KANTENGUT
Alterssiedlung

HAUSZEITUNG

AUSGABE 01/2020

kantengut >> leben

EDITORIAL

Wie rasch sich Dinge verändern haben wir schon verschiedentlich festgestellt. Das praktisch von einem auf den anderen Tag fast alles anders sein kann, ist für viele von uns dann aber doch eine ganz neue Erfahrung.

Um und über das neue Corona Virus (Covid-19) wurde bereits so viel geschrieben, berichtet und behauptet, dass ich dem wohl nichts Essentielles hinzufügen kann. Natürlich könnte ich darüber philosophieren, ob es die heutige Generation(en) fast ein wenig erzwungen hat, dass uns Grenzen und was Wichtig ist aufgezeigt werden. Aber auch damit könnte ich leicht missverstanden werden und für all jene, welchen in dieser Krise Leid widerfährt – wären meine Weisheiten bestimmt kein Trost. Es gibt viele offene Fragen und sowohl das Virus wie auch die Auswirkungen davon werden uns noch lange begleiten.

Wir haben uns sogar überlegt, ob es angebracht ist in dieser Zeit trotzdem unsere Hauszeitung rauszubringen. Aber wir wollen damit ein Stück Normalität beibehalten und Sie mit dem Inhalt erfreuen und vielleicht auch nur kurz ablenken.

Bitte beachten Sie, dass die Beiträge und Bilder noch aus der Zeit vor Corona stammen und wir selbstverständlich zu jederzeit die Empfehlungen und Bestimmungen von Bund und Kanton eingehalten haben.

Bitte halten auch Sie sich an die Empfehlungen der Experten und bleiben Sie gesund!

Verbunden, mit einem herzlichen Dank an unsere Mitarbeiter, welche sich alle toll und mit grossem Engagement einsetzen, wünsche ich Ihnen viel Spass beim Lesen.

Herzlich Ihr
Jean-Pierre Liesch
Leiter Alterssiedlung

Auch im Kantengut wird die fünfte Jahreszeit gefeiert

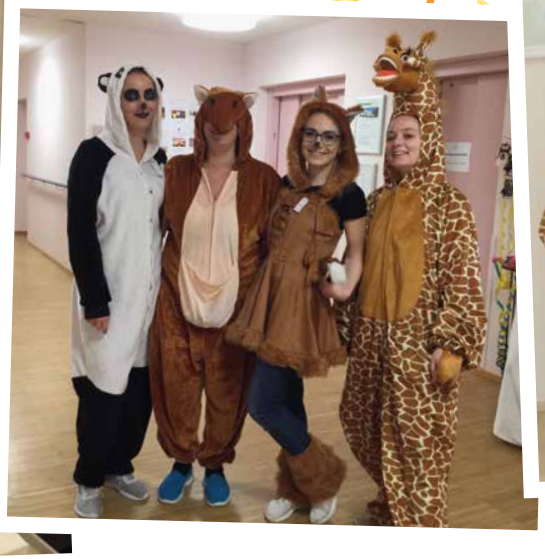
Den Auftakt in die fünfte Jahreszeit machen seit vielen Jahren die Guggenmusik Burgfätzer Malix. Mit ihrem Repertoire locken sie selbst die nicht eingefleischten Fasnächtler auf die Terrasse.

Wir schätzen es sehr, die Burgfätzer Malix seit vielen Jahren bei uns im Kantengut zu begrüssen und danken ihnen herzlich dafür.

Ein weiterer traditioneller Fasnachtsanlass sind die Auftritte der Churer Schnitzelbänke. Seit vielen Jahren dürfen wir die Schnuddergoofa, die Pizokel Kligga sowie die Boccalini bei uns begrüssen – das ist jedes Jahr ein Spass. Wir sind stolz, dass wir dieses Jahr noch eine weitere Gruppe und zwar die Wasserratta begrüssen durften. Herzlichen Dank auch den Schnitzelbänken für eure Treue.

Am Rosenmontag, 24. Februar 2020 feierten wir Fasnacht im Kantengut. Dann ist die Kreativität der Mitarbeiter gefragt. Die Mitarbeiter haben die Gelegenheit, sich einen Tag lang zu verkleiden. An diesem Tag läuft alles ein wenig anders. Dieses Jahr warteten ein Panda, eine Giraffe und ein Fuchs am Frühstücksbuffet, in der Cafeteria wurde man von einem Schlumpf und einer Biene bedient und im Büro sass eine Piratin am Schreibtisch.

Unsere Bewohnerjury kürte die drei besten Kostüme. Keine leichte Entscheidung, doch am Ende haben sie sich entschieden.



Die Gewinner

v.l.n.r
3. Platz Lorena Oswald als Giraffe
1. Platz Catia Mendrico als Clownin
2. Platz Mehret Musgun als Einhorn

Wir stellen vor: Susanne Oestreich Krüger, Fachfrau Aktivierung HF

Geführt durch Fabienne Bigger,
Lernende Fachfrau Gesundheit

Was ist dein Beruf?
Mein jetziger Beruf ist Aktivierungsfachfrau HF.

Warum hast du dich für diesen Beruf entschieden?
In meinen bereits erlernten Berufen Grafikerin und Berufsschullehrerin arbeitete ich im kreativen Bereich und mit Menschen zusammen. So war die Ausbildung zur Aktivierungsfachfrau HF eine interessante Ergänzung und Bereicherung.

Welche Veränderungen hast du im Beruf seit deinem Ausbildungsabschluss erlebt?
Da meine Ausbildung noch nicht so lange zurück liegt, habe ich noch keine gravierende Veränderung festgestellt. Während meiner Ausbildung ist mir aber aufgefallen, dass noch nicht in allen Häusern mit der elektronischen Pflegedokumentation gearbeitet wird.

Wie lange arbeitest du schon im Kantengut?
Seit dem 1. Januar 2018 arbeite ich im Kantengut.

Welche Aufgaben gefallen dir besonders?
Mir gefällt generell die Vielseitigkeit in meinem Beruf. So zum Beispiel die Vorbereitungen der Aktivierungssequenzen, die Durchführung, die Auseinandersetzung und Begleitung mit den Bewohnern und den Tagesgästen, besondere Momente erleben dürfen mit den Bewohnern und Tagesgästen und das vernetzt sein im Haus.

Was unternimmst du gerne in deiner Freizeit? (Hobbys)?
Am liebsten verbringe ich meine freie Zeit mit meinem Mann und unserem Hund, der Fanny. So unternehmen wir zusammen ausgedehnte Spaziergänge und erfreuen uns an der Natur. Als Ausgleich zum Beruf male ich Bilder.

Worüber freust du dich, beziehungsweise, womit kann man dir eine Freude bereiten?
Über kleine Dinge kann ich mich sehr freuen, z.B. eine spontane Reaktion, schöne Begegnungen, ein Lächeln, Humor …

Wo verbringst du am liebsten deine Ferien?
Unser Daheim ist fantastisch, da verbringe ich am liebsten meine Ferien. In den Tag hinein leben, ohne Wecker aufstehen und das machen wozu ich gerade Lust habe.

WIR STELLEN VOR: ALEXANDRA CAVIGELLI, SACHBEARBEITERIN PERSONALWESEN

Geführt durch Gabriela Schwendener,
Pflegefachfrau HF

Was ist dein Beruf?
Ich bin Personalfachfrau. Ursprünglich habe ich eine kaufmännische Lehre absolviert und mich dann zur Personalfachfrau spezialisiert.

Warum hast du dich für diesen Beruf entschieden?
Der Grund für meine Wahl war, dass der Beruf sehr vielseitig ist und dass man mit Menschen in Kontakt steht. Jeder Tag ist anders.

Welche Veränderungen hast du im Beruf seit deinem Ausbildungsabschluss erlebt?
Der Beruf an und für sich ist gleich geblieben. Verändert hat es sich aufgrund meines beruflichen Werdegangs. Natürlich hat die technische Entwicklung eine grosse Veränderung mit sich gebracht. Aber diese ist in vielen Berufen spürbar.

Wie lange arbeitest du schon im Kantengut?
Über 10 Jahre ☺

Welche Aufgaben gefallen dir Besonders?
Ich erledige viele Aufgaben sehr gerne. Die Begleitung der Lernenden finde ich eine sehr schöne Aufgabe und dass man ihre Entwicklung verfolgen kann. Auch schätze ich den Kontakt mit den Mitarbeitern sehr. Die Rekrutierung der Praktikanten… etc. Mir gefällt, dass es keine monotone Arbeit ist und ich meinen Arbeitsalltag grösstenteils selbständig einteilen kann.

Was unternimmst du gerne in deiner Freizeit? (Hobbys)?
Im Moment gehe ich gerne Skifahren, ich bin gerne in der Natur aber auch zu Hause.

Worüber freust du dich, beziehungsweise, womit kann man dir eine Freude bereiten?
Mit einem Lächeln, einem Kompliment, einer schönen Begegnung…

Wo verbringst du am liebsten deine Ferien?
Ich verbringe meine Ferien lieber im Norden als im Süden. Dieses Jahr gehe ich zum Beispiel nach Schottland.

Treffpunkt oder Abendcafè? oder beides?

Jeden Monat findet zwei Mal das Abendcafè und ein Mal der Treffpunkt statt. Der Treffpunkt wird von unseren Mitarbeiterinnen der Spitex organisiert und findet immer an einem Mittwochnachmittag statt. Das Programm ist sehr abwechslungsreich und ist auf die Jahreszeit abgestimmt. So findet zum Beispiel im Frühling ein gemeinsamer Spaziergang statt oder es werden Gestecke für Ostern gebastelt. Aber auch für die Spielernaturen unter unseren Bewohnern gibt es Angebote, sei es der Spielenachmittag oder der Lottonachmittag, welcher immer sehr gut besucht ist.

Einmal im Jahr findet ein Treffpunkt mit unserem Leiter Alterssiedlung, Herr Jean-Pierre Liesch statt. Bewohnerinnen und Bewohner haben einen Austausch mit dem Leiter Alterssiedlung. Man berichtet über Vergangenes, Aktuelles und Kommendes im Kantengut. Während dieses regen Austauschs kommen interessante Themen, Vorschläge und Anregungen auf. Eine Idee wurde zu einer Veranstaltung im letzten Jahr – Blick hinter die Kulissen, wir haben darüber berichtet.

Für Bewohner, welche lieber am Abend noch in gemütlicher Runde etwas trinken und dabei ein kleines Schwätzchen halten möchten, ist das Abendcafé genau das Richtige. Es wird über alles Mögliche geredet – über Politik, Sportergebnisse, das Kochen und vieles mehr. Das Abendcafé bietet die Möglichkeit nicht alleine zu Hause zu sein und gibt eine gute Gelegenheit die Bewohner unserer verschiedenen Häuser – Scalära, Foppa, Padrusa und Arella – näher kennen zu lernen. So finden sich dann manche Bewohner, welche die gleichen Interessen haben oder sich von früher kennen.

Aber das Schönste an beiden Veranstaltungen ist, dass man je nach Lust und Laune einmal das Abendcafè oder den Treffpunkt oder eben beides besuchen kann.

Haben Sie noch Wünsche, Verbesserungsvorschläge oder Anregungen zu unserem Abendcafè oder den Treffpunkten, dann teilen sie uns dies gerne mit. Sie können dafür auch unsere Ideen Box benützen.

Arbeitstag in der Hauswirtschaft

Kurz nach 7 Uhr, leise surrt der Lift vom Keller in das Erdgeschoss. Frau Antunes und Frau Braga schieben den Reinigungswagen aus dem Lift und beginnen den Boden in der Cafeteria zu reinigen. Während Frau Da Costa und Frau Braga wischen und nass aufnehmen, gehen Frau Sangye und Frau Musgun ins Tageszentrum um dieses vor Eintreffen der ersten Tagesheimgäste zu reinigen. Ist die Cafeteria gereinigt, geht es zu den WC's. Diese werden gereinigt und das WC- und Handpapier wird aufgefüllt. Bevor es zum Korridor geht, werden die schmutzigen Geschirr- und Mikrofasertücher eingesammelt. Bei den Liften werden die Schaltflächen gereinigt und desinfiziert. Anschliessend werden die Böden gereinigt, damit sie möglichst früh für Bewohner und Mitarbeiter sauber sind. Die ersten Bewohner sind nämlich schon früh unterwegs.

Nachdem das Erdgeschoss fertig gereinigt ist, werden die Reinigungswägen mit sauberem Wasser, neuen Wischmop und Mikrofasertüchern ausgerüstet. Bei den Mikrofasertüchern hat jeder Putzbereich seine eigene Farbe. Die Roten werden für den Sanitärbereich – Badezimmer, WC und Ausguss verwendet, die Blauen fürs Abstauben in den Zimmern. Jeden Tag werden alle 60 Bewohnerzimmer gereinigt. Dabei wird darauf geachtet, dass die Zimmer der Bewohner, welche Frühaufsteher sind, zuerst gereinigt werden. Das Ziel ist es, bis am Mittag alle Bewohnerzimmer gereinigt sind.

Um 13 Uhr gehen alle Mitarbeiterinnen des Hausdienstes in die Mittagspause. Nach der Mittagspause werden als erstes die Stübli auf den Stationen gereinigt. Zwei Mitarbeiterinnen sind währenddessen dabei die WC-Kontrolle durchzuführen. Alle WC's werden 2x täglich kontrolliert und gereinigt. Regelmässig wird das Putzwasser des Reinigungswagens gewechselt. Die Mikrofasertücher und Mopps werden im Kantengut gewaschen. So sind immer genügend saubere Mopps und Mikrofasertücher vorhanden.

Am Nachmittag werden gemäss Reinigungsplan die sogenannten Nebenräume gereinigt. Zu den Nebenräumen gehören fünf Mitarbeiter-Garderoben, das Treppenhaus, die Stationszimmer usw.

Einige arbeiten müssen nur an bestimmten Tagen erledigt werden. Zum Beispiel das Sortieren und Verteilen der Berufskleider der Pflege (3x pro Woche). Jeweils mittwochs reinigen die Hausdienstmitarbeiterinnen das Personalhaus und verteilen auf den Pflegestationen Reinigungstücher und füllen Reinigungsmittel auf. Jeweils am Freitag reinigen sie dem Coiffeurraum sowie das Sitzungszimmer.

Spezialarbeiten wie Fensterreinigen oder Vorhänge waschen erfolgen 2x jährlich. Eine weitere Aufgabe der Hausdienstmitarbeiterinnen ist, bei Bewohnerwechsel die Endreinigung des Bewohnerzimmers vorzunehmen. Dabei werden auch die Vorhänge gewaschen und der Boden mit der Bodenreinigungsmaschine gereinigt.

Um 16.45 Uhr wird zum Schluss die Lingerie, der Putzraum und die Reinigungswägen gereinigt sowie mit Reinigungsmittel aufgefüllt. Um 17 Uhr ist dann Arbeitsende.

Es war ein anstrengender Tag und doch ist man froh, wenn alles wieder sauber ist und alle zufrieden sind.

IMPRESSIONEN

NEUJAHRSAPERO
2. JANUAR

BURGFÄTZER MALIX
25. JANUAR

SCHNITZELBÄNKE
15. FEBRUAR

POSTMÄNNERCHOR
16. FEBRUAR

FASNACHT IM KANTENGUT
24. FEBRUAR

SPARGELCREMESUPPE

Zutaten für 4 Personen (1l Suppe)	
1 El	Butter
1	kleine Zwiebel
400 g	Spargel
2 El	Mehl
1 l	Spargelfond
100 ml	Milch
100 ml	Rahm
	Salz, Pfeffer weiss Kerbelblättchen oder Petersilie glatt

Vorbereitung

- Spargel schälen und die Enden abschneiden
- Aus den Schalen und Enden einen Fond aufstellen, ca. 20 Minuten ziehen lassen
- Die hinteren Teile des Spargel in 1 cm grosse Stücke schneiden
- Vorderen Teil in feine Scheiben schneiden für die Suppeneinlage, diese knackig dämpfen oder in etwas Fond kochen
- Zwiebel schälen und in feine Würfel schneiden

Zubereitung

- Butter erhitzen, die Zwiebel darin glasig dünsten, die Spargelenden zugeben und auch kurz mit andünsten
- Mit dem Mehl bestäuben
- Mit dem passierten Spargelfond auffüllen
- Aufkochen, würzen mit Salz und Pfeffer
- Etwa 20 Minuten köcheln lassen
- Mixen, wenn die Suppe fasrig ist passieren
- Nochmals aufkochen, mit Milch und Rahm verfeinern
- Spargeleinlage wärmen, in die vorgewärmten Suppentassen geben, mit der Suppe auffüllen und mit Kerbelblättchen bestreuen

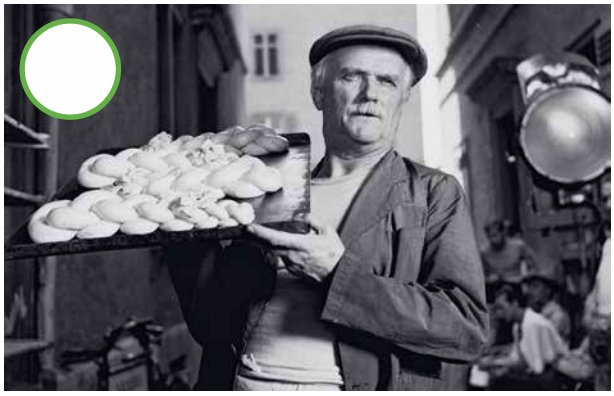
Tipp

- Diese Suppe kann man auch mit grünem Spargel zubereiten

RÄTSELECKE

Ordnen Sie die Nummern der Filmtitel dem passenden Bild zu.
Wir wünschen Ihnen viel Glück und freuen uns auf Ihre Auflösungen ☺

1. Casablanca (1942)
2. Ueli der Knecht
3. Die Dornenvögel
4. Drei Haselnüsse für Aschenbrödel
5. Bäckerei Zürrer



Gewinner der vierten Ausgabe 2019

1. Platz	Christian Krättli
2. Platz	Elsbeth Philipp & Toni Jörimann
3. Platz	Barbara Gambon

TERMINE

Aufgrund der aktuellen Situation betreffend Coronavirus stand bei Redaktionsschluss noch nicht fest, ab wann Veranstaltungen wieder durchgeführt werden dürfen. Sobald die Umstände es zulassen werden wir ggf. auch kurzfristig Veranstaltungen für unsere Bewohner planen. Wir werden wie gewohnt unsere Veranstaltungen intern auf den Informationswänden und auf unserer Homepage publizieren. Wir danken Ihnen für Ihr Verständnis.

KANTENGUTFEST

Samstag, 19. September 2020 | 11 Uhr

Feiern Sie mit uns unser traditionelles Kantengutfest. Es erwartet Sie musikalische Unterhaltung, feine Würste vom Grill und tolle Preise bei unserer Tombola.

KANTENGUT
Alterssiedlung

Alterssiedlung Kantengut
Scalärastrasse 14
7000 Chur
Tel 081 354 13 13
www.kantengut.ch
info@kantengut.ch

Impressum
Herausgeber: Alterssiedlung Kantengut
Auflage: 400 Exemplare
Erscheint: 3 – 4 mal jährlich
Redaktionsteam: Tamara Brühwiler, Alexandra Cavigelli, Sandra Galovac, Elisabeth Klein, Jean-Pierre Liesch
Gestaltung & Druck: Stoffel Druck GmbH, Chur