



EULENBlick



Pflege Eulachtal

Hauszeitung | # 01 | Oktober 2024



Huuu Huhuuu – unsere neue Hauszeitung ist da

Willkommen zur ersten Ausgabe von «Eulenblick», der neuen Hauszeitung für alle Freunde der Pflege Eulachtal – Bewohnende, Spitex-Klientinnen und -Klienten, Freiwillige und Mitarbeitende.

Elgg «Unser Anspruch ist es, die Menschen rund um Pflege Eulachtal zu verbinden» sagt Carsten Hejndorf, Co-Geschäftsführer, zu den Zielen der neuen Hauszeitung. Die Inhalte werden locker sein und alles von internen «Journalist/innen» geschrieben, fotografiert und gestaltet. Nur der Druck wird extern gegeben.

«Zudem möchten wir die Eule rehabilitieren» sagt Hejndorf zu der Namenswahl für die Zeitung. In einer internen Online-Umfrage haben die Namen mit «Eule» am besten abgeschnitten.

Im europäischen Mittelalter wurde die Eule zum Symbol für den nahenden Tod und als Begleiterin von schwarzen Zauberern sowie Hexen. Bei den alten Griechen galt die Eule jedoch als Symbol von Weisheit und Schutz. Das weiche Gefieder der Eule erzeugt ein Gefühl der Geborgenheit, ihr Gesicht mit den grossen Augen und dem kleinen Schnabel erinnert an das eines Menschen.

Bei Pflege Eulachtal gibt es viele Nachteulen und bunte Vögel. Wir freuen uns, allen eine Stimme zu geben. Huuu Huhuuu.

Der «Eulenblick» wird voraussichtlich viermal im Jahr erscheinen.

Redaktion Eulenblick



REGION

Seite 5



Spitextag 2024

LOKAL

Seite 6



100 Tage im Job

LOKAL

Seite 8



Projektwoche Lernende

REZEPT

Seite 15



Tipp vom Küchenchef



Traumziele, Traumreisen - Pflege Eulachtal macht Ferien

Der Sommer und somit die klassische Reisezeit liegt inzwischen hinter uns. Wir haben beim Personal und bei den Bewohnenden nachgefragt, wo sie ihre letzten Ferien verbracht haben oder welches ihre Traumziele sind bzw. waren.

Eulachtal Ferien sind für viele das Highlight des Jahres. Den Alltag hinter sich lassen und die geschmiedeten Pläne umsetzen. Koffer packen, das Auto, Motorrad oder Velo beladen und los gehts. Die einen zieht es in den Süden, andere bevorzugen eher nördliche Gefilde und wiederum andere schwören auf Urlaub in den Bergen. Auch Ferien Zuhause liegen absolut im Trend, haben diese doch den Vorteil, dass man endlich mal Zeit für Dinge hat, die schon lange getan werden sollten. Der Rückblick auf die schönste Zeit des Jahres zeigt, dass viele eine Kombination von beidem lieben. Man genießt das «dolce far niente», möchte aber auch etwas erleben, sich bewegen, neues entdecken. Interessant sind auch die Reiseziele, welche die Bewohnerinnen und Bewohner früher hatten. Diese unterscheiden sich nicht wesentlich von den heutigen Zielen.

Wir haben gefragt:

- 📍 Ferienziel: Wo hast du deine letzten Ferien verbracht?
- 😊 Was war dein Highlight?
- ♥ Was/wer durfte keinesfalls fehlen?



📍 Marokko

- 😊 Kultur
- ♥ Meine Frau

Franz Herrmann, Bewohner PZE



📍 Côte d'Azur

- 😊 Abendspaziergang am Meer
- ♥ Besuch auf dem Markt

Fabia Pregowski, Spitex Eulachtal



📍 UHU (ums Huus ume)

- 😊 «Nothing to do» und Jobwechsel
- ♥ Wasser für die Hochbeete & meine Lieblingsmenschen

Martina Zeidler, Berufsbildnerin



📍 Insel Elba

- 😊 Die Natur genießen, Ausflüge & Baden im Meer
- ♥ Mein Mann

Elise Stiefel, Bewohnerin PZE



📍 USA

- 😊 Wunderschöne Strände & türkisfarbenes Wasser
- ♥ Sonnenuntergang am Meer

Marion Schenk, Spitex Elgg



📍 Kanada

- 😊 Die Delphine
- ♥ Der Onkel

Ruth Weidmann, Bewohnerin PZE



📍 **Bündner Berge**

- 😊 Auf dem Hosenboden den Schnee runterrutschen
 - ♥ genug Picknick
- Dr. med. Simone Meyer, Chefärztin*



📍 **Untersee & Zermatt**

- 😊 Der See (Sommer), Skifahren (Winter)
 - ♥ Baden (Sommer), Berge (Winter)
- Silvia Sprenger, Bewohnerin PZE*



📍 **Albanien**

- 😊 Sonne, Meer, nicht kochen & putzen müssen
 - ♥ Gut essen, Strand & Sonne
- Beta Lulaj, Staub Kaiser Haus*



📍 **Dänemark**

- 😊 Das erste Mal mit dem Camper unterwegs
 - ♥ Kappe & Schal
- Anita Hohler, Patientenadmin/ZAPF*



📍 **Schlanders im Vinschgau**

- 😊 Stilfserjoch
 - ♥ Meine Hunde
- Esther Bianchi, Pflegezentrum Eulachtal*



📍 **Roadtrip zur Nordsee**

- 😊 Leuchttürme an der niederländischen Küste
 - ♥ Mani & Harley
- Béatrice Rösch, Marketing*

«Es gibt zwei Weisen die Welt zu betrachten: Entweder man glaubt, dass nichts auf der Welt ein Wunder sei, oder aber, dass es nichts als Wunder gibt».

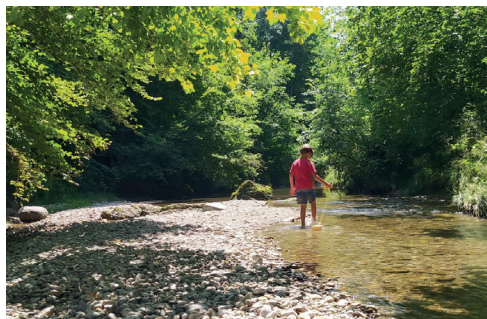
Albert Einstein



📍 Pontresina

- ☺ Skifahren
- ♥ Wanderausrüstung

Emma Schneider, Bewohnerin PZE



📍 Zuhause

- ☺ Tun, worauf wir Lust hatten
- ♥ Mein Sohn

Bernadette Widmer, Leitung Therapien



📍 La Palma

- ☺ Der Vulkan
- ♥ Das Wasser

Gottfried Räss, Bewohner PZE



📍 Im Baumgarten, Elgg

- ☺ dass ich in den Ferien Alpakas schälen durfte
- ♥ Pizza & Döner

Rita Ott, Restaurant Eulachtal



📍 Teufen AR

- ☺ Mutter ist dort aufgewachsen, Haus stand noch
- ♥ Meine Mutter

Lilly Bühler, Bewohnerin PZE



📍 Nordseeküsten-Radweg (D)

- ☺ Weite des Wattenmeers & Schafe auf den Deichen
- ♥ genügend Akku fürs Velo

Myrtha Keiser, Spitex Eulachtal



📍 Jesolo (I)

- ☺ Dass man am meisten Ruhe hat
- ♥ Die Möwen

Lydia Weidmann, Bewohnerin PZE



📍 Saurier Park Kleinwelka (D)

- ☺ Nicht gefressen werden ;-)
- ♥ meine Familie

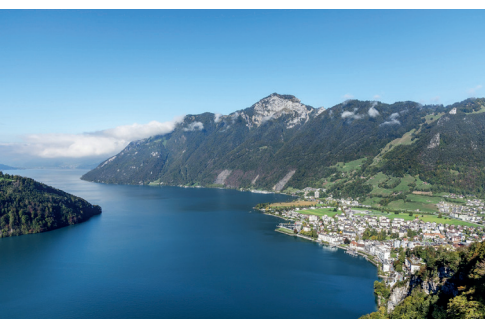
Tino Sachse, Leiter Aus- & Weiterbildung



📍 St. Moritz

- ☺ Die Berge
- ♥ Das schöne Wetter

Sylvia Füllemann, Bewohnerin PZE



📍 Vierwaldstättersee

- ☺ Auf den Bergen herumlaufen
- ♥ Der Hund

Doris Hofmann, Bewohnerin PZE



📍 Amsterdam

- ☺ Van Gogh Museum
- ♥ Stroopwaffel & gute Laune

Fabiana Pagella, Sekretariat



📍 Spanien

- ☺ Wetter
- ♥ Kochen

Margrit Schmid, Bewohnerin PZE

Spitex-Tag 7. September 2024: Gute Pflege heisst Flexibilität

Das Motto des diesjährigen Spixetags lautete «Gute Pflege heisst: Flexibilität - Innovative Arbeitsmodelle. Abwechslungsreiche Tätigkeiten». Die Spitex Eulachtal setzte auch dieses Jahr auf eine süsse Überraschung von lokalen Bäckereien.

Eulachtal Am 7. September fand der Nationale Spixetag statt. Dieser stellt die Spitex jeweils mit einem Motto in den Mittelpunkt, um die Arbeit der Spitex sichtbar zu machen. Die Flexibilität, eine der wichtigsten Qualitäten der Spitex war dieses Jahr der Aufhänger der Kampagne. Doch was heisst das konkret für Mitarbeitende, was bedeutet es für den Arbeitsalltag?



Der Spitex Verband Schweiz hat zu persönlichen Statements aufgerufen und auf www.statements.spitex.ch eine Plattform dafür geboten. Klar herausgestochen ist die Nennung von flexiblen Arbeitszeiten. Für die einen bedeutet dies, fixe Arbeitstage zu bevorzugen, was die Vereinbarung von Familie und Beruf für viele erst möglich macht. Wiederum andere schätzen es, auch mal unter der Woche frei zu haben oder sich flexibel für ein Hobby oder eine Nebenbeschäftigung frei nehmen zu können.

Auch die Möglichkeit immer wieder neu auf die Bedürfnisse von einzelnen Klientinnen und Klienten einzugehen, wurde oft im Zusammen-

hang mit Flexibilität genannt. Ausserdem entwickelt sich die Spitex ohnehin stetig weiter, wie auch die Bevölkerung sich entsprechend dem demografischen Wandel laufend verändert.

Insgesamt wurden im Jahr 2022 gemäss Bundesamt für Statistik in der Schweiz 458'578 Personen durch Spitex-Mitarbeitende und freischaffende Pflegefachpersonen in den eigenen vier Wänden medizinisch versorgt und unterstützt. Über 40'000 Personen arbeiten schweizweit bei der Nonprofit-Spitex.

Bei der Spitex Eulachtal arbeiten aktuell gut 70 Mitarbeitende aus unterschiedlichen Berufsgruppen. Wiedereinsteiger/-innen, haben hier oft den Weg in die Arbeitswelt wieder gefunden, wie auch Fachfrauen während oder direkt nach ihrer Ausbildung.

Die Mitarbeitenden der drei Spitexzentren Elgg, Elsau und Wiesen-dangen sind mit viel Herzblut, Elan und Flexibilität an 365 Tagen im Jahr mit dem Auto oder Velo unterwegs. Täglich sind je Zentrum zwischen 8 bis 15 Mitarbeitende im Einsatz, von morgens um 7 Uhr bis abends um 22 Uhr.

Die Arbeit ist vielfältig und kein Arbeitstag gleicht dem andern. Das fordert auch bei den Mitarbeitenden eine grosse Flexibilität.

Um unsere Klientinnen und Klienten auf den Spitex-Tag aufmerksam zu machen, haben Mitarbeitende der Spitex Eulachtal auch dieses Jahr die Gelegenheit genutzt, all ihren Klientinnen und Klienten einen Spitzbuben zu überreichen. Viele der Klientinnen und Klienten erhielten diese persönlich über-



reicht, einigen wurde der «Zvieri» im Milchkasten hinterlegt.

Auch für die Mitarbeitenden gabs eine kleine Überraschung: der Spitex Verband Kanton Zürich hat jeder Mitarbeiterin und jedem Mitarbeiter einen praktischen, biegsamen Massstab zukommen lassen – als Wertschätzung für ihre Flexibilität im Alltag.

Fabia Pregowski



Die leckeren Spitzbuben stehen bereit zur Verteilung an Klientinnen und Klienten

100 Tage im Job – Interview mit dem Küchenchef & der Geschäftsbereichsleiterin ambulant

Andreas Giger und Susanne Berchtold haben anfangs Mai ihre Stellen als Küchenchef beziehungsweise als Geschäftsbereichsleiterin ambulant angetreten. Mit den Interviews möchten wir Ihnen die beiden Führungspersonen vorstellen und erfahren, was sie in ihren ersten 100 Tagen im Job erlebt haben.

Andreas Giger Küchenchef Restaurant Eulachtal



Andreas, du hast im Mai 2024 als Küchenchef im Pflegezentrum Eulachtal in Elgg angefangen. Mit welchen Erwartungen bist du eingestiegen?

Dass ich freundlich aufgenommen werde. An mich selbst hatte ich die Erwartung, dass ich mir möglichst schnell einen Überblick verschaffe. Auch dass ich die verschiedenen Häuser sehe.

Hast du diesen Überblick jetzt?

Ja, in der Küche jedenfalls zu 90%. Beim gesamten Unternehmen vielleicht zu 50%.

Ich spüre, dass ganz viele Bedürfnisse da sind. Von den Gästen, dass sie gut und abwechslungsreich essen möchten. Von den Mitarbeitenden in der Pflege, dass es viele ernährungstechnische Bedürfnisse gibt. Zum Beispiel, dass der Proteindrink zu wenig schmackhaft war.

Wir haben die Rezeptur geändert, damit Konsistenz und Geschmack stimmen.

Es ist ein Ernährungsbewusstsein im Unternehmen vorhanden, bei Gästen sowohl als bei Mitarbeitenden, aber die ungesunden Klassiker müssen auch sein!

Du hast einiges schon an den Menüs geschraubt. Kommen die Veränderungen gut an?

Ja, wir erhalten schöne Rückmeldungen. Das rote Thaicurry und die Samosas sind sehr beliebt. Wir haben etwas mehr Weltküche in Pflege Eulachtal hereingeholt.

Welche Herausforderungen hattest du nicht erwartet?

Die Personalplanung ist eine grosse Hürde gewesen, es gab in den letzten Monaten viele Ausfälle. Ich habe den Anspruch, möglichst schnell etwas bewirken zu können.

Die Infrastruktur bereitet mir etwas Sorge, unser Ofen ist kurz vor dem Ableben. Wir haben einige ins Alter gekommene Geräte.

Bist du ungeduldig?

Nein, eigentlich nicht, aber ich weiss was es braucht. Und ich brau-

che das Licht am Ende des Horizonts. Es ist eine Herausforderung alles so zu koordinieren, dass es spürbar ist, dass jemand neues da ist, ohne dass das Team an seine Grenzen kommt.

Deine Vorgängerin, Bernadette Hollenstein, ist jetzt die Sous Chef in deinem Team. Hattest du keine Bedenken zu dieser Konstellation?

Nein, ich bin von Anfang an davon ausgegangen, dass es funktionieren wird. Ich habe Bernadette kennengelernt und habe gewusst, dass es funktionieren kann. Es ist ein grosser Vorteil, dass sie den Betrieb so gut kennt. Mit wenig Kommunikation findet viel statt.

Hast du überraschende Chancen entdeckt?

Ja, man kann mit den vielen Standorten bei Pflege Eulachtal etwas erreichen. Ich treffe überall auf offene Leute. Auch die neue Zusammensetzung der GL bietet Chancen, es ist alles in Bewegung.

Was hast du aus den ersten 100 Tagen gelernt?

Ich habe gelernt, die Ruhe zu bewahren und Prioritäten zu setzen, ich kann nicht alles gleichzeitig. Ich muss mich selber immer wieder etwas zurücknehmen. Ich merke,



«Es ist ein Ernährungsbewusstsein vorhanden, aber die Klassiker müssen auch sein»

Susanne Berchtold

Geschäftsbereichsleiterin ambulant, Mitglied GL



Wie war dein Start?

Mein Start bei Pflege Eulachtal war sehr gut, sehr schön. Ich habe mich rundum willkommen gefühlt. Es war toll zu spüren, dass sich alle freuen, dass ich hier anfangen. Das gibt einem ein gutes Gefühl, so macht arbeiten Spass!

Wie liefen die ersten 3 Tage ab?

Die ersten Tage waren einfach voll mit Infos und neuen Eindrücken. Durch ein gemeinsames Mittagessen mit der Geschäftsleitung im Pflegezentrum am ersten Arbeitstag und das bald darauf folgende Jubiläumsfest des Lichtblicks, hatte ich schnell einen Einblick in die gesamte Pflege Eulachtal. Aufgrund der vielen verschiedenen Standor-

te und Häuser und meiner etwas anderen Rolle, als in meiner Anstellung davor, musste ich mich in der Anfangszeit erst mal neu orientieren.

Was liegt momentan ganz oben auf dem Schreibtisch?

Ganz klar diverse Digitalisierungsthemen. Sei dies im Medikamenten- oder Fahrzeugmanagement. Ausserdem ganz viele Wünsche und Anliegen aus den Spitexteams aber auch von mir. Mir geht die Arbeit sicher so schnell nicht aus!

Was motiviert dich?

Mich motivieren die Leute hier, die gute, positive Stimmung, der Austausch. Ausserdem die Haltung der Mitarbeitenden, dass sie sich verbessern und weiterkommen wollen und Neuem gegenüber nicht verschlossen sind.

Worauf freust du dich am meisten, wenn du morgens an deinen Arbeitsplatz kommst?

Auf meinen schönen Arbeitsplatz,

«Mich motivieren die Leute hier, die gute, positive Stimmung, der Austausch»

der hell, offen und modern ist. Ausserdem läuft immer was.

Inwiefern hat sich dein Arbeitsweg verändert?

Mein Arbeitsweg ist zwar länger geworden, jedoch führt er mich durch wunderschöne Landschaften. Ich nehme nun nicht mehr die Autobahn und komme sozusagen staufrei in Elgg an.

Was wünschst du dir für die Zukunft bei Pflege Eulachtal/Spitex?

Dass wir weiterkommen auf dem Weg, auf dem wir sind und dass wir uns verbessern können. Aber auch, dass wir qualitativ gute Pflege leisten und unsere Mitarbeitenden Spass haben an ihrer Arbeit.

Trinkst du lieber Tee oder Kaffee?

Ich trinke beides, jedoch lieber Kaffee.

Was wolltest du als Kind werden?

Archäologin

Wohin führt dich dein erster Urlaub nach der «Probezeit»?

Auf eine Rundreise durch Brasilien.

Fabia Pregowski



dass ich älter werde (Red.: 43 J), vor allem bei den hohen Temperaturen in der Küche im Sommer.

Was hat dir Freude bereitet?

Man gibt mir viele Rückmeldungen über Veränderungen, die gespürt werden: von Stammgästen, Bewohnenden und Mitarbeitenden. Das hilft mir sehr. Ich habe kürzlich eine positive Mail erhalten von einer älteren Person, die unsere Mahlzeiten via Mahlzeitendienst zuhause bekommt. Das war sehr herzlich!

Was können wir in den nächsten 100 Tagen erwarten?

Ich möchte mehr Strukturen in die Küche geben. Mehr Automatisieren, damit wir nicht immer über das gleiche reden müssen.

Beim Essen werden wir im Fleischbereich 100% frisch kochen, im Gemüsebereich teils auch mit Tiefkühlwaren arbeiten. Im Winter sind diese oft nahrhafter. Ich möchte das Restaurantangebot verbessern, damit die Auslastung vom Restaurant steigt. Und ich möchte, dass

wir in der Diätetik richtig stark werden. Beim pürierten Essen fehlen z.B. die Nahrungsfasern, aber wir können Fasern wieder hinzufügen, damit wird das Essen bekömmlicher. Oder wir pürieren das Fleisch und lassen die Beilagen unpüriert. Wenn immer es geht, arbeiten wir auch in der Diätetik mit natürlichen Lebensmitteln statt Pulver.

Wir sind ein Haus mit sehr viel Potenzial. Ich möchte in den nächsten 100 Tagen unbedingt auch die Bewohnenden besser kennenlernen.

Carsten Hejndorf



Elgg In der Woche vom 26. - 29. August arbeiteten die neuen VorlehrpraktikantInnen in der Aktivierungstherapie mit. Das speziell dafür zusammengestellte Wochenprogramm stiess bei beiden Seiten auf grossen Anklang. So wurde im «Bliib fit» gemeinsam geturnt, Jonglierbälle im «Kreativ Allerlei» hergestellt, gebacken und Sommerdrinks gemixt sowie zusammen gespielt. Ein Ausflug in den Tierpark Bruderhaus und der Wohlfühltag mit verschiedenen Massage- und Manikürebehandlungen rundeten die Woche ab. Schön, dass es so viele tolle Momente zwischen Jung und Alt gegeben hat!

Bernadette Widmer

Auszubildende gestalten Aktivierungsangebot für Bewohnerinnen und Bewohner



...und sonst noch im Sommer 2024

Kurzgeschichten zusammengetragen von Béatrice Rösch

Garten statt Büro

Elgg In der Pflege Eulachtal arbeiten im Hintergrund viele Mitarbeitende im Büro, so zum Beispiel in der Buchhaltung, der Bewohneradministration oder auch die Pflegeexpertinnen.

Bei einigen dieser Mitarbeitenden lässt es ihre Tätigkeit manchmal zu, dass sie an heissen Sommertagen den oftmals unangenehmen Temperaturen ihres Büros entfliehen, sich den Laptop schnappen und im lauschigen Garten des Pflegezentrums ihrer Arbeit nachgehen können. «Hier kann ich dem warmen Arbeitsplatz hinter den Bürofenstern entfliehen und konzent-



Miguel Santiago, Informatiker, beim entspannten Arbeiten im Outdoor-Office



Simone Meyer geniesst den natürlichen Schatten und die Ruhe im Garten des PZE

riert arbeiten» sagt zum Beispiel Dr. med. Simone Meyer.

Möglich macht das eine Informatik-Lösung, mit der unabhängig von Raum und Ort, auf die benötigten Daten zugegriffen werden kann.

Leider können nicht alle von dieser Annehmlichkeit profitieren, aber diejenigen, die diese Möglichkeit hin und wieder nutzen, geniessen den natürlichen Schatten der Begrünung, ein laues Lüftchen und die Ruhe. Und allzu oft gibt es diese Gelegenheit in unseren Breiten-graden ja eh nicht. Denn eines ist gewiss, der nächste Winter kommt bestimmt.

Glacé gegen die Hitze



Glacéschmaus im Garten der Aktivierungstherapie PZE

Eulachtal An einem Hitzetag im Sommer 2024, spendierte die Geschäftsleitung allen Mitarbeitenden zur Abkühlung ein Glacé.

Die Mitarbeitenden im PZE durften sich direkt selbst im Restaurant ein Glacé aussuchen. Damit alle Standorte in den Genuss der Spende kamen, fungierte Caroline Menzi, unsere Leiterin Hotellerie & Facilitymanagement, kurzerhand als Glacékurier und wurde in allen Betrieben freudig begrüsst.



Arbeitsweg: Gegenverkehr der besonderen Art

Elgg Auf dem Arbeitsweg mit dem Auto von Rickenbach ZH nach Elgg, lauerte eines morgens im Frühsommer eine ungewöhnliche tierische Gefahr.

In der Kurve im Wald zwischen Unterschneit und der Kläranlage Elgg muss man schon mal mit Gefahren rechnen: entgegenkommende Fahrzeuge, die zu schnell in die Kurve fahren und über die Mittellinie geraten, Rutschgefahr bei Schnee, Eisglätte, nasses Laub oder Velofahrer mitten auf der Strasse. Was mir aber eines morgens auf dem Arbeitsweg in der Kurve ent-



gegenkam, war doch sehr aussergewöhnlich: Korrekt auf der Gegenspur trotteten gut zehn Rinder Richtung Unterschneit! Eigentlich erwartete ich am Schluss der Herde einen Cowboy zu sehen, aber Fehl-anzeige, da gab es maximal einen kleinen Stau – die Rinder waren alleine unterwegs und offensichtlich irgendwo ausgebüxt. Gerne hätte ich die Herde weiterverfolgt, um zu

sehen, wo die Reise hinführt, aber bei mir rief die Arbeit.

Interessanterweise weidete beim Büchlerhof am nächsten Tag etwa eine gleich grosse Herde Rinder. Ich war mir sicher, dass das die Ausreisser vom Vortag waren. Jedenfalls stand ein Rind verdächtig nah am Zaun, so als würde es in Erinnerungen an das gestirge Abenteuer schwelgen.

Liebe Mitarbeitenden, habt auch ihr etwas in eurem Betrieb/eurer Abteilung, mit Bewohnerinnen & Bewohnern, Klientinnen & Klienten oder mit Kolleginnen & Kollegen erlebt oder ihr habt kleine Anekdoten aus eurem Arbeitsumfeld, die ihr gerne erzählen möchtet? Dann schreibt uns auf eulenblick@eulachtal.ch

5 Mitarbeitende – 5 Fragen

Für ein Kennenlernen der anderen Art stellen wir in dieser Rubrik jeweils fünf Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern fünf ungewöhnliche Fragen. Erhalten Sie so einen kleinen Eindruck des jeweiligen Menschen. In dieser Ausgabe stellen wir Ihnen die Redaktionsmitglieder vor.



Bernadette Widmer
Leiterin Therapien



Fabia Pregowski
Fachverantwortung Pflege, Spitex

Welcher Song macht dich glücklich?

Nicht unbedingt ein spezieller Song, jedoch Musik zum Tanzen wie z.B. Club Sound

«Fever»
von Roosevelt

Wohin würdest du reisen, wenn es eine Zeitmaschine gäbe?

Ans Ende unserer Umbauprojekte (s. Foto)

In die Barockzeit

Was wolltest du als Kind werden?

Zirkusartistin

Drogistin

Deine Lieblings-Glacésorte?

Salted Caramel

Haselnuss

Wenn du in ein anderes Land ziehen müsstest, wo würdest du hinwollen?

Da bin ich recht unkompliziert. Was es jedoch nicht haben sollte ist eine hohe Kriminalität/Krieg oder eine karge Landschaft – ich liebe die grüne Natur

Frankreich





Carsten Hejndorf
Co-Geschäftsführer

«Imagine»
von John Lennon

Ins Jahr 2200 (mit Retourticket)

Meteorologe

Sauerrahmglacé

Dänemark



Maria Angele
Leiterin Human Resources

«Adventure of a Lifetime»
von Coldplay

In die Belle Époque oder dann in
die Zukunft, um zu sehen, ob es
uns Menschen noch gibt

Kindergartenlehrerin

Gelato al Pistacchio

Südengland in ein Cottage an der
Küste Cornwalls



Béatrice Rösch
Marketing & Kommunikation

«I'm alive»
von Céline Dion

Vorwärts in den Ruhestand
oder zurück in die goldenen
Zwanziger

Popstar, Schriftstellerin & Gold-
schmiedin

Zuhause Vanille, in den Ferien
Malaga, aber ausser Mocca geht
eigentlich jede Sorte

An die Nordseeküste in Deutsch-
land oder den Niederlanden



Der Stiftungsrat auf den Spuren von Villen & Gärten

Am Samstag, 7. September 2024 unternahm der Stiftungsrat im Rahmen des Stiftungsrats-Ausflugs eine Entdeckungsreise nach Winterthur. Bei strahlendem Spätsommerwetter gab es eine Führung «auf den Spuren von Villen & Gärten».

Winterthur Während rund 2 Stunden wurde den Teilnehmenden erzählt, wer im Laufe des 18. und 19. Jahrhunderts in Winterthur einflussreich war, welche prunkvollen Gebäude durch wen gebaut wurden und wie die Oberschicht untereinander vernetzt war. Dazu lernten sie in dieser kurzen Zeit sehr viel über die Geschichte von Winterthur.

War Ihnen bewusst, dass:

- Aufgrund eines Fachkräftemangels in Winterthur die erste technische Hochschule der Schweiz gegründet wurde? Und was entstand daraus? Die ZHAW.



Antike Kaminuhr mit W-Lan?

- Im Museum Lindengut der 1. Blitzableiter der Schweiz montiert wurde? Und, dass der Erfinder kein Geringerer als Benjamin Franklin war, einer der Gründungsväter der USA?
- Das Musik-Kollegium Winterthur 2029 bereits 400 (!!) Jahre alt werden wird?
- Die Freimaurer den mächtigsten Geheimbund der Welt haben – und in Winterthur eine Loge davon im Gebäude «Akazia» liegt?



Das Logengebäude Akazia

- Albert Einstein für 2 Monate am Technikum Winterthur als Hilfslehrer unterrichtete?
- Das heutige Bezirksgerichts-Gebäude früher der Hauptsitz des Schweizer Teils der Lloyds-Versicherung London war – und diese damals wegen einer Schmiergeldaffäre in Konkurs ging?

- Bereits im 19. Jahrhundert in Winterthur Ananas gereift ist – und diese Frucht dann bei der oberen Schicht gerne als Tisch-Dekoration eingesetzt und unter Freunden weitergereicht wurde? Und warum das? Weil sie als Symbol für «Gastfreundschaft und Herzlichkeit» gilt.
- Die Winterthurer Firmen/Familien Reinhart, Volkart, Sulzer sehr stark untereinander verstrickt waren und Winterthur auch vor allem dank ihnen über so viele Kunstschatze/Gebäude verfügt?
- Unter dem Busbahnhof am Hauptbahnhof die Eulach unterirdisch durchfliesst?



Die Mitglieder des Stiftungsrates der Gemeinnützigen Stiftung Eulachtal und die GL-Mitglieder lauschen interessiert den Ausführungen von Trudi Neff

- Bis in die 1970er Jahre die Autos auch in der Altstadt von Winterthur fahren konnten?
- Dort, wo der Albani-Musikclub Winterthur ist, die Gründungswerkstatt von Sulzer war?
- Dass sich inmitten der Winterthurer Altstadt die grösste zusammenhängende Fussgängerzone der Schweiz befindet?

Nach all diesen Informationen und abgelaufenen Kilometern liess man den Ausflug dann bei einem gemeinsamen Abendessen gemütlich ausklingen – um sich nun gestärkt wieder auf die Stiftungsrats-Aufgaben konzentrieren zu können!

Cornel Heim



Nein zur BVG-Reform 2024

Am 22. September hat die Schweizer Bevölkerung mit einem **NEIN-Anteil von 68 Prozent** die BVG-Reform abgelehnt. Die Reform zielte darauf ab, die Finanzierung der 2. Säule zu stärken, das Leistungsniveau insgesamt zu erhalten und die Absicherung von Teilzeitarbeitenden zu verbessern.

Die abgelehnte Vorlage enthielt folgende Massnahmen:

- Senkung des Mindestumwandlungssatz von 6.8 auf 6 Prozent
- Senkung der Eintrittsschwelle für den Pensionskassenanschluss.
- Tieferer Altersgutschriften für ältere Arbeitnehmende
- Finanzielle Kompensation der ersten 15 Jahrgänge
- Prozentualer statt fixer Koordinationsabzug

Die gescheiterte BVG-Reform hatte zum Ziel, die finanzielle Stabilität der zweiten Säule zu gewährleisten, angesichts der zunehmenden Anzahl an Rentnerinnen und Rentnern, der steigenden Lebenserwartung sowie der sinkenden Renditen. Im Rahmen dieser Reform hätte der Mindestumwandlungssatz für die Rentenberechnung im obligatorischen Teil der Versicherung von 6,8 auf 6 Prozent gesenkt

werden sollen.

Auch andere Massnahmen der Reform werden nicht umgesetzt: Ältere Menschen mit geringem Einkommen hätten besser abgesichert werden sollen, sie und ihre Arbeitgeber hätten aber auch höhere Beiträge in die zweite Säule einzahlen müssen.

Nach Angaben des Bundes hätte die Reform insbesondere Arbeitnehmer betroffen, die lediglich nach dem BVG-Mindeststandard oder geringfügig darüber versichert sind.

Wie geht es nach diesem Resultat weiter?

Dies ist bereits die dritte Reform der beruflichen Vorsorge, die in den letzten Jahren nicht erfolgreich war. Zunächst scheiterte 2010 der Versuch, den Umwandlungssatz zu senken, gefolgt von der Reform Altersvorsorge 2020 im Jahr 2017, die eine Neugestaltung der AHV und der beruflichen Vorsorge anstrebte.

Somit ist davon auszugehen, dass es in naher Zukunft keine neue Version einer BVG-Reform geben wird, unabhängig ihrer Gestaltung und die zweite Säule in den kommenden Jahren unverändert bleiben wird.

Maria Angele

Pensionskasse – Ein Spannungsfeld zwischen Notwendigkeit, Fürsorge und Kosten

Elgg Wie überall war auch bei Pflege Eulachtal das Thema Pensionskasse eines, das die meisten Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter erst kurz vor der Pensionierung beschäftigt und sie dann gleich überfordert hat. Das muss nicht sein!

Deshalb bietet Pflege Eulachtal seit gut 3 Jahren Seminare für interessierte Mitarbeitende an, früher für über 58jährige, seit diesem Jahr für alle Interessierten.

Das Interesse hat sich von Jahr zu Jahr merklich gesteigert. Dieses Jahr war der Nachmittag innert weniger Tage bereits überbucht.

Herr Knopfli, der PK-Spezialist von Funk Insurance Brokers AG, schafft es jedes Mal, die wichtigen Fragen verständlich zu beantworten und Fehlinformationen aus der Welt zu schaffen.

Dieses Jahr stand auch die Information zur Abstimmung vom 22. September 2024 über die BVG-Revision zur Debatte. Wir wurden gut informiert und konnten feststellen, dass wir als Mitarbeitende von Pflege Eulachtal, bei welchem Ausgang der Abstimmung auch immer, nichts zu verlieren haben. Wir sind bereits jetzt schon besser und grosszügiger versichert als die neue Revision es vorsieht. Pflege Eulachtal hat sich für eine sehr mitarbeiterfreundliche BVG-Lösung entschieden und ist bereit, hohe Kosten dafür aufzubringen. Uns Mitarbeitenden bleibt nur, uns herzlich bei der Geschäftsleitung dafür zu bedanken und weiter informiert zu bleiben.

Ursa Plaz



Wettbewerb:
Wie viele kleine Eulen haben sich versteckt?

Unserer Eule Paula sind ihre kleinen bunten Eulen entfliegen und haben sich in dieser Ausgabe versteckt. Können Sie ihr helfen, alle wieder zu finden? Suchen Sie die kleinen Ausreisser und nehmen Sie an der Auslosung teil. Es warten kleine Überraschungspreise auf glückliche 10 Gewinner und Gewinnerinnen.

Einfach Eulen zählen, Talon ausfüllen und diesen bis 30. November senden an: Pflege Eulachtal, Wettbewerb Eulenblick, Vordergasse 3, 8353 Elgg oder schreiben Sie die Anzahl sowie Ihre Kontaktdaten per E-Mail an eulenblick@eulachtal.ch. Bewohnende und Klienten können Ihren Talon auch dem Pflegepersonal zur Weiterleitung an die Redaktion übergeben.

Lösung	
--------	--

Vorname	Name
Adresse	PLZ/Ort
E-Mail	Telefon

Die Ermittlung der Gewinner/Gewinnerinnen erfolgt unter Ausschluss der Öffentlichkeit. Über den Wettbewerb wird keine Korrespondenz geführt.



Inserate



Herbst im Restaurant Eulachtal

z'Mittag in unserem Restaurant:

Metzgete 28. Oktober bis 3. November 2024

Blutwürste, Leberwurst, Ripppli, Sauerkraut, Kartoffeln

Restaurant Eulachtal Elgg
Täglich geöffnet: 9 – 17.15 Uhr

Vordergasse 3 · 8353 Elgg · Telefon 052 368 51 11
info@eulachtal.ch · www.eulachtal.ch

Gratis
1 Tasse Kaffee zu Vermicelles
oder Coupe Nesselrode
bis 30.11.2024 einlösbar im Restaurant
Pflegezentrum
Eulachtal

Ihre Werbung

Wäre es nicht toll, wenn hier ein Inserat von Ihnen platziert wäre und Sie damit die breite Leserschaft des Eulenblicks erreichen würden?

Sie könnten damit nicht nur Ihre Firma und Ihre Produkte bewerben, sondern auch einen kleinen Beitrag an die Produktion dieser Zeitung beisteuern.

Wenn Sie interessiert sind, freuen wir uns über Ihre Kontaktaufnahme: eulenblick@eulachtal.ch



Rezepttipp vom Küchenchef Andreas Giger: Nudeln mit Kürbisragout und Rucola



Zutaten

400 g Nudeln
500 g Speisekürbis (z.B. Butternusskürbis)
2 Stk. Knoblauchzehen
1 Stk. Zwiebel klein
100 g Rucola
0.5 - 1 dl Weisswein
1 dl Vollrahm
Olivenöl
Salz, Zucker & Pfeffer
50 g Kürbiskerne

Vorbereitung

- Die Nudeln im Salzwasser bissfest garen.
- Kürbis in ca. 5-8mm grosse Würfel schneiden.
- Knoblauch und Zwiebel fein schneiden
- Rucola waschen und je nach Grösse halbieren
- Kürbiskerne in einer beschichteten Pfanne leicht anrösten und grob hacken.

Zubereitung

Die Kürbiswürfel zusammen mit den Zwiebeln und dem Knoblauch in etwas Olivenöl andünsten. Mit Salz, Zucker und Pfeffer würzen. Anschliessend mit dem Weisswein ablöschen. Zwei Drittel der Kürbiswürfel (bissfest) aus der Pfanne nehmen und beiseite stellen. Den Vollrahm zu den restlichen Kürbiswürfel geben, weich garen und pürieren.

Zum Schluss die Nudeln in der Sauce wärmen/schwenken. Die beiseite gestellten Kürbiswürfel zusammen mit dem Rucola vorsichtig untermischen, mit Salz, Zucker, Pfeffer abschmecken und anrichten. Das Gericht mit den gehackten Kürbiskernen garnieren.

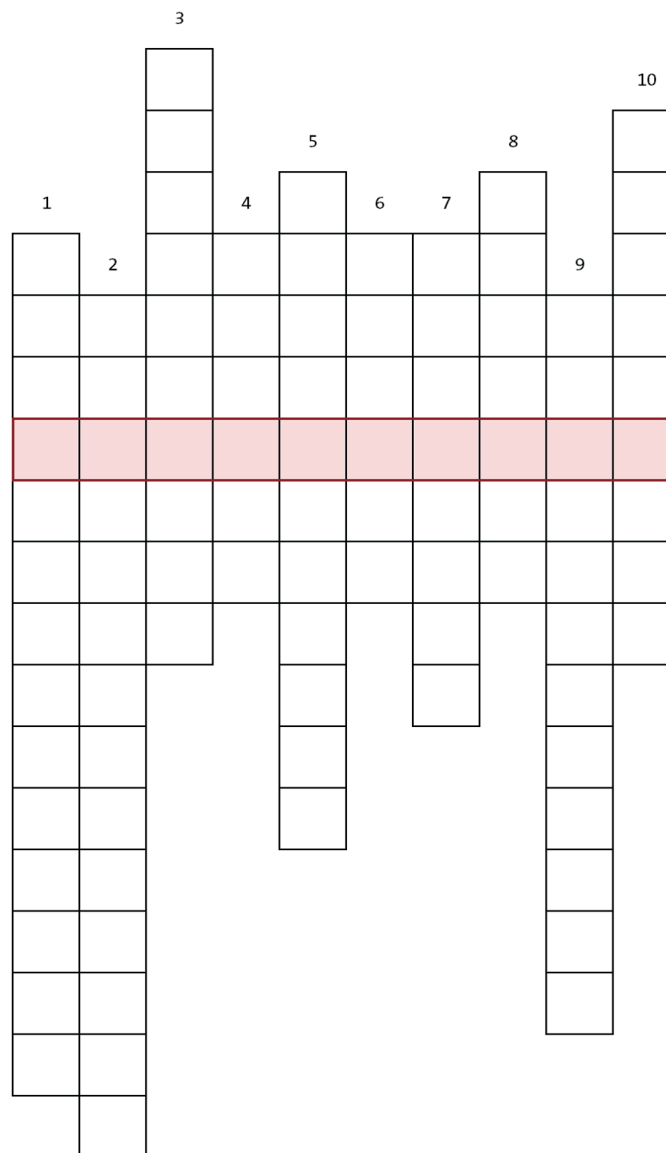
Wer möchte, kann geriebenen Parmesan oder Pecorino dazu servieren.



Gitterrätsel

Tragen Sie die Antworten auf die untenstehenden Fragen senkrecht in die Spalte mit der entsprechenden Nummer ein. Finden Sie das Lösungswort?

- 1 Grösster See auf Schweizer Boden
- 2 Bundesrätin (Nachname)
- 3 Süssigkeit
- 4 Berufsgruppe in der Gesundheitversorgung
- 5 Fest im Dezember
- 6 Wie viele Betriebe, inkl. Spitex, betreibt Pflege Eulachtal
- 7 Schweiz. Käsespezialität
- 8 Wie heisst der Fussballweltmeister 2024
- 9 Direktes Nachbarland
- 10 Ort wo Pinguine leben



Inserat

 **Pflegezentrum
Eulachtal**

30. November 2024, 8.30 - 16 Uhr

Tag mitenand – Denk dich fit!

- *Kunst- & Handwerksmarkt*
- *Denkpfad zwischen Adventsmarkt Elgg & Pflegezentrum Eulachtal*
- *Vortrag zum Thema Gedächtnistraining*
- *Musik, Essen & Trinken*

Weitere Infos unter www.eulachtal.ch oder über nebenstehenden QR-Code.

Wir freuen uns auf Ihren Besuch!

Pflegezentrum Eulachtal • Vordergasse 3 • 8353 Elgg • 052 368 51 11 • www.eulachtal.ch



Schweizer Ortschaften raten



Jeweils eine der drei Ortschaften pro Gruppe existiert wirklich. Finden Sie heraus, welche es sind?

Gabi
Doris
Monika

Waschen
Saugen
Betten

Dicken
Dünnen
Schlanken

Bäumlikon
Gräslikon
Strauchlikon

Rottannen
Weisstannen
Fichten

Vordemwald
Mittenwald
Hinterwald

Birken
Eschen
Buchen

Wurmfishenhaus
Bärfishenhaus
Fliegfishenhaus

Beton
Eisen
Glas

Speck
Filet
Schnitzel

Starten
Bocken
Stottern

Etwasbringen
Wenigbringen
Vielbringen



10

Unterschiede

Blue, der Hauskater des Pflegezentrums Eulachtal, hat es sich inmitten der Herbstdekoration gemütlich gemacht. Finden Sie die 10 Fehler im unteren Bild?

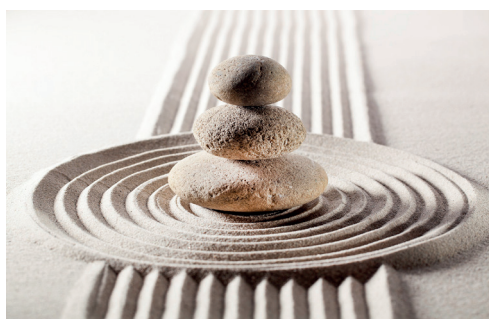


Achtsamkeit im Sitzen – Vorteile von Stuhl-Yoga entdecken

Yoga ist eine jahrtausendalte Praxis, die ihren Ursprung in Indien hat und Körper, Geist und Seele miteinander verbindet. Es umfasst eine Vielzahl von Techniken, darunter körperliche Übungen, Atemkontrolle, Meditation und ethische Prinzipien. In der heutigen Zeit erfreut sich Yoga weltweit grosser Beliebtheit.

Elgg Yoga bietet viele Vorteile im Alltag an, wie Stressabbau oder Entspannung, Verbesserung der Flexibilität und Kraft sowie die Förderung der Achtsamkeit und Konzentration und kann aufgrund der verschiedenen Stile von jedem praktiziert werden – egal ob jung oder alt.

Eine grossartige Möglichkeit, Yoga-Übungen für Menschen zugänglich zu machen, die Schwierigkeiten haben auf den Boden zu sitzen oder sich auf andere Weise zu bewegen



ist Yoga im Stuhl, auch als «Stuhl-Yoga» oder «Sitz-Yoga» bekannt. Es eignet sich nicht nur für Senioren, sondern auch für alle, die eine körperliche Einschränkung haben, unter einer Verletzung leiden, die zwischendurch im Büro Yoga machen möchten oder einfach neugierig auf neue Positionen sind.

Die richtige Sitzposition beim Stuhlyoga

Auf dem Stuhl neigen wir schnell dazu, den Rücken zu runden und ein wenig «einzusacken». Dabei wollen wir beim Yoga doch Länge und Weite im Körper schaffen – auch auf dem Stuhl. Zum Üben reicht ein normaler Stuhl. Am besten hat der Stuhl keine Armlehnen und eine gerade und feste Sitzfläche. Bei Stühlen mit Rollen soll man darauf achten, dass sie stabil genug sind und keine Ausrutschgefahr besteht. Dabei soll auch auf die richtige Sitzposition geachtet werden – Knie und Hüfte sollten im rechten Winkel zueinanderstehen, die Unterschenkel senkrecht zum Boden und die Füße komplett auf dem Boden.



Drei einfache Stuhl-Yoga-Übungen für den Alltag

Sitzbeuge im Sitzen

1. Setzt euch aufrecht und bequem auf den Stuhl.
2. Einatmen, den Körper aufrichten und die Arme über den Kopf heben. Die rechte Hand greift das linke Handgelenk und weit zur rechten Seite lehnen.
3. Ausatmen und den Oberkörper sowie die Arme zurück zur Mitte heben. Auf der anderen Seite wiederholen. Übung 4 bis 6-Mal wiederholen.



Der Herzöffner



1. Setzt euch aufrecht und bequem auf den Stuhl.
2. Die Füße hüftbreit aufgestellt, die Knie zeigen in Richtung Fussspitzen.
3. Legt die Hände sanft auf den Brustkorb.
4. Einatmend die Arme öffnen und in ein leichtes Hohlkreuz kommen, dabei den Bauchnabel nach innen ziehen, um den unteren Rücken zu schützen.
5. Ausatmend die Hände wieder sanft auf den Brustkorb legen.
6. Nach dieser Übung kurz die Augen schliessen, die Hände für ein paar Atemzüge auf dem Brustkorb liegen lassen und die Weite, die dort entstanden ist, spüren.

Drehung im Sitzen



1. Setzt euch aufrecht und bequem auf den Stuhl und stellt die Füße auf den Boden.
2. Einatmen und den Körper aufrichten. Arme über den Kopf heben. Blick zu den Händen.
3. Ausatmen und den Oberkörper zur rechten Seite drehen. Die linke Hand ans rechte Knie. Für 5 bis 10 Atemzüge in der Drehung bleiben.
4. Auf der anderen Seite wiederholen und Übung 3 bis 4-Mal wiederholen

Maria Angele



Yoga für Mitarbeitende

Seit einiger Zeit bietet Pflege Eulachtal den Mitarbeitenden kostenlose Yoga-Lektionen an. Egal ob Anfänger oder Fortgeschrittene, alle sind willkommen! Unsere zertifizierte Yoga Lehrerin Silke Seifert, welche seit über 18 Jahre Yoga praktiziert, führt euch durch verschiedene Yoga-Stile und freut sich gemeinsam mit euch zu entspannen, neue Energie zu tanken und den Teamgeist zu stärken. Kommt vorbei und findet eure innere Balance.

Dienstags, 17.30 - 18.30 Uhr, Aktivierungsraum, PZE, bei Interesse mit Sekretariat Kontakt aufnehmen, 052 368 51 11 oder info@eulachtal.ch

Fit über Mittag mit Ping-Pong

Elgg Mitarbeitende trainieren über Mittag beim Ping-Pong-Rundlauf Beweglichkeit, Geschicklichkeit und vor allem ihre Lachmuskeln. Noch laufen fast alle sechs Spielerinnen und Spieler um den neu angeschafften Occasionstisch und geben vollen Einsatz.

Wer seine drei Leben verwirkt hat, fungiert als Netzhalterung, die noch einer Reparatur bedarf. Runde um Runde reduziert sich das Teilnehmerfeld, bis sich schliesslich nur noch zwei im Finale gegenüberstehen.

Wer schlussendlich gewinnt, spielt eigentlich keine Rolle, Hauptsache man hat miteinander eine lustige Zeit verbracht.

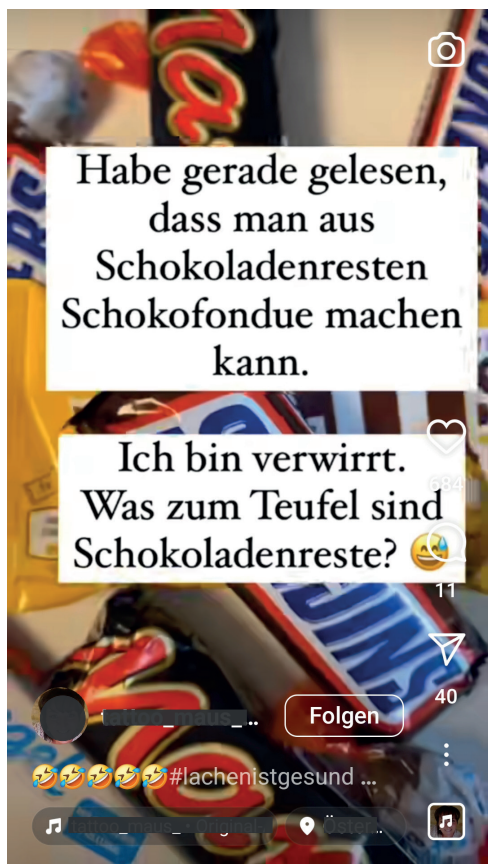
Béatrice Rösch



Auch wenn ab und zu der Ehrgeiz aufblitzt, der Spass steht definitiv an erster Stelle.

Aus dem Netz...

Passend zur bevorstehenden Advents- & Weihnachtszeit haben wir diesen Mini-Dialog in den sozialen Netzwerken gefunden:



Fun Facts

Einige interessante Fakten zu unserem Körper.

- Wussten Sie, dass das Gehirn unnötige Informationen automatisch ignoriert? Genau wie das zweite «das» im ersten Satz.
- Beim Niesen setzen alle Körperfunktionen aus, sogar das Herz! Man kann auch nicht mit offenen Augen niesen. Probieren Sie es aus.
- Dank ihrer einzigartigen Leichtbauweise sind unsere Knochen so stark wie Stahl und gleichzeitig sechsmal leichter.
- Mit dem Blinzeln sind unsere Augen 15 Minuten pro Tag geschlossen.
- Unser Zugenabdruck ist so einzigartig, wie unsere Fingerabdrücke.
- Nur zwei Körperteile wachsen ein Leben lang: die Nase und die Ohren.

Hinter der Kulisse

Der Arbeitsplatz unserer Layouterin in der Schlussphase für die Erstellung des ersten Eulenblicks – kreatives Chaos:



Wie hat Ihnen die erste Ausgabe des Eulenblicks gefallen? Haben Sie Lob, Anregungen oder Kritik?

Wir freuen uns auf Ihren Leserbrief.

eulenblick@eulachtal.ch oder gerne auch per Post an Pflege Eulachtal, Eulenblick, Vordergasse 3, 8353 Elgg.

Vorschau

Die nächste Ausgabe erscheint ca. Ende Februar 2025, unter anderem mit folgenden Themen:

- Auswirkungen Pflegeinitiative
- Praktikumsbericht Tansania
- Tiere in der Pflege Eulachtal

IMPRESSUM

HERAUSGEBERIN
Pflege Eulachtal
Vordergasse 3, 8353 Elgg

ERSCHEINUNGSWEISE
4mal pro Jahr (Februar, Mai, Juli, Oktober)
Auflage 2000 Expl.

DRUCK
Memoform, Elgg

REDAKTION & INSERTATE
Pflege Eulachtal
Marketing & Kommunikation
Béatrice Rösch, 053 368 51 77
eulenblick@eulachtal.ch



LÖSUNGEN

Ortschaften raten
Gabi VS, Bärfischchenhaus BE, Gräsilikon ZH, Bocken ZH, Buchen SG, Dicken SG, Filet VS, Vorderwald AG, Betten VS, Glas GR, Weissstannen SG, Vielbringen BE
Gitterrätzel
1 Neuenburgersee, 2 Baumeschneider, 3 Schokolade, 4 Pflege, 5 Weihnachten, 6 Sieben, 7 Raclette, 8 Spanien, 9 Lichtenstein, 10 Antarktis = Eulenblick



10 Unterschiede