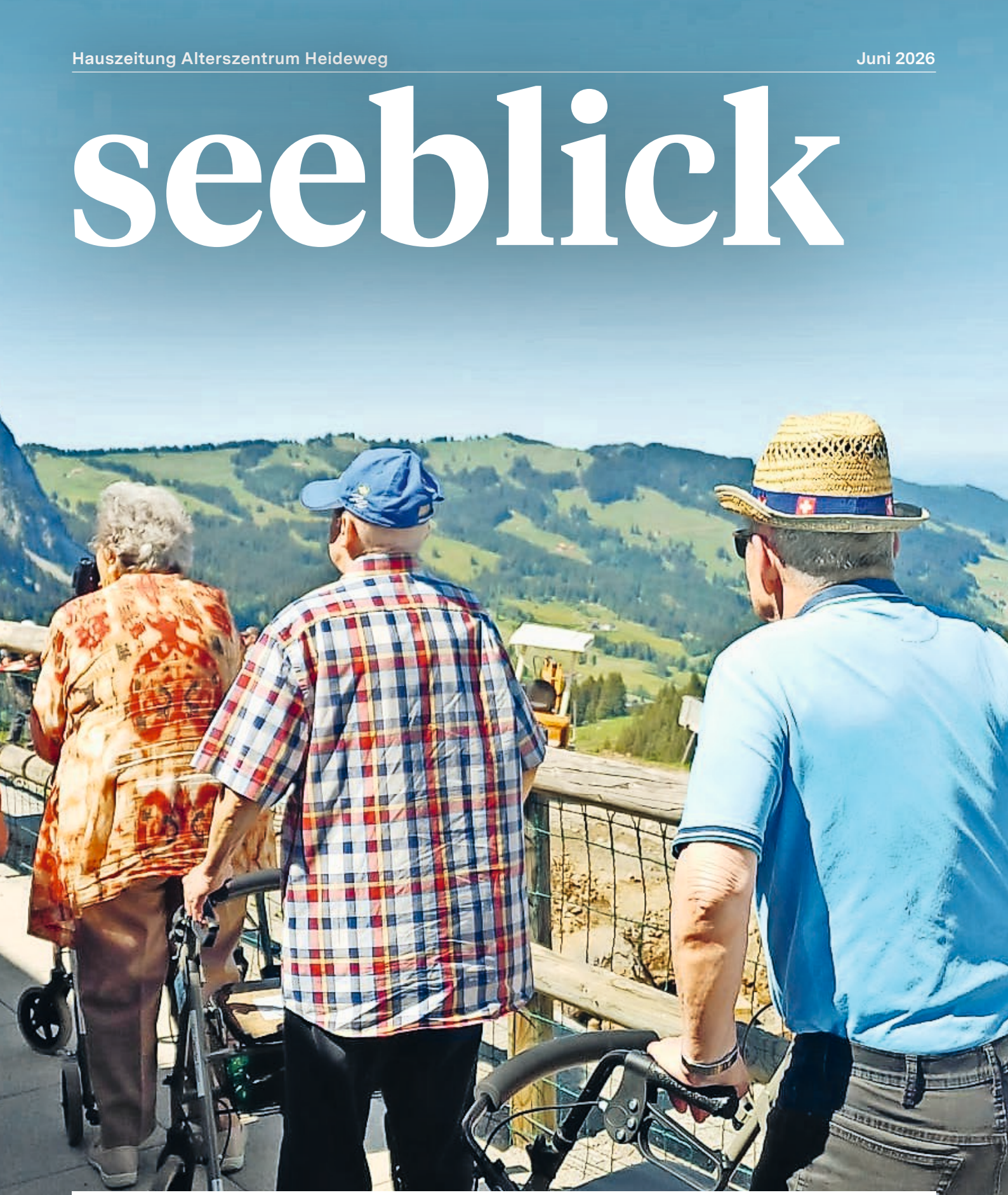
Hauszeitung Alterszentrum Heideweg Juni 2026

seeblick



Interview mit Ingrid Engeli, Teil 2 Seite 4
Berufsporträt: Ein Tag im Leben einer Teamleiterin Pflege Seite 18
Personalausflug 2026 Seite 20

Editorial 1
Agenda 2
Leben im Heideweg 4
Rätsel & Humor 12
Wer bin ich? 14
Arbeiten im Heideweg 16
Bewohner & Personal 22
Rätselauflösung 24

Impressum

Hauszeitung Alterszentrum Heideweg
Alterszentrum Heideweg, Heideweg 10
6440 Brunnen
Telefon +41 41 825 08 25
alterszentrum@ingenbohl.ch
www.alterszentrum-heideweg.ch

Redaktion/Mitwirkende
Theo Ziegler, Claudia Pfyl, Livia Schelbert, Vera Gomes da Costa, Ramona Schwegler, Markus Kugler, Lynn Erpen, Jacqueline Lüönd, Sonja Rubi, Bruno Zwyer, Gonxhe Sahitaj und Rebekka Steiner, Kaffeerösterei Hosennen, Mattenbach Gruppe Zürich – Bruhin AG Freienbach, Büro Nord

Auflage 1'300
Druck Triner Media + Print
128. Ausgabe Juni 2026, 31. Jahrgang

Erscheint 4 x jährlich, Abonnement CHF 25.–

Liebe Bewohnerinnen und Bewohner

Liebe Leserinnen und Leser



Bruno Zwyer
Gemeinderat,
Ressort Gesundheit
und Sicherheit

Nach zehn Jahren im Gemeinderat ist für mich der Moment gekommen, Abschied zu nehmen. Ich verlasse dieses Amt mit einem lachenden und einem weinenden Auge. Lachend, weil ich auf viele wertvolle Erfahrungen, Begegnungen und gemeinsame Erfolge zurückblicken darf. Weinend, weil mir die Menschen und die Aufgaben, die mich über all die Jahre begleitet haben, sehr ans Herz gewachsen sind.

Besonders geprägt haben mich die sechs Jahre als Präsident der Kommission für das Alter sowie als Ressortchef Gesundheit und Sicherheit, zu dem auch das Alterszentrum Heideweg gehört. Diese Zeit war für mich weit mehr als ein politisches Amt – sie war eine persönliche Bereicherung. Die vielen Begegnungen mit Bewohnerinnen und Bewohnern, Angehörigen und Mitarbeitenden bleiben für mich unvergesslich.

Das Alterszentrum Heideweg ist ein Ort voller Menschlichkeit, Wärme und Engagement. Dafür möchte ich allen Mitarbeitenden von Herzen danken. Tag für Tag leisten sie wertvolle und geschätzte Arbeit – oft mit viel Herzblut, Geduld und Fürsorge. Mein besonderer Dank gilt auch dem Kader des Alterszentrums Heideweg für die stets vertrauensvolle, konstruktive und engagierte Zusammenarbeit.

Wenn ich zurückblicke, erfüllt es mich mit Freude und auch mit Stolz, dass in den vergangenen Jahren viele Projekte umgesetzt und wichtige Weichen für die Zukunft gestellt werden konnten. Gemeinsam durften wir das Alterszentrum Heideweg in eine neue Etappe führen und weiterentwickeln – immer mit dem Ziel, den Bewohnerinnen und Bewohnern ein gutes Zuhause und ein lebenswertes Umfeld zu bieten.

Mein Dank gilt ebenso meinen Kolleginnen und Kollegen im Gemeinderat für die gute Zusammenarbeit, die spannenden Diskussionen und die gemeinsamen Entscheidungen im Dienste unserer Gemeinde.

Ich werde diese Zeit vermissen.

Ich freue mich schon heute darauf, die eine oder den anderen wiederzusehen – vielleicht bei einem Kaffee in der Cafeteria oder bei einer Begegnung in unserem schönen Dorf.

Von Herzen danke ich Ihnen allen für das Vertrauen, die Unterstützung und die vielen wertvollen Jahre.

Leben Sie wohl und bleiben Sie gesund.

Bruno Zwyer

Juli – September 2026

Veranstaltungen

Mittwoch, 01.07.2026
Echo vom Locherguet
14:30–16:00 Uhr, Cafeteria

Dienstag, 14.07.2026
Fyrabig-Rundi
18:00 Uhr, Cafeteria

Mittwoch, 15.07.2026
Geburtstagsessen
mit Bewohner/innen
11:30–13:30 Uhr, Bisa-Stübli

Mittwoch, 22.07.2026
Event mit dem
Gesundheitsclown Lilly
14:30–16:00 Uhr, Etage

Donnerstag, 23.07.2026
Märlitante erzählt
spannende Geschichten
14:30 Uhr, MZR

Freitag, 24.07.2026
Besuch Kita Zauberbrunnen
14:00–16:00 Uhr, MZR

Samstag, 01.08.2026
Nationalfeiertag, Mittagsgrill-
Party mit Murer's Werni
11:00–13:30 Uhr,
Cafeteria/Terrasse

Sonntag, 01.08.2026
Alphornformation Schwyzerland
16:00–16:30 Uhr,
Cafeteria/ Terrasse

Mittwoch, 12.08.2026
Unterhaltung mit René Hauser
14:30–16:30 Uhr, Cafeteria

Mittwoch, 19.08.2026
Trio Herby – Paul – Walter
14:30–16:30 Uhr, Cafeteria

Donnerstag, 21.08.2026
Märlitante erzählt
spannende Geschichten
14:30 Uhr, MZR

Samstag, 22.08.2026
Alphorngruppe Rigi-Mythen
15:15–15:45 Uhr,
Cafeteria/Terrasse

Mittwoch, 26.08.2026
Geburtstagsessen
mit Bewohner/innen
11:30–13:30 Uhr, Bisa-Stübli

Mittwoch, 26.08.2026
Duett mit Handorgelbegleitung
14:30–16:00 Uhr, Cafeteria

Freitag, 28.08.2026
Besuch Kita Zauberbrunnen
14:00–16:00 Uhr, MZR

Dienstag, 01.09.2026
Fyrabig-Rundi
18:00 Uhr, Cafeteria

Donnerstag, 03.09.2026
Tiere im AZH
Gemäss Aushang, Etagen

Freitag, 04.09.2026
Zusammenkunft
Bewohner/innen und Kader
14:30–15:30 Uhr, MZR

Mittwoch, 02.09.2026
Trio Lüthold
14:30–16:00 Uhr, Cafeteria

Mittwoch, 09.09.
Jubiläumsausflug 50 Jahre AZH
mit Murer's Werni
10:00–14:30 Uhr, extern

Donnerstag, 10.09.2026
Sagennachmittag
mit Guido Schuler
14:30–15:30 Uhr, Speisesaal

Mittwoch, 16.09.2026
Unterhaltung mit
Zithergruppe Schwyzerholz
14:30–16:00 Uhr, Cafeteria
Mittwoch, 23.09.2026

Seniorenchor Innerschwyz
14:30 Uhr, Cafeteria

Donnerstag, 24.09.2026
Märlitante erzählt
spannende Geschichten
14:30 Uhr, MZR

Freitag, 26.09.2026
Besuch Kita Zauberbrunnen
14:00–16:00 Uhr, MZR

Mittwoch, 30.09.2026
Geburtstagsessen
mit Bewohner/innen
11:30–13:30 Uhr, Bisa-Stübli

Öffentliche Gottesdienste

Jeden Mittwoch und
Samstag, 10:00 Uhr
Beten des Rosenkranzes

Jeden Donnerstag
16:30 Uhr
Röm.-kath. Gottesdienst

Jeden Samstag, 16:00 Uhr
Röm.-kath. Gottesdienst

Jeden 2. Donnerstag
im Monat, 10:00 Uhr
Reformierter Gottesdienst

Regelmässige Angebote

Wochenprogramm Aktivierung Juli – September 2026

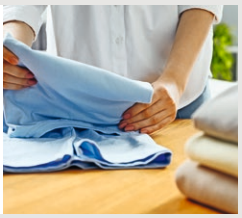
Spiel- und Jassnachmittag
Montag,
14:00–16:00 Uhr
Mehrzweckraum



Gedächtnistraining
Donnerstag,
gemäss Infobildschirm
Mehrzweckraum



Wäsche falten
Dienstag, 9:00 Uhr
Bisa-Stübli



Snoezelen
Donnerstag, 13:30–16:00 Uhr
Abteilung/Zimmer
individuell, Snoezelenzimmer



Kreativ-Atelier
Dienstag,
8:30–11:30 Uhr/
Mehrzweckraum



Nachmittagsangebot
Donnerstag
14:00–16:00 Uhr
gem. Aushang
Cafeteria/Infobildschirm



Handarbeiten
Dienstag, 14:00–16:00 Uhr
Mehrzweckraum



Bewegung
Freitag,
10:00–11:00 Uhr
Mehrzweckraum



Obstverkauf
Mittwoch,
10:00–11:30 Uhr
Cafeteria



Die Angebote der Aktivierung finden im Mehrzweckraum statt und werden von Jacqueline Lüönd und Manuela Imhof organisiert und betreut.

Über die Veranstaltungen und die Angebote der Aktivierung wird ebenfalls via Infobildschirm im Eingangsbereich des Alterszentrums informiert. Auch allfällige Änderungen im Programm werden dort bekannt gegeben.

Spannende Lebensgeschichte in zwei Teilen: Teil 2

Interview mit Ingrid Engeli



Geboren:
11. August 1938,
87 Jahre alt

Seit Januar 2025 im Alterszentrum Heideweg

Interview von Vera Gomes da Costa

Fortsetzung, 2. Teil der Ausgabe Mai 2026

So sind Sie also mit 20 Jahren in die Schweiz gekommen. Wie ging es da weiter?
Im Gesellenhaus Wolfbach in Zürich arbeitete ich am Buffet. Dort hörte ich einen jungen Mann sagen «Läck, die Katz! Wenn ich die fragen würde, ob sie mit mir ins Kino ginge, hätten sie schon vorher sicher zehn andere gefragt.» Er hat sich aber doch noch getraut und kam am selben Abend zurück, um mich ins Kino einzuladen. Ich antwortete ihm, dass mich schon zehn andere gefragt hätten! Wir lachten und gingen ins Kino.

Von da an sahen wir uns jeden Abend. Am dritten Abend feierten wir meinen 21. Geburtstag. Ein paar Tage später verlobten wir uns. Wir hatten uns einfach gefunden. In Zürich wollte ich ihn eines Abends abholen, damit wir uns den Trompeter anhören konnten, der abends immer im grossen Saal übte. Alle hörten ihn immer Louis Armstrong spielen. Aber welche Überraschung: Der Trompetenspieler war Eugen selbst.

Nun wollte mich Eugen seiner Familie in Brunnen vorstellen. Mit Herzklopfen standen wir vor ihnen. Sie begrüssten uns freundlich, jedoch zurückhaltend. Natürlich verstand ich sofort, was Eugen damit meinte, dass seine Eltern katholisch-konservativ seien. Ich hingegen war superblond, geschminkt, trug nie lange Röcke, hatte rote Fingernägel und hohe Absätze. Ausserdem war ich reformiert und deutsch. In dem Moment dachte ich mir: «Das kann nicht gut gehen.»

Unsere Verbindung stand leider unter keinem guten Stern. Verständlicherweise war ich hier nicht erwünscht. Es ging eine Zeit lang hin und her, bis die Negativität überhandnahm. Schweren Herzens gab ich Geni den Ring zurück. Er war schockiert.

Wie ging es danach weiter?
Mit meiner guten Freundin Karin, auch aus der letzten Balletttruppe, reiste ich nach Deutschland, Wilhelmshaven an der Nordsee, zur damals besten Ballettmeisterin Inge Stoffers. Wir hofften, mit ihrer Hilfe wieder so trainiert zu sein, dass wir an einem Opernhaus eine Anstellung bekommen könnten.

Wir arbeiteten hart, aber die lange Zeit ohne tägliches Training war nicht mehr aufzuholen. Nach diesem Rückschlag sind Karin und ich nach Krefeld gefahren, um Arbeit zu suchen. Optimistisch, wie wir waren, beschlossen wir, mit unserem letzten Geld auf einen Drink in eine Beiz zu gehen und unsere Sorgen erstmal zu vergessen. Ein paar Minuten später stolperte ein um die 50-jähriges Paar herein, er sturzbetrunken und seine Frau hinterher. Die beiden setzten sich zu uns an die Bar und wir kamen miteinander ins Gespräch. Das Ehepaar besass einen grossen Gastbetrieb mit Ausflugsrestaurant, Kaffeestube, Gartenwirtschaft samt Kinderspielplatz und einer Kegelbahn. Die beiden suchten eine Serviceangestellte. Welch glückliche Fügung! Am nächsten Tag hatte ich bereits den Anstellungsvertrag als Serviertochter. Karin bekam einen Tag später eine Stelle an der Kasse im Theater von Krefeld. Wir hatten viele Gäste und viele Vereine, die regelmässig bei uns vorbeikamen, und ich war sehr zufrieden dort. Voller Freude berichtete ich die guten Neuigkeiten meinen Eltern. Im Service hatte ich keine Erfahrung, doch die Arbeit am Buffet und vieles, was ich den Serviertöchtern im Gesellenhaus Wolfbach in Zürich abgeschaut hatte, halfen mir dabei, mich schnell sicher zu fühlen. Ich liebte meine Arbeit. Die Wirtsleute sprachen von mir bald nur noch von «Unserer Inge». Die Inge war plötzlich nicht mehr nur für den Service, sondern für viele andere arbeiten im Betrieb zuständig.

Haben Sie wieder von Eugen gehört oder war das kurze Liebesglück vorbei?
Eugen hatte von meiner Mutter meine Adresse erhalten. Nun kamen viele Briefe aus der Schweiz. Ich stapelte sie alle ungelesen. Eines Tages kam ein Verwandter der Chefin bei uns vorbei und er wunderte sich über den Haufen Briefe. Er fragte mich, ob er sie aufmachen dürfe, und ich sagte ihm, dass es mir einerlei sei. Er las alles durch und meinte darauf hin: «Inge, wenn du diesen Mann nicht heiratest, müssen wir dich steinigen!»

An Weihnachten rief die ganze Familie an und bat mich, wieder zurückzukommen. Eugen rief an Heiligabend immer wieder an, bis ich endlich Ja sagte. Zwei Monate später reiste ich nach Brunnen.

Eine Eheschliessung gestaltete sich damals noch schwierig, wenn das Paar nicht die gleiche Konfession hatte. Ging es bei Ihnen problemlos?

In Brunnen hätten wir nicht heiraten können. Auf Rat des damaligen Pfarrers fuhren wir zur kirchlichen Trauung ins Tessin. Dort wurden wir hoch über Locarno, in Madonna del Sasso, am 10. Mai 1961 kirchlich getraut. Es war üblich, dass die Braut vom Vater in die Kirche geführt und mit ein paar netten Worten dem Bräutigam übergeben wurde. Der Bräutigam übernahm sie dann mit freundlichen Dankesworten. Geni aber fasste mich nur an der Hand und sagte: «Scho guet, jetzt chum!» Anwesend waren unsere beiden Eltern und eine Schwester von Eugen.

Unsere Hochzeitsreise nach Italien begann gleich im Tessin. Meine Eltern begleiteten uns, da sie nie eine Hochzeitsreise hatten und uns die Reise schenkten. In Mailand verpassten wir unseren Anschlusszug, deshalb suchten wir uns erstmal ein Restaurant in der Nähe des Bahnhofs. Mein Vater ass das erste Mal Spaghetti, was für alle ein Spektakel war. Um 23:00 Uhr ging es doch noch weiter mit einem Nachtzug. In Bologna war ein Fussballspiel zu Ende und die Fans waren auf der Heimreise. Einer von ihnen entdeckte meinen Brautstrauss, da war es geschehen. Wein, Bier, Salami, Käse und Brot wurden aus den Rucksäcken ausgepackt und jeder wollte mit uns anstossen. Jemand holte eine Gitarre hervor und wir hörten viele schöne italienische Lieder. Somit hatten wir doch noch ein Hochzeitsfest, ganz unkompliziert. Mein Mann meinte zwar, er hätte sich unsere Hochzeitsnacht etwas anders vorgestellt, erinnerte sich aber später doch gern daran. Am Morgen früh kamen wir am Meer in Rimini an und wir gingen direkt auf Muschelsuche an den Strand, da ich viel zu aufgeregt war, um ins Bett zu gehen. Der Anblick der Palmen, des tiefblauen Himmels und des Meeres liess uns staunen. Wir übernachteten in einer schönen, alten Villa mit weissen, glänzenden Marmorböden. Immer wenn ich den Gang entlangging und niemand anwesend war, drehte ich meine Pirouetten. Wir verbrachten eine wunderschöne Zeit in Italien.

Nach einer Woche ging es wieder zurück Richtung Schweiz. Während der Zugfahrt wurde mir plötzlich schlecht. Mein Vater meinte, ich solle nicht rückwärtsfahren und mit ihm den Platz tauschen. Als die Übelkeit noch immer nicht vorüberging, sagte er: «Ab jetzt musst du aufpassen Mädchen, du bist schwanger.» Er sollte recht behalten, ich war bereits schwanger. Es war Samstagabend, als wir müde, aber glücklich in Brunnen ankamen. Da hörten wir plötzlich Blasmusik vor dem Haus. Die Brunner Feldmusik brachte uns ein Ständchen. Die ganze Müdigkeit war verflogen. Es gab im Restaurant Frohe Aussicht bei der Familie Bösch ein Fest bis in die frühen Morgenstunden.

Wir wohnten im Haus meiner Schwiegereltern, bis wir in Steinen eine eigene Wohnung fanden. Geni arbeitete bei der Firma Landys + Gyr. Zur gleichen Zeit lernte ich kochen, backen, nähen und flicken von ein paar netten Frauen des Steiner Frauenvereins. Nun kam auch unser erstes Töchterchen Beatrice zur Welt. Jetzt waren wir eine kleine Familie. Mein Mann bekam eine neue Stelle bei der Firma Dätwyler in Altdorf, deshalb sind wir nach Flüelen umgezogen, damit er am Mittag nach Hause zum Essen kommen konnte. Ich wurde wieder schwanger. Hier kam 1966 unser zweites Töchterchen, Franziska, zur Welt. Unser kleiner Schatz machte uns grosse Sorgen. Die Kleine konnte nicht richtig essen. Der Kinderarzt riet uns, nach Brunnen zu ziehen, da ihr das zugige Klima nicht gut bekomme.

Wir zogen wieder zurück nach Brunnen. In Brunnen erblickte Isabelle, unser drittes Töchterchen, das Licht der Welt. Leider war das Glück nicht von langer Dauer, denn Beatrice, unser ältestes Mädchen, erkrankte an einer Lebensgefährlichen Infektion. Wir mussten sie nach Luzern ins Kinderspital bringen. Die ersten Tage waren Geni oder ich rund um die Uhr bei ihr. Nach sechs Wochen Bangen ging das Fieber endlich zurück und überglücklich konnten wir Beatrice kurz vor Weihnachten nach Hause holen. Nun war die Familie wieder vereint. Doch Franziska hatte weiterhin Probleme mit dem Essen. Sie war spindeldürr, aber immer fröhlich.

Anfang Januar fing Isabelle – sie war jetzt acht Monate alt – mit einem Ärmchen an zu zucken. Der Arzt schickte uns sofort mit ihr nach Luzern ins Kinderspital. Und wieder waren Geni oder ich in den ersten Tagen rund um die Uhr bei Isabelle am Bett. Meine Mutter kam von Deutschland. Sie und die Schwiegermutter kümmerten sich daheim um alles.

Die Behandlungen halfen Isabelle nicht, es wurde immer schlimmer. Nach sechs Monaten durften wir sie nach Hause holen. Sie war vollkommen gelähmt. Für uns war klar, dass wir nicht mehr in dieser Wohnung im 3. Stock bleiben konnten. Also suchten wir Bauland und entwarfen ein einfaches, aber rollstuhlgängiges Haus. Geni als technischer Zeichner hatte die Pläne rasch erstellt, der Boden war gekauft – da ging unser kleiner Engel von uns. Es war eine traurige, schwierige Zeit für uns alle, besonders für unsere beiden Mädchen. Sie brauchten jetzt sehr viel

Zuwendung. Es fällt mir noch immer schwer, darüber zu sprechen.

Wie ging das Leben in Brunnen weiter nach diesem schweren Schicksalsschlag?
Wir starteten mit dem Hausbau in der Rosengartenstrasse. Da wir kein Geld für eine Anzahlung hatten, mussten wir diese Summe mit Eigenleistungen erbringen und ausweisen. Also machten wir den gesamten Innenausbau und alle Umgebungsarbeiten selber. Genau drei Monate nach dem ersten Spatenstich zogen wir ein, obwohl der Innenausbau noch lange nicht fertig war. Als die Hypothekarzinsen in kurzer Zeit zweimal erhöht wurden, konnte Geni die hohen Kosten nicht mehr allein bewältigen. Eine junge Frau zog bei uns ein, die abends unsere beiden Mädchen betreute. So konnte ich im «Bellevue»-Kursaal und später im «Waldstätterhof» als Barmaid etwas dazuverdienen.

Abends war Geni oft unterwegs, da er in verschiedenen Musikvereinen ausser Trompete auch Horn, Saxofon und Querflöte spielte. Auch ich nahm aktiv am Brunner Gemeindeleben teil, war Mitglied im Samariterverein, im Frauenturnverein und in der Katzenmusik. Zudem entdeckte ich mein Talent und meine Begeisterung fürs Porzellanmalen. Trotz all unserer Aktivitäten waren wir eine glückliche, fröhliche Familie und genossen das Zusammenleben mit unseren Mädchen. Die Kinder fühlten sich in dem Haus sehr wohl. Beatrice bekam zum Geburtstag eine Katze namens Micha. Die ersten Campingferien verbrachten wir mit einem geliehenen Zelt am Gardasee. Dies wiederholten wir jedes Jahr, aber natürlich erst nach den Blauringferien der Kinder.

Als die Mädchen selbstständiger waren, hatte ich endlich Zeit, meinen Wunschberuf zu erlernen. Während vier Jahren studierte ich im In- und Ausland Medizinische Massage, Lymphdrainage- und Fussreflexzonen-Therapie. 1981 machte ich meinen Abschluss und richtete in unserem Haus eine eigene Praxis ein. Im Melchtal, in einem vom Militär organisierten Ferienlager für beeinträchtigte Menschen, arbeitete ich einige Sommer lang freiwillig jeweils für sechs Wochen als Therapeutin.

So verstrichen die Jahre dahin. Die Kinder wurden grösser und es ging uns gut.

Wann wurden Sie pensioniert und wie verbrachten Sie diese Jahre?
1988 verkauften wir unser Haus und kauften uns eine Wohnung in Wylen. Von hier aus bereisten wir während unserer Ferien die halbe Welt. Geni wurde 2000 pensioniert und ich gab die Bewilligung zur selbstständigen Praxisführung an den Kanton zurück. Inzwischen waren wir bereits Grosseltern geworden. In Andalusien, Spanien, mieteten wir eine schöne Wohnung direkt am Meer. Sie wurde zu unserer zweiten Heimat.

Wir kehrten jeweils nur für zwei Monate im Jahr nach Brunnen zurück, um unsere Töchter, Schwiegersöhne und Enkelkinder in die Arme zu nehmen. Das waren wunderschöne Zeiten und unsere besten Jahre.

Leider wurde mein Mann dement. Er war sehr krank und das Leben in Spanien war nicht mehr möglich für uns. Wir gaben die Wohnung in Spanien auf. Er war aggressiv und verstand die Welt nicht mehr.

Kurz nach der Rückkehr erlitt ich einen Sturz bei uns zu Hause im Erdgeschoss. Ich brach mir die Schulter und den Oberarm. Meine Tochter Franziska und ihr Mann Roland mussten sich während dieser Zeit um meinen Mann kümmern. Am 1. August gingen sie mit ihm in ein Restaurant und schauten sich gemeinsam am See das Feuerwerk an. Am nächsten Tag fragte ich ihn nach seinem Tag, aber er konnte sich nicht mehr daran erinnern, dass er mit unserer Tochter und seinem Schwiegersohn unterwegs gewesen war. Da merkten wir, dass es nicht mehr so weitergehen konnte. Während ich in der Reha war, eskalierte die Situation weiter zu Hause mit meinen Töchtern. Wir mussten ihn in die Klinik einweisen lassen. Nach diesem Aufenthalt kam er 2017 ins Alterszentrum Heideweg. Doch auch die beste Fürsorge und Pflege kann Demenz nicht aufhalten. Mein Mann starb am 1. Januar 2019 hier im Haus. Hier bekam er eine gute Fürsorge und ich war fast jeden Tag bei ihm. Deshalb wusste ich schon früh, dass auch ich mal in den Heideweg gehen möchte, wenn es nötig wird.

Im Jahr 2025 war es so weit, da ich einen Zusammenbruch erlitt. Ich musste ebenfalls ins Spital und dort wurde mir gesagt, dass ich nicht mehr allein zu Hause leben kann. Es gab nicht sofort einen freien Platz im Alterszentrum, aber im Januar durfte ich eintreten.

Wie geht es Ihnen heute hier im Alterszentrum?
Am Anfang fragte ich mich schon, ob es die richtige Entscheidung war, ins Altersheim zu gehen. Der Gedanke, der sich dann breitmachte, war folgender: Jammere nicht, du hast dich entschieden. Wenn du weiter jammerst, wird es dir schlecht gehen. Willst du dir selbst wehtun? Ich hatte ein Leben lang Übung, aus schwierigen Situationen das Beste zu machen. Warum nicht auch jetzt? Plötzlich war mein Frohsinn wieder da.

Heute kann ich aus vollem Herzen sagen, dass ich in meinem jetzigen Zuhause glücklich bin. Alle Lebenslast ist von mir abgefallen. Wohlbehütet und in Freiheit kann ich meinen «Abendweg» mit vielen, Liebenswerten Menschen zusammen gehen, denn es wird hier gut für mich gesorgt.

Besonders gefällt mir, dass an vielen Nachmittagen Musikauftritte stattfinden. Auch das monatliche Geburtstagsessen finde ich sehr schön. Das Aktivierungsangebot ist auch sehr umfangreich und macht mir Spass. Die verschiedenen Feiern, Ausflüge und die stetig wechselnde Dekoration im Haus, sei es zur Fasnacht, Ostern, im Sommer und Herbst oder natürlich zur Weihnachtszeit und zu Silvester. Ein ganz besonderer Ort ist die Kapelle. Dort kann ich Gott danken, dass ich an so einem wunderschönen, gesegnetem Ort meinen letzten Lebensabschnitt verbringen darf.

Natürlich hat auch mein Leben noch viele andere Facetten, aber darüber zu schreiben, würde den Rahmen dieses Interviews sprengen. ■

Hasen-Rott Lauerz

Livia Schelbert — Am Ostersonntag besuchte die Hasen-Rott Lauerz das Alterszentrum Heideweg und gestaltete einen unterhaltsamen Programmpunkt für die Bewohnerinnen und Bewohner. In ihren aufwendig gestalteten Hasenkostümen präsentierten sie mehrere einstudierte Tänze zu bekannten Musikstücken. Die Gruppe zeigte dabei viel Einsatz und Freude, was bei den Bewohnerinnen und Bewohnern sowie bei den Gästen auf grosse Aufmerksamkeit und Anerkennung stiess.

Mit ihrem Besuch trug die Hasen-Rott Lauerz zu einem gelungenen Ostersonntag im Alterszentrum bei. Solche Darbietungen sind eine geschätzte Bereicherung im Alltag und bleiben den Bewohnerinnen und Bewohnern in schöner Erinnerung. ■









Besuch im Forum Schweizer Geschichte

Jacqueline Lüönd — An zwei Nachmittagen besuchten wir mit verschiedenen Bewohnenden, die sich für das Brauchtum begeistern, die Ausstellung der Volksmusik im Forum Schweizer Geschichte in Schwyz.

Schon die Anfahrt nach Schwyz war ein Erlebnis, vorbei an zahlreichen Baustellen.

In Schwyz weckten insbesondere die Baustellen für den neuen Busbahnhof und beim Hofmattplatz das Interesse und luden zu Diskussionen ein.

Wir parkierten an der Bahnhofstrasse unterhalb des Regierungsgebäudes und machten uns zu Fuss an der Baustelle vorbei auf den Weg zur Tiefgarage Hofmatt. Von dort gelangten wir mit dem Lift zum Forum.

Die Ausstellung war sehr interessant und wir wurden von einer Mitarbeiterin des Forums professionell begleitet. Wir durften auch einige Instrumente ausprobieren.

Dass ich beim Alphorn keinen einzigen Ton herausbrachte, liege vielleicht daran, dass ich nicht das richtige Mundstück zu Verfügung hatte, erklärte mir ein Bewohner. Aber ich glaube eher, es lag an der mangelnden Erfahrung. Bei der Handorgel klappte es schon etwas besser – und klang auch besser.

Die meisten freuten sich nur schon darüber, dass ich es wenigstens probiert hatte. Auch einige Bewohnende versuchten sich im Spielen der Instrumente oder im «Chlefele».

Viele unserer Bewohnenden konnten sich an die Personen auf den alten Fotos erinnern oder hatten sie sogar persönlich gekannt.

Alle waren sich einig, dass sich der Besuch der Ausstellung sehr gelohnt hat.

Sie meinten, man sollte doch öfter eine Ausstellung besuchen, auch wenn das früher nicht so üblich war.



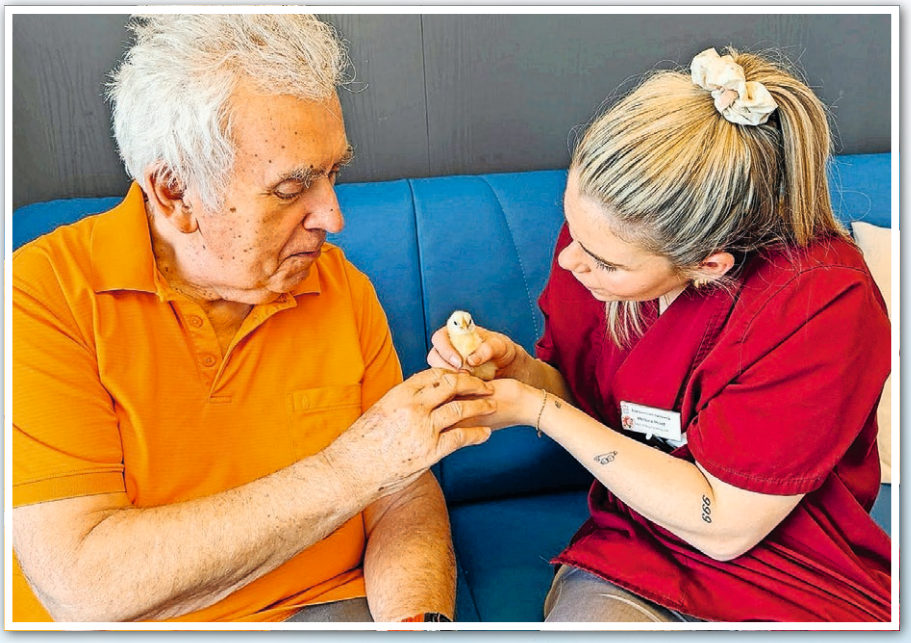

Loris Imlig
Schwyzerörgeli
accordéon schwytzois
fisermonica di Svitto
melodeon







Rückblick Frühling 2026























Bewohner-Ausflug vom 2. Juni 2026







Jacqueline Lüönd — Bei idealem Reisewetter, trocken und nicht zu heiss, führte uns der diesjährige ganztägige Bewohner-Ausflug mit dem Car nach Gränichen in den Kanton Aargau.

Mit der professionellen Hilfe des Chauffeurs und der Helfer konnten die Bewohnenden gemütlich im grossen Car von Schuler Reisen Platz nehmen. Um 10:15 Uhr ging die Fahrt los.

Zuerst ging es auf der Autobahn Richtung Luzern und dann zum Rütihof, der etwas ausserhalb von Gränichen liegt. Der Chauffeur informierte uns während der Fahrt immer wieder über die Gegend und erzählte auch Geschichten dazu.



Beim Rütihof angekommen, wurde uns vom Team des Restaurants ein sehr feines Mittagessen serviert. Es gab Hackbraten nach Hausart mit «Gummelistungis» und Gemüse dazu.

Nach dem Hauptgang ging es für die erste Gruppe mit 2 PS auf der Kutsche weiter. Die anderen Bewohnenden durften zuerst ein feines Dessert geniessen. Das bekam die erste Gruppe erst nach ihrer Kutschenfahrt, während die zweite Gruppe unterwegs war.

Es standen jeweils zwei Pferdekutschen, die wie Planwagen aussahen, zur Verfügung.

Eine Kutsche war eigens für Personen im Rollstuhl eingerichtet mit einer Rampe zum Auffahren. So konnten alle unsere Bewohnenden mitkommen.

Als jeder seinen Platz gefunden hatte, ging es los durch den Hof, dann an Häusern und Gärten vorbei in ein Waldstück, wo es einen Wendepunkt gab und die Pferde den gleichen Weg wieder zurück trabten. Bei einem kleinen Aufstieg holten sie Anlauf und zogen den Wagen fast im Galopp hinauf.

Die Fahrt mit Ross und Wagen hat uns allen sehr gefallen. Es hat uns



beeindruckt, dass die Pferde sich so ruhig und sicher verhielten, obwohl einige Bewohnende mit Rollator um sie herumliefen.

Ein Wetterumschwung zeichnete sich ab, sodass wir zügig wieder in dem Car einstiegen. Es blieb aber trocken.

Auf der Fahrt zurück über das Seetal erzählte uns der Chauffeur wieder, wo es langging, und wir fuhren über den ersten und ältesten Kreisel in Hochdorf.

Teilweise konnten wir auch Hagelkörner und viel Wasser am Strassenrand sehen, da war vor uns bereits ein Gewitter durchgezogen.



So ganz trocken kamen wir dann doch nicht davon. Als wir vor dem Alterszentrum vorfuhren, mussten wir im Regen aussteigen.

Dank dem eingespielten Team aller Helferinnen und dem Chauffeur wurde aber niemand nass. Es war wieder einmal ein sehr schöner, interessanter Ausflug mit einem sehr guten Fahrer, der uns sicher durch den Tag chauffierte und uns alle wohlauf wieder nach Hause brachte. ■

Röstfrischer Kaffeegenuss im Alterszentrum



Ein neuer Duft liegt in der Luft des Alterszentrums – und er kommt aus der Kaffeerösterei Hosennen. Seit Anfang Mai dieses Jahres beliefert die Rösterei das Alterszentrum mit röstfrischem Kaffee. Denn Kaffee ist für viele Menschen weit mehr als ein einfaches Getränk. Er steht für Gemeinschaft, Gewohnheit und kleine Freuden – und genau das soll er auch im Alterszentrum sein.

Die Spezialitätenrösterei wurde 2009 in Gersau gegründet. Während 15 Jahren rösteten Renata und Patrik Hosennen dort mit viel Leidenschaft und Handarbeit ihren Kaffee. Seit Januar 2026 befindet sich die Rösterei an einem neuen Standort in Immensee, im Gebäude der ehemaligen Calendaria. Dort werden hochwertige Kaffees aus verschiedenen Ursprungsländern in kleinen Mengen und mit grosser Sorgfalt geröstet – so kann jede Bohne ihren eigenen Charakter entfalten und der Kaffee seinen vollen Geschmack entwickeln.

Hinter der Rösterei stehen Patrik und Renata Pagliuca Hosennen. Patrik ist Röstmeister aus Leidenschaft und reist seit vielen Jahren in Kaffee-Ursprungsländer wie Äthiopien oder Kolumbien. Der persönliche Kontakt zu kleinen Kaffeebauernfamilien sowie ein fairer und nachhaltiger Handel liegen dem Paar dabei besonders am Herzen. Renata empfängt Besucherinnen und Besucher in der Degustations-Bar der Rösterei und teilt ihre Begeisterung für Kaffee mit viel Charme und Offenheit.

Wer derzeit eine Tasse Kaffee im Alterszentrum geniesst, hält einen Hosennen-Kaffee in den Händen, beim Frühstück, beim Nachmittagskaffee mit einem Stück Kuchen oder bei einem gemütlichen Gespräch in guter Gesellschaft.

Besonders bedanken möchten sich Renata und Patrik Hosennen bei Claudia Pfyl, Lynn Erpen und allen Beteiligten des Alterszentrums für die herzliche Zusammenarbeit und das entgegengebrachte Vertrauen. Denn guter Kaffee soll vor allem eines: Freude machen, Erinnerungen wecken und Menschen zusammenbringen. ■

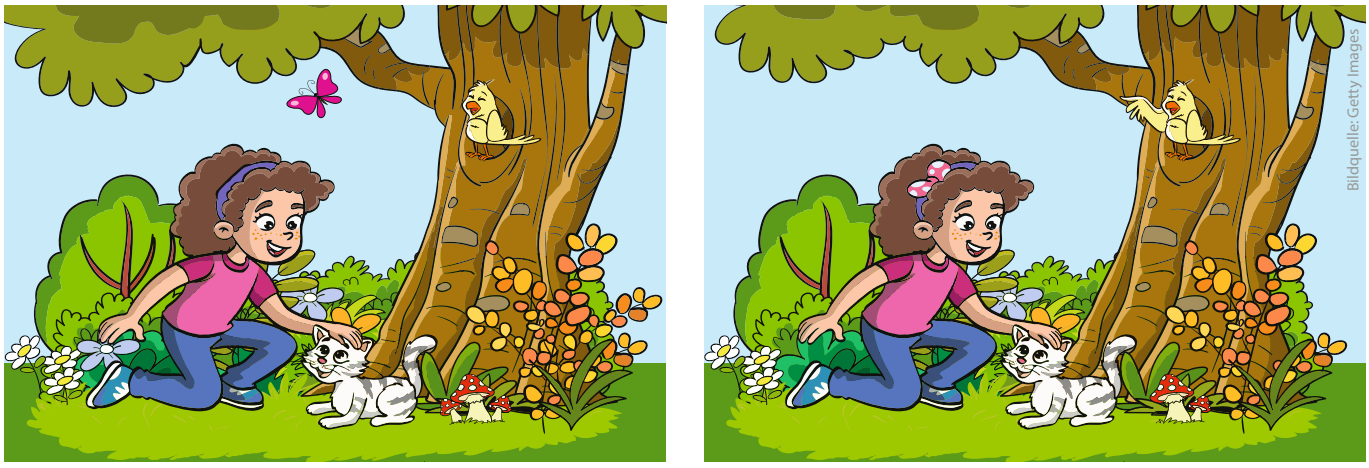


nicht am Ort		alkohol. Getränk	US-Bundesstaat			bäuerl. Anwesen		Kohlenwasserstoff	Wertpapierbesitzer	Geschäftsführer	karge Landschaftsform
Autokz. Kanton Uri	►		Reisegepäckstück	►							
Thema, Gegenstand	►					span. Eroberer		olivgrüner Papagei	►		
Abk.: Seemeile	►		Bienenkönigin		Pfarrer	►					
Birkengewächs Mz.		Frage nach dem Ziel	►					hohe Temperatur		Rumpf einer Statue	
►					Gewand im MA		Zuruf an Zugtiere: rechts!	►			
konkret, fest umrissen		ital.: sechs		Spielbank	►						hohe Spielkarte
►							Gewicht der Verpackung	►			
US-Schauspieler † (Bruce)	►			Ablauf	►						
Stadt im Baskenland	►						griech. Gott der Liebe	►			

raetsel.ch

Fehlersuchbild

Das rechte Bild unterscheidet sich vom linken durch acht sachliche Veränderungen. Wer findet sie?



Bildquelle: Getty Images

Auflösungen Seite 24

Spannende Wörtersuche

In diesem Rätsel haben wir die aufgeführten Begriffe eingebaut. Sie können waagrecht, senkrecht, von unten nach oben, diagonal und zudem auch rückwärts zu lesen sein. Die übrig gebliebenen Buchstaben ergeben das Lösungswort.

F	W	U	I	A	L	P	E	N	B	Q	K	H
M	O	H	D	D	L	V	R	G	E	A	J	B
W	S	J	F	W	J	I	B	E	A	U	U	K
R	N	C	S	W	T	S	E	W	G	S	V	M
G	B	A	H	M	I	K	R	I	P	E	C	W
I	S	L	W	N	L	E	G	T	R	P	N	O
T	H	P	P	A	E	H	S	T	W	M	B	L
Q	O	H	N	V	L	E	E	E	P	J	I	K
O	B	U	W	A	N	D	E	R	U	N	G	E
K	O	E	Y	U	V	F	X	A	O	I	W	N
D	N	T	S	O	L	I	C	H	T	U	N	G
U	S	T	C	K	H	H	A	B	D	J	Q	F
O	A	E	I	R	U	V	M	W	H	W	I	R

ALPEN
ALPHUETTE
BAUM
BERGSEE
GEWITTER
LICHTUNG
REGEN
SCHNEE
WALD
WANDERUNG
WIESE
WOLKEN

Sudoku

Das Diagramm ist mit den Ziffern 1 bis 9 aufzufüllen. Dabei darf jede Ziffer in jeder Zeile und jeder Spalte sowie in jedem 3x3-Feld nur ein Mal vorkommen.

						3		
6			5	2	3			
	3			6	7			5
8	2	3				6		
	6	5		4		8	1	
		4				7	2	3
5			7	3			8	
			9	8	5			6
		8						

Witze

Was ist der Unterschied zwischen einem schlechten Schauspieler und Klopapier? Das Klopapier hat eine Rolle.

Was ist der schlechteste Tag für ein U-Boot? Der Tag der offenen Tür.

Wie nennt man jemanden, der sein Geld zum Fenster rausschmeisst? Scheinwerfer!

Lola und Sina reden übers Einschlafen. Da fragt Lola ihre Freundin: «Hast du keine Einschlafprobleme?» Da antwortet Sina: «Nee, ich zähle bis drei, dann bin ich schon eingeschlafen.» Lola ist erstaunt: «Oh, wie toll.» Daraufhin sagt Sina: «Na ja, es gibt auch Nächte, da zähle ich bis halb vier.»

«Wer bin ich?»

Markus Kugler,
Teamleiter Nachtwache und inoffizieller Allrounder



Geboren am 6. Dezember 1993, aufgewachsen im Allgäu und wohne mittlerweile in Baden im Aargau.

Meine Vorliebe für die soziale Arbeit habe ich mit knappen 18 Jahren entdeckt. Damals habe ich ein freiwilliges soziales Jahr im Rettungsdienst absolviert. Dies gefolgt von einer Ausbildung in der Pflege in Wangen im Allgäu, mit Abschluss der Ausbildung 2017, dann der Wechsel in die Schweiz. Gestartet bin ich in der Rehaklinik Bellikon, wo ich fünf Jahre auf der Neurologischen Frührehabilitation gearbeitet habe. Anschliessend habe ich knappe zwei Jahre in der mobilen Pflege in der Spitex24 (Zürich) verbracht. Seit August 2022 arbeite ich im Alterszentrum Heideweg. Angefangen habe ich damals als Teamleiter ad interim auf dem ersten Stock. Inzwischen bin ich als Teamleiter der Nachtwache tätig.

An dieser Stelle möchte ich einen herzlichen Gruss an mein Team richten: Es ist wirklich schön, mit euch zusammenzuarbeiten. Eine gute Nachtwache lebt nicht nur von Kaffee, sondern vor allem von Menschen, auf die man sich verlassen kann. Genau das schätze ich sehr.

Wer mich kennt, weiss vielleicht: Ich bin gerne mit möglichst unterschiedlichen Aufgaben beschäftigt. Neben meiner eigentlichen Tätigkeit helfe ich gerne dort mit, wo gerade Unterstützung gebraucht wird. Ob Zimmer zügeln, irgendwo mitanpacken, Dienstpläne schreiben, bei Entrümpelungsaktionen helfen oder nun sogar einmalig einen Beitrag für die Hauszeitung verfassen: Ich mag diese Abwechslung. Genau diese Bandbreite macht die Arbeit hier für mich besonders.

Bisher hat es allerdings noch nicht gereicht, mich in der Cafeteria beim Kaffeeausschenken einzusetzen. Aber wer weiss: Vielleicht sieht man mich nach diesem Artikel ja doch irgendwann einmal hinter dem Tresen. Ich übernehme allerdings keine Garantie für perfekt geschäumte Milch.

Auch privat bin ich gerne aktiv. Ich rudere gerne zu Hause, wenn es kalt ist, und im Sommer bin ich mit dem Stand-up-Paddle auf Flüssen unter-

wegs. Eine meiner etwas spezielleren Ideen: Ich dachte mir, es wäre doch schön, von Luzern aus auf der Reuss bis nach Gebenstorf nach Hause zu fahren. Also habe ich mit Kollegen abgemacht, dass wir um 7 Uhr am Morgen in Luzern losfahren. Nach einem Bürotag, den ich um 16 Uhr startete und um 2 Uhr nachts beendet habe, schlief ich noch vier Stunden im AZH und machte mich dann mit dem ÖV auf den Weg nach Luzern. Ob ich das Schläfchen hier offiziell abgeklärt habe, weiss ich nicht mehr, daher wäre es schön, wenn ihr das für euch behaltet. Was ich heute weiss: Für die Strecke nach Gebenstorf, mit drei Personen und einem Hund, braucht man knapp zwölf Stunden, wenn man sich eine einstündige Pause gönnt. Es war eine wunderschöne Tour, aber auch eine, bei der man irgendwann sehr genau merkt, welche Muskeln man eigentlich besitzt. Auch wenn ich dies von meiner Pflegeausbildung bereits bestens wissen sollte. Trotzdem kann ich die Strecke sehr empfehlen – vielleicht aber nicht unbedingt direkt nach einer Nachtschicht.

Da sicher noch die Frage zum Hund kommt, «sie» gehört einem Kollegen, ist ein Neufundländer, heisst Yuma, begleitet uns auf fast jeder Tour auf dem Fluss und ist auf dem Foto zu sehen.

Ein weiteres Thema, das mich interessiert, ist Technik, besonders in Richtung Informatik. Ich tüftle gerne, probiere Dinge aus und helfe auch gerne Kolleginnen, Kollegen oder Mitarbeitenden, wenn irgendwo der Computer, das Handy oder ein anderes Gerät nicht so will, wie es soll. Manchmal reicht ein Neustart, manchmal braucht es etwas mehr Geduld. Und manchmal hilft auch nur noch tief durchatmen und so tun, als hätte man von Anfang an gewusst, was das Problem war.



Zum Ausgleich vom stressigen Alltag fahre ich neu mit meiner Freundin und unserem Camper über das Wochenende weg. Ergänzt durch das eine oder andere Musikfestival habe ich den nötigen Ausgleich zum Arbeitsalltag.



Manche im Alterszentrum durften auch schon meine selbst gekochten «Kässpätzle» probieren – und vielleicht sogar geniessen. Zumindest gab es bisher keine offiziellen Beschwerden. Während ich diesen Text schreibe, fällt mir auf, dass ich das eigentlich wieder einmal anbieten könnte. Kässpätzle eignen sich schliesslich hervorragend, um Menschen zusammenzubringen. Oder zumindest, um sie für eine Weile sehr satt zu machen.

Was ich am Alterszentrum Heideweg besonders schätze, ist die Mischung aus Verantwortung, Teamarbeit, Abwechslung und Menschlichkeit. Kein Tag und keine Nacht ist genau wie die andere. Manchmal ist es ruhig, manchmal kommt alles gleichzeitig. Aber gerade das macht die Arbeit lebendig.

Ich freue mich auf viele weitere Begegnungen, Gespräche, Aufgaben und vielleicht auch auf den einen oder anderen Einsatz ausserhalb meines gewohnten Bereichs. Und falls ihr mich irgendwann mit einer Kaffeekanne in der Cafeteria sehen sollten: Bitte etwas Nachsicht. Ich übe dann vermutlich noch.

Herzliche Grüsse
Markus Kugler

Mein Berufsalltag als Teamleiterin



Ramona Schwegler, seit 1. September 2024 Teamleiterin in der Abteilung Urirotstock. Bild: zVg

Der Alltag in der Pflege ist vielseitig, herausfordernd und oft schwer in Worte zu fassen. Als Teamleiterin trage ich nicht nur Verantwortung für die Bewohnerinnen und Bewohner, sondern auch für mein Team. Kein Tag ist wie der andere, und genau das macht diesen Beruf so besonders. Mein Arbeitstag beginnt meist früh am Morgen. Zuerst verschaffe ich mir einen Überblick: Wie ist die aktuelle Personalsituation? Gibt es krankheitsbedingte Ausfälle? Welche Bewohnenden benötigen heute besondere Aufmerksamkeit? Danach folgt die Übergabe mit dem Nachtdienst, bei der wichtige Informationen weitergegeben werden. Anschliessend beginnt die Pflege am Bett, die individuell auf die Bewohnerinnen und Bewohner ausgerichtet wird. Ein Teil meiner Arbeit als Teamleiterin besteht darin, mein Team zu koordinieren und zu unterstützen. Ich erstelle Dienstpläne, springe bei Engpässen ein und habe ein offenes Ohr für Anliegen oder Probleme. Gerade in stressigen Situationen ist es wichtig, Ruhe zu bewahren und gemeinsam Lösungen zu finden. Neben organisatorischen Aufgaben bin ich auch im direkten Pflegealltag eingebunden. Der Kontakt zu den Bewohnerinnen und Bewohnern ist mir besonders wichtig. Gespräche, kleine Gesten oder einfach Zeit schenken, das gehört genauso zur Pflege wie medizinische Aufgaben. Natürlich gibt es auch herausfordernde Momente. Zeitdruck, emotionale Belastung oder schwierige Situationen gehören dazu. Doch genau hier zeigt sich, wie wichtig ein gutes Team ist. Zusammenhalt, gegenseitige Unterstützung und Vertrauen sind für mich die Grundlage unserer Arbeit. Zusätzlich gehört auch die Zusammenarbeit mit Angehörigen zu meinem Berufsalltag. Viele Familien machen sich Sorgen um ihre Angehörigen oder haben Fragen zum Pflegealltag. Deshalb ist eine offene und ehrliche Kommunikation sehr wichtig. Ich nehme mir Zeit für Gespräche, erkläre Abläufe und versuche, Vertrauen aufzubauen. Oft sind es gerade diese Gespräche, die den Angehörigen Sicherheit geben und zeigen, dass ihre Liebsten gut betreut werden. Auch administrative Aufgaben nehmen einen wichtigen Teil meiner Arbeit ein. Dokumentationen müssen sorgfältig geführt, Pflegeplanungen angepasst und Absprachen mit Ärzten oder anderen Fachpersonen organisiert werden. Dabei ist es wichtig, den Überblick zu behalten und Prioritäten richtig zu setzen. Obwohl diese Aufgaben oft im Hintergrund stattfinden, sind sie entscheidend für eine gute Pflegequalität. Trotz aller Herausforderungen erlebe ich meinen Beruf als sehr erfüllend. Zu sehen, dass sich die Bewohnerinnen und Bewohner bei uns wohlfühlen, gibt mir jeden Tag neue Motivation. Als Teamleiterin kann ich nicht nur pflegen, sondern auch mitgestalten und dazu beitragen, dass sowohl Bewohnerinnen und Bewohner als auch Mitarbeitende sich wohlfühlen.

In der Pflege begegnet man täglich vielen verschiedenen Menschen und Lebensgeschichten. Manche Begegnungen bleiben besonders in Erinnerung und zeigen, wie wichtig Menschlichkeit und Empathie in diesem Beruf sind. Oft sind es kleine Momente, ein Lächeln, ein Dankeschön oder ein schönes Gespräch, die den Alltag bereichern und Kraft geben. Die Rolle als Teamleiterin bedeutet für mich deshalb nicht nur Organisation und Verantwortung, sondern auch eine vertrauensvolle Ansprechperson zu sein. Ich versuche, meinem Team mit Respekt, Verständnis und Offenheit zu begegnen. Denn nur wenn wir als Team gut zusammenarbeiten, können wir den Bewohnerinnen und Bewohnern die Unterstützung und Lebensqualität bieten, die sie verdienen. Auch wenn der Beruf manchmal anstrengend ist, könnte ich mir keine erfüllendere Aufgabe vorstellen. Jeder Tag bringt neue Herausforderungen, aber auch neue Erfahrungen und schöne Momente. Genau diese Mischung macht meinen Berufsalltag spannend und abwechslungsreich. ■

Ein Tag voller Überraschungen, Teamgeist und Entspannung

Gonxhe Sahitaj & Rebekka Steiner — Am Morgen trafen wir uns vor dem Altersheim. Nachdem wir unseren Magen mit einem feinen Gipfeli gefüllt hatten, machten wir uns in verschiedenen Fahrgemeinschaften gemeinsam auf den Weg Richtung Luzern. Die Stimmung war von Anfang an positiv und gespannt, denn niemand wusste genau, was uns an diesem Tag erwarten würde. Die einzige Information, die wir im Voraus erhalten hatten, war, dass wir sportliche Kleidung tragen sollten. Dadurch wurde die Neugier noch grösser. Einige nahmen diese Information besonders genau 😉.

Als wir schliesslich bei der Adventure Arena ankamen, war sofort klar: Dieser Vormittag würde alles andere als gewöhnlich werden. Schon beim Betreten des Gebäudes spürte man die Aufregung in der Gruppe. Bevor es losging, durfte jede Person einen Zettel ziehen. Die Farbe auf dem Zettel entschied, welchem Team man zugeteilt wurde.

Nach der Gruppeneinteilung bereiteten wir uns auf das Spiel vor. Jede Gruppe las zuerst die Spielregeln durch, bevor das Abenteuer begann. Danach gingen wir von Raum zu Raum, ohne vorher zu wissen, welche Aufgabe uns als Nächstes erwarten würde. Genau das machte es besonders spannend. Mal mussten wir tüfteln, mal schnell reagieren und manchmal auch kreative Lösungen finden.

In vielerlei Hinsicht erinnerte uns dieser Vormittag an unsere Ausbildung. Auch dort wissen wir nicht immer, welche Herausforderungen als Nächstes auf uns zukommen oder welchen Weg wir einschlagen werden. Es gibt Momente, die uns fordern, uns aus der Komfortzone holen und zum Nachdenken anregen. Umso wichtiger ist es, Menschen an seiner Seite zu haben, die unterstützen, motivieren und einem auch in anspruchsvollen Situationen den Rücken stärken. Ein positives Umfeld und gegenseitige Wertschätzung sind dabei von grosser Bedeutung.



Während des Spiels wurde uns zudem bewusst, wie wichtig echte Teamarbeit ist. Viele Aufgaben konnten nur gelöst werden, wenn alle ihre Ideen einbrachten und gemeinsam nach Lösungen suchten. Wir mussten miteinander kommunizieren, einander zuhören und Entscheidungen als Gruppe treffen.

Dabei zeigte sich, dass Vertrauen und Zusammenarbeit oft der Schlüssel zum Erfolg sind.

Der Vormittag in der Adventure Arena war abenteuerlich, lustig und gleichzeitig sehr lehrreich. Wir konnten viele neue Eindrücke sammeln und hatten die Möglichkeit, uns auch ausserhalb des gewohnten Alltags besser kennenzulernen. Nach diesem spannenden Erlebnis fuhren wir zurück ins Altersheim, wo wir gemeinsam das Mittagessen genossen und uns über die verschiedenen Aufgaben und Erlebnisse austauschten.

Doch der Tag war noch nicht vorbei. Am Nachmittag wartete bereits die nächste Überraschung auf uns. Nach dem aktiven und aufregenden Vormittag durften wir nun zur Ruhe kommen. Auf dem Programm stand Yoga. Für einige war Yoga bereits bekannt, zum Beispiel aus der Schule, für andere war es eine ganz neue Erfahrung.

Während der Yogastunde konnten wir abschalten und uns ganz auf uns selbst konzentrieren. Durch ruhige Bewegungen, Dehnübungen und bewusstes Atmen kamen wir nach und nach zur Ruhe. Es war angenehm, für einen Moment den Alltag hinter sich zu lassen und neue Energie zu tanken. Besonders schön war, dass jede Person in ihrem eigenen Tempo mitmachen konnte und es nicht darum ging, etwas perfekt zu machen.

Der Ausflug war ein echtes Highlight und bot eine gelungene Mischung aus Spannung, Bewegung, Entspannung und Gemeinschaft. Während wir am Vormittag gemeinsam Herausforderungen meisterten und unsere Teamfähigkeit unter Beweis stellen konnten, nutzten wir den Nachmittag, um abzuschalten und neue Kraft zu schöpfen. Dieser besondere Tag hat nicht nur für viele schöne Momente gesorgt, sondern auch den Zusammenhalt untereinander gestärkt. Es sind genau solche Erlebnisse, die lange in Erinnerung bleiben und den Ausbildungsalltag bereichern.

An dieser Stelle möchten wir uns herzlich bei Sonja Rubi und Jessica Heinzer für die Organisation dieses besonderen Tags bedanken. Es hat sehr viel Spass gemacht und war bis ins kleinste Detail geplant – eine gelungene Überraschung von Anfang bis Ende.

Die Ausbildung ist wie ein Abenteuer: Nicht immer kennt man den Weg, aber gemeinsam findet man die Richtung. ■

Personalausflug 2026: Bauernhof Oberamsig, Sigigen

Vera Gomes da Costa — Schon zum zweiten Mal durften Nadine, Christian, Lilly, Sarah und ich nun den Personalausflug zusammen organisieren. Da haben wir wohl was richtig gemacht im letzten Jahr. Bei dem letzten Ausflug legten wir sehr viel Wert auf Gediegenheit. Da war klar, dass wir in diesem Jahr etwas mehr Action haben wollten. Es soll ja abwechslungsreich bleiben für alle.



Wie immer starteten wir mit dem Car im Heideweg um 7:45 Uhr in Richtung Luzern, Sigigen. Dieses Mal gab es keinen Kaffee-und-Gipfeli-Stopp, da wir etwas Neues planten für das Essen. Als wir um 10:00 Uhr auf dem Bauernhof Oberamsig ankamen, wurden wir direkt mit einem üppigen Brunch-Buffet begrüsst. Ein Novum bei uns, da wir sonst immer ein Mittagessen haben beim Personalausflug. Es roch schon bald nach gebratenem Speck, Rösti und Eiern. Die Familie Seeholzer geizte nicht mit hausgemachten Leckereien vom Hof, wie z.B. Konfi, Birchermüesli, Säfte und verschiedenen Broten. Es war für alle etwas dabei. Nach circa zwei Stunden machten sich einige Mitarbeitende

auf den Weg zu einem kleinen Verdauungsspaziergang. Die Gegend ist sehr schön und man hat eine einmalige Aussicht bis ins Juragebirge. Andere blieben auf dem Bauernhof und genossen das schöne Wetter und die gute Stimmung.

Später ging es weiter mit einer Bauernhof-Olympiade. Sechs Gruppen durften verschiedenste, lustige Spiele absolvieren. Vom Gummistiefelwurf bis zum Armbrustschiessen war alles dabei. Die einen oder anderen haben da sicher noch unbekannte Fähigkeiten bei sich selbst entdeckt und es ging sehr lustig zu und her. Am Nachmittag gab es die Rangverkündigung und die ersten drei Plätze durften sich kleine Preise vom Hofladen aussuchen. Herr Seeholzer hat zwischendurch immer wieder mal etwas über seinen Hof und seine Arbeit erzählt, was sehr interessant war.

Nach der Rangverkündigung wurde das Kaffee- und Dessertbuffet eröffnet. Das Personal brachte eine Leckerei nach dem anderen, natürlich alles wieder selbstgemacht vom Hof-Grosi. Wir liessen uns verwöhnen mit Schokomousse, Erdbeer-Tiramisu, verschiedenen Meringues und Kuchen. Dazu gab es wieder Kaffee und kalte Erfrischungen.

Während des Desserts hat uns Herr Seeholzer noch seinen Preis-Muni für das Kantonale Schwingfest Luzern präsentiert, den er zur Verfügung stellt. Was für ein Prachtstier! Alle staunten, traten aber doch etwas ängstlich zurück, als er mit dem grossen Tier über den Hof spazierte.

Etwa um 15:30 Uhr traten wir schon wieder die Heimreise an. Wir legten noch einen kurzen Stopp beim Fabrikladen HUG ein, wo sich viele noch mit den traditionellen Köstlichkeiten eindeckten. Um Punkt 17:00 Uhr waren wir wieder zurück im Heideweg.

Wir hoffen, dass wir mit unserem Ausflug wieder alle Mitarbeitenden glücklich machen konnten. Mal schauen, was wir für das nächste Jahr planen. Es braucht eigentlich nicht viel mehr als ein gutes Essen, schönes Wetter und Zeit, sich mal ausserhalb des Arbeitsplatzes austauschen zu können. ■















Neueintritte

1. März 2026 – 29. Mai 2026



Albina Hajduk
Pflegehelferin SRK
per 1. März 2026



Selma Topalovic
Pflegemitarbeiterin
per 1. Mai 2026



Okeila Fischer
Praktikantin Pflege
und Betreuung
per 1. April 2026



Andrea Deck
Pflegehelferin SRK
per 1. Mai 2026

Geburtstage

Juli – September 2026

Achermann Otto
26.08.1947 — 79

Aregger-Vogel Bertha
28.09.1938 — 88

Camenzind-Feuz Irene
05.07.1939 — 87

Engeli Ingrid
11.08.1938 — 88

Gisler Lea
20.08.1943 — 83

Grunder Rosa Franziska (Rufname Rosa)
29.08.1948 — 78

Haug Margarita
05.09.1937 — 89

Immoos-Bellmont Marie «Magdalena»
26.08.1931 — 95

Laini Marie
22.08.1943 — 83

Schelbert «Paul» Anton
25.09.1945 — 81

Schuler «Pius» Bernhard
27.08.1935 — 91

Schuler «Walter» Josef
15.07.1928 — 98

Stössel Josef
14.07.1943 — 83

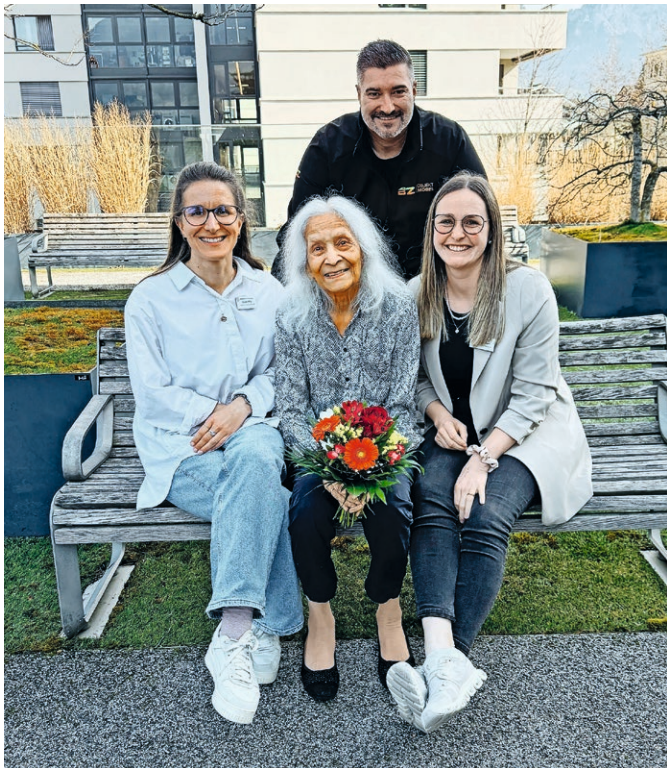
Süess Elisabetha
11.07.1928 — 98



Hohe oder runde Geburtstage



Margrith Mueller
80 Jahre am 13. Mai 1946



Vilma Pfeiffer
90 Jahre am 10. März 1936



Lina Arnold
90 Jahre am 23. März 1936



Hans Fischlin
90 Jahre am 21. Mai 1936

Herzlich willkommen

März – Juni

Emma Horat
9. März 2026

Regina Regli
11. März 2026

Franz Strüby
17. März 2026

Paul Anton Schelbert
23. März 2026

Walter Schuler
24. März 2026

Bruno Camenzind
30. März 2026

Bernadette Klara Unternährer
9. April 2026

Dirk Schuitemaker
1. Mai 2026

Franz Mäsing
1. Mai 2026

Peter Lussi
13. Mai 2026

«Rita» Anna Maria Lüönd
15. Mai 2026

Gertrud Bissig
15. Mai 2026

Margarita Haug
2. Juni 2026



Im stillen Gedenken

März – Mai

Bertha Besmer
2. März 2026

Rosmarie Dittli
3. März 2026

Sieglinde Pfyl
8. März 2026

Enrico Combertaldi
22. März 2026

Dieter Krebs
15. April 2026

Anna Zumbühl
17. April 2026

Agnes Fuchs
20. April 2026

Margrith Marty-Betschart
5. Mai 2026

Rätselauflösungen (Seiten 12–13)

Kreuzworträtsel

■	A	■	■	O	G	■	O	■	■	■	■	
■	U	R	■	R	U	C	K	S	A	C	K	
■	S	U	J	E	T	■	T	■	K	E	A	
■	S	M	■	G	■	P	A	S	T	O	R	
■	E	■	W	O	H	I	N	■	I	■	S	
E	R	L	E	N	■	Z	■	H	O	T	T	
■	H	■	I	■	C	A	S	I	N	O	■	
F	A	S	S	B	A	R	■	T	A	R	A	
■	L	E	E	■	P	R	O	Z	E	S	S	
■	B	I	L	B	A	O	■	E	R	O	S	

Fehlersuchbild



Spannende Wörtersuche

F	W	U	I	A	L	P	E	N	B	Q	K	H
M	O	H	D	D	L	V	R	G	E	A	J	B
W	S	J	F	W	J	I	B	E	A	U	U	K
R	N	C	S	W	T	S	E	W	G	S	V	M
G	B	A	H	M	I	K	R	I	P	E	C	W
I	S	L	W	N	L	E	G	T	R	P	N	O
T	H	P	P	A	E	H	S	T	W	M	B	L
Q	O	H	N	V	L	E	E	E	P	J	I	K
O	B	U	W	A	N	D	E	R	U	N	G	E
K	O	E	Y	U	V	F	X	A	O	I	W	N
D	N	T	S	O	L	I	C	H	T	U	N	G
U	S	T	C	K	H	H	A	B	D	J	Q	F
O	A	E	I	R	U	V	M	W	H	W	I	R

Sudoku

2	5	7	4	9	1	3	6	8
6	8	9	5	2	3	4	7	1
4	3	1	8	6	7	2	9	5
8	2	3	1	7	9	6	5	4
7	6	5	3	4	2	8	1	9
1	9	4	6	5	8	7	2	3
5	1	6	7	3	4	9	8	2
3	7	2	9	8	5	1	4	6
9	4	8	2	1	6	5	3	7

Die Schwyzer Sagenwelt

Von Guido Schuler, Rickenbach
www.schwyzer-sagen.ch



Brunnen um 1907
Quelle: Staatsarchiv Schwyz

Liebe Sageninteressierte

Seit drei Jahren darf ich jeweils zweimal im Herbst bei euch im Alterszentrum Heideweg in Brunnen Sagen aus der Sammlung von Hans Steinegger, Schwyz, erzählen.

Deshalb haben wir im vergangenen Herbst begonnen, in eurer Hauspost auch einen Sagenbeitrag aufzuschreiben. Auch in dieser Hauspost werde ich euch wieder etwas aus der Sagenwelt um Brunnen erläutern und hoffe, dass ich euch damit eine kleine Freude machen kann, und wünsche eine gute und gesunde Zeit.

Die Warte auf dem Büel

Nordwestlich hinter dem Dorf Brunnen stand im Büel vermutlich das Schloss Zumbrunnen. Ganz nahe dabei war ein Turm, eine Warte. Diese diente zur Überwachung des ganzen schwyzerischen Vierwaldstätterseeufers.

Durch Feuer und Rauch habe von hier aus mit den Warten von Attinghausen in Uri, auf dem Rotzberg im Unterwaldnerland und in der Perfiden bei Schwyz Verbindung hergestellt werden können (nach Kyd).

Anmerkung: Der Büel in Brunnen ist der Hügel, auf dem heute das Ameos-Seeklinikum steht.

Wylen

Brunnen soll zur Zeit der Kreuzzüge (11.–13. Jh.) als Sammelplatz der Kreuzfahrer eine wichtige Bedeutung gehabt haben und darum auch ein grosser Ort gewesen sein. Es fanden aber oft nicht alle Kreuzfahrer, die über den See gelangen wollten, genug Schiffe und Flösse vor. Sie mussten darum hier «wiile», das heisst warten. Darum nennt man den Weiler in der Nähe von Brunnen Wylen (nach Kyd).

Lisi Bossard an der Nachkilbi

Am 23. Juli 1737 war in Brunnen Nachkilbi. Auf dem Dorfplatz neben der Sust waren Krämerbuden aufgerichtet, wo das junge Volk allerlei schöne Sachen kaufen konnte. Auch Lisi Bossard aus Zug bot hier allerlei Kleinigkeiten feil. Sie war eine böse Hexe, die vielen Leuten Schaden verursachte.

Die jungen Mädchen kauften nichts von ihr, verspotteten sie aber. Da wurde die Hexe zornig und rief ihnen zu: «Wartet nur, eure weissen Strümpfe sollen bald gewaschen werden.» Lachend zogen die Mädchen, die in ihrem besten Sonntagskleid erschienen waren, mit den jungen Burschen zur Sust auf die Tanzdiele, um sich beim Tanzen zu vergnügen. Lisi Bossard aber packte ihre Sachen zusammen, fuhr mit ihrem Schiffer zur Treib hinüber und ermahnte ihn beim Aussteigen, sich auf der Rückfahrt unbedingt zu beeilen, da ein starkes Unwetter im Anzug sei. Wie der Schiffer einige Zeit später in Brunnen anlegte, brach plötzlich das Unwetter los. Der Regen fiel in Strömen, und der Blitz schlug mit gewaltigem Krachen ins Türmchen der nahen Kapelle und zerstörte es. Bald flossen ganze Bäche Schlammwasser über den Platz hinunter, und die leichtbeschuhten Mädchen von Brunnen mussten auf ihrer Heimkehr mit hochgeschürzten Röcken und in ihren weissen Strümpfen durch die trüben Fluten waten. Die Hexe Lisi Bossard hatte das Unwetter gemacht, um sich für die böse Verspottung zu rächen (nach Kyd).

Alle drei Sagen stammen aus den Schwyzer Sagen, Band 1 (Hans Steinegger).

AZB
6440 Brunnen

Post CH AG

Hauszeitung Alterszentrum Heideweg

Retouren an:
Alterszentrum Heideweg
Heideweg 10