

# rundBlick

Magazin der Stiftung Amalie Widmer, Horgen

**6 Die Frühlingszeit**  
im Herbst des Lebens

**16 Die Welt altert**  
Ein Blick auf die Zukunft der Pflege

mit  
Preisrätsel  
S. 20



# Überblick

STIFTUNG  
AMALIE WIDMER



## **Stiftung Amalie Widmer**

Amalie Widmerstrasse 11  
8810 Horgen  
T 043 336 44 44  
info@sawh.ch  
www.sawh.ch

## **Pflege und Betreuung**

- Geriatrie + Langzeitpflege
- Überbrückungspflege
- Ferienaufenthalte
- Wohnen mit Spitexangebot
- Physiotherapie
- Apotheke
- Fusspflege

## **IMPRESSUM**

### **Herausgeber:**

Stiftung Amalie Widmer  
Amalie Widmerstrasse 11  
8810 Horgen

### **Redaktion:**

Rahel Kupferschmid

### **Kontakt:**

043 336 44 44  
rundblick@sawh.ch

### **Fotos:**

Cornelia Schneider  
iStockphoto  
Canva Pro

### **Layout:**

element 79

### **Druck:**

Stutz Medien AG Wädenswil

### **Auflage:**

500 Exemplare

### **Redaktionsschluss für die nächste Ausgabe:**

16. Juni 2025

### **Hinweis:**

Artikel, die namentlich  
gezeichnet sind, stellen  
nicht in jedem Fall die  
Meinung der Redaktion dar.  
Die Redaktion behält sich  
das Recht auf Kürzung von  
Texten vor.

# Inhalt

4

## einBlick

- 4 **Begrüssung der Geschäftsleitung**
- 5 **Wir stellen vor -**  
unsere neue ANV
- 6 **Die Frühlingszeit**  
im Herbst des Lebens
- 8 **Einladung zum Frühlingsfest**  
in der Stiftung Amalie Widmer
- 9 **Stanina Wittmann**  
Bewohnerin, 4. Stock

12

## rückBlick

- 12 **Fasnachtstage**  
in der Stiftung Amalie Widmer

14

## augenBlick

- 14 **Im Gespräch mit**  
Antigone Ahmeti, Pflegehilfe
- 16 **Die Welt altert**  
Ein Blick auf die Zukunft der Pflege
- 18 **Kurzgeschichte**  
Ein Ja zum Frühling
- 20 **Preisrätsel**
- 21 **Wir gratulieren**

22

## ausBlick

- 22 **Veranstaltungskalender**



# Begrüssung der Geschäftsleitung



**Liebe Leserinnen, liebe Leser**

Der Frühling ist da – eine Jahreszeit, die für Neuanfang, Hoffnung und Wachstum steht. Gerade in der Palliative Care hat diese Zeit eine besondere Bedeutung. Die ersten warmen Sonnenstrahlen, das Aufblühen der Natur und die längeren Tage bringen Licht und Leichtigkeit in den Alltag. Sie erinnern uns daran, wie wertvoll jeder Moment ist und wie sehr es sich lohnt, das Hier und Jetzt bewusst zu geniessen.

Auch in unserem Haus spüren wir diese frische Energie. Ich bin als CEO und in der Geschäftsleitung gut gestartet und freue mich, gemeinsam mit unserem engagierten Team weiter daran zu arbeiten, unseren Bewohnenden ein liebevolles und sicheres Daheim zu bieten.

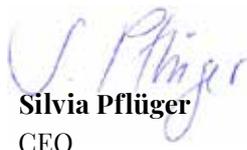
Die steigende Lebenserwartung verändert unsere Gesellschaft und stellt uns vor neue Aufgaben. Doch anstatt sie als Herausforderung zu betrachten, sehen wir sie als Chance, die Zukunft der Pflege aktiv mitzugestalten. Mit Fachwissen, Herz und innovativen Ansätzen setzen wir uns dafür ein, dass sich unsere Bewohnenden bei uns wohl und gut umsorgt fühlen.

Ein zentrales Thema bleibt dabei die Palliative Care, in der wir unsere Teams regelmässig fort- und weiterbilden. Am 24. Mai sind wir zudem an der Gesundheitsmesse vertreten und freuen uns darauf, unser Wissen und unsere Erfahrungen mit Interessierten zu teilen.

Um den Frühling gebührend zu feiern, laden wir Sie herzlich zu unserem Frühlingsfest am 17. Mai ein. Freuen Sie sich auf musikalische Darbietungen, Aktivitäten für Jung und Alt, spannende Einblicke in unseren Ausbildungsbetrieb und die Möglichkeit, bei unseren Hausführungen einen Blick hinter die Kulissen zu werfen. Kulinarische Köstlichkeiten, frisch zubereitet von unserem Küchenteam, runden den Tag ab. Mehr dazu erfahren Sie auf Seite 8.

Wir freuen uns darauf, Sie bei uns willkommen zu heissen, den Frühling zu feiern und gemeinsam schöne Momente zu erleben!

Herzliche Grüsse

  
**Silvia Pflüger**  
CEO



# Wir stellen vor - unsere neue ANV

**S**eit dem 1. Januar 2025 hat sich die Arbeitnehmervertretung (ANV) im Widmerheim neu formiert. Die acht engagierten Mitglieder setzen sich in den nächsten zwei Jahren für die Interessen der Mitarbeitenden ein und arbeiten aktiv mit der Geschäftsleitung zusammen, um das Arbeitsumfeld stetig zu verbessern und sicherzustellen, dass die Anliegen unserer Mitarbeitenden Gehör finden.

- Die Überwachung der Einhaltung von Gesetzen und Vorschriften im Arbeitsalltag sowie die Sicherstellung der Einhaltung arbeitsrechtlicher Standards.
- Die aktive Förderung der beruflichen Weiterentwicklung unserer Mitarbeitenden, durch die Organisation von Schulungen.
- Die Erhaltung eines wertschätzenden und respektvollen Arbeitsklimas für alle.

## **Zu den Aufgaben der ANV gehören:**

- Die Vertretung der Arbeitnehmerinteressen. Die ANV stellt sicher, dass unsere Arbeitsbedingungen den Bedürfnissen aller unserer Mitarbeitenden entsprechen.
- Die Mitbestimmung der Arbeitnehmenden bei Unternehmensentscheidungen, in der Arbeitsorganisation sowie im Bezug auf Technologien.
- Die Beratung und Unterstützung unserer Mitarbeitenden in Konfliktsituationen und bei Fragen zum Arbeitsumfeld.

Alle Mitarbeitenden sind herzlich eingeladen, ihre Ideen, Vorschläge oder Anliegen zu arbeitsrelevanten Themen und Interessen einzureichen. Dies kann direkt oder schriftlich geschehen, etwa über den Briefkasten im Gang vor dem Restaurant oder per E-Mail an: [anv@sawh.ch](mailto:anv@sawh.ch).

Liebe Arbeitnehmervertretung, einen herzlichen Dank für euren unermüdlichen Einsatz zum Wohle unserer Mitarbeitenden!



# Die Frühlingszeit im Herbst des Lebens

**Der Frühling ist eine Jahreszeit, die nicht nur die Natur erblühen lässt, sondern auch in der Palliativ Care eine besondere Bedeutung entfaltet. Durch die bewusste Einbindung in den Pflegealltag wird der Frühling zu einer Quelle der Kraft – sowohl für unsere Bewohnenden als auch für Pflegende und Angehörige.**

**N**ach den dunklen Wintermonaten, bringt der Frühling Licht, Wärme und Farben zurück. Diese Veränderungen in der Natur erinnern daran, dass nach schwierigen Zeiten auch immer wieder etwas Schönes und Lebendiges entstehen kann.

In der Palliativ Care kann es eine Herausforderung sein, den Blick vom Schmerz und der Endlichkeit des Lebens wegzulenken und hin zu den kleinen, kostbaren Momenten des Lebens zu richten. Der Frühling, mit seinem Erwachen und der

Erneuerung der Natur, kann dabei helfen, den Fokus auf das Hier und Jetzt zu lenken. Ein aufblühender Kirschbaum vor dem Fenster, das erste Vogelgezwitscher oder der Duft von frisch gemähtem Gras erinnern daran, dass das Leben immer noch im Fluss ist.

Für Menschen in der letzten Lebensphase bedeutet das nicht unbedingt, sich auf die Zukunft zu konzentrieren, sondern die Gegenwart bewusster wahrzunehmen und die Schönheit des Augenblickes zu geniessen.

Die Einbindung der Natur in die Pflege hat eine nachgewiesene Wirkung auf das Wohlbefinden. Selbst kleine Erlebnisse können durch die Kraft der Natur im Frühling eine grosse Wirkung entfalten. Schon ein Spaziergang durch die Grünanlage trägt zur Reduktion von Stress bei und auch das Beobachten unserer Vögel in der

Volière und gemütliche Nachmittage in unserem Café können in dieser Zeit eine wichtige Bedeutung gewinnen.

Für Menschen, die bettlägerig sind, kann bereits das Öffnen der Fenster oder das Hereinbringen von Blumen eine starke Wirkung haben. Auch auf unseren Abteilungen bemühen wir uns, den Frühling so nah wie möglich an die Bewohnenden zu bringen. Durch so gestaltete Fensterplätze, dass Bewohnende die Veränderung der Natur beobachten können, sowie einer Alltagsgestaltung, die den Frühling in all seinen Facetten aufgreift und in der oft Bastelarbeiten, Bilder und andere kreative Ergebnisse entstehen, die unsere Abteilungen dekorieren.

### **Sinneserfahrungen als Schlüssel ganzheitlichen Wohlbefindens**

Der Frühling spricht alle Sinne an. In der Palliativpflege nutzen wir gezielt verschiedene Ansätze, um diese Sinneseindrücke zu intensivieren und das Wohlbefinden der Bewohnenden zu fördern. So setzen wir beispielsweise Aromatherapie mit ätherischen Ölen wie Lavendel, Rosmarin oder Zitrone ein, die beruhigend oder anregend wirken. Auch Entspannungsmassagen mit frischen, frühlingshaften Noten tragen dazu bei, den Frühling auf allen Ebenen erlebbar zu machen.

Der Geschmack des Frühlings ist ebenfalls ein wichtiger Aspekt: frischer Erdbeerkuchen, eine leichte Spargelsuppe oder selbstgemachte Limonade lassen den Moment besonders genießen. Für Menschen, die beim Essen Unterstützung brauchen, sorgt unsere Küche für kreative Lösungen

### **Erinnerungsarbeit im Frühling**

Der Frühling kann eine Brücke in die Vergangenheit schlagen. Erinnerungen an glückliche Zeiten – sei es ein Spaziergang mit den Liebsten durch den Wald oder ein Nachmittag mit den Kindern im Garten – können mit Bewohnenden gemeinsam wieder zum Leben erweckt werden. Solche Gespräche über frühere Erlebnisse

helfen nicht nur, Beziehungen zu fördern, sondern geben auch die Gelegenheit, Stolz und Freude über das eigene Leben auszudrücken.

Erinnerungsarbeit kann im Frühling besonders leicht durch konkrete Reize unterstützt werden: Das Betrachten alter Fotografien, das Fühlen von Erde in unserer Gartengruppe oder das Hören vertrauter Melodien z. B. an Musiknachmittagen. Es sind diese kleinen Impulse, die in unserer Alltagsgestaltung oder an Festen Geschichten ins Rollen bringen und Gespräche bereichern.

### **Entspannung & Inspiration für Angehörige und Pflegende**

Nicht nur die Bewohnenden profitieren von den Sinnenfreuden des Frühlings – auch Pflegende und Angehörige können neue Energie aus dieser Jahreszeit schöpfen. Der oft herausfordernde Alltag in der Palliativpflege verlangt viel Kraft, doch der Frühling erinnert daran, dass es auch für die Pflegenden kleine Momente der Entspannung geben darf. Schon ein kurzer Aufenthalt in der Natur oder eine Pause im Freien können neue Kräfte wecken.

Gleichzeitig bietet der Frühling Inspiration für kreative Pflegeansätze. Die Gestaltung von Ritualen und das Einbringen von frühlingshaften Elementen in die Pflegearbeit bringen sowohl Abwechslung als auch Freude in den Arbeitsalltag. In der Palliativpflege geht es darum, die Qualität des Lebens in jeder Phase zu bewahren. Der Frühling eröffnet hier zahlreiche Gelegenheiten, neue Perspektiven zu gewinnen.

Letztlich ist der Frühling für Bewohnende ebenso wie für Pflegende und Angehörige eine wertvolle Erinnerung daran, wie wichtig die kleinen Momente sind. Mit seiner Symbolik von Erneuerung, Wachstum und der Wärme, die er bringt, schenkt der Frühling neue Energie und frische Impulse. Er zeigt uns, dass im Kreislauf des Lebens immer etwas von uns fortbesteht und lädt uns ein, die einfachen, aber bedeutenden Augenblicke – sowohl einzeln als auch miteinander – zu schätzen. *rku*

# Frühlingsfest

## 17. Mai 2025

Der Frühling ist endlich da – und mit ihm unser Frühlingsfest! Am **17. Mai 2025** ab 10.00 Uhr möchten wir gemeinsam mit Ihnen die warme Jahreszeit begrüßen und laden Sie herzlich zu unserem Tag der offenen Tür ein. Ob mit Freunden, Familie oder den Kleinen – unser Fest ist für alle da! Kommen Sie vorbei und feiern Sie mit uns in den Frühling. Es erwartet Sie ein abwechslungsreiches Programm mit zahlreichen Highlights.

**Hausführungen den ganzen Tag über:** Schauen Sie hinter die Kulissen und entdecken Sie, wie wir unseren Bewohnenden ein Daheim bieten.

**11:00 – 12:30 Uhr:** Angehörigen-Präsentation mit anschliessendem Hausrundgang

**12:30 – 13:00 Uhr:** Konzert der Steelband «Pura Vida».

**13:30 – 15:00 Uhr:** Angehörigen-Präsentation mit anschliessendem Hausrundgang

**15:00 – 15:30 Uhr:** Konzert der «Musikgesellschaft Hirzel».

**17:00 – 20:00 Uhr:** Musikalische Abendunterhaltung mit «Rivieras Gü».

**Aktivitäten für Jung und Alt:** Freuen Sie sich auf verschiedene Parcours und Unterhaltung für alle Altersgruppen.

**Unsere Ausbildungsangebote:** Wir stellen unsere Lehrstellenangebote vor und freuen uns, zukünftige Talente kennenzulernen.

**Kulinarische Köstlichkeiten:** Lassen Sie sich von unserem Küchenteam mit süssen und salzigen Leckereien verwöhnen.

Tauchen Sie ein in unsere Welt und lassen Sie sich von musikalischen Darbietungen und den frühlinghaften Momenten begeistern. Wir freuen uns darauf, mit Ihnen gemeinsam einen unvergesslichen Tag zu verbringen!



# Stanina Wittmann

## Bewohnerin, 4. Stock

**Frau Wittmann Stanina (geb. Zlatarewa) wurde am 23. September 1933 in Lom, Bulgarien, geboren, einer Stadt an der Donau mit damals etwa 36'000 Einwohnern. Die Donau spielte eine wichtige Rolle in ihrer Kindheit – sie schwamm oft darin und erinnert sich, wie der aufgewirbelte Kalkstein das Wasser weiss färbte.**

Ihr Vater hatte in Graz Medizin studiert und sich in Wien zum Chirurgen spezialisiert, wo er noch vor ihrer Geburt eine Privatpraxis führte. In dieser Zeit wurde auch ihre vier Jahre ältere Schwester geboren. Nur 12 Jahre nachdem die Familie nach Lom gezogen war, endete die Ehe ihrer Eltern allerdings in einer Scheidung, denn sie war nicht aus Liebe geschlossen worden.

Das Gericht sprach die ältere Schwester dem Vater zu, während Frau Wittmann mit ihrer Mutter nach Sofia in eine grosszügige Eigentumswohnung zog, die ihre Grosseltern finanzierten. Frau Wittmann

war damals erst in der zweiten Klasse und verbrachte die restliche Schulzeit in der Hauptstadt Bulgariens.

Die Grosseltern, wohlhabende Grossgrundbesitzer, ermöglichten ihr ein privilegiertes Aufwachsen und auch ihre Mutter konnte weiterhin leben, ohne einer Arbeit nachgehen zu müssen. Sie wohnten direkt gegenüber dem Zoo – eine Erinnerung, die Frau Wittmann besonders lebendig geblieben ist, weil sie in der ersten Nacht dort das Brüllen der Löwen hörte. Auch die Tante wohnte ganz in der Nähe, in einer anderen

Wohnung ihrer Grosseltern und später zog ihre Schwester nach dem Gymnasium ebenfalls in eine der Wohnungen, da der Vater erneut geheiratet hatte.

Nach dem Abitur war studieren nicht möglich, daher machte Frau Wittmann eine Lehre als technische Zeichnerin, denn dass sie eine Ausbildung machen würde, war für sie selbstverständlich. Sie arbeitete im Anschluss eine Weile als technische Zeichnerin in einem Betrieb.

Bulgarien lag zu dieser Zeit hinter dem «Eisernen Vorhang», was ihr Weltbild nachhaltig prägte.

Durch ein Projekt lernte sie ihren ersten Mann kennen, einen deutschen Ingenieur. Sie gingen mit Freunden essen, und nach nur zwei gemeinsamen Abenden machte er ihr einen Heiratsantrag. Sie folgte ihm nach Ostberlin und studierte dort zwei Jahre lang Gesang an der Hochschule für Musik. Die Ehe hielt vier Jahre.

Erst später hatte sie erfahren, dass ihr Mann Parteisekretär war – eine Tatsache, die ihre Trennung massgeblich beeinflusste, denn sie vermutete, dass seine Partei Einfluss auf die wirtschaftliche Lage Bulgariens hatte, insbesondere im Jahr 1948, als das Land im Kommunismus enteignet wurde und daraufhin verarmte.

## ***Ein Neuanfang in Deutschland und der Weg in die Schweiz***

Sie zog mit einer Freundin nach Westberlin und arbeitete dort eine Weile als Zeichnerin, bis sie eine Anstellung am Deutschen Theater fand, wo sie als Chorsängerin für das Musical *My Fair Lady* engagiert wurde. Zwei Jahre lang blieb sie in dieser Position, und reiste mit dem Musical unter anderem nach Zürich, wo sie sich schliesslich niederliess.

In Zürich begegnete sie Karl Wittmann, der ihr nach nur drei Wochen einen Heiratsantrag machte. Die beiden heirateten in einer kleinen Kirche in Witikon. Trotz der Ehe wollte Frau Wittmann weiterhin beruflich tätig sein und arbeitete als technische Zeichnerin. Sie fand eine Anstellung

in der Firma Gips Union in Zürich, wo sie sieben Jahre lang in der Werbeabteilung tätig war.

Doch auch diese Ehe hielt nicht – nach zehn Jahren trennten sich ihre Wege 1974 aufgrund unterschiedlicher Lebensvorstellungen.

Nach der Scheidung zog sie noch im selben Jahr nach Kilchberg und fand eine neue Anstellung als Zeichnerin in Oerlikon. Später wechselte sie zur Warenkette Denner, wo sie im technischen Büro für die Inneneinrichtung der Filialen zuständig war. Sie fand es immer spannend, in den von ihr mitgestalteten Denner-Filialen einkaufen zu gehen. Insgesamt war sie 17 Jahre für Denner tätig, bis sie mit 62 Jahren in den wohlverdienten Ruhestand ging.

Schon vor der Pension reiste sie einmal jährlich – vor allem nach Nordafrika, mit Aufenthalten in Ägypten, Marokko und Tunesien. Besonders die Menschen in Ägypten hat sie dabei ins Herz geschlossen. Nach der Pension verwirklichte sie einen lang gehegten Traum und unternahm eine grosse Reise nach Amerika, von Kalifornien bis Hawaii. Auch Europa erkundete sie weiter und bereiste verschiedene kleinere Länder oder besuchte Bekannte aus Schweden und Tschechien.

Neben dem Reisen interessierte sie sich auch für Kultur und dabei vor allem für alles Künstlerische. Bereits seit ihrem achten Lebensjahr spielte sie Klavier und begeisterte sich noch immer für klassische Musik, besuchte gerne Opern, Konzerte und Theateraufführungen.

Nach der Pension kehrte sie regelmässig nach Bulgarien zurück, um ihre Mutter und Schwester zu besuchen. Doch das Schicksal schlug hart zu – ihre Mutter verstarb, und nur zwei Jahre später folgte ihre Schwester. Trotz dieser Verluste zog es sie weiterhin jedes Jahr nach Bulgarien, um ihre Tante und Freunde zu sehen.

Eigene Kinder hat sie nicht, doch ihr Bekanntenkreis ist gross und auch in Kilchberg fand sie schnell Anschluss und knüpfte Freundschaften. Dabei nahm sie auch an einem gemeinnützigem Programm des Gemeindehauses teil, das Unter-

stützung für ältere Menschen anbietet. Durch dieses Angebot lernte sie viele wunderbare Menschen kennen, mit denen sie bis heute in Kontakt steht.

### ***Eine wundersame Genesung nach schwerer Krankheit***

Seit über einem Jahr lebt Frau Wittmann in der Stiftung Amalie Widmer. Damals konnte sie nicht länger zu Hause bleiben, denn sie war schwer krank. Ihr Zustand war so kritisch, dass man glaubte, sie würde sterben, doch entgegen aller Erwartungen geschah eine wundersame Genesung und sie fand ins Leben zurück. Dank der Physiotherapeutin Sarah lernte sie ausserdem wieder, mit dem Rollator zu gehen, nachdem sie lange auf den Rollstuhl angewiesen war.

Heute lebt sie im vierten Stock und fühlt sich dort sehr wohl. Sie betont, dass es ihr an nichts fehlt und sie dankbar für die Unterstützung ist. Gesellschaft benötigt sie nicht mehr so oft wie früher und obwohl sie gerne Besuch empfängt, geniesst sie es auch, Zeit allein zu verbringen, etwas im Fernsehen zu schauen, ein Buch zu lesen oder Telefonate zu führen. Dabei telefoniert sie besonders oft mit Freunden in Bulgarien, Tschien, München und im Osten der Schweiz.

Obwohl sie in Bulgarien aufgewachsen ist, denkt sie mittlerweile in Deutsch statt in ihrer Muttersprache.

### ***Mit Mut, Unabhängigkeit und einem unerschütterlichen Lebenswillen***

Frau Wittmann blickt auf ein bewegtes Leben zurück – sie hat viele Herausforderungen gemeistert, von den politischen Umwälzungen in Bulgarien über private und berufliche Höhen und Tiefen bis hin zu schwerwiegenden gesundheitlichen Problemen. Doch stets hat sie sich mit Mut, Unabhängigkeit und einem unerschütterlichen Lebenswillen neuen Situationen gestellt. Ihre Liebe zu Kunst, Musik und Reisen hat ihr Leben und das anderer Menschen bereichert, ebenso wie die vielen Be-

ziehungen, die sie im Laufe der Jahre aufgebaut hat.

Trotz aller Widrigkeiten behält sie eine positive Einstellung und zeigt sich als ein Mensch, der das Leben in vollen Zügen auskostet. Ihr jetziger Lebensabschnitt in der Stiftung Amalie Widmer gibt ihr Ruhe und Sicherheit, und sie geniesst es, sich zurückzulehnen und umgeben von ihren zahlreichen Fotoalben in Erinnerungen an alle ihre Erlebnisse zu schweigen. *rku*



# Fasnachtstage

## in der Stiftung Amalie Widmer

Die Fasnacht brachte ausgelassene Stimmung in unser Haus! Den Auftakt machten die Schöneggler in Frack, Zylinder und karierten Hosen, mit ihren typisch geschminkten Gesichtern und violett gefärbten Nasen. Mit ihren humorvollen Schnitzelbänken sorgten sie für viele Lacher und eine fröhliche Atmosphäre. Ein paar Tage später erfreuten uns die Guggemusik Frizze mit ihrem ausgelassenen Ständchen und Fasnachtsklängen, die zum Mitwippen und Klatschen einluden. In ihren auffälligen pink-orangen Cowboy-Kostümen waren sie nicht nur musikalisch, sondern auch optisch ein Highlight.

Zum krönenden Abschluss begeisterte das Duo Gambirasio unsere Bewohnenden mit einem musikalischen Nachmittag am Akkordeon und Klavier in traditioneller Tracht. Die flotten Melodien weckten schöne Erinnerungen. Die Freude war gross und die Stimmung ausgelassen – genau so, wie es an der Fasnacht sein soll!





# Im Gespräch mit Antigone Ahmeti

Pflegehilfe



**Liebe Antigone, du bist nun auch schon über 20 Jahre hier im Widmerheim. Was hat dich hierhergeführt?**

Ich kenne das Widmerheim schon seit meiner Jugendzeit. Ich bin in Horgen aufgewachsen und habe in der Schule das erste Mal hineingeschnuppert, als es um die Berufswahl ging. Pflegerin war immer mein Traumjob – oder Polizistin (lacht). Ich habe schliesslich ein Praktikum im Pflegezentrum Nidelbad gemacht und bin dann 2002 ins Widmerheim gekommen. Zuerst habe ich im Pool gearbeitet, bevor ich im Frühling 2003 fest eingestellt wurde. Ich konnte es damals kaum fassen und musste dreimal nachfragen, ob ich die Stelle wirklich bekommen hatte. Seit etwa acht Jahren arbeite ich nun als Dauernachtwache.

**Dann hast du bereits einiges miterlebt?**

Ja, in diesen Jahren habe ich natürlich einiges an Veränderungen gesehen. Ich war beim Umbau mit dabei und habe

viele interne Umstrukturierungen erlebt, neue Menschen kennengelernt und wertvolle Erfahrungen gemacht. Besonders schön finde ich, dass das Widmerheim immer ein familienfreundliches Unternehmen geblieben ist. Ich habe hier angefangen, als meine Kinder noch klein waren, und schätze es sehr, dass auf die Bedürfnisse des Personals Rücksicht genommen wird – sei es bei den Dienstplänen oder der Arbeitsaufteilung. Und da ich in Horgen wohne, ist es natürlich angenehm, keinen langen Arbeitsweg zu haben.

**Was macht dir an deiner Arbeit besondere Freude?**

Mir macht es besonders Freude, mit Menschen zu arbeiten. Ich kümmere mich gerne um andere. Das war schon immer so, und oft wird mir im Alltag gesagt, dass man merkt, dass ich in der Pflege tätig bin. Es geht mir aber nicht nur um die Pflege, son-

dern um den ganzen Menschen und seine Geschichte. Ich erlebe es oft, dass Bewohnende sich mir anvertrauen und aus ihrem Leben erzählen. Ich schätze es sehr, sie so besser kennenzulernen und für sie da sein zu können. Ausserdem erlebt man in der Pflege jeden Tag etwas Neues. Einen anderen Job könnte ich mir nicht vorstellen.

**Du bist neu Mitglied in der Arbeitnehmersvertretung (ANV). Was hat dich dazu bewegt, dieses Amt zu übernehmen?**

Ich habe mich dafür beworben, weil mir nicht nur das Wohl unserer Bewohnenden, sondern auch das unserer Mitarbeitenden am Herzen liegt. Es gibt zwar schon Möglichkeiten, sich bei der ANV zu melden, wie über den Briefkasten oder per E-Mail, aber ich finde, es ist wichtig, einen direkten Ansprechpartner zu haben. Bei einem Zettel oder einer E-Mail fragt man sich oft, ob es wirklich etwas bewirkt, und wenn man anonym schreibt,

bekommt man zudem keine Rückmeldung. Bei einem persönlichen Ansprechpartner ist das anders. Da die ANV ausserdem der Schweigepflicht unterliegt, können Mitarbeitende sich mir auch in schwierigen Situationen anvertrauen. Genau deshalb mache ich das. Und auch, weil ich finde, dass wir in der Nachtwache eine solche Person brauchen.

#### Worin findest du in deiner Freizeit den Ausgleich? Hast du Hobbys?

Autofahren (lacht). Ich bin oft unterwegs, weil mir das Fahren und das Entdecken neuer Orte grossen Spass macht. Meistens entscheide ich spontan, wohin es geht – wie zum Beispiel kürzlich nach Deutschland oder Flums, einfach, weil ich gerade Lust darauf hatte. Ich geniesse diese Freiheit und liebe es, in der Natur unterwegs zu sein. Zwischendurch lese ich auch gerne.

#### Was liest du denn?

Hauptsächlich fantasievolle Geschichten. Mit der Realität hat man im eigenen Leben sowieso genug zu tun. Deshalb lese ich gerne Bücher, die vom gewohnten Alltag abweichen und einem die Möglichkeit geben, abzuschalten.

#### Welche Musik oder Bands hörst du am liebsten?

Ich höre eigentlich alles, ausser düstere Musikrichtungen. Am liebsten schalte ich das Radio ein, besonders Radio 24 oder

Radio Energy. Diese Sender begleiten mich auch oft auf meinen Fahrten.

#### Wer oder was hat dich in deinem Leben massgeblich beeinflusst?

Ich würde sagen, das ist mein Vater. Er ist immer für mich da und wenn ich nicht weiterweiss, dann überlege ich, was er tun würde und hole mir seinen Rat. Er ist nun 68 und hat in all den Jahren noch nie falsch gelegen – zumindest in meinen Augen.

#### Hast du ein Motto oder eine Lebensphilosophie?

Ich nehme das Leben und die Tage so, wie sie kommen. Ich glaube nicht, dass es viel bringt, grossartig Pläne zu schmieden, weil doch meistens etwas dazwischenkommt. Daher gehe ich im Leben immer eins nach dem anderen an. Ausser bei den Ferien, da muss man natürlich frühzeitig buchen (lacht).

#### Was bringt dich herzlich zum Lachen?

Ich lache gerne in Gesprächen mit anderen, wenn wir uns gut verstehen und es etwas Lustiges gibt, das wir miteinander teilen können. Dann kann ich wirklich von Herzen lachen.

#### Gibt es etwas, was dich auf die Palme bringt?

Ja, das gibt es schon. Ich mag es nicht, wenn Menschen schludrig arbeiten oder eine «Ist mir egal»-Einstellung haben. Auch eine generell negative Haltung finde ich schwierig, weil ich das

schnell spüre und es mich dann runterzieht.

#### Welche drei Adjektive beschreiben dich am besten? Offen, fröhlich und fürsorglich.

#### Für welche Dinge bist du am dankbarsten im Leben?

Meine Kinder. Sie sind alles für mich, und ich müsste im Leben nichts anderes haben. Mein älterer Sohn wird dieses Jahr 21, mein jüngerer 14. Beide sind ein grosses Geschenk für mich. Besonders mein älterer Sohn ist manchmal fast zu anständig – da denke ich, er könnte ruhig mal etwas mehr über die Stränge schlagen (lacht). Selbstverständlich bin ich auch froh um meine Familie und dass ich ein gutes Leben habe, und ich bin mir sicher, dass alle Eltern dankbar sind für ihre Kinder, aber meine Söhne sind wirklich mein grösster Stolz.

#### Gibt es einen Traum, den du dir noch erfüllen möchtest?

Also, die Malediven wären schon nicht schlecht (lacht). Und meine Grossmutter in den USA würde ich auch gerne mal besuchen. Aber mein einzig wahrer Traum ist es, mitzuerleben, dass es meinen Söhnen gut ergeht in ihrem Leben und sie ihren Weg finden. Es ist mir wichtig, dass sie alles haben, was sie brauchen, um glücklich und erfüllt zu sein. Alles andere ist nebensächlich.

Liebe Antigone, ich danke dir für das offene und herzliche Gespräch! *rku*



# Die Welt altert

## Ein Blick auf die Zukunft der Pflege

**Die Welt erlebt einen demografischen Wandel, der so tiefgreifend ist wie kaum ein anderer. Immer mehr Menschen erreichen ein hohes Alter, während gleichzeitig die Geburtenraten sinken.**

**D**iese Entwicklung birgt sowohl Herausforderungen als auch Chancen – von der Sicherung der Rentensysteme über die Notwendigkeit innovativer Lösungen bis hin zur Möglichkeit, von der Erfahrung und Expertise einer älteren Bevölkerung zu profitieren und die Gesellschaft inklusiver zu gestalten.

Doch wie steht eigentlich die Schweiz in diesem globalen Kontext da? Und was bedeuten diese Entwicklungen speziell für den Kanton Zürich? Ein Blick auf Zahlen und Hintergründe zeigt:

Die Pflege wird künftig eine noch zentralere Rolle spielen.

Die Überalterung der Gesellschaft ist längst keine Zukunftsprognose mehr, sondern Realität. Laut den Vereinten Nationen (UN) werden bis 2050 weltweit mehr Menschen über 65 Jahre leben als unter 15 Jahre alt sind (UN World Population Prospects, 2022). Bereits heute beträgt das Durchschnittsalter der Weltbevölkerung etwa 30 Jahre – Tendenz steigend.

In Ländern wie Japan oder Italien, die als Vorreiter der Überalterung gelten, liegt der Anteil der über 65-Jährigen bei über 28 %. Während Japan die Liste anführt, steht Afrika aufgrund seiner jungen Bevölkerung mit einem Medianalter von 20 Jahren am anderen Ende des Spektrums. Auch in Europa ist der demografische Wandel deutlich spürbar –

und die Schweiz bildet hier keine Ausnahme.

Wir gehören zu den Ländern mit einer besonders langen Lebenserwartung. Im Jahr 2023 lag diese laut Bundesamt für Statistik (BFS) bei 85,8 Jahren für Frauen und 82,2 Jahren für Männer. Gleichzeitig ist die Geburtenrate mit 1,33 Kindern pro Frau (BFS, 2023) niedriger als der EU-Durchschnitt.

Dieser Trend hat weitreichende Folgen: Der Anteil der über 65-Jährigen an der Gesamtbevölkerung stieg von 12 % im Jahr 1980 auf 19 % im Jahr 2020 (BFS). Bis 2050 wird erwartet, dass jede vierte Person in der Schweiz zur Altersgruppe 65+ gehört. Besonders deutlich zeigt sich dies in den ländlichen Regionen, wo die Abwanderung junger Menschen die Überalterung zusätzlich beschleunigt.

### **Die zentralen Herausforderungen der Überalterung in der Schweiz und im Kanton Zürich**

Eine der zentralen Herausforderungen, die sich daraus ergibt, ist die Finanzierung der Altersvorsorge. Die Schweizer AHV (Alters- und Hinterlassenenversicherung) steht unter Druck, da das Verhältnis von Erwerbstätigen zu Rentnerinnen und Rentnern immer ungünstiger wird. Während 1950 noch sechs Erwerbstätige auf eine Rentenbeziehende Person kamen, sind es heute nur noch drei.

Im Kanton Zürich, der bevölkerungsreichsten Region der Schweiz, spiegelt sich die nationale Entwicklung in vielen Bereichen wider. Gleichzeitig gibt es Besonderheiten. Die Bevölkerung wächst kontinuierlich – angetrieben durch Zuzug und eine hohe Lebensqualität. Mit 1,58 Millionen Einwohnerinnen und Einwohnern (BFS, 2023) bildet Zürich einen Mikrokosmos der gesamten Schweiz.

Interessant ist, dass der Anteil der über 65-Jährigen aktuell bei 17,5 % liegt, bis 2050 jedoch auf über 25 % ansteigen wird (Statistisches Amt des Kantons Zürich, 2022).

Der Kanton investiert bereits gezielt in eine altersgerechte Infrastruktur. Neben dem Ausbau von Pflegeeinrichtungen liegt der Fokus auf der Prävention und Gesundheitsförderung. Dennoch gibt es drängende Fragen, denn laut dem

Schweizerischen Berufsverband der Pflegefachfrauen und -männer (SBK) fehlen in der Schweiz bis 2030 rund 65.000 Pflegekräfte. Bereits heute befindet sich das Gesundheitssystem im Wandel, um diesem Trend entgegenzuwirken.

Neue Modelle für Pflege und Betreuung werden erprobt, beispielsweise der Ausbau ambulanter Dienste und die Förderung spezialisierter Einrichtungen für Alters- und Palliativpflege. Gleichzeitig wird in die Ausbildung von Pflegefachkräften investiert, um dem steigenden Bedarf gerecht zu werden. Auch infrastrukturell wird viel getan: Der Ausbau moderner Pflegeeinrichtungen und barrierefreier Wohnformen hat in vielen Kantonen, darunter auch Zürich, hohe Priorität.

Ergänzend setzt man auf lokale Lösungen, die es älteren Menschen ermöglichen, möglichst selbstbestimmt zu leben – etwa durch Nachbarschaftshilfe, betreutes Wohnen oder Mehrgenerationenprojekte.

### **Überalterung nicht als Problem, sondern neue Realität, die es aktiv mitzugestalten gilt**

Auch wir als Stiftung Amalie Widmer nehmen diesen Wandel wahr und für uns gilt: Die Überalterung der Gesellschaft ist kein Problem, das es zu lösen gilt, sondern eine Realität, die aktiv gestaltet werden muss. Als Pflegeinstitution mit grosser Reichweite haben wir uns auf komplexe Pflegefälle spezialisiert und investieren kontinuierlich in die Weiterentwicklung unserer Pflegekonzepte sowie in die Schulungen unserer Mitarbeitenden.

Mit unserem vielfältigen Angebot – von Langzeitpflege und Anschlusslösungen nach einem Spitalaufenthalt über Physiotherapie bis hin zu Alterswohnungen mit Spitexdiensten, einer spezialisierten Demenzabteilung und zahlreichen internen Dienstleistungen – bauen wir aktiv an Lösungen.

Dennoch wird dieses Thema noch viele Jahre – global bis hin zu unserer lokalen Gesellschaft – im Fokus stehen. Es liegt noch viel Arbeit vor uns, um den demografischen Wandel und die damit verbundenen Herausforderungen erfolgreich zu meistern. *rku*



## Ein Ja zum Frühling

Gertrud stand am Fenster und blickte hinaus auf die gepflegte Rasenfläche. Der Frühling war endlich eingezogen, und das Gras leuchtete in einem frischen, satten Grün. Es war immer so gewesen. Seit sie und ihr Mann das Haus gebaut hatten, war dieser Rasen ein fester Bestandteil ihres Lebens. Er hatte ihn gepflegt, mit viel Liebe und Hingabe, und sie hatte nie viel dazu gesagt.

**F**rüher, als sie noch das Grundstück planten, hatte sie vorgeschlagen, einen Garten anzulegen – mit Blumenbeeten. Aber ihr Mann hatte abgewinkt. Es wäre zu viel Arbeit, hatte er gesagt. Die beiden hatten immer viel zu tun – der Job, die Kinder. Also entschieden sie sich für den Rasen – sauber, ordentlich, pflegeleicht.

Aber heute, nachdem er nicht mehr da war, fühlte sich der Rasen immer mehr wie ein Überbleibsel vergangener Zeiten an – etwas, das sie nie wirklich losgelassen hatte. Die Kinder waren längst ausgezogen, und sie war allein in diesem viel zu grossen Haus, in dem die Leere zunehmend spürbarer wurde.

Alles stand still ... nur der Rasen wuchs weiter und schien ihre einzige Verbindung zu einem Leben zu sein, das einmal in Bewegung gewesen war. Manchmal kam es ihr vor, als könnte sie ihn deshalb nicht loslassen.

Sie trat durch die Terrassentür hinaus in den

Frühlingstag. Die Vögel zwitscherten, die ersten Blätter begannen zu spriessen, und der Himmel spannte sich blau über die Siedlung. Alles schien im Wandel zu sein, aber ihr erschien es so, als hätte das Leben sie irgendwo vergessen.

In diesem Moment hörte sie die Stimme von Sophie, ihrer Nachbarin, vom Zaun her: «Gertrud! Ich habe dir ein paar Blumen mitgebracht!»

Sophie stand am Zaun und hielt einen bunten Strauss mit Wildblumen in der Hand. «Ich dachte, du würdest dich vielleicht darüber freuen», sagte sie und reichte Gertrud den Strauss.

«Das ist aber nett von dir, Sophie», sagte Gertrud und nahm die Blumen entgegen. «So schöne Farben ... Gerade habe ich darüber nachgedacht, dass ich hier früher auch einmal solche Blumen pflanzen wollte. Einen richtig wilden Garten, so hatte ich mir das immer vorgestellt.»

«Warum machst du dann keine Beete?» fragte Sophie neugierig.

Gertrud blieb einen Moment lang still. «Ich weiss nicht. Ich hatte einfach nie Zeit dafür, und irgendwann habe ich mich wohl an den Rasen gewöhnt und mich damit abgefunden. Ich habe bis heute nicht mehr daran gedacht, dass ich etwas ändern könnte.»

Sophie nickte verständnisvoll. Dann sagte sie entschlossen: «Aber du hast doch jetzt Zeit. Und wenn du willst, kann ich dir helfen. Ich bin gerne im Garten und hätte Spass daran, dir zur Seite zu stehen.»

Gertrud überlegte. «Meinst du?» fragte sie zögerlich. «Es ist wahrscheinlich an der Zeit, etwas Neues zu machen. Ein paar Blumen wären schon schön.» Schliesslich gab sie sich einen Ruck und sagte: «Ja, warum nicht?»

Sophie strahlte. «Das klingt toll! Wir fangen einfach an!»

Und so begannen sie am nächsten Wochenende, zusammen den Boden aufzubrechen, den alten Rasen zu lockern und die ersten Beete zu stecken. Es gab viel zu tun, aber es machte beiden Freude, und Gertrud liess sich von Sophies Energie anstecken.

In den nächsten Wochen lernten sie sich langsam besser kennen, und Gertrud merkte, wie sehr sie die Gesellschaft der jungen Nachbarin genoss, und wie sie selbst wieder auflebte. Sie erfuhr, dass Sophie Mitglied in einem Gartenverein war und deshalb so viel über die richtige Erde und Pflege eines Gartens wusste.

Sophie hingegen genoss es, Gertrud zuzuhören, wenn sie über alte Zeiten sprach und spannende Geschichten aus ihrem Leben erzählte.

Am Ende eines besonders schönen Frühlingstages, als sie bei einer Tasse Kaffee auf der Terrasse sassen und auf die angelegten Beete blickten, verweilte Gertruds Blick auf den bunten Blumen.

Die Farben leuchteten im Sonnenlicht, und der Duft der Erde lag noch in der Luft.

Sie nahm einen Schluck aus ihrer Tasse, dann sagte sie: «Meinst du, ich hätte vielleicht auch etwas Gemüse anpflanzen sollen?»

Sophie lächelte und sagte: «Das kannst du immer noch, wenn du möchtest. Weissst du was? In meinem Gartenverein machen wir nächste Woche ein Grillfest. Was hältst du davon, wenn du mitkommst und dir den Verein einmal anschaust? Vielleicht wäre das auch was für dich?»

Gertrud überlegte lange. Es war Jahre her, dass sie sich in etwas Neues gestürzt hatte. Ihr Alltag war in feste Bahnen geraten – der Rasen, die gewohnte Stille, ihre alten Routinen. Doch in den letzten Wochen hatte sich etwas verändert.

Durch die Arbeit an den Blumenbeeten war nicht nur ein hübscher Garten entstanden, sondern auch eine Freundschaft mit Sophie. Immer öfter sassen sie nun zusammen auf der Terrasse, redeten und lachten – auch ohne einen Grund.

«Wahrscheinlich sollte ich mir das schonmal anschauen. Wer weiss, vielleicht gefällt es mir ja?», sagte sie und dachte daran, wie ein kleines «Ja» am Gartenzaun ihren Alltag verändert und neues Leben in ihr Haus gebracht hatte.

«Es ist mehr als nur ein Garten», sagte sie schliesslich in Gedanken daran, was ihre Entscheidung noch so mit sich bringen könnte.

«Es ist ein neuer Frühling – nicht nur für den Garten, sondern auch in meinem Leben.»

Sophie nickte. «Dafür ist der Frühling da – um uns daran zu erinnern, dass es immer irgendwo weitergeht.»

Gertrud lehnte sich zurück und lauschte dem Zwitschern der Vögel, das die Stille durchbrach. Sie musste schmunzeln. Da war wohl wirklich etwas dran.

*Eine Geschichte von Rahel Kupferschmid.*



**Auflösung Preisrätsel  
Ausgabe 33:**

**Lösungswort:  
EISZAPFEN**

**Der Gewinner wurde  
persönlich benachrichtigt.**



# *wir gratulieren*

## *April – Juni 2025*

**So sind Sie dabei:**

**Postkarte:** Lösungswort  
einsenden an  
Stiftung Amalie Widmer,  
Preisrätsel rundBlick  
Amalie Widmerstrasse 11,  
8810 Horgen

**Mail:** Lösungswort an:  
rundblick@sawh.ch

**Einsendeschluss:**  
16.06.2025

**Gewinnen Sie einen  
Gutschein im Wert von  
CHF 50.--, einlösbar  
im Restaurant des  
Widmerheims.**

**Dienstjubiläen**  
unserer  
Mitarbeitenden

**5 Jahre**  
Ruth Amez-Droz

**10 Jahre**  
Carmela Eckert

**15 Jahre**  
Sonya Hertach

**Hohe und runde  
Geburtstage**  
unserer  
Bewohnenden

**90 Jahre**  
Doris Pfister  
Olga Knauder  
Ruth Sträuli (im März)

**über 95 Jahre**  
Susanne Iseli (100 Jahre)  
Lore Suter (96 Jahre)  
Umberto Norelli (96 Jahre)  
Fritz Dürst (98 Jahre)

# Veranstaltungen

## APRIL

**01.04.2025 um 14.15 Uhr**

Kino - Kohlhiesels Töchter  
Kostenlos, ohne Voranmeldung

**03.04.2025 um 10.00 Uhr**

Reformierter Gottesdienst

**08.04.2025 um 14.15 Uhr**

Kino - Everglades - Paradies zwischen  
Himmel und Hölle  
Kostenlos, ohne Voranmeldung

**10.04.2025 um 10.00 Uhr**

Katholischer Gottesdienst

**10.04.2025 um 14.15 - 15.45 Uhr**

Jassen mit Heidi in der Tagesbegegnung  
Nur für angemeldete Bewohnende

**10.04.2025 um 14.30 Uhr**

Konzert, St. Petersburger Männerensemble  
Im Festsaal

**15.04.2025 um 14.15 Uhr**

Kino - Wie angelt man sich einen Millionär  
Kostenlos, ohne Voranmeldung

**16.04.2025 um 14.30 Uhr**

Flötenensemble Au - Singen und zuhören  
Im Festsaal

**17.04.2025 um 10.00 Uhr**

Reformierter Gottesdienst mit Abendmahl

**22.04.2025 um 14.15 Uhr**

Kino - Bettgeflüster  
Kostenlos, ohne Voranmeldung

**23.04.2025 um 14.15 Uhr**

Männerstammtisch in der Tagesbegegnung  
Nur für angemeldete Bewohnende

**24.04.2025 um 10.00 Uhr**

Katholischer Gottesdienst

**24.04.2025 um 14.15 - 15.45 Uhr**

Jassen mit Heidi in der Tagesbegegnung  
Nur für angemeldete Bewohnende

**24.04.2025 um 14.30 Uhr**

Tanznachmittag mit Muhamet  
Im Festsaal

**28.04.2025 um 15.30 Uhr**

Sächsilüüte - Liveübertragung  
Im Festsaal

**29.04.2025 um 14.15 Uhr**

Kino - So ein Millionär hat's schwer  
Kostenlos, ohne Voranmeldung

## MAI

**06.05.2025 um 14.15 Uhr**

Kino - Australien - Geheimnisvoller Roter  
Kontinent  
Kostenlos, ohne Voranmeldung

**08.05.2025 um 10.00 Uhr**

Katholischer Gottesdienst

**08.05.2025 um 14.15 - 15.45 Uhr**

Jassen mit Heidi in der Tagesbegegnung  
Nur für angemeldete Bewohnende

**13.05.2025 um 14.30 Uhr**

Bildpräsentation von Viviane Schwizer  
Reise ins Valposchiavo  
Im Festsaal

**14.05.2025 um 14.15 Uhr**

Gartengruppe in der Tagesbegegnung  
Nur für angemeldete Bewohnende

**15.05.2025 um 10.00 Uhr**

Reformierter Gottesdienst

**15.05.2025 um 18.30 Uhr**

Kino am Abend - Die goldenen Jahre  
Kostenlos, ohne Voranmeldung

**17.05.2025 um 10.00 - 20.00 Uhr**

Frühlingsfest mit Partyabend  
In der Stiftung Amalie Widmer

**20.05.2025 um 14.15 Uhr**

Kino - Südsee - Paradiesische Atolle im  
blauen Meer  
Kostenlos, ohne Voranmeldung

**21.05.2025 um 14.15 Uhr**

Männerstammtisch in der Tagesbegegnung  
Nur für angemeldete Bewohnende

**22.05.2025 um 10.00 Uhr**

Katholischer Gottesdienst

**22.05.2025 um 14.15 - 15.45 Uhr**

Jassen mit Heidi in der Tagesbegegnung  
Nur für angemeldete Bewohnende

**22.05.2025 um 14.30 Uhr**

Konzert, Trio La Perla  
Im Festsaal

**26.05. - 09.06.2025 um 11.30 - 13.00 Uhr**  
Spargel-Wochen im Restaurant

**27.05.2025 um 14.15 Uhr**  
Kino - Heidi  
Kostenlos, ohne Voranmeldung

**28.05.2025 um 14.15 Uhr**  
Offenes Singen im Festsaal  
Kostenlos, ohne Voranmeldung

## **JUNI**

**03.06.2025 um 14.15 Uhr**  
Kino - Santa Lucia  
Kostenlos, ohne Voranmeldung

**05.06.2025 um 10.00 Uhr**  
Katholischer Gottesdienst

**05.06.2025 um 14.30 Uhr**  
Musiknachmittag mit Claudio De Bartolo  
im Restaurant

**10.06.2025 um 14.15 Uhr**  
Kino - Wächter der Wüste  
Kostenlos, ohne Voranmeldung

**11.06.2025 um 14.15 Uhr**  
Gartengruppe in der Tagesbegegnung  
Nur für angemeldete Bewohnende

**12.06.2025 um 10.00 Uhr**  
Reformierter Gottesdienst mit Abendmahl

**12.06.2025 um 14.15 - 15.45 Uhr**  
Jassen mit Heidi in der Tagesbegegnung  
Nur für angemeldete Bewohnende

**16.06. - 22.06.2025 um 11.30 - 13.00 Uhr**  
Ungarn-Woche im Restaurant

**16.06.2025 um 14.00 Uhr**  
Gedenkfeier für verstorbene Bewohnende  
Im Festsaal

**17.06.2025 um 14.15 Uhr**  
Kino - Mein Name ist Eugen  
Kostenlos, ohne Voranmeldung

**18.06.2025 um 14.15 Uhr**  
Männerstammtisch in der Tagesbegegnung  
Nur für angemeldete Bewohnende

**19.06.2025 um 10.00 Uhr**  
Katholischer Gottesdienst

**24.06.2025 um 14.15 Uhr**  
Kino - Die Nordsee - Unser Meer  
Kostenlos, ohne Voranmeldung

**25.06.2025 um 14.15 Uhr**  
Offenes Singen im Festsaal  
Kostenlos, ohne Voranmeldung

**26.06.2025 um 10.00 Uhr**  
Reformierter Gottesdienst

**26.06.2025 um 11.30 - 13.00 Uhr**  
Grillfest mit Musik vom  
Schwyzerörgeli-Quartett Räbhöckler  
Im Restaurant

## **Mitarbeitende**

### **Yoga**

Jeden Donnerstag von 16.30 - 17.30 Uhr

## **Nur für Bewohnende**

### **Zeitungsgruppe**

Jeden Montag von 10.15 - 11.15 Uhr

### **Themengruppe**

Jeden Montag von 14.15 - 15.15 Uhr

### **Bewegen 1**

Jeden Freitag von 14.15 - 15.00 Uhr

## **Extern mit Anmeldung**

### **DenkFit 1**

Jeden Mittwoch von 10.15 - 11.15 Uhr

### **Bewegen 2**

Jeden Freitag von 15.15 - 16.15 Uhr

### **Anmeldung:**

Cornelia Schneider

Leitung Aktivierung und Alltagsgestaltung

cornelia.schneider@sawh.ch

Tel 043 336 44 50

Bitte informieren Sie sich zeitnah über  
mögliche Terminänderungen in unserem  
Veranstaltungskalender unter: [www.sawh.ch](http://www.sawh.ch)



«Immer wieder blühn  
Kirschenblütenbäume  
auf, wenn es Frühling  
wird; aber immer ist  
mir's, als säh' ich sie  
zum erstenmal.»

Egoku Dômyô