

Hauszeitung  
der Heime Kriens AG  
Frühling 2022

# träff



Jubiläum ökumenischer Besuchsdienst  
Berta Oehen: «S Läbe fägt immer no»  
Einblick in die Grossfeld-Küche

2  
4  
8

**heime  
kriens**



## Geschichten vom Heim mit oder ohne Reim

### Eine Vernissage «Casy» im Grossfeld

Wasser sprudelt aus einem Waldboden, es ist eine Quelle. Dann rauscht auch schon ein Bächlein, welches später als Bach in einen Fluss mündet, in einen Strom und schliesslich ins Meer fliesst. Dies als Einleitung in die folgende Mandalageschichte.

Die Quelle als Ursprung und Gleichnis war der Kauf eines Papeterieartikels. In der Beilage ein Stück Papier, das sich beim näheren Hinschauen als etwas zum Ausmalen herausstellte. Gerade rechtzeitig konnte ich das gelungene

Mandala für mein drittes Buch «Cacao insatiable» als Titelseite gebrauchen – mandalakundige Pflegerinnen im Haus Grossfeld schenken mir darauf zwei Malbücher. Kontraste, Komplementärfarben und Invertieren mit steigender Begeisterung ergaben inzwischen über hundert Mandalas. Die Aktivierungschefin Veronika Güldenpfennig wurde aufmerksam auf meine Arbeit. Ihr verdanke ich, dass im A1 im Korridor zehn Mandalas als Vernissage «Casy» hängen. Ich war erstaunt über meine eigene Arbeit. Unser Fotograf Hans Beer besuchte die Vernissage.



Walter Wicki,  
Bewohner im Grossfeld



# Inhalt

## BLICKPUNKT

Jubiläum ökumenischer  
Besuchsdienst **2**

## BEGEGNUNG

Bewohnerporträt: Berta Oehen **4**  
Küchengespräch mit Reto Melcher **8**

## THEMA

Praktikumsbericht Sina Bucher **11**  
Bahnhof Zunacher **12**

## TRADITION

Die Krienser Halszither **15**

## SENIOREN RAT

Einsamkeit – Wer kennt sie nicht? **16**

## MITARBEITENDE

Es stellt sich vor: Susanne Hidber **18**  
Es stellt sich vor: Rosmarie Wey **19**

## 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, Christine Stalder, Bart Staring, Irène von Allmen, Karl Walthard, Walter Wicki

**Bild Titelseite:** Jubiläumsapéro ökumenischer Besuchsdienst: Hans Becker und Paula Eicher.

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

**Auflage:** 1200 Exemplare

**Erscheinung:** Zweimal jährlich

**Gestaltung und Druck:** Brunner Medien AG, Kriens

## Sich auf das Schöne und Gute besinnen

### Liebe Leserin, lieber Leser

Worin finden wir etwas Optimismus? Woran können wir uns täglich erfreuen? In dieser Zeit mit Themen wie Corona oder dem Ukrainekrieg kann es herausfordernd sein, zu erkennen, dass wir trotz allem viel Schönes um uns herum haben. Dankbar zu sein, dass es uns soweit gutgeht, trotz aller äusseren Faktoren, die im Moment belastend sein können. Unsere Grundbedürfnisse sind gedeckt und wir haben das Glück, in einem der sichersten und schönsten Länder der Welt leben zu dürfen. Wenn ich mir das alles bewusst mache, hilft es mir persönlich sehr, das Positive und Schöne im Alltäglichen zu sehen. Im Frühling kann dies das Erwachen der Natur oder ein Sonnenstrahl sein, der durch die Blätter eines Baumes blinzelt. Ganz besonders viel gute Energie geben mir die wertvollen täglichen Begegnungen mit den Bewohnerinnen und Bewohnern und den Mitarbeitenden – auch im Wissen, dass wir uns jederzeit gegenseitig unterstützen und so die Zukunft gemeinsam gut meistern werden.

Ich wünsche Ihnen viel Lesevergnügen bei der neuen Ausgabe unseres Träff.

Guido Hübscher



Guido Hübscher  
Leiter Heime Kriens AG



JUBILÄUM ÖKUMENISCHER BESUCHSDIENST

# Freiwillig Engagierte schenken Mitmenschen Zeit

*Zu Beginn gab es den Besuchs-, Begleit- und Fahrdienst Kriens. Letzterer wurde später an das Rote Kreuz ausgelagert. Geblieben ist der ökumenische Besuchsdienst für Besuche in den Heimen Kriens oder zu Hause.*

Die freiwilligen Besucherinnen und Besucher leisten einen wertvollen Beitrag an unsere Gesellschaft und dafür sollten sie gefeiert werden: zuerst zusammen mit den besuchten Menschen bei einem Apéro im Zunacher. Ein herzliches Dankeschön sprachen auch Sozialvorsteher Cla Büchi und Heimleiter Guido Hübscher aus. Später ging es zu einem feinen Znacht ins Restaurant Obernau. Magic Pierre sorgte mit seiner Zauberkunst für verblüffende und amüsierende Illusionen.

## **Der ökumenische Besuchsdienst bringt Menschen zusammen**

Die Besuche werden von den meist älteren Personen sehr geschätzt. Sie sind froh um diese willkommene Abwechslung. Der ökumenische Besuchsdienst richtet sich an alle in Kriens wohnhaften Personen und wird von der reformierten und katholischen Kirche getragen. Freiwillige werden sorgfältig eingeführt und begleitet. Sie haben die Möglichkeit, kostenlos an vielseitigen Weiterbildungen teilzunehmen. Auf Wunsch wird auch ein Zeugnis für Freiwilligenarbeit, das «Benevol-Dossier», ausgestellt.



**Ruth Stucky besucht das Ehepaar Maria und Ernst Brunner seit einem halben Jahr. Sie unternehmen Spaziergänge oder gehen in die Cafeteria, am liebsten wenn die Musik spielt. «Es ist immer kurzweilig», meint Ernst Brunner.**



**Bild links:**  
Yvonne Jenny (links) und Elisabeth Imfeld freuen sich, Sozialvorsteher Cla Büchi persönlich kennen zu lernen.

**Bild rechts:**  
Monika Seehafer (links), ökumenischer Besuchsdienst, und Melanie Grünenfelder, katholische Kirche.



Rosmarie Gister schätzt die Abwechslung, die Rolf Burki in ihren Alltag bringt. Die gemeinsame Zeit verbringen sie mit Spazieren oder sie trinken zusammen einen Kaffee.



Silvia Häusermann besucht das Ehepaar Madlen und Heinrich Zimmermann erst seit Kurzem. «Sie ist unser Goldengel, eine so tolle Frau. Sie hört uns zu und ist da für uns», schwärmt Madeleine Zimmermann.



Francesca Lendi ist sehr gerne mit älteren Menschen beisammen. Sie besucht Maria Sanchez seit vier Jahren ein- bis zweimal wöchentlich. Oft gehen sie zusammen in die Migros. Die beiden unterhalten sich auf Spanisch, der Muttersprache von Maria Sanchez.

### **Zeit schenken macht Freude**

Haben auch Sie Lust auf ein Engagement beim Besuchsdienst? Gerne informieren wir Sie unverbindlich.

Besuche zu Hause:

Melanie Grünenfelder, 041 317 30 10 oder  
sozialdienstbruderklaus@kath-kirche.ch

Besuche in den Heimen Kriens:

Monika Seehafer, 041 310 64 63 oder  
monika.seehafer@reflu.ch



BEWOHNERPORTRÄT

## «S Läbe fägt immer no»

*Das Interessante am Menschen ist der Mensch selber. Es sind die individuell erlebten und gelebten Geschichten und Gedichte, die das Leben schreibt, einfach so aus dem Alltag.*



Berta Oehen.

**TEXT: BART STARING**

Fast jeden Tag, wenn ich im Büro tätig bin und die Tür geöffnet ist, begrüsst mich eine Frau, voller Begeisterung, lächelnd, mit strahlenden Augen, in der Vorwärtsbewegung Richtung Cafeteria, wo sie ihren Kaffee geniesst und die Zeitung liest. Stilvoll gekleidet, meistens mit Béret – farblich passend zur aktuellen Kleidung, die eine adrette

Note verleiht. Zwischendurch hat sie Zeit für ein kurzes Gespräch, mit Präzision und Authentizität trifft sie situativ die richtige Wortwahl. Berta Oehen, aufgewachsen in Hochdorf, Kanton Luzern, Bürgerin von Hohenrain und Stadt Luzern, wohnhaft in den Heimen Kriens. Sie erzählt mir bei einem Glas klarem Wasser ihre klaren Gedanken und Erlebnisse aus ihrem Leben.



Berta Oehen: «Ich wollte ja eigentlich nicht die KV-Ausbildung machen und den ganzen Tag an der Schreibmaschine sitzen. Schreiben, was die einen sagen und was sie nicht sagen. Mich auffordern, das zu schreiben in Englisch oder Französisch, was die Vorgesetzten selber nicht konnten. Nein, ich war voll überzeugt, dass ich Lehrerin werden wollte. Wir hatten in der dritten Schulklasse eine wunderbare Lehrerin, sie war für mich ein grosses Vorbild. Und ich dachte, so wie diese Lehrerin Angelia möchte ich auch sein. Sie war einfach lieb und lustig und hat uns immer am Samstagnachmittag aus dem Geschichtenbuch von «Urseli» erzählt. Sie hat ebenso auf Ordnung geschaut und sie hat uns gelehrt, dass man nicht lügt. Dieses Vorbild hat mich überzeugt und motiviert, diesen beruflichen Weg zu gehen.

Doch es kam anders, meine Vorstellung entsprach nicht der meiner Eltern. Da hatte meine Mutter gesagt, nein, die Mädchen brauchen nicht so eine lange Ausbildung. Es wäre ja fünf Jahre gegangen und drei Jahre davon hätte ich hin und her fahren können mit Velo oder Zug zwischen Hochdorf und Baldegg. Anschliessend hätte ich dann für die letzten zwei Jahre intern gewohnt, dies hätte natürlich viel Geld gekostet. Mein Bruder durfte studieren, ja der Mann musste ja später eine Familie ernähren und ein Herr Doktor macht sich gut in der Familie. Das war halt so das Denken des 19. Jahrhunderts: «Mädchen heiraten sowieso und man muss sie nicht zu viel in die Schule schicken». Da musste ich die KV-Ausbildung machen und zwar dort, wo die Mutter wollte. Nicht mal auf der Bank, wo ich wenigstens ins Ausland hätte gehen können, London oder Paris. Nein, nein, «chasch dänke»!

Da habe ich halt diese kaufmännische Lehre gemacht, mit der Forderung, dass ich aber Französisch und Englisch lernen durfte. Den Sprachaufenthalt für Französisch haben meine Eltern finanziert. Ausgerechnet in einem Mädcheninstitut, geführt durch Klosterfrauen, in der Nähe von Genf. Es war ein absoluter Horror, aber Französisch habe ich gut gelernt.

*«Wir hatten in der dritten Schulklasse eine wunderbare Lehrerin, sie war für mich ein grosses Vorbild. Und ich dachte, so wie diese Lehrerin Angelia möchte ich auch sein.»*

Für die englische Sprache bin ich dann nach England gereist. Dies habe ich selber finanziert und war vier Monate dort. Am Schluss meines Sprachaufenthaltes wollte mich der verantwortliche Lehrer für die Schule behalten. Ich bin schlussendlich in die Schweiz zurückgekehrt, etwas, was ich heute bedaure.

Nach meinen Sprach- und Auslandsaufenthalten versuchte ich es bei einer Zeitung. Als eine freischaffende Korrespondentin kurzfristig absagen musste, schlug ich vor, ob ich diesen Bericht über ein Gartenspiel vom Stadttheater schreiben dürfte. Nach einer positiven Bestätigung habe ich dies durchgeführt. Mein Beitrag wurde wortgetreu übernommen. Leider folgten keine weiteren Aufträge und im dortigen Sekretariatsjob war ich zudem nicht glücklich. So versuchte ich es im Reisebüro.



Dies war eigentlich eine spannende Arbeit, hier habe ich sogar eine Reise geschenkt bekommen nach nordischen Städten in Deutschland wie Hamburg, Lübeck etc. Das fand ich natürlich sehr schön, dass ich gehen durfte. Ich war auch eine gute Verkäuferin am Telefon und habe viele Reisen sehr gut verkauft. Zum Beispiel Wanderferien nach Madeira und Mallorca waren damals der Hit. Ich habe in dieser Zeit viele Wanderferien verkauft, jedoch habe ich noch nie selber Wanderferien verbracht! Immer wenn ich Zeit und Geld hatte, habe ich die Chance gepackt und

*«Die Affinität für Sprache, Literatur, Musik und Bildende Kunst habe ich mir selber autodidaktisch angeeignet – ein lebenslanger Prozess.»*

bin gereist: In die USA, von Osten nach Westen der Küste entlang, zeitweise war ich dann bei einer Familie einquartiert. Auch in Japan war ich bei einer Familie und natürlich auch an vielen Orten in Europa. Das war eine schöne Zeit und ich habe auch viel erlebt. Anschliessend habe ich bei einem Kürschner gearbeitet und das Büro gemacht. Aus dieser Zeit stammt meine schöne Pelzjacke.

Am Schluss bin ich dann an der Theologischen Fakultät in Luzern gelandet. Da hatte ich in meinem Büro ein Porträt von Karl Barth. Er war ein Schweizer evangelisch-reformierter Theologe. Ab 1911 engagierte er sich als radikal-demokratischer Sozialist. Die Theologen auf der Uni waren und hatten die Katholiken, und ich hatte Karl Barth. Es

war nicht immer einfach, hier zu arbeiten, entweder zu wenig Arbeit oder irreale Aufträge, aber auch der Umgang bezüglich Nähe und Distanz mit diesen Theologen war nicht immer einfach. Die Theologische Fakultät besass ebenso Wohnungen in Kriens, wovon ich dann eine gemietet habe. Aufgrund dessen bin ich in Kriens gelandet. Ich fühlte mich sehr wohl in dieser Wohnung. Ich habe sie dann auch für mich mit Leidenschaft geschmackvoll eingerichtet. Damit Sie sich das vorstellen können: Meine Möbel waren von Bauernbarock über Empire bis zu Corbusier-Stilrichtung. Ich hatte einen schönen bordeauxroten Corbusier-Stuhl aus Leder. Ich habe viel Geld investiert – es war mir auch wichtig. Schade nur, wenn man sich verabschieden muss von diesen liebgewonnenen stilvollen Möbeln und den wertvollen Bildern, Öl auf Leinwand.

Die Affinität für Sprache, Literatur, Musik und Bildende Kunst habe ich mir selber autodidaktisch angeeignet – ein lebenslanger Prozess. Ich habe mehrere Radiosendungen verfasst und moderiert über die Geschichten der Luzerner Mundarten und ihre Dichter sowie mit meinen selbst verfassten Texten. Auch war ich zehn Jahre als Autorin für den Willisauer Boten tätig und habe hier Ausstellungsberichte über Bildende Kunst geschrieben.

Ich bin schon länger am Schreiben. Mein Gedichtband unter dem Titel «Mängisch fägts» ist so vor 14 Jahren entstanden und wurde vom Martinus Verlag in Hochdorf veröffentlicht. Wir konnten es gut verkaufen, natürlich habe ich es auch verschenkt.

Aktuell bin ich grundsätzlich zufrieden hier in den Heimen Kriens, es ist jedoch



nicht immer einfach in einer Wohnge-  
meinschaft mit gemeinsamen Räum-  
lichkeiten. Je nachdem, wer anwesend  
ist. Ich bin gerne unterwegs, gehe gerne  
nach Luzern in den Schweizerhof einen  
Kaffee trinken, Freunde treffen oder  
Ausstellungen besuchen, in Luzern  
oder weiter weg. Abends oder in der  
Nacht denke ich über den Sinn des Le-  
bens nach, auch in meinen Träumen  
sind diese Fragen teilweise präsent. Ich  
denke nach über meine Familie, meinen  
Bruder, liebe Bekannte oder sonst The-  
men, die mich beschäftigen. Ja, eig-  
entlich sollte ich auch wieder schrei-  
ben, aber der richtige Moment ist noch  
nicht da.

Das Leben im jetzigen Zeitalter ist be-  
schleunigt. Zeitknappheit als Lebens-  
gefühl – das scheint mir ungesund.  
Durch den Fortschritt der Technik, den  
Gebrauch von Smartphones und die  
damit einhergehende Erreichbarkeit  
stehen wir ständig unter Strom. Auf-  
grund dessen offeriere ich in diesem  
Artikel mein Lieblingsgedicht in Lozär-  
ner Dialekt «E Zwöschefall», Gedanken  
über Zeitgeist und eventuelle Folgen.

Ich möchte meinen Mitmenschen Ge-  
duld, Gelassenheit und eine gute Por-  
tion Humor fürs Leben mitgeben.»

### E ZWÖSCHEFALL

Plaanige – Sitzige – Komferänze  
Fakte – Termine – Pendänze  
Empfäng – Mandat – Konzässione  
Prozänt – pro Mile – Pro Millione  
Fabrike – Masse – Produziona  
Verträg – Verhandlige – Visione  
Prämisse – Standort – Finanze  
Statements – Zeijsfüess – Bilanze

innovativ  
konstruktiv  
prospektiv

Of ei Schlag  
ke Lauf meh gäge d Ziit  
S Spili isch uus –  
ewägg vo Tantieme – Verpflichtigen – Akte  
vo Sitzige – Termine – Fakte  
S Ändi vo cash drain und cash flow  
S Ändi von ere durenorganisierte show  
demonstrativ  
ultimativ  
definitiv

De Herr Vorsitzendi hed seech ned öppe lo goh  
es isch nomen e Härzinfarkt dezwösche choo –

Quelle: «Mängisch fägts»  
Berta Oehen (2008)



EINBLICK IN DIE GROSSFELD-KÜCHE

## «Es ist mir sehr wichtig, auf die Wünsche der Bewohner einzugehen»

*Was es bedeutet, in einem Altersheim zu kochen und auf was geachtet werden muss, erzählt uns Reto Melcher im Küchengespräch. Eines sei vorweg verraten: Klassiker wie Schnitzel und Pommes sind auch im Grossfeld der Hit.*



Lässt es die Zeit zu, steht Reto Melcher auch gerne selbst in der Küche.

### INTERVIEW: CHRISTINE STALDER

Seit sieben Jahren arbeitet er als Küchenchef im Grossfeld. Zusammen mit seinen 14 Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern kümmert er sich um das leibliche Wohl der Bewohnerinnen und Bewohner. Sein Name ist Reto Melcher und er ist verantwortlich für die Küche im Grossfeld. Er ist 40 Jahre alt, verheiratet, Vater einer 1½-jährigen Tochter und wohnt im Obernau.

Wenn er vom Kochen spricht, strahlt Reto Melcher vor Begeisterung. Er liebt die Kreativität, die Vielfalt und das saisonale Wechselspiel beim Kochen. Am liebsten steht er am Grill, sei es zu Hause oder am Hallwilersee, wo er einen Wohnwagen hat. Im Grossfeld kocht das Küchenteam in erster Linie für die Bewohnerinnen und Bewohner, aber auch die Mitarbeitenden profitieren von diesem Angebot. Das Wochenmenü wird jeweils überall im Haus ausgehängt, zusätzlich gibt es einen Wochenhit. Abends stehen sechs Angebote zur Auswahl, die regelmässig wechseln. Die Mahlzeiten werden täglich frisch zubereitet, nur ab und zu wird etwas vorgekocht. Das Küchenteam legt grossen Wert auf eine saisonale Küche.



**Christine Stalder: Nach welchen Aspekten werden im Grossfeld die Gerichte zusammengestellt? Wer bestimmt, was jeden Tag gekocht wird?**

Reto Melcher: Wir haben langjährige Erfahrungen und wissen, welche Gerichte gut ankommen. Zu den Hits zählen sicher Schnitzel mit Pommes, Bratwurst mit Rösti und Rindsschmorbraten mit Kartoffelstock und Rotkraut. Den Menüplan schreibe ich, wobei ich das Team ermuntere, Vorschläge und Ideen einzubringen. Mir ist es wichtig, dass wir auch von Aktionen und Angeboten profitieren. Ab und zu versuchen wir etwas Neues, und wenn das Gericht gut ankommt, kochen wir es immer wieder. Unser Angebot soll abwechslungsreich sein. Wenn ich im Haus unterwegs bin, freue ich mich natürlich über positive Rückmeldungen. Ich betone aber immer wieder, dass man mir auch zurückmelden darf, wenn man nicht zufrieden ist. Nur so können wir uns verbessern.

*«Wenn ich im Haus unterwegs bin, freue ich mich über Rückmeldungen.»*

*Reto Melcher*

**Wie pflegst du den Kontakt zu den Bewohnerinnen und Bewohnern?**

Wegen Corona hat dieser Kontakt etwas gelitten. Aber wenn alle essen, mache ich ab und zu die Runde und nehme die Rückmeldungen auf. Der Speisesaal ist ja direkt neben der Küche. Auch wenn ich in der Cafeteria Pause mache, wird über das Essen gesprochen. Auf den Abteilungen finden Bewohnerrunden statt, bei denen ich auch teilnehme. Dort bekomme ich Rückmeldungen, nehme die

Wünsche auf und versuche sie dann umzusetzen. Vor Kurzen hat sich jemand ein Entrecôte gewünscht. Da ich weiss, dass das nicht alle mögen, habe ich es als Wahlmenü angeboten. Ich glaube, dieser Bewohner hat es in dieser Woche gleich viermal bestellt. Mit solchen Kleinigkeiten können wir auf die Bewohnerinnen und Bewohner eingehen und ihnen eine Freude machen. Das bedeutet mir viel und ist mir sehr wichtig. Es gibt auch Wünsche, die wir nicht berücksichtigen können.

**Was bedeutet es, in einem Altersheim zu kochen, auf was muss geachtet werden?**

Nicht zu stark würzen und salzen, vor allem wegen der verschiedenen Diäten. Wir bieten pürierte, laktosefreie, glutenfreie, allergene Kost. Das Essen muss weich sein für die Menschen, die eine Prothese tragen. Alle Bewohnerinnen und Bewohner haben eine persönliche Karte, auf der die Unverträglichkeiten und die Nahrungsmittel, die sie nicht mögen, festgehalten sind. Wenn diese Liste sehr lang ist, wird es für uns manchmal schwierig, etwas anderes anzubieten.

**Eure Klientinnen und Klienten sind alte Menschen. Euer Menüaufbau ist klassisch: Suppe und Salat als Vorspeise, Fleisch, Gemüse und Beilage als Hauptgang und zum Abschluss ein Dessert. Am Freitag kocht ihr fleischlos, aber sonst ist immer Fleisch dabei. Habt ihr euch auch schon überlegt, mehr vegetarisch zu kochen?**

Das haben wir tatsächlich schon probiert. Sofort kam die Frage, ob wir sparen müssten. Die fleischlose Küche ist nicht so gut angekommen. Deshalb ist der Freitag weiterhin der fleischlose Tag mit Fisch, Käsekuchen oder Äplermagronen usw. Wir haben im ganzen



Von links:  
Roman Bitzi,  
Waldburga  
Schumacher,  
Fernanda Joao.

Grossfeld nur eine Person, die kein Fleisch isst. Den Angestellten bieten wir eine vegetarische Menüvariante, und im Sommer gibt es leichte kalte Sommerteller – auch vegetarische.

**Die Corona-Pandemie stellte uns alle vor grosse Herausforderungen. War es für euch auch so schwierig?**

Ja, vor allem am Anfang mussten wir immer wieder improvisieren. Die Kommunikation zwischen der Pflege und der Küche war sehr wichtig. Aber die Hauptlast hat das Pflegepersonal getragen, weil die Menschen in ihren Zimmern essen mussten und nicht mehr im Speisesaal zusammenkommen konnten. Zu Beginn der Pandemie gab es noch Spezialgeschirr für Infizierte. Das hatte den Nachteil, dass das Essen sehr schnell kalt wurde. Wir mussten in diese neue Situation hineinwachsen, aber insgesamt haben wir die Herausforderung gut gemeistert.

**Wo siehst du die Herausforderungen bei deiner Arbeit in den Heimen Kriens?**

Die Herausforderungen sind äusserst vielfältig. Mit grossem Engagement begleite ich unsere Lernenden auf ihrem Weg. Ausserdem versuche ich die Mitarbeitenden des Küchenteams zu fördern. Neben den Büroarbeiten begleite ich diverse Projekte. Bleibt dann noch Zeit, genieße ich es richtig, in der Küche zu stehen und zu kochen.

**Gibt es Pläne für die Zukunft? Worauf freust du dich?**

Ich freue mich auf das neue Grossfeld, da stecken wir mit den Architekten mitten in der Planung. Dass ich an diesem Projekt mitwirken kann, schätze ich sehr und es macht mir richtig Spass. Zusammen mit dem Küchenarchitekten geht es später an die detailliertere Planung. Unsere Zukunft im Grossfeld mitzugestalten, bereitet mir wirklich grosse Freude!



EINBLICKE EINER PRAKTIKANTIN

## «Die vielen Begegnungen haben mich sehr bewegt»

*Drei Monate lang bereicherte, unterstützte und inspirierte Sina Bucher das Aktivierungsteam. Sie hat einen Master in Organisations- und Wissensmanagement. Inzwischen hat sie die Ausbildung zur Intermedialen Kunsttherapeutin begonnen. Ihre Beobachtungen und Sichtweisen auf ihren Einsatz teilt sie in diesem Beitrag.*



Sina Bucher

### TEXT UND FOTO: SINA BUCHER

Als Praktikantin übernahm ich verschiedene Aufgaben innerhalb der Aktivierung und Alltagsgestaltung – von der Einzelbetreuung bis hin zu Gruppenaktivitäten. Mit den Bewohnerinnen und Bewohnern hatte ich viele herzliche Begegnungen. Dieses tagtägliche In-Kontakt-Treten und In-Kontakt-Sein forderte von mir, jederzeit sehr präsent zu sein.

Ich habe mich berühren lassen durch die Geschichten der Bewohnerinnen und Bewohner. Ich war immer wieder beeindruckt von ihren Erfahrungen und Erlebnissen. Natürlich haben mich auch einige Aussagen nachdenklich gestimmt. So entstand

auch in meinem privaten Umfeld öfters ein Austausch über Themen wie «Lebensende», «Testament», «Würde», «Isolation», «Wandel» und «Familie».

Ich möchte von einem Ereignis erzählen, das sich am Anfang meines Praktikums zugetragen hat: In einer Kleingruppe stand das Mandala-Malen auf dem Programm. Alle Teilnehmerinnen und Teilnehmer beschäftigten sich mit ihrem Bild, sie schauten sich nicht an. Dann begannen die Frauen miteinander zu reden:

Frau D: «Im fünften Stock ist wieder jemand gestorben.»

Frau F: «Ja, dann stellen sie jeweils eine Vase mit Sand und einem Engelchen drin vor die Tür.»

Frau K: «Wirklich? Bei uns gibt's einen Aushang am Brett.»

Frau F: «Es ist ein Kommen und Gehen.»

Frau B: «Ja, es ist auch das Haus des Kommens und Gehens.»

Frau D: «Wir sind ja auch gekommen.»

Danach war es wieder still. Diese Sätze wurden von den Frauen wie feine Fäden durch den Raum gesponnen – behutsam, bedacht, echt. Es war ein kurzes Gespräch über das Leben und den Tod, ohne dass diese Begriffe ausgesprochen wurden. Das hat mich sehr bewegt. Wie die Frauen mit diesem schwierigen Thema umgegangen sind, das ihnen so oft begegnen muss, und wie sie achtsam und mit einfachen Worten darüber gesprochen haben, war für mich so würdevoll.

Durch das Praktikum habe ich eine neue Welt kennengelernt und meine Perspektive auf das Altern erweitert. Die Arbeit mit den Bewohnerinnen und Bewohnern in den Heimen Kriens war für mich neu, lehrreich und wertvoll – für meinen weiteren beruflichen, aber auch für meinen persönlichen Weg.



## HOBBY

# Wie das Haus Zunacher zu seinem Bahnhof kam

*Was geschieht, wenn zwei Bewohner vom Zunacher 1 mit Bezug zur Eisenbahn zu Tischnachbarn werden? Sie fachsimpeln und gehen alsbald ihrer Passion für Eisenbahnen nach.*

**TEXT: KARL WALTHARD**

Zufällig verloren zwei Bewohner vom Zunacher 1, 1. Stock, bald nacheinander den/die Tischnachbar/in und weil sie ihre Suppe nicht allein löffeln mochten, setzten sie sich kurzerhand zusammen. Das Gesprächs-Menü wechselte dabei von Fussball zu Eisenbahn, war doch der eine, Erhard Schaub, ehemaliger SBB-Lokomotivführer, und der Schreibende, ein seit Jahrzehnten angefressener Modelleisenbahnler. Beim Übertritt ins Heim musste ich 2018 meine zirka 10 m<sup>2</sup> grosse Anlage auflösen.

*«Die Zeit wird kommen,  
in der Menschen in dampf-  
betriebenen Postkutschen von einer  
Stadt zur anderen reisen, fast so  
schnell wie ein Vogel fliegt,  
15 oder 20 Meilen in der Stunde.»*

*Oliver Evans, 1755–1819,  
US-amerikanischer Erfinder und Visionär*

Die schönsten Rosinen nahm ich mit, den Rest teilten mein ebenso angefressener Schwiegersohn und sein Kollege, Mitglied in zwei Aargauer Modelleisenbahnclubs, unter sich auf. Die schönste Rosine ist das Modell der letzten grossen Gotthard-Dampflok C 5/6, die ich auf einem kurzen Schienenstück hin und her fahren lassen kann. Als ich sie Erhard einmal vorführte, erinnerte er sich sofort an die Anfangszeit seiner Lokführer-Ausbildung. Auf Loks dieses Typs schaufelte er auf der Strecke Bellinzona-Luino noch Kohle. Die Strecke wurde erst nach 1960 elektrifiziert. Kurz darauf kam er mit einem Modell der SBB-Lok Ae6/6, einer elektrischen Lok mit 6830 PS, Kantonswappen an den Seitenwänden und erstmals sitzender Bedienung, speziell auch für den Gotthard-Betrieb, bei mir vorbei. Sie hatte 20 Jahre unter einer Plexiglas-Haube auf einem Schrank gestanden. Auf diesen Loks hatte Erhard wohl am meisten Kilometer (über 500 000 von 1 500 000) in seinem ganzen Berufsleben gefahren. Sein Modell mochte er gerne einmal fahren sehen.

## **Wenn alle zusammen helfen**

Leider musste ich ihn arg enttäuschen, seine Lok hatte Wechselstrom-, meine Gleichstrom-Antrieb, so dass die bei-



1 Auf dem Brett wurde ein Gleis-Oval fixiert mit einer Abzweigung in einen kleinen Sackbahnhof mit je einem Abstellgleis für einen Personenzug (mit Re 4/4) und einen Güterzug (mit Ae 6/6). Die beiden Weichen werden elektromagnetisch gesteuert.



2 Auf dem Mittel-Perron der kleine Bahnhof mit Wartehalle und Dienstgebäude mit Lift und Treppe in die Unterführung sowie ein WC (bitte sich bildlich vorstellen!). Alles mit den weissblauen Tafeln nach SBB-Vorbild markiert. Auf der Stationstafel steht weiss auf blau «Zunacher». Ein kleiner Kiosk verkauft Reiseutensilien.



3 «Keine Schweizer Bahnlinie ohne Tunnel», meinte Erhard und «ein Tunnel ohne Berg macht wenig Sinn», meinte ich. Also entstand aus 2-cm-Styroporplatten mit Hilfe eines elektrisch beheizten Schneidgerätes und Leim ein Plattenberg mit Tunnel.



4 Mit Schneider und Messer wurden dem Plattenberg Strukturen und Relief verpasst und mit Pinsel und Farbe (verschiedene Grün- und Brautöne) die Winter in eine Sommerlandschaft verwandelt.



5 Es folgte der Strassenbau samt Kreiseln, «asphaltiert» mit aufgeklebtem grauem Papier, das Pflanzen von Bäumen, Büschen usw. und der kleine Park mit dem alten Brunnen und Bänken. Das Gras wurde elektrostatisch aufgebracht.



den nicht zusammenpassten. Guter Rat war aber nur kurz teuer. Ein Telefon mit meinem Schwiegersohn und schon bald lieferte er uns einen Sack passende Schienen, zwei Weichen und einen Transformator. Auf einem Esstisch legten wir ein Schienen-Oval, stellten die Stromversorgung her und die Lok auf die Schienen. Auch bei voller Stromstärke: nichts! Die Lok hatte das Laufen verlernt. Erst gutes Zureden und ein paar Streicheleinheiten in Form von

Öltropfen erweckten langsam ihre Lebensgeister und bald umrundete sie ihr Oval mit Vollgas. Ein regulärer Esstisch konnte aber keine bleibende Unterlage dazu sein. Als eine Mitarbeiterin der Nachtwache vom Plan erfuhr, war sie so begeistert, dass sie uns gleich ein Grundbrett passender Grösse und zwei Unterstell-Holzböckli sponserte. Mein Sohn verstärkte das Brett noch mit zwei Dachlatten auf der Unterseite.



Verkehrszeichen wurden aufgestellt oder -geklebt. Eine Güterrampe mit Andockstelle für einen LKW bildet vorerst den Abschluss. Zwei-Zentimeter-Menschen mit Autos, Velos und LKWs beleben die Szene. Alle Häuser (ohne Bahnhof) sind Eigenbauten von zirka 1985 bis 2010. Das Material ist zum Teil gekauft.



## BRAUCHTUM

# Die Krienser Halszither

*Vielleicht haben Sie schon zu ihren Klängen getanzt. Die Krienser Halszither gehört zusammen mit der Fasnacht und anderen volkstümlichen Bräuchen zum Krienser Kulturgut.*

**TEXT: CHRISTINA KONVALINA**

Entstanden ist die Halszither aus der Hanottiere, einem süd-deutschen Instrument, in der Schweiz ist sie bekannt seit dem 17. Jahrhundert. Die Krienser Halszither selbst wurde ungefähr 1880 erstmals in Kriens und Schwarzenberg gebaut und ihr unverwechselbarer, kleiner, gitarrenförmiger Korpus hat sich bis heute nicht verändert. War sie ursprünglich ein Begleitinstrument zum Gesang, wurde sie später vermehrt als Melodieinstrument eingesetzt und vom Akkordeon, der Gitarre oder der Mandoline begleitet.

Die Hochblüte der Krienser Hausmusik begann Ende des 19. Jahrhunderts. In diese Zeit fallen die Gründungen verschiedener Familienkapellen und sogenannter «Huusmusig». In der ländlichen Bevölkerung gehörte es zur Tradition, nach langen Arbeitstagen abends zusammen zu sitzen und gemeinsam zu musizieren. Welch schöner Brauch! Anfänglich wurde das Halszitherspiel mündlich und mit «Zeigen» weitergegeben oder jemand schnappte auf einem der unzähligen Volksfeste eine neue Melodie auf und übte zu Hause so lange, bis sie sass.

So wichen die neu eingespielten Stücke manchmal ungewollt vom Original ab oder es wurden auch bewusst neue Elemente eingefügt.

Und heute? Die Krienser Halszither gerät mehr und mehr in Vergessenheit und wird nur noch von wenigen gespielt. Einer davon ist der Krienser Seppi Schnyder. Er hat das Halszitherspiel als Achtjähriger erlernt und komponiert auch selbst. Heute fehlt der Nachwuchs. Die Halszither sei ein Instrument, das fordere, so Seppi Schnyder. Zum Erlernen brauche es auch

etwas Geduld. Zudem sei die Krienser Halszither ein doppel-seitig gespanntes Instrument, was an den Fingern beim Drücken halt etwas mehr weh tue als ein einseitig gespanntes.

In den Heimen Kriens pflegen wir das lokale Brauchtum und so erklingt auch die Halszither regelmässig, denn das Echo vom Schattenberg spielt regelmässig bei verschiedenen Gelegenheiten auf.

Quelle: «Die Krienser Halszither» von Marcel Renggli, erschienen im Mülirad-Verlag



**Echo vom Schattenberg: Von links Fritz Schnyder an der Krienser Halszither, Seppi Schnyder am Bass, Rita Christen am Schwyzerörgeli und Gernet Willy an der Gitarre.**



# Einsamkeit – Wer kennt sie nicht?

TEXT: IRÈNE VON ALLMEN, SENIOREN RAT

Bei diesem Titel denken wir Senioren sofort an das Gedicht von Hermann Hesse, «Im Nebel», das man uns beigebracht hat in der Schule, zu Zeiten, als man noch Gedichte auswendig lernen musste. Das Gedicht macht uns darauf aufmerksam, dass keiner weise ist, der nicht das Dunkle kennt. Schon in sehr jungen Jahren wurden wir damit konfrontiert, dass Leben «einsam» sein heisst, und dass kein Mensch den andern kennt und jeder allein ist.

Und spätestens als ich während Corona daheimbleiben musste, bin ich wieder auf dieses Gedicht gestossen. Dieses Gedicht hat Hermann Hesse zu Zeiten des Ersten Weltkrieges geschrieben, wo schon für junge Leute die Zukunft recht düster aussah. Und auch jetzt erleben wir wieder Krieg, zwar weit weg und doch nah. Wir Seniorinnen und Senioren, die den Zweiten Weltkrieg als Kinder erlebt haben, als nachts alles verdunkelt war und die Sirenen heulten, fühlen uns heute in diese Zeit zurückschleudert. Und jeder und jede verarbeitet dies für sich alleine und anders.

Versuchen wir doch, uns an Kleinigkeiten zu erfreuen, wenn uns schon bald ein Schmetterling, der sich kurz auf eine Blume setzt, ein kleines Lächeln abringt und so der Tag schon etwas heiterer wird, oder wenn wir die Mütter und Väter mit ihren kleinen Kindern vor dem Züncher fröhlich herumhüpfen sehen. Zaubert uns das nicht Freude ins Herz? Da ist doch unser langer Tag schon gerettet. Wir Frauen, die wir frü-

her so gut wie alleine für unsere Kinder zuständig waren, sehen und erleben, wie die jungen Väter mit ihren Kleinkindern unterwegs sind, ist das kein Grund zur Freude? Und wenn ich sehe, wie junge Männer sich auch im Haushalt engagieren, auch das ist für mich eine Freude wert.

Wir haben im Alter so viel Zeit. Versuchen wir doch, den Menschen, denen wir vielleicht auch nur kurz begegnen, einige freundliche Worte zuzurufen. Das kostet nichts und heitert uns selber auf. Wenn wir uns aufraffen und versuchen positiv zu denken, haben wir schon viel für andere und uns selbst erreicht. Auch die Tage, die man allein verbringt oder allein verbringen muss, weil es nicht anders geht, können so glückliche Momente bringen.

Auch ein freundliches oder aufmunterndes Wort an einen Nachbarn oder die Pflegefachfrau, die uns betreut, kann glücklich machen. Es geht nicht darum, die Welt zu verändern, es geht nur darum, unsere kleine Welt positiv anzuschauen. Das strahlt ins eigene Herz zurück. Der Nachbar, dem es vielleicht weniger gut geht als uns, freut sich bestimmt an einem freundlichen Wort oder an einem Lächeln unsererseits. Wenn er uns morgen wiedersieht, wird er uns ganz anders anschauen.

Und zum Abschluss noch das Gedicht von Hermann Hesse:





## Im Nebel

Seltsam im Nebel zu wandern!  
Einsam ist jeder Busch und Stein,  
Kein Baum sieht den andern,  
Jeder ist allein.

Voll von Freunden war mir die Welt,  
Als noch mein Leben licht war,  
Nun, da der Nebel fällt,  
Ist keiner mehr sichtbar.

Wahrlich, keiner ist weise,  
Der nicht das Dunkel kennt,  
Das unentrinnbar und leise  
Von allen ihn trennt.

Seltsam, im Nebel zu wandern!  
Leben ist Einsamsein.  
Kein Mensch kennt den andern,  
Jeder ist allein.





ES STELLT SICH VOR

## Susanne Hidber

### Aktuelle Aufgabe

Ich arbeite seit Januar 2022 in der Einzel- und Gruppenaktivierung im musikalischen Bereich im Zunacher und Grossfeld.

### Beruflicher Werdegang

Ich studierte an der Hochschule Luzern mit Hauptfach Oboe und Nebenfach Klavier, spielte in Orchestern und gab Instrumentalunterricht. Nach dem Musikstudium arbeitete ich zudem im Betreuungsbereich und Atelierbereich mit Menschen mit besonderen Bedürfnissen. Parallel dazu absolvierte ich eine Ausbildung zur Musiktherapeutin und arbeitete anschliessend in einem Spital.



### Meine Hobbys

Ich liebe die vier Elemente! Gerne bin ich unterwegs: auf und im Wasser (Stand-up-Paddling, Schwimmen), zu Lande respektive auf dem Element Erde (Wandern, Inline-Skating), in der Luft, am Feuer (Backen) und mit innerem Feuer (mühsam-kreativ) tätig.

*«Musik wäscht  
den Staub des Alltags  
von der Seele.»*

*Berthold Auerbach (1812–1882)*

### Das ist mir wichtig bei meiner Arbeit

Dem Menschen als Individuum mit seinen ganz eigenen Lebensgeschichten und -erfahrungen zu begegnen und ein offenes Ohr zu haben. Die Menschen mit der Musik zu berühren, zu begeistern und ihren Alltag zu bereichern, ist mir ein Anliegen.

### Ich bin glücklich, wenn ...

Das Leben geniesse ich von tief innen heraus, wenn ich wertschätzende Leute um mich habe und in heiterer Runde bin, mich draussen in der Natur bewege und als Tüpfelchen auf dem «i» die Sonne scheint.

### Zum Nachdenken bringt mich

Leider aus aktuellem Anlass: Egoisierte Streits, welche bis hin zu Kriegen führen können.

### So erhole ich mich am besten

Ich geniesse es, mich in der Natur zu bewegen oder am See zu sein.



## ES STELLT SICH VOR

## Rosmarie Wey

### Aktuelle Aufgabe

Seit Mitte März bin ich Teil des Koordinationskreises Betreuung und Pflege und schwerpunktmässig für die Ausbildung der FaGe-Lernenden und Studierenden Pflege HF verantwortlich.

### Beruflicher Werdegang

Bildung begleitet mich seit jeher auf meinem beruflichen Weg in der Pflege: anfangs meine eigene Aus- und Weiterbildung als Pflegefachfrau HF, darauf folgten verschiedene Spezialisierungen im Bereich der Pflege. Lange Zeit fand ich die dynamische und vielfältige Arbeit im Akutbereich spannend und herausfordernd. Parallel entwickelte sich mein zweites Standbein in der Bildung, anfänglich als Praxislehrperson, später in der Kombination mit dem Unterricht. Dies hat mir viele Jahre sehr grosse Freude bereitet.

Und irgendwann kam der Wunsch in mir auf, einen neuen Bereich der Pflege zu entdecken. Diesen fand ich als Bildungsverantwortliche in der Langzeitpflege. Hier habe ich ein komplexes, herausforderndes und bereicherndes Gebiet kennengelernt. Und ja, es hat mich erneut gepackt und mir viele neue Erfahrungen und Kontakte ermöglicht. Die Arbeit mit Lernenden und Studierenden birgt immer wieder Neues und Unerwartetes und wird sicher nie langweilig! Und die Notwendigkeit und Wichtigkeit, dem Nachwuchs in der Pflege einen gelingenden Start in die Arbeitswelt zu ermöglichen, war noch nie so dringend wie gerade jetzt. Dies bestärkt und motiviert mich in meiner Arbeit.

### Das ist mir wichtig bei meiner Arbeit

Die Begegnung auf Augenhöhe, Wertschätzung und ein gesundes Arbeitsklima motivieren und spornen mich an. In der Arbeit mit den Lernenden und Studierenden ist mir eine stabile gegenseitige Vertrauensbasis wichtig. Nur so können die relevanten und anspruchsvollen Aspekte miteinander angegangen werden.

### Ich bin glücklich, wenn ...

... ich in einer guten Balance mit mir selbst bin und es meinen Liebsten gut geht.

### Zum Nachdenken bringt mich

Ich bin grundsätzlich ein reflektierender Mensch und so beschäftigen mich die aktuellen gesellschaftlichen Themen sehr.

### So erhole ich mich am besten

Erholung, Auftanken und den Kopf auslüften gelingt mit am besten draussen, auf dem Velo oder mit den Wanderschuhen. Dies auch gerne in den Ferien: Mit maximal reduziertem Gepäck unterwegs zu sein, gibt mir ein leichtes, freies Gefühl!

*«Man muss das Leben tanzen.»*

Und auch in der Ruhe, zum Beispiel in meiner Hängematte mit einem packenden Buch bestückt, ist es mir wohl. Oder einen langen Abend mit meinen lustigen Dog-Spiel-Freundinnen zu erleben und hoffentlich bald wieder zu Swingmusik Balboa und Lindy Hop zu tanzen.





## Vorleserinnen und Vorleser gesucht

Möchten Sie Ihre Lesefreude teilen und gemeinsam mit den Bewohnerinnen und Bewohnern in Geschichten eintau-

chen? Dann freuen wir uns über Ihre Kontaktaufnahme mit dem Team der Aktivierung, T 041 317 10 82.



## Bücherschenkung

Die Stadtbibliothek Kriens hat den Heimen Kriens eine grosse Anzahl an Büchern geschenkt. Die Bücher liegen im öffentlichen Bereich sowie im Atelier Aktivierung Zunacher auf und dürfen mitgenommen werden.

## Begleitdienst in den Heimen Kriens

Zahlreiche Bewohnerinnen und Bewohner in den Heimen Kriens besuchen gerne die wöchentlichen Gottesdienste im Zunacher oder im Grossfeld. Sie sind dankbar, wenn sie auf dem Weg dorthin begleitet werden. Haben Sie Interesse,

sich zu engagieren? Dann freut sich Rita Gemperle, Heimseelsorgerin, über Ihren Anruf, T 041 317 10 62.

Die Gottesdienste finden jeweils am Freitag statt: 14.30 Uhr im Zunacher; 16.30 Uhr im Grossfeld.

## Neues aus der Träff-Redaktion

Neu schreibt Pflegedienstleiter Bart Staring fürs Träff. Wir heissen ihn herzlich willkommen im Redaktionsteam!





# Agenda

## Termine Mai bis Dezember 2022

### Mai

Do 05.05.	Bewohner-Höck, Cafeteria Grossfeld, 18.00 Uhr
Sa 07.05.	Frühlingsfest Grossfeld
Mo 09.05.–	Wohlfühlwoche Grossfeld,
Fr 13.05.	Kleinfeld, Adagio & Lindenpark
Do 12.05.	Unterhaltungsabend (bei schönem Wetter mit Grillplausch)
Mo 16.05.–	Wohlfühlwoche Zunacher
Fr 20.05.	
Do 19.05.	Unterhaltungsabend (bei schönem Wetter mit Grillplausch)

### Juni

Do 02.06.	Bewohner-Höck, Cafeteria Zunacher, 18.30 Uhr
Di. 07.06.	Bewohner-Ausflug Grossfeld & Lindenpark
Mi. 08.06.	Bewohner-Ausflug Zunacher 2
Do. 09.06.	Bewohner-Ausflug Zunacher 1 & Kleinfeld & Adagio

### Juli

Do 07.07.	Bewohner-Höck, Cafeteria Grossfeld, 18.00 Uhr
-----------	--

### August

Mo 01.08.	1.-August-Feier Zunacher & Grossfeld
Do 04.08.	Bewohner-Höck, Cafeteria Zunacher, 18.30 Uhr

### September

Do 01.09.	Bewohner-Höck, Cafeteria Grossfeld, 18.00 Uhr
Sa 10.09.	Herbstfest Zunacher

### Oktober

Do 06.10.	Bewohner-Höck, Cafeteria Zunacher, 18.30 Uhr
-----------	---

### November

Do 03.11.	Bewohner-Höck, Cafeteria Grossfeld, 18.00 Uhr
So 13.11.	Kuchen-Sonntag, Cafeteria Zunacher & Grossfeld

### Dezember

Do 01.12.	Bewohner-Höck, Cafeteria Zunacher, 18.30 Uhr
Sa 03.12.	Samichlausbesuch
Mi 21.12.	Weihnachtsfeier Zunacher 2 (16.00 Uhr) & Kleinfeld (14.30 Uhr)
Do 22.12.	Weihnachtsfeier Zunacher 1 (16.00 Uhr) & Grossfeld (14.30 Uhr)

Weihnachtsfeier Lindenpark & Adagio:  
Info folgt von Seelsorge

Änderungen vorbehalten!



**Heime Kriens AG**

Horwerstrasse 33  
6010 Kriens

Telefon 041 317 11 11

E-Mail [info@heime-kriens.ch](mailto:info@heime-kriens.ch)

[www.heime-kriens.ch](http://www.heime-kriens.ch)

