita Standorten.

**Seite 15**

## Tiere im Heimalltag

Wie Hund, Katze, Ziege & Co. das Leben unserer Bewohnenden bereichern.

**Seite 34**

**Ausgabe 2/2024**

**Näher  
am  
Menschen.**

# Inhalt

## Das volle Leben

---

- 4 Allerlei Berichte über die Senevita und ihre Menschen.

## Plausch in der Senevita

---

- 12 Eine Sammlung kunterbunter Beiträge aus den Senevita Standorten.

## Rätsel

---

- 28 Rätselspass garantiert. Die Lösungen finden Sie auf Seite 54.

## Tiere im Heimalltag

---

- 31 Wie Hund, Katze, Ziege & Co. das Leben unserer Bewohnenden bereichern.

## Geburtstage

---

- 41 Wir gratulieren herzlich!

## Herzenswünsche

---

- 42 Alltäglich oder ausgefallen – die Senevita erfüllt kleine und grosse Herzenswünsche.

## Arbeiten in der Senevita

---

- 46 Über den Arbeitsalltag in der Senevita.

## Gastronomie

---

- 53 Die Küchencrews im Interview.



## Liebe Leserinnen und Leser

Wussten Sie, dass in der Senevita ehemalige Künstler, Motorradfahrerinnen und Kinderkrankenschwestern zuhause sind? Es freut mich sehr, dass viele unserer Bewohnerinnen und Kunden bereit sind, aus ihren Leben zu erzählen. Mit der Senevita Post haben wir die wunderbare Gelegenheit, diese Geschichten weiter zu verbreiten und «Näher an den Menschen» zu bringen. Natürlich zusammen mit viel Überraschendem und Bemerkenswertem aus dem Alltag unserer Standorte.

Mit der aktuellen Ausgabe sind wir auch «Näher am Tier». Da ist einmal der verspielte Labrador-Rüde Ben, der Mitarbeitende und Bewohnende gleichermassen verzaubert. Ein neugieriges Ziegenpaar, das über mangelnde Besuche nicht meckern kann. Oder die drolligen Lamas, die bei unseren Seniorinnen und Senioren immer wieder für viel Freude sorgen. Tiere haben ein besonderes Gespür für Menschen und machen im Pflege-Alltag allein durch ihre Anwesenheit einen Unterschied. Sie beruhigen, animieren, bereichern und inspirieren.

Davon zeugen unsere tierischen Geschichten. Ich wünsche Ihnen viel Vergnügen bei der Lektüre!

Daniel Braun  
COO Senevita Gruppe



# Ein neues Kapitel in der Dorfmatte.

**Doris Schärers Lebensgeschichte zeugt von Durchhaltevermögen, Anpassungsfähigkeit und Lebensfreude. Trotz Widrigkeiten zeigt sie eindrücklich: Es ist nie zu spät, das Leben zu genießen.**

Seit Juni 2023 lebt Doris Schärer in der Senevita Dorfmatte. Die 86-jährige Frau hat viel erlebt und bewältigt: «Ich erlitt vor einem Jahr einen intensiven Sehverlust, der mich zwang, in eine solche Einrichtung zu ziehen», erzählt sie. Trotz dieser Herausforderung hat sich Frau Schärer in ihrem neuen Zuhause gut eingelebt. Besonders schätzt sie hier die Betreuung. «Die Angestellten sind durchwegs freundlich, herzlich und vertrauenswürdig», betont sie. Obwohl sie Kontakte geknüpft hat, fühlt sie sich aber manchmal einsam. «Gute Bekanntschaften – ja, enge Freundschaften – noch nicht.»

## **Täglich draussen unterwegs**

Frau Schärer hält sich mit Spaziergängen fit. «Ich gehe jeden Tag an die frische Luft», berichtet sie. Mit selbst gepflückten Blumen bringt sie Farbe in ihre Wohnung. Morgens nutzt sie ihren Hometrainer und strickt dabei, was ihr einen guten Start in den Tag verschafft. Ihre Leidenschaft für das Kartenspiel «Solitaire» kann sie dank einer Lupe weiterhin ausüben. «Kreativen Tätigkeiten kann ich seit meinem Sehverlust leider nur noch eingeschränkt



Doris Schärer, Handarbeitslehrerin im Ruhestand, in ihrer Wohnung in der Dorfmatte.

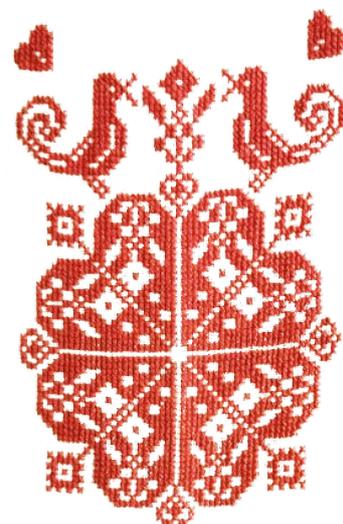
nachgehen.» Das Zehnfingersystem beherrscht sie aber noch heute: Mit Briefen hält sie den Kontakt zu Freunden in Mexiko.

### Von Schinz nach nach Mexico City

Geboren und aufgewachsen in Schinz nach Dorf im Kanton Aargau, träumte Frau Schärer schon früh von einem Studium. «Diesen Wunsch haben meine Eltern mir aber verwehrt.» Und so absolvierte die junge Frau eine kaufmännische Lehre. Das Interesse an Psychologie und Kreativität blieb, und sie besuchte zahlreiche Kurse, um ihr Wissen zu erweitern. 1958 zog sie mit ihrem Mann und dem damals sechs Monate alten Sohn nach Mexiko. Eine herausfordernde Zeit, besonders als die Firma ihres Mannes Konkurs ging. Um das Haushaltseinkommen aufzupeppen, begann sie, Zopf und Apérogebäck zu backen und im Bekanntenkreis zu verkaufen. 1966 erhielt sie die Möglichkeit, an der Schweizer Schule in Mexico City als Handarbeitslehrerin zu arbeiten. Eine Tätigkeit, die sie 33 Jahre lang mit Leidenschaft ausübte. Nach dem Tod ihres Mannes 2015 kehrte sie schliesslich in die Schweiz zurück.

### Dankbar, und mit einem Wunsch

Die Art und Weise, wie sie in der Senevita begleitet wird, schätzt Doris Schärer sehr. «Ich habe eine liebevolle Pflegerin, die mir beim ganzen Wäscheablauf immer zur Seite steht. Dafür bin ich dankbar.» Für die Zukunft hat sie einen einfachen Wunsch: «An einem Lottonachmittag hätte ich viel Spass.»



# Eine Frau, zwei Leidenschaften: Töfffahren und Japan.

Von Sonay Grabher



Gruppenbild der WIMA-Frauen in Japan. In der Bildmitte, unter dem gelben Pfeil, lacht Jacqueline Reichert in die Kamera.

**Jacqueline Reichert wohnt seit November 2023 in der Senevita Lindenbaum in Spreitenbach. Sie ist eine leidenschaftliche Töfffahrerin. Die Liebe zu Japan begleitet sie ihr halbes Leben lang.**

Ende März besuche ich Jacqueline Reichert. Im Laufe unseres Gesprächs frage ich sie, ob sie Lust hat, mir etwas über sich zu erzählen. Sie ist sofort bereit, von ihrem Beruf und von ihren Reisen, die sie als leidenschaftliche Töfffahrerin unternommen hat, zu berichten.

Jacqueline Reichert arbeitete bei der damaligen PTT als Telefonistin. Als Zeitzeugin erlebte sie den Wechsel von der PTT zur heutigen Swisscom. Als die Digitalisierung ihren Anfang nahm, rutschte sie allmählich in die IT-Sparte rein und wurde eine der ersten 1<sup>st</sup>-Level Supporterinnen. Alles, was sie können musste, brachte sie sich durch hartnäckiges Fragen und «Learning by doing» selbst bei. Weder sie noch ihre Kolleginnen erhielten je ein Zertifikat für ihr Wissen und Können. Das Auffälligste an der technischen Entwicklung war, dass alles, was einmal in riesigen Anlagen untergebracht war, nun in einen einzigen Kasten passte.

Frau Reichert fuhr zeitlebens Motorrad. Sie erinnert sich: «Wir wurden von unseren Eltern auf dem Motorrad geschöppelt. Statt Auto fahren sie immer Motorrad mit Seitenwagen. Kein Wunder, dass mein Bruder und ich mit dem Töfffahrvirus

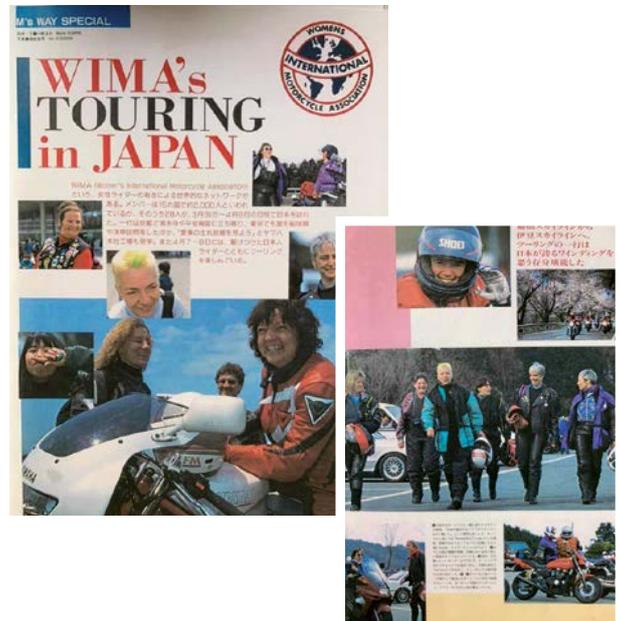
infiziert wurden.» Noch heute engagiert sie sich im Vorstand des Töffclubs Züri, ist Mitglied des Töffclubs Baden und der WIMA (Womens International Motorcycle Association-Europe).

Ihre erste Maschine war eine 125ccm Yamaha Enduro. Darauf folgte eine 500ccm Honda XL, mit der sie sich beim Kickstart regelmässig blaue Flecken an den Waden holte. Später baute ihr der Bruder, zu dem sie bis heute ein inniges Verhältnis hat, aus verschiedenen Ersatzteilen eine 1100er Suzuki. Dies war der Beginn ihrer Leidenschaft für die Marke Suzuki.

1996 wurde die WIMA Europe von der WIMA Japan zu einer 14-tägigen Töfftour nach Japan eingeladen. Einerseits wollte man Land und Leute kennenlernen, andererseits verschiedene Töffmarken ausprobieren. Die Reise war nur dank viel Sponsoring möglich: Mit Verhandlungsgeschick gelang es, die Firmen Honda, Yamaha und Kawasaki zu überzeugen, für die 26-köpfige Gruppe Motorräder zu Testzwecken bereitzustellen. Nachdem die Frauen in Japan angekommen waren, mussten alle reservierten Motorräder in ganz Tokyo abgeholt werden. Erst, nachdem das Konsulat ihre Führerscheine ins Japanische übersetzt hatte, durften die angereisten Frauen Motorräder fahren, die grösser als 125ccm waren.

Jaqueline Reichert bekam eine Suzuki Bandit 750ccm zugeteilt. «Ich fuhr los und es war, als würde ich auf einem Fahrrad sitzen. Der Ton des Motors war Musik in meinen Ohren. Eine Reporterin der Zeitschrift «Motorrad Deutschland» informierte mich, dass es diese Bandit in Europa nur als 600ccm- oder 1200ccm-Modell gäbe. Mir war sofort klar, dass ich mir eine 1200ccm Bandit kaufen würde. Den Kauftag vergesse ich nie. Es war der Todestag von Lady Diana. Die Maschine steht heute noch in meiner Garage.»

Jaqueline Reichert schwärmt: «Japan begleitet mich mein halbes Leben lang. Besonders Kyoto hat es mir angetan.» Der Kiyomizu-dera-Tempel etwa, bei dessen Bau für den Hauptsaal und das Podium kein einziger Nagel eingeschlagen wurde. Sie erzählt von den Ritualen, bevor man einen Tempel betritt, und davon, dass der Goldene Tempel schon zweimal abbrannte und wieder aufgebaut wurde. Und von Hiroshima.



Am Schluss unseres Gesprächs eröffne ich ihr, dass ich eine Yamaha MT-07 600ccm gekauft habe und ebenfalls mit dem Töfffahren begänne. Jacqueline hebt den Daumen und meint: «Super, es ist nie zu spät! Man muss einfach viel üben, nicht gerade die «gächsten» Strecken aussuchen. Und wenn mal etwas schiefgeht, sofort wieder aufsteigen und weitermachen.» Mit zunehmender Fahrpraxis werde es lässig und man könne es wagen, Pässe zu fahren. «Für den Anfang eignen sich der Klausen- und der Nufenenpass.» Die Kurventechnik lasse man sich am besten von einem Profi beibringen. Jacqueline hat diese beim bekannten Schweizer Motorradrennfahrer Jacques Cornu erlernt. Als ich sie frage, wie alt sie damals war, ruft ihr Bruder, der zu Besuch ist: «Uralt, uralt!» Sie widerspricht: «Nei, nei, da bi ni no jung gsi.» Herrlich. Man merkt, die Geschwister sind tief miteinander verbunden.



Frau Reichert auf ihrer geliebten Suzuki Bandit 1200ccm, dahinter ihr Bruder.



**Pflege früher  
und heute – (k)ein  
Vergleich.**

## **Schon immer brauchten Menschen Pflege. Die Art und Weise hat sich im Laufe der Jahrhunderte aber tiefgreifend verändert. Vom familiären Umfeld zu spezialisierten Einrichtungen mit hochqualifiziertem Personal: Die Entwicklung der Pflege widerspiegelt den gesellschaftlichen Wandel und den Fortschritt im Gesundheitswesen.**

In früheren Zeiten war die Pflege von Kranken, Alten und Schwachen vorwiegend Aufgabe der Familie, die grösstenteils von Frauen übernommen wurde. Es gab nur wenige Institutionen, die Mittel waren oft rudimentär.

### **Zur Heilung ins Kloster**

In der Antike und im Mittelalter spielten Nonnen und Mönche eine zentrale Rolle in der medizinischen Versorgung. Denn Klöster waren oft die einzigen Orte, wo Kranken geholfen wurde. Im 19. Jahrhundert entwickelten sich die ersten professionellen Pflegeberufe. Florence Nightingale war dabei eine Schlüsselfigur. Durch ihre Arbeit während des Krimkrieges und die Gründung der ersten modernen Pflegeschule legte sie den Grundstein zur Professionalisierung des Pflegeberufs.

### **Ohne Technik läuft nichts**

Heute ist Pflege hochprofessionell organisiert. Pflegekräfte durchlaufen eine umfangreiche Ausbildung und kontinuierliche Fortbildungen, um den hohen Standards des Gesundheitswesens gerecht zu werden. Zum breiten Aufgabenspektrum gehören medizinische Massnahmen, die Unterstützung bei der Rehabilitation, psychologische Betreuung und die palliative Pflege. Hinzu kommt die Technik: Elektronische Gesundheitssysteme, Telemedizin und spezialisierte Pflegegeräte sind nur einige Beispiele für den technologischen Fortschritt, der die Pflege revolutioniert hat.

### **Die Wertschätzung ist gewachsen**

Ein bedeutender Unterschied zwischen früher und heute ist auch die gesellschaftliche Wahrnehmung der Pflegeberufe. Erhaltenen Pflegekräfte früher oft wenig Wertschätzung und niedrige Bezahlung, wird heute ihre wichtige Rolle im Gesundheitswesen anerkannt. Trotz der Herausforderungen in Bezug auf Arbeitsbedingungen und Entlohnung hat die Corona-Pandemie die zentrale Bedeutung der Pflegekräfte ins öffentliche Bewusstsein gerückt.

Ein weiterer Aspekt des Wandels ist die zunehmende Spezialisierung. Intensivpflege, Kinderkrankenpflege, Altenpflege und psychiatrische Pflege – heute gibt es zahlreiche hochspezialisierte Pflegebereiche, die jeweils spezifische Fähigkeiten und Kenntnisse erfordern.

Die Entwicklung der Pflege von einer familiären Verpflichtung hin zu einem hochprofessionellen Bereich spiegelt nicht nur den medizinischen Fortschritt wider, sondern auch den gesellschaftlichen Wandel. Die Herausforderungen sind zwar gross, ebenso der Fachkräftemangel. Trotzdem bieten Fortschritte in der Ausbildung, die Technologie und die gesellschaftliche Anerkennung eine solide Grundlage für die zukünftige Entwicklung dieses wichtigen Berufsfeldes. Pflege ist heute eine komplexe und anspruchsvolle Aufgabe, die qualifizierte Fachkräfte erfordert und einen unschätzbaren Beitrag zur Gesundheit und zum Wohlbefinden der Gesellschaft leistet.

# «Ich fühlte mich dazu berufen, anderen zu helfen.»

Von Ladina Grimm, Praktikantin Senevita Homberg

**Die 90-jährige Erika Soland wohnt in der Senevita Homberg im aargauischen Reinach. Die diplomierte Kinderkrankenschwester blickt auf ein reiches Berufsleben zurück – und weiss aus eigener Erfahrung, wie sich Pflege im Laufe der Jahre verändert hat.**

## **Frau Soland, wie sah die Ausbildung zur Krankenschwester in den 60er-Jahren aus?**

Erika Soland: Das war noch ganz anders als heute. Damals gab es keine Ausbildung im heutigen Sinne. Ich wurde direkt im Beruf angelernt und besuchte einmal in der Woche Vorlesungen an der Universität.

## **Wie wurden Pflegekräfte in der Gesellschaft wahrgenommen?**

Damals hatte man einen hohen Status. Die Zusammenarbeit mit der Ärzteschaft habe ich immer als sehr partnerschaftlich wahrgenommen.

## **Welche medizinischen Geräte standen Ihnen zur Verfügung?**

Ich erinnere mich an die Eiserne Lunge. Sie war das erste klinische Verfahren, das zur künstlichen Beatmung von Patientinnen und Patienten eingesetzt wurde.

## **Gibt es besondere Momente aus Ihrer Zeit als Pflegekraft, die Ihnen im Gedächtnis geblieben sind?**

Ich habe im Kinderspital Zürich gearbeitet. Die Besuchszeiten für Angehörige waren sehr streng. Eltern durften ihre Kinder nur zweimal pro Woche für jeweils zwei Stunden besuchen. Geschwister durften überhaupt nicht ins Spital kommen. Man wollte so verhindern, dass Krankheiten eingeschleppt wurden. Für die kleinen Patientinnen und Patientenn war es schwierig, ihre Liebsten nicht an ihrer Seite zu haben. Man musste sie zum Teil am Bett anbinden. Wir Krankenschwestern wurden somit ihre neuen Bezugspersonen. Manche haben mich sogar als Mutter bezeichnet. Die Beziehung wurde so eng, dass die Kinder nach monatelangem

Spitalaufenthalt gar nicht mehr nach Hause wollten.

### **Was würden Sie jungen Pflegekräften raten, die heute in den Beruf einsteigen?**

Vieles ist wichtig. Die Selbstfürsorge nicht zu vernachlässigen, Geduld und Resilienz zu entwickeln, Empathie und Kommunikation, sich seiner Werte bewusst sein: Sich zu überlegen, was einem im Beruf wirklich wichtig ist. Ob es der direkte Kontakt mit Patientinnen und Patienten ist, die Arbeit im Team oder die Möglichkeit, einfach Gutes zu tun.

### **Was hat Sie ursprünglich dazu bewegt, in den Pflegeberuf einzusteigen?**

Ich fühlte mich von Natur aus dazu berufen, anderen zu helfen. Der Wunsch, einen sinnvollen Beitrag zur Gesellschaft zu leisten und das Leben anderer Menschen positiv zu beeinflussen, hat mich sehr motiviert.

### **Würden Sie den Pflegeberuf heute noch einmal wählen?**

Ganz klar ja! Das war eine Schule fürs Leben.

### **Welche Strategien haben Ihnen geholfen, mit Stress und Belastung umzugehen?**

Ich habe viele Schicksalsschläge im Spital hautnah mitbekommen. Das ging mir sehr nah und es war wichtig für mich, meinen Emotionen vor und nach der Arbeit freien Lauf zu lassen.

### **Wie hat die Pflegearbeit Ihr persönliches Leben beeinflusst?**

Eine Herausforderung war sicher, ein Gleichgewicht zwischen beruflichen und privaten Verpflichtungen zu halten. Durch unregelmässige Arbeitszeiten, Schichtdienste und die emotionale Belastung, die mit der Pflege von Patientinnen und Patienten einhergeht, kann es schwierig sein, genügend Zeit und Energie für Familie und Freunde zu finden. Beziehungen können darunter leiden, wenn die Arbeit ständig Priorität hat. Gesundheitlich kann der Pflegeberuf ebenfalls belasten. Sei es physisch durch das viele Heben und Bewegen von Patientinnen und Patienten – aber auch emotional, wenn man es mit schwerkranken oder sterbenden Menschen zu tun hat. Viele Pflegekräfte entwickeln über die Jahre Probleme mit dem Rücken oder Burnout-Symptome.

### **Was waren die grössten Herausforderungen, und wie haben Sie sie überwunden?**

Enorm herausfordernd war für mich die emotio-

nale Belastung, zum Beispiel durch den Tod von Patientinnen und Patienten. Mir half es, mich mit Kolleginnen und Kollegen auszutauschen und bewusst auf Selbstfürsorge zu achten.

### **An welche Erlebnisse denken Sie heute noch?**

Ich erinnere mich noch sehr gut an einen tragischen Fall einer Patientin mit fünf Kindern. Sie musste ein halbes Jahr lang an der Eisernen Lunge angeschlossen werden und hat sehr unter der langen Trennung gelitten. Glücklicherweise durfte sie dann wieder nach Hause zu ihrer Familie.

### **Welchen besonderen Pfegetrick aus der Vergangenheit wenden Sie heute noch an?**

Ich lege sehr viel Wert auf Naturheilmittel wie zum Beispiel Kräutertee oder Salbei. Je nach Bedarf wende ich auch Wickel an.

### **Sie haben die Entwicklung der Pflege über die Jahre mitbekommen. Was ist die wichtigste Lektion, die Sie aus Ihrer langen Berufserfahrung ziehen?**

Die Pflege hat sich über die Jahre von einer rein praktischen Tätigkeit zu einem zunehmend komplexen und anerkannten Berufsfeld entwickelt, das neben der körperlichen auch die emotionale und psychosoziale Betreuung von Patienten umfasst. Die wichtigste Lektion aus meiner langen Berufserfahrung ist, dass Empathie und Mitgefühl ebenso unverzichtbar sind wie fachliches Wissen. Sie bilden das Fundament für eine ganzheitliche und würdige Patientenversorgung.



# Stricken für Kriegsbetroffene.



Nähen und Stricken gehören zu den Hobbys von Margrit Gutknecht und Heidi Pellanda. Die beiden Bewohnerinnen der Senevita Résidence Beaulieu in Murten waren sehr bewegt von einem Besuch dreier Ukrainerinnen, die wegen des Krieges in die Schweiz geflüchtet waren. Die Seniorinnen berichten: «Die Frauen fragten uns, ob wir für ein Spital in der Ukraine etwas nähen oder stricken könnten.» Und so machten sich Frau Gutknecht und Frau Pellanda an die Arbeit. Akribisch produzierten sie insgesamt 18 Socken für Gipsverbände. «Es sind halt nicht zwei Socken, sondern jeweils nur einer. Mit Knöpfen kann man sie öffnen.» Die Damen setzten sich auch an die Nähmaschine und verarbeiteten Stoff zu Bezügen von Lagerungskissen. Die handgemachten Spenden sind nun bereit, um abgeholt zu werden.



Margrit Gutknecht (links) und Heidi Pellanda präsentieren ihr Werk.



Das Mitgefühl mit der kriegsbetroffenen Bevölkerung in der Ukraine ist in der Senevita Murten gross. Auch bei den beiden Handarbeiterinnen. «Die Frauen haben uns Bilder gezeigt von der grossen Zerstörung in ihrer Heimat. Ja, wir sollten uns bewusst sein – wir leben hier in der Schweiz in einem Paradies.»

# Engel, Hexen und ein See.

Der jährliche Bewohnerausflug der Senevita Résidence Beaulieu fand am 12. Juni 2024 statt. Auf viel geäusserten Wunsch hin lautete das Ziel Schwarzsee im Kanton Freiburg. Nach einer langen Schlechtwetter-Periode schien an diesem Mittwoch tatsächlich die Sonne. Eine Bewohnerin meinte: Wenn Engel reisen, lacht der Himmel. Und so war es.

Die Strecke via Freiburg über die Poya-Brücke nach Plasselb war sehr abwechslungsreich mit interessanten Kommentaren des Chauffeurs. Im Hotel Bad in Schwarzsee wurden wir herzlich empfangen und mit herrlichem Essen verwöhnt.

Den Fussweg «Häxewääg» nutzten viele nach dem Essen als Verdauungsmarsch. Auch jene mit Rollator wagten sich auf den Weg. Ein gelungener Tag, der in schöner Erinnerung bleibt.





# Mein bester Freund.

Bin ich wirklich zu alt dafür, wenn plötzlich einer steht vor der Tür?  
Hab ich denn sicher so viel Mut? Man sagt doch es sei für alles gut.  
Macht mich das dumme Gucken von nebenan gar nichts aus,  
wenn da geht einer ein und aus.

Nun wir sind ganz leise, los geht's auf die erste Reise.  
Die Dämmerung warten wir erst ab,  
der Nachbar sonst vor Neid erblasst.  
Es fühlt sich gut an, Schritt um Schritt  
ja und alles passt.

Er gibt mir Sicherheit und Halt,  
da lassen mich die Blicke kalt.  
Er lässt sich auch gut beladen, beim Einkauf im nächsten Laden.  
Wenn's abwärts geht hat er schon seine Tücken,  
da muss man halt auf die Bremse drücken.  
Respektlos wird etwas gesagt er sei zu gross,  
was mach ich bloss?

Einen kräftigen Stoss in seine Mitte, – da bitte!  
Er macht sich klein und passt fast in jedes Auto rein.  
Er braucht auch keinen Führerschein, ist steuerfrei,  
und die Versicherung einerlei.

Er versteht auch meinen Humor,  
darum stell ich jetzt vor  
mein lieber treuer Rollator.

Von Berta Gassmann  
Bewohnerin Senevita Résidence Beaulieu Murten

# Tag der Freundschaft: Susanna und Nelly.

«Im Juni 2022 lernten wir uns in der Senevita in Murten kennen. Wir wohnen im gleichen Haus auf derselben Etage und waren uns sofort sympathisch.»

Wir sind zwei aufgestellte ältere Damen und immer für einen Spass bereit, so haben wir es oft lustig und lachen viel zusammen. Da wir die gleichen Interessen teilen und gerne reisen, haben wir schon einige Flusskreuzfahrten unternommen. Seit 2022 verbringen wir auch die Weihnachtstage zusammen auf dem Schiff und hoffen noch auf viele gemeinsame Ferienwochen.»

**«Wir wohnen im gleichen Haus auf derselben Etage und waren uns sofort sympathisch.»**



Links Frau Gloor Susanna  
Rechts Frau Rymann Nelly

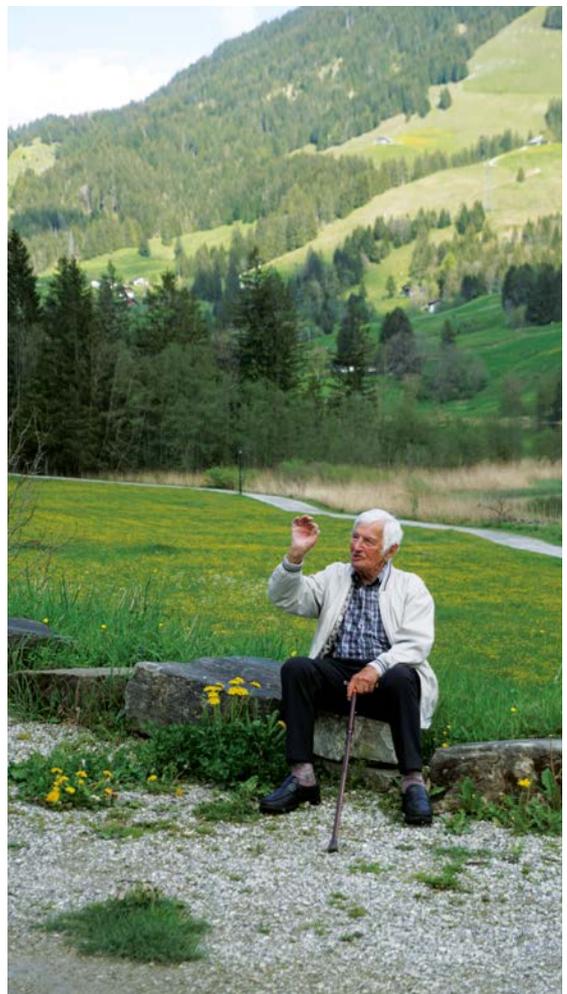


# Kunst, Bretzeli und Flattertiere.

**Ausfliegen, rauskommen, Neues entdecken – fünf Tage lang. Während einer Ausflugswoche Mitte Mai kamen Naturfreunde und Entdeckerinnen der Senevita Burgdorf besonders auf ihre Kosten.**

Am Montag ging es bei gutem Wetter und im vollen Car los in Richtung Plaffeien zu einem Spaziergang mit Zvieri am Schwarzsee. Das nächste Highlight liess nicht lange auf sich warten: Schon am Dienstag stand die bekannte Kambly-Fabrik im Emmentalischen Trubschachen auf dem Programm. Da war «Schnousä» vorprogrammiert! Auch die daheim gebliebenen Bewohnenden und Mitarbeitenden kamen auf ihre Kosten und wurden bei der Rückkehr mit Bretzeli, Sablés und Petit Beurres überrascht.

Etwas ruhiger ging es am Mittwoch beim Besuch im Gertsch-Museum zu und her. Die imposanten Bilder des Burgdorfer Künstlers Franz Gertsch und ein Spaziergang durch die Zähringerstadt sorgten für reichlich Inspiration.





### Beste Aussicht auf der Passstrasse

Am Donnerstag konnte der Car dank der zahlreichen Helferinnen und Helfern pünktlich Richtung Schallenberg losfahren. Eine kurvige und aussichtreiche Reise! Einen Zwischenhalt gab es im Eggiwil mit köstlichen (und vielleicht doch etwas grossen) Meringues zum Zvieri, bevor es wieder nach Hause ging.

Den Schlusspunkt am Freitag bildeten die Schmetterlinge des Papiliorama Kerzers. Die federleichten, bunt gemusterten und faszinierenden Wesen weckten Erinnerungen und zauberten vielen Bewohnenden ein Strahlen ins Gesicht.

Es war eine erlebnisreiche Woche voller Staunen und Zufriedenheit. Wir danken allen, die dies möglich gemacht haben. Ein grosses Merci gilt auch dem Zivildienst und der Firma Gast AG Utzenstorf.





# Kleintiere erobern die Cafeteria.



Neugierige Kaninchen, knabbernde Meerschweinchen, ein Hahn auf dem Schoss einer Frau. Für einmal herrscht wildes Treiben auf den Tischen der Cafeteria der Senevita in Murten. An diesem Tag im April 2024 hat sich Susanne Burkhalter mit einem guten Dutzend Kleintieren vom Bauernhof angemeldet. Zusammen mit ihrer Kollegin Barbara Schaerer, Gründerin und Leiterin der Fachstelle Leben mit Tieren im Heim, betreut sie das Projekt «Tierbesuche im Heim mit Kleintieren».

Da in vielen Institutionen die Ressourcen fehlen, um eigene Tiere zu halten, kommen die Tiere eben zu den Menschen. Und das sorgt für grosse Freude. Das feine Kaninchenfell streicheln, füttern mit Rüebl, Gurken und Löwenzahn, oder einfach stauen über die munteren Wesen: Die Bewohnenden der Pflegeabteilung amüsierten sich prächtig.

# Jedes Werk ein Blickfang.



Die kahle Wand war gestern. Seit kurzem zieren zwölf gerahmte Kunstwerke den Eingangsbereich der Senevita Résidence Beaulieu in Murten. Grafische Muster, Blumenmotive und Collagen sind das Ergebnis eines Kreativ-Projekts, das im November 2023 ausgeschrieben wurde. Bewohnerinnen und Bewohner meldeten sich motiviert, um ihrer künstlerischen Ader freien Lauf zu lassen.

Bei einer gut besuchten Vernissage mit feinem Apéro wurden die Werke gebührend gewürdigt. Sie sind nicht nur Dekoration, sondern auch Ausdruck der Lebensfreude unserer Seniorinnen und Senioren.



# Weil Geschichten verbinden.



Am 22. Mai fand in der Senevita Gais in Aarau ein Vorlesetag statt. Schülerinnen und Schüler aus der 5. Primarklasse in Suhr besuchten unsere Bewohnenden und lasen ihnen eine spannende Geschichte vor: «Der kleine Bär und das Meer». Zum Abschluss sangen die Kinder aus voller Kehle wunderschöne englische Lieder. Unsere Seniorinnen und Senioren waren so begeistert, dass sie die Mädchen und Buben kaum gehen lassen wollten.

Nach der Veranstaltung schickten die Schulkinder allen teilnehmenden Bewohnenden ein persönliches Dankeschreiben. Wir freuen uns sehr, wenn die Klasse 5e aus Suhr uns bald wieder besuchen kommt.

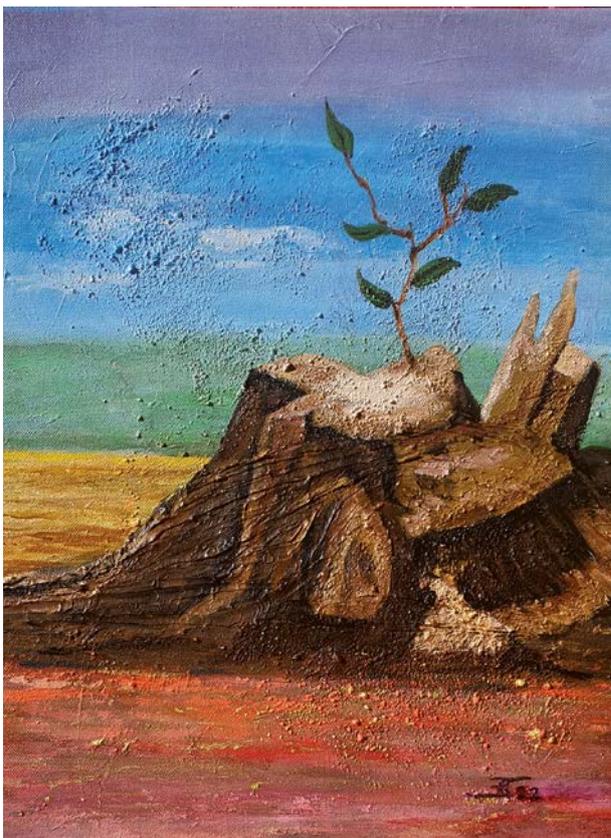
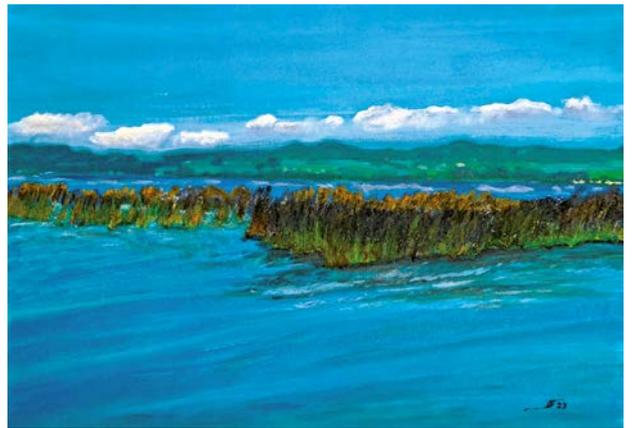


# Rolf Spring berichtet: Malen in Murten.

Rolf Spring

Im Januar rief mich Beatrice Imoberdorf von der Résidence Beaulieu Murten an und unterbreitete mir den Vorschlag, dort persönlich zu malen. Ich als Atelier-Maler plötzlich öffentlich malen? Ein seltsamer Gedanke!

Doch als ich mich an meine dortige Ausstellung von 2015 und an die Begegnungen mit den damaligen Bewohnerinnen und Bewohnern erinnerte, liess ich mich von Frau Imoberdorfs zündender Idee überzeugen.



Am 27. und 28. März 2024 malte ich dort also an einem Bild von Murten mit dem See und dem Mont Vully. Obwohl ich sowas noch nie gemacht hatte, war es für mich ein sehr schönes Erlebnis. Ich hatte wunderbare Gespräche mit den Bewohnenden, so dass zwischendurch auch mal die Farbe eintrocknete! Ich stellte fest, dass viele von ihnen selbst auch gemalt hatten, was zusätzlich interessanten Gesprächsstoff ergab.

Mein Aufenthalt in der gepflegten und sauberen Résidence, mit ihrer guten Küche und ihrem freundlichen Personal sowie dem umsichtigen Geschäftsführer José Dos Santos, war sehr angenehm.

Vom 5. Oktober bis 8. November 2024 werde ich in der Résidence Acrylbilder ausstellen, zusammen mit Renzo Lorenzetti, einem ausdrucksstarken Aquarellisten und Freund. Ich hoffe, auch bei dieser Gelegenheit wieder bekannte Gesichter zu sehen. Bis zu diesem Zeitpunkt wird auch mein begonnenes Murtenbild fertig sein!



# Kleine Hüpfher in der Bernerrose.

Von Regi Wyss

**Seit April 2024 bereichert die Generationenspielgruppe Zollikofen neu die Senevita Bernerrose in Zollikofen. Es sind Begegnungen mit grossem Altersunterschied – aber auf Augenhöhe.**



Es trippelt und trappelt in den Gängen. Hohe Stimmlein stellen staunende Fragen, ab und zu ein ansteckendes Kinderlachen. Zweimal in der Woche besuchen Mädchen und Buben im Vorschulalter die neu geschaffene Generationenspielgruppe Zollikofen auf der Wohngruppe mit demenziell erkrankten Bewohnenden in der Senevita Bernerrose.

Die Aktivierungsfachfrau und die Spielgruppenleiterin beobachten alles genau und machen Jung und Alt behutsam miteinander vertraut. Es wird gut beobachtet: Wer mag Kinder, wer möchte diese am liebsten umarmen und knuddeln? Wem sind die kleinen Wildfänge zu viel, und wer empfindet den oftmals erhöhten Lärmpegel als unangenehm?

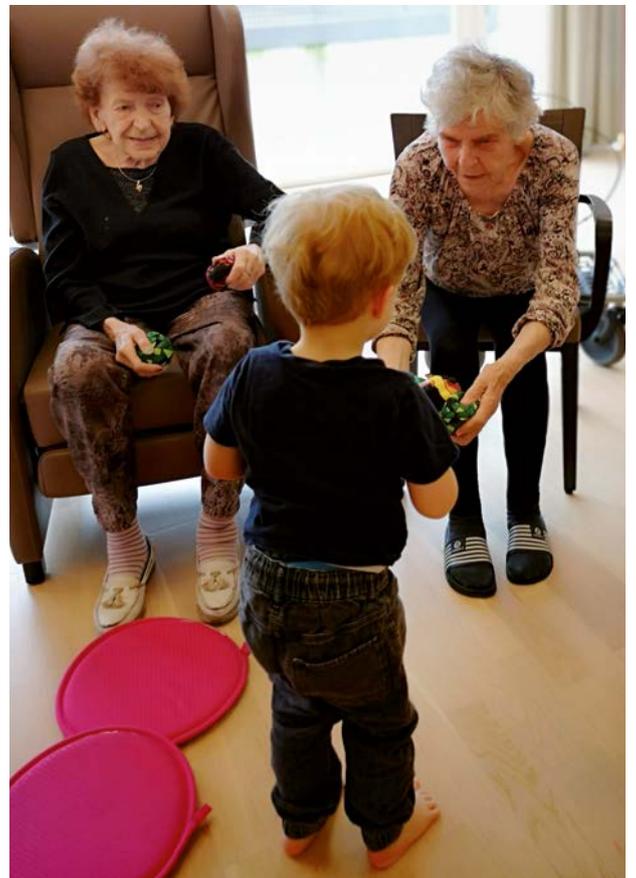
Dann gehts los: Unsere Bewohnenden sitzen bequem auf Stühlen im Kreis. Für die Kleinen gibt es Sitzkissen am Boden, die aber meist leer bleiben, da die Kinder schnell auf den Beinen sind. Am Anfang singen wir «S'isch mer alles eis Ding» – ein Lied, das die Bewohnenden und mittlerweile auch einige Kinder gut kennen.



### Treffen oder nicht wird zur Nebensache

Heute steht in der Mitte des Kreises ein Mini-Basketballkorb. Die Kleinen dürfen allen Bewohnenden weiche Stoffbälle verteilen. Wer trifft den Korb? Stauend stehen die Spielgruppenkinder drum herum. Aber nur kurz. Sobald die ersten Bälle fliegen, erwacht ihre Energie. Eifrig sammeln sie die Bälle ein, verteilen sie wieder, werfen selber. Es wird hoch und tief geworfen. Die anfängliche Schüchternheit weicht einem fröhlichen Geben und Nehmen. Die kleinen Hüpfen «gugelen» vor Freude. Das Lachen steckt alle an und weckt den Schalk der anwesenden Seniorinnen und Senioren.

Das heitere Bällewerfen geht noch eine Weile weiter, bis wir zum Abschluss nochmals singen. Eines wird schnell klar: Sprachbarrieren oder Altersgrenzen gibt es in dieser gemischten Gruppe nicht. Im Vordergrund stehen gemeinsames Erleben und die Freude am Hier und Jetzt. Geteilte Freude, von Mensch zu Mensch.





# Feierlaune im Obstgarten.

**Wo früher Apfelsaft gepresst wurde, steht heute stolz die Senevita Obstgarten. Das Seniorenheim in Affoltern am Albis feierte im Mai das 10-jährige Bestehen – und liess sich etwas einfallen.**



Ein kurzer Rückblick: Am 14. Mai 2014 wurde auf dem ehemaligen Gelände der Obstverwertungsanlage «OVA» in Affoltern am Albis die Senevita Obstgarten eröffnet. Mitarbeitende nahmen ihre Tätigkeit auf, die ersten Seniorinnen und Senioren und Pensionäre bezogen ihr neues Zuhause. Innerhalb eines Jahres wurde der Betrieb Stockwerk für Stockwerk hochgefahren. Eine Meisterleistung! Heute sind 120 Pflegezimmer belegt, verteilt auf vier Etagen. Eine davon ist ein geschützter Wohnbereich, vorwiegend für Menschen mit einer demenziellen Erkrankung. Zum Angebot gehören auch 48 Alterswohnungen. Vor der Haustüre liegt die liebevoll angelegte und gepflegte Parkanlage, die zu Spaziergängen, zum Verweilen und zur Entspannung einlädt.

## **Raus aus der Komfortzone**

Das 10-jährige Jubiläum wurde ausgiebig gefeiert. Für Bewohnende und Mitarbeitende gab es während einer ganzen Woche ein spezielles Aktivierungsangebot. Eine Schnitzeljagd übers Gelände, VR-Brillen und ein Alterssimulationsanzug zum Ausprobieren, ein Sitzfussballset, Musik und vieles mehr waren im Einsatz. Interessant, lehrreich, fordernd, spannend – wer mitmachte, konnte neue Erfahrungen sammeln und ungewohnte Perspektiven einnehmen.



### Genüsslich ins nächste Jahrzehnt

Am Samstag, 29. Juni 2024 stieg dann ein buntes Jubiläumsfest für Bewohnende, Angehörige, Nachbarn und Interessierte. Hungrig sollte niemand bleiben: Grillstände und Dessertbuffets, Popcorn- und Softeismaschine sowie Getränke- und Bowle-Stände boten alles, was das Herz beehrte. Ein Ballonwettbewerb, ein Glücksrad, ein Physio-parcours, eine Kinderbastelstation und ein «Töggelikasten» gehörten ebenso dazu. Zwei Vorträge rundeten das Programm ab – einer zur Geschichte des «Apfeldorfes» Affoltern am Albis, der andere über das Krankheitsbild Demenz. Auch musikalisch wurde einiges geboten. Das Platzkonzert des Musikvereins «Harmonie Affoltern» erfreute mit einem vielseitigen Repertoire das Publikum. Am Nachmittag luden die sommerlichen Klänge der Steelband «Caipirinhas» zum Tanzen ein.



Obstgarten-Geschäftsführerin Monica Heinzer gab ihrer Freude Ausdruck: «Wir durften mit dem Jubiläumsfest einen grossartigen Anlass erleben. Das bunte Miteinander und die grandiose Stimmung machen Lust auf mehr. Wir werden sicherlich prüfen, wann und in welcher Form wir etwas Ähnliches wiederholen. Sicher nicht erst zum 20-Jährigen». Fortsetzung folgt? Man darf gespannt sein.





# Mit der Kutsche ins Grüne.

**Am 13. August unternahmen die Bewohnenden der Senevita Ahornpark Bätterkinden einen ganz besonderen Ausflug. Tatkräftig unterstützt vom Personal und dem Landfrauenverein Bätterkinden ging es in einer nostalgischen Kutsche hinaus in die Natur. Das Ziel: der idyllische Golfplatz Limpachtal.**

Bereits am frühen Vormittag herrschte in der Senevita Ahornpark Bätterkinden spürbare Aufregung. Die Bewohnerinnen und Bewohner hatten sich schick gemacht und warteten gespannt vor dem Eingang, als die liebevoll geschmückte Kutsche vorfuhr. Die Vorfreude auf den Ausflug war gross, jedes Detail der Kutsche wurde bewundert: von den zwei prachtvollen Pferden bis zu den Farben der Blumen, die die Kutsche zierten.

## **Eine Kutschfahrt voller Erinnerungen**

«Es ist etwas ganz Besonderes, wieder einmal in einer Kutsche zu sitzen», sagte eine der Bewohnerinnen. «Das erinnert mich an meine Kindheit, als Kutschfahrten noch etwas ganz Alltägliches waren.» Diese nostalgischen Gefühle wurden bei der gemächlichen Fahrt durch die wunderschöne Landschaft noch verstärkt. Die Route führte die Gruppe entlang von blühenden Feldern, durch kleine Wälder und vorbei an idyllischen Bauernhöfen, die im Sonnenlicht glitzerten. Immer wieder hörte man das Klappern der Hufe auf dem Kiesweg, während die Fahrgäste die Natur genossen.

## **Picknick im Grünen**

Nach der rund einstündigen Fahrt erreichte die Gruppe den Golfplatz Limpachtal. Die weitläufige, grüne Anlage bot die perfekte Kulisse für eine

entspannte Fortsetzung dieses Ausflugs. In einer schattigen Veranda kamen mitgebrachte Sandwiches, Desserts und Getränke nach Wahl auf den Tisch. «Es war wunderschön, die Ruhe der Natur zu geniessen und einfach mal abzuschalten», meinte Otto Sterchi, der sich besonders über das Sandwich und sein Bier freute. Während des Essens wurden alte Erinnerungen ausgetauscht. Man erzählte sich von unvergessenen Ausflügen und Erlebnissen in der Jugend. Es war ein Moment der Gemeinschaft, der für alle Beteiligten sehr wertvoll war.

### Wo man singt, fühlt man sich wohl

Nach dem Essen stimmten die Mitglieder des Landfrauenvereins einige traditionelle Lieder an. Viele Seniorinnen und Senioren sangen beherzt mit, und bald schallten die vertrauten Melodien über die grüne Wiese. «Das Singen hat uns alle wieder jung gemacht», scherzte Johanna Stutz, die bei den Vorbereitungen des Ausflugs federführend war. Das musikalische Intermezzo liess den Nachmittag auf harmonische Weise ausklingen. «Solche Momente sind selten geworden», bemerkte Aldo Samuelli, Leiter der Senevita Ahornpark. «Es ist



schön zu sehen, wie solch einfache Freuden unsere Bewohnenden glücklich machen. Dieser Ausflug zeigt, wie wichtig es ist, Traditionen zu pflegen und in den Alltag unserer Institution zu integrieren.»

### Auch ein schöner Tag geht einmal zu Ende

Am späten Nachmittag machte sich die Gruppe auf den Heimweg. In gelöster Stimmung liessen die Ausflügler den Tag Revue passieren und man konnte die Zufriedenheit von ihren Gesichtern ablesen. «Es war wirklich ein perfekter Tag», fasste Frau Burren zusammen. Alle waren sich einig: Einmal aus dem Alltag ausbrechen und etwas anderes erleben – das tut einfach gut!



## Suchen Sie die 5 Unterschiede



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

## Wörter suchen

In diesem Rätsel sind alle aufgeführten Begriffe untergebracht. Die gesuchten Wörter können sich waagrecht, senkrecht, diagonal, ineinander übergehend und auch rückwärts zwischen den Buchstaben verbergen.

DELFIN  
 EIDECHSE  
 FORELLE  
 GIRAFFE

HASE  
 KOALA  
 KUH  
 MARDER

MAULWURF  
 MAUS  
 SCHWALBE  
 WAL

# Rätsel – Gewinnspiel

Arbeits-eifer	↘	Keim-zelle	nach allen Seiten	↘	heisses Getränk	↘	Flach-land	kleines Kokos-stück	bäuerl. Anwesen	männl. Fürwort	rote Rübe
alt Bun-desrat (Moritz)	▶							↘	↻	↘	↘
	↻	↻			Radau, Lärm		Aus-strah-lung	▶			
Krank-heits-erreger Mz.		Einw. der frz. Haupt-stadt		Ge-fängnis (ugs.)	▶	↻				Wolke (engl.)	
Hin-dernis	▶	↻					trop. Stauden-früchte		Daten-träger	▶	
	↻			weibl. Pferde		Äxte	▶				
Fluss durch München	Stoff-wechsel-organ		langes Halstuch	▶					Fest-räume		mager, ver-trocknet
Fluss in den Zürich-see	▶					Zucker-erbse		Abkoch-brühe	▶	↻	↘
sächl. Fürwort	▶		Winter-sport-gerät		Papa-geien-vogel	▶					
gefähr-liche, wilde Tiere	▶						↻	kurzer engl. Gruss		EG-Nach-folgerin	
	↻				Irrtum	▶					
künstler. Produkte		Technik-fach-mann	▶					↻			

raetsel.ch



Senden Sie den Antwortalon oder eine E-Mail mit dem Lösungswort bis zum **31. Mai 2025** an die unten stehende Adresse.

**Drei Gewinnerinnen oder Gewinnern schenkt die Senevita je einen Blumenstrauss im Wert von CHF 50.-.**

### Zustellen per Post

Senevita AG, Marketing  
Worbstrasse 46, 3074 Muri b. Bern

### Zustellen via E-Mail

marketing@senevita.ch

Vorname/Name:

---

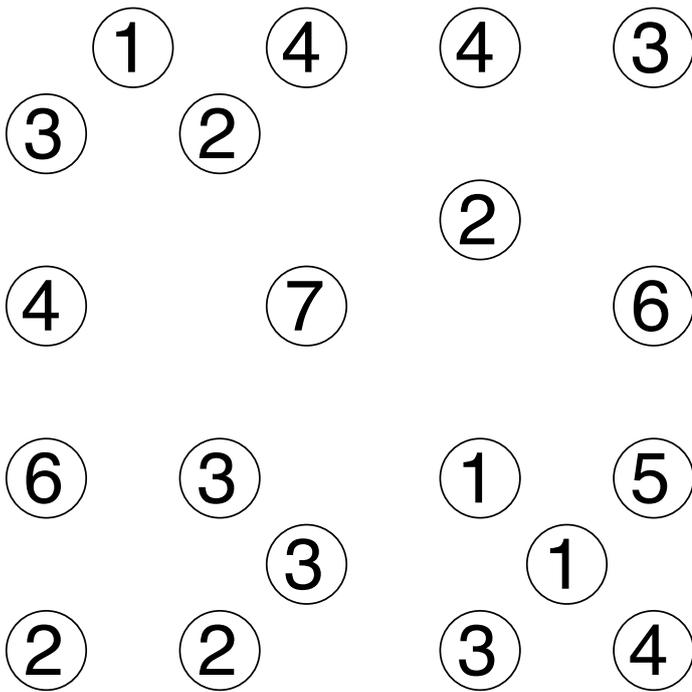
Adresse:

---

Ich lebe in der Senevita:

---

1	2	3	4	5	6	7
---	---	---	---	---	---	---



## Brücken / Hashi

Jeder Kreis stellt eine Insel dar. Die Zahl darin gibt an, wie viele Linien (Brücken) dort enden.

- Brücken sind nur zu horizontal oder vertikal benachbarten Inseln erlaubt.
- Inseln dürfen mit einfachen oder doppelten Brücken verbunden werden.
- Am Schluss sollen alle Inseln miteinander verbunden sein.
- Kreuzungen, diagonale Brücken und Verbindungen mit mehr als 2 Linien sind nicht erlaubt.

		2	1		7		4	
6			9		3	1		
	7							2
4	2		3		9		8	6
				4				
5	9		6		8		1	4
3							7	
		4	7		5			1
	6		4		1	8		

				4		7		
	1		8		9		3	
2			1	3	5			
	2	7				6	4	
5		3		1		9		7
	9	1				5	2	
			7	9	8			2
	4		5		1		7	
		5		2				

## SUDOKU

Jede Zahl von 1 bis 9 darf in jeder Zeile, jeder Spalte und in jedem der neun 3x3 Blöcke nur einmal vorkommen.

Die Lösungen finden Sie auf Seite 54

© raetsel.ch 300

# Wenn Fellna- sen die Herzen berühren.

**Tiere bereichern das Leben von älteren Menschen auf besondere Weise. Doch was genau macht Tiere so wertvoll im Heimalltag? Und warum sprechen Demenzbetroffene besonders gut auf sie an? Ein Augenschein in der Senevita Burgdorf.**

Es «herbstelt». Die ersten Laubblätter schwimmen auf der Wasseroberfläche des lauschigen Teichs. Das Gras am Hang ist noch immer saftig grün. Romeo, Nuuk und Cacoal finden hier tagein tagaus leckere Halme à discrétion. Es sind die drei aufgeweckten Alpakas der Senevita Burgdorf. Die zehnjährigen Mini-Kamele sind hier auf dem 1,65 Hektaren grossen Gelände rund um die Altersresidenz zu Hause – zusammen mit drei Geissen, vier Kaninchen, diversen Schildkröten und Fischen.





### **Landschaftspflege auf vier Beinen**

«Die Tiere anzuschaffen, war ein bewusster Entschluss unseres Hauses», berichtet David Kalbermatten, Leiter Betriebsunterhalt hier in Burgdorf. Dies hatte zunächst mit der Topografie rund um die Institution zu tun. Die Hänge sind steil und von Menschenhand schwierig zu bewirtschaften. «Die Alpakas und Ziegen unterstützen uns dabei», so Kalbermatten mit einem Augenzwinkern. Volle Tierbäuche und stets gründlich «gemähte» Weiden – eine klassische Win-Win-Situation.

### **Sanfte Begleiter für die Seele**

Ein Gewinn sind die Tiere auch für die Bewohnerinnen und Bewohner. Die pelzigen Nachbarn sind nämlich eine willkommene Abwechslung im Heimalltag. Die Vermutung liegt nahe, dass etwa die Alpakas zu therapeutischen Zwecken in der Aktivierung eingesetzt werden. «Das haben wir früher gemacht», erklärt David Kalbermatten. «Damals hatten wir Mitarbeitende, die dafür ausgebildet waren.» Schon länger seien die Tiere nicht mehr ans Halfter gewohnt und genießen lieber ihre Unabhängigkeit auf der Weide. Dazu Kalbermatten: «Alpakas sind von Natur aus Fluchttiere und lassen sich nicht einfach ohne professionelles Per-

sonal zu den Menschen bringen.» Und so kommen eben die Seniorinnen und Senioren zu den Tieren. Bei Spaziergängen mit ihnen reden, sie streicheln, beobachten, manchmal sogar füttern: Die Begegnungen im Grünen zwischen Mensch und Tier sind wertvoll, bereichernd und belebend. Man kommt ins Gespräch, Freude kehrt ein.

### **Ein Stück Zuhause**

Zur Lebensqualität im Alter können Tiere nachweislich beitragen. Sie hören zu, lassen sich streicheln, sind im Hier und Jetzt, geben dem Alltag Struktur. Die Nähe zu ihnen tröstet und entspannt. Wissen-

## **«Alpakas sind von Natur aus Fluchttiere.»**

schaftliche Studien zeigen, dass Tiere sogar den Blutdruck senken, Stress reduzieren und Glückshormone wie Oxytocin freisetzen. Besonders Menschen, die an körperlichen oder psychischen Beschwerden leiden, können von der Anwesenheit eines Tieres enorm profitieren. Ältere Menschen haben häufig eine sehr enge Beziehung zu Hund, Katze & Co. Das ist auch dem Management der Senevita Gruppe bewusst. Entsprechend gilt in allen Häusern die Erlaubnis, das eigene Haustier beim Eintritt in die Alterseinrichtung mitzunehmen. Solange die Besitzerin oder der Besitzer sich selbstständig und artgerecht um den Kater, den Dackel oder den Wellensittich kümmern kann.

### **Die Lebensgeister zurückholen**

In Burgdorf ist dies derzeit ein Einzelfall: Gerade einmal eine Seniorin lebt zusammen mit ihrer



Katze im betreuten Wohnen. Oft fehlt im hohen Alter eben die Kraft dazu. Genügend Zuwendung, Spielen, Füttern, Bewegung: Einem Tier gerecht zu werden, ist kein Selbstläufer und etwa Menschen mit Demenz nicht zumutbar. Dabei sind gerade sie es, die vom tierischen Kontakt am meisten profitieren. Das bestätigt auch David Kalbermatten, der immer wieder Begegnungen zwischen demenzten Bewohnenden und den Heimtieren beobachtet. «Demente haben zuweilen einen leeren Blick und kommunizieren wenig mit der Aussenwelt. Ich erlebe es oft, dass beim Kontakt mit den Tieren die Augen plötzlich wieder strahlen und ein Lächeln aufblitzt.» Manchmal werden Erinnerungen geweckt an frühere Haustiere, von denen sich die Seniorinnen und Senioren verabschieden mussten. «Das können sehr emotionale Momente sein.» Nicht zuletzt ist es die Körpersprache der Tiere, die Brücken schlägt, und die jede und jeder versteht: Ein Hund, der mit dem Schwanz wedelt, eine schnurrende Katze – dazu gibt es keine Fragen. Und es braucht keine Antworten.



Bald klopft in Burgdorf der Winter an die Tür. Ziegen, Alpakas und ihre tierischen Freunde werden sich in ihre Ställe zurückziehen. Zu tun geben sie auch in der kalten Jahreszeit. Schliesslich wollen Futterstellen betreut, Ställe gemistet und Klauen gepflegt sein. Geknabbert wird vermehrt am Heu, das das Senevita-Team im Sommer selbst geerntet hat. Im Frühjahr werden sich Mensch und Tier wieder häufiger begegnen. Wenn die Sonne und das frische Gras nach draussen locken.

**«Ich erlebe oft, dass die Augen plötzlich wieder strahlen und ein Lächeln aufblitzt.»**

# Asalia – Schutzengel auf vier Pfoten.

**Wenn Ruth Hochuli von ihrer samtpfotigen Wohnpartnerin erzählt, leuchten ihre Augen. Seit Asalia bei ihr sei, habe sie nie mehr depressive Episoden erlebt. Es gehe ihr viel besser, erzählt sie.**



Asalia ist eine hübsche Perserkätzin und wohnt, seit sie 3 Monate alt war, bei der Senevita-Bewohnerin. Anfangs musste sie wegen gesundheitlicher Probleme mit der Spritze gefüttert werden. Mit viel Fürsorge und Liebe wurde aber alles gut, so dass sie inzwischen stolze vier Jahre alt ist. Abends oder manchmal auch nachts darf sie mit ihrer Besitzerin auf der Terrasse des zweiten Stocks durch den Garten spazieren, natürlich angeleint und gesichert. Die Katze ist sehr neugierig und liebt es, alles zu erkunden und zu bestaunen. Leider ist sie scheu und sehr auf ihre Besitzerin bezogen. Kommt Besuch, sieht man in der Wohnung nur gerade den Katzenbaum, die Spielsachen und die Katzenkörbchen. Von der Katzendame keine Spur.

Wie wertvoll Frau Hochuli ihre tierische Freundin ist, ist bei ihren lebhaften Erzählungen spürbar. Nie sei sie allein, und wenn sie nach Hause komme, sei immer jemand da. Sie sei sehr dankbar, dass die Senevita Haustiere erlaube und überglücklich, dass sie sich diesen Wunsch erfüllen konnte. Heute würde sie gleich zwei Katzen bei sich aufnehmen, damit die Tierchen auch einander hätten, meint sie. Da Asalia als Einzeltier gehalten werde, sei die Bindung mit ihr umso intensiver. Es sei wichtig, sie viel zu beschäftigen, und auch die tägliche Fellpflege sei bei dem langen, seidigen Haar eine grosse Aufgabe.

Asalia sei übrigens der Name ihres Schutzengels, erzählt Frau Hochuli. Als sie gefragt wurde, wie die Katze heissen sollte, sei ihr dieser Name spontan eingefallen. Er könnte nicht stimmiger sein, hat doch die Seniorin nun gleich zwei Schutzengel, die auf sie achtgeben.

# Lamas und Falken im Multengut.



Es war nicht der erste Besuch dieser Art in der Senevita Multengut in Muri bei Bern. Entsprechend gross war die Freude bei der Ankündigung, dass Lamas angemeldet waren. Das Wiedersehen war freudig. Die drolligen und feinfühligsten Tiere eroberten die Herzen einmal mehr im Flug! Streicheln, umarmen, einfach da sein. Die Nähe der Lamas ist Balsam für die Seele.

## Eine «federnahe» Begegnung

Nicht weniger beeindruckend war die Greifvogel-Demonstration von Ulrich Lüthi. Der erfahrene Falkner liess seine Tiere ab Faust fliegen und erzählte viel Wissenswertes über seine Arbeit in der Falknerei.



# Auf den Hund gekommen.

Von Manu Beck



Bewohner Ruedi Wegelin mit Ben auf der Sitzbank

Hellbrauner Pelz auf vier Pfoten, ein unendlich lieber, treuer und fesselnder Blick. Das ist Ben, ein 5-jähriger Labrador-Rüde, der zum «Inventar» des Blumenladens der Senevita Erlenmatt gehört. Yvonne, sein Frauchen, betreibt die farbige Oase seit drei Jahren und erfreut damit Bewohnende, Mitarbeitende und Gäste. Sobald der Laden seine Türen öffnet, die Blumen arrangiert und die Vasen zurechtgerückt sind, legt sich Ben, alle Viere von sich gestreckt, auf den kühlen Bodenplatten vor dem Blumenladen. Als ob er wüsste, dass ein Vierbeiner im hektischen Treiben zwischen den Pflanzgefässen und all dem Dekorations-Krimskrams nichts verloren hat.

Die Hundeauslage im Eingangsflur kommt den Seniorinnen und Senioren im Haus gerade recht. Ben lässt sich streicheln und ist ein geduldiger Zuhörer, ein liebenswerter «Menschenverstehrer». Sind Kinder zu Besuch, wird Ben zum attraktiven Ziel für Spiel und Spass.

Sein Lieblings-Spielzeug, den Seilknopf, trägt der verspielte Hund stets in seiner Schnauze mit sich herum. Damit lässt er sich gerne aus der Reserve locken. Bei wenig Publikumsverkehr in den Gängen jagt Ben seinem »Nuscheli« hinterher. Filmreif, wenn der Rüde sein Objekt der Begierde mit Anlauf verfolgt, trotz vorzeitigem Stoppmanöver auf dem glatten Boden weiterschleift und zeitgleich versucht, Gegensteuer zu geben. Ein Bild zum Verlieben! Das gutmütige Wesen und sein unaufdringliches Interesse an allen Menschen machen ihn zu etwas Besonderem in unserem Haus.

Über Ben spricht man gut, Ben mag man, Ben ist zur Anlaufstelle für schöne Momente geworden. Egal ob jemand auf das Taxi wartet oder zum Arztbesuch abgeholt wird, ein Zwischenstopp bei Ben liegt immer drin. Menschen, die nach Hause kommen oder Besucher, die nach der Arbeit müde ins Haus hetzen, kommen nicht umhin, Ben ein



Der 5-jährige Labrador Bern ist der «Haushund» der Senevita Erlenmatt

Lächeln zu schenken, was sich unweigerlich positiv auf ihre Laune auswirkt.

Dass der Kontakt mit Tieren bei den meisten Menschen Glücksgefühle auslöst, ist bekannt. Dennoch ist das Phänomen immer wieder erstaunlich. So reagiert der wortkarge und eher zurückgezogene Bewohner der Pflegeabteilung genau gleich wie die aktive und kommunikationsstarke Pensionärin aus der Seniorenwohnung. So unterschiedlich die Menschen sind, fasziniert es doch, wie der Hund sie in seiner nonverbalen Sprache gleichermaßen emotional berührt – generationenübergreifend! Äusserst selten ist zu beobachten, dass jemand zögerlich an Ben vorbeiläuft, worauf er kurz seinen Kopf hebt, der Person freundlich, aber wenig interessiert nachschaut und seine Schnauze wieder auf den Boden legt. Ben ist unaufgeregt und dennoch anregend. Ben hat keinen Job, er ist einfach da.

Dann gibt es noch Mysty, eine Artgenossin, die im Vergleich zu ihm sehr fleissig ist. Mit ihrem Frauchen kommt sie regelmässig vorbei in ihrer Aufgabe als Besuchshund mit therapeutischem Hintergrund. Die 2-jährige Schäferhündin ist ausgebildet im Umgang mit Menschen mit eingeschränkter Kommunikation oder anderweitigen Beeinträchtigungen. Mysty macht Einzelbesuche oder – wo gewünscht – Gruppeninterventionen. Auch Spaziergänge sind beliebt, die oftmals eine Erinnerungsbrücke zu früheren Erlebnissen mit Tieren schlagen. Die Begegnung mit Therapie-Tieren löst Blockaden und verbessert sowohl die Ausdrucksfähigkeit als auch das seelische Wohlbefinden. Der Anblick, die Interaktion, vor allem aber die Berührung scheinen bei Menschen nachhaltig zu wirken.

Die Senevita Erlenmatt beherbergt auch Blacky, der gemächliche und überaus verwöhnte Kater von Bewohnerin Doris Plüss. Zwar sieht man ihn selten, weil er ein waschechter Wohnungs-Pascha ist und sich von seiner Menschen-Dame dort zu jeder Zeit gerne bedienen lässt. Frau Plüss schätzt es enorm, dass sie in der Senevita Erlenmatt mit ihrem 11-jährigen Kater zusammen wohnen darf. Sein Königreich, die Wohnung im 3. Stock mit wunderbarer Terrasse, ist ihm heilig. Zudem ist er das perfekte «Gspänli» ohne Anspruch auf eigene Möbel. Lediglich seine Streicheleinheiten fordert Monsieur le Chat zuverlässig ein.

Gibt es loyalere Lebewesen als Tiere? Treu und niemals mit Vorwürfen behaftet, sind sie an unserer Seite – ganz egal ob wir jung oder alt, reich oder arm sind. Sie sind einfach da, schenken uns Aufmerksamkeit und das Gefühl tiefer Verbundenheit.



Kater Blacky ist 11-jährig und gehört der Pensionärin Doris Plüss

## Was bedeutet «Auf den Hund gekommen»?

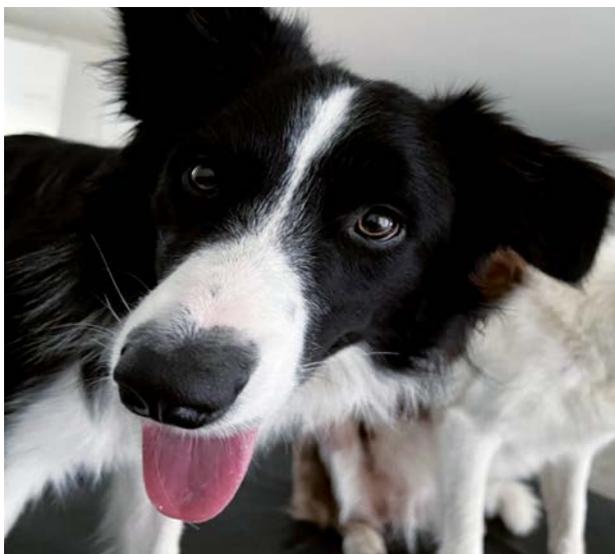
Die Redensart wird verwendet, wenn es jemandem finanziell (oder gesundheitlich) schlecht geht. Zum Ursprung gibt es verschiedene überlieferte Varianten. Eine davon lautet folgendermassen:



Früher bewahrten junge Brautleute ihre Aussteuer inkl. Geld in einer hölzernen Truhe auf. Auf dem Boden dieser Truhe war ein Jagdhund mit fletschenden Zähnen abgebildet. Hatte man alle Besitztümer aus der Truhe aufgebraucht und wurde der Boden sichtbar, war man – bildlich gesprochen – «auf den Hund gekommen». Was so viel bedeutete, dass man verarmt war.



# Darf ich mich vorstellen?



Das bin ich, etwas frech manchmal.

Mein Name ist Raavi, geboren wurde ich am 13. Oktober 2023 in Muri im schönen Kanton Aargau. Ich bin ein Border Collie und seit Januar 2024 fast täglich in der Senevita Hubpünt in Seengen anzutreffen. Dort habe ich ein eigenes Büro, das ich jedoch gerne mit Karin Lüthold teile. Sie ist hier die Geschäftsführerin. Tagsüber liege ich meist faul herum und warte auf den Feierabend. Dienstag ist mein Lieblingstag, denn am Vormittag findet jeweils das Gedächtnistraining für unsere Bewohnenden statt. Da die Bürotür meist offensteht,

nehme ich alle wahr, die vorbeigehen. Der eine oder die andere bleibt kurz stehen und begrüsst mich. Das freut mich immer sehr.

In meiner Freizeit bin ich nebst Frauchen auch mit meinen Border-Collie-Freunden Kay (braun/weiss) und Owen unterwegs. Wir gehen laufen, schwimmen oder sind bei den Schafen anzutreffen. Schafe hüten ist mein liebstes Hobby und kein Weg dafür ist mir zu weit. Ich war schon in England, Frankreich und Deutschland, um zu trainieren. Mein grosses Ziel ist, einmal an einer Schweizermeisterschaft der Hütehunde teilzunehmen.

Nun denn, bis es so weit ist, träume ich im Büro weiter von meiner Leidenschaft und freue mich über die Besuche der Bewohnenden und Mitarbeitenden. Sollten Sie, liebe Leserin oder Leser, einmal in die Senevita Hubpünt kommen, so sind Sie schon jetzt herzlich willkommen und ich freue mich, Sie zu begrüßen. Euer Raavi.



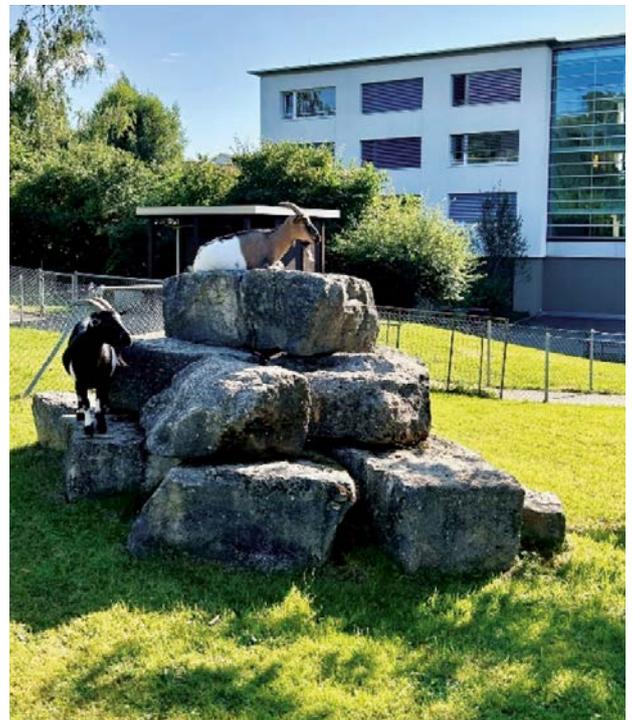
Links seht ihr meinen Freund Kay, rechts ist Owen.

# Ein Seniorenheim mit Tierpark.

Die Senevita Am Maiegrünen im aargauischen Hägglingen wurde vor einigen Jahren umgebaut. Bei dieser Gelegenheit entstand angrenzend ein kleiner Tierpark. Seither haben die Bewohnenden auf ihren Spaziergängen täglich die Möglichkeit, den Enten, Heidschnucken und Alpakas guten Tag zu sagen. Auch die quirligen Zwergziegen freuen sich über Gesellschaft.

Der Tierpark wird auch von vielen Hägglinger Familien besucht und sorgt vor allem bei Kindern für strahlende Augen. Während der warmen Jahreszeit werden die Sitzbänke unter den schattenspendenden Bäumen zudem gern von Kita-Gruppen für die Zvieri-Pause genutzt.

Der Tierpark verbindet Generationen und die Dorfgemeinschaft. Er macht möglich, dass Gross und Klein sich unterhalten, Alt und Jung sich gemeinsam amüsieren und lachen. Eine Bereicherung für alle!



# Ein Seniorenheim mit Tierpark.

**Die Senevita Gehren hat das Glück, mit Flori und Vivi zwei charmante Ziegen beherbergen zu dürfen. Die beiden kamen 2018 vom Zoo Zürich und fanden hier ein neues Zuhause.**



Von Natur aus neugierig: Ziege Flori

Kennen Sie den Zungenbrecher?

**«Zehn zahme Ziegen zogen zehn Zentner Zucker zum Züri-Zoo»**

Flori und Vivi sind zu einem festen Bestandteil der Gehren-Gemeinschaft geworden und machen den Bewohnenden täglich viel Freude. Besonders schön ist es zu sehen, wie unsere Seniorinnen und Senioren durch den Umgang mit den Ziegen aufblühen. Einige helfen gerne beim Füttern, während andere einfach die Gesellschaft der Vierbeiner geniessen.

Am Wochenende erhalten die Ziegen oft Besuch aus der Nachbarschaft. Meist sind es junge Familien, die den Tieren guten Tag sagen. Mit einer kleinen Leiter dürfen die Kinder in das Gehege steigen, um die Ziegen zu streicheln. Eine grosse Freude! Diese kleinen Momente des Glücks und die positive Energie, welche die beiden verbreiten, bereichern den Alltag der Senevita Gehren ungemein. Wir sind dankbar, dass Flori und Vivi da sind und freuen uns auf viele weitere glückliche Tage mit ihnen.



Meckern erlaubt: Ziege Vivi

# Zum **100** Geburtstag von **Julia Vock** ...



Unsere langjährige Bewohnerin Julia Vock feierte am 25. März 2024 ihren sagenhaften 100. Geburtstag! Das hat es bei uns in der GÜpf noch nie gegeben! Wir durften sie mit Blumen und mit ihrer Lieblingstorte, einer hausgemachten Schwarzwälder, überraschen und ihr herzlich gratulieren. Frau Vock ist guter Gesundheit und freut sich auf weitere schöne Jahre bei uns in der Senevita GÜpf, wo es ihr sehr gut gefällt.

Ihr Rezept für ein hohes Alter sei es, den Humor nie zu verlieren. Es sei aber auch ein bisschen Glück dabei, hat sie uns erzählt. Frau Vock ist das älteste von acht Kindern, sie hat alle ihre Geschwister überlebt. Im Jahr 2014 ist sie zusammen mit ihrem Mann in die damalige Senevita GÜpf gezogen. Zwei Jahre später verstarb ihr Mann. Seitdem wohnt sie allein in der Wohnung, bekommt aber regelmässig Besuch, vor allem von ihrem Sohn Paul. Wir wünschen Frau Vock weiterhin beste Gesundheit, unzählige glückliche Momente und viel Sonnenschein!

## ... und Margrit Liechti.

Auch in Murten wurde auf die volle Hundert angestossen. Margrit Liechti, Bewohnerin der Senevita Résidence Beaulieu, wurde am 10. September mit einem prächtigen Blumenstraus und einem grossen Geburtstagskuchen überrascht. Zusammen mit ihren Liebsten und weiteren Bewohnerinnen und Bewohnern feierte sie ins nächste Jahrhundert hinein. Herzliche Gratulation und alles Gute!



# Ein Stück vom Glück.

Eine knusprige, herzhaft, mit Mozzarella-Fäden ziehende Pizza gehört nicht gerade zu den typischen Menüs in einer Altersresidenz. Wie gut sie schmeckt, hat Margrit Gutknecht aber nicht vergessen. Und so stand auf ihrem Herzenswunschzettel das einfache Anliegen, endlich wieder einmal eine leckere Pizza zu essen.

Eine leichte Aufgabe für das Küchenteam der Senevita Résidence Beaulieu in Murten. Die mit Grillgemüse, Artischocken und Prosciutto belegte italienische Spezialität genoss Frau Gutknecht bis zum letzten Bissen. Natürlich durfte ein edles Glas Rotwein nicht fehlen. Die Bewohnerin dankte allen, die ihr diese Freude ermöglichten. «Es war ein schöner Abend, und die Pizza war wunderbar!»



# Storchenzauber und Pferdeglück.



Von Inge Pok, Bewohnerin der Senevita Résidence Beaulieu, Murten

An einem Mittwoch sonnenklar wurde mein Wunsch plötzlich wahr. Beatrice, Dorli und meine Wenigkeit fuhren nach Avenches gar nicht weit.

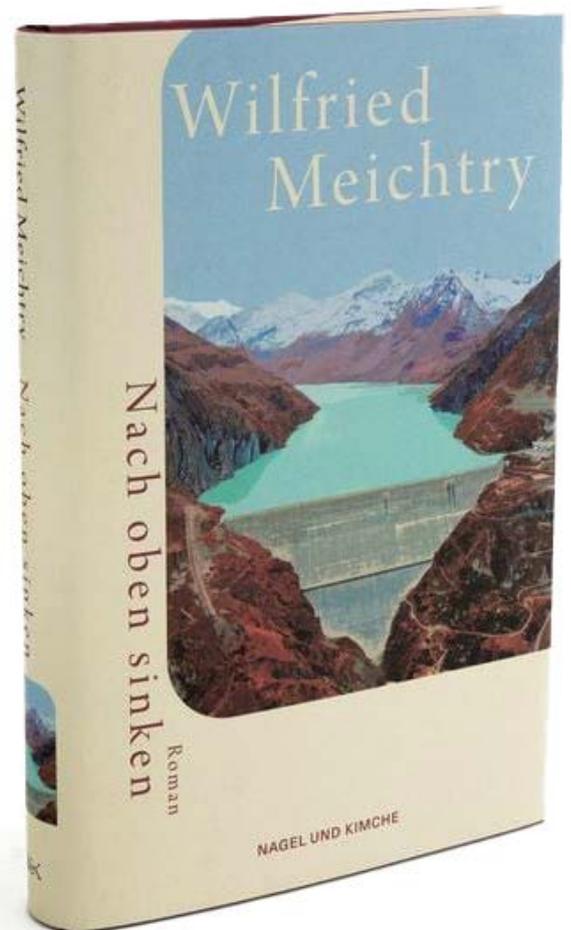
Auf den Dächern des Nationalgestüts war etwas zu sehen für unser Gemüt. Viele, viele Storchenester gut besetzt haben uns ins Staunen versetzt. Auch die vielen schönen Pferde gehören zu dem Schönsten auf der Erde.

Zur Krönung gab es noch ein Bier gar nicht weit von hier mit einem schönen Panorama. Zu solchen Aktionen sage ich ja, es war alles wunderbar. Herzlichen Dank, ich möchte singe, alles Liebe wünscht dir Inge

# Dem Geschriebenen lauschen.

Für viele Leseratten ist es etwas Besonderes, Autorinnen oder Autoren dabei zuzuhören, wie sie ihre eigenen Werke vorlesen. Auch Nelly Aebersold gehört dazu. Die Bewohnerin der Senevita Résidence Beaulieu wollte sich die Lesung des Walliser Schriftstellers Wilfried Meichtry in der Stadtbibliothek Murten nicht entgehen lassen. Vor interessiertem Publikum las er aus seinem Roman «Nach oben sinken», der 2023 erschienen ist. Begleiten liess sich Frau Aebersold von Aktivierungsfachfrau Beatrice Imoberdorf.

Sie blickt auf einen anregenden Abend zurück, an dem sie nicht nur in eine berührende Walliser Geschichte eintauchte, sondern auch vom Buchautor einiges erfahren durfte: «Besonders interessant waren die biografischen Einflüsse in das Werk und Herrn Meichtrys Erinnerungen an seine Jugend im Wallis.»



**LESUNG** mit Wilfried Meichtry

Wilfried Meichtry liest aus seinem neuen Roman "Nach oben sinken".

Dienstag, 10. September 2024  
um 19h30

Eintritt Fr. 15.- (TWINT oder bar)  
Gemeinsames Ausklingen des Abends bei  
einem verre d'amitié

STADT-  
BIBLIOTHEK  
MURTEN

Schaalgasse 6  
3280 Murten

Anmeldung  
erwünscht unter  
026 670 55 24

# Wenn Kunst die Fragen des Lebens beantwortet.



Alfio Urso hat sein ganzes Leben lang gemalt und gezeichnet. Auch in der Senevita Gais nimmt er noch täglich Stift oder Pinsel in die Hand. Wenn er zeichne, sei er glücklich, teilte er einer Pflegekraft mit, der Fernseher interessiere ihn nicht. Durch die Kunst habe er Antworten auf Fragen des Lebens erhalten; es sei wie eine innere Stimme, die ihm spontan Bildideen zuflüstere.

Venedig dient dem gebürtigen Sizilianer oft als Sujet, da er und seine Frau dort auf Hochzeitsreise waren. Zudem schätzt Urso Venedig als kulturell wichtige und charakteristische Stadt. Die Motive der berühmten Lagunenstadt hat er, wie alle anderen Bilder auch, aus dem Gedächtnis gemalt.

Mit der Ausstellung seines Lebenswerkes in der Senevita Gais ging Alfio Ursos Herzenswunsch in Erfüllung. An der Vernissage nahmen zahlreiche Bewohnende und Mitarbeitende teil – einige der Werke wurden sogar verkauft. Zur Freude aller hatte die Leiterin Langzeitpflege, Rosa Falco, köstliche Spezialitäten aus Sizilien gebacken. Lecker, schön und gesellig war's!

# Pouletschenkel mit Salzkartoffeln ...

... lautet das Lieblingsgericht von Erwin Zraggen. Der Bewohner der Senevita Residenz Nordlicht in Zürich wünschte sich, diese herzhafteste Kombination wieder einmal geniessen zu dürfen. Das liess sich die Küchencrew nicht zweimal sagen, setzte Pfannen und Kochlöffel in Bewegung und zauberte ein wunderbar «gluschtiges» Menü. Zu Herrn Zraggens Überraschung tauchten pünktlich zum Mittagessen auch seine drei Kinder auf. Wie schön, wenn man seinen Herzenswunsch mit den Liebsten teilen darf!





# «Ich habe keine Berührungsängste»

Von Sonay Grabher

**Im Seniorenheim und auf dem Fussballplatz: An beiden Orten fühlt sich Alessandra Markaj wohl. Die Lernende der Senevita Lindenbaum beeindruckt mit Ehrgeiz und Empathie – und hat grosse Pläne.**



Alessandra absolviert ihre Lehre als Assistentin Gesundheit und Soziales in der Senevita Lindenbaum in Spreitenbach. Nach der Schnupperlehre wusste sie, dass sie etwas Sinnstiftendes in der Pflege machen wollte. «Ich habe schon immer gerne anderen geholfen», erzählt sie, «es macht mir grossen Spass, Zeit mit den Bewohnenden zu verbringen.» Sie weiss, dass sie ihnen eine Freude machen kann, wenn sie mit ihnen singt, spielt, tanzt oder spaziert.

Zurzeit arbeitet Alessandra in der Abteilung für demenziell Erkrankte. Viele Menschen in diesem Wohnbereich brauchen intensive Betreuung und individuelle Pflegemassnahmen. Das Ziel ist, die individuellen Ressourcen zu fördern. Alessandras Dienst fängt morgens um 7 Uhr mit dem Rapport an, wenn die Tagesaufgaben verteilt werden. Sie



ist jeweils für die Morgenpflege von etwa fünf Bewohnenden zuständig. Bei aller Hilfe freut sich die junge Auszubildende, wenn sich ein Bewohner die Zähne selber putzen kann, oder wenn sich eine Bewohnerin die Haare selbst kämmt. Sie erzählt von einer Seniorin, die sich gar nicht mehr schön fand. «Als ich die Körperpflege durchgeführt, sie schön frisiert und angezogen hatte, schaute sie in den Spiegel und sagte begeistert: «Wow, ich habe mich schon lange nicht mehr so schön gefühlt!» Das sind tolle Glücksmomente.»

Bewohnende haben auch mal schlechte Tage. Dann ist Alessandras Empathie besonders gefragt. Ein kurzer Spaziergang an der frischen Luft kann schon viel bewirken. «Ich habe keine Berührungsängste.» Die Morgenroutine dauert bis ca. 10 Uhr, danach darf sie eine halbe Stunde Pause machen. Um 11 Uhr bereitet Alessandra die Bewohnenden langsam für das Mittagessen vor, begleitet sie auf die Toilette, damit sie in Ruhe essen können. «Die meisten sagen, sie hätten keinen Hunger, aber wenn sie erst mal das Menü probieren, meldet sich der Appetit.» Das Essen wird den meisten Bewohnenden eingegeben.

Um 12.45 Uhr, wenn der Spätdienst beginnt, gibt es einen Übergaberapport. Danach macht Alessandra ihre Mittagspause. Um 14 Uhr steht das Zvieri auf dem Plan. Früchte, Kuchen, Salzstängeli, Joghurt und auch mal ein Glacé. «Danach sind Aktivitäten angesagt wie spielen, singen, tanzen, Musik hören, etwas vorlesen, spazieren.»

Sie komme jeden Morgen mit Freude zur Arbeit, erzählt uns die 17-Jährige. Abgeklärt und souverän wirkt sie für ihr Alter. Ob das hat mit ihrem Sportlergeist zu tun hat? Ihre Augen strahlen, wenn sie über ihre Leidenschaft, das Fussballspielen, erzählt. Mit 11 Jahren habe sie sich heimlich

beim FC Fislisbach für ein Probetraining angemeldet, schmunzelt sie. Heimlich, weil ihre Mutter wegen der Verletzungsgefahr nicht wollte, dass sie Fussball spielt. Davor war Alessandra im Geräteturnen, aber da war ihr der Bewegungsradius zu klein. Vom FC Fislisbach wird sie nach dem Probetraining sofort engagiert – beim ersten Turnier holt ihr Team gleich den Sieg. «Das war schön», schwärmt sie von ihrem ersten Einsatz als Stürmerin.

Ein Jahr später bekundet der FC Baden Interesse an ihr. Ungern lässt der FC Fislisbach das Riesentalent zum grösseren Verein weiterziehen. In Baden, wo sie zwei Jahre lang spielt, wird eine komplett neue Mannschaft zusammengestellt. Man sieht sie dort schon zu Anfang als Captain, was sie sich selbst aber noch nicht zutraut. Das ändert sich: Bald merkt Alessandra, dass ihr diese Aufgabe und die Verantwortung liegen und sie die nötige Kompetenz mitbringt, eine Mannschaft zu führen. Das tut sie in bester Granit Xhaka-Manier. «Ich war Mittelfeldspielerin und habe die Bälle verteilt, diese zurückbekommen und viele Tore geschossen, da war ich 13 Jahre alt.» An einem Sonntag klingelt bei der Familie Markaj das Telefon. Es sind Funktionäre des FC Aarau. Sie hätten Alessandra spielen sehen und würden sie gerne zu einem Probetraining einladen. «Das war ein schöner Tag», schwärmt sie.

Auch beim FC Aarau erobert sie sich gleich einen Platz im Team. Erst kürzlich hat ihr Team einen Match gegen den FC Servette 5:1 gewonnen. Mit 18 Jahren in der Schweizer Nationalmannschaft zu spielen, ist das hoch gesteckte Ziel. «Mein Trainer sagt, ich sei schon sehr nah dran.» Wer den Ehrgeiz in ihren Augen sieht, hegt daran keinen Zweifel.





# Eine Reise für die Seele.

**Yuri Ciccone ist Koch in der Senevita Residenz Nordlicht. Diesen Frühling bewältigte er den Jakobsweg in Nordspanien zu Fuss. In 33 Tagen legte er 830 Kilometer zurück, um schliesslich die Apostel-Jakobus-Kathedrale in Santiago de Compostela zu erreichen. Ein Symbol für einen Neuanfang.**

Am 11. April 2024 begann Yuri seine Reise in Irun, Spanien, nahe der französischen Grenze. «Es war für mich eine spirituelle sowie religiöse Reise. Ich wollte einfach in den Tag hineinleben, Neues kennenlernen und eine Reise zu Fuss unternehmen. Der Jakobsweg schien mir dafür ideal», erzählt er. Freunde hatten ihm davon berichtet. Und da er Spanien bereits im Süden bereist hatte, zog es ihn nun in den Norden.

Yuri legte täglich zwischen 20 und 35 Kilometer zurück, durchquerte das Baskenland, Kantabrien, Asturien und schliesslich Galizien. Besonders herausfordernd waren die ersten zwei Wochen durch das Baskenland mit seinen zahlreichen Bergen und Tälern. «Es gab viele steile Anstiege. Ich hatte Entzündungen an den Füssen und Beinen und wollte schon aufgeben, aber die Begegnungen mit anderen Pilgern aus Europa und Amerika motivierten mich, weiterzumachen.» So erinnert sich Yuri an einen 82-jährigen Mann, der täglich 15 Kilometer lief. Ein anderer Mann war sogar mit einer Beinprothese unterwegs. «Ihre Geschichten haben mich zusätzlich angespornt.»

Während der gesamten Reise war Yuri meist allein unterwegs, begegnete jedoch vielen Gleichgesinnten. «Als Pilger haben wir ein Buch erhalten. Dort wurden uns unterwegs Stempel eingetragen, eine Art Etappen-Bestätigung. Damit konnte ich in Herbergen günstiger übernachten.» Manchmal boten ihm auch private Gastgeber Unterkunft an, kochten für ihn und wuschen seine Wäsche. Besonders in Erinnerung geblieben sind ihm die Übernachtungen in Klöstern, wo er zusammen mit Nonnen, Mönchen und anderen Pilgern betete. Als gelernter Koch unterstützte Yuri gelegentlich Hoteliers, indem er Mahlzeiten zubereitete – oft mit Zutaten, die diese selbst angebaut hatten.

Zu Beginn seiner Reise trug Yuri viel Gepäck mit sich, rund 13 Kilogramm. «Das war zu viel», erinnert er sich. «Deshalb habe ich etwa die Hälfte meiner Kleidung in einem Hotel für andere Pilger gelassen.» Diese Entscheidung brachte buchstäblich grosse Erleichterung.

Der Weg war mit gelben Pfeilen markiert, was ihm half, sich zu orientieren. Yuri folgte stets der Küste, genoss die frische Luft und die Aussicht aufs Meer. «Im April war es kühl, morgens oft nur sechs Grad. Das Laufen entlang der Waldwege und Wiesen war etwas Besonderes – ich sah viele Tiere wie Alpakas, Esel, Pferde, Kühe und beeindruckende Eukalyptusbäume.»

Was das Wetter betrifft, hatte Yuri weniger Glück. «Es regnete häufig und ich hatte nur einen Regentmantel dabei, was oft zu nassen Füßen führte und mir viele Blasen bescherte.» Trotz der Herausforderungen fand Yuri in grösseren Städten wie Bilbao und Santander die Zeit für Kultur. So besuchte er zum Beispiel das Guggenheim-Museum mit seiner beeindruckenden Sammlung moderner Kunst und der imposanten Architektur – lokale Spezialitäten wie Pinchos und Tapas liess sich Yuri auch nicht entgehen. Er lacht: «Davon habe ich jede Menge gegessen!»

Die letzten vier Reisetage waren emotional für Yuri, da ihm bewusst wurde, dass das Ende nahte. «Die Ankunft in Santiago am letzten Tag war ein



besonderes Erlebnis. In der Altstadt gibt es einen grossen steinernen Durchgang, den Portikus, wo ein Dudelsackspieler die Pilger feierlich begrüsst. Alle legten sich vor Erschöpfung und Freude auf den Boden. Ich jedoch war so überwältigt, dass ich meinen Rucksack in die Luft warf.»

Der Besuch am Grab des Apostels Jakobus in der Kathedrale von Santiago de Compostela war für Yuri ein bewegender Moment und ein Symbol für einen neuen Lebensabschnitt. «Diese Reise hat mir gezeigt, dass ich mit wenig zufrieden sein kann. Dass ich glücklich sein kann, ohne mich dem ständigen Konsum hinzugeben. Wir sollten uns darauf konzentrieren, das Positive in den Menschen zu sehen, ihre Verdienste zu schätzen und ihre Fehler zu akzeptieren. Nach einem Tagesmarsch bereiteten mir die einfachen Dinge Glückseligkeit, zu Beispiel das Kühlen meiner Füsse im Meer, eine warme Dusche oder ein warmes Essen. Den Abend bei guten Gesprächen zu verbringen und mit anderen zu musizieren. Die Gastfreundschaft der Menschen und die gegenseitige Unterstützung unter den Pilgern waren unbezahlbar.»



## Handpan-Konzerte von Yuri Ciccone

Neben seiner Leidenschaft fürs Reisen hat Yuri auch eine Liebe zur Musik. Er spielt Handpan, ein mit den Händen gespieltes Blechklarinstrument. Für Bewohnende und Gäste gibt er regelmässig Konzerte. Wenn Sie ihn live erleben möchten, werfen Sie einen Blick in den Veranstaltungskalender der Senevita Residenz Nordlicht.



# Meine Lebensreise vom Kosovo in die Schweiz.

**Driton Ferizaj, Leiter Betriebsunterhalt & Sicherheit, arbeitet seit 20 Jahren in der Senevita Gehren in Erlenbach. Er lässt uns an seiner Lebensgeschichte teilhaben, die von Schmerz und Verlust, aber auch von Freude, Hoffnung und Dankbarkeit geprägt ist.**

Am 12. Februar 1983 wurde ich in einem beschaulichen Dorf im Kosovo geboren. Kurz nach meiner Geburt wurde diese Region in kriegerische Handlungen hineingezogen. Mit nur 13 Jahren erlebte ich den schmerzlichsten Verlust meines Lebens: mein Vater, der Fels unserer Familie, wurde uns entrissen, gerade als der Krieg im Kosovo entflammte. Mit diesem Moment begann für meine Familie und mich eine Odyssee voll Leid und Verzweiflung. Gezwungen, alles zurückzulassen, was uns lieb und teuer war, flohen wir vor der Gewalt. Die gefährliche Flucht führte uns über Grenzen und durch fremde Länder. Erschöpft erreichten wir die Schweiz und fanden in Erlenbach am Zürichsee einen Ort, den wir wieder Heimat nennen konnten. In dieser friedlichen Ecke der Welt begannen wir ein neues Kapitel. Doch trotz der Ruhe, die wir gefunden hatten, blieb der Schmerz des Verlorenen ein stummer Begleiter in unseren Herzen,

gemischt mit der Dankbarkeit für die neue Chance, die uns gegeben wurde.

Die ersten Jahre in der Schweiz waren voller Herausforderungen. Ich kämpfte mit der neuen Sprache und der Sehnsucht nach dem, was ich verloren hatte. Mit der Zeit fand ich meinen Weg. Ich entdeckte meine Leidenschaft für die Technik und begann die Lehre als Fachmann für Betriebsunterhalt. Diese Berufswahl veränderte mein Leben und gab mir eine klare Richtung sowie berufliche Erfüllung. Ich schloss die Ausbildung mit ausgezeichneten Noten ab und feierte diesen Erfolg ausgiebig. Nach 20 Jahren in der Senevita Gehren blicke ich auf eine Karriere zurück, die mein Leben bereicherte und formte. Als Leiter des Technischen Dienstes sowie als stellvertretender Leiter der Hauswirtschaft übernahm ich umfangreiche Verantwortung und bildete meine Fähigkeiten lau-



fend weiter. Diese Positionen erlaubten es mir, entscheidende Beiträge zum Wohlergehen unserer Gemeinschaft zu leisten. Die Hingabe zu meiner Arbeit und das Engagement für die Menschen, die ich betreue, spiegeln sich auch in meiner Anwesenheitsbilanz: Ich war in diesen zwei Jahrzehnten nur dreimal krank.

Jeder Tag bietet Gelegenheit, Wichtiges zu tun. Sei es die Sicherstellung optimaler Betriebsabläufe oder die persönliche Unterstützung meiner Kollegen. Derzeit bilde ich zudem vier Lehrlinge aus. Es erfüllt mich mit Freude, mein Wissen weiterzugeben und zu sehen, wie junge Menschen sich unter meiner Anleitung entwickeln. Meine Herzensangelegenheit aber ist es, Bewohnerinnen und Bewohnern den Alltag zu erleichtern und ihre Geschichten zu hören. Diese Beziehungen geben mir ein Gefühl von Familie und Zugehörigkeit, das ich seit dem Verlust meiner Eltern vermisste.

2017 starb meine Mutter. Mit ihrer Stärke und ihrem Mitgefühl war sie unser Anker in stürmischen Zeiten. Ihr Tod hinterliess in mir eine tiefe Leere, die mit Worten kaum zu beschreiben ist. «Das Erste, was ich mache, wenn ich in den Himmel komme, ist dich zu suchen, Mama.» Dieses Tattoo, das ich auf meinen Arm stechen liess, ist sowohl eine Hommage an ihre unermessliche Liebe als auch ein Versprechen, dass unsere Verbindung über den Tod hinaus bestehen bleibt.

Heute habe ich eine eigene Familie. Meine Frau und unsere drei Kinder sind das Zentrum meines Universums. Jeder Moment mit ihnen ist ein kostbares Geschenk, das ich nie für selbstverständ-

lich halte. Da meine Kindheit von Entbehrungen geprägt war, ist es mir wichtig, meinen Kindern alles zu bieten, was mir fehlte. Von einfachen Freuden wie Schokolade bis hin zu unbeschwertem Fahrradtouren möchte ich, dass sie eine Kindheit erleben, die reich an Liebe und Freude ist.

Vor Kurzem erwarben wir eine Wohnung im Herzen des Kosovo. Dieser Ort bildet eine Brücke zwischen Vergangenheit und Gegenwart. Wir besuchen diese Wohnung regelmässig. Es sind emotionale Reisen, die uns zu den Wurzeln unserer Familie führen und neue, gemeinsame Erinnerungen schaffen. Wenn wir dort sind, bin ich dankbar und stolz, meinen Kindern zeigen zu können, wo ihre Vorfahren herkamen und wie deren Geschichte Teil unserer gegenwärtigen Identität ist.

Ich bin von Herzen dankbar für jeden einzelnen Schritt meiner Lebensreise. Ich danke allen, die mich begleitet und unterstützt haben: meinen Lehrmeistern, die mir ihr Wissen vermittelten, meinen Kollegen, die zu treuen Begleitern wurden, meinen Freunden, die immer für mich da waren, und – ganz besonders – meiner Familie, deren Liebe und Unterstützung mein Lebensfundament sind. Ohne sie wäre ich nicht zu dem Menschen geworden, der ich heute bin.

Dass Sie sich die Zeit nahmen, meine Geschichte zu lesen, freut mich sehr. Ich wünsche mir, dass meine Worte Sie berühren und inspirieren. Mögen meine Erfahrungen Sie ermutigen, auch in schwierigen Zeiten nach einem besseren Morgen zu streben.



# Nachhaltig zur Arbeit.



Die Mitarbeitenden der Senevita Gais traten im Mai und Juni 2024 kräftig in die Pedale. Anlass dazu war die jährlich stattfindende Aktion «bike to work». Dabei bleiben die Autos in der Garage, und so oft wie möglich wird der Arbeitsweg mit dem Velo zurückgelegt. Für jeden Kilometer spendeten Bewohnende einen finanziellen Beitrag an das aargauische Unternehmen Noriware, das aus Algen Bioplastik produziert.

Weil das Velofahren gerade so angesagt war, legte das motivierte Personal noch einen drauf. Am 19. Juni, im Anschluss an die Tour de Suisse, radelten Mitarbeitende von zuhause zur Arbeit, und sei der Wohnort noch so weit entfernt. Von Aarwangen, Affoltern am Albis, Brugg oder Zürich bis nach Aarau – bis zu 60 Kilometer weit! Hut ab vor der sportlichen Belegschaft der Senevita Gais!

# Mein Weg zum Chefkoch.

**Sebastian Gentsch arbeitet als Souschef in der Senevita Résidence Beaulieu Murten. Zusammen mit dem Küchenteam verwöhnt er Bewohnende sowie auswärtige Gäste mit abwechslungsreichen und marktfrischen Menüs. Vor Kurzem bestand der 40-Jährige die Prüfung als Chefkoch. Er gibt uns einen Einblick in seinen Werdegang.**

## Sebastian, wie kamst du zur Senevita?

Damals hat es mich gereizt, eine neue Herausforderung anzunehmen. Zudem hatte ich den Wunsch, eine Familie zu gründen. Die geregelteren Arbeitszeiten in einem Altersheim lassen sich im Vergleich zur Hotellerie besser mit einem Familienleben kombinieren. Die Nähe zu meinem Wohnort war ebenfalls ein Argument.

## Was gefällt dir in der Senevita Résidence Beaulieu besonders gut?

Die Arbeit mit unserem Küchenteam! Wir haben ein super Arbeitsklima und es macht grosse Freude, mit diesen Leuten den Tag zu verbringen.

## Hast du ein Lieblingsmenü?

Eigentlich kein bestimmtes. Aber ich bereite sehr gern Risotto zu. Da bin ich ein bisschen penibel. Darüber hinaus sind mir Schmorgerichte die liebsten.

## Wie ist deine berufliche Laufbahn bisher verlaufen?

Ich wechselte die Arbeitsstellen nicht so oft, wie es sonst für einen Koch üblich ist. Nach der Ausbildung und dem Zivildienst arbeitete ich in einem Hotel in Deutschland. 2005 kehrte ich in die Schweiz zurück



Frisch gebackener Chefkoch: Sebastian Gentsch

und fing in einer Pizzeria an. Anschliessend war ich knapp sieben Jahre als Souschef im Schloss Münchenwiler tätig. Seit 2013 gehöre ich hier in der Senevita in Murten zum Küchenteam.

## Was hat dich motiviert, die Ausbildung zum Chefkoch in Angriff zu nehmen?

Ich bin immer motiviert, mich weiterzubilden und dazuzulernen. Der Lehrgang zum Chefkoch beinhaltet die höchste praktische Prüfung, die man als Koch in der Schweiz ablegen kann. Das war schon eine grosse Herausforderung, aber auch eine unvergessliche und schöne Erfahrung, die ich mit tollen Menschen teilen durfte. Ich möchte sie nicht missen.

## Was unternimmst du als Ausgleich zum Beruf?

Meine Familie und ein ziemlich grosser Garten halten mich auf Trab. Und, wenn es die Zeit und die Kids zulassen, geniesse ich es, mit meiner Frau in ein Restaurant sehr gut essen zu gehen.

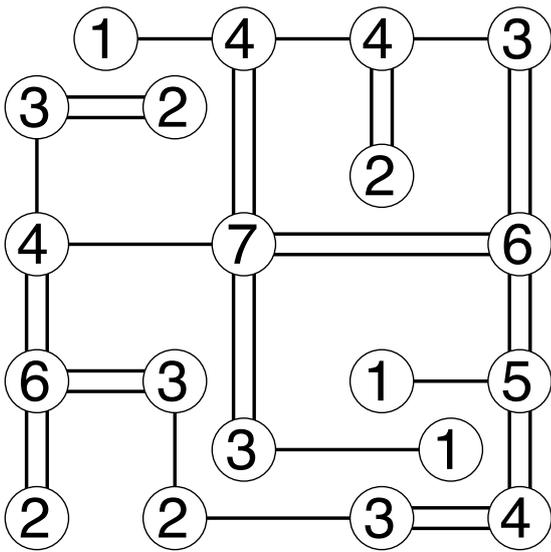
**Sebastian, für das Gespräch danken wir dir. Das ganze Team der Senevita Résidence Beaulieu gratuliert dir herzlich zu deiner bestandenen Prüfung als Chefkoch und wünscht dir weiterhin alles Gute.**

# Auflösungen Rätsel

■ A ■ ■ U ■ A ■ ■ ■ ■ ■  
 ■ M U E N S T E R T A L  
 F E I N D ■ O ■ E I B E  
 ■ I ■ O ■ U M S I C H T  
 ■ S A R I N E ■ S ■ E T  
 H E L M ■ A ■ S I T T E  
 ■ ■ T ■ A R T I G ■ Z ■  
 ■ S A I N T ■ M ■ L E I  
 W I R ■ L ■ A M M A N N  
 ■ T ■ N A R B E ■ S ■ D  
 E T U I S ■ B R A S S E  
 ■ E ■ E S P E N M O O S

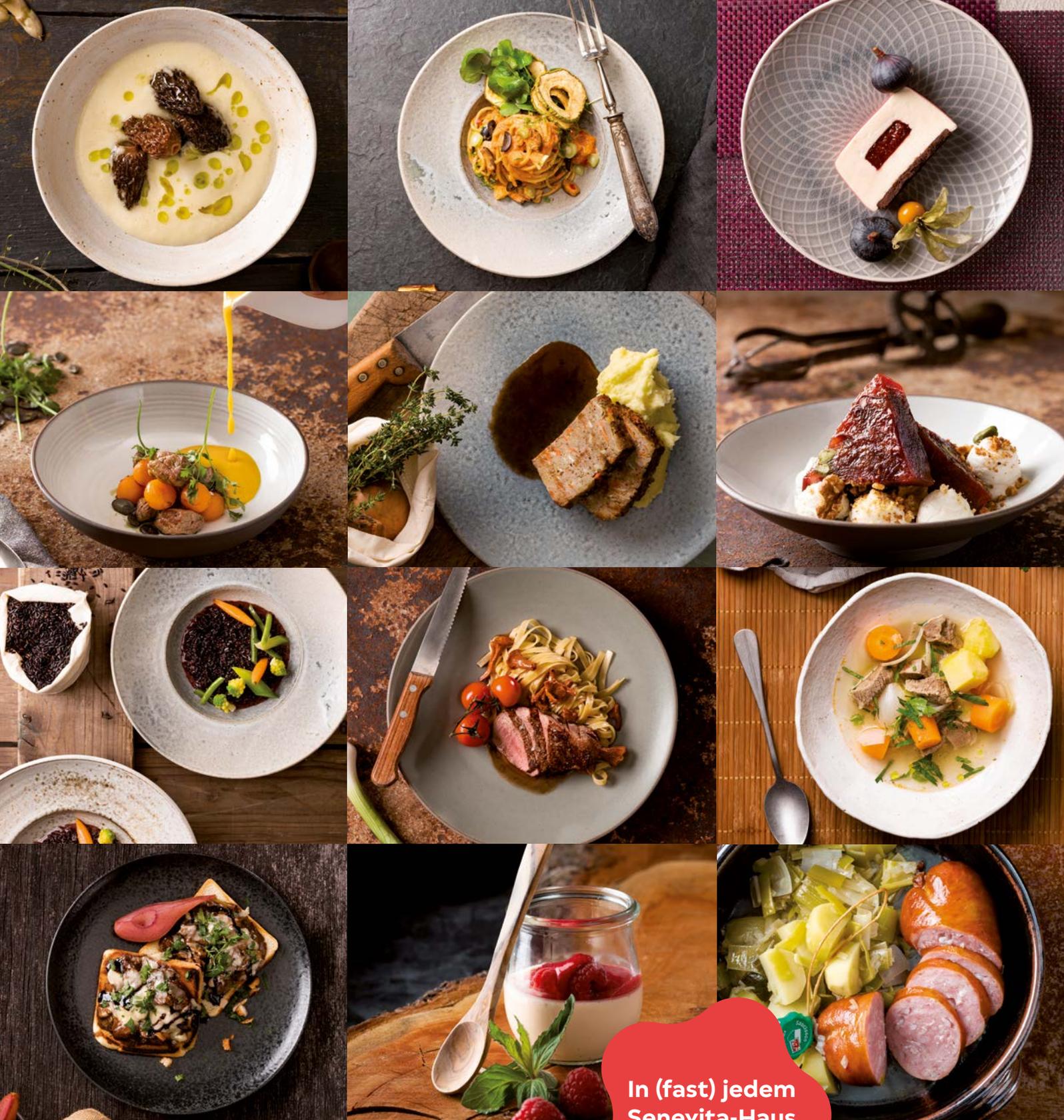
D K T S N E E I D E C H S E P P  
 M O U W T G I R A F F E S P G M  
 L A Z U D V A V O I O W C X T O  
 V L U C B P G O P C R U H T W V  
 C A H L C K X N E P E B W A K S  
 B K O J W C R M F W L M A U S D  
 D E I X T U K I A I L D L R X E  
 B Y E T B O R S E R E J B W A L  
 E S C Z H V G F J S D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

Auflösung des Gewinnspiels der Ausgabe 1/2024.  
 Das Lösungswort lautete «SONNENBLUME».



9	3	2	1	5	7	6	4	8
6	4	8	9	2	3	1	5	7
1	7	5	8	6	4	9	3	2
4	2	7	3	1	9	5	8	6
8	1	6	5	4	2	7	9	3
5	9	3	6	7	8	2	1	4
3	5	1	2	8	6	4	7	9
2	8	4	7	9	5	3	6	1
7	6	9	4	3	1	8	2	5

3	5	8	2	4	6	7	1	9
6	1	4	8	7	9	2	3	5
2	7	9	1	3	5	8	6	4
8	2	7	9	5	3	6	4	1
5	6	3	4	1	2	9	8	7
4	9	1	6	8	7	5	2	3
1	3	6	7	9	8	4	5	2
9	4	2	5	6	1	3	7	8
7	8	5	3	2	4	1	9	6



In (fast) jedem Senevita-Haus erhältlich.

## Kochbuch «Lieblingsrezepte»

Mit einer bunten Rezeptsammlung begleitet von «gluschtigen» Bildern feierten wir bei Senevita unser 30-jähriges Bestehen und unterstrichen damit den hohen Stellenwert der Gastronomie in unseren Häusern. Für eine hohe Lebensqualität spielt gesundes, schmackhaftes und vielfältiges Essen eine besonders wichtige Rolle. Frisch und

mit regionalen Produkten zubereitet, sorgen die Speisen täglich für neue Geschmackserlebnisse.

«Lieblingsrezepte» liefert das Beste aus den Senevita-Küchen mit persönlichen Highlights der Küchenchefs – wobei das eine oder andere bisherige Rezeptgeheimnis gelüftet wurde.

senevita  
Näher am Menschen

# Voller Teamgeist.

**Arbeiten Sie dort, wo man sich auf Sie freut.**

Jetzt bewerben unter [www.jobs.senevita.ch](http://www.jobs.senevita.ch)

senevita  
Näher am Menschen

Senevita AG, Worbstrasse 46, Postfach 345, CH-3074 Muri b. Bern  
Telefon +41 31 960 99 99, Fax +41 31 960 99 90  
[info@senevita.ch](mailto:info@senevita.ch), [www.senevita.ch](http://www.senevita.ch)