

träff



Neues Wohnangebot der Heime Kriens
Rückblick auf erste Impulstagung
Neuer Gewinnungsprozess für Lernende

2
4
14

**heime
kriens**



Geschichten vom Heim mit oder ohne Reim

Wir sind eine grosse Familie

Es ist Neujahrsmorgen und im Speisesaal Grossfeld herrscht schon reger Betrieb. Die Frühaufsteher sorgen für eine friedliche Stimmung. Dazu trägt sicher auch der stets feinschmeckende, heisse Milchkaffee bei. Die Bewohnenden gehen aufeinander zu und wünschen sich am ersten Tag des neuen Jahres alles Gute. Die fleissige Saal-Mitarbeiterin befindet sich wie üblich auf der Runde von Tisch zu Tisch. Sie entbietet ihren Gästen Wohlergehen mit Gesundheit und Zufriedenheit.

Aufgeschnappt

In der Cafeteria nimmt ein Gast von einer Mitarbeiterin gerade eine Stange Bier entgegen. Dabei ist der stattliche «Kragen» oder Schaum nicht zu übersehen. Offenbar bedankt sich der Herr ausführlich dafür. «Weil Sie ein Besucher sind und möglicherweise auch einst einer der zukünftigen Bewohner, ist das für uns selbstverständlich», tönt es von der Theke hervor.

Nun, in einem noch nicht fortgeschrittenen Alter sind die Gedanken noch weit weg «vom Heim». Dann, im Laufe der Zeit entstehen doch Beziehungen hierfür. Es fängt an mit Besuchen von Angehörigen und Bekannten. So «nodisno» entsteht eine Verbindung mit dem Hort der Geborgenheit im Alter. Der Mann mit der Stange Bier hat so eine Ermunterung mit dieser gastfreundlichen Geste erhalten.

Ein Werbespruch vor über 70 Jahren, angepasst auf heute:

«Ich bin der Kater Moro,
darum hab ich keinen Noro,
weil ich mich pflege mit Schpeuz,
meine Herrin, die braucht Voro,
sie ist sooo schön, mich freut's!»

... und noch ein Gedicht:

«Wenn's draussen kalt ist immer,
wir haben ein schön warmes Zimmer,
Abwarte Armando und Joscht,
beide verdienen ein Proscht,
drum zum Wohle im Felde der Grossen,
ist gut Grund zum Anstossen.»

Walter Wicki,
Bewohner im Grossfeld





Inhalt

BLICKPUNKT

Neues Wohnangebot der Heime Kriens	2
Rückblick auf erste Impulstagung	4

BEGEGNUNG

Bewohnerporträt	6
Alltagsgestaltung und Kreativität	8

MITARBEITENDE

Neu im Team der Aktivierung/ Alltagsgestaltung	11
---	----

THEMA

Gemeinsam schaffen wir das	12
Neuer Gewinnungsprozess für Lernende	14
Fit und bewegt	16

TRADITION

Kriens im Wandel der Zeit	18
---------------------------	----

INFO

Dies und das	20
Agenda	21

IMPRESSUM

Herausgeberin: Heime Kriens AG

Horwerstrasse 33, 6010 Kriens

Telefon 041 317 11 11, info@heime-kriens.ch

Redaktionsteam: Redaktionsleitung: Christina Konvalina; Mitglieder: Maureen Aschwanden, Bruno Barmettler, Peter Forster, Irène Soller, Walter Wicki, Barbara Zemp

Bild Titelseite: Podiumsdiskussion anlässlich der Impulstagung

Bilder: Heime Kriens AG, pixabay.com oder namentlich erwähnt

Auflage: 1200 Exemplare

Erscheinung: Zweimal jährlich

Gestaltung und Druck: Brunner Medien AG, Kriens

Flexibel in die Zukunft

Liebe Leserin, lieber Leser

Anfang Mai 2020 haben wir die Pflegegruppen «Lindenpark» im Zentrum von Kriens in Betrieb genommen. Eine neue Wohnform, die für die Zukunft eine grosse Flexibilität zulässt. Die Räume sind altersgerecht und auch für pflegebedürftige Menschen eingerichtet. Im Vordergrund steht jedoch das Wohnen. Die drei Grosswohnungen mit je sieben Einzelzimmern können als Gesamteinheit geführt werden, aber auch jede Wohnung für sich. Dies lässt eine hohe Individualität zu. Wir können auf die Bedürfnisse der Bewohnenden eingehen und beispielsweise bei Bedarf für sieben Menschen mit Demenz ein Angebot bieten, bei Bedarf aber auch zwei oder drei Wohngruppen. Sollte «parlare italiano» ein Thema sein, können wir auch dabei konzeptionell Hand bieten und neu eine Wohngruppe ins Leben rufen. Bei einem Fussballmatch Italien gegen die Schweiz wäre gleich mitzuhören, auf welcher Seite ein Tor fällt...

Im Lindenpark sind die Menschen Teil einer kleinen, geborgenen Gemeinschaft – mit ganz persönlichen Ruhe- und Rückzugsinseln. Wir freuen uns auf die neuen Möglichkeiten und darauf, zusammen mit den Bewohnerinnen und Bewohnern, den Mitarbeitenden und den Angehörigen ein familiäres und freundschaftliches Umfeld zu gestalten.

Ich wünsche Ihnen viel Vergnügen beim Lesen des neuen Träff.

Guido Hübscher



Guido Hübscher
Leiter Heime Kriens AG



LINDENPARK

Neues Wohnangebot der Heime Kriens



Auf dem Areal des ehemaligen Krienser Polizeipostens sowie des Gemeindefestens ist mit dem Lindenpark ein Haus für Gesundheit entstanden.

Wohnen in überschaubarer, familienähnlicher Atmosphäre, wo der Alltag und das gemeinsame Zusammenleben im Mittelpunkt stehen. Dies bieten die neu eröffneten Pflegewohngruppen unter dem Namen Lindenpark im Zentrum von Kriens. Ein Blick hinter die Kulissen.

TEXT: BARBARA ZEMP

Die Genossenschaft «Wohnen im Alter in Kriens» (GWAK) hat im Mai 2020 den Lindenpark mit einem attraktiven Angebot mitten im Zentrum von Kriens eröffnet. Teil davon sind drei Pflegewohnungen mit insgesamt 21 Pflegeplätzen, die von der Heime Kriens AG betreut werden. Die Pflegewohngruppen Lindenpark sollen ein quaternahes Ange-

bot schaffen für mittel bis schwer pflegebedürftige Menschen, die professionelle Betreuung und Pflege benötigen. Dies entspricht einem wachsenden Bedarf. Das Wohnumfeld in den Wohngruppen Lindenpark entspricht vielmehr drei verbundenen Grosswohnungen als einem Pflegeheim. Eine überschaubare, familienähnliche Wohn- und Lebensform – ein gemeinsames Zuhause.



Bis Mitte April erledigten die Handwerker letzte Restarbeiten. Küchengeräte wurden angeschlossen, Sanitäreinrichtungen kontrolliert und letzte Lampen montiert. Ende April wurden die drei Wohngruppen möbliert. Bequeme Sessel, ein gemütliches Sofa für den gemeinsamen Wohnraum und ein grosser, schöner Esstisch für die geräumige, offene Küche hielten Einzug in jede Wohnung. Aber auch viele kleine Gegenstände fanden den Weg in den Lindenpark, so auch die gesamte Küchenausstattung. Denn im Lindenpark wird täglich, frisch vor Ort, gemeinsam gekocht. In den offenen Räumlichkeiten von Wohnbereich und Küche findet das gemeinsame Leben statt. Alle, die möchten, können den Mitarbeitenden beim Wirtschaften helfen. So wie man sich das gewohnt ist aus dem Alltag von zuhause. Neben dem gemeinsamen Kochen können die Bewohnerinnen und Bewohner beim Wäscheaufhängen oder beim Tischdecken mithelfen oder einfach mal den eigenen Interessen nachgehen und/oder gemeinsam gemütliche Stunden verbringen. Die Philosophie der Wohngruppe Lindenpark besteht darin, den Alltag und das Leben in den Mittelpunkt zu stellen. So können die Menschen ihr Leben der Normalität entsprechend fortführen.

«Jeder kann, keiner muss»

Gemeinsamkeit statt Einsamkeit ist die Devise. Ein familiäres und freundschaftliches Umfeld lässt die Menschen aktiv am Leben teilhaben. Natürlich bietet der Lindenpark auch einen Rückzugsort. Jede Bewohnerin und jeder Bewohner hat ein eigenes geräumiges Zimmer mit Toilette, Dusche und Lavabo. Die Zimmer können mit eigenen Möbeln ausgestattet werden – die lieb gewonnenen persönlichen Dinge haben auch hier einen Platz.



Zusätzlich zu den wohnungseigenen Loggias verfügt das Gebäude über eine grosse Dachterrasse mit herrlicher Sicht auf Kriens, den Pilatus und den Sonnenberg. Diese ist ein Rückzugsort und ermöglicht den Aufenthalt im Freien bei sonnigem Wetter in den warmen Jahreszeiten.

Im Zentrum von Kriens

Die Lage des Lindenparks im Zentrum von Kriens ist für Wohnen mit Dienstleistungen und für Pflegeplätze optimal: Alle wichtigen Angebote des Alltagslebens wie Lebensmittelgeschäfte, Post, Busstation, etc. befinden sich in Gehdistanz. Die Wege sind für Bewohnerinnen und Bewohner wie auch für die Angehörigen kurz. Zudem sind die Bewohnenden, wenn möglich, aus dem Quartier und weiterhin in der gewohnten Umgebung zu Hause. Der Lindenpark garantiert so quartiernahe, professionelle und somit zeitgemässe Umsorge von Menschen, die auf Unterstützung und/oder Pflege angewiesen sind. Ein Ort in der heimischen Umgebung, der in gewohnter Art und Weise lebensnahe Möglichkeiten bietet für ein selbstbestimmtes Leben.

Der Lindenpark ist eine überschaubare, familienähnliche Wohn- und Lebensform. Im Bild: Dijana Garic.



ERSTE IMPULSTAGUNG

Mit Begeisterung das Leben gestalten

Das Leben selber gestalten und im Austausch mit anderen Menschen sein kann viel zu einem erfüllten Leben im Alter beitragen. Ein Rückblick auf die erste Impulstagung der Heime Kriens.

TEXT: MAUREEN ASCHWANDEN

BILD: HANS BEER

Leidenschaft, Passion, Freude, Lust, Enthusiasmus, Verzücktsein, Feuer und Schwung sind Synonyme für Begeisterung. Es sind sehr belebende Begriffe. Im Sinne von «mit Geist erfüllt». Wie oft überwältigt Sie noch ein Sturm der Begeisterung? Einmal pro Tag? Pro Woche? Pro Monat? Kinder sind die Entdecker und freien Gestalter ihrer Lebenswelt. Mit zunehmendem Alter kommt uns die

Begeisterungsfähigkeit abhanden. Jeder kleine Begeisterungssturm führt dazu, dass im Hirn Botenstoffe produziert werden, welche für das neurale Netzwerk gebraucht werden. Unser Hirn entwickelt sich so, wie und wofür es mit Begeisterung genutzt wird.

Ungefähr mit diesen Worten wurde am 14. November 2019 die 1. Impulstagung zum Thema «Mit Begeisterung das Leben gestalten» eingeläutet. Eine solche





Tagung benötigt viel an Vorbereitung, Denkarbeit und intensive Zusammenarbeit mit allen Arbeitsbereichen. Die Entwicklung war bis zur letzten Minute in vollem Gange. Es war ein äusserst gelungener und erfolgreicher Tag auf verschiedenen Ebenen. Gefüllt mit Freude, Lachen, Hinhören, Tanzen mit Pfauenfeder, leckerem Essen und stetigem Austausch. Es nahmen interessierte Menschen teil, Bewohner und Bewohnerinnen, Angehörige und Kollegen aus dem Sozial- und Gesundheitsbereich. Diese Tagung sollte ein Impulsgeber sein, die Türe zum gewohnten Sozial- und Lebensraum offen zu halten. Für die gemeinsame Gestaltung hatten wir spannende Gäste eingeladen. Sie erhielten jeweils einen Leitsatz aus unserem Leitbild und durften diesen mit dem Thema der Tagung verknüpfen. Es entstanden anregende und inspirierende Referate.

- **Soziale Beziehungen:** Marcel Briand, Moderator und Begegnungsc clown
- **Begeisterung und Lebensfreude:** Heidi Witzig, Historikerin, Mitglied der Grossmütter-Revolution
- **Mitbeteiligung:** Jasmin Achermann und Franziska Hufschmid, Pflegefachpersonen der Heime Kriens
- **Zusammenleben:** Simone Gretler Heusser, Dozentin und Projektleiterin mit Schwerpunkt Alterspolitik der Hochschule Luzern

Zum Abschluss des Tages fand eine Podiumsdiskussion mit den eingeladenen Dozenten und einem Bewohner, Walter Wicki, statt. Die Diskussion war offen für alle Teilnehmenden. Einige Bewohnerinnen beteiligten sich ange-regt. Zu hören, welche Emotionen der Eintritt in ein Heim auslösen kann, wie sich der gewohnte Alltag verändert und die Begeisterungsfähigkeit abnehmen

kann, waren sehr berührend. Trotz allem: Lebensgestalter und aktiv zu bleiben, ist wichtig. Dies sind Aussagen der Bewohnenden. Es war wohl der Schlüssel-moment des Tages. Und jetzt sind die Themen und Inputs dieser Tagung hochaktuell und fordern uns tagtäglich.

*«Die Zeiten
ändern sich –
und wir ändern uns
in ihnen.»*

Dieses Sprichwort trifft den Nerv der Zeit. Das Coronavirus hat unseren gewohnten Alltag auf den Kopf gestellt. Wir erleben eine aussergewöhnliche Zeit mit vielen Einschränkungen, welche uns eine Weile begleiten werden. Schritt für Schritt versuchen wir in die Normalität zurückzukommen. Jede kleine Veränderung hat direkten Einfluss auf den Alltag der Menschen. Es wird deutlich sichtbar, dass soziale Beziehungen und sein Leben selber gestalten können zu einem Leben in Vielfalt beitragen. Die Bedeutsamkeit oder Sinnhaftigkeit des gelebten Alltages tritt deutlich in den Vordergrund. Gemeinsam, bewusst und aktiv durch das Leben gehen. Zum Glück kann der Mensch sich schnell begeistern lassen und Begeisterung ist ansteckend. In diesem Sinne: «Begeisterung – das ist der Wind für meine Segel.»

Ein grosses Dankeschön an Herrn Hans Beer. Er ist leidenschaftlicher Fotograf und hat mit seiner Kamera den Tag festgehalten.



BEWOHNERPORTRÄT

«Ich hätte nie gedacht, dass ich in meinem Leben so viel herumkommen würde»



Regina Disler hat am 20. November 2019 ihren 100. Geburtstag gefeiert. In einem Gespräch erzählt sie aus ihrem Leben, was sie prägte, von ihrer Familie und dem Beruf.

TEXT: BRUNO BARMETTLER

Regina Disler wurde als jüngstes von sieben Kindern in Gersau geboren. Ihre Eltern führten eine grosse Schreinerei. An ihre Kindheit erinnert sie sich gerne, es war eine schöne, glückliche Zeit, auch das Familienleben. Die Musik spielte eine wichtige Rolle in der Familie. Alle Kinder, mit Ausnahme von Regina, erlernten ein Musikinstrument: Geige, Cello, Handorgel, Klarinette, Saxofon. Frau Disler bedauerte es später, dass sie kein Instrument erlernt hatte. Die ganze Familie war im Kirchenchor und auch zu Hause wurde viel gesungen. Als Regina Disler später in Kriens wohnte, sang sie im Kirchenchor Bruder Klaus.

In ihrer Kindheit hatte man ein anderes Verhältnis zu seinen Eltern. Man duzte sie nicht, sondern man sagte «Ihr», also «Ihr Mutter» oder «Ihr Vater». Die Ehr-

**Regina Disler anlässlich ihres 100. Geburtstages.
(Bildquelle: Familie Disler-Federer)**



furcht vor den Eltern war einerseits viel grösser, andererseits getraute man sich auch nicht, ihnen etwas zu sagen.

Nach ihrer Heirat zog Frau Disler von Gersau weg. Zusammen mit ihrem Mann führte sie ein Kantinenrestaurant der Firma Brown Boveri (BBC) in Ennetbaden. Am Mittag kamen jeweils zirka 100 Arbeiter in die Kantine und mussten verköstigt werden. Das Essen wurde von einer Grossküche im Martinsberg bei Baden angeliefert. Ausserhalb der Kantinenzeit wurde der Betrieb als Restaurant geführt und war bis Mitternacht geöffnet. Man kann sich vorstellen, dass dies sehr lange Arbeitstage gab. Am Abend sass man oft bei den Gästen und jassete mit ihnen. Auch heute noch jasst Frau Disler einmal pro Woche in einer Jassgruppe. Dabei legt sie Wert darauf, dass man konzentriert bei der Sache ist.

Das Ehepaar Disler war zuerst in einem Lohnverhältnis bei BBC angestellt, später wechselte dieses in ein Gerantenverhältnis. Der Pachtbetrag betrug symbolisch einen Franken pro Jahr. In dieser Zeit besuchte Frau Disler auch die Wirtefachschule. In der Nähe des Restaurants in einem Personalhaus der BBC wohnten 60 junge Italiener, die bei BBC ein Praktikum absolvierten. Zusätzlich zum Restaurant hatte Frau Disler auch die Reinigungsfrauen unter sich, die das Personalhaus putzten, und den Praktikanten gab sie im Restaurant die Post ab. Die jungen Praktikanten kochten selbst. Nach Besuchen in der Heimat brachten sie jeweils Salami und Mortadella mit.

Frau Disler wurde Mutter von zwei Söhnen. Die junge Familie wohnte im gleichen Gebäude, in dem sich das Restaurant befand. Einer der Söhne lernte später Maschinenschlosser bei der BBC.

Die Arbeit im Restaurant war eine schöne Zeit, aber auch ein «Chrampf» und erforderte eine sehr hohe Präsenzzeit. «Man hat es halt einfach gemacht und man wollte es gut machen», erinnert sich Regina Disler. Das Restaurant wurde später an eine Baufirma verkauft und Familie Disler übernahm ein Restaurant in Wettingen, wo sie sich aber nie richtig heimisch fühlte.

Ein neues Zuhause in Kriens

Da auch beide Söhne ihre Aus- und Weiterbildungen in der Innerschweiz machten, entschied sich Familie Disler, nach Kriens zu ziehen. An der Brunnmattstrasse fanden sie eine schöne

«Kriens ist schnell zur neuen Heimat geworden.»

Wohnung und fühlten sich schnell daheim. Nachdem Regina Dislers Ehemann vor elf Jahren starb, lebte sie alleine in der Wohnung. Nach gesundheitlichen Problemen entschied sie sich aber, ins Zunacher umzuziehen. Zu ihren Söhnen und den fünf Enkelkindern pflegte sie immer einen regelmässigen Kontakt.

Auch heute ist für Frau Disler der Zusammenhalt der Familie ganz wichtig. An ihrem 100. Geburtstag kamen die Familie sowie zahlreiche Verwandte und Bekannte zum Apéro vorbei.

Regina Disler schaut auf ein glückliches und erfülltes Leben zurück. Die Familie, in der sie aufwuchs, war für sie zentral, aber auch die eigene Familie war ihr immer sehr wichtig. Sie hätte nie gedacht, dass sie in ihrem Leben so viel herumkommen würde.



«Älter werden heisst, selbst ein neues Geschäft anzutreten ...»

Johann Wolfgang von Goethe

Wie können wir Menschen uns in dieser Zeit und in dieser Umgebung begegnen? Wie gehen wir dann miteinander um? Wie gestalten wir unsere gemeinsamen Aktivitäten auf kleinem Raum? Wie erreichen wir möglichst alle Menschen?

TEXT: VERONIKA GÜLDENPFENNIG

Das wusste schon Goethe zu beantworten, der sagte: «Älter werden heisst, selbst ein neues Geschäft anzutreten, alle Verhältnisse ändern sich, und man muss entweder zu handeln ganz aufhören, oder mit Willen und Bewusstsein das neue Rollenfach übernehmen.» Und so machen wir das in der Aktivierung, denn es gehört zu den Aufgaben im Alter, geistig und körperlich aktiv zu bleiben, neue Interessen zu entwickeln, Beziehungen aufzubauen, kreative Wege zu gehen, sich mit eigenen Ressourcen und der Kultur auseinanderzusetzen.

Alltagsgestaltung und Kreativität in der Aktivierung

Seit vielen Monaten beschäftigen sich Bewohnerinnen und Bewohner mit dem Malen von Mandalas. Das sind bei uns figurale, auf ein Zentrum ausgerichtete, geometrische Motive zum Ausgestalten mit Stiften. Es ist schön, ein fertiges Objekt zu betrachten, das mit viel Geduld, Kraft, Konzentration, Ausdauer und Farbensinn gemalt wurde. Es kann

eine Stunde oder mehr dauern bis zur Fertigstellung. Wir werden demnächst alle gefertigten Exemplare zur Aufhängung bringen.

Zu den unterstützenden Angeboten im Alltag gehören normale Gespräche und die Aufrechterhaltung der sozialen Kontakte mit den Frauen und Männern in Kleingruppen auf den Abteilungen. Besonders beliebt sind die Frauengespräche und eine Kombination aus Wissensaustausch und heiteren Gedächtnisspielen. Das bedeutet psychosoziale Begleitung: einfach da sein, für die Leiblichkeit des Alterns sensibilisieren.

Christine Stalder vom Team Aktivierung betreut derzeit das Grossfeld. Sie verfügt über verschiedene Kompetenzen, einen grossartigen Fundus an Ideen und Erfahrung, die sie in allen Abteilungen anwendet. Ihre Angebote, beispielsweise das Bewegen mit Musik, der Erfahrungstreff, das Malen, das Handarbeiten und das Singen werden gern von den hier lebenden Menschen angenommen.



Heinz Zihlmann als Fachmann Aktivierung mit seinem Musikrepertoire schafft für Gruppen und einzelne Personen Erlebnisse, um an frühere Zeiten zu erinnern. Er musiziert und singt derzeit auf allen Abteilungen und arbeitet in Kleingruppen. So probt bereits ein Quartett mit Gesang, Pauke, Keyboard und

«Es ist schön, ein Mandala zu betrachten, das mit viel Geduld, Kraft, Konzentration, Ausdauer und Farbensinn gemalt wurde.»

Akkordeon regelmässig. Der Auftritt wird kommen. Der Frühling ist in voller Blüte und seine Gartengruppe übernimmt derzeit die Bepflanzung der Ter-

rasse bei der Aktivierung. Lieder singen und einfach bei den Menschen sein erscheint ihm jetzt besonders wichtig. José Romero, ebenfalls Teil des Teams Aktivierung, ist unterhaltungsmässig mit Spielen und heiteren Gedächtnistrainings je nach tagesaktuellen Wünschen und Bedürfnissen der hier lebenden Menschen auf den Abteilungen unterwegs. Er arbeitet mit Kleingruppen verschiedenster Art und organisiert Stammtischgespräche oder auch Lottos. Wenn man mit José spricht, bleibt möglicherweise kein Auge trocken. «Das Alltägliche wird da zum Besonderen und zum Aussergewöhnlichen, weil es meist nicht mehr aus eigener Kraft getan werden kann».¹

Briefe schreiben wie anno dazumal

In einer Zeit, in der elektronische Post mit Standardtexten beliebt ist und die Welt sich mit der ernstesten Herausforderung beschäftigen muss, wegen dem



Bewegen mit Musik am Montagmorgen.

Coronavirus die Gesundheit von Menschen zu schützen, ist die wunderbare Idee, persönlich Post zu verschicken und zu erhalten, in einer Schule in Obernau entstanden. Dann ging alles sehr schnell: José Romero und unsere Praktikantin Petra Wismer übernahmen die Koordination der Briefe, die Mithilfe

*«Ein Brief ist etwas
Besonderes, der
Verfasser wählt die
Worte mit Bedacht
und gibt sich beim
Schreiben Mühe.»*

beim Schreiben und das Versenden der Couverts. Ein Brief ist etwas Besonderes, der Verfasser wählt die Worte mit Bedacht und gibt sich beim Schreiben Mühe. Inhalt und Stil sind ihm wichtig. Der Mensch nimmt sich Zeit zum For-

mulieren. Man kann Fotos oder Bilder beilegen und vieles mehr. Auch das Briefpapier wird ausgewählt. Das Gefühl, zum Briefkasten zu gehen und einen Brief zu erhalten, weckt ein Gefühl des Erlebens wie vor vielen Jahren. Neben Telefonkontakten sind Briefkontakte in der Zeit der sozialen Distanzierung wertvoll. Eine neue generationsübergreifende Aktivität entstand. Alle Mitarbeitenden der Aktivierung wirkten unterstützend mit. Es sind bereits 18 Briefe in den Heimen angekommen. Ein Grossteil wurde bereits von verschiedenen Menschen beantwortet. Und: Manche mögen noch mehr Briefe schreiben. Lesen Sie diese an der Wand ausgestellten Briefe, nahe dem Atelier Aktivierung, und lassen Sie sich überraschen, mit wie viel Interesse und Freude die hier ausgestellten Briefe gefertigt wurden.

¹Quelle: Elvira Tschan, Integrative Aktivierende Alltagsgestaltung, 2014.



Neu im Team der Aktivierung/ Alltagsgestaltung



José Romero

*«Neugierig bleiben,
offen sein für Neues,
Respekt, Humor.»*

Beruflicher Werdegang

Ich bin gelernter Servicefachangestellter und habe viele Jahre in der Hotellerie im Spital gearbeitet. Anschliessend habe ich eine Ausbildung als Fachmann Alltagsgestaltung absolviert.

Das ist mir wichtig bei meiner Arbeit

Achtsamkeit, Respekt, Humor, Begeistern und Vernetzen sowie Ressourcen aktivieren.

Familie/Hobbys

Ich bin verheiratet, habe eine 20-jährige Tochter und lebe mit meiner Familie in Luzern. Zu meinen Hobbys zählen Kochen, Philosophieren und Freunde besuchen. Auch gehe ich gerne ins Kino und interessiere mich für Kunst.

Wie oder wo erholst du dich am besten?

Beim Schlafen und Nichtstun oder auch beim Kochen. Erholsam ist auch ein Saunabesuch.



Heinz Zihlmann

*«Musik sind Töne,
die man in Worten nicht
aussprechen kann.»*

Beruflicher Werdegang

Ursprünglich habe ich Maschinenmechaniker gelernt. Durch mein Akkordeon habe ich den Weg in die Aktivierung gefunden und darf seit vielen Jahren die Menschen mit meiner Musik erfreuen.

Das ist mir wichtig bei meiner Arbeit

Ich weiss, wie sehr Musik das Herz öffnet und in den Bewohnenden die Fähigkeit zur Freude, zum Vertrauen und zur Zuversicht in manchmal ungeahnter Weise wecken kann.

Familie/Hobbys

Ich lebe mit meiner Frau und unseren beiden Söhnen in Schüpfheim. In meiner Freizeit bin ich gerne mit meiner Familie unterwegs sowie mit meinem Akkordeon, indem ich in verschiedenen Musikformationen als Komponist und als Begleiter von Jodelgesang mitwirke.

Wie oder wo erholst du dich am besten?

Beim Musizieren sowie auch beim Fischen im Schärlihbach in Marbach.



EINE AUSSERGEWÖHNLICHE ZEIT

Gemeinsam schaffen wir das

Wir sind uns einig: Das Coronavirus verlangt uns viel ab. Es schränkt ein, hält uns fern von unseren Liebsten. Trotzdem rücken wir zusammen – nicht physisch, aber menschlich.

TEXT: CHRISTINA KONVALINA

Wie eine haushohe Welle rollte das Coronavirus im März übers Land, schüttelte unser Leben, unseren Alltag durcheinander. Das Wohl der Bewohnerinnen und Bewohner steht für die Heime Kriens an oberster Stelle, die Heime Kriens reagierten deshalb rasch und schlossen ihre Türen gegen aussen. Zu diesem Zeitpunkt waren sie bereits bestens vorbereitet: Die Mitarbeitenden aus Pflege und Betreuung waren in Kleingruppen intensiv geschult worden und kannten das Vorgehen bei einer allfälligen Isolation. Auch sonst passierte viel hinter den Kulissen. Mitarbeitenden der Risikogruppe wurde ein sicheres Arbeitsumfeld ermöglicht, teilweise arbeiteten sie fortan im Homeoffice. Das Angebot der Aktivierung passte sich der Situation an, Arbeitsabläufe wurden geändert, Reinigungsintervalle verkürzt.

Es ist eine alte Weisheit, dass Krisen das Beste aus uns herausholen. Wir handeln solidarisch, helfen, zeigen uns menschlich. Dies haben auch die Heime Kriens erlebt.

Grosse Solidarität aus der Bevölkerung

Zahlreiche Menschen folgten dem Aufruf der Heime Kriens nach freiwilligen Helferinnen und Helfern für pflegerische,

betreuerische und hauswirtschaftliche Tätigkeiten. Die Heime Kriens bauten damit einen Notfall-Pool auf, falls viele Mitarbeitende gleichzeitig krankheits halber ausfallen würden. Andere Freiwillige kaufen nun für die Bewohnenden ein oder bewachen als Türsteher am Wochenende die Eingänge der Heime, damit das Besuchsverbot eingehalten wird.

Musik weht durch den Park

Regelmässig finden kleine Konzerte von verschiedenen Musikern im Park vor den Häusern statt – immer unter Einhaltung des erforderlichen Abstands. Auch dies sind grösstenteils Engagements von Freiwilligen.

Ein kleines Stück Normalität

Im Austausch mit anderen Menschen sein, kann viel zu einem erfüllten Leben im Alter beitragen. Neue Technologien haben in den Heimen Kriens Einzug gehalten. Haben auch Sie in dieser Zeit gelernt, mit Ihren Angehörigen via Videotelefonie zu kommunizieren? Trotzdem, das Gleiche ist es nicht wie eine persönliche Begegnung. Gross war die Freude, als mit dem Besucherzelt das erste persönliche Wiedersehen nach rund einhalb Monaten möglich war. Inzwischen können Besuche bereits wieder im Haus stattfinden in vorgegebenen Begegnungszonen und unter Einhaltung



der Schutzmassnahmen. Das Telefon für die Terminreservierung läuft heiss!

Die Heime Kriens sagen Danke

Wir sind überwältigt von der Solidarität, die den Menschen im Lebensraum Heime Kriens entgegengebracht wird. Ein herzliches Dankeschön an alle. Ein besonderer Dank gebührt vor allem den Mitarbeitenden: Sie pflegen und betreuen mit Herz, Empathie und Freude die Menschen im Alltag. Sie halten mit Engagement die Heime in Gang, bewältigen jeden Tag von neuem Berge von Wäsche, schauen, dass die Heime weiterhin sauber und wohnlich bleiben und dass das Material am richtigen Ort zur richtigen Zeit ist. Sie stellen als Mitarbeitende am Empfang und in der Administration die Informationen sicher,

«Die gute und lösungsorientierte Zusammenarbeit aller Bereiche ist die Basis, um herausfordernde Zeiten zu meistern.»

koordinieren die zahlreichen Besuchstermine. Sie bringen als Mitarbeitende der Aktivierung zusätzlich Freude in den Alltag. Sie kochen und verwöhnen auch in dieser Zeit wunderbar alle Menschen. Sie sind Mitarbeitende, die als Verantwortliche jeden Tag die notwendigen Entscheidungen treffen. Nicht zu vergessen sind die jungen Männer, die in den Heimen ihren Zivildienst leisten.

Liebe Bewohnerin und lieber Bewohner, auch Ihnen und Ihren Angehörigen danken wir für das entgegengebrachte Vertrauen und Ihr Verständnis.

Hebet Sie's guet!



Humor trotz(t) Corona.



Ein Transparent zum Muttertag.



Immer wieder treten Musikerinnen und Musiker im Park vor den Häusern auf.



BILDUNG

Neuer Gewinnungsprozess für Lernende

Das klassische Vorstellungsgespräch für eine Lehrstelle hat ausgedient. Auch die Heime Kriens schlagen einen neuen Weg ein. Gewinner sind beide Seiten: Lehrbetrieb und Lernende.

TEXT: JASMIN ACHERMANN

Eine neue Generation tritt in die Arbeitswelt ein, die sogenannte Generation Z. Das erfordert ein Umdenken, weil die Bedürfnisse der jungen Menschen sich verändert haben. War es vor einigen Jahren noch so, dass die Lehrbetriebe die Lernenden ausgesucht oder eben selektioniert haben, suchen sich heute die jungen Berufsleute den

«Der Eintritt der neuen Generation ins Arbeitsleben erfordert ein Umdenken, da sich die Bedürfnisse der jungen Menschen verändert haben.»

Betrieb aus, der für sie am besten mit ihren Vorstellungen und Haltungen harmoniert. Schnell wurde klar, dass wir fortan vom Gewinnungsprozess sprechen werden, weil beide Seiten gewinnen werden. Der Betrieb gewinnt motivierte, junge Fachleute und die

jungen Menschen können einen Lehrbetrieb wählen, mit dem sie sich identifizieren können. Das gute alte Vorstellungsgespräch hat ausgedient. Gemeinsam mit Berufsbildnerinnen aus der Pflege bildeten wir die Gruppe «Gewinnungsprozess» und machten uns Gedanken, wie die Idee eines Gruppennachmittags in die Tat umgesetzt werden kann. Unser Ziel war es, einen Nachmittag zu gestalten, um sich gegenseitig kennenzulernen.

Pilotversuch überzeugt

Im November 2019 war es so weit und acht junge Frauen trafen sich im Zunaacher und konnten sich erstmals ein Bild ihrer «Konkurrentinnen» machen. Alle Bewerberinnen hatten mit ihren Bewerbungsdossiers überzeugt und wir waren gespannt, sie persönlich kennenzulernen. In diesem Pilotversuch wurden die Bewerberinnen für die Ausbildungsplätze zur Assistentin Gesundheit und Soziales eingeladen. Anhand persönlicher Bilder haben wir uns vorgestellt und so von allen etwas aus ihrem persönlichen Leben erfahren. Dies schaffte bereits eine erste Bindung und schnell wurde klar, dass sich diese jungen Frauen in keinerlei Hin-



Junge Berufsleute suchen sich heute den Betrieb aus, der für sie am besten mit ihren Vorstellungen und Haltungen harmoniert.

sicht als Konkurrenz ansehen, sondern dass sie alle dasselbe Ziel haben und dies gemeinsam erreichen wollen. An diesem sehr lebendigen Nachmittag bekamen sie Infos zu den Heimen Kriens, konnten Lernende befragen, gemeinsam einen Jenga-Turm bauen, Fallbeispiele lösen und Fragen stellen.

Am Ende des Nachmittags hatten wir für die fünf Lehrstellen passende Kandidatinnen gewonnen, und alle konnten auch die Abteilungen beim Schnuppern überzeugen. Dieser Nachmittag war ein voller Erfolg – auf vielen Ebenen. Bald starten die Vorbereitungen dafür, dass im Herbst alle Lernenden aus der Pflege mit diesem Verfahren gewonnen werden können.



Beim Jenga-Spiel geht es darum, mit ruhiger Hand Klötzchen aus dem Turm zu entfernen.



DER ARBEITSORT, DER BEWEGT

Fit und bewegt

Fühlen Sie sich alle «fit und bewegt»? Das hoffen wir doch sehr. Wir, das sind einige Mitarbeitende der Heime Kriens, die sich mit diesem Thema näher auseinandergesetzt haben: Maureen Aschwanden, Gisela Weiss, Marius Graefe, Roman Stoop und Bart Staring.



Gisela Weiss, Roman Stoop, Maureen Aschwanden, Marius Graefe. Nicht im Bild: Bart Staring.

TEXT: MARLIS HENZMANN

Montagmorgen. Wie jeden Montagmorgen sind viele von Ihnen, geschätzte Bewohnerinnen und Bewohner, beim Bewegen zusammen mit Veronika Guldénpfennig oder Christine Stalder. Mit fröhlicher Musik bewegen Sie sich, lachen zusammen, kommen ab und zu

ins Schwitzen und fühlen sich nachher wunderbar bewegt. Genau so kann oder könnte es sein. Dabei denken wir doch gerade an ein Sprichwort, welches besagt: «Sich regen bringt Segen.» Bewegt durch den Alltag, das ist doch ein wunderbarer Gedanke. Spazieren, im Gang mit den anderen Mitmenschen



turnen, lachen bis einem die Tränen kommen, von den Zehenspitzen bis zum Kopf durchbewegen am Morgen, am offenen Fenster ein- und ausatmen ... und noch vieles mehr wird Sie im Alltag begleiten. Und das freut uns.

Und? Was bewegt Sie sonst noch so in Ihrem Alltag? Und Sie sehen – bewegen kann vielfältig verstanden werden. Vielleicht bewegt Sie die momentane Situation, die viel an Bewegungsfreiheit einschränkt? Vielleicht bewegen Sie Gedanken in Bezug auf Ihre Familie und Ihre Mitmenschen?

Es sind diese Gedanken, die wir gerne in den täglichen Begegnungen mit Ihnen diskutieren möchten. Sich gemeinsam austauschen über das, was uns und die Gesellschaft bewegt, verbindet

«Sich gemeinsam austauschen über das, was uns und die Gesellschaft bewegt, verbindet Menschen und Generationen.»

Menschen und Generationen. Daher freuen wir uns über jeden Austausch. Kommen wir doch aufeinander zu – in den täglichen Begegnungen hier im Lebensraum der Heime Kriens.

Und ihr, geschätzte Kolleginnen und Kollegen? Wie haltet ihr es mit «fit und bewegt»? Fit wie ein Turnschuh – oder eher wie ein Stubenhocker? Seid ihr eher diejenige, die schon früh am Morgen auf dem Pilatus anzutreffen ist – natürlich ohne Bahn? Oder seid ihr eher diejenige, welche Yoga und den Son-

nengruss beim Auf- oder Niedergang der Sonne machen?

Seid ihr eher derjenige, der seinen Geist stärkt? Der sein Gedächtnis fit hält mit Zahlenreihen und Merkspielen? Oder seid ihr eher ganz relaxt und denkt «Sollen die doch mal ... mir gefällt es ganz gut so, wie es ist»? All das hat seine Berechtigung.

Es interessiert uns, was wir gemeinsam hier im Lebens- und Arbeitsraum der Heime Kriens zusammen noch bewirken und bewegen können. Wir freuen uns auf viele Ideen: Turnen in der Znüni-pause. Handstand bei Arbeitsbeginn. Merk- und Gedankenspiele im Lift. Erzählecke für Witze und Sprüche. Yoga über den Mittag. Singen, Musizieren, Tanzen ...

Ihr seht, eure Work-Life-Integration ist uns wichtig. Nicht nur der Körper soll bewegt sein – sondern auch der Kopf und das Herz. Und dabei denken wir nicht nur an das kardiovaskuläre Training. Was würde euch im Alltag unterstützen? Was könnten wir gemeinsam tun – um beweglich und bewegt zu sein?

Kommen Sie doch einfach auf uns zu im Alltag. Wir freuen uns auf alle Begegnungen. Und wir denken, dass wir im Sommer eine «offene Bühne» zusammen gestalten werden. Da laden wir alle herzlich ein, aktiv mitzumachen. Wäre doch schön, wenn die Heime Kriens in Zukunft mal einen Award gewinnen würden – als DER Arbeitsort, der bewegt.



STADTBILD

Kriens im Wandel der Zeit

Die Gemeinde Kriens zählte im Jahre 1961 rund 14 000 Einwohner. In der Zwischenzeit hat sich das Dorf unserer Kindheit zur Kleinstadt mit rund 27 000 Einwohnern entwickelt.

TEXT: PETER FORSTER

Wo früher noch Hasen und Füchse einander gute Nacht sagten, ragen heute vielstöckige Wohnblöcke aus dem Boden und es entstehen Quartiere mit städtischem Charakter. Die Sekundarschüler konnten in den 40er Jahren hinter dem Schulhaus Kirchbühl auf grüne Wiesen blicken. Die ganze Tscharnetmatte war ein Eldorado für die kleinen Skifahrerinnen und Skifahrer. Hier befand sich auch das Ziel des jährlichen Skirennens des Alpenklubs mit Start beim Gruohubel.

Die Vergrößerung von Kriens ist besonders in den Quartieren Mattenhof, Nidfeld und Schweighof ersichtlich. Im Endausbau entsteht ein Stadtteil mit rund 3000 Einwohnern. Wenn alles klappt mit der Zonenplanänderung und dem Bebauungsplan, soll hier in einigen Jahren das höchste Gebäude der Zentralschweiz entstehen: 110 Meter hoch. Das private Projekt trägt den Namen «Pilatus Arena». Geplant ist eine Sport- und Eventarena für 4000 Zuschauer.

Doch zurück zum Dorfplatz, der stets noch als Treffpunkt für wichtige Veranstaltungen dient: Fasnachtstreiben, Chlöpfen am 8. Dezember und der Wochenmarkt am Donnerstag. Das bekannte Krämerhaus wurde 1961 für den Bau eines Dorfparkplatzes abgerissen. Zehn Jahre später wurde auch das grosse weisse Haus namens «Laterne» dem

Erdboden gleichgemacht – für noch mehr Parkplätze. Das Haus trug den Namen «Laterne», weil die Hausbesitzer vor dem Einzug der Elektrizität dazu verpflichtet waren, bei Brand, Wasser- oder einem Kriegsereignis nachts eine Laterne an ihr Haus zu hängen und damit den Dorfplatz zu beleuchten!

Das Krienser Tram hält vor dem Gasthaus zur Linde, welches einst als «Seele des Dorfes» galt. (Bild: Kriens in alten Ansichten, Hrsg. vom Museum im Bellpark, Kriens 1991, S. 50)





In den nächsten Jahren soll im Mattenhof die Pilatus Arena entstehen. (Bild: Pilatus Arena)

Fasnacht 1939: Ein Bärnerwyb eilt dem Dorfplatz zu. «Krämerhus», Gallus-Kirche im Umbau und Haus «Laterne». (Bild: Krienser Masken 1920–1970. Hrsg. vom Museum im Bellpark, Kriens 2010, S. 2)



Der Krienser Dorfplatz in einer Aufnahme von 1925, an den Hügel der Pfarrkirche gebettet, wirkte klar strukturiert durch die Gehsteige und die den Häusern jeweils zugeordneten Grünflächen. (Bild: Kriens in alten Ansichten, Hrsg. vom Museum im Bellpark, Kriens 1991, S. 45)



E chli Fasnacht

Die Bescherungsfahrt der Gallizunft in der Vorfasnachtszeit ist jeweils der Beginn des fasnächtlichen Treibens in den Heimen Kriens. Leider freuten sich die Bewohnerinnen und Bewohner der Häuser Zunacher und Kleinfeld dieses Jahr aufgrund des Norovirus vergeblich auf den Besuch. Der Anlass musste kurzfristig abgesagt werden und auch seine Geschenke konnte das Gallipaar nicht persönlich überreichen. Etwas gefeiert wurde trotzdem auf den einzelnen Sta-



tionen. So verkleideten sich Mitarbeitende spontan fürs Überreichen des Geschenks und zauberten damit den Menschen ein Lächeln ins Gesicht.

«Poschti-Egge» im Zunacher – und neu auch im Grossfeld



Frau Amstutz schätzt das Angebot.

Entstanden aus einer Projektarbeit der internen Weiterbildung «Psychogeriatrischer Grundkurs» zeigt sich nach einem Jahr: Der «Poschti-Egge» entspricht einem Bedürfnis und wird rege genutzt. Für Bewohnerinnen und Bewohner, die nicht ins Dorf spazieren können, sei dies eine gute Sache, lautet die Rückmeldung einer Bewohnerin. Als Verkaufsschlager haben sich erwiesen: Zahnpasta, Bodylotion, Duschmittel, Batterien. Das Sortiment wird auf Rückmeldung der Bewohnerinnen

und Bewohner und der Saison entsprechend erweitert und angepasst. So haben sich ein paar Artikel als Ladenhüter erwiesen und sind wieder aus dem Sortiment verschwunden.

Neu gibt es auch im Grossfeld einen «Poschti-Egge». Alle Artikel können gegen Barzahlung am Empfang während den Öffnungszeiten gekauft werden.

Montag bis Freitag
08.00–11.45 Uhr und 13.30–17.00 Uhr

Danke schön



Die aufwendigen Reparaturarbeiten an der Fassade des Hauses Zunacher 1 sind abgeschlossen. Die Heime Kriens danken Ihnen recht herzlich für Ihr Verständnis.



Agenda

Termine 2020

Juni

Keine Veranstaltungen

Juli

Do 02.07. Bewohner-Höck, Cafeteria GF,
18.00 Uhr

August

Sa 01.08. 1.-August-Feier ZU und GF

Do 06.08. Bewohner-Höck, Cafeteria ZU,
18.30 Uhr

September

Do 03.09. Bewohner-Höck, Cafeteria GF,
18.00 Uhr

Sa 19.09. Herbstfest ZU

Oktober

Do 01.10. Bewohner-Höck, Cafeteria ZU,
18.30 Uhr

November

Do 05.11. Bewohner-Höck, Cafeteria GF,
18.00 Uhr

Dezember

Do 03.12. Bewohner-Höck, Cafeteria ZU,
18.30 Uhr

Sa 05.12. Samichlausbesuch

Di 22.12. Weihnachtsfeier ZU2 und KF

Mi 23.12. Weihnachtsfeier ZU1 und GF

Änderungen vorbehalten!



Heime Kriens AG

Horwerstrasse 33
6010 Kriens

Telefon 041 317 11 11

E-Mail info@heime-kriens.ch

www.heime-kriens.ch

