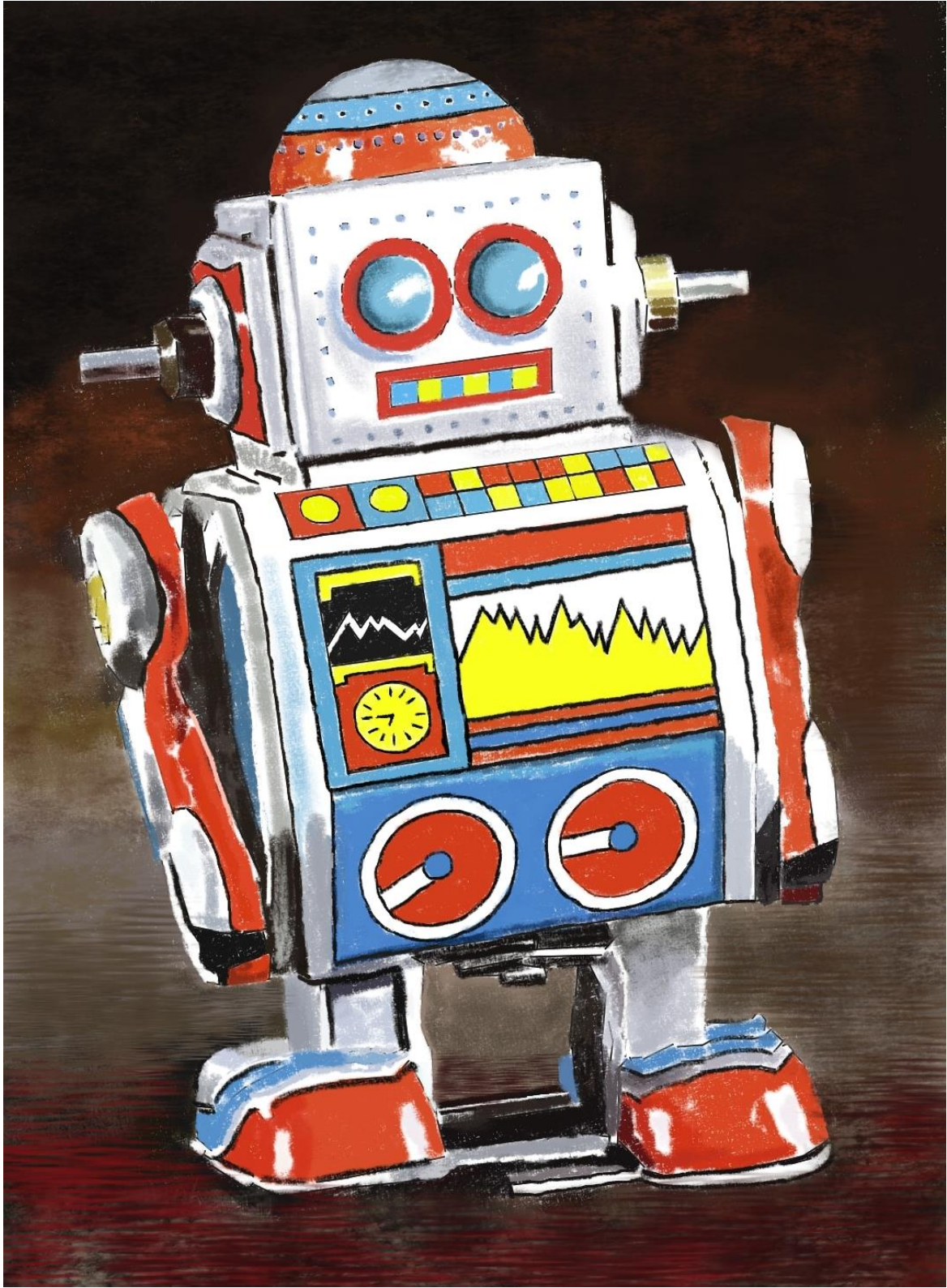


Öisi Ziitig

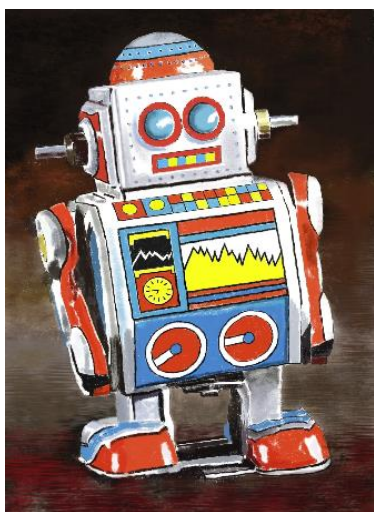


GRÜEZI MITENAND

Inhaltsverzeichnis

GRÜEZI MITENAND	2
Unsere Anlässe im September.....	3
Wechsel in der Leitung der Wohngruppe 3+4	4
Ian Stuker	5
1. August Feier	6
Gedicht.....	10
Auszeit – Bergzeit-Hüttenzeit.....	12
Rikschafahrten.....	15
Unsere Rätselecke.....	16
Aktivierung	18
Ein Gruss aus der Küche	20
Des Rätsels Lösung	23
Schlusspunkt.....	24

Titelbild



Gezeichnet von
Oleksandr Prokhorov,
Freiwilliger Mitarbeiter

Liebe Leserinnen und Leser

Uiii, was war das für ein Sonnensommermonat August. Er hat versucht, alles aufzuholen, was die Sommermonate Juni und Juli nicht geschafft haben. Daher darf es nun so langsam wieder ruhiger werden und die Natur ein wenig durchatmen. Der Herbst steht vor der Tür.

Wir blicken nun dankbar zurück auf einen hochsommerlichen August und gewinnen die Zuversicht auf ebenso schöne sonnige Stunden im bunter werdenden September. Wir tanken nochmals etwas Energie für die Tage im baldigen Winter und geniessen das Farbenspiel der Blätter. Die Natur sagt erneut von ganzem Herzen Danke und verwöhnt uns mit den letzten Früchten. Jetzt ist Zeit für Zwetschgenwähe mit einem Tupf Rahm, einer leckeren Apfeltarte oder darf es eine erste Kürbissuppe sein? Auch die Fans von Vermicelles mit Meringues müssen nicht mehr lange warten. Die Kalenderblätter werden weniger und im September wird uns bewusst, dass wir in den letzten acht Monaten unsere guten Neujahrsvorsätze geflissentlich ausser Acht gelassen haben. In diesem Sinne wünsche ich Ihnen einen tollen September.

Ihre Cora Serafini

Leiterin SZ Wiesengrund

Unsere Anlässe im September

Donnerstag, 5. September, 15.00 Uhr - 16.30 Uhr

Die Lamas kommen wieder!

Auch in diesem Jahr besuchen uns die Lamas. Es darf nach Herzenslust gestreichelt werden und wer mag, kann mit den Lamas einen kleinen Spaziergang machen.



Donnerstag, 12. September, 15.00 Uhr

Kino - Sister Act 2

Eine amerikanische Filmkomödie aus dem Jahr 1993 mit der grossartigen Whoopi Goldberg. Freuen Sie sich auf einen unterhaltsamen und musikalischen Nachmittag.



Sonntag, 15. September, 15.00 Uhr

Dank, Buss- und Bettag

ökum. Festtagsgottesdienst. Feiern Sie mit uns und geniessen Sie anschliessend einen feinen Apéro.



Donnerstag, 19. September, 15.00 Uhr

Geschichten mit musikalischer Begleitung

Der Geschichtenerzähler Jürg Steigmeier nimmt Sie mit in seine Welt gefüllt mit ganz viel Hörgenuss. Musikalisch wird er begleitet von Thomas Aeschbacher.



Donnerstag, 26. September, 14.00 Uhr

Lotto

Freuen Sie sich auf einen unterhaltsamen Nachmittag mit dem Ehepaar Frey und vielen Freiwilligen Helfern.



Wechsel in der Leitung der Wohngruppe 3+4



Noré Pfeiffer, die bisherige Leiterin der WG 3+4, hat uns mitgeteilt, dass sie neue berufliche Wege einschlagen möchte. Aus

diesem Grund wird sie das Seniorenzentrum Wiesengrund per 30.09.2024 verlassen, um sich neuen Aufgaben zu widmen. Wir danken Noré Pfeiffer an dieser Stelle ganz herzlich für ihren sehr engagierten Einsatz stets zum Wohl der ihr anvertrauten Bewohnerinnen und Bewohnern wie auch in ihrer Rolle als Leiterin der Wohngruppe. Ihren Weggang bedauern wir sehr und wünschen ihr für ihren weiteren Weg alles erdenklich Gute, viel Erfolg und Zufriedenheit!

Wir freuen uns, Ihnen bereits heute mitteilen zu können, dass **Nadja Kuppelwieser** die Verantwortung als Leiterin der Wohngruppe 3+4 übernehmen wird. Sie tritt am **01.09.2024** neu bei uns ein und wird dann von Thomas Kodiyan, Leiter Betreuung und Pflege sorgfältig in die

Aufgaben als Leitung Wohngruppe eingeführt. Er wird bis zur vollständigen Übergabe der verantwortungsvollen Aufgabe der Teamleitung an Nadja Kuppelwieser für alle als Ansprechperson zur Verfügung stehen. So ist gewährleistet, dass jederzeit wichtige Themen bearbeitet werden können und das Team jederzeit die notwendige Unterstützung erfährt.



Nadja Kuppelwieser ist eine ausgewiesene Fachperson. Ihre Ausbildung zur Dipl. Pflegefachfrau HF hat sie 2010 bis 2013 im Seniorenzentrum Wiesengrund absolviert.

Sie kennt das Haus somit bereits und ist mit wichtigen Gegebenheiten schon vertraut. Wir freuen uns, dass Nadja Kuppelwieser nach ihren vielfältigen Pflege- und Führungserfahrungen im Bereich der Langzeitpflege nun wieder zurückkehrt in den Wiesengrund und wünschen ihr schon heute einen angenehmen Start in unserem Haus. Für ihre neuen Aufgaben als Leiterin der WG 3+4 wünschen wir Nadja Kuppelwieser viel Freude und Erfüllung!

Ian Stuker

Erfolgreicher Abschluss im Medienmanagement

Mein Name ist Ian Stuker, seit Februar dieses Jahres arbeite ich als Projektmanager für Marketing & Kommunikation im Seniorenzentrum Wiesengrund. Im Juni schloss ich meinen Studiengang Medienmanagement HF an der Schule für Gestaltung Zürich erfolgreich ab. Dieses Studium bereitete mich darauf vor, komplexe Medienprojekte zu managen und bot mir die Möglichkeit, tiefgreifende Kenntnisse in verschiedenen Aspekten des Medienmanagements zu erwerben.

Diese umfassenden Kenntnisse führten mich zu meiner ambitionierten Abschlussarbeit, die ich direkt hier im SZW durchführte. Das Hauptziel meiner Arbeit war es, die Marketing- und Kommunikationsprozesse innerhalb des Wiesengrundes zu optimieren. Dies begann mit dem Wunsch, die internen Abläufe zu analysieren und durch den gezielten Einsatz moderner Kommunikationstechnologien effizienter und wirkungsvoller zu gestalten. Durch die Verbesserung der Kommunikationsstrukturen sollte das Arbeitsumfeld für die Mitarbeitenden erheblich verbessert und die alltägliche Kommunikation im Seniorenzentrum vereinfacht werden.

Während meiner Arbeit führte ich umfas-

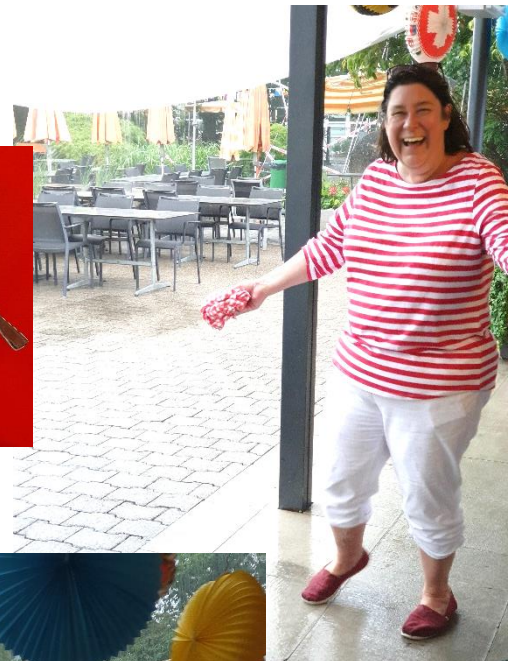
sende Analysen durch, befragte Mitarbeitende und untersuchte die bestehenden Kommunikationskanäle. Diese tiefgehende Forschung half mir, spezifische Ineffizienzen zu identifizieren und massgeschneiderte Lösungen zu entwickeln. Ein wesentlicher Aspekt meiner Empfehlungen war der Einsatz digitaler Werkzeuge, die speziell darauf ausgerichtet sind, die organisatorischen Herausforderungen eines Seniorenzentrums zu bewältigen. Diese Werkzeuge sollten die Zusammenarbeit zwischen verschiedenen Bereichen erleichtern und die Informationsweitergabe beschleunigen.

In meiner abschliessenden Analyse betonte ich die Wichtigkeit der fortlaufenden Anpassung und Überprüfung der implementierten Systeme, um sicherzustellen, dass sie auch weiterhin den sich wandelnden Anforderungen des Seniorenzentrums Wiesengrund gerecht werden und die Kommunikation effizient und zielgerichtet unterstützen.

Ich möchte meinen Vorgesetzten und allen Mitarbeitenden herzlich für ihre Unterstützung danken, die es mir ermöglichten, die Erkenntnisse meines Studiums erfolgreich in die Praxis umzusetzen.

1. August Feier

Ein gelungenes Fest, trotz Regen...









Gedicht

Von Werner Müller

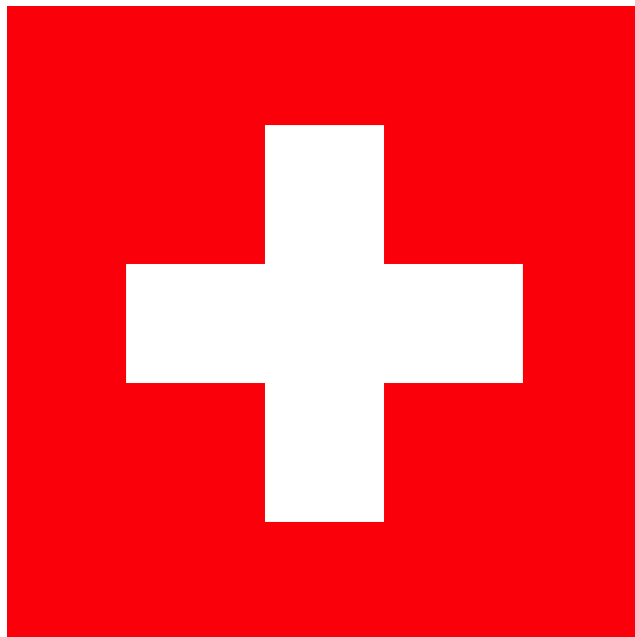
Erste August 2024

*Für d'Bundesfyr 24 im Wiesegrund -Garte,
müend mir jetzt ebe nümme länger warte.
D' Lüüt vo dä Technik händ derzue richtig krampfet
und en tolle Fäschtplatz anegstampfet.
Mir erinnere d'us, das isch doch klar,
Ä's isch die glych Situation wie im letschte Jahr.
Prognose Meteo, die händ doo g'seit,
das mer s'Fäschd gschyder in Saal ine verleit.
Y dem Jahr, darf mer gemäss dä Vorussage,
trotz Wolke es Fäschd verusse waage.
Das hät drum vill Gäscht derzu bewoge
und All händ neime en Platz bezoge.
D' Musik hät zum Start musiziert,
die dunkle Wolche, händ mir ignoriert.
Doch plötzlich, gar nid nah di nah,
isch mit eim Chlapf äs Gwitter da.
All Lüüt sind do, fast y Sekunde,
neime under eme Dach verschwundä
und sind dann deet, ganz ohne flueche,
für sich en trochne Platz go sueche.
Im ganze Trubel händ All Öppis welle,
drum mues ich Tu au na verzelle,
die Lüüt vom Service, die händ ganz routiniert,
all Gäst ganz fründli, neimet platziert.
D' Musik spielt jetzt im Gängli - Egge
und s'Alphorn, mues mer fascht zämelegge,
uf all Fäll häts glych ganz guet tönt,
die händ d'us mit alter Musik verwöhnt.
Verusse wüetet s'Gwitter, es droht z'explodiere,
drum mues Technik Schirm und Sägel demontiere.
Au d'Chefin hät deet d'Hilf nid chöne verwehre,
sie mues mit aller Chraft au am Kabel zeere.*

*Dä Herr Pfarrer hät, ganz konzentriert
mit Eus d'Schwyzergschicht na repetiert.
drufabe händ die Alte und die Junge,
eusen Schwyzerpsalm na g'sunge.*

*Und wie zum Trotz, isch dänn doch doo,
dusse sogar na d'Sunne fürechoo.
D' Bedienig, die isch speditiv – oh lueg au daa,
plötzlich hät jede vor sich en Täller ghaa !
D' Crew vo dä Chuchi, hät sich fascht übertroffe,
es isch alles eifach tiptop glosse.
Au en *Cervelat spezial *wird eus offeriert,
dää wird y Zuekunft mit eme Sternli prämiert.
Ae gueti Stimmig vo Tisch zu Tisch
bewyst dass Jede z'friede isch.
Drum gaht dänn ebe, das chamer eso säge,
die Fyr jetzt halt langsam am Änd entgäge.
Die Eine wetted zrugg y ihres Hüüsli,
die Andere planged uf es Pfüüsli,
drum sind do, nach allne Runde,
all Gäst zimmlü schnäll verschwunde.
S' OK häts gschafft, Alles perfekt organisiert
und später dänn zeigt, wie wird improvisiert.
Allzäme händ eus perfekt bedient
und händ defür en MEGA Dank verdient.*

7.8.mü.



Auszeit – Bergzeit- Hüttenzeit

Am Fusse des Albristhorns, auf knapp 2'000 Meter über Meer, oberhalb der Gemeinde St. Stephan im schönen Simmental im Berner Oberland, gibt es einen Ort der Ruhe. Ein Ort, fernab der Zivilisation und des täglichen, gewohnten Lebens. Ein Ort, mitten in der Natur, umgeben von grünen Auen und starken Felsen. Auf diesem idyllischen Fleckchen Erde steht eine kleine, gemütliche Hütte mit einem Brunnen aus Holz davor.



*Die Hütte mit Brunnen
und Blick auf das Albristhorn*

Der "Albrist", wie er von uns genannt wird, ist für mich persönlich mein sicherer Hafen und ein Kraftort, an dem ich restlos abschalten und meine Batterien wieder aufladen kann. Fernab vom Leben

im Luxus, ohne Strom, Wasser vom Brunnen und ohne Handyempfang genieße ich das einfache Dasein, die Launen des Wetters und die Ruhe der Natur. Geheizt und gekocht wird mit dem wunderschönen Holzofen und im Sommer gibt es durchaus auch mal eine Wurst vom Grill.



*Morgenstund hat Gold im Mund,
oder Kaffee mit Ausblick*

Im Juni dieses Jahres war es wieder soweit und ich nahm mir ganz bewusst eine Auszeit vom Alltag, vom Büro und von der Familie.

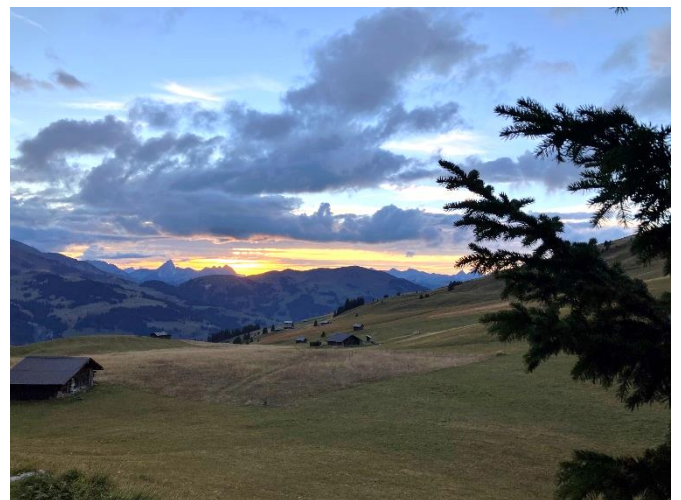
Ein "Mami"-Urlaub nur für mich. Natürlich sehr zum Leidwesen meines Sohnes, der den Albrist genau so liebt wie ich. Für einen 14-jährigen Jungen, in der Blüte des digitalen Zeitalters eher eine Überraschung 😊. Aber diese vier Tage gehören mir alleine. Einfach "sein", Kraft tanken, geniessen und voller Energie zurückkommen.



Wohnzimmer

Als wir vor Jahren unseren ersten Familienurlaub mit Freunden im Albrist geplant hatten, war mein Mann zuerst sprachlos und schon nach wenigen Minuten hat er uns klar und deutlich zu verstehen gegeben, dass er die Zeit lieber im Tal verbringen würde. Die Vorstellung, ohne Strom, Dusche, WC und ohne Internet auszukommen, ist für ihn ein Ding der Unmöglichkeit!

Und bei der Aussage, "kein Internet" ist natürlich auch unser Sohn hellhörig geworden und hat das Hüttenleben im Detail angefangen zu hinterfragen und meinte dann solidarisch, dass er doch lieber zuhause bleiben würde. Doch je länger ich mit den Vorbereitungen beschäftigt war, es muss ja alles auf die Hütte gebracht werden was es braucht, denn einfach schnell was einkaufen, was man vergessen hat, geht natürlich nicht, wurde das Interesse doch geweckt und schlussendlich kam Sohnmännchen mit auf den Albrist und wollte das einfache Leben ausprobieren. Voller Motivation hat er seinen Rucksack gepackt und sich bei seinen Freunden mit einer Nachricht verabschiedet, ich bin dann mal ein paar Tage offline.



Aussicht vom Albrist



Küche mit Holzofen

Kaum auf dem Berg angekommen, die Fahne war gehisst, war doch unser Teenager Feuer und Flamme, hat die Gegend erkundet, ist auf Felsen geklettert und, das ist noch heute Tradition, er ist der Feuermeister und Herr über den Holzofen.

Der erste Urlaub, zurück zum Wesentlichen, war wie im Fluge vergangen und mit der Rückreise ins Tal haben wir ein Stück unseres Herzens auf dem Berg gelassen. Zuhause angekommen, mussten natürlich alle Impressionen und das erlebte erzählt werden, mit der Hoffnung, dass auch beim Papa der Funke springt und das Interesse wächst. Bis heute vergebens. ☹️

Und die wichtigste Information an Papa: "Es hät im Fall es WC im Albrist, sogar mit Uussicht uf d'Bärgä. Und total ökologisch, das isch im Fall wichtig i dä hütigä Ziit!"

So versuchen wir jedes Jahr ein paar Tage gemeinsam mit Freunden an diesem speziellen Ort zu verbringen, um unser Bewusstsein auf das Wesentliche zu fokussieren.

Schon bald ist es wieder soweit und wenn es das Wetter gut mit uns meint und uns einen goldenen Herbst schenkt, verbringen wir im Oktober wieder eine ganze Woche im Albrist. Seien wir mal ehrlich: es braucht so wenig, um glücklich zu sein.

Corinne Krikken



Rikschafahrten

Haben auch Sie Lust auf einen Ausflug mit der Rikscha? Immer am Donnerstagmorgen, sofern das Wetter mitspielt, steht eine tolle Rikscha parat und wartet darauf, Sie dorthin zu fahren, wohin Sie wollen.

Melden Sie sich bei Interesse bei Sabrina Aguaron. Leitung Freiwilligen Dienst, oder an der Rezeption.



Unsere Rätselecke

Quiz Nr. 77:

Alles auto-/ nichts Auto

Übertragen Sie den richtigen
Buchstaben ins Lösungswort.

1. Autogramm



- L)** Gewicht
- A)** Unterschrift
- P)** Litermass

2. autonom



- T)** eigensinnig
- E)** eingeschränkt
- U)** eigenständig

3. Autorisation



- L)** Zusammenfassung
- T)** Ermächtigung
- H)** Abklärung

4. autogen



- O)** aus eigener Kraft
- E)** rührend
- A)** festklebend

5. automatisch



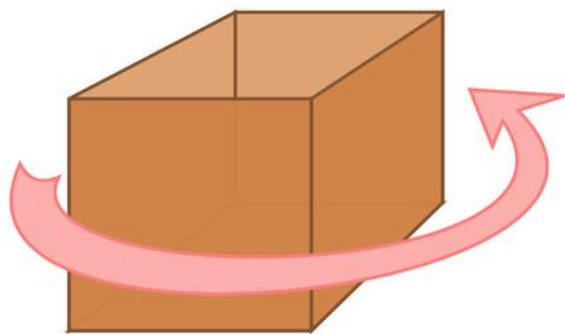
- S)** unabhängig
- N)** romantisch
- V)** selbstgesteuert

6. Autor



- S)** Autoliebhaber
- E)** Schriftsteller
- N)** Architekt

7. autour (französisch)



- R)** herum (deutsch)
- G)** Tortur
- I)** französischer Likör

8. Autodidakt



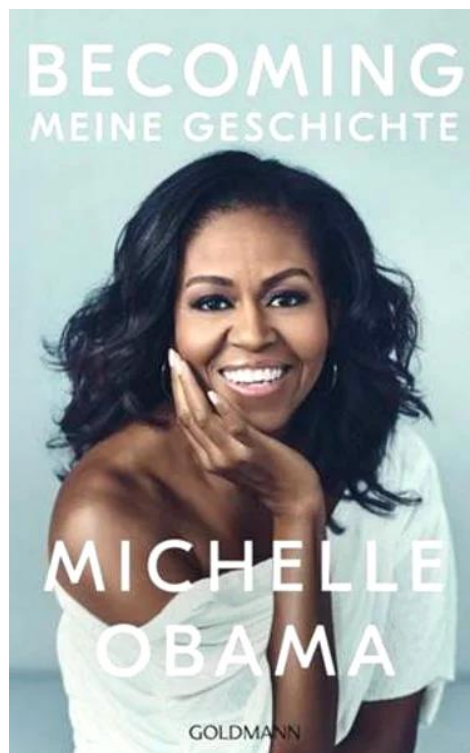
- N)** Befehlshaber
- O)** Autofahrlehrer
- K)** selbständig Lernender

9. Autokrat



- L)** Eingeborener
- A)** Machtmensch
- R)** Automechaniker

10. Autobiografie



- U)** Beschreibung der eigenen Lebensgeschichte
- B)** Zeitungsmeldung
- Z)** Buchdeckel

11. Autopsie

- N)** weiblicher Roboter
- O)** Autorundfahrt
- F)** Leichenöffnung



Lösungswort:

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11

Aktivierung

Neues aus der Aktivierung von Renate Arndt

In der Tomatensaison gibt es von der **Apfelgruppe** eine neue Spezialität:



Schonend getrocknete **Cherrytomätkli**,
gewürzt mit **Thymian** aus unserem Garten!



Diese Spezialität kann als gesunder Snack für zwischendurch genossen oder als Sauceneinlage verwendet werden und ist erhältlich in unserer Cafeteria für nur 4.-- pro Säckli.

Der Erlös geht an den Wiesengrundfonds, Haltbarkeit siehe Etikette.



S hett, solangs hett

Schonend getrocknete **Cherrytomätli**,
gewürzt mit **Thymian** aus unserem Garten
gerüstet von Bewohnerinnen und Bewohnern

des
Seniorenzentrum
Wiesengrund

Mindestens haltbar bis siehe Etikette



Ein Säckli nu

geht a

Cherrytomätli mit Thymian
Sanft tröchnet, grüschet vo Bewohnerinnen
Mindestens haltbar bis Februar 2025

Cherrytomätli mit Thymian
Sanft tröchnet, grüschet vo Bewohnerinnen
Mindestens haltbar bis Februar 2025

Cherrytomätli mit Thymian
Sanft tröchnet, grüschet vo Bewohnerinnen
Mindestens haltbar bis Februar 2025

Cherrytomätli mit Thymian
Sanft tröchnet, grüschet vo Bewohnerinnen
Mindestens haltbar bis Februar 2025

Ein Gruss aus der Küche

von Regula Forlin

Die Melone, der Wiesengrund Hit schlechthin im Sommer.

Es ist drückend heiss, die Kleider kleben am Körper und keine Abkühlung ist in Sicht. Da kommt die erfrischende Wasser-, Zucker oder Honigmelone doch gerade recht.

Darum Zeit für ein wenig Warenkunde:

Melonen - was ist der Unterschied!? Von der Wasser- bis zur Galiamelone.

Die verschiedenen Melonensorten werden im Wesentlichen in Wassermelonen und Zuckermelonen unterteilt. Beide Melonenarten zählen zu den Kürbissen und sind damit eigentlich keine Früchte. Die Melonen werden in der Botanik nicht mal als verwandt angesehen, die Zuckermelonen sind z.B. enger mit den Gurken verwandt als mit den Wassermelonen.

Die Wassermelone, knackig und erfrischend.

Die Wassermelone (*Citrullus lanatus*), auch Angurie, Arbuse und Pasteke genannt, ist eine aus Afrika stammende

Nutzpflanze, die heute weltweit in warmen Regionen angebaut wird.

Die Wildform wird auch Tsamma-Melone genannt. Weltweit werden über 1'200 Sorten angebaut in Genbanken, wie der des Vavilov-Instituts in St. Petersburg, sind über 3'000 archiviert.

Wassermelonen können sich in Grösse, Farbe und Form oft sehr unterscheiden. Sie haben eine runde bis längliche Form und ihr Gewicht kann bis zu 15 kg betragen. Die Schale ist glatt und variiert farblich zwischen hellgrün und dunkelgrün, mit Streifen oder Marmorierung.

Das Fruchtfleisch ist in der Regel rot und besteht zu ca. 95% aus Wasser.





Bei Wassermelonen ist gewöhnlich das gesamte Fruchtfleisch von Kernen durchzogen. Die Reife erkennt man durch leichtes Klopfen auf die Schale. Er klingt ein voller, saftiger Ton, ist die Wassermelone ausgereift.

Die Zuckermelonen – aromatisch und süss.

Unter dem Oberbegriff Zuckermelonen versammeln sich ungefähr 500 verschiedene Sorten von Melonen, die sich in Aussehen, Geschmack und Grösse durchaus unterscheiden. So ist die Oberfläche

je nach Melonenart verschieden. Sie kann glatt, netzartig oder knotig sein. Zuckermelonen haben eine ovale bis runde Form, können kopfgross und bis zu 4 kg schwer werden. Das Fruchtfleisch ist je nach Art grün bis gelb, orange, weiss oder rosa. Die enge Verwandtschaft mit der Gurke erkennt man am innen liegenden Fruchtgehäuse mit Kernen. Zuckermelonen sind reif, wenn sie angenehm süss riechen und bei sanftem Druck etwas nachgeben.



Diese Zuckermelonen kennen Sie bestimmt!

Prominente Vertreter der Zuckermelonen sind die Wintermelonen (z. B. Piel de sapo und Honigmelone), die Netzmelonen (z. B. Galiamelone) und die Cantaloupe-Melonen (z. B. Charentais-Melone).

Inhaltsstoffe und Wirkung der Zuckermelone

- 85 Prozent Wasser
- 0,1 g Fett pro 100 g
- Alle Zuckermelonenarten enthalten Vitamin A, B und C sowie Kalzium, Magnesium, Phosphor, Kalium und Eisen.
- Die Cantaloupemelone hat den höchsten Vitamin-C-Gehalt und zusätzlich Beta-Carotin, das im Körper zu Vitamin A umgewandelt wird.
- Die Honigmelone hat den höchsten Zuckeranteil aller Melonen. In ihr stecken bis zu 12 Prozent Fruchtzucker. Andere Zuckermelonensorten enthalten etwa 10 Prozent Zucker. Deswegen hat die Honigmelone mit bis zu 60 kcal pro 100 Gramm auch den höchsten Kalorienwert. Bei den anderen Sorten liegt der Wert zwischen 35 und 60 kcal pro 100 g.

Saison für Melonen ist Juni bis September, wir haben also noch ein wenig Zeit um diese köstlichen Früchte zu genießen.



Des Rätsels Lösung



Quiz Nr. 77:

Alles auto-/ nichts Auto



Lösungswort:

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11
A	U	T	O	V	E	R	K	A	U	F

Schlusspunkt



Impressum

Seniorenzentrum Wiesengrund
Wülflingerstrasse 7, 8400 Winterthur

Tel. 052 264 54 54

Homepage www.seniorenzentrum-wiesengrund.ch
E-Mail info@sz-wiesengrund.ch

Bank ZKB, CH-8010 ZUERICH
IBAN CH44 0070 0110 0073 5251 6

PostFinance CH57 0900 0000 8400 8760 2

Geschäftsleitung Cora Serafini