



als Deheim

Unsere Hauszeitung

Herbst 2023

Werte Leserinnen und Leser

Die Tage werden merklich kürzer und vielerorts macht der Nebel den Tag grau. Das Wetter wird rauer und kälter. Am Abend erhellen die ersten Lichterketten die anbrechende Nacht. Dies sind Anzeichen dafür, dass wir uns dem Jahresende nähern. Doch bis dahin, sind noch einige Veranstaltungen in den Betrieben der Alterswohnen STS AG geplant.

Zuerst blicken wir zurück auf die vergangenen Anlässe im Herbst 2023. Hierzu gehören der Pensioniertenausflug am 7. September 2023, welcher die ehemaligen Mitarbeitenden der Alterswohnen STS AG ins schöne Emmental führte. Mit traditioneller Handwerkskunst und typischen Emmentaler Spezialitäten wurde der Ausflug zu einem unvergesslichen Erlebnis mit einem handgefertigten Andenken.

An der Lehrstellenbörse Saanenland vom 12. September 2023 präsentierten wir unser vielfältiges Ausbildungsangebot von seiner besten Seite und durften 9 Schüler*innen für einen Einblickstag begeistern.

Der Herbst-Brunch im Altersheim Sunnebühl in Lauenen fand am 22. Oktober 2023 bei wunderschönem Herbstwetter, feinen Speisen und volkstümlichen Ständchen statt. Bis auf den letzten Platz war der Speisesaal voll besetzt.

In der Zeit vom 17. bis 21. Dezember 2023 feiern wir mit unseren Bewohnenden in allen Betrieben das Weihnachtsfest. Auf der letzten

Seite finden Sie eine Übersicht, wann unsere Bewohnerweihnachten stattfinden. Für weitere Informationen fragen Sie bitte in den jeweiligen Betrieben nach. Vielleicht besucht uns zuvor schon der Samichlaus am 6. Dezember 2023 und bringt eine kleine Überraschung mit.

Leider sind Niesen, Schnupfen und Husten wieder unsere täglichen Begleiter. Ich bitte alle Besuchenden und Mitarbeitenden die an den Eingängen unserer Häuser aufgehängten Plakate mit den vom BAG empfohlenen Schutzmassnahmen zu beachten und die Vorgaben umzusetzen, um unsere Bewohnenden und unser Umfeld vor einer Infektion zu schützen.

Ich danke Ihnen, wertere Leserinnen und Leser, für das Vertrauen, dass Sie der Alterswohnen STS AG auch in diesem Jahr entgegengebracht haben und wünsche Ihnen eine besinnliche Adventszeit, frohe Festtage sowie viele fröhliche Stunden im Zusammensein mit Ihren Liebsten.

Die Alterswohnen STS AG freut sich auf ein neues Jahr voller positiver Entwicklungen und redenswerter Neuigkeiten.

Viel Vergnügen beim Lesen unserer letzten Hauszeitung 2023.

Herzliche Grüsse

Beat Maurer
Geschäftsführer

Zweisimmen, 30. November 2023

Lottomatch in der Bergsonne

Am 6. September 2023 hörte man gelegentlich in der Bergsonne rufen: «Lotto!». Am Mittwochnachmittag trafen sich die Bewohnenden im Speisesaal, um zusammen Lotto zu spielen. Jeden zweiten Monat wird vom Landfrauenverein Zweisimmen ein Lottomatch organisiert und durchgeführt. Der Nachmittagsplausch findet grossen Anklang bei den Bewohnenden, was auch immer an den zahlreichen Teilnehmenden zu sehen ist.

Ein grosser Dank dem Landfrauenverein Zweisimmen für die regelmässige Organisation dieses beliebten Gemeinschaftsanlasses!



Die eifrigen Lottospieler*innen im Speisesaal des Alterswohnen Bergsonne. Quelle: Alterswohnen STS AG

Emmentaler Tradition & Kulinarik auf dem Pensioniertenausflug 2023

Der jährliche Pensioniertenausflug der Alterswohnen STS AG führte am Donnerstag, 7. September 2023 ins Emmentalische Trubschachen. 33 ehemalige Mitarbeitende nahmen in Begleitung der Geschäftsleitungsmitglieder am Ausflug teil und genossen das Wiedersehen von alten Arbeitskolleg*innen, den Austausch mit der Geschäftsleitung und das erlebnisreiche Programm mit traditioneller Handwerkskunst und Emmentaler Gaumenschmäusen.

Nach der Anreise in Trubschachen und einem kleinen Frühstück mit Kaffee und Gipfeli tauchten die Ausflugsteilnehmenden in die Welt der Töpferkunst ein. Schritt für Schritt wurde die Geschichte des Töpferns sowie der Schautöpferei Aebi von 1901 bis heute erzählt und mit Bildern ausgeschmückt. Anschliessend durfte die Kreativität beim Fladdern (bespritzen) der eigenen Müslischale ausgelebt



Mit viel Herzblut und Feingefühl wurden die Müslischalen verziert. Quelle: Alterswohnen STS AG

werden. Zum Mittagessen fand sich die Gesellschaft im Landgasthof Hirschen ein. Um die bekannteste Sensation der Region nicht auszulassen, wurde zuletzt ein Abstecher in die Kambly Erlebniswelt gemacht. Während einer Stunde degustierten die Ausflugsteilnehmenden die Backkreationen von süss bis salzig und legten den einen oder anderen Gueztlisack in ihren Einkaufskorb. Zufrieden und wohlgesättigt wurde die Heimreise zurück ins Berner Oberland angetreten.

Mit dabei an der Lehrstellenbörse Saanenland

Zahlreiche Oberstufenschüler*innen besuchten am 12. September 2023 die Lehrstellenbörse Saanenland im Oberstufenzentrum Ebnet in Saanen, um erste Berührungspunkte mit der Berufswelt zu knüpfen, sich vertiefte Gedanken zur Berufswahl zu machen und Berufe, zu welchen sie Interesse bekunden, detaillierter kennenzulernen. Der vom Gewerbeverein Saanenland initiierte Berufswahlanlass ist für die Ausbildungsbetriebe des Saanenlandes eine wichtige Plattform, um mit den Schülerinnen und Schülern der Region in Kontakt zu treten. Ausserdem unterstützt die Lehrstellenbörse durch den direkten Austausch vor Ort die Hemmschwelle für die Jugendlichen zu senken.

Die Alterswohnen STS AG präsentierte ihr Ausbildungsangebot der regionalen Standorte Alterswohnen Maison Claudine Pereira in Saanen und Alterswohnen Bergsonne in Zweisimmen sowie des Mandatsbetriebs – dem Altersheim Sunnebühl – in Lauenen. Am Stand wurden die Schüler*innen durch Utensilien aus dem Berufsalltag auf die grosse Ausbil-

dungspalette aufmerksam gemacht, eine Präsentation mit wichtigen Fakten zu den Berufen gab erste Informationen preis. Mit dem Memory «Weisst Du, wer da spricht?» setzten sich die Interessierten mit den Aufgaben aller angebotenen Ausbildungen von Alterswohnen auseinander. Bei der richtigen Lösung gewannen die Schüler*innen einen leckeren Muffin aus unserer Heimküche in Saanen.



Drei Schülerinnen testen ihr Wissen über unsere Ausbildungen am Memory «Weisst Du, wer da spricht?». Daneben Ana Ilic-Ivkovic, Fachfrau Gesundheit EFZ i. A. Quelle: Alterswohnen STS AG

Am Stand engagierte sich unsere Berufsverantwortliche Irene Eggenberg zusammen mit unserem Berufsbildner kaufmännische Berufe, der Köchin EFZ i. A. und der Fachfrau Gesundheit EFZ i. A. von Saanen für die Akquirierung neuer Lernenden. Nebst vielen Gesprächen und zahlreichen abgegebenen Informationen zu unserem Ausbildungsangebot meldeten sich 9 Schüler*innen für einen Einblickstag an, der zum Teil bereits in den Herbstferien ermöglicht werden konnte.

Herbst-Brunch im Sunnebühl

Ein üppiges Brunch-Bufferet, volkstümliche Musik, verführerische Kuchen und Gebäcke sowie eine fröhliche und ausgelassene Stimmung erwartete die Besuchenden des traditionellen Herbst-Brunchs vom 22. Oktober 2023.

Der Speisesaal des Sunnebühls war um 11.00 Uhr bis auf den letzten Platz belegt. Ab dann setzte die Kapelle Lauenengruss zum Auftakt an und hiess die 91 anwesenden Gäste, Bewohnenden und Mitarbeitenden musikalisch willkommen. Im Anschluss begrüsst Beat Maurer, Geschäftsführer Alterswohnen

STS AG und Betriebsleiter Altersheim Sunnebühl, die Gesellschaft und eröffnete das reich gedeckte Buffet mit Spezialitäten aus der Region und hausgemachten Leckereien. Während des Brunchs unterhielten der Jodlerklub Lauenen sowie die Kapelle Lauenengruss die Gäste mit musikalischen Beiträgen. Am Nachmittag durfte den Musikanten bei Herbstsonnenschein auf der Terrasse zugehört werden und vom offerierten Dessertbuffet der «Mittwochfrauen» – freiwillige Helferinnen, die jeden Mittwoch die Bewohnenden besuchen – süsse Verführungen verzehrt werden.

Grosszügige Spende für genussfreie Spaziergänge

Am 15. November 2023 übergab der Frauenverein Zweisimmen dem Alterswohnen Bergsonne ein besonderes Hilfsmittel. Nach einem abrupt endenden Spaziergang mit einer Bewohnenden, deren Rollstuhl sich aus technischen Gründen nicht mehr vorwärts oder rückwärts bewegen liess und an eine Heimkehr ohne das «Abschleppen» durch den heimeligen Technischen Dienst nicht mehr zu denken war, kam dem Frauenverein die Idee. Eine sogenannte Rollstuhlschiebehilfe wurde angeschafft und dem Alterswohnen Bergsonne als Spende geschenkt.

Angehörigen und freiwilligen Helfenden erlaubt es dank der Schiebehilfe, ohne Kraftaufwand mit einem rollstuhlgängigen Bewohnenden auf einen Spaziergang zu gehen. Bergaufwärts zieht und bergabwärts bremst die Schiebehilfe von selbst, so dass die Begleitperson vollkommen entlastet wird.

Die Bergsonne bedankt sich für die grosszügige Spende beim Frauenverein Zweisimmen und ist überzeugt, dass die Schiebehilfe vielen Bewohnenden und ihren Angehörigen einen ausgiebigen und hindernislosen Spaziergang in Zweisimmen ermöglicht.

Die Rollstuhlschiebehilfe steht allen Bewohnenden und Angehörigen zur Verfügung. Melden Sie sich spätestens am Vortag des Gebrauchs am Empfang der Alterswohnen Bergsonne unter Tel. 033 729 27 00, um die Hilfe zu reservieren und für Sie bereitzustellen.

Anzeichen eines Atemwegsinfekts?

Um unsere Bewohnenden, Mitarbeitenden und unser eigenes Umfeld vor Grippe und Covid-19 zu schützen, bitten wir Sie, in der Winterzeit auf folgende durch das BAG empfohlene Hygienemassnahmen zu achten:

- Bei Symptomen zu Hause bleiben oder bei Verlassen des Hauses eine chirurgische Maske tragen
- Mehrmals täglich Räume mit mehreren anwesenden Personen lüften
- In Taschentuch oder Armbeuge husten und niesen
- Nach dem Nase putzen Taschentuch in geschlossenen Kehrriecht entsorgen
- Waschen Sie Ihre Hände gründlich oder nutzen Sie Desinfektionsmittel

An unseren Eingängen stellen wir Ihnen kostenlose chirurgische Masken sowie Desinfektionsmittel zur Verfügung.

Adventsweg Glockenthal 2023

Wir nähern uns mit grossen Schritten der Adventszeit, die schon seit einigen Tagen Einzug im Alterswohnen Glockenthal hält. Denn die Vorbereitungen des Adventsweg laufen auf Hochtouren.

Am **2. Dezember von 14.00 – 21.00 Uhr** laden wir Sie herzlich ein, in die verzaubernde Weihnachtswelt des Alterswohnen Glockenthal einzutauchen und in vorweihnachtliche Stimmung zu kommen.



Ein lichterfrohes Weihnachtsschauspiel am Adventsweg im Glockenthal. Quelle: Alterswohnen STS AG

Neben dem Rundweg durch weihnachtlich dekorierte Räume und an lichterfrohen Schauplätzen vorbei bieten wir kalte und warme Getränke und Speisen aus der Heimküche zur Konsumation in der gemütlichen Cafeteria an. Über dem offenen Feuer können Cervelats

«am Stäcke» grilliert und für die süsse Versuchung hausgemachte Backwaren verkostet werden. Bei guten Wetterbedingungen dürfen sich die kleinen Gäste über ein geführtes Eselreiten freuen.

Bitte beachten Sie, dass auf dem ganzen Gelände des Alterswohnen Glockenthal **in Innenräume Maskentragepflicht** gilt. Bei Konsumation kann die Maske abgelegt werden. Besten Dank für Ihr Verständnis zum Schutz unserer Bewohnenden und Mitarbeitenden.

So feiern wir Weihnachten

Unseren Bewohnenden halten wir das besinnlichste Fest des Jahres nicht vor, so dürfen sie sich jedes Jahr auf eine gemeinsame Weihnachtsfeier freuen. Mit Besuch der Betriebsleitung kommen sie in den Genuss eines feinen Weihnachtsmenüs und feiern in den festlich dekorierten Sälen eine Weihnachtsandacht, geführt durch eine hiesige Pfarrperson und musikalischer Begleitung.



Weihnachtsfeiern 2023

Weihnachtsfest Sunnebühl mit Bewohnenden und Angehörigen

Sonntag, 17.12.2023, 11.00 - 16.00 Uhr

Bewohnerweihnachten Bergsonne, Wohnbereich A

Mittwoch, 20.12.2023, 11.30 - 14.00 Uhr

Bewohnerweihnachten mit Abendmahl Maison Claudine Pereira

Mittwoch, 20.12.2023, ab 16.00 Uhr

Bewohnerweihnachten Bergsonne, Wohnbereich B

Donnerstag, 21.12.2023, 11.30 - 14.00 Uhr

Bewohnerweihnachten Glockenthal

Donnerstag, 21.12.2023, 11.00 - 16.00 Uhr

Bewohnerweihnachten Schlossblick

Donnerstag, 21.12.2023, 16.30 - 18.30 Uhr