

# HUSZYTIG



Dezember 2024

**Titelbild: Adventskranz**

Wenn am Adventskranz alle vier Kerzen brennen, steht Weihnachten vor der Tür. Eine Tradition, welche aus dem Jahr 1839 stammt. Eine weitere Tradition sind die Adventsfenster – darüber berichtet Steffi Neumann auf Seite 14.

**Rückseite: Eltern/Grosseltern-Kind-Singen**

Noch bis am 13. Dezember findet immer am Freitagmorgen das ELKI-Singen in der Lounge Haus C statt. Dazu sind jeweils auch die Bewohnenden herzlich willkommen. Dieses Generationenprojekt macht Freude.

Das Leben ist jeden Tag anders,  
aber immer voller Wunder!

(unbekannt)



Sedrun GR. (bko)

## Bewohnende

### Leider mussten wir Abschied nehmen von unserer Bewohnerin

10. November 2024      **Frau Esther Hörner**, Abteilung F

### Herzlich willkommen im Falkenstein

05. November 2024      **Frau Rita Koch**, Abteilung A

09. November 2024      **Frau Delia Häfliger**, Abteilung C

### Wir gratulieren herzlich zum Geburtstag

03. Dezember 2024      **Frau Doris Weber**, Abteilung D

09. Dezember 2024      **Frau Annerös Erismann**, Abteilung E

10. Dezember 2024      **Frau Josephine Weibel**, Abteilung E

10. Dezember 2024      **Frau Helene Spörri**, Abteilung F

15. Dezember 2024      **Frau Katharina Brand**, Abteilung B

21. Dezember 2024      **Frau Rita Koch**, Abteilung A

25. Dezember 2024      **Frau Christa Sommerhalder**, Abteilung A

27. Dezember 2024      **Frau Lotti Hediger**, Abteilung F

31. Dezember 2024      **Frau Hildegard Wamister**, Abteilung C

# Mitarbeitende

## Die besten Wünsche zum Geburtstag

01. Dezember 2024	<b>Christopher Rea</b> , Lernender FaGe, E
01. Dezember 2024	<b>Franziska Stuber</b> , Fachfrau Gesundheit EFZ, A / B
04. Dezember 2024	<b>Baida Mustafoska</b> , Mitarbeiterin Wäscherei
06. Dezember 2024	<b>Patrick Steinmann</b> , Mitarbeiter Technischer Dienst
08. Dezember 2024	<b>Daniela Radovic</b> , Pflegemitarbeiterin, E
09. Dezember 2024	<b>Tsering Serthang</b> , Fachmann Gesundheit in Ausbildung, E
12. Dezember 2024	<b>Hans Schweizer</b> , Geschäftsleiter
15. Dezember 2024	<b>Corinne Nussbaumer</b> , Leitung Pflege und Betreuung
19. Dezember 2024	<b>Melita Boqaj</b> , Mitarbeiterin Service
21. Dezember 2024	<b>Fritz Winkler</b> , Leiter Technischer Dienst
25. Dezember 2024	<b>Anisa Sulejmani</b> , Lernende AGS, F
30. Dezember 2024	<b>Manuela Notter</b> , Mitarbeiterin Service



Das Bundeshaus Bern, von der Abendsonne beleuchtet. (bko)



## Mitarbeitende: Portrait Bleriana Mulaj



Bleriana Mulaj, Lernende AGS

Mein Name ist **Bleriana Mulaj**, ursprünglich bin ich aus dem Kosovo. Ich lebe in Reinach, zusammen mit meiner Familie. Ich habe drei Schwestern und einen Bruder, was bei uns immer für viel Trubel sorgt, aber genau das liebe ich – es wird nie langweilig bei uns. Zurzeit mache ich im Falkenstein auf der Abteilung F die Lehre als Assistentin Gesundheit. Ich freue mich, jeden Tag etwas Neues zu lernen und mich weiterzuentwickeln. In meiner Freizeit ver-

bringe ich gerne Zeit mit meiner Familie und meinen Freunden. Ich bin ein lebhafter Mensch, ich mag es mit anderen in Kontakt zu sein und zu reden. Egal ob auf der Arbeit, in der Schule oder mit Freunden – ich bringe Energie und Leben in die Runde. Meine Bildungsverantwortliche nennt mich „Zwirbeli“, da ich viel Bewegung in den Arbeitsalltag bringe. Obwohl ich manchmal etwas zu aufgedreht bin, schätzen und mögen die Bewohnenden meine Art.

## Mitarbeitende: Portrait Ursula Stöcklin



Ursula Stöcklin, Mitarbeiterin Service

Mein Name ist **Ursula Stöcklin**. Ich bin mit zwei älteren Geschwistern auf der Forch im Zürcher Oberland aufgewachsen. Bald nach meiner 3-jährigen Lehre lernte ich meinen zukünftigen Mann kennen und wechselte der Liebe wegen meinen Wohnsitz nach Baden. Beruflich bedingt war mein Mann oft im Ausland unterwegs, wohin ich ihn erst allein und später auch mit unseren zwei Kindern begleitete. So durfte ich für längere Zeit in Dänemark, Holland und Amerika leben.

In all den Jahren danach war ich in einigen und sehr unterschiedlichen Jobs unterwegs. Wie Service, bei der Post als Briefträgerin, Kantine, im Spital und Altersheim. Einige Jahre hatte ich sogar einen regelrechten Schoggi-Job als Verkäuferin bei Läderach. Egal was ich machte, der Kontakt mit Menschen war mir schon immer eine Herzensangelegenheit.

Seit einigen Jahren wohne ich in Hägglingen, im schönen Freiamt. In

meiner Freizeit genieße ich meine Familie. Im speziellen meine zwei Enkel, mit denen ich viel Zeit verbringe und einiges unternehme. Ich bin gerne in der Natur unterwegs oder treffe mich mit Freunden. Vor einem Jahr habe ich die Ausbildung zur Fitness und Gymnastikleiterin bei der Pro Senectute abgeschlossen. Nun leite ich mit viel Engagement und Freude Seniorengruppen mit Teilnehmern ab 60 Jahren.

Seit Februar 2024 arbeite ich im Falkenstein im Serviceteam und bin sehr dankbar, dass ich mich hier einbringen darf. Es bedeutet mir sehr viel, Senioren zu begleiten. Es macht mich glücklich, sie zu unterstützen oder behilflich zu sein. Das Schönste jedoch ist, wenn ich den Bewohnenden ein Lächeln auf ihr Gesicht zaubere. Ich mag die facettenreiche Arbeit und hoffe sehr, dass ich noch lange mit Hingabe arbeiten kann.

# Nachgefragt bei Peter Stäheli, Bewohner

## Jahresthema Nr. 2: Nachgefragt bei ...

Sandra Haller und Natalie Gächter im Gespräch mit Herr Peter Stäheli, Bewohner im Falkenstein.

**Herr Stäheli, zuerst einmal ganz herzlichen Dank, dass Sie Natalie Gächter und mir über und aus Ihrem Leben berichtet haben.**

**Können Sie sich kurz in ein paar Worten beschreiben/vorstellen?**

Ich bin stolze „91 einhalb“ Jahre alt. Ich war 65 Jahre verheiratet und habe 3 Töchter, auf die ich enorm stolz bin, und ich bin ehemaliger Realschullehrer aus Reinach.

**An was denken Sie gerne zurück?**

Ich denke an sehr sehr vieles gerne zurück. Spontan kommen mir gerade meine unzähligen naturkundlichen Exkursionen, die ich privat oder mit meinen Schülern unternommen habe, in den Sinn. Die Natur ist mein ein und alles.

**War Ihr Berufswunsch von Anfang an Lehrer?**

JA, nach meiner Rekrutenschule, wo ich als Funker tätig war, besuchte ich dann das Lehrer-Seminar.

**Wie viele Jahre haben Sie insgesamt unterrichtet? Und waren alle in Reinach im Centralschulhaus?**

Zuerst unterrichtete ich 5 Jahre an der Primarschule in Hunzenschwil, danach 40 Jahre an der Realschule in Reinach, bis zu meiner Pensionierung.

**Was zeichnete Sie besonders aus als Lehrer?**

Die Schüler für unsere wunderbare Natur zu begeistern. Klavier zu spielen

und zu unterrichten und auf meiner „Runzelflöti“ spielen...(die Runzelflöti ist seine Handorgel).

**Haben Sie noch Kontakt zu ehemaligen Berufskollegen oder sogar zu ehem. Schülern?**

Ja, es gibt ab und zu noch ehemalige Schüler, die mich erkennen, wenn sie jemanden besuchen hier im Falkenstein und Lehrerkollege Hanspeter Steiner besucht mich auch ab und zu.

**Welche Fächer unterrichteten Sie besonders gerne?**

MUSIK und natürlich eben Naturkunde, dies interessierte mich halt schon brennend als ich noch selber Kind war.

**Wie wurden damals „Büsucheibe“ (nicht ganz soooo...brave Schüler) von Ihnen als Lehrer bestraft?**

Eigentlich wäre „Stundenarrest“ am Mittwochnachmittag angesagt gewesen. Ich bin aber mit den Schülern jeweils für zwei Stunden in den Wald und über die Felder gelaufen und wir haben geredet. So hat es denen „de Grind dureglüftet“ und sie sind automatisch wieder „uf de Bode zrug cho“...

**Ist eines Ihrer Kinder auch Lehrperson geworden?**

Nein, aber sie sind im Therapie und Fürsorge-Bereich tätig, was ja doch eine Ähnlichkeit hat.



**Was hat Sie all die vielen Jahre als Lehrer motiviert?**

Die vielen Exkursionen die ich auch für meine Berufskollegen organisieren durfte.

**Was können Sie den heutigen Schülern „Gutes“ mitgeben auf ihrem Weg? Haben Sie einen guten Rat?**

Geht in die Natur, kommt dort zur Ruhe und dann läuft „de Charre“ weder...

**Gibt es einen ganz besonderen Schüler, der Ihnen bis heute in Erinnerung geblieben ist? Und Warum?**

Herr Stähli studiert sehr laaange... Hmm... ich sage jetzt, es gab viele, Namen möchte ich aber keine nennen.



Herr Stähli beim geliebten Klavierunterricht.

**Würden Sie gerne Ihr Schulzimmer im Zentralschulhaus nochmal besuchen?**

Ja, das würde ich gerne.

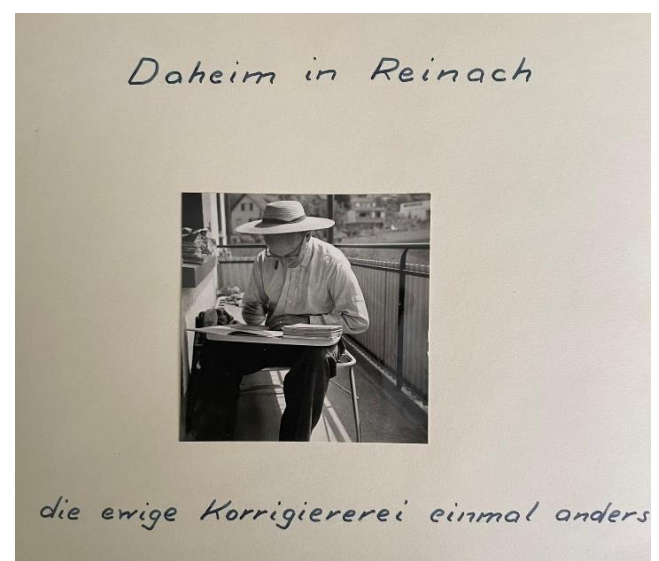
**Auf was sind Sie besonders stolz in Ihrem hohen Lebensalter?**

Dass ich 91 ond es halbs Jahr alt bin.

**Merci vielmol Herr Stäheli für Ihre äusserst interessante Antworten. Mer wönsche Ihne vo Härze alles alles Gueti ond bliibe Sie gsund, schön, dörfe mer Sie do be eus im Falkenstein ha.**



Herr Stäheli war schon in der Primarschule (Zeichnung 5. Kl.) ein begnadeter Zeichner.



Lehrer Stäheli beim Korrigieren der Schulhefte.

# Strategiemeeting – Workshop für Mitarbeitende

Am Mittwoch, 13. November, beteiligten sich 20 Mitarbeitende der Residenz Falkenstein am Strategiemeeting auf dem Eichberg. Verwaltungsratspräsident Thomas Staub begrüßte die Mitarbeitenden und führte diese mit folgenden Worten in das Thema ein:

## **Begrüssung / Einführung**

Herzlich willkommen zum Workshop «Vision, Mission, Werte und Leitbild»! Ich verspreche, dass dies ein sehr spannender und intensiver Tag wird. Ihre aktive Mitarbeit ist gefordert, Ideen und Vorschläge sind gefragt. Sie haben die Chance, die Zukunft des Falkensteins mitzugestalten. Seien Sie mutig, bringen Sie sich aktiv in die Diskussion ein und denken Sie auch ausserhalb der heutigen Leitplanken.

## **Warum eine neue Strategie?**

Wir arbeiten doch auch so jeden Tag und geben unser Bestes und alle Betten sind belegt... Es ist doch eigentlich alles gut!? Der Verwaltungsrat will im Rahmen dieses Strategieprozesses den Falkenstein, zusammen mit den Mitarbeitenden und dem Geschäftsleiter Hans Schweizer, für die zukünftigen Herausforderungen fit machen. Wir sind heute ein erfolgreiches Unternehmen und der Verwaltungsrat ist überzeugt, dass wir auch sehr viel Zukunftspotenzial haben.

## **Braucht es in Zukunft überhaupt noch stationäre Langzeitpflege-Einrichtungen?**

Ich bin felsenfest überzeugt, JA! Auch wenn vermehrt ambulante Pflege zu Hause möglich ist und der Heimeintritt immer später erfolgt, wird die Nachfrage nach Langzeitpflegeplätzen nicht wegbrechen, sondern zunehmen. Der Anteil von über 80-jährigen Personen in unserem Ein-

zugsgebiet wird sich in den nächsten rund 15 bis 20 Jahren mehr als verdoppeln. Jedoch werden sich die Erwartungen und Ansprüche der künftigen Bewohnenden stark verändern. Selbstbestimmung, Individualität, keine fixen Tagesabläufe werden noch wichtiger. Es werden neue Technologien und Hilfsmittel zur Bewältigung des Alltages zum Einsatz kommen. Die politischen Rahmenbedingungen und die Finanzierung von Pflegeplätzen werden sich weiterentwickeln. Auch die Erwartungen und Ansprüche der Mitarbeitenden verändern sich laufend.

## **Wir haben ein sehr gutes Fundament und fragen uns trotzdem:**

Wie soll unsere Positionierung in Zukunft sein? Wo können wir uns an Bewährtem orientieren und wo können und müssen wir uns weiterentwickeln, um erfolgreich bleiben zu können?

Welche neuen Angebote (z.B. neue Wohnmodelle, Gastronomie, modulare Dienstleistungspakete, KITA für Kinder von Mitarbeitenden) sollen wir entwickeln?

## **Der Verwaltungsrat leistete Vorarbeit**

Der Verwaltungsrat war bereits aktiv in vorgelagerten Workshops am Prozess beteiligt und hat unter anderem eine SWOT-Analyse (Stärken und Schwächen / Chancen und Risiken) erarbeitet. Er wird in den nächsten Monaten, u.a. basierend auf dem



Workshop der Mitarbeitenden, Vision, Mission und Leitbild schärfen und ausformulieren, Handlungsmassnahmen diskutieren und Massnahmenpakete definieren. Die Arbeiten dauern ca. bis Sommer 2025 und die Mitarbeitenden werden laufend darüber informiert.

Text: Thomas Staub,  
Verwaltungsratspräsident

Zum Schluss seiner Ansprache dankte Thomas Staub den Mitarbeitenden herzlich für die Teilnahme und das Engagement, und er übergab das Wort an das Team der BDO Aarau, welches unter Leitung von Marcel Gertsch über sehr viel Erfahrung in Strategieprozessen verfügt.

### **Rückblick auf das Meeting**

Thomas Staub hatte nicht zu viel versprochen – der Tag war spannend und fordernd. Die Mitarbeitenden arbeiteten in drei Gruppen und befassten sich intensiv mit dem neuen Leitbild der Falkenstein Asana AG. Was zeichnet uns aus in Bezug auf unsere Werte? Was ist unsere Vision, unsere Mission? Welche Massnahmen braucht es? Wie geht es weiter? All diese Themen wurden eingehend diskutiert und erarbeitet. Die wichtigsten und am häufigsten erwähnten Ideen und Ergebnisse sind nun beim Verwaltungsrat zur Weiterbearbeitung. Wie Thomas Staub bereits erwähnte, wird der Verwaltungsrat Massnahmenpakete definieren und die Mitarbeitenden laufend darüber informieren. Gespannt sehen wir nun dem Gesamtergebnis entgegen.

Text: Beatrice Koch



Die Mitarbeitenden befassten sich einen Tag lang intensiv mit dem Leitbild der Residenz Falkenstein.



Im Rahmen des Strategiemeetings will der Verwaltungsrat den Falkenstein, zusammen mit den Mitarbeitenden und dem Geschäftsführer Hans Schweizer, für die zukünftigen Herausforderungen fit machen.



Aufgeteilt in drei Gruppen hatten die Mitarbeitenden die Möglichkeit, ihre Ideen und Visionen in der Diskussion einzubringen.

## Teamessen Technischer Dienst

Am 29. Oktober traf sich das Team Technischer Dienst im Restaurant Hollywood Menziken zu einem Teamessen.



Das Teamessen des Technischen Dienstes war rundum eine gelungene Sache. Alle haben sich etwas Feines



zum Essen ausgesucht und den gemütlichen Abend genossen, inklusive einem erfrischenden Dessert!

## Dienstjubilaren-Essen



v.l. Hans Schweizer, Isilda Coelho (10 DJ), Barbara Wehrli (40 DJ), Beatrice Koch (15 DJ). Auf dem Bild fehlen Melita Boqaj (20 DJ), Beatrice Juchli (15 DJ) und Fritz Winkler (10 DJ).

Am 14. November lud die Geschäfts- und Bereichsleitung der Residenz

Falkenstein alle diesjährigen Jubilare ab dem 10. Dienstjahr zu einem Mittagessen im festlichen Rahmen ein. Sandra Bolliger hatte den Tisch wunderschön eingedeckt. Nach einem Apéro blickte Hans Schweizer, Geschäftsleiter, auf die vergangene Zeit zurück. Die Jubilare brachten es auf die stattliche Zahl von gemeinsamen 110 Dienstjahren. Er dankte den Mitarbeitenden für das Engagement und die Loyalität für den Falkenstein. Anschliessend genossen alle das 3-Gang Menü. Es war sehr lecker und wir danken herzlich für diese Wertschätzung.

Text: Beatrice Koch



## Teamessen Administration, Bereichs- und Abteilungsleitungen

Am 14. November lud der Geschäftsleiter Hans Schweizer das Team Administration sowie alle Bereichs- und Abteilungsleitungen zum Teamessen ein. Treffpunkt war im Aarauer Schachen, alles Weitere war eine Überraschung.



Wenn das Essen selbst zubereitet ist, schmeckt es doppelt so gut.  
Es war herrlich, was die fröhlichen Gesichter bestätigen.

Nachdem alle den Feierabend-Stau in Aarau hinter sich gelassen hatten, trafen sich das Team Administration sowie die Bereichs- und Abteilungsleitungen im Schachen in Aarau. Lange schon spekulierte man, wo das Essen stattfindet und welche Überraschung auf uns wartet. Eine Wand hochklettern, Schlittschuhlaufen oder vielleicht Curling? Nein, Hans Schweizer führte uns ins ehemalige Kern-Areal, wo uns die zwei passionierten Köche Rafael Bölsterli und Andreas Ehrensberger, im grossen Cookuk-Kochatelier erwarteten. Nach einem Apéro erklärte Rafael die verschiedenen Rezepte für Vorspeisen, Hauptgang und Desserts. Was so viel bedeutete, dass wir unser Essen selber zubereiten werden. Mit Begeisterung machten sich alle ans

Werk, es herrschte eine friedliche Stimmung und man half einander wo nötig. Die beiden Köche standen stets mit Rat und Tat zur Seite und hatten alle Zutaten bis ins Detail bereitgestellt. Und oh Wunder, alles war zurzeit fertig und schon konnten wir die vielen verschiedenen schön angerichteten Vorspeisen geniessen. Am grossen Tisch wurde viel gelacht und über die erlebte Kocherfahrung geplaudert. Der Hauptgang war himmlisch und die Desserts sahen nicht nur verführerisch aus, sondern schmeckten einfach super. Alle Rezepte haben uns die beiden Köche nachgeschickt, und bestimmt werde ich einige dieser Köstlichkeiten nachkochen.

Text: Beatrice Koch

# Team Abteilungsleitungen Pflege stellt sich vor

## Jahresthema Nr. 1: Team ... stellt sich vor



Team Abteilungsleitungen Pflege.

### **Das Team Abteilungsleitungen Pflege zeichnet sich durch folgende Eigenschaften aus:**

Wir sind **3** Personen.

Wir sprechen **8** verschiedene Sprachen.

Wir sind durchschnittlich **46** Jahre alt.

Wir wohnen insgesamt **43.3** Kilometer vom Falkenstein entfernt.

Wir sind **3** Autofahrer auf dem Arbeitsweg.

Wir haben insgesamt **5** Kinder und **1** Enkelkind.

Wir haben insgesamt **3** Haustiere (**2** Hunde und **1** Pferd).

### **Wir haben besonderes Wissen / Fähigkeiten, nämlich folgende:**

Tanzen und andere Menschen begeistern / motivieren.

In unserem Team sind **2** sportlich, **1** musikalisch und **1** romantisch.

Unser Team besteht aus **2** lebhaften und **1** ruhigen Personen.

Wir sind insgesamt seit **49** Monaten im Falkenstein tätig.

Wir haben gemeinsam **69** Jahre Berufserfahrung.

**Das zeichnet uns als Team aus:**  
Zusammenhalt.

**Wir legen grossen Wert auf:**  
Offenheit, Zusammenhalt, Ehrlichkeit  
und Freundlichkeit.

**Unser Motto heisst**  
«Einer für alle und alle für einen.»

**Das Tollste an unserem Job ist:**

- Menschen in ihrem letzten Lebensabschnitt Lebensqualität geben zu können
- Die Zusammenarbeit mit allen Bereichen und auf allen Führungsebenen zum Wohle der Bewohnenden und Mitarbeitenden

Text: Steffi Neumann  
und Team Abteilungsleitungen Pflege

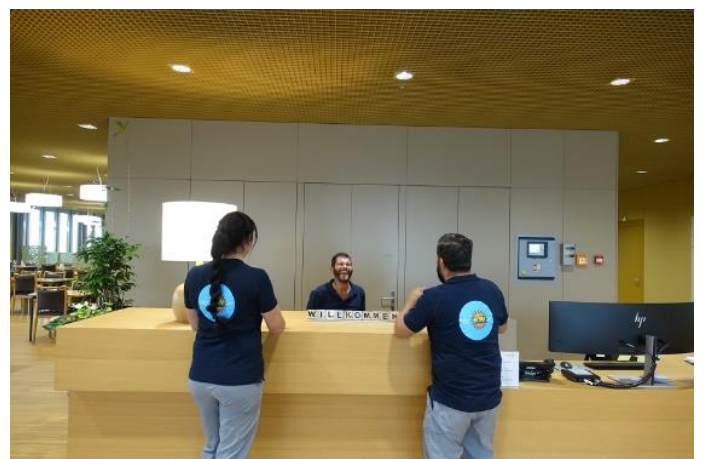
In der Mitte: Agron Etemaj, Teamleitung A/B.



In der Mitte: Nora Schäfer, Teamleitung C/D.



In der Mitte: Rui Justino, Teamleitung E/F.





# Aus der Region: Adventsfenster Menziken Burg

## Jahresthema Nr. 3: «Aus der Region»

**Die Entstehung und Bedeutung der Adventsfenster: Adventsfenster sind eine festliche Tradition, die in der Adventszeit viele Regionen in weihnachtlichem Glanz erstrahlen lässt. Doch woher stammt diese schöne Tradition und welche Bedeutung hat sie?**

### **Die Ursprünge der Adventsfenster**

Die Tradition der Adventsfenster lässt sich bis ins 19. Jahrhundert zurückverfolgen und ist eng mit der Entstehung des Adventskalenders verbunden. Der erste dokumentierte Adventskalender vom Theologen Johann Hinrich Wichern stammt aus dem Jahr 1839 und befand sich in einem Hamburger Kinderheim. In dieser Zeit markierten Adventskalender, oft in Form von Kerzen, die Tage bis Weihnachten, um den Gläubigen die Wartezeit zu verkürzen. Der Ursprung der Adventsfenster wird je nach Literatur in Deutschland, Österreich oder in der deutschsprachigen Schweiz vermutet. In der Schweiz wurde durch den Ethnologen Dominik Wunderlin der erste Beleg der Adventsfenster 1985 in Othmarsingen gefunden.

### **Was ist ein Adventsfenster?**

Ein Adventsfenster ist ein speziell dekoriertes Fenster, das an einem bestimmten Tag im Advent, meistens ab dem 1. Dezember, festlich beleuchtet wird. In vielen Städten und Dörfern wird dazu ein „Adventsfenster-Kalender“ erstellt, in dem für jeden Tag im Advent ein neues Fenster einer Familie oder eines öffentlichen Gebäudes feierlich eröffnet wird. Der Kalender läuft meist bis zum 24. Dezember, so dass täglich eine neue, kreative und oft thematisch gestaltete Fensterdekoration enthüllt wird. Die Fenster sind

häufig liebevoll dekoriert mit Motiven, die von klassischen Weihnachtsbildern über christliche Szenen bis hin zu modernen Interpretationen des Weihnachtsgedankens reichen.

Manchmal beinhalten sie auch Zitate, kleine Gedichte oder Bibelverse, die zur Besinnung und Reflexion in der Adventszeit anregen sollen.

### **Die Bedeutung der Adventsfenster**

Adventsfenster haben eine tiefe symbolische Bedeutung, da sie Licht und Hoffnung in eine oft kalte und dunkle Jahreszeit bringen. In der christlichen Tradition steht das Licht symbolisch für die Ankunft Jesu Christi, der als „Licht der Welt“ gesehen wird. In dieser Tradition tragen Adventsfenster dazu bei, das Warten auf das Weihnachtsfest zu begleiten und den Glauben an die Hoffnung und das Gute zu stärken. Daneben haben Adventsfenster auch eine starke gemeinschaftliche Bedeutung. Sie sind oft Anlass für Nachbarn, Familien und Freunde, sich zu versammeln und gemeinsam in die Vorweihnachtszeit einzutauchen. In einigen Orten werden zur Eröffnung eines Adventsfensters kleine Feiern oder Treffen organisiert, bei denen Punsch und Gebäck gereicht werden. So fördern Adventsfenster nicht nur den Zusammenhalt und die Gemeinschaft, sondern tragen auch dazu bei,



eine besinnliche und friedliche Atmosphäre zu schaffen.

### **Die heutige Verbreitung und Vielfalt der Adventsfenster**

Heute findet man Adventsfenster in vielen Teilen Europas, besonders in Deutschland, der Schweiz und Österreich. In manchen Orten gibt es sogar Wettbewerbe, bei denen das schönste Fenster prämiert wird. Auch Schulen, Kindergärten und Unternehmen nehmen inzwischen an dieser Tradition teil und gestalten ihre eigenen Fenster, sodass Adventsfenster heute nicht nur auf Privathäuser beschränkt sind. Mit der wachsenden Beliebtheit haben sich auch die Gestaltungsmöglichkeiten erweitert: Von aufwändigen Lichter-Installationen über kunstvolle Maleien bis hin zu einfachen, aber liebevoll gestalteten Kerzenarrangements – die Adventsfenster bieten jedem die Möglichkeit, seine Kreativität zum Ausdruck zu bringen und die Weihnachtsbotschaft individuell zu interpretieren.

### **Fazit**

Adventsfenster sind ein schönes Beispiel für eine Tradition, die christliche Werte, Gemeinschaft und Kreativität vereint. Sie bringen Licht und Wärme in die dunklen Tage des Winters und ermöglichen es den Menschen, sich auf das Wesentliche der Weihnachtszeit zu besinnen. Auch wenn der Ursprung in einem religiösen Brauch liegt, haben Adventsfenster heute eine universalere Bedeutung, die Menschen aller Altersgruppen und Hintergründe zusammenbringt und die Adventszeit verschönert. So bleibt zu hoffen, dass dieser festliche Brauch

noch lange erhalten bleibt und sich weiterverbreitet.

Text und Bilder: Steffi Neumann



Adventsfenster in Burg – sie verschönern die Adventszeit.



Adventsfenster sind ein schönes Beispiel für eine Tradition, die christliche Werte, Gemeinschaft und Kreativität vereint.



Adventsfenster fördern den Zusammenhalt und die Gemeinschaft.



So	01.12.	Ab 18:00 "Stärneträff" von der Kulturkommission-Menziken-Burg auf der Terrasse der Residenz Falkenstein in Menziken	Ja
Mo	02.12.	Christian & Christine Ammann, Dorfstrasse 31	Nein
Di	03.12.	Ab 19:00 ChanSoNette, Gesangskonzert im Gemeindesaal, Hauptstr. 80	Ja
Mi	04.12.	Savia Arnold, Hintergasse 7	Ja
Do	05.12.		--
Fr	06.12.	Samichlaus im Pärkli mit Geisslechlöpfe	Ja
Sa	07.12.	Andi Kunz & Steffi Neumann, Waldeggstrasse 5	Ja
So	08.12.	Tanja Edelmann, Schüsse mattstrasse 6	Nein
Mo	09.12.	Ab 19:00 Drogerie Sommerhalder, Dorfstrasse 18	Ja
Di	10.12.	Rahel Schmidheiny, Furkastrasse 35	Ja
Mi	11.12.	Philipp & Andrea Siegrist, Dorfstrasse 7	Ja
Do	12.12.		--
Fr	13.12.	Dario & Coni Arnosti, Grenzstrasse 24	Ja
Sa	14.12.	FarbKeller GmbH & Di Mercurio, Waldeggstrasse 49	Ja
So	15.12.	Rostislav & Iryna Chudnovsky, Gütschstrasse 21	Ja
Mo	16.12.	Saskia Koch, Plattenhofweg 6	Nein
Di	17.12.	Kindergarten bis 6. Klasse im Schulhaus Burg, Schulstrasse 11	Ja
Mi	18.12.	Nadine Hochuli, Schlosshübelstrasse 1	Nein
Do	19.12.	Isabelle Liermann, Rössligasse 13	Ja
Fr	20.12.	Urs & Diana Siegrist mit Sielia Mass und Michael Gander, Berghof 2	Ja
Sa	21.12.	Beat & Pia Müller, Turnplatzweg 1	Ja
So	22.12.	Roger & Madlen Baumgartner, Niederwilerstrasse 39	Ja
Mo	23.12.	Roger & Madeleine Rogger, Bäckerstrasse 5	Ja
Di	24.12.	Thomas & Nicole Hermann, Rüteliweg 14	Nein



**Bewirtung** - es wird ab 18:00 ein Getränk offeriert

Die Fenster sind zwischen 18.00 - 22.00 Uhr beleuchtet.



Wir freuen uns auf zahlreiche Besucher und schöne Begegnungen.



# Zukunftstag

Anstatt in die Schule zu gehen, besuchten tausende Kinder schweizweit eine Arbeitsstelle, so auch den Falkenstein. Am Donnerstag, 14. November, durften wir acht SchülerInnen zwischen 10 und 13 Jahren begrüßen, welche sich einen Einblick in den Arbeitsalltag im Falkenstein verschafften.



Drei SchülerInnen interessierten sich für den Bereich Pflege und fünf Jungen lernten die Aufgaben im Technischen Dienst kennen.

Nach einem erlebnisreichen Tag schilderten die Jugendlichen ihre Eindrücke wie folgt (Zusammenfassung):

«Als erstes sind wir alle zusammen auf einen Falkenstein-Rundgang gegangen, haben in den drei Häusern alle Stockwerke gesehen und viel Interessantes gelernt. Im Anschluss konnten wir unser Falkenstein-Wissen mit einem Kahoot-Quiz testen, das hat Spass gemacht!»

«Für die Pflege bekamen wir richtige Arbeitskleidung und haben dann gelernt, wie die Hände richtig gewaschen und desinfiziert werden, der Blutdruck gemessen oder ein Verband angelegt wird. Am Nachmittag



durften wir Bewohnende im Rollstuhl spazieren fahren und danach mit ihnen 'Eile mit Weile' spielen; sie haben mit Freude mitgemacht.»

«Der Technische Dienst hat ein Büro sowie eine eigene Werkstatt mit verschiedenen Arbeitsgeräten. In den drei Häusern gibt es viele technische Räume, zum Beispiel einen Heizungsraum oder das Elektrozimmer mit unzählig vielen Kabeln; das hat mich überrascht. Wir konnten beim Transport von Tischen und Stühlen helfen und das Arbeiten mit dem Laubbläser war mega cool.»

«Dieser Tag war spannend, streng und wir konnten viel Neues erfahren.»

Text: Cornelia Bachmann,  
Fachfrau Personal und SchülerInnen

# VERANSTALTUNGSKALENDER DEZEMBER 2024

Datum	Zeit	Anlass	Ort
So 01.12. <b>1. Advent</b>	18.00	Eröffnung Sternbeleuchtung Burg mit Rymenzburger Singers	Parkplatz Haus C
Mo 02.12.	08.30 10.00 10.00	Coiffeur Kochen Jassclub	Coiffeursalon Alltagsgestaltung Cafeteria
Di 03.12.	10.00	Singende Begegnung	Alltagsgestaltung
Mi 04.12.	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 05.12.	10.00 14.30	Fitness für den Kopf <b>Grittibänz backen</b>	Alltagsgestaltung Alltagsgestaltung
Fr 06.12. <b>St. Nikolaus</b>	09.00 10.00 14.30	Eltern-Kind-Singen, Bewohnende willkommen Bewegung macht Spass <b>Besuch vom Samichlaus</b>	Lounge Haus C Alltagsgestaltung Cafeteria
Sa 07.12.	08.30 10.00	Coiffeur Musikalisch durchs Jahr / Sitztanz	Coiffeursalon Alltagsgestaltung
So 08.12.		<b>2. Advent</b>	
Mo 09.12.	08.30 10.00 10.00 14.00 14.40	Coiffeur Kochen Jassclub <b>Interne Adventsfeier</b> Abt. A/B und C/D <b>Klarinetten-Konzert</b> mit <b>Christian Wirz &amp; Sven Bachmann</b>	Coiffeursalon Alltagsgestaltung Cafeteria <b>Cafeteria</b>
Di 10.12.	08.30 10.00	Fusspflege Singende Begegnung	Coiffeursalon Alltagsgestaltung
Mi 11.12.	10.00 13.30 16.30	Andacht mit Herrn Benjamin Leuenberger, Lenzchile Kreativ Atelier: <b>Schreibwerkstatt</b> für Weihnachtspost Senioren-Yoga auf dem Stuhl	Raum der Stille Alltagsgestaltung Irmigerstube
Do 12.12.	10.00 11.30 14.30	Fitness für den Kopf <b>Racletteplausch</b> Unterhaltung mit den <b>Oldie Singers</b> <b>Interne Adventsfeier</b> Abt. E und F	Alltagsgestaltung <b>Speisesaal</b>
Fr 13.12. ab	09.00 10.00 13.30	Eltern-Kind-Singen, Bewohnende willkommen Bewegung macht Spass <b>Weihnachtsbäume schmücken</b>	Lounge Haus C Alltagsgestaltung auf Abteilungen
Sa 14.12.	08.30	Coiffeur	Coiffeursalon
So 15.12.		<b>3. Advent</b>	



## VERANSTALTUNGSKALENDER DEZEMBER 2024

Datum	Zeit	Anlass	Ort
<b>Mo 16.12.</b>	08.30 10.00 10.00	Coiffeur Kochen Jassclub	Coiffeursalon Alltagsgestaltung Cafeteria
<b>Di 17.12.</b>	10.00	Singende Begegnung	Alltagsgestaltung
<b>Mi 18.12.</b> Cafeteria ganzer Tag geschlossen	08.30 10.00  <b>17.00</b>	Coiffeur Weihnachts-Andacht mit Abendmahl mit Herrn Willi Fuchs, reformiert <b>Weihnachtsdinner</b> für Bewohnende und Angehörige, musikalische Unterhaltung mit <b>Horner's Winter Garden</b> <b>Jazz Orchestra</b>	Coiffeursalon Raum der Stille  <b>Speisesaal / Cafeteria</b>
<b>Do 19.12.</b>	10.00  <b>14.30</b>	Fitness für den Kopf <b>Spielnachmittag</b>	Alltagsgestaltung <b>Alltagsgestaltung</b>
<b>Fr 20.12.</b>	08.15 10.00	Fusspflege Bewegung macht Spass	Coiffeursalon Alltagsgestaltung
<b>Sa 21.12.</b>	08.30 10.00	Coiffeur Weisch no?	Coiffeursalon Alltagsgestaltung
<b>So 22.12.</b>		<b>4. Advent</b>	
<b>Mo 23.12.</b>	08.30 10.00 10.00	Coiffeur Kochen Jassclub	Coiffeursalon Alltagsgestaltung Cafeteria
<b>Di 24.12.</b> <b>Heiligabend</b>	10.00  <b>18.30</b>	Singende Begegnung <b>Heiligabendfeier</b> für Bewohnende	Alltagsgestaltung Lounge/Cafeteria
<b>Mi 25.12.</b> <b>Weihnacht</b>	<b>10.30</b>	<b>Weihnachtskonzert</b> mit der Musikgesellschaft Menziken / Reinach	<b>Cafeteria</b>
<b>Do 26.12.</b> <b>Stephanstag</b>			
<b>Fr 27.12.</b>	10.00  <b>14.30</b>	Bewegung macht Spass <b>Kino</b> «Schwanensee Ballett»	Alltagsgestaltung Irmigerstube
<b>Sa 28.12.</b>	08.30 10.00 <b>14.30</b>	Coiffeur Musikalisch durchs Jahr / Sitztanz <b>Kino</b> «Ich denke oft an Piroshka»	Coiffeursalon Alltagsgestaltung Irmigerstube
<b>So 29.12.</b>			
<b>Mo 30.12.</b>	08.30 10.00 10.00	Coiffeur Kochen Jassclub	Coiffeursalon Alltagsgestaltung Cafeteria
<b>Di 31.12.</b> <b>Silvester</b>	10.00  <b>18.30</b>	Singende Begegnung <b>Anstossen aufs neue Jahr</b>	Alltagsgestaltung Lounge/Cafeteria

## Falki-Rückblick: Halloween

Am 31. Oktober bekamen die Bewohnenden einen Überraschungsbesuch von gruseligen Gestalten. Es war Halloween und einige Jugendliche aus Pfeffikon haben sich dafür extra verkleidet.



Die Schüler aus Pfeffikon überraschten sowohl die Bewohnenden als auch die Mitarbeitenden mit ihrem Überraschungsbesuch am Halloween-Abend.

Einige Jugendliche aus Pfeffikon kamen am Halloween-Abend auf die Idee, den Bewohnenden der Residenz einen Besuch abzustatten. Sie verkleideten sich passend zum The-

ma und sorgten damit für Überraschungsmomente. Das Serviceteam hatte ebenfalls an Halloween gedacht und eine kleine Süßigkeit auf die Tische im Speisesaal gelegt.



Das war eine gelungene Überraschung für die Bewohnenden und auch für die Mitarbeitenden – herzlichen Dank an die fantastischen gruseligen Jugendlichen.

## Konzert Tatjana Schaumova

**Am 31. Oktober wirbelten die Finger der Konzertpianistin Tatjana Schaumova über die Klaviertasten. Sie bot ein virtuoses und unvergessliches Konzert.**



Die Konzertpianistin Tatjana Schaumova beglückte das Publikum mit ihrem professionellen Klavierspiel.

Am Nachmittag um 14.00 Uhr traf Tatjana Schaumova im Falkenstein ein, ebenfalls die Tochter und der Sohn der verstorbenen Frau Neeltje Weber. Das Konzert wurde nämlich zu Ehren von Frau Weber abgehalten. Ihre beiden Kinder äusserten diesen Wunsch, da die Mutter früher so gerne Tatjana Schaumova's Konzert gelauscht hatte. In diesem Zusammenhang spendierten die beiden für alle Bewohnenden Kaffee und Kuchen. Im Vorfeld buken wir in der Aktivierung mit der Kochgruppe fleissig verschiedene Kuchen. Der Geschäftsleiter Hans Schweizer begrüsst alle zu diesem Anlass und wünschte viel Vergnügen. Die Stuhlreihen in der Lounge hatten sich gut gefüllt und alle Bewohnenden und Besucher horchten gespannt der klangvollen Musik. Frau Schaumova moderierte ihr Konzert selbst. Zu Beginn spielte sie auf Wunsch der Familie Weber das Lieblingslied von Neeltje Weber sel. Tatja-

na Schaumova sagte ein paar Worte dazu und meinte, es solle ein fröhliches Konzert werden. Zwischen den Stücken gab sie immer wieder Informationen zu den Liedern und übertraf sich selbst bei der Darbietung. Die Lieder waren so enthusiastisch vorgespielt, ohne Noten, dass es die Konzertpianistin zeitweilen fast vom Klavierstuhl riss. Der Applaus war gross, und die Zugaben fielen dann auch sehr zahlreich aus.

Nach dem Ohrenschaus ging's zu Kaffee und Kuchen. Die Bewohnenden setzten sich an die Tische und die Service- und Aktivierungs-Mitarbeitenden bedienten die Anwesenden mit feinem Kürbis-, Schoggi-, Zitronen- oder Marroni-Kuchen. Danach waren alle rundum zufrieden.

Vielen Dank an die Familie Weber für dieses grosszügige Geschenk.

Text: Irene Widmer  
Mitarbeiterin Aktivierung/  
Kinaesthetics-Trainerin



# Konzert Jodlerklub Oberwynental

Am Sonntag, 3. November 2024, besuchte der Jodlerklub Oberwynental den Falkenstein. In der Cafeteria kamen die Zuhörer in den Genuss ihrer wunderschön vorgetragenen Jodellieder.



Der Jodlerklub Oberwynental jodelte sich in die Herzen der Zuhörer.

Um 14.00 Uhr schon trudelten die Jodlerinnen und Jodler vom Jodlerklub Oberwynental ein. Um 14.30 Uhr startete dann pünktlich das Konzert. Unsere Bewohnerinnen und Bewohner sowie die Gäste der Cafeteria lauschten den tollen Jodelklängen.



Zwischen den Jodelliedern las eine Jodlerin Gedichte vor.

Die Frauen hatten einen guten Zungenschlag, die Männer waren begleitend unterwegs. Unsere Mitarbeiterin Doris Kottmann gab einen Juchzer zum Besten. Zwischen den Jodelliedern las eine Jodlerin jeweils zwei Gedichte vor. Das eine handelte von den Beschwerden des Alterns, was man tun könnte gegen Falten. Der zweite Text war von einem Mann, welcher zu Hause um seine Frau wohl nichts zu lachen hatte. Die Texte und die schönen Lieder wurden vom Publikum aufmerksam verfolgt. Es war ein stimmiger und rundum gelungener Sonntagnachmittag.

Text: Irene Widmer  
Mitarbeiterin Aktivierung/  
Kinaesthetics-Trainerin

## Lotto mit Gem. Frauenverein Menziken Burg

Am Montag, 4. November, fand das traditionelle Lotto mit dem Gemeinnützigen Frauenverein Menziken Burg statt. Auf einer Skala von eins bis zehn wäre das Lotto bei den Bewohnenden bestimmt eine zehn auf der Beliebtheitskala der Spiele.

Um 14.30 Uhr ging's los, das tolle Lotto des Gemeinnützigen Frauenvereins Menziken/Burg. Eine Schar fröhlicher Burger und Menziker Frauen kamen mit vielen feinen Sachen im Schlepptau an. Man konnte sich auf die Preise freuen, welche es gleich zu gewinnen gab, falls man das Lottoglück auf seiner Seite hatte. Gut 30 Bewohnende besuchten den Anlass und gewannen die mitgebrachten Preise wie Schoggi, Guetzi, Handcreme, Bonbons. Bei voller Karte, sprich Superlotto, gab es eine Rose nach Farbwahl und einen Gutschein der Falkenstein-Cafeteria. Bewohnende, welche leider kein Lotto rufen konnten, bekamen zum Schluss einen Trostpreis und kamen dann natürlich in den Genuss der feinen Torten. Wer nicht am Lotto war, war selber schuld. Die fleissigen Bäckerinnen des Gemeinnützigen Frauenvereins brachten Schwarzwälder-, Quark-, Linzer- und eine Apfeltorte mit in den Falkenstein. Diese standen für die Bewohnenden da zum Verköstigen, dazu gab es einen feinen Kaffee des Hauses. Also unsere Bewohnerinnen und Bewohner wurden nach Strich und Faden verwöhnt und genossen den Nachmittag natürlich auch sehr.

Text: Irene Widmer  
Mitarbeiterin Aktivierung/  
Kinaesthetics-Trainerin

Danke herzlich für die grossartige Veranstaltung: Danke den Frauen vom Gemeinnützigen Frauenverein für die geschenkte Zeit, die Preise, die Torten und Kuchen und danke allen fleissigen Helfern.



Die Frauen vom Gemeinnützigen Frauenverein Menziken Burg haben für das Lotto viele tolle Preise mitgebracht.



Das Lottospielen ist bei den Bewohnenden überaus beliebt.



Die selbstgemachten Torten liessen keine Wünsche offen.



# Wellnessnachmittag

**Zeit für eine Allround-Entspannung! Am 7. November durften sich unsere Bewohnenden zurücklehnen und verwöhnen lassen. Rosmarie Estermann, unsere Aktivierungsfachfrau, bereitete alles herzlich vor, um ihnen ein unvergessliches Wellness-Erlebnis zu schenken.**



Der Wellnessnachmittag, durchgeführt von Rosmarie Estermann (Aktivierungsfachfrau HF), war ein Fest für alle Sinne.



Für die Bewohnerinnen und Bewohner gab es ein Fussbad oder nach Wunsch ein Handbad und danach eine wohltuende Massage mit Pflegeprodukten. Dazu konnten sie leckere Früchte, Snacks, Kekse und Tee geniessen. Der Aktivierungsraum war mit schönen Blumen und Blättern dekoriert und der Duft von verschiedenen Aromaölen wie Zitronen, Lavendel Rosmarin und Arve umhüllte das ganze Sockelgeschoss.



Wir danken Rosmarie Estermann herzlich für die Vorbereitung und das geschenkte Wohlfühl-Erlebnis.

Text: Zuyyin Teh  
Lernende Kauffrau



# Kaminfeuergespräch mit Anna-Verena Hoffmann, Zürich

Annette Heuberger begrüßte am Montag, 11. November, Anna-Verena Hoffmann zu einem weiteren Kaminfeuergespräch im Falkenstein.



Anna-Verena Hoffmann, Galeristin und Autorin, erzählte aus ihrem Leben.

## **Einzug ins Schössli**

Anna-Verena Hoffmann ist zusammen mit drei Geschwistern im Wyental aufgewachsen. Ihre ersten Lebensjahre hat sie in Menziken verbracht. Familie Wirz wohnte im Elternhaus ihres Vaters, vis à vis der ehemaligen Druckerei Baumann. Die Platzverhältnisse waren eng, aber gaben ein Gefühl einer Grossfamilie, wohnten doch die Grosseltern im oberen Stock. Ihr Grossvater entstammte der Familie der „Bauernsamis“. Als sie ca. drei oder vier Jahre alt war, zügelte die Familie nach Gontenschwil, ins sogenannte Tannenmoos. Bis zur zweiten Klasse wohnten sie dort, sehr abgelegen, mit einem langen Schulweg. Dann konnten ihre Eltern ein Haus im Dorf kaufen, das sogenannte Schössli. In

diesem Haus betrieb dann die Familie einen Laden. Man verkaufte Textilien, Hüte, Schürzen, Babykleider, Wolle, alles was es zum Stricken brauchte und Faden. Zudem hatten sie auch ein Villars-Depot. Im Angebot fand man neben Schokolade auch Kaffee und Tee.

## **Anna-Verena Hoffmann entdeckt die Kunst**

Nach der Schulzeit in Gontenschwil ging es für Anna-Verena nach Aarau an die Handelsschule Limania. Nach dem Abschluss dieser Schule fand sie in der Aluminium in Menziken eine Anstellung. Ein heftiger Liebeskummer trieb sie dann aber in die Ferne. Sie suchte sich eine Anstellung im Welschland, in Lausanne. Die Arbeitssuche war etwas beschwer-

lich, da ihre Französischkenntnisse mangelhaft waren. Sie erhielt dann aber eine Chance und eignete sich die Sprache schnell an. Die Distanz heilte den Liebeskummer. In dieser Lebensphase wurde sie von einer Freundin an eine Silvester-Party nach Herrliberg am Zürichsee eingeladen. An dieser Feier lernte sie ihren zukünftigen Ehemann kennen. Sie zog nach Zürich, wo sie bis heute lebt. Ihr Mann musste in die Offizierschule und motivierte sie, in dieser Zeit nach London zu gehen, um Englisch zu lernen. Anna-Verena Hoffmann fühlte sich anfänglich nicht wohl in Zürich, es war ihr zu laut und zu gross. Als sie dann aber in London vom Postoffice-Tower über das riesige Häusermeer dieser Grossstadt blickte, erschien ihr Zürich wie ein Dorf. Das half ihr, sich mit Zürich anzufreunden. Ihr Ehemann arbeitete bei der Kreditanstalt und war in einem Ausbildungsprogramm. Das hatte zur Folge, dass sie zuerst nach London kamen und dann nach Paris. In Paris entdeckte Anna-Verena Hoffmann die Kunst. Sie besuchte nämlich die vielen Museen in der Stadt. Sie war fasziniert von der beeindruckenden Kunst. Die wunderbaren Bilder haben Spuren in ihrem Herzen hinterlassen. Sie begann, die Bilder, die sie im Louvre gesehen hatte, zu kopieren. Das war der Start ihrer Kunstleidenschaft. Eine weitere Station auf ihrem Lebensweg war Barcelona. Dort nutzte sie den Aufenthalt für eine spanische Sprachschule. Nach dieser Zeit malte Anna-Verena Hoffmann viel. Sie hat sich das Malen autodidaktisch beigebracht. Es folgte eine erste Ausstellung, zusammen mit ihrem Bruder Jak, in der Altstadt von Zürich. Sie

wechselte dann die Galerie. Im Seefeld, in der Nähe vom Opernhaus, stellte sie während rund 20 Jahren ihre Bilder aus.

### **Galerie sucht Künstler**

1985 hatte sie den Mut, eine erste Ausstellung mit ihren Bildern im Schlössli in Gontenschwil zu machen. Sie spürte das Feuer für diese Art der Kunstdarstellung in diesen Räumen. Sie startete eine Werbeaktion „Galerie sucht Künstler“. Das brachte sie auch auf die Kombination, malende und bildhauerische Kunst miteinander in den Ausstellungen zu verknüpfen. Nebst einem Halbtagsjob in Zürich und der grossen Präsenz an den Wochenenden in Gontenschwil blieb oft nicht viel Zeit, um neue Kräfte zu tanken. Als sie 52 Jahre alt war, starb ihr zweiter Ehemann. In dieser schweren Zeit geriet ihre eigene Malerei etwas in den Hintergrund. Die Galerie gab ihr jedoch Halt und Kraft.

### **Man fängt immer wieder irgendwo an**

Vor 12 Jahren hatte Anna-Verena Hoffmann das Glück, ihren heutigen Partner kennen zu lernen. Durch ihn hat sie den Weg zum Schreiben gefunden. Raymond hat ihr viel aus seinem Leben, der Zeit im „Chreis Cheib“, nahe dem Escher-Wyss-Platz erzählt. So mitten in Zürich, am Puls vom Leben. Diese Geschichten haben sie interessiert und gefesselt. Sie beschloss, das Erzählte auf Papier zu bringen. Daraus entstand das Buch „Du erzähltest mir“. Ihr neuestes Buch hat den Titel „Fang einfach an“, ihre eigene Lebensgeschichte mit vielen Kindheits-erinnerungen. Mit dem Titel tat sie

sich anfänglich schwer. Dann kam ihr eine Episode aus ihrem Leben in den Sinn. Sie stand vor einem Umzug und wusste nicht, wo sie mit Packen beginnen sollte. Sie rief ihre Schwester an und klagte ihr ihr Leid. Diese gab ihr den praktischen Rat: Fang einfach in einer Ecke an und arbeite dich mit Einpacken Schritt für Schritt vorwärts. Das war für Anna-Verena Hoffmann ein Symbol des Lebens. Man fängt immer wieder irgendwo an, alles ist am Fliessen. Ein weiteres Buch ist gerade in der kommenden Zeit top aktuell, beinhaltet es doch neun Weihnachtsgeschichten und heisst „Neunmal Weihnachten“.

### **Schaufensterintermezzos**

Vor sieben Jahren hat Anna Verena Hoffmann auch das Galeriekonzept überarbeitet. Die hohe Wochenendpräsenz wurde ihr allmählich zu viel und beschwerlich. Die beiden Schaufenster zeigen nun im Wechsel von drei Monaten sogenannte Schaufensterintermezzos. Dort können Künstler und Künstlerinnen ihre Bilder, Bildhauereien während drei Monaten ausstellen. Sie sind der Öffentlichkeit via Schaufenster zugänglich. Einen Raum nutzt sie für thematische Ausstellungen mit Werken von Kurt Hediger. Die Bilder werden ihr vom Verein „Freunde des Werks Kurt Hediger“ jeweils zur Verfügung gestellt.

Die Lebensgeschichte, aber auch ihr grosses Schaffen für die Kunst, haben uns sehr berührt. Sie steht mit beiden Beinen auf der Erde und ihr Wynentaler Dialekt, den sie sich erhalten hat, macht sie sehr sympathisch. Es hat uns aber auch beein-

druckt, wie sich Anna-Verena Hoffmann während Jahrzehnten uneigennützig für Künstlerinnen und Künstler eingesetzt hat. Sie gab vielen die Chance, ihre Kunst einer breiten Öffentlichkeit zu präsentieren.

Anna-Verena Hoffmann kreierte übrigens mit den Anfangsbuchstaben ihrer Lebensstationen ihre erste E-Mail Adresse (mglzlpb@bluewin.ch). Zum Schluss des Kaminfeuersgesprächs las uns die Künstlerin noch zwei Geschichten aus zwei ihrer Bücher vor.

Annette Heuberger  
Kümmerein



# Vortrag Palliation und Langzeitpflege

Am Donnerstag, 21. November 2024, konnte Corinne Nussbaumer, Leitung Pflege und Betreuung, Herr Dr. med. Henner Niebergall zum Vortrag «Palliation und Langzeitpflege» im Falkenstein begrüßen.



Dr. med. Henner Niebergall  
und Corinne Nussbaumer.

## **Einblick in den Vortrag von Dr. med. Henner Niebergall: Schmerz- und Palliativtherapie in der letzten Lebensphase**

Am 21. November 2024 hatten wir das Privileg, Dr. med. Henner Niebergall, Facharzt für Anästhesiologie mit einem besonderen Schwerpunkt auf Palliativ- und Schmerztherapie sowie psychosomatischer und psychosozialer Medizin, zu einem Vortrag im Falkenstein begrüßen zu dürfen. Der Vortrag, der sowohl für Bewohnende, die Öffentlichkeit als auch für Mitarbeitende geöffnet war, bot wertvolle Einsichten in Themen, die für die Pflege und Betreuung in der letzten Lebensphase von zentraler Bedeutung sind.

### **Schmerzen in der letzten Lebensphase – ein schmerzhafter, aber oft vernachlässigter Aspekt**

Im ersten Teil seines Vortrags widmete sich Dr. Niebergall den verschiedenen Facetten des Schmerzes

in der letzten Lebensphase. Oft bleibt Schmerz ein Tabuthema, und viele Menschen scheuen sich davor, über die Schmerzlinderung im Alter oder bei unheilbaren Krankheiten zu sprechen. Der Vortrag zeigte auf, wie wichtig es ist, Schmerzen frühzeitig zu erkennen und gezielt zu lindern, um den Betroffenen ein würdevolles und möglichst schmerzfreies Leben zu ermöglichen. Dies betrifft nicht nur den physischen Schmerz, sondern auch den seelischen, der häufig mit schweren Krankheitsverläufen und dem bevorstehenden Abschied von der Welt verbunden ist.

### **Palliativmedizin – Über den Tod sprechen lernen**

Im zweiten Teil seines Vortrags sprach Dr. Niebergall über den psychosozialen Aspekt der Palliativmedizin und das oft beschämte Tabu, das in unserer Gesellschaft mit dem Thema Tod behaftet ist. „Der Tod ist wie eine glitschige Seife“, sagte er.

„Der letzte Wille eines Menschen schwankt oft, verändert sich und lässt sich nicht immer festhalten.“ Diese Bemerkung gab uns allen zu denken. Besonders ergreifend war der Austausch über die Ängste und Belastungen der Sterbenden und ihrer Angehörigen. Der Tod ist ein Thema, das in vielen Familien ungern angesprochen wird, doch gerade diese Gespräche sind von grosser Bedeutung, um Ängste abzubauen und den Wunsch des Sterbenden zu respektieren.

### **Ein bewegender Appell für mehr Offenheit im Umgang mit dem Lebensende**

Dr. Niebergall gab uns zahlreiche Einsichten, wie wir als Gesellschaft und als Pflege- und Betreuungsteam, aber auch in der Familie den letzten Lebensabschnitt würdevoller gestalten können. Besonders eindrucksvoll war die Erkenntnis, wie wichtig es ist, die Ängste der Bewohner und ihre Angehörigen ernst zu nehmen und die Kommunikation über den Tod zu erleichtern. Der Vortrag sensibilisierte uns dafür, wie sehr unsere Gesellschaft von der Stigmatisierung des Themas Tod geprägt ist und wie viel Heilung durch Gespräche und respektvolle Begleitung geschehen kann. Wir bedanken uns bei Dr. med. Henner Niebergall für diesen tiefgründigen und bewegenden Vortrag und die wertvollen Impulse, die er uns mit auf den Weg gegeben hat. Es bleibt zu hoffen, dass wir alle in der Pflege und Betreuung auch weiterhin den Mut finden, offen und mitfühlend mit den Bewohnenden über ihre Wünsche und Ängste in der letzten Lebensphase zu sprechen.

Corinne Nussbaumer  
Leitung Pflege und Betreuung



Irene Widmer (Mitarbeiterin Aktivierung) und Barbara Wehrli (Dipl. Hauspflegerin) haben vorgängig mit den Bewohnenden Zöpfe gebacken für den Apéro nach dem Vortrag. Sie schmeckten hervorragend.



Viele Bewohnende sowie Angehörige und Gäste verfolgten den eindrücklichen Vortrag.



Beim anschliessenden Apéro konnte man sich mit persönlichen Fragen an Dr. med. Henner Niebergall richten.

## Guetzle im Kreativ Atelier

**Es duftete am 27. November 2024 herrlich im Falkenstein: In den Räumen Aktivierung und Alltagsgestaltung waren die Bewohnenden mit viel Elan dabei, Weihnachtsguetzli zu backen.**

Zum gemeinsamen Backen waren alle Bewohnenden herzlich willkommen. Zusammen mit Rosmarie Estermann, Irene Widmer sowie Barbara Wehrli wurde es jedem ermöglicht, die Nostalgie zu spüren, welche beim Backen auftritt. Erinnerungen an frühere Zeiten traten auf, es duftete nach Weihnachten.

Rosmarie Sommerhalder, Bewohnerin im Falkenstein, ist eine von vielen, für die das Backen Tradition ist. Sogar für Urenkel hatte sie jeweils Guetzli gebacken. Sie berichtete, es sei das erste Mal, dass sie im Falkenstein backe, und hoffentlich noch lange nicht das letzte. Denn sie schätze diese Möglichkeit, obschon es nicht das Backen selbst sei, wel-

ches ihr Freude bereite. Für viele ist es eine Aktivität, die nicht nur physisch aktiv hält, sondern zugleich wichtige soziale Aspekte mit sich trägt.

Tatkräftig unterstützten und begleiteten Rosmarie Estermann, Irene Widmer und Barbara Wehrli das Backen, um sicherzustellen, dass später alle von den wundervollen Guetzli geniessen können. Sie gaben, wenn nötig, Tipps und Tricks, aber liessen den Bewohnenden auch die Freiheit, den Zauber des Backens für sich selbst zu entdecken.

Text: Andrej Lalic  
Schnuppertage, KV-Lernender



Gemeinsam zu guetzle bereitete allen Teilnehmenden viel Freude.



Die frisch gebackenen Weihnachtsguetzli dufteten verführerisch.



# Marroninachmittag

Die kalte Jahreszeit ruft nach Kaminfeuer, Punsch, Gemütlichkeit, heissen Marroni und Schaffellen. In Dänemark nennt man dies „Hygge“, in Frankreich „savoir vivre“ und in Graubünden „patgific“.

Egal wie wir es nennen, bei uns im Falkenstein genossen wir dies am Donnerstag, den 14. November mit heissen Marroni von unserem bewährten Marroni-Maa Christoph Aeschbach und mit schöner Drehorgel Musik von Lisbeth und Alfred Züsli. So manch schöne Erinnerung wurde wachgerufen und angeregte Gespräche wurden in der Wärme in gemütlicher Runde geführt, während die Marroni draussen in der Kälte, aber zum Glück bei leichtem Sonnenschein, vom Marroni-Mann fachmännisch gebraten wurden. Über der Holzkohle geröstet erhielten sie ihr typisches Aroma und erwärmten unsere Hände und Bäuche. Nachdem alle Bewohnenden ihre Säcklein erhalten hatten, griffen auch die Besuchenden und die Mitarbeitenden gerne zu. Auch die Kinder, welche den Zukunftstag bei uns verbracht haben, kamen in den Genuss der gesunden Zwischenmahlzeit. Die Marroni sind für den Säure-Basen-Haushalt unseres Körpers sehr gut, da sie basisch sind und dazu wenig Kalorien haben. Die schöne Musik der Drehorgel, gespielt von Alfred Züsli, durften die Bewohnenden bei Lisbeth Züsli persönlich auswählen, so dass dies ein richtiges Wunschprogramm wurde. Bekannte Lieder zum Mitsingen konnten gespielt werden und zum Schluss wurde sogar noch auf die kommende Adventszeit hingeführt.

Text: Rosmarie Estermann  
Aktivierungsfachfrau HF



Marroni-Maa Christoph Aeschbach hat das richtige Gspüri, um die Marroni genau richtig zuzubereiten. Rosmarie Estermann füllt sie für die Bewohnenden in Säckli.



Mmh, fein, so heissi Marroni.



Die Drehorgelmusik von Alfred Züsli passt genau für diesen Anlass – und erst recht, wenn die Musik noch ausgesucht werden darf.

## Einstimmung auf den Advent mit Panelodie

Am Morgen noch ruhig, hörte man um 14:40 Uhr Panflöten im Falkenstein klingen: Am 28.11.2024 spielten Yolanda Widmer, Yvonne Dössegger, Marianne Gautschi, Doris Wyss, Renate Suter und Martina Bissegger vor rund 50 Bewohnenden und Gästen, um auf den Advent einzustimmen.



Die Panflötistinnen stimmten mit ihrer Musik feinfühlig auf den kommenden Advent ein

Rund eine Stunde dauerte das Konzert, dessen vielfältige Musikstücke verzaubernd wirkten. Und doch fragte man, einem grossen Applaus folgend, am Ende nach einem weiteren Stück, so herrlich war die Musik. Die Panflötenspielerinnen erzählten den Bewohnenden Geschichten, ohne ein Wort zu sprechen: Dies ist die Magie der Musik und der Panflöten.

Selbst beschreibe ich die Melodien im Ganzen als "ruhig sowie melancholisch, aber zugleich lebhaft und festlich". Dies wohl wegen der Kombination an Eigenschaften solcher Adventsmusik, die eine Atmosphäre der inneren Ruhe und Nachdenklichkeit schaffen.

Martina Bissegger, welche die Panflöte schon seit 14 Jahren spielt, gab anschliessend ein kleines Interview: Schon immer wollte sie Panflöte spielen, weil ihr das Instrument Freude bereite. Selbst nach den 14 Jahren

sei sie zwar noch immer beim ersten Ton nervös, wenn sie spielt, aber nach dem ersten Lied gehe die Nervosität schon weg. Ab dann mache es ihr nur noch Spass zu sehen, wie das Publikum sich darüber freut.

Panelodie besteht aus circa 40 Mitgliedern. Jährlich geben sie Konzerte mit der ganzen Panflötenschule, meistens in Kirchen. Dazwischen, in kleineren Teams, spielen sie ebenfalls unter anderem an Hochzeiten, Taufen, Geburtstagen, Märkten, Beerdigungen sowie Versammlungen. Panelodie setzt sich aus verschiedenen Klassen zusammen, von Anfängern bis zu sehr Fortgeschrittenen.

Die Musikantinnen haben die Vorfreude auf die schöne Weihnachtszeit geweckt.

Text: Andrej Lalic  
Schnuppertage, KV-Lernender



## Neues aus Küche und Cafeteria

Seit 1. November 2024 hat die Cafeteria, nach vielseitigem Wunsch, das erfrischende Getränk Mate im Angebot.

NEU in der Cafeteria erhältlich: **Mate**  
Purer, frisch aufgebrühter Cold Brew Mate Tee aus Südamerika. Ganz ohne Schnickschnack. Er erfrischt nicht nur, sondern steigert Energie und Fokus. Ein El Tony Mate enthält so viel Koffein wie eine Tasse Kaffee. Kein Konzentrat, deutlich weniger Kalorien als herkömmliche Erfrischungsgetränke und Energy Drinks, kein Haushaltszucker sondern mit Bio-Rohrzucker leicht gesüsst, keine E-Ingredienzien.



## Neue Kinderspielecke in der Lounge

Für die kleinsten Besucher im Falkenstein ist uns nichts zu gross.

Diese Kinder haben die Kinderspielecke sofort für sich entdeckt und sie fühlen sich sichtlich wohl.



Die neu eingerichtete Spielecke in der Lounge Haus C bietet eine Küche für angehende Hobbyköche, Bücher für die Leseratten und für die verspielten alle Arten von Spielen, ein übergrosses Jenga, grosse Stofftiere, Duplo Steine und vieles mehr.

Also liebe Kinder, während eure Eltern gemütlich in der Cafeteria sitzen, wird es euch sicher nicht langweilig bei uns.

Text: Sandra Bolliger  
Leitung Service



## Geschenksideen:



### Cafeteria Gutscheine

In der Cafeteria können Sie **Cafeteria-Gutscheine** im Wert von CHF 10.– oder CHF 20.– beziehen und damit bestimmt grosse Freude bereiten. Der oder die Beschenkte kann nach Wunsch und Laune ein Getränk oder sonst eine Kleinigkeit in der Cafeteria aussuchen und geniessen.



### Aktivierung: Selbstgemachtes

Unsere Bewohnenden stellen mit tatkräftiger Unterstützung des Aktivierungsteams das ganze Jahr über viele tolle Sachen her. In unserer Vitrine und auf dem Leiterwägeli beim Empfang Haus C kann man nach Herzenslust schneuggen. Da gibt es warme Socken in verschiedenen Grössen, Mützen, Bebefinkli, Schals, Topflappen und vieles mehr zu entdecken. Einfach auswählen und in der Cafeteria bezahlen. Herzlichen Dank für Ihren Besuch.



## Kochbuch «So haben unsere Bewohner früher gekocht»



Das etwas andere Kochbuch von Annette Heuberger (Kümmerin) „So haben unsere Bewohner früher gekocht“ kann weiterhin beim Empfang oder in der Cafeteria für CHF 25.– bezogen werden. Jedes Rezept ist verbunden mit seiner eigenen Geschichte und das Gesamtergebnis dieser gesammelten Köstlichkeiten macht Freude.



Andachten	Willi Fuchs, 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	Josephine Siegrist, Irene Widmer
Kreativ Atelier	Rosmarie Estermann, Barbara Wehrli
Sturzprophylaxe/Laufgruppe/Spielnachmittage	Rosmarie Estermann, Barbara Wehrli
Sitztanz / Musikalisch durchs Jahr / 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:	12. Dezember 2024
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

## Neujahrs-Awünschete

Im neuen Jahr treffen wir uns am **Freitag, 3. Januar 2025** um **10.00 Uhr** in der **Cafeteria** zur «**Neujahrs-Awünschete**». Starten Sie musikalisch und schwungvoll ins neue Jahr 2025 mit dem **Waldhüsli-Duett Anita Schmid und Seppi Felder** mit Akkordeon-Begleitung durch **Franz Bachmann**. Wir freuen uns, wenn auch Sie dabei sind, um auf das neue Jahr anzustossen. (Die Cafeteria ist bis 12.00 Uhr geschlossen)

## Kaminfeuergespräch

**Am Montag, 13. Januar 2025, um 18.30 Uhr**, Cafeteria, begrüsst Sie Annette Heuberger zu einem weiteren **Kaminfeuergespräch**. Gast: **Dr. Karl Gautschi**, Musteraargauer, Menziken. Dr. Karl Gautschi wird aus seinem Leben berichten. Man kennt ihn nicht nur als Lehrperson, sondern aus seinen Büchern als Musteraargauer.

## Bauchredner Calindo

**Am Donnerstag, 16. Januar 2025, 14.30 Uhr, Cafeteria**, unterhält Sie der Bauchredner **Calindo** unter dem Motto «**Lachen und Staunen mit Herzen**». Dazwischen wird gezaubert, dass sein Bauch auch mal pausieren kann.

## Racletteplausch mit Alpensound Pauliero

**Am Dienstag, 21. Januar 2025, 11.30 Uhr, Speisesaal**, geniessen unsere Bewohnenden ein Raclette, mit musikalischer Unterhaltung von **Alpensound Pauliero**.

## Volkstümlicher Nachmittag mit Duo Agnes & Franz Bachmann

**Am Donnerstag, 30. Januar 2025, 14.30 Uhr, Cafeteria**, spielt das **Duo Agnes und Franz Bachmann** (Akkordeon und Gesang) auf. Viel Vergnügen!



**Falkenstein Asana AG**  
Schwarzenbachstrasse 9  
5737 Menziken

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



Generationenprojekt Eltern/Grosseltern-Kind-Singen.