



Bewohnerporträt Frau Ruth Weiss

In unserer Reihe «Bewohnerporträts» stellen wir Ihnen Lebensgeschichten vor. Das Thema der Biografie-Arbeit beschäftigt uns stark. Die Menschen im Ruhesitz haben vieles erlebt und wissen viel Interessantes zu berichten.



In dieser Ausgabe stellen wir Ihnen Frau Ruth Weiss, Bewohnerin auf der Abteilung Zelg vor. Sie ist 79 Jahre alt.

Das Interview führte Dominique Fischer.

❖ *Liebe Frau Weiss, vielen Dank, dass Sie sich Zeit für dieses Gespräch nehmen. Wie geht es Ihnen?*

Vielen Dank für die Nachfrage. Mir geht es sehr gut. Ich werde hier im Ruhesitz liebevoll umsorgt.

❖ *Unsere Leser würden sich freuen, wenn Sie uns aus Ihrem Leben erzählen würden. Wo sind Sie aufgewachsen, und welche Ausbildung haben Sie gemacht?*

Ich bin in Winterthur Veltheim mit einer 4½ Jahre älteren Schwester aufgewachsen. Alle neun Schuljahre bin ich in Winterthur zur Schule gegangen und habe anschliessend bei der Firma Gebrüder Sulzer AG eine Ausbildung in der hauseigenen Steno-Daktylo-Schule gemacht. Diese dauerte zwei Jahre. Gleichzeitig habe ich am KV Winterthur Kurse in Französisch und Buchhaltung belegt und konnte im Zahltagsbüro, im Personalbüro und in der Fotoabteilung der Firma Erfahrungen sammeln. Schlussendlich hat mich die Lehrabteilung wieder zurückgeholt und mich als Sekretärin angestellt. Ich will ja nicht angeben, aber ich konnte damals 140 Silben in einer Minute schreiben. Nebst meiner Tätigkeit als Sekretärin gab ich in stellvertretender Funktion Unterricht an der Steno-Daktylo-Schule.

❖ *Erzählen Sie uns etwas von Ihrer Familie?*

Nach einigen Jahren bei Gebrüder Sulzer AG habe ich meinen Mann kennengelernt und nach der Heirat habe ich mich ganz der Familie gewidmet. Wir haben zusammen drei Kinder grossgezogen, zwei Söhne und eine Tochter. Ich hatte alle Hände voll zu tun mit den Kindern und einem Haus mit grossem Grundstück. Ausserdem hatten wir noch ein Ferienhaus am Sihlsee, das Bacheggli. Dort haben wir schöne und fröhliche Zeiten mit der Familie

und Freunden verbracht. Mein Mann hat viel selbst umgebaut und alles instand gehalten. Oft haben wir dort bis in die frühen Morgenstunden gejasst und viele Feste gefeiert. Ausserdem sind wir viel gewandert und Ski gefahren. Mein Mann war ein guter Bergsteiger. Ich war mit ihm auch schon auf den Mythen. Zudem hatte meine Schwester eine Ferienwohnung im Tessin, die wir abwechselungsweise benutzt und viel Zeit dort verbracht haben. So konnten beide Familien profitieren.

❖ *Wie erleben Sie das Leben im Ruhesitz?*

Ich bin sehr zufrieden im Ruhesitz. Das Haus wird liebevoll geführt und ich kann hier sehr selbständig meinen Alltag gestalten.

❖ *Wann und warum entschlossen Sie sich, in den Ruhesitz zu gehen?*

Im Jahr 2012 erlitt ich einen Schlaganfall und war in der Folge halbseitig gelähmt. Dank meinem eisernen Willen und intensiver Therapien kann ich heute wieder kurze Strecken gehen und meinen linken Arm benutzen. Meine linke Hand ist jedoch vollständig gelähmt. Mein Mann und meine Kinder haben mich mehrere Jahre zu Hause gepflegt. Im Juli 2016 bin ich dann in den Ruhesitz eingetreten. Nachdem ich ein Einzelzimmer im zweiten Stock des Hauses Zelg beziehen konnte, ist mein Mann zu mir in den Ruhesitz gezogen.

❖ *Wie sieht ein normaler Tagesablauf bei Ihnen aus?*

Trotz meiner halbseitigen Lähmung bin ich sehr selbständig und kann fast alles noch selbst machen. Ich pflege sehr gerne Kontakte und bin sehr offen. Mit meinen Tischnachbarinnen geniesse ich nach dem Mittagessen fast immer einen Espresso und wir unterhalten uns lange. Am Abend schaue ich gerne etwas fern und lese. Ich bin eine richtige Leserratte und schreibe auch sehr gerne. Bis heute pflege ich Briefkontakte mit lieben Freundinnen von früher. Ausserdem habe ich eine gute Freundin aus dem Dorf, die mich regelmässig besucht und mit mir einkaufen geht.

❖ *Haben Sie Altersweisheiten für Jüngere?*

Was ich den Jüngeren nur ans Herz legen kann, ist, dass man eine gute Ausbildung absolvieren und stets ehrlich und offen mit seinen Mitmenschen sein sollte. Wenn man sich streitet, sollte man immer diskutieren und gemein-

sam nach Lösungen suchen. Man sollte zielstrebig sein und seine Ziele nicht leichtfertig aufgeben.

* *Sind Sie politisch aktiv? Interessieren Sie sich für das aktuelle Weltgeschehen?*

Ich schaue Nachrichten und lese die Zeitung und pflege gerne Kontakte mit jüngeren Mitmenschen. Wir diskutieren offen über verschiedene Themen der Politik. Politisch bin ich nicht aktiv, aber mein Mann war 20 Jahre lang Kirchenstandspräsident und ich habe ihn in dieser Funktion, wo immer möglich, unterstützt. Es hat mich mit Zufriedenheit erfüllt, zu sehen, dass man sich in meiner Gemeinde um die Menschen kümmert.

* *Hand aufs Herz: Was war der glücklichste Moment in Ihrem Leben?*

Ich hatte in meinem Leben viele glückliche Momente. Speziell war sicher die Geburt des ersten Kindes.

* *Aktuelles Thema: Was sagen Sie zum Klimawandel?*

Das ist eine gute Frage und ein sehr schwieriges Thema. Grundsätzlich sollte man anfangen, sich Sorgen um die Umwelt zu machen. Die Menschheit sollte mehr recyceln, den CO₂-Ausstoss verringern und möglichst keine Lebensmittel verschwenden.

* *Welche Ziele und Träume haben Sie?*

Ich hoffe, ich kann noch lange so selbständig sein und viel Zeit mit meiner Familie und Freunden verbringen. Ich plane, dieses Jahr wieder mit meiner Tochter und meiner Schwägerin ein paar Tage in die Ferien zu gehen. In den letzten beiden Jahren haben wir wunderbare Tage am Boden- und am Untersee verbracht.

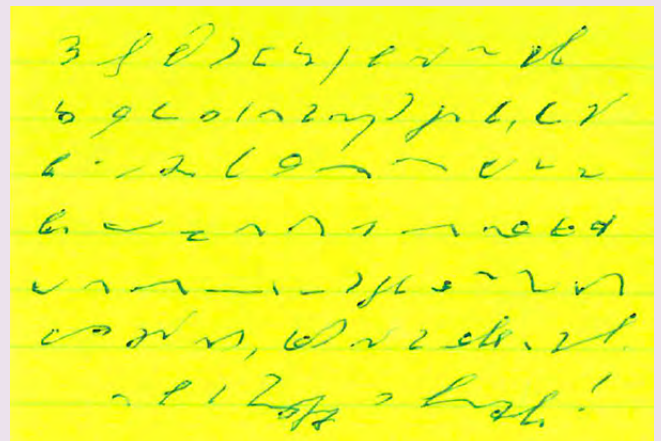
* *Liebe Frau Weiss, vielen Dank für das Gespräch.*

Ich bedanke mich auch für das Gespräch, und insbesondere möchte ich mich ganz herzlich bei der Heimleitung

und dem gesamten Ruhesitz-Personal bedanken! Ich habe hier im Ruhesitz ein neues Zuhause gefunden und freue mich auf viele weitere fröhliche Stunden mit allen hier im Ruhesitz.

Was ist Stenografie?

Die Stenografie ist eine Kurzschrift, mit der dreibis fünfmal schneller geschrieben werden kann als mit der traditionellen Langschrift. Die höhere Geschwindigkeit wird erreicht durch vereinfachte Rechtschreibung und durch Reduktion der Buchstaben auf eine Minimalform. Häufige Wörter und Silben werden gekürzt. Wer stenografieren kann, hat den Vorteil des rascheren Schreibens, braucht weniger Energie für die Notizen, kann sich beim Zuhören auf den Inhalt konzentrieren und das Wesentliche besser herausfiltern. Die Lerninvestition macht sich ein ganzes Leben lang bezahlt. Ein Stift und ein Blatt Papier genügen, um Ideen festzuhalten, Gedanken zu ordnen, Entwürfe zu formulieren.



Nachwuchs bei den Ziegen

Am ersten Juli Wochenende wartete eine grosse Überraschung auf Beatrice Russenberger von der Hauswirtschaft: Die braune Ziege brachte am 6. Juli ein braunweisses Geissli zur Welt, und am Tag danach folgte die braun-weiße Ziege mit einem kleinen schwarz-weißen Böckli.

Die kleinen Geisslein sorgten in den folgenden Tagen und Wochen für einige Aufregung und waren das Thema Nummer eins bei Bewohnern und Besuchern.

Kurzerhand entstand die Idee, mittels Wettbewerb Namen für die beiden Neuankömmlinge zu finden. Im Entrée des Ruhesitzes konnten alle Bewohner, Mitarbeiter und Besucher einen Zettel mit ihren Vorschlägen ausfüllen, und am 22. August zogen wir aus über 66 x 2 Vorschlägen (je für das Böcklein und das Geisslein) die Namen:

Zwergli und Pepino!

Herzliche Gratulation an die Gewinner Deborah Rambone aus Beringen und Sanella Blatt aus Löhningen.

Zwergli



Pepino



Neuigkeiten bei den Mitarbeitern

Herzliche Gratulation

Mit grossem Stolz gratulieren wir unseren Lernenden **Julia Goeggel, Melanie Siegenthaler, Seraina Veraguth, Yorsalem Gebrehawariat** und **Robert Adiloski** zum erfolgreichen Abschluss ihrer Berufslehren. Zwei Fachfrauen Gesundheit, eine Küchenangestellte EBA und ein Fachmann Betriebsunterhalt treten nun nach den bestandenen Abschlussprüfungen ins Berufsleben ein! Super gemacht! Wir freuen uns sehr, dass uns drei der ausgebildeten Fachfrauen «erhalten bleiben» (**Julia Goeggel, Melanie Siegenthaler, Seraina Veraguth**) und wünschen den anderen zwei Lehrabgängern nur das Beste für ihre berufliche wie private Zukunft!

Wir wünschen **Katharina Notz, Karina Spichiger, Sarah Rahman Sadik** und **Tanja Zimmerling** einen guten Start in die Berufswelt. Die vier jungen Frauen lassen sich im Ruhesitz zur Fachfrau Gesundheit ausbil-

den. Wir hoffen, dass alle viel Freude an der gewählten Lehre haben werden und wünschen ihnen eine interessante und abwechslungsreiche Ausbildungszeit.

Wir freuen uns, dass **Ermand Aliu** unser Team als Pflegehelfer künftig unterstützen wird.

Valentina Bösch und **Florian Biedermann** danken wir herzlich für ihren Einsatz im Ruhesitz und wünschen ihnen viel Freude im neuen Aufgabenbereich.



Gemeinderat Beringen startet mit dem Quartierplan

Wir freuen uns, dass unser Projekt, die Wohn- und Arbeitssituation zu verbessern, einen weiteren Meilenstein erreicht hat. Das Zentrum für Altersfragen ist auf Kurs!

Auszug aus der gemeinsamen Medienmitteilung zum Gemeinderatsbeschluss vom 12. August 2019:

«Das überarbeitete Projekt für die Erweiterung des Alters- und Pflegeheims Beringen wurde durch die Gemeinde geprüft. Der Gemeinderat konnte feststellen, dass mit diesem Projekt eine gute Gesamtwirkung erzielt wird und das Projekt eine rücksichtsvolle Einpassung in die Umgebung aufweist. Somit sind die Anforderungen

erfüllt, so dass mit der Ausarbeitung des notwendigen Quartierplanes begonnen werden kann.»

Rückblick

Im Jahr 2011 konnte die Stiftung Ruhesitz die Parzelle 148 der Erbgemeinschaft Bolli abkaufen. Diese Parzelle wurde erworben, um weiterhin eine zeitgerechte und zukunftsorientierte Altersarbeit in den Gemeinden Beringen, Löhningen und Siblingen zu ermöglichen.

Der Kanton Schaffhausen unterstützte dieses Vorhaben und hat uns ergänzend die Parzelle 146 zu guten Konditionen abgegeben.

Transparenz ist uns wichtig.

Deshalb haben wir anfangs August den betroffenen Nachbarn und den Medien unseren jetzigen Planungsstand offengelegt. Es ist beabsichtigt, die Landfläche, welche bisher von Rolf Keller beackert wurde, zu bebauen. Das bestehende Gebäude Früeling wird durch einen Neubau ersetzt. Im Haupthaus werden bauliche Anpassungen gemacht und sämtliche Gebäudeteile miteinander verbunden. Wir sind uns bewusst, dass einige Personen diese Grünfläche vermissen werden, trotzdem sind wir vom Mehrwert dieses Projektes überzeugt.

Wir informieren laufend auf unserer Homepage www.pflegeheim-ruhesitz.ch (grünes Symbol «Neubau») über News zum Projekt.

Daniel Gysin



Mitarbeiterin des Monats Juli 2019



Sarah Fink wurde mit folgendem Text als Mitarbeiterin des Monats vorgeschlagen:

«Sarah hat einen liebevollen Umgang mit den Bewohnern. Sie achtet auf ihre Wünsche und Bedürfnisse und kann dementsprechend handeln. Sarah zeigt immer Bereitschaft und grosses Engagement, neue Mitarbeiter einzuarbeiten. Sie erklärt ihnen die Tätigkeiten und den Ablauf von unserer Institution sehr ausführlich. Ausserdem ist sie immer motiviert und hilft viel in allen Bereichen der Abteilung. Wir sind sehr froh und dankbar dafür.»

Liebe Sarah

Wir gratulieren dir ganz herzlich zur Wahl der Mitarbeiterin des Monats. Wir freuen uns sehr für dich und möchten dir gerne ein paar Fragen stellen, um dich den Lesern vorzustellen:

❖ *Wie viele Jahre arbeitest du bereits im Ruhesitz?*

Ich arbeite seit 2012 im Ruhesitz. Zuerst habe ich während eines Jahres ein Praktikum in der Pflege gemacht und konnte anschliessend die Ausbildung zur Fachfrau Gesundheit im Ruhesitz absolvieren. Nach der bestandenen Abschlussprüfung blieb ich weiter im Ruhesitz und arbeite nun bereits seit drei Jahren auf der Abteilung RS1.

❖ *Wie war dein beruflicher Werdegang? Was hat dich bewogen, eine pflegerische Ausbildung zu absolvieren?*

Ich habe nie in einem anderen Beruf gearbeitet. Zwar habe ich in einigen anderen Berufen geschnuppert, wie z.B. Gärtnerin oder Coiffeuse, mir war aber schnell klar, dass mir die Langzeitpflege besonders gefällt, und bis heute kann ich mir keinen anderen Beruf vorstellen.

❖ *Was schätzt du am meisten an deiner Arbeit?*

Ich schätze besonders die Arbeit im Team und natürlich, wenn mir die Bewohner ein Lächeln schenken.

❖ *Was sind die bisher für dich besonders schönen Erlebnisse, die du im Ruhesitz geniessen durftest?*

Besonders schöne Erlebnisse sind für mich die Mitarbeiterausflüge. Die sind jedes Mal sehr toll. Ausserdem freue ich mich besonders, dass ich nächstes Jahr die Weiterbildung zur Kinaesthetics-Trainerin hier im Ruhesitz beginnen darf.

❖ *Möchtest du noch etwas hinzufügen bezüglich der Arbeit im Ruhesitz?*

Jeden Tag kann ich die Arbeit mit einem Lächeln beginnen. Das ist so viel wert! Dazu trägt auch das tolle Team vom RS1 bei!

❖ *Was sind deine Hobbys zum Ausgleich zur Arbeit?*

Seit sechs Jahren habe ich ein Pferd, er heisst «Almiro». Fast täglich gehe ich reiten mit ihm. Das macht mich sehr glücklich, und es ist ein toller Ausgleich zur Arbeit. Almiro und ich sind ein Team, und wir können uns blind vertrauen. Ausserdem bin ich gerne in der Natur und geniesse die frische Luft.

Liebe Sarah, vielen Dank, dass du dir Zeit genommen hast für unsere Fragen. Wir wünschen dir weiterhin viel Freude bei deiner Tätigkeit.

Eintritte Bewohner

Herzlich willkommen!
Wir freuen uns,

Frau Ingrid Linther
Herrn Walter Burkhalter
Frau Rosa Nava
Frau Silvia Jost
Herrn Christian Bernath
Frau Friedi Niederhauser
Herrn Dzeladin Zulfi
Herrn Walter Jost
Frau Elvira Franceschini
Frau Caterina Arena

bei uns im Ruhesitz begrüssen zu dürfen und heissen sie herzlich willkommen.

Schön, dass Sie bei uns wohnen, respektive als Ferien- oder Tagesgast bei uns sind.

Gegacker im Altersheim



Einen nicht alltäglichen Besuch bereitete uns an einem Nachmittag der 12-jährige Colin mit seinen beiden Hähnen Roggo und Max sowie seinem Huhn Lisa. Es sind drei Serama-Hühner, die kleinste Hühnerart der Welt. Aber das Besondere an diesen dreien ist, dass sie zahm sind. Jeder der wollte, konnte sowohl den Hahn Roggo als auch das Huhn Lisa halten und streicheln.

Eine weitere Besonderheit ist, dass Colin den Gügge Roggo selbst aufgezogen hat. Roggo und er haben eine besondere Beziehung, und so gehorcht ihm Roggo auf seine Zeichen. Wenn er zum Beispiel in die Hände klatscht, kommt Roggo zu ihm.



Man kann ihn streicheln und halten, er ist es gewohnt, und als stolzer Hahn hat er es auch genossen – so unser Eindruck.



Lisa hat eine Leidenschaft für getrocknete Würmer, und sie frisst jedem aus der Hand! Das durfte man auch ausprobieren, wenn man wollte. Alle waren froh, dass die Würmer geröstet waren und nicht mehr lebend, denn es brauchte Überwindung, die Würmer in die Hand zu nehmen. Doch Lisa pickte alles auf, auch das, was auf den Boden fiel.

Max ist etwas eigen, er lässt sich auch streicheln, aber nicht am Kopf, und daher hat Colin ihn herumgeführt, was Max auch ohne Gegacker mit sich machen liess.

Es wurden viele Fragen gestellt zu dem Federvieh und zu der speziellen Beziehung, die Colin zu ihnen hat. So erfuhren wir, dass er seit seinem 8. Lebensjahr eigene Hühner und immer auch einen Gügge dazu als Haustiere versorgt und pflegt. Die

tiefe Liebe zu seinen Tieren war spürbar und erlebbar an diesem Nachmittag.



Einige Besucher des Nachmittags erzählten auch von ihren Erlebnissen und so war es ein lustiger, sehr spannender und erlebnisreicher schöner Nachmittag, der noch lange nachklingt.

*Aktivierung
Susanna und Yvonne*

1.-August-Feier



Schon im Verlaufe des Nachmittags schallte Handörgelimusik durch die Gänge und stimmte auf die 1.-August-Feier ein. Yvonne Schwaninger und Susanna Vögeli bereiteten liebevoll die Tische vor; die vorherrschenden Farben waren selbstverständlich rot und weiss!

So gegen halb fünf fanden sich die Gäste nach und nach ein, und um fünf Uhr startete das Fest mit schmissigen Liedern, die Doris Klingler auf dem Akkordeon begleitete.



Anna Sax vom Gesundheitsamt Schaffhausen stellte sich freundlicherweise zur Verfügung, um die 1.-August-Ansprache zu halten, und anschliessend, nach ein paar weiteren fröhlichen Schweizer Liedern, wurde der erste Gang gereicht.

Zwischendurch wurde immer wieder musiziert und kräftig mitgesungen. Nach dem gluschtigen Dessert und Kaffee liessen die Bewohnerinnen und Bewohner das Fest langsam ausklingen. Viele Besucher äusserten sich, dass sie das Fest zum 1. August sehr genossen haben.

Doris Frosini



† ABSCHIED

Traurig nehmen wir Abschied von

Herrn Emil Müller	† 04.06.2019
Frau Irma Hänggi	† 06.06.2019
Frau Gerda Oettli	† 22.06.2019
Frau Rita Rahm	† 22.06.2019
Frau Lina Huber	† 23.06.2019
Frau Margrit Kelhofer	† 28.06.2019
Herrn Hubert Mächler	† 28.08.2019

Den Hinterbliebenen wünschen wir in dieser schweren Zeit viel Kraft.

«Ich will dir danken, Herr, unter den Völkern, ich will dir lobsingeln unter den Leuten. Denn deine Gnade reicht so weit der Himmel ist, und deine Treue.» (Psalm 108, 4 + 5)