Hauszeitung des Alterszentrums am Buechberg
Nº2 – April, Mai, Juni – 44. Jahrgang 2022, erscheint quartalsweise

Alterszentrum am Buechberg

Seniorenpost

Betreuung in der Nacht

Schwerpunktthema
Wir stellen vor:
Nachtwache im Alterszentrum
Seite 2, 4-5

Spitex Heitersberg
Was geschieht in der Nacht?
Mit Interview
Seite 10-12

Öffentliche Themen
Referate im Alterszentrum
und EXPOsenio in Baden
Seite 15

SCHWERPUNKTTHEMA

Die Nachtwache

Thomas Rohrer, Geschäftsleiter

Das 1642 entstandene Werk des niederländischen Malers Rembrandt van Rijn «Die Nachtwache» zählt zu den bekanntesten und eindrucksvollsten Gemälden der Welt. In der abgebildeten Szene versammelt sich eine Gruppe von über 30 Personen, vom Hauptmann mit goldbestickter Schärpe bis hin zum behelmten Soldaten mit Hellebarde.

«DIE NACHTWACHE» VON REMBRANDT

Die Nachtwache von dazumal hat nur noch wenig Ähnlichkeit mit jener von heute. Gemeinsam ist ihnen der aktive Dienst während der Nacht und dass – damals wie heute – die Personen einen wichtigen Dienst übernehmen. In den letzten Monaten durfte ich verschiedene Male die Pflegemitarbeitenden in der Nacht begleiten und war beeindruckt über die Abgeklärtheit, der Ruhe und der Besonnenheit.
Die Arbeit in der Nacht erfordert von den Pflegenden hohe fachliche und persönliche Kompetenzen. Zwar geht es in der Nacht üblicherweise etwas ruhiger zu und her als tagsüber. Trotzdem: Einfach da sein und Kreuzworträtsel lösen geht nicht.
So müssen Bewohnerinnen und Bewohner auch in der Nacht je nach Bedarf gepflegt, gewaschen oder umgelagert werden. Es geht aber auch um eine kontinuierliche Überwachung und um die Betreuung bei Einsamkeit, Unsicherheit und Ängsten. Des Weiteren sind Arbeitsvorbereitungen für die nachfolgende Tagschicht zu treffen, Medikamente zu richten, Geräte zu überwachen. Und bei einem medizinischen Notfall bei Patienten geht es darum, schnell und wirksam eingreifen zu können.

Zu wissen, dass Nacht für Nacht ein professionelles Zweierteam am Werk ist und dadurch sicher zu sein, dass rund um die Uhr eine liebevolle und wertschätzende Pflege gelebt wird, beruhigt mich ungemein. Hut ab vor dieser verantwortungsvollen Bereitschaft, Hut ab vor dem ganzen Team!

Regelmässiger Austausch mit den Aktionärsgemeinden

Zu Beginn einer Legislaturperiode werden regelmässig die Gemeindevertreterinnen und -vertreter der Aktionärsgemeinden zu einer Informationsveranstaltung eingeladen. Ziel des Anlasses ist es, die Ressortvorsteher über das Alterszentrum, die Grundlagen zur Langzeitpflege, die Strategie des Alterszentrums und generell über unsere Chancen und Herausforderungen zu informieren. Der Anlass vom 23. Februar 2022 wurde rege besucht; wir haben uns sehr gefreut, Delegierte aus allen Gemeinden begrüssen und auf den aktuellen Stand bringen zu dürfen.

Reisen Sie in die nahe Zukunft

neubau.ksb.ch

Kantonsspital Baden
KSB

WOHNFORMEN IM ALTER

Projekt «Wohnen mit Dienstleistungen» am Staldenrain in Fislisbach

Edith Saner, Präsidentin Verwaltungsrat

Wir haben Sie in der Vergangenheit immer wieder darüber informiert, dass der Verwaltungsrat beabsichtigt, für Seniorinnen und Senioren das Angebot von «Wohnen mit Dienstleistungen» zu realisieren. Die dazu erstellte Marktanalyse vom Frühjahr 2020 hat ein entsprechendes Bedürfnis klar aufgezeigt. Auch andere Pflegezentren bieten dies bereits an oder sind in der Planung. Konkret haben wir zusammen mit dem Gemeinderat Fislisbach die Möglichkeit geprüft, in unmittelbarer Nähe am Staldenrain das Projekt zu realisieren. Diese Variante hätte ideale Voraussetzungen erfüllt, Synergien und Angebote durch die Nähe zum Alterszentrum optimal zu nutzen. Ebenso war eine noch engere Zusammenarbeit mit der Spitex Heitersberg angedacht.

In den vergangenen Wochen haben wir intensive Gespräche mit dem Gemeinderat Fislisbach geführt. Das Land am Staldenrain ist im Besitz der Gemeinde, und das Vorhaben müsste somit der Gemeindeversammlung (z.B. in Bezug auf den Baurechtsvertrag) unterbreitet werden. Der Gemeinderat Fislisbach hat eine Risikoabwägung vorgenommen und insbesondere die finanziellen Folgen geprüft, indem die möglichen Steuereinnahmen und die möglichen zusätzlichen Kosten im Bereich Pflege (die sogenannten Restkosten der Pflege, die durch die Gemeinden zu tragen sind) gegenübergestellt wurden. Im Weiteren steht beim Kanton die gesundheitspolitische Gesamtplanung bevor, mit der u.a. verschiedene gesetzliche Vorgaben im Bereich der Langzeitpflege geprüft und neu geregelt werden. Dieses Ergebnis dürfte frühestens im Jahr 2025 vorliegen. Die Auswirkungen der Pflegegesetzrevision sind für die Gemeinden heute nicht abschätzbar, die Kostenfolgen daher noch unsicher. Der Gemeinderat Fislisbach empfiehlt deshalb eine Sistierung unseres Projekts bis zur Revision der Pflegefinanzierung bzw. bis zur Bekanntgabe der verbindlichen finanziellen Auswirkungen für die Gemeinden.

Der Verwaltungsrat hat Verständnis für die Vorbehalte von Seiten der Gemeinde Fislisbach und respektiert diesen Entscheid. Zugleich ist für den Verwaltungsrat aber auch klar, dass das Projekt am Staldenrain mit dieser Sistierung, die mehr als 3 Jahre dauern dürfte, keine Zukunft hat. Wir nehmen die aktuellen Bedürfnisse zum Wohnen mit Dienstleistungen ernst und werden neue Optionen und Möglichkeiten prüfen. Dies auch mit der Notwendigkeit, dass im Alterszentrum zeitgemässe Umbauten und Erneuerungen geplant werden müssen.
Der Verwaltungsrat ist mit allen Aktionärsgemeinden weiterhin im Austausch und wird sich bezüglich des Wohnens im Alter für neue Ausrichtungen öffnen. Einmal mehr – wir halten Sie, liebe Leserin, lieber Leser, auch weiterhin auf dem Laufenden.

Wir heissen herzlich wilkommen:

Josef Bielmann
Künten

Helena Bielmann
Künten

Frieda Schaffner
Wettingen

Willi Baumgartner
Fislisbach

Trudi Eggeling
Fislisbach

Heidy Byland
Wettingen

Gerda Schmid
Wettingen

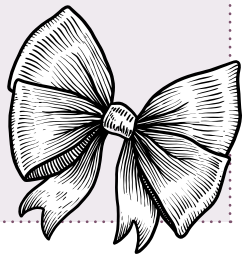
Wir haben Abschied genommen:

Rita Marta
Birmenstorf

Ruth Schröder
Wettingen

Margaretha Schumacher
Windisch

Erna Lörtscher
Stetten



ARBEITEN, WENN ANDERE SCHLAFEN

Nachtdienst im Alterszentrum

Stephanie Klose (Leitung Nachtwache) und Michelle Randazzo (Bereichsleitung Pflege)

Für viele ist die Nacht die Zeit der Ruhe und der Erholung. Doch für das Nachtwache-Team unter der Leitung von Stephanie Klose beginnt dann ihre Arbeitszeit. Um 22.20 Uhr ist Arbeitsbeginn im Alterszentrum am Buechberg, und dieser startet mit dem Übergaberapport zwischen dem Spät- und dem Nachtdienst. Danach übernehmen eine Fach- und eine Assistenzperson die Verantwortung für die 111 Bewohnenden bis morgens kurz nach 7.00 Uhr. Neben den zwei fest geplanten Runden um 23.00 und 4.00 müssen der Patientenruf bedient, Nachtmedikamente abgegeben, Inkontinenzeinlagen gewechselt, Bewohnende auf das WC begleitet, umgelagert, die Morgenmedikamente vorgerichtet und die Einträge im Pflegebericht dokumentiert werden. In ruhigen Nächten bleibt genügend Zeit, um alle Aufgaben auszuführen und auf die Wünsche der Bewohnenden eingehen zu können. In struben Nächten bedeutet es jedoch ein «Hin-und Herspringen». Für weite Strecken kommt ein wichtiger Nachthelfer – das Trottinett – zum Einsatz, um schneller von A nach B zu kommen, bevor schliesslich der Morgenrapport um 7.00 Uhr das Ende des Nachtdienstes bedeutet.

Vlnr: Sabrina Genswein (12 J.), Senka Emhamed Said (12), Stephanie Klose, Leitung (4), Salije Nuredini (1), Marijana Markovic (6), Sandra Forrer (1)

Auf der ersten Runde sind noch viele Bewohnende wach. Nun gibt es Zeit für einen Schwatz. Wie war der Tag? Was hat bewegt? Meist wird über Erfreuliches geredet wie Geburtstage, Besuche von Freunden oder Familienangehörigen, die den Tag bereichert haben. Aber auch schwere Gedanken, welche die Bewohnenden vom Schlaf abhalten, kommen zur Sprache. Bei den einen genügt das Zuhören oder ein Schlaftee, bei den anderen muss es dann doch ein «Tablettli» sein, um Ruhe zu finden.

STEPHANIE KLOSE BEI DER MEDIKAMENTEN-BEREITSTELLUNG

Wir sind da, wo wir gebraucht werden.

Nach Mitternacht klingelt es im 6. Stock. Frau S. hat erbrochen, sie fühlt sich unwohl, kann aber gar nicht genau sagen, was ist. Wir unterstützen Frau S. beim Kleiderwechsel und frisch machen. Dabei äussert sie Scham und ein schlechtes Gewissen, dass sie das Bett verschmutzt habe und Arbeit mache! Die Nachtdienstmitarbeitende setzt sich ans Bett und findet tröstende und beruhigende Worte. Bei Frau S. ist bekannt, dass sie einen empfindlichen Magen hat und bei Aufregung erbricht. Die Übelkeit verschwindet auch so schnell wie sie gekommen ist, und Frau S. schläft den Rest der Nacht ruhig weiter. Nicht alle Situationen verlaufen so glimpflich wie bei ihr. Es können Notsituationen auftreten, die eine rasche Verlegung in ein nahegelegenes Spital erfordern. Die Minuten bis zum Eintreffen der Sanität fühlen sich dann wie eine Ewigkeit an. Es gilt so vieles im Auge zu behalten. Die Hauptaufgabe besteht aber darin, den Betroffenen Sicherheit zu vermitteln, dass alles gut kommt.

Auch witzige Episoden gibt es auf der Nacht.

Eines morgens gegen 5.00 Uhr richtet die Nachtwache im Medikamentenraum die Morgenmedikamente für die Abteilung, als plötzlich Frau R. im knielangen Nachthemd und rosarotem Morgenrock in den Medikamentenraum stürmt. Zwei kurze Schreie sind zu hören – einer davon von der Mitarbeitenden – vor Schreck! Der andere von der aufgeregten Bewohnerin, welche eigentlich nur fragen wollte ob sie wisse, wie ein «Screenshot» auf dem Handy funktioniert. Nachdem der erste Schreck ausgestanden ist, mussten beide herzlich lachen.

Keine Nacht ist wie die andere.

Die Tätigkeit auf der Nachtwache unterscheidet sich von jener am Tag und am Abend, wenn die Arbeitsabläufe und Zeiten eher vorgegeben sind. Auf der Nachtwache braucht es viel Flexibilität in der Arbeitsgestaltung, eine gute Portion Belastungsfähigkeit, viel Verantwortungsbewusstsein und zu guter Letzt Freude am selbständigen arbeiten und entscheiden. Man weiss nie, was einen erwartet. Wird es eine ruhige oder eine hektische Nacht? Umso wichtiger ist im Nachtdienstteam, bestehend aus 6 Mitarbeitenden, dass eine offene und vertrauensvolle Kommunikation gepflegt wird. Man arbeitet als Tandem und muss sich auf den anderen jederzeit verlassen können.

Work-life-Balance.

Nicht nur von den Mitarbeitenden des Nachtdienstes, auch von ihren Familien und ihrem Umfeld ist Flexibilität und Verständnis gefordert. Gerade bei Familien mit Kindern ist eine gute Absprache zwischen den beiden Elternteilen umso wichtiger, damit immer jemand zu Hause sein kann. Bei kurzfristigen Ausfällen im Nachtdienst kann es bedeuten, dass Freunde oder Grosseltern auch einmal in die Kinderbetreuung einspringen müssen, damit die Dienste kurzfristig abgedeckt werden können. Trotz aller Herausforderungen und Hindernissen bedeutet für Stephanie Klose die Arbeit auf der Nachtwache, dass sie einerseits Familie und Beruf verbinden kann, aber auch den Bewohnenden Wünsche erfüllt, welche in der Hektik des Tages manchmal untergehen.

WIR STELLEN VOR

Stephanie Klose, Leitung Team Nachtwache

STEPHANIE KLOSE

Stephanie Klose ist Leiterin und zugleich eines von sechs Teammitgliedern der Nachtwache. Diese beginnt für das jeweilige Duo um 22.20 Uhr mit dem Übergaberapport der Spätschicht, und sie endet am anderen Morgen um 7.00 Uhr wiederum nach dem entsprechenden Rapport an das Tagesteam.

Frau Klose fühlt sich wie geschaffen für den Nachtdienst. Einerseits braucht sie selber wenig Schlaf, erholt sich tagsüber schnell und kommt auch mit der zeitlichen Umstellung von drei Nachtschichten zu drei Tagen Pause sehr gut zurecht. Ihr 70 % Pensum ist denn auch mit ihrem Mann genau abgestimmt, damit ihre beiden Kinder lückenlos betreut sind. Das ältere geht bereits am Wohnort Mülligen zur Schule, das jüngere besucht gerne die Krippe oder wird je nach Bedarf auch liebevoll durch seine Grossmutter betreut.

Der berufliche Werdegang von Stephanie Klose beruht auf einer dreijährigen Ausbildung zur Fachangestellten Gesundheit sowie einer zweijährigen Weiterbildung in Langzeitpflege und Betreuung, die sie während ihrer vierjährigen Anstellung in unserem Alterszentrum berufsbegleitend absolvieren konnte. Entsprechende Berufserfahrung hatte sie zuvor schon in einem anderen Altersheim sammeln können. Sie schätzt es sehr, ihre Arbeit in der stillen Atmosphäre des Nachtbetriebs erbringen zu können und dadurch im Bedarfsfall für die Bewohnenden auch Zeit für das eine oder andere Thema zu haben, das tagsüber so vielleicht weniger möglich wäre.

Die detaillierte Tätigkeit der Nachtwache ist im nebenstehenden Bericht ausführlicher dargestellt.

VERANSTALTUNGSRÜCKBLICK 1. QUARTAL

Der Frühling naht!

Annelies Hubler, Bewohnerin und Redaktionsmitglied

Der Vorfrühling meldet sich mit vielen sonnigen Stunden. Noch findet man Schneeglöckchen im Hochbeet, doch gucken auch schon erste Primeln hervor. Die «Zapfenlocken» der Haselsträucher wiegen sich fröhlich im Winde, Tulpen und Osterglocken melden sich überall an. Frühlingsgefühl vermitteln auch die zarten lila und blassgoldenen Spitzen der Krokusse. Sie sind Boten neuer Zuversicht, die zum Jahresende durch die Wiederaufnahme der Weihnachtsfeier erwachen durfte: Durch die Dankesworte von Thomas Rohrer, die ermutigende Ansprache von Edith Saner, die besinnlichen Kurzgeschichten von Diakon Josef Bürge und den musikalischen Höhepunkt mit dem «Duo Oboe Violine». Die beiden jungen Künstlerinnen – in zauberhaften Abendroben wie Schneeweißchen und Rosenrot aus Grimms Märchen – wurden dank ihrem feinen Spiel und den zarten Farben zu Vorboten der Frühlingskrokusse. So heissen wir den Lenz mit den zeitlosen Worten des Dichters Eduard Mörike willkommen: «Frühling webt sein blaues Band...»

Fasnachtsmasken im Alterszentrum.

«Am Aschermittwoch ist alles vorbei» – sang Jupp Schmitz in den 50er Jahren. Und so wurden die zahlreichen skurrilen, mit weissen Gipsbandagen umwickelten Köpfe, künstlerisch von der Soziokultur mit Bewohnenden gestaltet, wieder sorgfältig versorgt. Durch die dunklen Winterwochen waren sie für uns humorige Lichtblicke. Ihre kreative Geschichte geht 10 Jahre zurück, Jahr um Jahr ergänzt und aufgefrischt. Bereichert wurden diese Weisslinge durch noch lustigere, bunte Gesichtsmasken, ein privates Geschenk einer begeisterten 80-jährigen Fasnächtlerin, alle selber entworfen und getragen. Erinnerungen an eigene Basteleien, Kostüme, Umzüge, Tirggeli und Fasnachts-Chüechli tauchten auf, die Küche verwöhnte uns alle mit diesen Überraschungen.

ALTERSBILDER IN WORT UND TON – WANDERAUSSTELLUNG «GEDANKEN ZUM ALTER»

Ausstellung Gedanken zum Alter.

Vom 11. - 17. Februar gastierte eine Wanderausstellung der «Fachstelle Alter und Familie des Kantons Aargau» in unserem Zentrum. Kernstück waren sieben Ton-Bild-Einheiten, welche Begegnungen zwischen älteren Menschen aus dem ganzen Kanton Aargau und jüngeren Fotografinnen und Fotografen dokumentieren. Entstanden sind sehr persönliche und künstlerische audiovisuelle «Altersbilder», die von Bewohnenden und Besuchern mit grossem Interesse wahrgenommen wurden.

Passend zur «Vernissage» gab es einen heiteren «3-Generationen-Vortrag in Wort und Musik» durch ein Quartett mit Ernst Bannwart, Grossvater, mit Gedichten und Gitarre, Sohn Manuel, mit Bassgitarre und

ALTERSBILDER IN WORT UND TON – WANDERAUSSTELLUNG «GEDANKEN ZUM ALTER»

westafrikanischer Stegharfe sowie dessen beiden Töchtern Anouk (10) und Jonna (7). Bei den Berner Chansons, besonders beim «Tabourettli», machten alle begeistert mit, die Mädchen gaben passend dazu mit dem Klappern der Stuhlbeine den Takt an. Manuel erstaunte mit dem virtuosen Spiel auf seiner selbst gebauten Stegharfe, deren Klangkörper aus einer riesigen runden Kalebasse mit Ziegenfell-Bespannung besteht. Mit Reinhard Meys Klassiker «Über den Wolken ...» schenkten die vier Musizierende zum Schluss dem Publikum Zeitlosigkeit, das beste Gegengewicht zum Alter. Ein schöner Beitrag zur Förderung zwischenmenschlicher Beziehungen, Jung und Betagt – jetzt ganz besonders geschätzt in diesen komplexen Zeiten des ständigen Umbruchs.

DREI GENERATIONEN VEREINT AM MUSIZIEREN.

GEDICHT

«Wie alt ist alt?»

Ernst Bannwart

Wann ist man alt, wann ist man jung?
Die Frage hält uns oft in Schwung
Und je nachdem, wie man betroffen
Bleibt auch die Antwort ziemlich offen

Natürlich gibt es nebst exakten
Jahreszahlen viele Fakten
Die objektiv recht gut erfassen
Wohin wir altersmässig passen

Für Teens und Twens ist alles klar
Da spürt man fast noch jedes Jahr
Das eins vom andern unterscheidet
Sofern man sich nicht stark verkleidet

Doch dann mit dem Erwachsenwerden
Wird's etwas schwieriger auf Erden
Da lässt sich kaum mehr klar erkennen
Wer jung und wer schon alt zu nennen

Zählt man im Sport – lässt sich beweisen –
Mit dreissig bald zum alten Eisen
Ist dieses Alter beim Studieren
Noch fast zu jung zum Doktorieren

Und auch beruflich ist hienieden
Die Altersfrage ganz verschieden
Mal zählen Wissen und Erfahrung
Mal junger Drive und die Behaarung

Doch ist's im Grunde nebensächlich
Und alles Altern oberflächlich
Um nicht zu sagen ganz natürlich
Denn Falten kriegt man nur figürlich

Demgegenüber braucht das Denken
Sich durch kein Alter zu beschränken
Und selbst das Fühlen und Empfinden
Muss nicht wie Körperkräfte schwinden

Alt sein heisst nicht, sich alt zu geben
Das Leben bleibt ein ganzes Leben
Samt Seele zeitlos alle Tage –
Damit erübrigt sich die Frage

GEBURTSTAGE

Geburtstage in der Seniorenpost

Erwähnt werden hier Geburtstage ab dem 80. Altersjahr.

Geburtstage in der Seniorenpost

……..

Auf dieser Seite publizieren wir die Geburtstage mit Einwilligung der Jubilarinnen und Jubilare aus unserem Empfängerkreis. Ergänzungen oder Weglassungen sind jederzeit schriftlich über unser Sekretariat, mwigger@buechberg.ch möglich, mit Angabe von Name und Vorname, Wohnort und Geburtsdatum.

Vielen Dank!

Im Alterszentrum am Buechberg

……..

01.04.	**Josef Hofmann**	83.
07.04.	**Josef-Georg Bregenzer**	80.
07.04.	**Hans Wietlisbach**	89.
11.04.	**Josef Eberhard**	85.
12.04.	**Willi Baumann**	81.
13.04.	**Antonio Bitonti**	74.
20.04.	**Elsbeth Widmer**	93.
28.04.	**Leo Schwegler**	91.
29.04.	**Sonja Suter**	89.
01.05.	**Rosmarie Schlatter**	91.
04.05.	**Elisabeth Meier**	83.
14.05.	**Hans Haslimeier**	85.
16.05.	**Paula Huber-Inderbitzin**	92.
16.05.	**Heidi Meier**	92.
21.05.	**Rolf Andres**	84.
22.05.	**Heidy Meier-Dänzer**	95.
27.05.	**Bertha Wietlisbach**	91.
30.05.	**Beatrice Hagenbuch**	86.
08.06.	**Johanna Schraner**	90.
09.06.	**Christine Grosswiler**	85.
16.06.	**Margareta Krause**	88.
20.06.	**Ernst Heimgartner**	83.
21.06.	**Lina McCalla**	94.
26.06.	**Fritz Liechti**	92.

Bellikon

28.04.	**Werner Töngi,** Lindenweg 12	83.
05.06.	**Heidi Monn,** Im Haldenächer 2	88.
05.06.	**Irma Steger,** Im Neuacher 1	89.
15.06.	**Josefine Zeindler,** Mutschellenstr. 20	81.
19.06.	**Peter Gysi,** Im Rotenstein 3	80.

Birmenstorf

13.04.	**Bruno Würth,** Rieterestr. 11a	84.
16.04.	**Alice Bopp,** Lättestr. 1	88.
30.04.	**Hans Rey,** Chileweg 8a	87.
11.05.	**Hans Schneider,** Oberzelglistr. 27	88.
17.05.	**Agnes Grimm,** Seilersgrabeweg 8	84.
18.05.	**Elisabeth Zehnder,** Oberhardstr. 35	88.
30.05.	**Manfred Brugger,** Heigelweg 13	83.
04.06.	**Friedrich Pichler,** Heigelweg 1	84.
07.06.	**Heidy Rey,** Chileweg 8a	84.

Fislisbach

08.04.	**Margrit Lüscher-Schätti,** Hiltibergstr. 10	82.
09.04.	**Maria Edelmann-Angehrn,** Zelglistr. 55	82.
10.04.	**Theodor Dorer,** Jurastr. 2	87.
11.04.	**Manfred Kobel,** Leemattenstr. 33	82.
15.04.	**René Gasser-Sommer,** Steinäckerstr. 13	80.
24.04.	**Anna Stauffer-Jenni,** Dorfstr. 18a	82.
25.04.	**Rudolf Lüthy,** Feldstr. 19c	87.
25.04.	**Hedi Aerni,** Alte Birmenstorferstr. 5	81.
27.04.	**Kurt Läubli,** Feldstr. 3	84.
01.05.	**Max Klöti,** Hiltibergstr. 46A	81.
13.05.	**Johanna Zimmermann-Meier,** Schönbühlstr. 38	84.
14.05.	**Claire Russ,** Steinäckerstr. 22	80.
15.05.	**Max Peterhans,** Jurastr. 1	93.
22.05.	**Hilda Lüthy-Bühler,** Feldstr. 19c	86.
28.05.	**Ruth Rölli-Kuhn,** Dorfstr. 1a	82.
29.05.	**Nelly Klein,** Feldstr. 23b	81.
01.06.	**Martha Pazeller-Notter,** Leemattenstr. 6	94.
02.06.	**Josef Schibli,** Dorfstr. 34	83.
09.06.	**Pius Hodel,** Waldesruhstr. 11	88.
14.06.	**Elvira Schuler-Humbel,** Büntenstr. 1	83.
15.06.	**Gertrud Korbie,** Hagenbüchlerstr. 23	81.
16.06.	**Emilie Hirt-Willi,** Steinäckerstr. 5b	83.

Künten

02.04.	**Rosmarie Meier-Müller,** Bellikonerstr. 15	83.
09.04.	**Marius Voser,** Büntler 9	81.
17.04.	**Werner Leuenberger,** Bellikonerstr. 10	85.
20.04.	**Sonja Eschmann-Gujer,** Eggenrain 8	83.
20.04.	**Martin Keller,** Oberlandstrasse 2	81.
11.05.	**Maria Leuenberger,** Bellikonerstrasse 10	82.
16.05.	**Bernhard Meier,** Mühlegasse 2	86.
22.05.	**Siegfried Lehnert,** Eggenrain 2	85.
22.05.	**Heinz Eschmann,** Eggenrain 8	84.

Niederrohrdorf

04.04.	**Veronika Zehnder-Meier,** Oberdorfstr. 26	83.
06.04.	**Rudolf Arthur Linz-Keller,** Zweierestr. 5h	85.
06.04.	**Roman Fridolin Brodmann,** Hintermattweg 9	87.
09.04.	**Albin Köfer,** Alte Bremgartenstr. 13	80.
16.04.	**Rudolf Gasser,** Holzrütistr. 6f	96.
22.04.	**Pius Birchler,** Oberdorfstr. 28	84.
26.04.	**Maria Helbling,** Bremgartenstr. 8b	80.
12.05.	**Alfons Falk,** Hintermattweg 9	85.
14.05.	**Jakob Irniger,** Oberdorfstr. 16	86.
15.05.	**Edgar Müller,** Loorenstr. 4b	85.
16.05.	**Irmtrud Schiel,** Esterlistrasse 4	81.
22.05.	**Margaretha Becker,** Loonstr. 5	95.
17.05.	**Walter Böhlen,** Fohrhölzlistr. 22d	82.
24.05.	**Erika Pantli,** Oberdorfstr. 10	89.
29.05.	**Maria Irniger,** Oberdorfstr. 16	86.
29.05.	**Ursula Kuse,** Gwiggweg 20	81.
01.06.	**Guido Zehnder,** Oberdorfstr. 26	86.
02.06.	**Margrit Yousouffian,** Holzrütistr. 6c	80.
14.06.	**Helmut Biland,** Quellenweg 4	85.
15.06.	**Maria Fischer-Busslinger,** Gsteingweg 4	90.
16.06.	**Josef Wettstein,** Mülimattstr. 3	90.
17.06.	**Daniel Carriot,** Loorenstr. 27	80.
19.06.	**Hedwig Zehnder,** Oberdorfstr. 5	90.
21.06.	**Martin Schuppisser,** Höhenweg 12	87.
29.06.	**Josefine Schuppisser,** Loonstr. 11	80.

Oberrohrdorf

03.04.	**Camilla Müller-Lauper,** Badenerstr. 23	83.
05.04.	**Margareta Egger,** Huttenpeterstr. 1	90.
07.04.	**Elisabeth Brühlmeier-Meier,** Luxmattenstr. 1	84.
08.04.	**Rosa Schmid,** Reusspark Niederwil	96.
09.04.	**Andreas Hug,** Hofmatt 13	85.
15.04.	**Willy Michel,** Geissraistrasse 38	81.
16.04.	**Ewald Locher,** Brunnengässli 1	81.
19.04.	**Georges Motsch,** Scheidweg 4	83.
20.04.	**Karin Rüegg,** Buechraiweg 63	84.
21.04.	**Irma Merki,** Sorchenstr. 11	88.
21.04.	**Edith Riner,** Unterriedstr. 6	80.
28.04.	**Guido Buck,** Rüslerstr. 3	83.
30.04.	**Peter Meer,** Hintermatthof 8	83.

Wir gratulieren allen herzlich und wünschen auch im neuen Lebensjahr gute Gesundheit, Freude und Zuversicht.

05.05.	**Rita Buck-Hüsser,** Rüslerstr. 3	86.
07.05.	**Robert Lightowler,** Rüslerstr. 41	80.
10.05.	**Liselotte Patusi-Weideli,** Morgenacherstr. 36	85.
12.05.	**Ella Frey,** Cholacherstr. 18	92.
12.05.	**Heinrich Erni,** Altbergstr. 14	88.
22.05.	**Maria Attiger-Lauber,** Busslingerstr. 9	87.
24.05.	**Martha Zehnder-Grossenbacher,** Rüslerstr. 19	82.
25.05.	**Max Attiger,** Badenerstr. 33	92.
26.05.	**Gertrud Blatter-Röthlin,** Altbergstr. 14	85.
26.05.	**Verena Bürger-Zurbüchen,** Grundacherweg 4	83.
30.05.	**Dieter Koch,** Hintermatthof 8	81.
04.06.	**Walther Rehwald,** Ob. Grabenmattstr. 5b	92.
04.06.	**Antonija Loncarevic,** Weihermattstr. 19	80.
11.06.	**Christina Cuénod,** Buechraiweg 57	82.
13.06.	**Annemarie Widmer,** Badenerstr. 37	81.
14.06.	**Margrith Hochstrasser-Hrabovszky,** im Täli 7	82.
22.06.	**Johann Koller,** Badenerstr. 35	87.
26.06.	**Weiss Gerhard,** Hinterbächlistr. 15	80.
27.06.	**Werner Marti,** Gwiggweg 5	84.
27.06.	**Ladislav Hronek,** Rüslerstr. 1	83.

Remetschwil

05.04.	**Arnold Hagenbuch,** Löschweg 1	83.
10.04.	**Eugen Gsell,** Sennhof 569	81.
23.04.	**Hugo Steffen,** Mattächer 6B	83.
05.05.	**Agnes Wettstein,** Birkenhof 338	87.
06.05.	**Otto Wettstein,** Birkenhof 338	91.
25.05.	**Max Perrin,** Im Hägeler 5	85.
29.05.	**Rosmarie Zehnder,** Haldenmättlistr. 30	87.
03.06.	**Hans Rudolf Wehrli,** Buchslistr. 2	80.

Stetten

05.04.	**Verena Oomkes-Suter**	88.
14.05.	**Jacques Bonifay,** Aspstr. 8	80.
10.06.	**Josefina Lehmann,** Sonnmatt 3	92.

Mägenwil

13.04.	**Paul Kaufmann,** Alte Bruggerstr. 16	92.
16.05.	**Albin A. Fischer,** Scharegg 5	85.

Wohlenschwil

21.04.	**Pius Zimmermann,** Hauptstr. 2	86.
23.06.	**Elisabeth Zimmermann,** Hauptstr. 2	81.

AUS DEM VERWALTUNGSRAT

Assessment des Verwaltungsrates

Edith Saner, Verwaltungsratspräsidentin

Corporate Governance (CG) bezeichnet sämtliche Regeln und Prozesse, mit deren Hilfe Unternehmen geführt und gesteuert werden. Corporate Governance hat sowohl in der Öffentlichkeit als auch in den Organisationen stark an Bedeutung gewonnen. Für jede Organisation spielt der Verwaltungsrat/Stiftungsrat/Vereinsvorstand eine zentrale Rolle. Die Auswahl der Verwaltungsratsmitglieder und die Zusammensetzung des Gremiums hat einen entscheidenden Einfluss auf den langfristigen Erfolg einer Organisation. Der Verwaltungsrat als oberstes Aufsichts- und Gestaltungsorgan des Alterszentrums hat sich im letzten Jahr im Sinne einer kontinuierlichen Verbesserung und zur Sicherstellung seiner gesetzlichen Aufgaben entschieden, sich einer externen Überprüfung nach dem «Best Board Practice®-Zertifizierungsverfahren» zu unterziehen. Dieses Verfahren überprüft, ob das Oberleitungsgremium seine Aufgaben unabhängig, professionell und ganzheitlich wahrnimmt, und ob es eine effiziente und effektive Führungs- und Kontrollstruktur implementiert hat. Geprüft wurden verschiedenste Grundlagen, Dokumente und Reglemente, sowie deren Umsetzung in der gelebten Praxis.

Zusammenfassend kann erfreulicherweise berichtet werden, dass der Verwaltungsrat in allen Aufgaben des Führungs- und Managementsystems eine gute Bewertung erzielt hat. Das Assessment hat gezeigt, dass der Verwaltungsrat die wesentlichen in seinem Verantwortungsbereich liegenden Aufgaben gut und umfassend wahrnimmt. Es gibt keine Themenbereiche, die dringend angegangen werden müssen. Nichtsdestotrotz hat das Assessment gewisse Optimierungspotenziale aufgezeigt, die uns eine sehr gute Grundlage bieten, Handlungsempfehlungen aufzunehmen und anzugehen.

Was passiert in der Nacht?

Lucia Erne und Franziska Hufschmid

Die Betreuung von hilfsbedürftigen Personen rund um die Uhr stellt vor allem für Angehörige eine besondere Herausforderung dar.
Sie übernehmen eine wichtige Rolle in der Betreuung hilfsbedürftiger Personen. Sie koordinieren die Termine, regeln die Administration, unterstützen im Alltag, leisten Gesellschaft und emotionalen Beistand, betreuen, pflegen, erbringen medizinische Hilfe und sorgen dafür, dass es der Person gut geht. Wenn die Pflege und Betreuung auch nachts gewährleitstet werden muss – z.B. bei einer Demenz-Erkrankung, wenn der Tag-Nacht-Rhythmus gestört ist oder in palliativen Situationen – können Angehörige an ihre physische und psychische Grenze stossen, weil sie nicht genügend Schlaf bekommen, um sich zu erholen.

Die Spitex kann mit ihren Einsätzen unterstützen, beraten und damit zur Entlastung beitragen.
Die Mitarbeitenden der Spitex Heitersberg leisten die Einsätze bei den Klientinnen und Klienten zu Hause in der Regel von 7.00 bis 22.00 Uhr. Dabei arbeiten sie eng mit Angehörigen zusammen, denn diese sind die Experten und kennen die hilfsbedürftige Person, ihre Fähigkeiten und Wünsche am besten.

Aufgrund der Dienstzeiten wissen die Mitarbeitenden nicht, was in der Nacht genau passiert.
Hier ist es wichtig, dass die Pflegefachpersonen sich mit den Angehörigen austauschen. Wenn z.B. ein Ehemann äussert, dass seine demenzkranke Ehefrau jede Stunde auf die Toilette geht und sie diese nicht findet, kann es helfen, wenn die Spitex abends einen Nachtstuhl neben das Bett stellt. Oder wenn ein sterbender Mensch nachts sehr unruhig ist, kann ein vermehrter Lagewechsel im Bett oder auch eine Aromatherapie beruhigend wirken.

Von Angehörigen werden die Gespräche am Abend mit den Spitex-Mitarbeitenden sehr geschätzt.
Sie können ihre Sorgen, Ängste oder Fragen mit einer Fachperson klären. Besonders in palliativen Pflegesituationen ist kein Tag wie der andere. In einem Notfallplan ist das Vorgehen festgehalten, was in einer gesundheitlichen Krisensituation zu tun ist. Wenn dies am Abend mit einer Fachperson besprochen werden kann, gibt dies den Angehörigen für die Nacht, wenn sie allein sind, Sicherheit. Sie erhalten z.B. die Bestätigung, dass sie die Schmerzmedikation ausschöpfen sollen, wie häufig gelagert werden muss oder wann sie Sauerstoff verabreichen sollen. In der allerletzten Lebensphase bietet die Spitex Heitersberg einen Pikett-Dienst an für die Nacht, damit Angehörige anrufen können, wenn sie nicht mehr weiter wissen. Dies geschieht immer in Absprache mit allen Beteiligten. Bei Bedarf leisten die Mitarbeitenden dann auch Nacht-Einsätze beim Klienten zu Hause.

Wenn die Angehörigen nicht im selben Haushalt wohnen, sind die Beobachtungen der Spitex und der Austausch mit den Angehörigen besonders wichtig.
Was am Morgen beobachtet wird, gibt oft Hinweise darauf, wenn in der Nacht etwas Besonderes vorgefallen ist. Die Einschätzung der Pflegefachpersonen am Abend ist genauso wichtig. Angehörige, wie z.B. Kinder, sind froh, wenn sie wissen, dass abends jemand nach der Mutter schaut, nochmal den Blutzucker misst und ihr ins Bett hilft.

Aus einem Betreuungsbedarf kann ein Pflegebedarf werden.
Besonders bei älteren Menschen kann sich die gesundheitliche Situation allmählich oder plötzlich verschlechtern. Wenn die Person nicht mehr allein Treppen steigen kann, nicht mehr regelmässig isst oder zunehmend dement wird, muss die Betreuung angepasst werden. Manchmal wird eine 24-h-Betreuung nötig, wenn die hilfsbedürftige Person nicht mehr allein gelassen werden kann, weil z.B. die Demenz weit fortgeschritten ist, die Sturzgefahr sehr gross ist oder sich die Person gar nicht mehr selbständig versorgen kann. Eine 24-h-Betreu-

ung heisst, dass die Person in eine Institution stationär eintritt oder zu Hause eine Betreuung rund um die Uhr zur Verfügung steht. Dies kann ein Angehöriger sein, oder eine Betreuung, welche von einer Agentur vermittelt wird. Die Entscheidung für eine geeignete Lösung fällt nicht immer leicht und ist nicht zuletzt ein Kostenfaktor.

Fast alle Menschen haben den Wunsch, so lange wie möglich in den eigenen vier Wänden zu leben.
Betreuung und Pflege zu Hause funktionieren nur, wenn das Betreuungssystem von professionellen Leistungserbringern und Angehörigen zusammenspielt. Die Zusammenarbeit mit den Angehörigen von unseren Klienten – egal welchen Alters – liegt der Spitex Heitersberg sehr am Herzen. Gemeinsam soll ein für alle Beteiligte optimales Betreuungssystem aufgebaut werden. Ich bin überzeugt, dass der Bedarf an Nachtwachen und Nachtdiensten in Zukunft steigen wird aufgrund der demografischen Entwicklung und der selbstbestimmten Lebensweisen. Hier besteht sicherlich noch Handlungsbedarf und in der Politik sollte ein Umdenken stattfinden. Denn je länger jemand zu Hause bleiben kann, desto mehr entlastet dies sowohl das Gesundheitswesen wie auch die Gesundheitskosten.

Lucia Erne (links) ist Pflegefachfrau HF mit CAS Case Management und seit 2021 als Leiterin Qualität bei der Spitex Heitersberg tätig. Franziska Hufschmid (rechts) ist Pflegefachfrau HF und seit 2009 bei der Spitex Heitersberg im Einsatz.

Lucia Erne im Gespräch mit Franziska Hufschmid

Wie kam es dazu, dass du fast ausschliesslich im Spätdienst arbeitest?

Aus familiären Gründen habe ich mich dazu entschieden. Am Abend ist die Kinderbetreuung gewährleistet und ich kann unbeschwert arbeiten. Am Wochenende arbeite ich manchmal auch auf dem Tagdienst.

Was ist der Unterschied zwischen dem Tagdienst und den Einsätzen am Abend?

Am Abend betreue ich in der Regel Klienten, welche jeden Tag Einsätze haben. Das gibt eine gewisse Konstanz und ich kenne die meisten Klienten gut. Abends sind die Einsätze im Durchschnitt kürzer als tagsüber. Im Tagdienst gibt es viele Einsätze, welche nur ein- oder zweimal in der Woche stattfinden. Dann kenne ich die Klienten nicht immer so gut, um eine vertraute Beziehung aufzubauen. Viele Klienten sind tagsüber allein. Sie freuen sich, wenn sie mich abends sehen und noch einige Worte austauschen können. Die Stimmung ist allgemein ruhiger, die Klienten sind schon langsam «auf dem Weg ins Bett».

Welche Tätigkeiten führst du abends am meisten durch?

Die häufigsten Tätigkeiten sind Stützstrümpfe ausziehen, Blutzucker messen, Insulin spritzen, Medika-

mente abgeben oder kontrollieren, ob sie eingenommen wurden, und Injektionen. Dann gibt es natürlich viele Klienten, denen ich helfe «sich bettfertig» zu machen: Pyjama anziehen, Zähne putzen, ein Glas Wasser ans Bett stellen, das Nachtlicht einschalten, und einigen helfe ich auch, ins Bett zu gehen. Wenn ein Klient in einer palliativen Situation betreut wird, mache ich diesen Einsatz zum Schluss der Runde, damit ich keinen Zeitdruck habe und die Nacht für die Angehörigen kürzer wird. Hier ist der Austausch mit den Angehörigen wichtig, denn die Situation kann sich von Tag zu Tag ändern. Manchmal gehen wir den Notfallplan nochmal durch, besprechen die Schmerz-Medikation oder sonstige Massnahmen, welche nötig werden können. Gemeinsam entscheiden wir auch, wann ein Pikett-Dienst nötig ist. Den Klienten versorge ich, dass er sich wohl fühlt. Dazu gehört z.B. die Lagerung, Mundpflege, das Erfrischen, eine Intimpflege oder was immer dem Klienten guttut. In diesen Situationen muss man spüren, was für den Klienten wichtig ist und wo die Angehörigen Unterstützung oder Beratung brauchen.

Wie erlebst du die Situation bei Klientinnen und Klienten, welche von einer Agentur eine 24-h-Betreuung zu Hause angestellt haben?

Ich finde das eine gute Sache, es hat sich bewährt. Und die Klienten sind glücklich, wenn sie zu Hause bleiben können. Wenn ich weiss, dass in der Nacht jemand da ist, der sich um den Klienten kümmert, wenn er Hilfe braucht, gehe ich mit einem besseren Gefühl nach Hause. Die Betreuerinnen leben sich schnell ein und wissen, was zu tun ist. Sie kennen die Person gut, ihre Wünsche und Eigenheiten und geben auch Rückmeldung, wie es ihr geht oder auch, was nachts das Problem ist. Für mich gibt es eigentlich keine Nachteile.

Wie gehst du mit der Belastung um, wenn du als Pflegefachkraft die Verantwortung hast und für andere Mitarbeitende, die noch unterwegs sind, erreichbar sein musst bei Fragen, Problemen und Notfällen?

Dadurch, dass ich viele Klienten gut kenne, weiss ich meistens, was zu tun ist. Das Abenddienst-Team ist eingespielt und pflegt einen guten Austausch. Bei Problemen helfen wir einander aus, so dass jede Person die Arbeit bewältigen kann. Bei einem gesundheitlichen/medizinischen Notfall fehlt mir manchmal der Austausch mit anderen Pflegefachpersonen schon. Ich habe auch schon die «Mobilen Ärzte» angerufen, um mich fachlich zu besprechen. In «kritischen» Situationen rufe ich die Angehörigen an, um sie zu informieren. Sie sind abends meist eher erreichbar als tagsüber, was ich sehr schätze. Aber es ist nicht immer einfach, sich abzugrenzen, wenn man nach einer kritischen Situation einfach zum nächsten Klienten geht. Das beschäftigt mich dann noch nach Dienstschluss. Manchmal lese ich am nächsten Tag den Verlaufsbericht des Morgen-Einsatzes, damit ich weiss, ob nachts alles gut gegangen ist.

Haben Sie Fragen?

Rufen Sie uns an: Telefon 056 481 70 80 oder besuchen Sie uns im Internet: www.spitex-heitersberg.ch

SPITEX-NOTRUF
Hilfe auf Knopfdruck ab CHF 58.00 pro Monat.

Überall für alle
SPITEX
Heitersberg

Mehr Informationen:
Spitex Heitersberg, Tel. 056 481 70 80
www.spitex-heitersberg.ch, info@spitex-heitersberg.ch

Elsbeth Schütz-Schmidt, 87-jährig

Ernst Bannwart, Redaktor

Frau Schütz empfängt mich zu unserem Gespräch schon auf dem Gang und führt mich mit freundlichen Worten in ihr gemütlich eingerichtetes Zuhause, das seit zwei Jahren gewissermassen Konzertsaal, Lese-, Wohn- und Schlafzimmer in einem ist. Das heisst – mit dem Lesen ist es wegen der Augen leider nicht mehr so weit her, was sie umso mehr bedauert, als sie in ihrer früheren Wohnung über nicht weniger als vier volle Bücherwände verfügt hatte!

ELSBETH SCHÜTZ-SCHMIDT

Umso wichtiger ist ihr nun dafür die Musik, die sie sich liebend gerne zu Gemüte führt. Was nicht weiter verwunderlich ist, stammt sie doch aus einer ausgesprochen musikalischen Familie. Ihr Vater war zwar von Beruf Heizungstechniker, dazu aber ein ebenso begnadeter Klavierspieler und -lehrer, und ihre ältere Schwester brachte es gar zur erfolgreichen Zürcher Konzertviolinistin. Frau Schütz selber konzentrierte sich aber lieber aufs Hören statt aufs selber Spielen – was immerhin den praktischen Vorteil hat, dass man dies ohne Einschränkung zeitlebens perfekt praktizieren kann.

Aufgewachsen ist Frau Schütz in Zürich Wiedikon, wo sie vom Kindergarten über die obligate Schule bis zur Apothekerhelferinnenlehre in Albisrieden wohnte. Dazwischen verbrachte sie allerdings noch ein Haushaltlehrjahr in einem Kurhaus in Unterägeri sowie ein knappes Welschlandjahr in Château-d'Oex. Mit 25 Jahren heiratete sie und wohnte mit ihrem Mann zuerst in Baden, dann in einem Haus in Unterehrendingen, wo in kurzen Abständen auch ihre vier Kinder zur Welt kamen. Leider entwickelte sich das Geschäft ihres Gatten wirtschaftlich nicht wunschgemäss, was unter anderem leider auch zur Scheidung führte.

Dank ihrer lieben Mutter, die in diesen Jahren immer für ihre Familie da war, konnte sich Frau Schütz auch wieder selber beruflich engagieren. So arbeitete sie 10 Jahre lang in einer christlichen Buchhandlung in Baden und drei Jahre in einer Papeterie in Wettingen. Und da sie schon von klein auf liebend gerne Kinder betreute – wohl ein Erbstück von ihrer Mutter, die selber Säuglingspflegerin war – setzte sie sich auch einige Zeit beim Roten Kreuz im Bereich «Babyhelp» ein und betreute im Weiteren mehrere Jahre lang einen Mittagstisch.

Nebst der Erziehung ihrer vier Kinder und dem ganzen Haushalt – später in Niederrohrdorf – blieb ihr immer auch noch Zeit zum Modellieren, Keramikmalen, Häkeln, Musikhören und Lesen – am liebsten von Büchern mit christlichem oder medizinischem Inhalt, namentlich über Kräuter und Heilpflanzen. Kraft schöpfte sie in allen Lebensphasen aus dem starken Glauben, Gottvertrauen und der Nächstenliebe, die sie zeitlebens in vielfältiger Form erfahren durfte. Dies auch von ihrer Freundin, mit der sie vieles gemeinsam unternehmen konnte.

Nach einer Streifung war für Frau Schütz vor zwei Jahren der Moment gekommen, ihre verbleibenden Jahre noch in einer betreuten Umgebung zu verbringen. Sie nimmt seither regen Anteil am Geschehen in unserem Haus, spielt liebend gerne «Triominos» mit anderen Bewohnerinnen und freut sich natürlich immer über die Begegnungen mit ihren vier Kindern, sechs Enkeln und drei Urenkeln.

Wir danken unseren Inserenten herzlich für die Unterstützung der Seniorenpost und freuen uns, wenn Sie, geschätzte Leserinnen und Leser, diese im Bedarfsfall ebenfalls berücksichtigen.

Hörberatung Wettingen Heinz Anner AG, Landstrasse 88, 5430 Wettingen, Tel. 056 427 21 66, info@hoerberatung-wettingen.ch

Emil Schmid
Wettingen

ONKEL TOM'S
BROCKI

Zügeln ....

Umzug-Verpackung
Hausräumungen
Zügelshop
Möbellager
Entsorgung
Hausreinigung

Dorfstrasse 49 · 5430 Wettingen
056 426 42 42 · emil-schmid.ch

Verspannt?
Schmerzende Beine?
Müde Füsse?

Selbständigkeit erhalten und Lebensqualität verbessern dank:
- Lymphdrainage/-bandage
- Fussreflexzonentherapie
- Klassische Massage
- Narbentherapie

Zusatzversicherungsanerkannt

Medizinische Massage Nina Burger | www.massagen-in-baden.ch | 079 324 05 56

Bitte Beachten Sie auch den beiliegenden Flyer zum Thema «Glücklich wohnen in der dritten Lebensphase».

SCHIBLI & PARTNER
ADVOKATUR UND NOTARIAT

Was wir machen:
Vorsorgeauftrag & Testament
Willensvollstreckung & Behördenkontakte
Grundstückkauf und -verkauf

Wer es macht:
lic. iur. Peter Fäs, Rechtsanwalt
Dr. iur. Hans R. Schibli, Rechtsanwalt
lic. iur. John Wyss, Notar/aarg. Urkundsperson

Cordulaplatz 1, 5402 Baden
kanzlei@schibli-partner.ch
056 203 70 70

Zuhause leben und sterben

Ursula Runge, MAS Oncological Care, Leitung Kompetenzzentrum Spitex Region Brugg AG

Referat im Alterszentrum am Buechberg, Fislisbach
Mittwoch, 06. April 2022, 15 bis 16 Uhr

Die Mobile PalliativeSpitex ermöglicht es, dass auch schwer erkrankte Menschen bis zuletzt zu Hause leben und sterben können. Ein Wunsch vieler Kranker kann so erfüllt werden, stellt aber auch die Angehörigen und Pflegenden vor neue Herausforderungen und Situationen. Frau Runge, Leiterin PalliativeSpitex der Spitex Region Brugg AG, gibt Einblick in das breite, unterstützende Angebot.

Alterszentrum am Buechberg

Bernardastrasse 3 · 5442 Fislisbach
Tel. 056 484 83 83 · www.buechberg.ch

Die Veränderungen unseres Körpers im Alter

Dr. med. Otto Meyer, Leitender Arzt Innere Medizin mit Schwerpunkt Geriatrie, Kantonsspital Baden

Referat im Alterszentrum am Buechberg, Fislisbach
Mittwoch, 17. August 2022, 15 bis 16 Uhr

Der Körper verändert sich und altert ab der Geburt. Ein normaler Prozess setzt sich in Gang, und wo einst Ausdauersport getrieben wurde, kann man die eine oder andere Aktivität nicht mehr ausüben. Auch belastende Themen, wie z.B. eine plötzlich auftretende Inkontinenz können Betroffene sehr beschäftigen. Dr. Otto Meyer wird diverse Veränderungen im Alter aus medizinischer Sicht beleuchten.

Alterszentrum am Buechberg

Bernardastrasse 3 · 5442 Fislisbach
Tel. 056 484 83 83 · www.buechberg.ch

EXPO senio

im Trafo Baden

……..

Infos – Vorträge – Begegnungen
Eigentlich hätte diese Messe im März 2020 stattfinden sollen – aber damals machte Corona so ziemlich allem einen Strich durch die Rechnung. Umso mehr freuen wir uns zusammen mit den Organisatoren, dass dieser attraktive Anlass nun wieder stattfinden kann.
Unter www.exposenio.ch finden Sie das umfangreiche Programm mit Vorträgen wie «Das Leben als Abenteuer» – «Anders älter werden» – «Reisen und Freizeitaktivitäten im Alter aus der Sicht des Mediziners» – «Wie kann man Sprache im Alter trotz Hörverlust verstehen» – «Pensioniert! Lässig, einfach toll. Wirklich?» – «Locker sein, aber nicht locker lassen» – oder auch mit medizinischen Vorträgen des KSB über Kniearthrosen, Hüftprothesen, Hallux und Hammerzehen – oder wie man «Dem Schmerz die kalte Schulter zeigen» kann. Dazu gibt es einen beschwingten musikalischen Auftakt und Abschluss mit der bekannten Jazzband MBA sowie der Tanzschule NatMove aus Baden, und natürlich freuen sich die über 70 Aussteller darauf, mit den Seniorinnen und Senioren unserer Region in Kontakt zu treten.

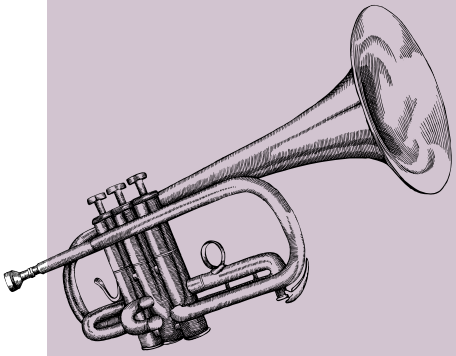
Herzlich willkommen also auch (wieder) an unserem Stand!

Wann und Wo?
Samstag, 2. April 2022
9 bis 17 Uhr, im Trafo Baden
Eintritt frei

VERANSTALTUNGSKALENDER

Vorträge, Konzerte, Ausflüge, Feste etc.

Weitere Veranstaltungen und Details finden Sie unter www.buechberg.ch/aktuell.



April

Sa.	2.4.2022	09.00–17.00	**EXPOsenio im Trafo Baden**
Mo.	4.4.2022	10.30–15.30	**Strickwarenverkauf**
Mi.	6.4.2022	15.00–16.00	**Öffentlicher Vortrag: Zuhause leben und sterben**
Do.	14.4.2022	15.00–16.00	**Unterhaltung mit dem Trio Lüthold**
Fr.	22.4.2022	15.00–16.00	**Schlagernachmittag mit Yvonne Suter**

Mai

Mi.	11.5.2022	15.00–16.00	**Handharmonikakonzert David Häggi**
Fr.	20.5.2022	15.00–16.00	**Unterhaltung mit dem Duo Etienne**
Di.	31.5.2022	19.00–19.30	**Ständchen Gemischter Chor Remetschwil**

Juni

Fr.	3.6.2022	15.00–16.00	**Unterhaltung mit Heu-oben-abe**
Mi.	15.6.2022	19.00–19.30	**Platzkonzert Musikverein Künten**
Fr.	24.6.2022	15.00–16.00	**Alphornklänge mit dem Freihorn Duo**

Spezialangebot Entlastungs- oder Ferienaufenthalt in unserem Alterszentrum.

Sie möchten – und sollten – sich in dieser anspruchsvollen Betreuungszeit auch wieder einmal Zeit für einen eigenen Urlaub nehmen. Damit Sie diesen unbeschwert geniessen und neue Kräfte tanken können, übernehmen wir gerne für Ihre Angehörigen während 14 Tagen oder länger die einfühlsame Pflege und Betreuung rund um die Uhr.

Buchen Sie frühzeitig eines unserer komfortablen Ferienzimmer und profitieren Sie von einem Spezialangebot ohne den üblichen Ferienzuschlag. Rufen Sie uns an und verlangen Sie Claudia Marty oder Thomas Rohrer. Wir freuen uns auf Ihre Kontaktaufnahme unter 056 484 83 83 und bedanken uns zusätzlich mit einer kleinen Überraschung für Sie!

Impressum

Redaktionsadresse: Seniorenpost, Alterszentrum am Buechberg AG Bernardastrasse 3, 5442 Fislisbach

Redaktionsteam: Ernst Bannwart, Elisabeth Burger, Annelies Hubler, Melanie Wigger, Thomas Rohrer

Auflage: 5000 Exemplare

Realisation: Texte: Ernst Bannwart, Birmenstorf | Layout & Gestaltung: Megura AG Werbeagentur ASW, Baden | Druck: Druckerei Patrick Rohr, Mellingen

Verteiler: An die Bewohnenden und Mitarbeitenden des Alterszentrums am Buechberg AG, die Spitex Heitersberg sowie die Senioren der Gemeinden Bellikon, Birmenstorf, Fislisbach, Künten, Niederrohrdorf, Mägenwil, Oberrohrdorf, Remetschwil, Stetten, Tägerig und Wohlenschwil

Alterszentrum am Buechberg

Alterszentrum am Buechberg AG
Bernardastrasse 3 | 5442 Fislisbach | Tel. 056 484 83 83
info@buechberg.ch | www.buechberg.ch

FSC

100% Megura | 100% Schweiz