

HUSZYTIG



Februar 2025

Titelbild: Glücksbringer

Solche Glückskäfer platzierte Sandra Bolliger (Leitung Service) anfangs Jahr in der Cafeteria, beim Empfang und bei den Bewohnerbriefkästen. Mögen sie allen ein glückliches, friedliches neues Jahr bringen.

Rückseite: Auf dem Sonnenbänkli die Aussicht geniessen

Bereits werden die Tage wieder länger und wärmer. Diese Damen geniessen gemeinsam die Abendsonne, welche sich langsam hinter dem Stierenberg verabschiedet.



Am Sempachersee. (bko)

Bewohnende

Leider mussten wir Abschied nehmen von unseren Bewohnenden

06. Januar 2025	Frau Ursula Burgherr , Abteilung B
08. Januar 2025	Frau Lea Widmer , Abteilung E
17. Januar 2025	Herr Martin Burkhalter , Abteilung E
17. Januar 2025	Herr Walter Stalder , Abteilung B
26. Januar 2025	Frau Ruth Gehrig , Abteilung B

Herzlich willkommen im Falkenstein

03. Januar 2025	Herr Oskar Lott , Abteilung D (bisher Ferienzimmer)
08. Januar 2025	Herr Hans Kurmann , Abteilung E
23. Januar 2025	Frau Yvonne Alice Oesch , Abteilung E

Wir gratulieren herzlich zum Geburtstag

05. Februar 2025	Herr Alfonso Favata , Abteilung A
09. Februar 2025	Frau Annelies Näf , Abteilung F
12. Februar 2025	Frau Doris Brouwer , Abteilung D
14. Februar 2025	Frau Annegret Sommerhalder , Abteilung D
19. Februar 2025	Herr Fred Wildi , Abteilung B
24. Februar 2025	Frau Paula Peter , Abteilung D
28. Februar 2025	Frau Margrit Bättig , Abteilung C
28. Februar 2025	Herr Werner Ernst , Abteilung E

Mitarbeitende

Die besten Wünsche zum Geburtstag

05. Februar 2025	Rachelle Ann Padillo , Pflegefachfrau E/F
06. Februar 2025	Florentina Boghina , dipl. Pflegefachfrau HF A/B
06. Februar 2025	Albina Murati , Pflegemitarbeiterin E/F
07. Februar 2025	Manuela Colombo , Mitarbeiterin Service
07. Februar 2025	Nora Schäfer , Leitung Abteilung C/D
07. Februar 2025	Irene Widmer , Mitarbeiterin Aktivierung / Kinaesthetics-Trainerin
10. Februar 2025	Zaid Leutwyler , Pflegemitarbeiterin Nachtwache
21. Februar 2025	Beatrice Koch , Mitarbeiterin Administration/Empfang
25. Februar 2025	Venera Mucaj , Pflegemitarbeiterin Nachtwache
28. Februar 2025	Rosmarie Estermann , Dipl. Aktivierungsfachfrau HF
28. Februar 2025	Barbara Lang , Aktivierungsfachfrau E/F



Halo-Erscheinung in Damüls. (Cornelia Bachmann)

Mitarbeitende: Portrait Zuyyin Teh



Zuyyin Teh, Lernende Kauffrau

Ich heisse **Zuyyin Teh**. Wenn man mein Gesicht sieht und meinen Namen liest, stellt man sich wohl ganz viele Fragen. Übrigens: Mein Nachname bedeutet tatsächlich Tee. Ich komme ursprünglich aus Malaysia, einem Land in Südostasien mit viel Sonne und 40 Grad am Tag. Daher habe ich lieber die Kälte. «Du besch do i de Schwiiz ufgwachse, oder?» ist für mich das höchste Kompliment, denn ich lebe erst seit etwa sechs Jahren in der Schweiz. Meine Mutter hat hier ihre grosse Liebe gefunden und mich mitgenommen. Ich habe die Wirtschaftsmittelschule an der Alten Kanti Aarau abgeschlossen, und nun bin ich bis zum Sommer im kaufmännischen Praktikum hier im Falkenstein. Als Kleinkind wollte ich aber Polizistin werden. Ich fand es spannend, bösen Menschen mit einer Waffe hinterher zu rennen, so wie in den Filmen.

Gemeinsam mit drei Geschwistern verbrachte ich meine Kindheit und Jugend in unserem grossen Elternhaus. Ich bin die jüngste von ihnen und wurde wie eine Prinzessin behandelt. Von wegen Prinzessin: Als Kind hatte ich an jedem Wochenende Ballett, Klavier, Mathematik-Nachhilfe, Schwimmkurs und Malen. Durchatmen kam nicht in Frage.

Heute verbringe ich meine wertvolle Freizeit ruhig am Schreibtisch, im Kaffeehaus oder auf der Sportanlage. Ich werde für immer dankbar sein, in der Schweiz leben zu dürfen und grossartigen Menschen zu begegnen.

Mitarbeiter-Information

Am Montag, 6. Januar 2025, fand die erste Mitarbeiter-Information des neuen Jahres statt. Dazu traf man sich in der Cafeteria, wo Hans Schweizer, Geschäftsleiter, den Mitarbeitenden diverse Mitteilungen und Informationen weitergab.

An der Mitarbeiter-Info stellte Hans Schweizer das Budget 2025 vor. Weitere Themen waren: die Roboter-Testphase anfangs März (rücken-schonendes Arbeiten), die Jahresziele 2025, die Zusammenlegung der Abteilungen E und F, der Funktionswechsel von Cornelia Bachmann (Fachfrau Personal), welche die Leitung Administration übernimmt, Begrüssung der neuen Mitarbeitenden, Gratulation zum 5-Jahr-Dienstjubiläum von Hanna Gruza, Abschied

von Josy Siegrist (Mitarbeiterin Aktivierung) und weitere Infos.

Beim anschliessenden Apéro wurden mittels einem riesigen Königskuchen vier Könige bestimmt. Während dem Geniessen der Köstlichkeiten und dem regen Austausch miteinander, konnte man mit auf dem Monitor aufgeschalteten Fotos einen Rückblick auf das vergangene Jahr nehmen.

Text: Beatrice Koch

Impressionen MA-Info



Mitarbeiter-Neujahrsessen

Am Donnerstag, 9. Januar 2025, trafen sich die Mitarbeitenden im Restaurant Seerose Meisterschwanden zum Mitarbeiter-Neujahrsessen.

Festlich gekleidet begrüßten sich die Mitarbeitenden und liessen sich mit einem Apéro inklusive feinen Leckereien verwöhnen. Später dislozierte man in den grossen Saal, wo mit Blumen geschmückte Tische einluden, sich niederzulassen. Hier begrüßte der Geschäftsleiter Hans Schweizer die Mitarbeitenden. Er blickte auf das vergangene Jahr zurück und bedankte sich bei allen für das Engagement für den Falkenstein. Bald schon servierte das Servicepersonal den Salat und später den Hauptgang. Es entstanden schöne Gespräche und der Zauberer Ricky Sieber schaffte es, mit seinen Zauberkünsten die Zuschauer in seinen Bann zu ziehen. Er war übrigens der erste iPad-Zauberer der Schweiz und wir staunten, wie er aus dem iPad Bälle hinauszog und wie er ins iPad Gläser füllte oder leerte. Zudem ver-

blüffte Ricky Sieber mit seinen Karten-Tricks. Er zeigte aber auch seine feinfühligkeit Seite, indem er eine berührende Geschichte erzählte. Er füllte einen Rahmen mit Puzzleteilen, jedes Teil symbolisierte eine Eigenschaft aus dem Leben. Familie, Beruf, Liebe, Hobby und viele weitere. Nachdem er den Rahmen wegnahm, fügte er weitere Puzzleteile dazu. Eines zeigte die unschönen Seiten des Lebens und ein anderes, welches doppelt so gross war, zeigte Glück und die schönen Seiten des Lebens. Als Ricky später den Rahmen um die Teile legte, fanden immer noch alle Platz darin. Wie er dies wohl machte? Das bleibt sein Geheimnis. So bezaubernd wie sein Auftritt war der gesamte Abend, was allen bis in die Seele guttat – vielen Dank dafür.

Text: Beatrice Koch

Impressionen Mitarbeiter-Neujahrsessen





Nishanthi De Silva erzählt

Jahresthema Nr. 2: Bewohnende oder Mitarbeitende erzählen

Brigitte Bosch im Gespräch mit Nishanthi De Silva, Pflegemitarbeiterin Abt. E.



Name / Vorname De Silva Nishanthi

Mit welchen drei Eigenschaften beschreibst du dich selbst?

Flexibel, zuverlässig, freundlich.

Was machst du leidenschaftlich gerne und warum?

Musik hören, dekorieren, zeichnen und malen sind Sachen, die ich gerne mache. Zudem bereitet es mir Freude, Geschenke zu machen.

Was brauchst du zum Wohlfühlen?

Innerer Frieden und mit meiner Hilfsbereitschaft anderen Menschen Freude schenken.

Auf was könntest du nie verzichten?

Ruhe und Zeit für mich selbst.

Wo bist du aufgewachsen?

In Sri Lanka (Asien).

Der schönste / tollste Ort, den du je besucht hast?

Das Kunsthaus in Zürich und das Wachsfilmemuseum in England.

Hast du eine besondere Kindheits-erinnerung, welche? Ich erinnere mich oft an das Spielen draussen mit meinen Geschwistern.

Womit hast du als Kind am liebsten gespielt? Zusammen mit meinen Geschwistern kochten wir draussen mit kleinen Töpfen oder wir spielten Theater.

Was wolltest du werden, als du klein warst? Ärztin

Was magst du bei anderen Menschen? Wenn sie verständnisvoll sind, sowie wertschätzend und ehrlich.

Was ist dein bedeutendstes Lebensereignis? Die Geburt meiner Tochter, sie ist mein grösstes Geschenk.

Was war bisher deine grösste Herausforderung in deinem Leben?

Meine Tätigkeit als Ausbilderin bei der Schweizerischen Post im Paketzentrum.

Wenn du die freie Wahl hättest, wo würdest du am liebsten wohnen und warum?

In Finnland, da dort auf Gleichberechtigung sehr grosser Wert gelegt wird und man dort stressfrei leben kann.

Wenn du die Welt verändern könntest, was würdest du als erstes tun?

Ich würde das Schulsystem ändern. Zudem würde ich das allgemeine Arbeitspensum senken auf 30 Stunden pro Woche.

Wofür bist du besonders dankbar?

Dass ich Verständnis für andere habe.

Was gefällt dir bei deinem Job im Falkenstein am besten?

Ich freue mich, dass ich die Chance bekommen habe, auf der Abteilung E zu arbeiten und mir gefällt die Arbeit sowie die Gestaltung des Alltags mit den Bewohnenden.



Das Hochbeet im geschützten Garten der Abteilung E befindet sich im Winterschlaf. Nicht mehr lange, und alles wird wieder spriessen...

Neues vom Team A/B

Jahresthema Nr. 1: Neues vom Team ...

Sandra Haller, Pflegemitarbeiterin der Abteilung A/B, Mitglied der PEKO und des Huszytigsteams, stellt die Abteilung A/B und ihre Besonderheiten vor. Das Team betreut insgesamt 18 Bewohnende, verteilt auf zwei Häuser.



Zur Abteilung A/B gehört unter anderem, die Jakob Irmiger Villa (Haus A) mit ihrem grossen Charme und 14 Bewohner-Zimmern. Von uns Mitarbeitenden wird diese liebevoll einfach „Villa“ genannt. Jedes Zimmer ist etwas anders, es finden sich viele verwinkelte Ecken, und im 3. Stock haben die Zimmer teilweise Holzbalken, welche vom Dach nach unten reichen. Bei starkem Wind ist ein geheimnisvolles Knacken in den Balken und das Pfeifen des Windes zu hören.



Personen, welche die Treppe dem Lift vorziehen, dürfen in der Villa ihre Wadenmuskulatur trainieren. Insgesamt 52 Stufen sind es vom Parterre bis hoch in den 3. Stock.

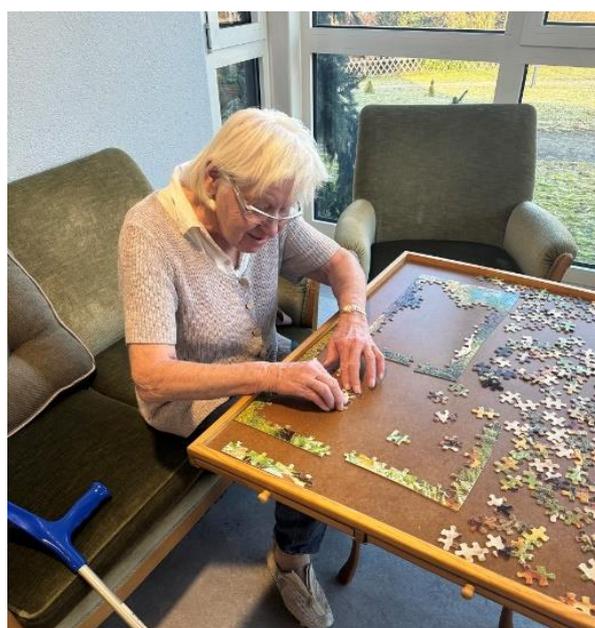
Die Aussicht ist wahrlich „residenzmässig“. Es präsentieren sich der Stierenberg mit der Gemeinde Burg und das schöne Wynental. Bei schönem Wetter ist die Sicht bis hinunter zum Jura einfach bewundernswert! Aufziehende Wetterkapriolen können herrlich beobachtet werden.



Seit dem Jahr 1998 ist die Villa (Haus A) durch eine Passerelle mit dem Haus B verbunden. In diesem Durchgang wechseln die Temperaturen entsprechend den Aussentemperaturen. Dies wurde bewusst so entworfen und erbaut, um den Bewohnenden die Möglichkeit zu geben, die Temperaturen von Aussen fast realistisch zu erleben, auch wenn sie das Haus nicht verlassen können. Im Sommer kann es dort sehr heiss und im Winter spürbar kühl werden.



Am Ende des langen Ganges der Abteilung B, mit 13 Bewohnerzimmern, befindet sich eine gemütliche Lounge, in welcher das Team A/B seit einiger Zeit eine Puzzle-Ecke hergerichtet hat. Diese erfreut sich grosser Beliebtheit. Nicht nur Bewohnende der Abteilung A/B, sondern auch Bewohnende anderer Abteilungen und Besuchende verweilen dort gern und können dem Puzzle-Ecken-Charme oft nicht widerstehen. Ruckzuck sind wieder ein paar Teile mehr zusammengefügt.





Seit Mai 2024 wird der ehemalige Aktivierungsraum vom Team A/B für kleine Aktivitäten genutzt. Dort wird an Nachmittagen mit den Bewohnenden gesungen, Denkspiele angeboten, Sitzfussball gespielt, Fruchtsalat zubereitet, Geschichten vorgelesen und vieles mehr.



Das Team der Abteilung A/B hat noch einige grossartige Ideen, die sie auch in Zukunft mit viel Engagement und mit ihrem „Wir“ Gefühl umsetzen werden, um die Bewohnenden zu verzaubern. So wurden zum Beispiel die Bewohnenden am 1. Januar mit einem kleinen Neujahrsgross von „ihrem Team“ überrascht.



Die nach dem Umbau auf den Pflegeabteilungen im Jahr 2024 neu entstandenen Sitzbereiche vor den Abteilungsbüros werden von den Bewohnenden und den Gästen ebenfalls gern zum Verweilen und dem Zusammensein genutzt.

Im Bereich vor dem Bücherregal befindet sich eine Sitzgruppe mit einem kleinen Tisch. Finden Sie heraus, wer dort immer wieder ein anderes Buch auflegt? Diese aufgelegten Bücher regen nicht selten die dort verweilenden Personen zu Gesprächen an.



Das Bücherregal in der Villa und die geliehenen Ofenkacheln der Familie Blättler auf der rechten Seite verleihen dem Eingangsbereich der Villa einen besonderen Charme. Ist Ihnen schon einmal aufgefallen, dass die Bücher in den Büchergestellen der Abteilung B und in der Villa immer wieder neu sortiert werden? Wer dies wohl immer wieder neu arrangiert?



Wie in der Januar Ausgabe angekündigt, zählen wir während einer Woche die Schritte der Personen, welche in dieser Zeit für das jeweilige Team im Einsatz sind. Wenn wir die Schritte aller Teams gemessen haben, vergleichen wir diese und ehren das Siegerteam. Das Siegerteam wird eine kleine Überraschung erhalten.

Das Team A/B hat während einer Woche **184'516** Schritte zurückgelegt, was etwa **151,3 km** entspricht. Das sind durchschnittlich **4'204** Schritte und etwa **3,5 km** pro Person in einem Dienst.



Mit diesem Schrittzähler zählen wir während einer Woche die Schritte der Mitarbeitenden.

Bilder und Text:
Sandra Haller und Steffi Neumann

Im Gespräch mit der ältesten Bewohnerin der Abt. A/B

Sandra Haller im Gespräch mit Frau Paula Bitterli, die Bewohnerin der Abteilung A/B, welche die meisten Lenze erlebt hat:

Liebe Frau Bitterli, kürzlich durften Sie Ihren hohen 99-igsten Geburtstag feiern. Wie ist das, so einen hohen Geburtstag zu feiern?

Das hätte ich nie gedacht, noch keiner aus der Verwandtschaft erreichte bisher dieses hohe Alter.

Gibt es ein Geheimnis, um ein solch stolzes Alter zu erreichen?

Nein, ich wüsste nichts, ich habe seit meinem 12. Altersjahr immer «gschaffet», vielleicht hat es damit zu tun.

Was war und ist das Wichtigste im Leben für Sie?

Meine vier Kinder, die alle wohlgeraten sind.

Wir durften Ihr Taufbüchlein bestaunen, war das zu dieser Zeit normal, dass man schon wenige Tage nach der Geburt getauft wurde?

Ja, das war früher einfach so, man wartete nicht so lange wie heute.

Herzlichen Dank für das Gespräch und alles Gute für Sie!

Frau Bitterli ist noch immer mehrheitlich selbständig und lässt sich dies auch nicht nehmen. Bewundernswert hat sie sich nach zwei, schon im hohen Alter erlittenen Oberschenkelhalsbrüchen, zurückgekämpft. Dank ihrem unglaublichen Willen ging es, zusammen mit Physiotherapie, Stück für Stück wieder bergauf und sie lernte wieder kleinere Strecken selbständig am Rollator zu gehen. Sie trinkt

gerne ihren Tee und schnaut öpfe es Schoggolädli (die verteilt sie auch gerne an uns Pflegende). Sie macht täglich kleinere Spaziergänge im Korridor oder, wenn es das Wetter zulässt, bis vor das Haus B oder auf ihrer Terrasse. Frau Bitterli macht nie ein Mittagsschläfchen, lieber strickt sie unermüdlich Socken...ruckzuck und schon hat sie wieder ein Paar fertig. Sie liest noch täglich die Aargauer Zeitung, am liebsten schon am frühen Morgen. Dadurch ist sie immer bestens orientiert und ihr «Händ sie ghört, was wieder passiert esch?» Ist legendär...

Text: Sandra Haller



Das schöne Taufbüchlein von Frau Paula Bitterli.

Virtuelle Brillen testen

Eintauchen in eine andere Welt ohne zu verreisen, wie ist das möglich? Dafür gibt es die virtuelle Brille. Einfach aufsetzen und ab geht die Reise, ohne Flugzeug, ohne Auto, ohne Zug, nur ganz einfach sitzend auf dem Stuhl.



Mit der aufgesetzten VR-Brille in eine andere Welt eintauchen.
Ringsum Diskussionen und Gespräche rund um das spezielle Erlebnis.

Neue Technologien sind auch für die Bewohnenden der Residenz Falkenstein spannend. Herr Christian Beeler und seine charmante Begleitung Maravilha Beeler (Pflegefachfrau HF) von VRLIFE haben am Dienstagnachmittag, 28. Januar, eine VR-Brille zum Testen vorbeigebracht. Unsere Bewohnenden mit ihren langen Lebenserfahrungen sind auch immer wieder interessiert an neuen Erfahrungen und Techniken und lassen sich von Unbekanntem nicht abschrecken. So haben sich an diesem Nachmittag 11 Bewohnerinnen und Bewohner im Aktivierungsraum eingefunden, um etwas Neues kennen zu lernen.

Einen Ort auswählen, Brille aufsetzen und schon war man mitten an einem anderen Ort, zum Beispiel auf der

Schwägalp oder am Rheinflall. Da wurden sofort Erinnerungen geweckt und es gab ganz neuen Gesprächsstoff in die Runde. So erfuhren die Teilnehmenden neue Seiten von den Mitbewohnenden. Es konnten aber auch noch nie besuchte Orte bestaunt werden. Durchwegs gefiel es den Testpersonen sehr gut. Da uns die 360° Filmaufnahmen direkt an fast jeden beliebigen Ort entführen konnten, war es wie ein Abtauchen in eine andere Welt oder Zeit. Dies kann beruhigend oder anregend sein und wird in Zukunft sicher auch einen Teil einer zeitgemässen Aktivierung ausmachen.

Text: Rosmarie Estermann
Aktivierungsfachfrau HF

Aktivierungsangebot: Bewegung

Jahresthema Nr. 3: Aktivierungsangebot im Falkenstein

Sich gemeinsam bewegen, darauf wird in der Residenz Falkenstein Wert gelegt. Im «Bewegung macht Spass» oder in der Bewegungsstunde werden Körper und Kreislauf angeregt. Denn Bewegung ist auch im Alter wichtig.



«Bewegung macht Spass» mit Rosmarie Estermann, Aktivierungsfachfrau HF (zweite von rechts).

Jeden Freitag findet von 10.00 Uhr bis 11.00 Uhr **Bewegung macht Spass** mit Rosmarie Estermann (Aktivierungsfachfrau HF) oder bei deren Ferienabwesenheit die **Bewegungsstunde** mit Barbara Wehrli (Dipl. Hauspflegerin) statt. In dieser Stunde werden mit verschiedenen handlichen Geräten im Sitzen diverse Übungen ausgeführt. Die Leiterinnen erklären jeweils, wie und warum die Bewegungen gemacht werden. Es ist für den Körper und den Kreislauf wichtig, dass man sich auch im Alter bewegt.



Es ist für den Körper und den Kreislauf wichtig, dass man sich auch im Alter bewegt.

Bei Bewegung macht Spass oder Bewegungsstunde wird folgendes berücksichtigt:

Kräftigung der Arm-, Bein- und Rumpfmuskulatur, Grob- und Feinmotorik, Schulterübungen, Dehnungen, Atem- und Reaktionsübungen und bewusste Körperwahrnehmung. Aber auch Themen im psychosozialen Bereich: Wahrgenommen werden, Austausch haben, Biographiearbeit, Gemeinschaft leben und zusammen lachen.

Ältere Menschen sollen auch im Alter bewegt bleiben! Kommen Sie und schauen Sie doch mal herein. Es sind alle Bewohnerinnen und Bewohner willkommen. Man darf auch mal zusehen und alle Teilnehmenden machen, was möglich ist.

Text: Barbara Wehrli



Kraftübungen halten fit.



Barbara Wehrli (Mitte) leitet die Bewegungsstunde.



Diese verschiedenen handlichen Turngeräte werden abwechslungsweise in den Stunden eingesetzt.

VERANSTALTUNGSKALENDER FEBRUAR 2025

Datum	Zeit	Anlass	Ort
Sa 01.02.	08.30 10.00	Coiffeur Weisch no?	Coiffeursalon Alltagsgestaltung
So 02.02.			
Mo 03.02.	08.30 10.00 10.00	Coiffeur Kochen Jassclub	Coiffeursalon Alltagsgestaltung Cafeteria
Di 04.02.	10.00	Singende Begegnung	Alltagsgestaltung
Mi 05.02.	10.00 13.30 16.30	Andacht mit Herrn Andreas Schindler, reformiert Kreativ Atelier Senioren-Yoga auf dem Stuhl	Raum der Stille Alltagsgestaltung Irmigerstube
Do 06.02.	10.00 14.30	Fitness für den Kopf Kino	Alltagsgestaltung Irmigerstube
Fr 07.02.	10.00	Bewegung macht Spass	Alltagsgestaltung
Sa 08.02.	08.30	Coiffeur	Coiffeursalon
So 09.02.			
Mo 10.02.	10.00 10.00	Kein Coiffeur Kochen Jassclub	Alltagsgestaltung Cafeteria
Di 11.02.	08.30 10.00	Fusspflege Singende Begegnung	Coiffeursalon Alltagsgestaltung
Mi 12.02.	10.00 13.30	Andacht mit Herrn Benjamin Leuenberger, Lenzchile Kreativ Atelier Kein Senioren-Yoga	Raum der Stille Alltagsgestaltung
Do 13.02.	10.00 14.30	Fitness für den Kopf Wunschkonzert mit DJ Roland Kuster	Alltagsgestaltung Cafeteria
Fr 14.02. Valentinstag	09.00 10.00	Eltern-Kind-Singen , Bewohnende willkommen Bewegung macht Spass	Lounge Haus C Alltagsgestaltung
Sa 15.02.	08.30 10.00	Coiffeur Sitztanz	Coiffeursalon Alltagsgestaltung

VERANSTALTUNGSKALENDER FEBRUAR 2025

Datum	Zeit	Anlass	Ort
So 16.02.			
Mo 17.02.	08.30 10.00 10.00 18.30	Coiffeur Kochen Jassclub Kaminfeuergespräch Gast: Adrian Bolzern (Wisen SO), Seelsorger für Zirkusleute und Schausteller	Coiffeursalon Alltagsgestaltung Cafeteria Lounge / Cafeteria
Di 18.02.	10.00 11.30	Singende Begegnung Racletteplausch mit musikalischer Unterhaltung von «Rostfrei»	Alltagsgestaltung Speiserestaurant
Mi 19.02.	10.00 14.30 16.30	Andacht mit Herrn Andreas Schindler, reformiert Musical «Mats und die Wundersteine» mit Schülern der Musikschule Menziken, Leitung Annette Flury-Jegge Senioren-Yoga auf dem Stuhl	Raum der Stille Cafeteria Irmigerstube
Do 20.02.	10.00 14.30	Fitness für den Kopf Wellnessnachmittag	Alltagsgestaltung Alltagsgestaltung
Fr 21.02.	09.00 10.00	Eltern-Kind-Singen, <i>Bewohnende willkommen</i> Bewegung macht Spass	Lounge Haus C Alltagsgestaltung
Sa 22.02.	08.30	Coiffeur	Coiffeursalon
So 23.02.			
Mo 24.02.	08.30 10.00	Coiffeur Kein Kochen Jassclub	Coiffeursalon Cafeteria
Di 25.02.	08.30 10.00	Fusspflege Bunte Stunde mit Annette Heuberger	Coiffeursalon Alltagsgestaltung
Mi 26.02.	10.00 13.30 16.30	Andacht mit Herrn Piotr Palczynski, katholisch Kreativ Atelier Senioren-Yoga auf dem Stuhl	Raum der Stille Alltagsgestaltung Irmigerstube
Do 27.02. Schmutziger Donnerstag	10.00 14.30	Bunte Stunde mit Annette Heuberger Besuch von Clown Lilly	Alltagsgestaltung Im ganzen Haus
Fr 28.02.	10.00	Bewegungsstunde mit Barbara Wehrli	Alltagsgestaltung

Falki-Rückblick: Silvesterfeier

Am Silvester waren die Bewohnenden eingeladen, sich nach dem Nachessen in der Cafeteria zu treffen und auf das neue Jahr anzustossen.



Gemütlich feierten die Bewohnenden den Silvester.



Sandra Bolliger (links) und Sandra Haller freuen sich auf das neue Jahr 2025.



Bei einem Glas Wein oder Rimuss liess man das alte Jahr ausklingen.

Die vorderen drei Tischreihen waren schön dekoriert in Gold und Silber und mit kleinen Knabberereien bestückt. Diese einladende Dekoration lud ein, Platz zu nehmen. Gerne servierte das Service-Team und einige Mitarbeitende der Pflege den Ankommenden ein Glas Wein oder Rimuss. Gemütlich liess man zusammen das alte Jahr ausklingen und stiess aufs neue Jahr an. Manch lustige Plaudereien wurden gehalten und die Atmosphäre war friedlich. Irene Widmer las ein Silvestergedicht vor, was gut ankam und hoffentlich auch zu Herzen genommen wurde. Leise Hintergrundmusik umrahmte den Anlass. So konnte jeder so lange er mochte bleiben, bis das Bett rief. Herzlichen Dank den fleissigen Helferlein Sandra Haller, Franziska Stuber und Sandra Bolliger.

Text: Irene Widmer
Mitarbeiterin Aktivierung/
Kinaesthetics-Trainerin

Ist schon wieder Jahresende

von Rita Lechenmayr

Ist schon wieder Jahresende?
Egal, wie ich es dreh' und wende
es ändert nichts daran
bald schon fängt ein Neues an.
Freud und Leid war dabei
egal - es ist vorbei.

Was steht vor der Tür?
Was mag es sein, was bringt man mir?
Auch das muss jetzt noch nicht belasten
besser ist es, mal zu rasten,
ein bisschen zu verweilen,
anstatt ständig nur zu eilen.

Ein bisschen innehalten, hier und jetzt
so dass für dieses Jahr zu guter letzt
ein bisschen Ruhe einkehrt und Besinnen
dann kann ein Neues bald beginnen.
Ich wünsche dir einen guten Rutsch zu
gegebener Stunde
und einen frohen Start zur neuen Runde
Glück, Gesundheit, Wohlergehen
und daß die Menschen sich verstehen.

Irene Widmer las den Bewohnerinnen und Bewohnern dieses Gedicht, passend zum Jahresende, vor.

Irene Widmer und Franziska Stuber in fröhlicher Silvesterlaune.



Irene Widmer und Sandra Bolliger stossen auf das neue Jahr an.



Neujahrs-Awünschete

Am 3. Januar 2025, um 10.00 Uhr, war die Neujahrs-Awünschete angesagt. Das Jodelduett Waldhüsli, in Begleitung von Franz Bachmann am Akkordeon, umrahmte den Anlass musikalisch.

Zahlreich trafen von allen Abteilungen die Bewohnenden und die Mitarbeitenden ein, um fröhlich aufs Jahr 2025 anzustossen. Von der Küche zubereitet, wurden wunderbare Apérohäppchen gereicht, mit Salzigem oder Süßem konnte man es sich gut gehen lassen. Zu Beginn begrüßte Hans Schweizer alle Anwesenden und wünschte ihnen ein gutes neues Jahr. Danach durfte jeder persönlich mit jedem anstossen und viele gute Wünsche flossen im Raum umher. Mit viel Herzblut umrahmte das Waldhüsli-Duett Anita Schmid und Seppi Felder mit Begleitung

durch Franz Bachmann (Akkordeon) die Neujahrs-Awünschete mit Jodelliedern zum Mitsingen und zum Schunkeln. Mit Liedern wie „Dini Seel ä chli la bambälä la“ und „Alls was bruuchsch uf dr Wält“ ist der Start ins neue Jahr vorzüglich gelungen und wir sehen dem Kommenden positiv entgegen. Möge uns das neue Jahr gute Gesundheit, Gelassenheit und Frieden bringen.

Text: Irene Widmer
Mitarbeiterin Aktivierung/
Kinaesthetics-Trainerin



Der Geschäftsleiter Hans Schweizer begrüßte alle Anwesenden und wünschte ihnen ein gutes neues Jahr.



Das Waldhüsli-Duett Anita Schmid und Seppi Felder mit Begleitung durch Franz Bachmann (Akkordeon) verlieh dem Anlass durch beschwingte Musik eine festliche Note.

Neujahrs-Awünschete in Bildern



Kaminfeuergespräch mit Dr. Karl Gautschi

Wenn Dr. Karl Gautschi erzählt, dann ist nicht nur Unterhaltung garantiert, nein, auch seine fesselnde Art zu erzählen fasziniert. Davon konnte man sich am Montag, 13. Januar 2025, beim Kaminfeuergespräch im Falkenstein überzeugen.



Ein grossartiger Erzähler:
Dr. Karl Gautschi, bekannt als Musteraargauer.

Den Kaminfeuereinstieg machte Karl Gautschi mit einer Beschreibung seiner Eltern. Die Mutter sei ein fröhlicher Mensch gewesen. Sie habe gerne gesungen und habe eine sehr kreative Ader gehabt. Sie sei in Uetikon am Zürichsee aufgewachsen. Sein Vater sei seriös, bedacht, still, sehr intelligent und bedächtig gewesen. Eigenschaften, die ihm im Beruf als Prokurist hilfreich waren. Er selber sei gewissermassen eine Mischung aus den beiden Charakteren: humoristisch, spielerisch und aus seiner Sicht brav bürgerlich. Er wuchs in Reinach als Einzelkind auf. Den Kindergarten habe er nie besucht. Schmunzelnd meinte er, dafür sei er nun schon seit 57 Jahren mit seiner Frau Marianne verheiratet, notabene eine Kindergärtnerin.

Aus der Schulzeit

Aus seiner Primarschulzeit hat sich ein Schulmorgen tief eingebrannt. Nämlich der Besuch des Schulinspektors und die Aufregung, die die-

ser Besuch mit sich brachte. Seiner Lehrerin, Fräulein Holliger, habe man die Anspannung angemerkt. Inspektor wollte er nie werden, das hat sich klein Karli damals vorgenommen. An die Bezirksschulzeit hat Karl Gautschi mehrheitlich gute Erinnerungen. Er habe das Schulfach Deutsch geliebt und sei dort auch ein starker Schüler gewesen, wenn wunderts. Mit Mathematik konnte er hingegen nicht sonderlich viel anfangen. Natürlich nahm er während der Oberstufenschulzeit auch an den Skilagern teil. Karl konnte gut Personen nachahmen. So wurde er von seinen Mitschülern überredet, doch am Lagerabend ein paar Lehrpersonen zu imitieren. Das sei für die Schüler eine lustige Sache gewesen. Er könne sich aber noch gut daran erinnern, dass das die betroffenen Lehrpersonen ganz und gar nicht so amüsant fanden. Nach der Bezirksschule ging es dann nach Aarau an die Kantonschule. Bevor er dort startete, melde-

te sich Dr. Ernst Lanz bei seinen Eltern und ihm. Er empfahl dem angehenden Kantonsschüler eindringlich, sich einer Kanterverbindung anzuschliessen. Dort würde er für das Leben lernen, meinte er. Karli, wie man ihn nannte, befolgte den Rat und ist der „Industria“ bis zum heutigen Tage treu geblieben. Er habe in der Tat dort viel gelernt und Freunde fürs Leben gefunden. Während der Kantonsschulzeit fing er an, Cabaret-Nummern zu schreiben. In dieser Zeit gründeten er, zusammen mit Kolleginnen und Kollegen, das Cabaret „Churzschluss“. Während zwei Saisons spielten sie in einem wunderschönen, gewölbten Keller. Die Szenen wurden von dem Team, meistens von Karl, entworfen. In dieser Zeit wollte eine der Cabaret-Spielerinnen an die Schauspiel-Schule von Ellen Widmann. Sie bat diese, sie doch einmal zu „begutachten“. Karl nutzte die Gelegenheit, sie auch um eine Beurteilung von ihm zu bitten. Sie meinte, er habe wohl Talent, aber ihm würden mindestens 20 cm an Körpergrösse fehlen, um tragende Rollen zu erhalten. Diesem Umstand ist übrigens auch sein Cerevis (Studentenname) geschuldet. Er hiess „Ben“, was auf den Umstand zurückzuführen ist, dass er meistens der Jüngste und der Kleinste war. Dieser Name ist ihm in seinem näheren Umfeld bis heute geblieben, was ihn aber mit Stolz erfüllt. Als 19-jähriger Mann erhielt er von den Altherren der Industria den Auftrag, die 100-jährige Vereinsgeschichte aufzuarbeiten und niederzuschreiben. Das war eine grosse Arbeit. Viele Unterlagen waren in der alten Sütterlinschrift hinterlegt, die er zuerst entschlüsseln musste. Es entstand aber ein, wie

Karl Gautschi es nannte, ansprechendes Werk. Noch heute frage er sich aber, warum man ihm als jungen Schnösel diesen wichtigen Auftrag erteilt hat. Nach der Kantonsschulzeit wusste er, dass er Lehrer für Deutsch und Geschichte werden wollte. Daher wechselte er für sein Studium an die Uni Zürich. Die Uni-Zeit war für ihn sehr streng. Er absolvierte alle seine militärischen Dienste während der Semesterferien im Sommer und rückte daher immer einen Monat später an der Uni ein. Dann galt es, diesen Monat nachzuholen und sich den verpassten Stoff im Selbststudium anzueignen. Für die Dissertation war er unter den Fittichen von Prof. Emil Staiger. Man riet ihm, seine Dissertation zum Thema „Goethe“ zu wählen. Karl Gautschi hat sich aber zeitlebens nicht mit Goethe anfreunden können und wählte daher ein anderes Thema. Das bescherte ihm aber für die mündliche Prüfung des Studiums eine 100% Sicherheit zum Thema Goethe befragt zu werden, da Prof. Staiger, wie eingangs erwähnt, ein grosser Liebhaber dieser Literatur war. Ein paar Stunden vor der Prüfung las Karl Gautschi die Abhandlung, die Prof. Staiger zu „Der Westöstliche Diwan“ verfasst hatte. Er hatte die Gedichte dazu nie gelesen. War es Vorsehung oder Zufall? Genau dieses Thema wurde zu seinem mündlichen Prüfungsinhalt.

Ein Mann mit vielen Facetten

Nach dem Abschluss des Studiums wurde sein Vater sehr krank und es war absehbar, dass er sterben würde. Um seiner Mutter etwas besser beistehen zu können, suchte sich Karl Gautschi eine Lehrerstelle in der Nähe von Reinach. Der Zufall wollte es, dass eine Lehrperson an

der Bezirksschule Menziken gesucht wurde. Er bewarb sich und wurde zu einem Vorstellungsgespräch eingeladen. An diesem Gespräch waren unter anderem Erna Aeschbach als Schulpflegerin und der legendäre Willi Wirz als Schulpflegepräsident anwesend. Natürlich bekam er die Stelle. Willi Wirz gab ihm aber drei Bedingungen/Wünsche mit auf den Weg: 1. Er sei zwar ein Reinacher, aber das würden sie schon irgendwie passend machen. 2. Man erwarte, dass er für mindestens zwei Jahre bleiben würde. 3. In Menziken würde es die schönsten und besten Frauen geben, er solle sich etwas umschauen. Alle drei Punkte erfüllte Karl Gautschi! Karl Gautschi war es immer wichtig, offen zu bleiben. Daher hatte er immer noch weitere berufliche Standbeine, die ihm Einblicke in andere Tätigkeiten ermöglichten. So unterrichtete er während 25 Jahren an der Pädagogischen Hochschule, an der Polzeischule dozierte er das Fach Geschichte und zudem war er an der Hochschule für Wirtschaft in Brugg-Windisch tätig. Daneben war ihm auch der Einblick in das Bildungssystem eines anderen Kantons wichtig. So wurde er Inspektor am Lehrerseminar und der Kantonsschule Solothurn. Im Militär wurde er vom Rekruten zum Obersten. Er habe als Funker die Karriere gestartet. Später habe er als Offizier die Verantwortung bei grossen Übungen erhalten, die gesamte Kommunikation nach innen und aussen zu leiten. Karl Gautschi hatte immer Freude an der Vielfalt des Lebens mit allen Facetten. Sein Interessenspektrum war vielfältig, so auch seine ausserberuflichen Tätigkeiten. Er war im Verfassungsrat des Kantons Aargau. Er wurde vom

Regierungsrat des Kantons Luzern in den Stiftungsrat des „Haus zum Dolder“ in Beromünster gewählt. Dies als Aargauer und erster Reformierter in diesem Rat. Er war Verwaltungsrat der Bank in Reinach und er gehörte zum Gründungsteam vom „Theater am Bahnhof“ in Reinach. Unter dem Pseudonym „Der Musteraargauer“ schrieb er einmal pro Monat Glossen und Humoresken für den „Aargauer Kurier“, eine Gratiszeitung aus dem Hause Aargauer Tagblatt. Auf Grund einer ständigen Nachfrage wurden diese Beiträge später in einem Buch zusammengefasst und unter dem Titel „Aus dem Tagebuch eines Musteraargauers“ herausgegeben. All seine Tätigkeiten lieferten Karl Gautschi den Stoff für seine vielen Bücher. Ganz nach dem Motto: Das Leben liefert die tollsten Geschichten. Er benötigte dazu viel Kraft und Energie. Diese fand Karl Gautschi immer in seiner Familie. Dieser Ort war ihm immer wichtig. Er ist auch stolz auf seine beiden Töchter. Die ältere Tochter wurde Primarlehrerin und Logopädin. Sie ist verheiratet und hat zwei Kinder. Die jüngere Tochter ist Kindergärtnerin. Sie arbeitet als Schul-Clownin, eine Tätigkeit, die ihm immer wieder neue, moderne Lösungsansätze bei Problemklassen zeige.

An dieser Stelle danken wir Dr. Karl Gautschi herzlich für die Zeit, die er uns geschenkt hat. Seiner Bemerkung zu Beginn, sein Leben sei eigentlich nicht so spektakulär, können wir nicht zustimmen. Durch seinen Wissendurst und seine Energie hat er Überdurchschnittliches geleistet und vielen Menschen mit seinen Büchern grosse Freude bereitet.

Annette Heuberger, Kümmerin

Bauchredner Calindo

Am Donnerstag, 16. Januar besuchte der Bauchredner Calindo mit dem Motto „Lachen und Staunen mit Herzen“ den Falkenstein.

Der mit den Puppen spricht:
Calindo, der Bauchredner.



Als die Bewohner und Bewohnerinnen in der Cafeteria eintrafen, wurden sie bereits von Rosa begrüsst. Die flauschige Handpuppe Rosa fragte höflich nach dem Namen und machte auf das bevorstehende Programm aufmerksam. Nach einer kurzen Begrüssung von Irene Widmer begann Calindo mit der Show. Er stellte seine Tante Hilde vor, welche in einem Altersheim in Zürich lebt. Hilde war jedoch nicht ganz lauter, sie hatte wohl einen hohen Männerverschleiss und suchte nun schon wieder den nächsten, welchem sie Züri-Gschnetzeltes auf-tischen könnte. Nach ein paar Männerwitzen und einem kleinen Liedchen verabschiedete sich Tante Hilde. Um seinen Bauch etwas auszuruhen, zauberte Calindo mit Tüchern, Münzen und Ringen. Danach erzählte Calindo, wie er zu der Bauchrednerei gekommen ist. Er machte dies anhand eines Sockens, welchen er mit einigen Handgriffen in eine Handpuppe verwandelte, mit einem Tuch als Kleid und aufgeklebten Augen. Die erste Handpuppe war geboren und redete sogar italienisch. Auch Fredy wurde noch präsentiert. Diese Puppe hatte einen

aus Holz geschnitzten Kopf mit beweglichem Kiefer. Fredy stammt aus Amerika, also redete er englisch. Calindo erzählte etwas über die Bauchredner-Geschichte, welche es schon viele Jahre gibt. Früher gab es nämlich Leute, welche sich als Medium ausgaben und mit toten Leuten reden konnten. Auf seine Art und Weise erzählte er das ganz lustig, indem er eine Gitarre aus dem Bauch reden liess. Calindo spielte das Lied Tom Dooley an und mit dem Bauch redete er dazwischen. Er fragte: „Wer redet denn da?“, bis die Gitarre sagte, sie sei es. So entstand die Bauchrednerei. Zum Schluss gab er noch eine Zauberei mit Ringen zum Besten. Natürlich wurden wir zu guter Letzt noch von Rosa verabschiedet, mit dem Lied „Muess i denn, muess i denn zum Städtete hinaus...“. Unsere Bewohner und Bewohnerinnen amüsierten sich und genossen den Nachmittag mit dieser Aufheiterung. Einige meinten, sie könnten noch länger zuhören.

Text: Irene Widmer
Mitarbeiterin Aktivierung/
Kinaesthetics-Trainerin

Racletteplausch mit Alpensound Pauliero

Am Dienstag, 21. Januar, wurden die Bewohnerinnen und Bewohner mit regionalem Raclettekäse verwöhnt. Dazu die passende Musik von Paul Hermann, Alpensound Pauliero.

Bereits als die ersten Bewohnerinnen und Bewohner im Speisesaal zum Racletteplausch eintrafen, spielte Pauliero auf seinem Keyboard die ersten Musikstücke. Seit rund 15 Jahren besucht Paul Hermann, alias Alpensound Pauliero, regelmässig den Falkenstein, um zu musizieren. Insgesamt macht er bereits seit 58 Jahren Musik. Der 78-jährige sagt mit einem Lachen im Gesicht „Musik ist mein Leben“. So hat er auch heute noch einen vollen Terminplan, das Jahr 2025 ist bereits gut gebucht. Er spielt in Altersheimen oder auf Geburtstagen und organisiert alle Termine selbst. Einzig zu Fuss ist er nicht mehr so gut, da ist ihm seine

Frau jedoch sehr behilflich. Sie begleitet ihn und transportiert die Koffern mit dem notwendigen Musikzubehör, so dass er nur noch aufstellen kann. Während dem Racletteplausch erklang seine Wohlfühlmusik in angenehmer Lautstärke. Es waren Musikstücke, welche die Bewohnenden kannten und zum Teil sogar zum Mitsummen animierten. Das vom Küchenteam fachgerecht zubereitete Raclette, welches von den Servicedamen liebevoll serviert wurde, mundete unter all diesen angenehmen Bedingungen doppelt so gut.

Text: Beatrice Koch



Das Küchen- und Serviceteam arbeitet Hand in Hand, so dass alle das feine Raclette geniessen können.



Alpensound Pauliero versteht sein Handwerk. Mit seiner Musik bereichert er den Mittagsanlass.

Volkstümlicher Nachmittag mit Duo Agnes und Franz Bachmann

Am Donnerstag, 30. Januar, spielte das Duo Agnes und Franz Bachmann in der Cafeteria. Das Repertoire umfasste viele altbekannte Schlager, was den Bewohnerinnen und Bewohnern sehr gefiel.



Das Duo Agnes und Franz Bachmann brachte eine gute Stimmung in den Falkenstein.

Franz Bachmann kannten die meisten Zuhörer bereits von der Neujahrs-Awünschete, wo er seine Tochter Anita Schmid beim Jodelgesang begleitete. Am 30. Januar spielte er wiederum auf seinem Akkordeon, und diesmal sang seine Frau Agnes dazu altbekannte Schlager. Die beiden treten bereits seit über 20 Jahren hobbymässig zusammen auf und sie sind ein eingespieltes Team. Sie spielen in Altersheimen, an Geburtstagen oder an Fasnachtsanlässen. Wie Agnes Bachmann sagte, ist es für sie das Schönste, bei den Zuhörern ein Lächeln ins Gesicht zu zaubern. Hier im Falkenstein haben sie dies jedenfalls bestens erreicht. Nicht nur mit ihrer Musik und dem Gesang,

sondern auch mit den lustigen Sprüchen und Witzen zwischendurch. So gab es strahlende Gesichter, wippende und schunkelnde Bewohnerinnen und Bewohner, welche bei den ihnen bekannten Liedern mitgesungen haben. Zu Beginn des Auftritts sagte Agnes Bachmann nämlich, dass Singen gut für das Herz ist. Als das Duo Bachmann das Publikum zum Tanzen aufmunterte, gab es tatsächlich ein paar spontane Tanzfreudige.

Es war ein wirklich fröhlicher und kurzweiliger Nachmittag, welcher viel zu schnell vorbeiging.

Text: Beatrice Koch

Aktivierung: Wellness-Nachmittag

Am 9. Januar liessen sich die Bewohnenden am Wellness-Nachmittag von Rosmarie Estermann und Irene Widmer verwöhnen – eine Wohltat für Körper und Geist.



Die Wellness-Gäste wurden von einer liebevollen Dekoration inklusive feinen Düften empfangen.



Rosmarie Estermann (links) macht eine wohltuende Massage mit pflegender Creme.



Na, wenn das nicht ein gelungener Auftakt für einen beschwingten Start in ein gutes neues Jahr ist.

Die Seele, und die Füsse ganz gemütlich im warmen Wasser mit duftendem Öl, baumeln lassen. Dazu in guter Gesellschaft ein paar Worte wechseln, scherzen und lachen. Beruhigende Hintergrundmusik, feinen warmen Punsch, frisch aufgeschnittene Früchte und die allerletzten Weihnachtsguetzli naschen.

Nach dem langen „Bädele“ konnte die ganze Hornhaut des vergangenen Jahres mit einem Frottiertuch abgeschrubbelt werden. Die wohltuende Massage mit einer pflegenden Creme war der krönende Abschluss und manch eine Bewohnerin ging dann wie auf Wolken auf ihr Zimmer zurück. Die Dekoration wurde gewürdigt, und ein wohlriechender Duft strömte durch das ganze Sockelgeschoss des Haus C. Schon im Februar steht der nächste Termin für einen Wellness-Nachmittag auf dem Programm.

Text: Rosmarie Estermann
Aktivierungsfachfrau HF

Aktivierung: Spielnachmittag

Am 23. Januar 2025 führten Irene Widmer (Mitarbeiterin Aktivierung) und Barbara Wehrli (dipl. Hauspflegerin) einen Spielnachmittag mit den Bewohnerinnen und Bewohnern durch.



Am Spielnachmittag standen viele verschiedene Spiele bereit, um gemeinsam gespielt zu werden. Dazu reichten Barbara Wehrli und Irene Widmer frische Früchte und Getränke.

Zum angesagten Spielnachmittag kamen nur wenig Bewohnende. Ob das Wetter draussen zu schön war? Jedoch wer dort war, kam ganz in den Genuss der Gesellschaftsspiele. Zum Beispiel Eile mit Weile war hoch im Kurs. Aber es blieb auch Zeit für

Gespräche, währenddessen von den frischen Früchten genascht wurde. Es war ein schöner, kurzweiliger Nachmittag – vielleicht sind auch Sie das nächste Mal dabei? Die Organisatorinnen würden sich freuen!



Der Spielnachmittag war schön und kurzweilig.

Aus der Region: LILU

LILU, das Lichterfest von Luzern, ist eine seit Januar 2019 jährlich wiederkehrende Veranstaltung mit etwa zwanzig Lichtinstallationen, welche im Zentrum von Luzern verteilt sind.



Da das erste Lichterfest im Jahr 2019 von Luzern ein grosser Erfolg war, wird es seither jährlich durchgeführt. Es bietet eine Brücke zwischen den Weihnachtsanlässen und der Fasnacht und ist inzwischen zu einem Publikums-Magnet geworden. Gerade in der Zeit, wo die Tage kürzer sind, erfreuen die verschiedenen Beleuchtungen die Besucher der Stadt Luzern. Während rund zehn Tagen zeigen Lichtkünstler aus der ganzen Welt ihre Projekte. Dieses Jahr fand das LILU vom 9. bis 19. Januar statt. Ein Spaziergang durch die Stadt

lohnte sich auf jeden Fall und wurde zu einem besonderen Erlebnis. Auf dem Rundgang kam ich in den Genuss von verschiedenen Lichtshows, welche mit Musikkonzerten verbunden waren. Aber auch die übrige Beleuchtung von Luzern, die beleuchteten Schiffe, welche sich im Wasser spiegeln und die Stadt selbst, haben für mich einfach eine bezaubernde Ausstrahlung. Mit ein paar Bildern nehme ich euch mit an das LILU.

Text: Beatrice Koch



„Monad“ von Anastasia Isachsen ist eine Lichtschau, welche im Vierwaldstättersee in Wassernebel projiziert wird und zum Nachdenken anregt.

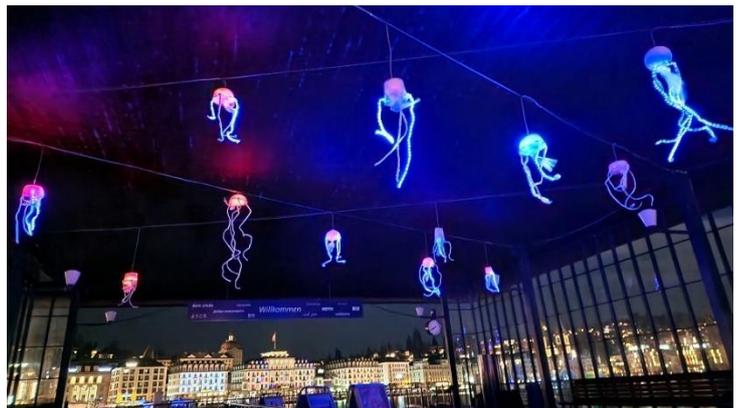


Das Hotel Montana (links) im bunten Farnekleid und am Nachthimmel leuchtet der Vollmond.

Die Kapellbrücke mit dem Wasserturm, beleuchtet von Kurbas Pro, einem Produktionsstudio aus der Ukraine. Die Bilder vermitteln ein Zuhause-Gefühl.



„Yelliworld“ von Daniel Kurniczak aus Polen versetzt die Zuschauer in eine Unterwasserwelt mit leuchtenden Quallen, welche aus gebrauchtem Kunststoff hergestellt sind. Er hat nicht nur die Lichtschau produziert, sondern auch die Musik dazu komponiert. Im Hintergrund die Häuser am Quai.



The Butterfly Effect ist eine Lichtinstallation, welche an die Schönheit und die Zerbrechlichkeit der Natur erinnert. Die Schmetterlinge schimmern in farbigen Reflexen, ein Spiel mit Licht und Schatten kann auf den Häusern bewundert werden.



„Do humans need humans?“ von Farnesina Digital Art Experience (Italien), die Lichtinszenierung auf dem Torbogen beim Bahnhofplatz. Die Show hinterfragt die digitalen Technologien und die künstliche Intelligenz. Wird menschliches Schaffen noch notwendig sein?



Bildrätsel: Wo ist das?

Wie gut kennen Sie sich aus in und um den Falkenstein? Wenn Sie sich auf einen Spaziergang begeben, begegnen Sie irgendwo diesem Sujet. Wissen Sie, wo es sich befindet?

Die Antwort finden Sie in der März-Ausgabe, so bleibt genügend Zeit, es herauszufinden.



Wo befinde ich mich?

Auflösung Bildrätsel Januar Huszytig:



Dieses Schweizerkreuz auf grünem Hintergrund befindet sich auf dem Erste Hilfe Koffer, der an der Wand beim Durchgang von Haus B zu Haus C hängt, gleich neben dem Defibrillator. Darin befindet sich alles, was man bei einem Notfall gebrauchen kann. Dreiecktücher, Wundkompressen, Verbandtuch, Fixerbinden Heftplaster und vieles mehr.

Andachten	Andreas Schindler, Benjamin Leuenberger, Piotr Palczynski
Bewegung macht Spass	Rosmarie Estermann
Bewegungsstunde	Barbara Wehrli
Bunte Stunde	Annette Heuberger
Coiffeur	Delia Döbeli, Menziken, Sheila Däpp, Beinwil
Fitness für den Kopf	Rosmarie Estermann
Fusspflege	Eveline Frank, Silvia Müller
Jassclub	Annette Heuberger
Kaminfeuergespräch	Annette Heuberger
Kochen	Barbara Wehrli, Irene Widmer
Kreativ Atelier	Rosmarie Estermann, Barbara Wehrli
Sturzprophylaxe/Laufgruppe/Spielnachmittage	Rosmarie Estermann, Barbara Wehrli
Sitztanz und Weisch no?	Rosmarie Estermann
Senioren-Yoga auf dem Stuhl	Karin Stauber
Singende Begegnung	Rosmarie Estermann
Stammtisch für Bewohnende	Hans Schweizer

Impressum

Herausgeber:	Falkenstein Asana AG
Geschäftsleitung:	Hans Schweizer Tel. 062 765 80 00
Erscheint:	monatlich
Auflage:	300 Stück
Redaktions-Team/Leitung:	Beatrice Koch
Redaktionsschluss nächste Ausgabe:	15. Februar 2025
Einsendungen an:	Falkenstein Asana AG z.H. Beatrice Koch Schwarzenbachstrasse 9 5737 Menziken
Copyright:	Falkenstein Asana AG info@falkenstein-menziken.ch www.falkenstein-menziken.ch
Huszytig's Team:	Brigitte Bosch, Sandra Haller, Beatrice Koch, Sakuntala Küttel, Steffi Neumann, Barbara Wehrli

Spenden für Bewohnerinnen und Bewohner der Residenz Falkenstein

Alle Veranstaltungen, musikalischen Darbietungen, kleine Ausflüge usw. für unsere Bewohnerinnen und Bewohner finanzieren wir über unser Spendenkonto. Wir freuen uns deshalb über jede finanzielle Zuwendung.

Bewohner-Spenden-Konto

Hypothekarbank Lenzburg AG
5737 Menziken
IBAN CH43 0830 7000 2645 1431 9
zu Gunsten: Falkenstein Asana AG
Residenz für Wohnen und Pflege
Schwarzenbachstrasse 9
5737 Menziken

Fasnacht im Falkenstein

Am Gütismontag, 3. März 2024, 14.30 Uhr, geht es in der **Cafeteria** fastnächtlich zu und her. Musikalische Unterhaltung mit dem **Duo Lüthold**.

Um 16.00 Uhr besucht uns die **Familienguggen-Musik Stompegosler** aus Pfeffikon, welche uns mit ihren kakophonischen Klängen erfreuen wird.

Racletteplausch mit Hans Arnold

Am Dienstag, 11. März 2025, um 11.30 Uhr, findet ein Racletteplausch statt. Musikalische Unterhaltung durch Hans Arnold (Handorgel und Keyboard).

Kaminfeuergespräch

Am Montag, 17. März 2025, um 18.30 Uhr, begrüsst Sie Annette Heuberger zum beliebten **Kaminfeuergespräch**. Gast: **Christine Egerszegi**, Mellingen. Christine Egerszegi war in vielen politischen Funktionen tätig, zuletzt als Aargauer Ständerätin der FDP. Sie hat sich aber auch stets für die Entwicklung der Aargauer Musikschule eingesetzt.

Unterhaltung mit Jörg Bieri «De Seetaler»

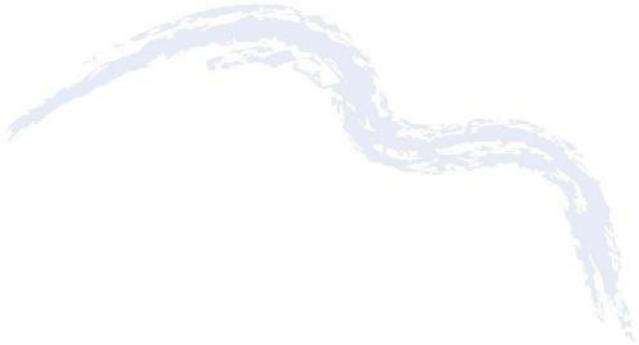
Am Mittwoch, 19. März 2025, 14.30 Uhr, musiziert der Alleinunterhalter Jörg Bieri «De Seetaler» für Sie in der **Cafeteria**. Es ist schön ein Musikant zu sein - mit diesem Motto ist Jörg Bieri für Sie musikalisch unterwegs.

Jassen mit Schülern

Die 4. Klasse der Schule Menziken besucht den Falkenstein. Die Schüler von Frau Susanne Dommen haben Jassen gelernt und möchten dies nun zusammen mit unseren Bewohnenden anwenden. 12 Schüler kommen am **Dienstag, 18. März** und 12 Schüler am **Donnerstag, 20. März 2025**. **Jeweils um 14.30 Uhr in der Cafeteria**.

Konzert St. Petersburg Ensemble

Am Donnerstag, 27. März 2025, 14.30 Uhr, Cafeteria, singt das St. Petersburg Männerensemble russische Lieder, vorgetragen von ausdrucksstarken Stimmen.



Falkenstein Asana AG
Schwarzenbachstrasse 9
5737 Menziken

Tel: 062 765 80 00
info@falkenstein-menziken.ch
www.falkenstein-menziken.ch



Auf dem Sonnenbänkli die Aussicht geniessen.