

# Kiebitz



Der Schlaue

Spannendes aus dem Alterszentrum Park



Live-Interview  
im Radio  
Postillon  
mit dem  
Zentrumsleiter



Bella-Voce-  
Konzert



Ausflug mit  
3 PS -  
Pferdestärke



herzliche  
Glückwünsche  
zum  
100. Geburtstag  
und zum Wohle



## Editorial

# Liebe Leserin, lieber Leser



Der Herbst begrüsst uns mit sommerlichen Temperaturen und wir dürfen bereits die 3. Ausgabe des Kiebitz, gespickt mit bunten Geschichten aus dem Alltag und freudvollen Rückblicken auf vergangene und schöne Momente, in den Händen halten. Wie das vor kurzem neu gestaltete Titelbild verrät, ist auch diese Ausgabe sehr spannend und abwechslungsreich.

Der vergangene Sommer brachte uns neben prachtvollem Wetter auch sehr heisse Tage, welche nur von wenigen Regentagen unterbrochen wurden. So machte der Sommer in meinen Ferien, wie auch am 1. August, Pause. Wir durften seit der letzten Ausgabe einiges innerhalb und ausserhalb des Alterszentrum Park erleben. Per 1. Juni

hat sich der Stadtrat Frauenfeld neu konstituiert und Regine Siegenthaler hat das Departement Alter und Gesundheit übernommen, zu welchem das Alterszentrum Park gehört. An der 1.-August-Feier wurden viele Angehörige und Besucher begrüsst und Gemeinderatspräsident, Pascal Frey, richtete seine Worte an uns. Die Feier bot viele Gesprächsmöglichkeiten, in denen von den Bewohnerinnen und Bewohnern zu erfahren war, wie zum Beispiel der Ausflug in den Tierpark oder die Fahrt mit Ross und Wagen erlebt wurde.

Dass ein Ochs am Spiess zum Gaumenschmaus werden kann, hatten einige Beobachter bezweifelt, als sie gesehen haben, wie der Ochs am 31. Juli in den Grill gehoben wurde. Dass es ein Gaumenschmaus war, ist in einem der Artikel nachzulesen. An dieser Stelle möchte ich mich bei allen Mitarbeitenden und Mitwirkenden bedanken, die diesen Anlass, dem Wetter zum Trotz, zu einem Tag voller Freude werden liessen. Markus Ritz, Stv. Küchenchef, empfiehlt uns in dieser Ausgabe ein Mais-Gericht aus seinem Heimat-Tal, dem St. Galler Rheintal. Warum der Mais aus dem Rheintal besonders ist, verrät uns Markus Ritz leider nicht. Er durfte am 1. August die Leitung der Küche an seinen neuen Chef, Carsten Blumer (Leiter Verpflegung und Gastronomie), übergeben.

Dass guter Schlaf ein hohes Gut ist, bringen uns Ramona Meier und Martina Grupp aus der Fachentwicklung Pflege näher, Erika Schwarz berichtet vom Pensionierten-Treffen, Michel Klotz führt uns in die Vexillum LEGIO XI Claudia Pia Fidelis, um nur einiges zu nennen und nicht zu viel zu verraten. Diesen Sommer haben 12 Lernende ihre Grundausbildung und 4 Studierende ihre tertiäre Ausbildung in den Bereichen Pflege, Hotellerie und Aktivierung erfolgreich abgeschlossen. Zudem haben 13 Lernende und 5 Studierende ihre Ausbildungszeit begonnen. Gesamthaft bildet das AZP 42 Personen aus. 31 sind in der Grundausbildung als Assistentin/Assistent Gesundheit, Fachfrau/mann Gesundheit, Hotelfachfrau/mann und als Köchin oder Koch, deren 7 als Pflegefachpersonen HF, 2 als Fachfrauen Aktivierung HF und 2 Studierende Betriebsleitung in Facility Management HF.

Wenn ich meinen Blick nach vorne richte, werden die kürzeren Tage spürbar. Der Vortrag am 18. Oktober von Dr. med. Bernd Ibach sowie das Herbstfest am 28. Oktober nahen und die Auswahl unserer künftigen Qualitätsmanagementsoftware sowie Arbeiten aus der, vom Stadtrat am 15.08.2023, genehmigten Strategie AZP 2030 stehen an.

Ich freue mich auf einen farbigen Herbst und auf viele Begegnungen mit Ihnen, liebe Leserinnen und Leser.

Ich grüsse Sie herzlich

Michael Tobler  
Zentrumsleiter

Unser Haus

Impressum

Inhalt



Regine Siegenthaler

Sie können sich darauf verlassen, dass ich mich mit vollem Einsatz um die Zukunft des AZP kümmern werde

# Ich will das AZP behutsam in die Zukunft führen

Bewohner zirka 240  
Angestellte zirka 270  
Freiwillige zirka 70

**Altersheim Haus Talbach**  
Einerzimmer  
Ehepaar-Wohnungen

**Pflegewohngruppe Haus Talbach und Haus Ergaten**  
Einerzimmer  
Zweierzimmer

**Betreutes Wohnen**  
Einerzimmer

**Alterswohnungen Parksiedlung Talacker**  
1-, 2- und 3-Zimmer-Wohnungen

**Tageszentrum Talbach**

**Tages-, Nacht- und Ferienaufenthalt**

**Restaurant Park / Café Ergaten**  
Bankette / Seminare / Tagungen

**Hilfsmittelvermietung**

**Herausgeber**  
Alterszentrum Park  
Zürcherstrasse 84  
8500 Frauenfeld  
Tel. 052 728 71 71  
www.alterszentrumpark.ch

**Redaktionsteam**  
Monika Dieterich, Leiterin Redaktion  
Astrid Reiser  
Ruth Gerber  
Claudia Schmid  
Hansjörg Gasser

**Fotos**  
Redaktion / Réception / verschiedene

**Layout**  
Monika Dieterich

**Druck**  
genius Media AG, Frauenfeld

**Auflage**  
1000 Stück

**Erscheinungsdaten**  
März, Juni, September, Dezember

**Nächste Ausgabe**  
im Dezember 2023

**Editorial** .....3

**Berichte:**

Behutsam in die Zukunft .....5  
EG Süd auf Reisen.....6  
mit Ross und Wagen .....8  
Neuanschaffung im Fitness.. 11  
1.-August-Feier ..... 12  
Ochs am Spiess ..... 16  
Guter Schlaf ..... 17  
Pensionierten-Treffen ..... 18  
Radio-Interview..... 19  
Adé Adventsfenster.....20  
Paulina Weber 100 Jahre .....20

**Serie:**

Hobby.....9  
Koch-Rezept ..... 21

**Interview:**

Herr Schletti.....7  
Herr Gmür .....8

**Gut zu wissen:**

Veranstaltungskalender .....27

**Impressionen:**

1.-August-Feier ..... 14

**News:**

Bewohner .....22  
Personal.....25

**Liebe Bewohnerinnen und Bewohner, liebe Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter, geschätzte Interessierte am AZP**

Das Alterszentrum Park ist eine Institution, die aus unserer Stadt nicht mehr wegzudenken ist. Rund um die Uhr setzen sich umsichtige Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter inmitten des wunderschönen Parks für diesen attraktiven Lebensort ein. Hier dürfen sich Bewohnerinnen und Bewohner sicher und zu Hause fühlen. Darum bin ich stolz darauf, dass ich seit dem 1. Juni als Stadträtin dem Departement für Alter und Gesundheit und dem AZP vorstehen darf.

Wenn es Sie wundert, mit wem Sie es zu tun haben, dann in Kürze so viel: Ich wurde 1972 in eine Frauenfelder Arztfamilie hinein geboren und bin hier aufgewachsen. Ich durfte studieren, wurde Anwältin und war bis zum Antritt im Frauenfelder Stadtrat als Juristin beim Kanton Thurgau tätig. Nebenberuflich engagiere ich mich als Geschäftsführerin von «Coworking Frauenfeld».

Heute lebe ich mit meinem Mann und unseren drei heranwachsenden Teenagern im Frauenfelder Langdorf. Meine freie Zeit verbringe ich mit meiner Familie, gerne auch mit Freunden und gehe reiten oder besuche kulturelle Anlässe. Abends geniesse ich ab und zu ein Glas Wein und lese ein spannendes Buch. Derzeit liegt gerade «Das Leben ist ein vorübergehender Zustand» von Gabriele von Armin auf meinem Nachttisch.

Es ist mir wichtig, dass in Frauenfeld Menschen im Alter so wohnen und leben können, wie es ihnen entspricht. Deshalb freue ich mich sehr, dass ich mich fortan für das Alterszentrum Park um gute Rahmenbedingungen einsetzen und die zielstrebige Weiterentwicklung der Angebote ins Auge fassen darf. Gemeinsam wollen wir das AZP fit für die Zukunft machen. Denn der Wandel macht vor uns nicht halt. Die Zahl der älteren Menschen nimmt weiter zu und der Mangel an Fachkräften bereitet uns zusehends Sorgen. Sie können sich darauf verlassen, dass ich mich mit vollem Einsatz für die Zukunft

des AZP kümmern werde – und dabei Bewährtes beibehalte und behutsam mit Neuem verbinde. Dies mit dem Anspruch, die angenehme Wohn- und Arbeitsatmosphäre ebenso in die Zukunft zu führen wie unser Markenzeichen und Namensgeber – den grosszügigen Park.

Ich freue mich auf Begegnungen und Gespräche mit Ihnen.

Herzliche Grüsse  
Ihre Regine Siegenthaler ●





Die Stimmung ist sichtlich fröhlich

möglich  
dank dem  
Solidaritäts-  
Fonds



Pierre Schletti, Ergaten 2 Süd

das Fitnessangebot nutzte  
ich gerne

## Das EG Süd auf Reisen

● Claudia Schmid

### Am Mittwoch, 5. Juli ging das Ergaten EG Süd nach Kreuzlingen in den Tierpark

Nach einer kurzen Mittagsruhe machten sich die Bewohnenden voller Vorfreude um 13 Uhr auf den Weg zum Treffpunkt beim Eingang Haus Talbach. Begleitet wurden die Bewohnenden zum Teil vom Ehepartner, der Lebenspartnerin sowie vom Team Ergaten EG Süd. Sie waren bepackt für alle Wetter-Eventualitäten auch mit einem Regentoncho, welcher Andrea Fröhlich im letzten Moment noch besorgte. Auch die Sonnencreme, ein Sonnenhut und Mineralwasser für den Durst durften nicht fehlen.

Der Reisecar wartete bereits und war nicht übersehbar. Die Wartezeit bis zur Abfahrt ging schnell vorüber. Es war spannend zuzuschauen, wie unser freundlicher und bestens gelaunter Chauffeur, Marcel Stillhard, routiniert die Bewohnenden zum Einsteigen nacheinander mit dem Lift hochhob. Auch als noch spontan ein zusätzlicher Sitz im Reisecar ausgebaut werden musste, ging das sehr flink. Dann wurden alle Rollstühle eingeladen.

Auch Michael Tobler, unser Zentrumsleiter, liess es sich nicht nehmen, uns allen einen schönen Ausflug zu wünschen. Danach konnte die Überlandfahrt losgehen. Marcel Stillhard wählte uns zuliebe eine schöne Überlandstrecke aus und liess die Autobahn aus. Wir kamen an vielen malerischen Ortschaften vorbei, zum Beispiel fuhren wir durch Felben-Wellhausen, Müllheim und viele weitere Dörfer. Wir hatten viel zu sehen. Nach rund einer Stunde kamen wir am Kreuzlinger Hafen an. Wir alle waren bald aus dem Reisecar ausgestiegen. Unser Chauffeur, das ganze EG-Süd-Team und auch Angehörige halfen beim Aussteigen mit.

Danach konnten wir den Spaziergang geniessen, zwar mit einigen Regentropfen. Das Wetter tat der guten Laune aber keinen Abbruch. Im Tierpark besuchten wir verschiedene Tiere und durften sie füttern. «Geisse», teils mit eindrücklich grossen Hörnern, Esel, Vögel und «Wollsäue», welche ihrem Namen alle Ehre machten und einige Tiere mehr freuten sich über das Futter. Anschliessend spazierten wir zum

Hafenrestaurant «alte Badi». Hier wurden wir mit feinem Kaffee und einem Coupe Romanoff verwöhnt. Diese köstliche Erfrischung liessen wir uns gerne schmecken. Wir machten es uns gemütlich. Anschliessend genossen wir nochmals die schöne Aussicht auf den Bodensee und liefen dann langsam zurück zum Reisecar. Marcel Stillhard half uns wieder gekonnt beim Einsteigen. Als alle ihren Platz eingenommen hatten, angeschnallt und «alle sieben Sachen» eingeladen waren, konnten wir losfahren. Dieses Mal gings via Autobahn zurück, denn es war bereits 17 Uhr. Wir hatten Glück und es gab keinen Stau. Etwas müde und mit vielen schönen Eindrücken genossen wir den Heimweg. Der Ausflug wurde durch den Solidaritätsfonds des Alterszentrum Park finanziert. Andrea Fröhlich und der Gruppenleiterin Annalisa Folla herzlichen Dank für die Organisation. ●

Alterszentrum Park, Frauenfeld  
Konto: CH65 0078 4152 0472 2660 5  
Vermerk: Solidaritätsfonds

## Herr Schletti freut sich über abwechslungsreiche Gespräche

● Claudia Schmid

### Im Café Ergten habe ich Pierre Schletti getroffen. Er hat mir aus seinem Leben erzählt.

Herr Schletti, unser Bewohner wohnhaft im Ergaten 2 ist in Bern zusammen mit vier Geschwistern, davon ein Bruder und drei Schwestern, aufgewachsen.

In Bern wohnte er während rund 30 Jahren. Danach zog er nach Frauenfeld und heiratete auch hier. Er wurde Vater von einer Tochter und einem Sohn. Mit seiner Familie wohnte er in einem Reihnhaus und beschäftigte sich dort sehr gerne im Garten.

Herr Schletti war Mitgründer und Pionier einer Frauenfelder Firma. Sie boten die Dienstleistung «Fotokopierservice» an. Mit den einfacher zu bedienenden Kopiergeräten und Computern wuchs die Konkurrenz in der Arbeitswelt stetig an und auch seine Pensionierung näherte sich. Zum Teil beschäftigte er in seinem Fotokopierservice bis zu 25 Mitarbeitende. Auch seine Frau half immer viel mit und so blieb neben der Arbeit nur wenig Freizeit übrig. Ab und an reichte die Zeit für

eine Reise und natürlich für das Familienleben. Er interessierte sich schon immer für die Politik, engagierte sich auch im Sportverein, half bei Anlässen mit und machte einiges mehr.

Herr Schletti zog dann mit seiner Frau, als die Kinder ausgezogen waren, in eine Wohnung und blieb aber weiter in Frauenfeld. Er genoss mit seiner Frau zusammen noch einige schöne Jahre, bevor sie krank wurde und leider verstarb.

Als die Beschwerden von Herr Schletti mit seinen Beinen stärker wurden, entschloss er sich schliesslich ins AZP zu ziehen. Heute nimmt Herr Schletti regelmässig am Fitnessangebot der Freiwilligen teil. Er schätzt vielfältige Gespräche mit verschiedenen Menschen und würde sich noch einige neue Kollegen wünschen. Diese würden ihm im Alltag, neben den Besuchen der Familie, eine weitere Bereicherung schenken.

Lieber Herr Schletti herzlichen Dank für das Gespräch, und wer sich jetzt als Bewohner auch an-

gesprochen fühlt und kurzweilige Gespräche liebt und sucht, der soll sich doch im 2. Stock, Haus Ergaten melden. ●

Wo finden Bewohnerinnen und Bewohner neue Kolleginnen und Kollegen im AZP?  
Das Café Ergaten ist zum Beispiel ein Ort, um sich aus verschiedenen Wohngruppen zu treffen und auszutauschen. Bewohnende, welche gerne Jassen, Lachen oder Reden mögen sind alle herzlich willkommen - Kein Konsumationszwang.



Reinhard Gmür, Ergaten 1 Süd

jeden Tag  
optimistisch  
entgegen  
treten



## Mit Ross und Wagen

● Claudia Schmid

### Im Juni unterwegs

Angehörige von den Bewohnenden im EG Süd wurden eingeladen und gefragt, ob sie uns auf diesem Ausflug begleiten. Und so kam es, dass an diesem schönen, nicht zu heissem Nachmittag, die Bewohnenden mit ihren Angehörigen und dem Personal des EG Süd nach dem Mittagessen sich freudig auf dem Weg zum «Rössliwagen» machten. Abfahrt war um 14 Uhr. Die Fahrt ging teils durch die Stadt. Unsere Bewohnenden wie auch die Passanten hatten Freude, wenn man sich begnetete, speziell auch an Begegnungen mit Kindern. Im schattigen Wald beim Robinson Spielplatz Burgerholz gab es eine Pause mit feinem Glacé. Die Erdbeersorte war am beliebtesten. Dieser Nachmittag liess viele Gesichter strahlen. ●

Frankreich in die Ferien und genoss dort die feine, leichte Küche. Er wanderte leidenschaftlich, vor allem am Walensee, schwamm aber nur ab und zu darin. Der Walensee bringt gewisse Gefahren mit sich, denn er wird sehr schnell tief und auch Strudel kommen vor. Im Winter malte er gerne Ölbilder.

Während seiner Arbeit erblindete Herr Gmür und musste deshalb mit 34 Jahren seinen Beruf aufgeben. Damit kämpft er bis heute.

Er versucht aber jeden Tag optimistisch zu sein. Früher machte er in der Region um Bregenz gerne Velotouren. Er fährt jetzt jeden Donnerstag im Fitnessraum des AZP Velo. Er wohnt seit rund zweieinhalb Jahre bei uns. Herr Gmür möchte sich herzlich bedanken, dass er hier sein kann und wünscht uns allen ein Leben lang gesunde Augen.

Lieber Herr Gmür, vielen Dank für das Gespräch und alles Gute. ●

## Herr Gmür, der Velofahrer

● Claudia Schmid

### Gespräch im Juni mit Herr Gmür. Er wohnt im Ergaten 1 Süd

Herr Gmür war Becker-Konditor. Er musste jeweils lange Schichten arbeiten. Immer freitags startete die Arbeitsschicht um 22 Uhr und dauerte bis Samstagmittag. Er hatte glücklicherweise aber einen guten Schlaf und war so jeweils motiviert und mit Freude in der Backstube. Später besuchte er noch die Fachschule in Lausanne und dann durfte er anschliessend auch Lehrlinge ausbilden. Am liebsten stellte er Torten für Geburtstage, Hochzeiten und andere Anlässe her. Wenn er Kapazität hatte, probierte er neue Dekorationen aus. Die Torten wurden in einem Raum für die Kunden speziell präsentiert. Es durfte dort auch probiert werden, was sehr geschätzt wurde. Herr Gmür lieferte auch selber Torten aus und brachte mit seinem vorsichtigen Fahrstil jede «heil» an ihren Zielort.

Süssigkeiten isst er bis heute auch selber gerne, vor allem französische Backwerke. Diese sind oft verarbeitet mit caramelisiertem Zucker. Er ging auch gerne nach

Serie:  
Hobbies

wir sind die Vex LEGIO XI  
CPF (11) Vexillum LEGIO XI  
Claudia Pia Fidelis

## Erklär mir deine Welt

● Ruth Gerber

**Mit diesem Artikel möchten wir eine lose Folge über spezielle Hobbies unserer Mitarbeitenden beginnen.**

**Im ersten Artikel stellt uns Michel Klotz, Fachmann Gesundheit im 2. Stock Ergaten sein Hobby vor. In seiner Freizeit ist er Legionär. Der Besuch eines Mittelalter Marktes lohnt sich wirklich. Ich habe nun ganz viele Fragen zu Michel's Hobby. Michel erklärt mir seine Welt:**

Michel Klotz: Genau heisst unsere Bezeichnung Reenactor. da wir uns auf die Zeitepoche um 1. Jahrhundert nach Chr. spezialisiert haben. Reenactors sind Menschen, die versuchen eine bestimmte Zeitepoche so genau darzustellen wie möglich. Für uns und unsere Besucher kochen wir das, was es damals im Römischen Reich gegeben hat. Jede Reenactment Gruppe spezialisiert sich dabei auf eine Zeitepoche. Das kann von der Steinzeit bis über das Mittelalter, Wikinger oder sogar eine Abbildung einer Schweizer Familie vor zirka 150

Jahren sein. In diesem Hobbybereich gibt es keine Grenzen

Wie heisst der Verein, dessen aktives Mitglied du bist? Wir sind die Vex LEGIO XI CPF (11) Vexillum LEGIO XI Claudia Pia Fidelis. Wir sind seit 25 Jahren ein offizieller Verein in der Schweiz. Das Claudia Pia Fidelis ist sozusagen eine Auszeichnung und bedeutet pflichtbewusst und treu. Diese Auszeichnung wurde der Legion von Kaiser Claudius (41- 54 n.Chr.) gegeben.

**Hast du einen speziellen Namen?** Ich selbst noch nicht, aber unsere anderen Mitglieder, die schon länger dabei sind, haben natürlich ihre Lateinischen Namen. Das heisst, wir Soldaten haben keine Adligen oder Kaisernamen, da diese früher nicht als Fusssoldaten, sondern wenn überhaupt als Kavallerie oder Staboffiziere gedient haben. Unsere Namen sind aus der einfachen Bevölkerungsschicht. Z.B. heisst mein Centurio: Lucius Livius Arietinus. Im normalen Alltag heisst er aber Yves Rüttimann und ist Sekundarlehrer in Zürich.

**Wie oft triffst du dich mit deinen Vereinskollegen?** Wir haben mehrere Events privat und öffentlich, so wie Schulbesuche über das ganze Jahr verteilt, im In- und Ausland. Ich versuche bei sieben bis zehn Events dabei zu sein. Diese Events dauern meistens länger als zwei Tage.

**Übt ihr dann Exerzieren?** Da wir ein Abbild der Römischen elften Legion um ca.70 n.Chr. darstellen, versuchen wir auch Manöver wie die Testudo also Schildkrötenformation darzustellen. Fast wie im Militär nur, dass wir mit Schild, Schwert und Rüstung bewaffnet sind, statt Kampfstiefel tragen wir genagelte Sandalen.

**Habt ihr ein Stamm-Lager (so was wie ein Mutterhaus)?** Wir arbeiten sehr viel mit Museen zusammen, darunter das Römer Museum Vindonissa in Windisch. Dort sind wir als Verein eingetragen, unter anderem auch, da unsere Legion nach der Versetzung durch Kaiser Vespasian aus dem Mittelmeer ca. von 70 n. Chr. bis 101 n. Chr. dort stationiert war.





mit Waffen und Rüstungen



beim Musizieren



Wäscheleine



Schloss Wellenberg

viel Energie  
und Be-  
geisterung



Instruktion der Freiwilligen am  
neuen Velo

### Wie viele Male nehmt ihr an einem Mittelalter-Markt teil?

Je nachdem, wo wir eingeladen werden. Auf dem Wellenberg sind wir aber sicher immer auf dem Handwerkermarkt vertreten, da wir uns sehr gut mit den Organisatoren verstehen und sich über Jahre eine gute Freundschaft daraus entwickelt hat. Unser Verein gehört eigentlich noch nicht zum Mittelalter dazu. Das fängt einige Jahrhunderte später an. Deswegen sind wir eher weniger auf Mittelalter Events zu finden.

### Geht ihr auch ins benachbarte Ausland?

Ja wir haben regelmässig Privatlager im Deutschen, aber auch Anlässe in Natale Di Roma. Der Geburtstag der Stadt Rom, wo wir um das Kolosseum zum Circus Maximus marschieren mit 3'000 bis 4'000 anderen Reenactern aus aller Welt. Jedes Jahr werden wir von Badenweiler DE für einen Neujahrsanlass in der Therme gebucht. Dies ist mittlerweile seit Jahren Tradition. Dieses Jahr haben wir eine besondere Ehre. Unsere belgischen Kollegen, die die gleiche Legion repräsentieren, haben uns eingeladen an ein grosses Fest: das Cesaren Fest,

das nur alle 25 Jahre stattfindet. Wir werden anfangs September vier Tage dort verbringen und unser Handwerk am grossen Römerfest in Augst rund 100'000 Besuchern vorstellen und präsentieren.

### Nähst du deine Kleider selber?

Ich habe es versucht, habe aber zwei linke Hände. Zum Glück habe ich, mit Esther Aschwanden aus der Parksiedlung, die bestmögliche Person gefunden, welche mir die Kleider nähen kann. Ich bin ihr sehr dankbar für die grossartige Arbeit und freue mich auf weitere Projekte mit ihr.

### Woher habt ihr eure Waffen und Rüstungen? Sind diese echt (Material)?

Es gibt Händler und Schmiede, die diese Waffen und Rüstungen herstellen und verkaufen. Wir haben einige Personen, die mit uns zusammenarbeiten. Ausserdem haben wir für kleine Reparaturen einen gelernten Schmied bei uns in der Gruppe. Die Waffen und Rüstungen sind alle echt und scharf. Da wir so authentisch wie möglich sein wollen, bauen wir die Waffen und Rüstungen nach den ori-

ginalen archäologischen Funden und Aufzeichnungen nach. Das heisst, es gibt keinen rostfreien Edelstahl, sondern richtiger Stahl, der auch gepflegt werden muss. Die Niete sind aus Bronze oder Messing und die Innenverkleidungen des Plattenpanzers sowie der Schwertscheide sind aus Leder gefertigt.

### Was esst ihr, wenn ihr an Events teilnehmt? Kocht ihr noch wie damals oder packt immer jemand einen Gaskocher ein?

Wir kochen immer über dem offenen Feuer. Wir machen meistens am Abend Römische Küche, da dies uns sehr schmeckt. Unsere Frauen im Verein zaubern uns Gerichte, die nach historischem Vorbild nachgekocht oder kreierte worden sind. Wie z.B. Fladenbrot mit einem Knoblauch Schafskäse-Aufstrich dazu Frischen Oliven und Früchten so wie Nüsse. Wir Legionäre machen dann meistens den Legionärs Eintopf Plus. Dieser besteht aus Dinkel oder Emmer. Dazu wirft man alles Gemüse, was man findet und auch zu dieser Zeit bekannt war, in einen Topf und lässt es über dem Feuer köcheln.

Ab und zu gibt es auch ein Stück gutes Fleisch oder ein Stück Speck in den Topf, dies aber eher selten, da es damals auch nicht üblich gewesen war. Dazu noch eine Art Römischer Glühwein. Dieser wird mit Rotwein, Datteln und Honig über dem Feuer erwärmt.

### Wie kleidet ihr euch im Winter?

Gute dicke Wollen Tunikas und Mäntel aus gegerbtem Wollwack. Natürlich einige Schichten übereinander. An den Füessen haben wir meistens lange Wolle Socken sowie Filzstulpen, damit die Füesse trocken bleiben, da unsere genagelten Sandalen offen sind. In der Nacht schlafen wir in unseren Leinenzelten, eingehüllt von Schichten aus Fellen und Tüchern. Als Decke dient der Wollwack Mantel, auch Penula genannt.

### Wenn jemand dein Hobby auch ausüben möchte, kann jede Person Mitglied in eurer Gruppe/eurem Verein werden?

Jede Person des 18 Lebensjahres und mit Freude an Geschichte darf sich bei uns versuchen.

Was nicht gerne bei uns gesehen wird sind irgendwelche Rambos, die sich nicht anpassen können und nur für sich und ihr Ego bei uns sind, so wie auch Menschen mit radikalem und extremistischem Gedankengut. Solange du respektvoll mit uns und andern Mitmenschen und deren Gesinnung sowie Einstellung umgehst und ein Faible für Geschichte und vielleicht sogar etwas für Militärgeschichte übrig hast, bist du bei uns herzlich willkommen.

Uns ist klar und bewusst, dass dieses Hobby nicht für jeden ist, und dass jeder von uns «en Egge ab hät». Das muss man aber auch haben, um sowas in seiner Freizeit zu machen.

RG: Wow, das sprüht ja vor Energie und Begeisterung für dein Hobby! Vielen Dank, Michel. Wir sind gespannt, ob noch weitere Mitarbeitende in ihrer Freizeit ein tolles Hobby betreiben. ●

## Neuanschaffung im Fitness

● Monika Dieterich

### Die Bewohnenden haben ein neues Übungserät erhalten.

Die sogenannten Handvelos sind bei unseren Bewohnenden sehr beliebt. Sie sind auch für Menschen im Rollstuhl gut geeignet. So kann der Oberkörper mit den Handrastern gut trainiert werden und die Beine beim Drehen ebenfalls.

Die bestehenden Geräte sind in die Jahre gekommen. Sie knarren und quietschen und eines hat den «Geist» ganz aufgegeben. Nach längerem Suchen für einen Ersatz sind wir fündig geworden und dank dem Solidaritätsfonds finanzierbar. Zwar gibt es dieselbe Ausführung im Handel nicht mehr. Das neue Gerät ist mit einem Display ausgerüstet und mit einigen elektrischer Unterstützung bedienbar.

Die Freiwilligen sind durch die Lieferfirma geschult worden. Die Nutzung dieses Gerätes ist vorwiegend in Begleitung einer Freiwilligen vorgesehen. Für individuelle Trainings stehen die bisherigen Handvelo ohne elektrische Unterstützung weiter zu Verfügung. ●





# 1.-August-Feier im Alterszentrum Park

● Ruth Gerber

**Traditionsgemäss führt das Alterszentrum Parkt am 1. August eine Feier für Bewohnende, Angehörige und die Bevölkerung der Stadt Frauenfeld durch.**

Da auf die Funkenfeier am 31. Juli 2023 verzichtet wurde, war die Feier im Alterszentrum Park die einzige Feier der Stadt Frauenfeld.

Das Wetter hat sich schon im Voraus als sehr heikel angekündigt und tatsächlich war der 1. August sehr regnerisch, windig und kalt. Kurzfristig wurde deshalb ein Alternativprogramm für Bewohnende und Angehörige organisiert. Die Bewohnenden erhielten ein gemeinsames Mittagessen in den Sälen statt im Freien. Gäste und Besucher der Feier erhielten so Platz unter den Zelten im Park. Das musikalische Programm und die Festansprache von Pascal Frey (Gemeinderatspräsident) wurde alternierend in den Häusern Ergatten und Talbach durchgeführt.

Um 14 Uhr stand der alljährliche Auftritt der Veteranenmusik auf dem Programm. Jedes Jahr sind es über 40 Musikerinnen und

Musiker in der Formation. So eine grosse Formation kann aus Platzgründen nicht in den Sälen auftreten. Deshalb fand das Konzert der Veteranenmusik im Zelt im Park statt. Die Beliebtheit der Veteranenmusik zeigte sich anhand der zahlreichen Zuhörerschaft, die sich im Zelt eingefunden hatten. Auch Pascal Frey liess es sich nicht nehmen seine Ansprache noch einmal vorzutragen. Die Festansprache ist in einer Zusammenfassung abgedruckt.

Wie kommt der Ochs auf den Spieß?

Aus Tradition wird am 1. August Spanferkel gebraten. Dieses Jahr wurde im Alterszentrum Park Ochsen am Spieß serviert. Der Ochs musste 22 Stunden braten, bevor er serviert werden konnte. Das Gewicht des Ochs am Spieß betrug 290 Kilogramm. Und wie kommt er auf den Spieß? Am Vorabend des 1. August haben wir uns auf Platz informiert, wie so ein Ochs am Spieß gebraten wird. Vor Ort haben wir Stefan Kressibucher angetroffen, der uns Auskunft gab über den Bratvorgang. Der gelernte Metzger liess viel Leidenschaft für seinen Beruf

erkennen. Er hat den Ochs, ein Thurgauer Tier, selbst geschlachtet und gewürzt. Das schwere Tier musste mit einem Traktor auf den Grill gelegt werden. Der Grillofen ist eine grosse Blechkiste – eine Eigenkreation eines Kollegen. Damit das Grillen auch wirklich gelang, hat Stefan Kressibucher zusammen mit Markus Ritz, Stv. Küchenchef, das notwendige Feuer während 24 Stunden mit Holzkohle bestückt und überwacht.

Das Ergebnis: Der Ochs war knusprig und zart. Ein kulinarisches Erlebnis.

Wenn Sie den Ochs am Spieß verpasst haben, so hoffen wir, dass wir Ihnen nächstes Jahr wieder Ochs am Spieß servieren dürfen. Und dies hoffentlich bei sonnigem Wetter.

Festansprache zum 1. August (Zusammenfassung)  
Von Pascal Frey, Gemeinderatspräsident

Das Alter der Schweiz ist eigentlich gar nicht so genau zu bestimmen, wie wir es manchmal annehmen und am 1. August

feiern. Der Bundesbrief von 1291, in dem die drei Urkantone ihre Zusammenarbeit besiegelt haben, ist nur eine von mehreren Möglichkeiten. Der Bundesbrief ist auch erst etwa 500 Jahre nach der Besiegelung in einem Archiv wiederentdeckt worden. Und den Bundesfeiertag am 1. August gibt es erst seit 132 Jahren. Bis dahin war die Schweiz auch nicht das, was sie heute ist. Bis ins Jahr 1847 fanden immer wieder Kriege um und auf dem heutigen Territorium der Schweiz statt. So auch in Frauenfeld, wo 1799 das «Gefecht bei Frauenfeld» stattgefunden hat. Die Schweiz ist damals von den Franzosen eingenommen und zur Tochterrepublik gemacht worden. Zu dieser Zeit standen in ganz Europa 100'000e Soldaten im Krieg, Frankreich gegen Österreich-Russland-Grossbritannien. Und eben dieser Krieg wurde dann auch in der Schweiz ausgetragen – Ende Mai 1799 in und um Frauenfeld. Dabei sind einige Tausend Soldaten auf beiden Seiten ums Leben gekommen, obwohl das Gefecht nur einen Tag dauerte. Heute erinnern ein kleines Denkmal an der Thundorferstrasse,

das Modell im Keller des Rathauses und ein Strassenname an die grausamen Ereignisse von damals. General Weber ist einer der Getöteten in der Schlacht gewesen. Er wurde bekannt, weil er eigentlich zum Oberbefehlshaber der schweizerischen Truppen hätte befördert werden sollen. Die Nachricht ist aber nie angekommen im Tumult des Gefechts, und er ist in dieser Zeit an einem Kopfschuss gestorben. Dies war also vor etwa 220 Jahren und vor 176 Jahren fand das letzte Mal eine Kriegshandlung auf Schweizer Boden statt. Umso mehr berührt uns der inzwischen seit bald 1 ½ Jahren andauernde Krieg zwischen Russland und der Ukraine, weil die Kämpfe so nahe sind wie schon lange nicht mehr. Er lässt uns am ewigen Frieden in unserer Nähe zweifeln. Umso wichtiger ist es, dass wir zusammensitzen, um uns auszutauschen, miteinander zu reden und um den 1. August gebührend zu feiern. Man klatscht und tratscht – redet zusammen. Getraut euch, die Nachbarn im Treppenhaus anzusprechen oder die Verwandten, mit denen man schon lange nicht mehr gespro-

chen hat, anzurufen oder einfach jemanden zu fragen «wie geht's». Vielleicht ergibt sich ja ein gutes Gespräch daraus. Es ist einfacher, jemanden auf ein Problem anzusprechen, wenn man vorher schon einen guten Draht hat. Krieg entsteht, wenn sich Menschen, ganze Völker oder Staaten voneinander abwenden und nicht mehr miteinander sprechen. Denn nicht zuletzt mit Gesprächen erhalten wir den Frieden, der hoffentlich doch für immer währt in unserer schönen, vielfältigen Schweiz. ●

Pascal Frey ist seit 2010 im Gemeinderat der Stadt Frauenfeld. Im «Nebenberuf» ist er Polymechaniker. Ihm sind die Umwelt und Menschen wichtig. Auf Frauenfeld gemünzt sind das dann Themen wie erneuerbare Energie; sozialverträgliche Verdichtung, die auch auf die Umwelt Acht gibt; Unterstützung derjenigen, denen es nicht so gut geht und ähnliches.





## 1.-August-Feier

Der Anlass konnte auch bei schlechtem Wetter durchgeführt werden.  
Die Stimmung war fröhlich und gelassen.

Schön und abwechslungsreich war die Feier.





ich hoffe, es hat gut geschmeckt

## Ochs am Spiess

● Hansjörg Gasser

**Für die 1.-August-Feier suchte das Alterszentrum Park einen Ochsen - anstelle von Spanferkel in den vergangenen Jahren - den sie den Bewohnern und Gästen zum Mittagessen servieren konnten.**

Fündig wurden wir auf einem Landwirtschaftsbetrieb im Hüttenberg oberhalb Eschenz. Von dort aus geniesst man eine schöne Aussicht auf den Untersee. Der Ochs wurde dort mit Silage, Trockenfutter, Gras- und Maiswürfel gefüttert, und wog gegen Ende Juli 490 kg.

Stefan Kressibucher, ein gelernter Metzger und heute fleissiger Geschäftsmann, der immer wieder an Festen für Besucher grilliert, hat uns diesen Ochsen verkauft.

Der Ochs wurde als 290 Kilogramm schwerer Schlachtkörper am 31. Juli mit einem Autoanhänger ins AZP transportiert. Dann musste er mit einem Heckstapler in einen grossen Grill gehoben werden. Der Grill wurde darauf mit einem Deckel verschlossen.

Um 12.00 Uhr begann Stefan mit der Holzkohle den Grill aufzuheizen. Über die Nacht hinweg wachte unser Küchenchef a. i. Markus Ritz, über den Ochsen. Alle anderthalb Stunden schüttete er Holzkohle nach, so dass immer eine konstante Temperatur von 120° Celsius zum Garen bestand. Am Morgen des 1. August übernahm Stefan Kressibucher wieder das Zepter. In dieser Zeit wurden 160 kg Holzkohle verfeuert. Um 11.00 Uhr war es soweit. Nach 22 Stunden Garzeit war das Fleisch schön zart. Mit dem Heckstapler wurde der Deckel vom Grill abgehoben und ein Lochblech wurde unter den Ochsen in den Grill geschoben. Mit einem Zelt wurde der Grill zugedeckt, da just in diesem Moment ein starker Regen über das Festgelände zog. Stefan Kressibucher schnitt gekonnt Stück um Stück vom Fleisch des Ochsen weg. Dieses zerkleinerte die Küchenmannschaft noch und richtete es für die Bewohner und Gäste auf die Teller an. Das Fleisch, das nicht direkt serviert wurde, kam in einen Oklahoma Joe Smoker, zum Warmhalten. Über 300 Portionen konnten verkauft werden. Jedes Gramm wur-

de von den Knochen abgetrennt. Was nicht am 1. August serviert werden konnte, wurde in den nächsten Tagen in der Küche zu Gulasch, Schmorbraten, Zigeunersalat oder einer Argentinischen Teigtasche, eine sogenannte Empanadas, den Bewohnern zum Essen serviert. Ich hoffe, dass alle, die wollten, ein feines Stück Fleisch vom Ochsen erhalten haben und dieses richtig geniessen konnten und es geschmeckt hat. Die mediale Präsenz von Tele Top hat mich somit weit über die Kantongsgrenzen bekannt gemacht, was mich sehr freute. ●



7 Mobility Monitore sind im Einsatz

## Aus der Fachentwicklung Pflege

● Ramona Meier und Martina Grupp

**Guter Schlaf ist ein hohes Gut.**

Je älter wir werden, desto häufiger wird unser Schlaf unterbrochen und der Tiefschlafanteil sinkt. Physische und psychische Erkrankungen können das Schlafverhalten zusätzlich negativ beeinflussen. Die Auswirkungen davon sind eine beeinträchtigte Lebensqualität und körperliche als auch geistige Einschränkung der Leistungsfähigkeit.

Weitere wichtige Indikatoren im Bereich der Lebensqualität älterer Menschen sind Schmerzen, sowie Dekubitus- und Sturzgefahr. Dekubitus sind Bereiche lokalisierter Schädigungen der Haut und der darunterliegenden Gewebeschichten, die durch Druck, Schwerkraft und Reibung oder einer Kombination dieser Faktoren verursacht werden. Dekubitus stellen schwerwiegende Gesundheitsprobleme dar, die zu einer erhöhten Aufenthaltsdauer, einem erhöhten Pflegeaufwand, Schmerzen und vor allem zu einer Reduktion der Lebensqualität führen. Neben Dekubitus sind auch Stürze ein weiteres relevantes Prob-

lem in der täglichen Pflegepraxis. Folgen davon sind vermehrte Schmerzen. Die Schmerzhäufigkeit steigt im Alter an und führt bei den Betroffenen zu erheblichen Einschränkungen im Alltag. Eine effektive Schmerztherapie kann zu Verbesserungen der Lebensqualität führen.

Gerade bei kognitiv eingeschränkten und pflegebedürftigen Bewohnenden ist die Erfassung von Schlaf, Schmerz, Dekubitus- und Sturzgefahr in der Abklärung auch für Pflegefachpersonen herausfordernd. Ein technisches Einschätzungsinstrument kann dabei die Pflegefachpersonen sinnvoll unterstützen. Technische Unterstützung für die Erfassung von Bewegung und Bewegungsaktivitäten im Bett, kann der «Mobility Monitor» der Schweizer Medizintechnikfirma Compliant Concept bieten.

Der Mobility Monitor besteht aus einer Sensoreinheit und einem Bedienmodul (Abb. rechts). Dieses System erfasst berührungslos, geräuschlos und kontinuierlich die

Bewegung der im Bett liegenden Person.

Mit dem Einsatz des Mobility Monitor können drei verschiedene Assessments (Einschätzungen) zur Verbesserung des Schlafverhaltens, Dekubitusprophylaxe und Sturzprophylaxe erstellt werden. Über die Sensoreinheit wird die Mikroaktivität der Bewegung aufgezeichnet. Der Mobility Monitor eignet sich als gezieltes periodisches und evaluierendes Beobachtungsinstrument, um die Lebensqualität des Bewohners zu erhalten und dessen Pflegequalität bestmöglich zu gewährleisten.

Im Februar 2023 konnten insgesamt 7 Mobility Monitore im Alterszentrum Park angeschafft werden. Seit Nutzung des Mobility Monitor konnten wir eine Verbesserung der Qualität in den Bereichen Medikation, nächtliche Störungen, Vermeidung von Risiken (Dekubitus und Sturz) verzeichnen. ●



alle Jahre wieder findet der geschätzte Pensioniertenanlass statt. Es wird gelacht, sich ausgetauscht und von früheren Zeiten gesprochen.

## Pensionierten-Treffen im Alterszentrum Park

● Erika Schwarz

**Während draussen der Regen des vorbeiziehenden Gewitters niederrauscht, treffen sich viele pensionierte Mitarbeitende im Café Ergaten. Eilig wird das aufgebaute Buffet von der Terrasse ins Trockene umgeräumt.**

Bei der freudigen Begrüssung unter den Kolleginnen steigt der Lärmpegel im Café zünftig an! Fröhliche Gesichter überall - Austausch an allen Ecken. «Hoi – wie geht's dir? Was machsch?» Dem glustigen Apérobuffet und den angebotenen Getränken wird eifrig zugesprochen. Es ist schön, so vielen bekannten, ehemaligen «Mitsstreiterinnen» zu begegnen! Danke daher für die jährliche Einladung ins Alterszentrum Park.

Mit einer Viertelstunde Verzögerung aufs Programm begeben sich die Anwesenden in den Saal Ergaten, um sich vom neuen Zentrumsleiter Michael Tobler über den Jahresverlauf in der ganzen Institution, sowie geplante Neuerungen informieren zu lassen. Zuerst werden allerdings die acht frisch Pensionierten durch die neue Stadträtin, Regine

Siegenthaler, geehrt. Das rundum vorzügliche Mittagessen, welches uns anschliessend serviert wurde, haben gewiss alle sehr genossen. Vielen Dank! Und es blieb dann auch noch etwas Zeit zum weiteren Austausch miteinander.

Um 14 Uhr hörten wir von Michael Tobler weitere Infos über Veränderungen im Zentrumsalltag:

- Jahresmotto: «zusammen wachsen / zusammenwachsen»
- Die Umbenennung der Sprechstunde in «Begegnung mit der Zentrumsleitung»
- Projektgruppe «chum go luege» organisiert Einsätze in andern Arbeitsbereichen
- Gesundheitsmanagement für Mitarbeitende - Zumba immer am Montagabend
- Stärkung der Freiwilligenarbeit mit diversen neuen Ideen und Angeboten wie z.B. dem Parcours mit Elementen für das Training mit Rollstühlen
- Erneuerung des Bettenliftes im Haus Talbach sowie Sanierung der Lifte im Haus Ergaten

- Am Streetartfestival war auch das Alterszentrum Park beteiligt mit dem Bild an der Fassade Talbach Ost

Eine Anregung aus dem Kreis der Pensionierten:

Viele würden sich einen Ankleber mit den Namen der Teilnehmenden wünschen.

Man trifft sich ja nicht mehr so oft und schnell entschwinden dann einzelne Namen – oder es machen sich gewisse Unsicherheiten breit. Eigentlich schade, wenn zuerst nach dem Namen gefragt werden muss. ●

Liebe Pensionierte

Die Zentrumsleitung freut sich über jedes Treffen mit ehemaligen Mitarbeitenden. Eine besondere Freude ist es, euch fit und munter anzutreffen.

Das nächste Treffen ist auf Mittwoch, 19. Juni 2024 geplant. Merkt euch das Datum heute schon vor. Ihr erhaltet rechtzeitig eine Einladung.

Eure Zentrumsleitung



live beim Senden Michael Tobler und Gabriela Sterki

spontan, informativ, spannend, ein gelungenes Interview

## Gabriela Sterki interviewte den Zentrumsleiter im Radio Postillon

● Gabriela Sterki und Monika Dieterich

**Das Radio Postillon sendet live wöchentlich Glücks- und Musikwünsche über den Sender.**

Anfangs August fand in unserem hauseigenen Radio Postillon eine Sondersendung statt. Michael Tobler befand sich nämlich zu diesem Zeitpunkt ziemlich genau 100 Tag im Amt als Zentrumsleiter. Die Freiwillige Helferin, Gabriela Sterki, stellte ihm dazu in einem Live-Interview verschiedene Fragen.

«Dieses Interview hat mir sehr Spass gemacht» sagte Gabriela Sterki im Anschluss an die Sendung. Auch Michael Tobler scheint das Interview genossen zu haben. Er nutzte die Gelegenheit, über seine 100 Tage im Amt zu erzählen und verriet so Einiges über sich und die Zukunft des AZPs.

Die einstündige Sendung verging für die Beiden wie im Fluge. Gabriela Sterki hätte noch viele interessanten Fragen mehr stellen können. Aber wie sagt man so schön - nach dem Interview ist vor dem Interview. Vielleicht folgt ja eine Fortsetzungssendung, an

welcher sie Weiteres dem Zentrumsleiter entlocken mag. Gabriela Sterki hatte ihm noch einen Musikwunsch erfüllt, er wünschte sich das Lied «Me and Bobby McGee» von Janis Joplin.

\* \* \*

Das Radio Postillon-Freiwilligen-Team besteht aus vier bis fünf Männern und Frauen, welche abwechselnd die Lieder einsammeln und die Sendung zusammenstellen und moderieren. Für den gesamten Radio-Ablauf ist Doris Roost die Hauptverantwortliche und sie schreibt auch deren Einsatzpläne. Das Radio-Team zeichnet sich durch engagierte Helfende aus. Sie haben allesamt Freude und Spass am Moderieren. Diese Freude spürt man lebhaft über den Senden - ein Lachen schwebt bei vielen Beiträgen mit.

\* \* \*

Als Hauptverantwortliche aller Freiwilligen im AZP mag ich mich noch gut ans Vorstellungsgespräch mit Gabriela Sterki erinnern. An diesem ersten Gespräch hat mir Gabriela Sterki etwas von sich und ihren Zukunftsplänen, sie ist in Pension, erzählt. Während

dem Gespräch hat sie erwähnt, dass sie eigentlich keine Freiwilligenarbeit machen will. Sie meinte, wenn schon arbeiten dann gegen ein Entgelt. Umso mehr freut es mich, dass Gabriela Sterki heute den Gefallen in der Freiwilligenarbeit im AZP gefunden hat. Sie sagt mir, dass ihr die neuen Aufgaben im Radiostudio Freude bereiten und sie diese Challenge als willkommene Abwechslung in ihrem Alltag sieht. Sie spüre verschiedene Arten von Wertschätzung aus unterschiedlichen Richtungen, zum Beispiel von den Bewohnenden, dem Team und der Korrdinationsstelle Freiwillige. Ihr gefällt die neu gefundene Lebensstruktur und findet sie in ihrem pensionierten Alltag eine Bereicherung. Sie hat Spass am Ausprobieren und etwas wagen. So findet sie übrigens auch das Interview mit dem Zentrumsleiter als gelungen, obwohl anfänglich etwas Nervosität sie dabei begleitet hat. ●

Haben auch Sie Lust an der Freiwilligenarbeit? Rufen Sie unverbindlich an 052 728 77 03 Ich freue mich auf Sie. Monika Dieterich





Adieu schönes Adventsfenster



v.l. Paulina Weber, Anders Stokholm und Bettina Beck



Markus Ritz, (a. i.) Küchenchef

Empfehlung  
aus unserer  
Küche



# Adieu Adventsfenster

- die Zentrumsleitung

## Alles hat ein Ende

In der Ausgabe vom Dezember 2022 haben wir über das 20-Jahre-Jubiläum des Adventsfensters berichtet. Leider ist es nun so, dass aus sicherheitstechnischen Gründen das Fenster nicht mehr montiert werden darf. Neben der vorgeschriebenen Absturzicherung erfüllen auch die bestehenden Montagegitter die sicherheitsrelevanten Anforderungen nicht mehr.

Nun ist es an der Zeit nach 20 Jahren ein neues Adventsfenster zu gestalten. Die Zentrumsleitung möchte weiterhin an der Adventsfensteraktion des Quartiervereins Ergaten-Talbach mitmachen. Eine Idee für das Adventsfenster 2023 besteht bereits.

Für 2024 werden wir aktiv unter Einbezug der Mitarbeitenden und Freiwilligen nach Ideen suchen. ●

# Gratulation

- Ruth Gerber

## 100. Geburtstag

Am Samstag, 5. August 2023, wurde Paulina Weber 100 Jahre alt. Am Montag, 7. August 2023, hat Paulina Weber zusammen mit ihren vier Kindern und deren Familien ihren 100. Geburtstag im Alterszentrum Park nachgefeiert. Stadtpräsident Anders Stokholm und Stadtschreiberin Bettina Beck haben dem «Geburtstagskind» mit Präsent und Blumen gratuliert.

Die Stadt Frauenfeld gratuliert herzlich zum 100. Geburtstag und wünscht Paulina Weber alles Gute und noch viele sonnige Tage mit schönen Begegnungen. ●

# Markus Ritz empfiehlt

- Markus Ritz

## Rheintaler Ribel-Mais Flammerie mit Honig-Zwetschensauce (Rezept für 10 Personen)

### Zutaten:

5 dl Milch  
1 Vanilleschote  
Zitronenzeste von einer Zitrone  
70 g Ribel-Mais fein  
40 g Weinbeeren  
15 g Gelatine  
120 g Eigelb  
120 g Zucker

3 dl Rahm geschlagen

600g Zwetschensauce  
(aus püriertem Zwetschgenkompott gesüsst mit Honig)

### Zubereitung:

Gelatine im kalten Wasser einweichen.  
Rahm schlagen, kühl stellen.  
Vanilleschote längs halbieren, auskratzen und zur Milch geben.  
Milch aufkochen, Ribel-Mais und Zitrone zugeben, zirka 10 Minuten quellen lassen, und ausgedrückte Gelatine und Weinbeeren begeben.  
Eigelb und Zucker schaumig rühren und unter die Griessmasse ziehen.  
Auf Eis kaltrühren, kurz vor es zu stocken beginnt, den Rahm darunter ziehen, sofort abfüllen und kaltstellen.

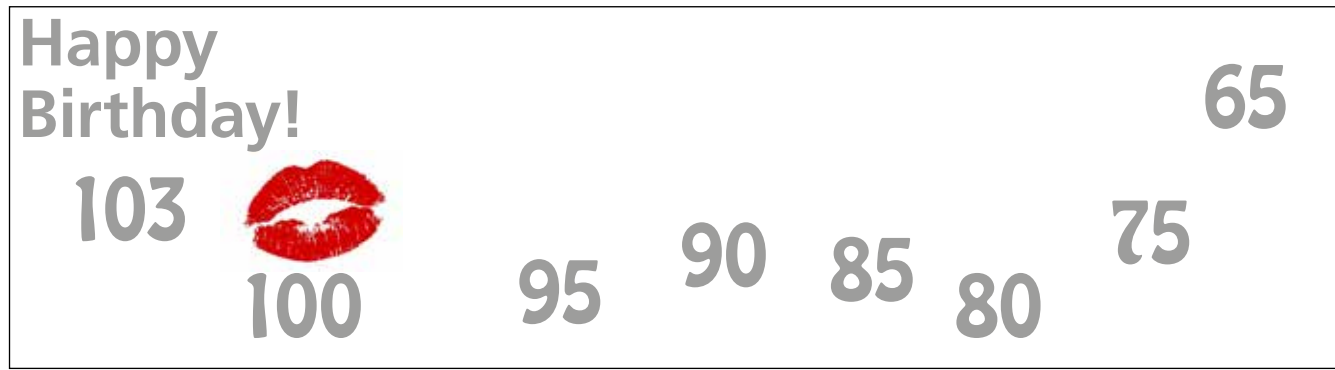
Vor dem Servieren stürzen und mit der Zwetschensauce umgeben.

Note: Ribel-Mais ist eine spezielle Maissorte aus dem Rheintal (beidseitig des Rheins), daraus wird «Ribel» und diverse Ribel-Produkte, süss oder salzig gemacht.  
Früher zählte der «Ribel» zu der Armeleute-Küche und heute feiert er sein Comeback, da er vielseitig einsetzbar ist.

Viel Spass und en Guete!







alles Gute!



das Team gratuliert ganz herzlich zum Geburtstag

# Herzlichen Glückwunsch zum Geburtstag!

● Zusammengetragen durch Ursina Bürki



**103** 10. Juni 1920  
**Margrit Fehr**



**100** 5. August 1923  
**Paula Weber**



**95** 8. Juni 1928  
**Hans Fey**



**85** 8. Juni 1938  
**Heike Hartmann**



**85** 22. Juli 1938  
**Kurt Hofmann**



**80** 17. August 1943  
**Erika Trummer**



**95** 5. August 1928  
**Elise Schwarz**



**90** 22. Juni 1933  
**Christoph Gödickenmeier**



**90** 26. Juli 1933  
**Erna Bürge**



**75** 7. Juli 1948  
**Max Gersbach**



**65** 8. Juni 1958  
**Linus Jung**



**90** 7. August 1933  
**Gertrud Freund**



**85** 1. Juni 1938  
**Eugen Zingg**



**85** 3. Juni 1938  
**Alice Näf**

**85** Margrit Kummer, 10. Juni 1938



# Der Mensch im Mittelpunkt ...

## Bewohner

● Zusammengetragen durch Ursina Bürki



**Eintritt**

Herzlich willkommen!

<b>Mai</b>			
Edward Singelenberg	312, Talbach 3-4	Rolf Zurbrügg	A 25, Parksiedlung
Walter Burgunder	110 N, Ergaten 1	Ruth Ammann	112 N, Ergaten 1
<b>Juni</b>		Augustus Engmann	210, Talbach 2
Margrit Bargetzi	103, Talbach 1	Julius Schmid	07 EG, Ergaten EG Süd
Fritz Eberhart	406, Talbach 3-4	Silvio Käch	C03, Parksiedlung
Bernadette Hofer	113, Talbach 1	Martha Dubler	217, Talbach 2
Adelheid Luginbühl	210 N, Ergaten 2	Kristine Bittner	B14, Parksiedlung
Elisabeth Albert	113 N, Ergaten 1	Paul Wihler	05 EG, Ergaten EG Süd
Hans Klotz	A 32, Parksiedlung	Fritz Kobel	207 S, Ergaten 2
Johannes Sprecher	5, Betreutes Wohnen	<b>August</b>	
<b>Juli</b>		Elna Van Nispen	203, Talbach 2
Linus Jung	319, Talbach 3-4	Ella Buso	116, Talbach1
Susanna Zurbrügg	A 25, Parksiedlung	Ada Bommer	210 N, Ergaten 2



**Abschied**

Wir behalten unsere verstorbenen Bewohnerinnen und Bewohner in guter Erinnerung und entbieten den Angehörigen unser herzliches Beileid.

Christa Reiss	17.05.1933-29.04.2023	Dieter Frey	20.12.1948-19.06.2023
Hedi Stettler	22.11. 1923-04.05.2023	Helga Studer	02.09.1941-19.06.2023
Doris Kolb	17.05.1933-17.05.2023	Mathilde Fischer	16.04.1925-26.06.2023
Hans Kunz	13.07.1925-19.05.2023	Martha Glesti	04.01.1931-28.06.2023
Margrit Brenner	12.10.1922-21.05.2023	Margrit Schwarzer	25.02.1924-07.07.2023
Nelly Meili	25.11.1931-23.05.2023	Verena Wenger	27.03.1944-05.07.2023
Luciano Zanvit	01.11.1930-27.05.2023	Kirchmeier Jakob	29.12.1935-14.07.2023
Eva Amrein	09.10.1930-05.06.2023	Luginbühl Adelheid	16.03.1940-25.07.2023

# Herzlich willkommen Gratulation Danke

## Personal

● Zusammengetragen durch Ursina Bürki

**Eintritt:**  
Herzlich willkommen bei uns im Team und einen guten Start wünschen wir allen neuen Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern.



Naschmil Koshnaw  
FAGE/BE



Simona Zwicker  
Betreuerin



Todorova Tananska Velichka  
Betreuerin

Assunta Luceri, FAGE/BE  
Lucia Barbiero, Mitarbeiterin-Hauswirtschaft

**Pensionierung:**  
Herzlichen Dank und alles Gute im neuen Lebensabschnitt

Monika Fischer	Talbach 3-4	Betreuerin	31.08.2023
----------------	-------------	------------	------------



**Austritt:**  
Wir danken allen für den geleisteten Einsatz und wünschen viel Erfolg für die Zukunft.

André Fischer	Küche	Leiter Küche	11.05.2023
Livien Dunja Bruderer	Ergaten 2	Betreuerin	30.06.2023
Renata Barbara Janiak	Nachtdienst	Betreuerin	30.06.2023
Andrea Weibel	Apotheke Pharma		30.06.2023
Laura Möhl	Sprigerpool	Pflege Betr.	30.06.2023
Melanie Brägger	Küche	Köchin	31.07.2023
AidaEmini	Hauswirtschaft	Praktikantin	31.07.2023
Bleranda Hajdini	Talbach 3-4	Betreuerin	31.07.2023
Jennifer Kälin	Talbach 2	FAGE/BE	31.07.2023
Leon Sadiji	Bildung	Lernende FaGe	31.07.2023

**Geburt:**  
Herzliche Gratulation zum Familienzuwachs!  
Senhit Mewos Michel ist am 20. Juni Mutter von Tochter **Tamit** geworden.  
Raviena Kanagasabai ist am 7. Juli Mutter von Sohn **Ashvin** geworden.  
Ramona Naef ist am 6. August Mutter von Sohn **Livio** geworden.  
Flora Tanaud ist am 27. August Mutter von Tochter **Maliya** geworden.





Hildi Frei  
10 Dienstjahre / 15. August 2013

Erinnerung

im Gedenken

## Personaljubiläum

● Ruth Gerber

### Erinnerst du dich noch an deinen ersten Arbeitstag?

Leider kann ich mich nicht mehr an meinen ersten Arbeitstag erinnern.

### Welches ist deine Funktion im Alterszentrum Park?

Servicemitarbeiterin

### Was gefällt dir besonders gut an deinem Job?

Der tägliche Kontakt mit unseren Bewohnern.

### Würdest du wieder den Beruf wählen, den du im AZP ausübst?

Ja, ich würde mich genau gleich entscheiden.

### Wenn du einen Wunsch offen hättest; was würdest du beruflich verändern?

Ja, ich würde mich sehr gerne im Gesundheitswesen ausbilden lassen.

### Wie sieht dein weiterer beruflicher Weg aus?

Ich will bis zu meiner Pensionierung auf meinem Beruf weiterarbeiten können.

### Was sind deine «Ufsteller» an einem Arbeitstag?

Unsere Bewohner motivieren mich täglich bei meiner Arbeit.

- **Monika Fischer**  
30 Dienstjahre / Eintritt 1. Juli 1993 / Betreuerin Altersheim
- **Erika Haldemann**  
20 Dienstjahre / Eintritt 1. August 2003 / Betreuerin Betreutes Wohnen
- **Rebecca Schleuss**  
10 Dienstjahre / Eintritt 1. Juli 2013 / Dipl. Pflegefachfrau/Stv. Gruppenleiterin Talbach 1
- **Michaela Caluori**  
10 Dienstjahre / Eintritt 13. Juli 2013 / Betreuerin Nachtdienst

### Im Gedenken an Elsbeth Zbinden

Am 31. August verstarb Elsbeth Zbinden in Folge einer kurzen, schweren Krankheit.

Elsbeth Zbinden engagierte sich im Alterszentrum Park während sechs Jahren als Freiwillige Helferin und davor viele Jahre als Betreuerin.

Ihre fröhliche, liebenswerte und loyale Art werden wir vermissen. Sie bleibt uns in dankbarer Erinnerung.



der Marienkäfer, Elsbeths Lieblings-Symbol

Oktober -  
Dezember  
2023

daran  
denken

mitmachen

## Veranstaltungskalender

Die Veranstaltungen werden  
bei Bedarf angepasst.

● Zusammengetragen durch Ursina Bürki

### Mittwoch, 18. Oktober 2023

#### Vortrag mit Dr. Bernd Ibach

##### Demenz:

Früherkennung, Abklärung,  
vorbeugende Massnahmen,  
Erkenntnisse aus Forschung,  
Medikation

Zeit: 18.00 Uhr

Ort: Säle 3&4

### Samstag, 28. Oktober 2023

#### Herbstfest

Zeit: 10.00-16.00 Uhr

Ort: Restaurant/ Säle Talbach

### Dienstag, 7. November 2023

#### Bewohnerinformation

Zeit: 15.00-16.30 Uhr

Ort: Saal 4

### Mittwoch, 22. Nov. 2023

#### Info für Interessierte

Zeit: 16.00-17.30 Uhr

Ort: Saal 4

### Donnerstag, 30. Nov. 2023

#### Dem Zentrumsleiter begegnen

Zeit: 14.00-16.00 Uhr

Ort: Büro Zentrumsleiter

### Freitag, 1. Dezember 2023

#### Adventsfenster Apéro

Zeit: 18.00 Uhr

Ort: Einfahrt Haus Talbach

### Montag, 4. Dezember 2023

#### Adventsveranstaltung

##### Ergaten & Betreutes Wohnen

Zeit: auf der Einladung ersichtlich

Ort: Säle 3&4

### Dienstag, 5. Dezember 2023

#### Adventsveranstaltung

##### Talbach & Parksiedlung

Zeit: auf der Einladung ersichtlich

Ort: Säle 3&4

### Donnerstag, 7. Dez. 2023

#### Besuch Samichlaus und Esel

Zeit: 14.30 Uhr

Ort: Gartenterrasse Restaurant

### Dienstag, 19. Dezember 2023

#### Weihnachtsfeier Parksiedlung

Zeit: auf der Einladung ersichtlich

Ort: Säle 3&4

### Mittwoch, 20. Dezember 2023

#### Weihnachtsfeier Ergaten und

##### Betreutes Wohnen

Zeit: auf der Einladung ersichtlich

Ort: Säle 3&4

### Donnerstag, 21. Dez. 2023

#### Weihnachtsfeier Talbach

Zeit: auf der Einladung ersichtlich

Ort: Säle 3&4

### Jeden Montag

#### • Singen mit Freiwilligen

Zeit: 14.30-16.45 Uhr

Ort: Ergaten: EG Süd, 1./2. Stock  
Talbach: 1./2./ 4. Stock

### Montag bis Freitag

#### • Aktivierung

Zeit: 09.30-11.00 Uhr

Ort: Aktivierung Ergaten oder  
Talbach

### Jeden Montag u. Donnerstag

#### • Fitness im Gymnastikraum

Zeit: 08.30-11.00 Uhr

### Jeden Donnerstag

#### • Radio Postillon

Zeit: 10.00-11.00 Uhr

(Wiederholungssendung:  
Dienstag: 15.30-16.30 Uhr)

### Jeden Freitag


#### • Gottesdienst

abwechslungsweise katholisch  
und evangelisch

Zeit: 15.30 Uhr

Ort: Saal Haus Ergaten





# Herbstfest

## Samstag, 28. Oktober 2023

### ab 10 bis 16 Uhr

- **Markt mit attraktiven Angeboten**  
aus unserer Aktivierung und der Region

- **kreative Aktivitäten für Kinder**  
T-Shirt gestalten mit der Schleuder-Technik  
Malen  
Kinderschminken  
kostenlose Karussellfahrt

- **Kennenlernen der Freiwilligenarbeit**  
Informationsstand  
Austausch mit Freiwilligen und Einblick in die verschiedenen Angebote  
(Café Ergaten, Fitnessgruppe, Radio Postillon, Rikscha, Singgruppe)

- **Wettbewerb**
- **gluschtige Gerichte** und **saisonale Desserts**

Wir freuen uns auf Ihren Besuch!  
Ihr Alterszentrum Park-Team

