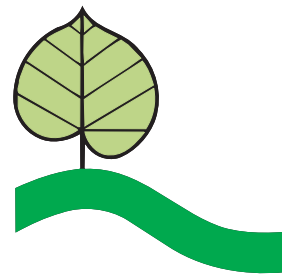


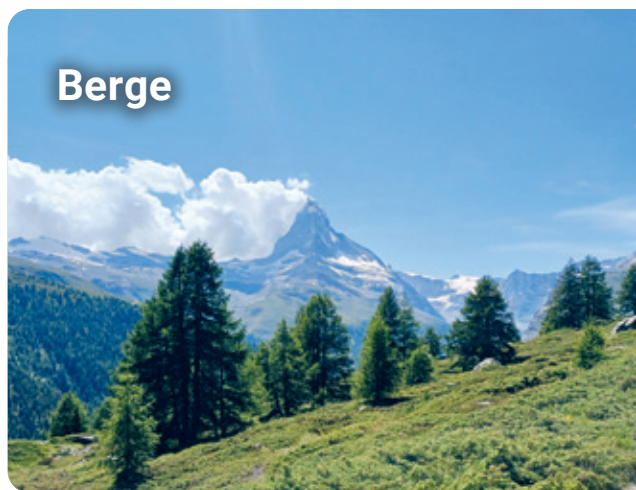
# HAUSZEITUNG

Ausgabe 29 | Herbst 2024

Alterswohnheim  
Bodenmatt Entlebuch



Berge





# Inhaltsverzeichnis

## Inhalt

Vorwort 3

## Bewohnende

Mutationen 4

Geburtstage 6

Spezielle Geburtstage 8

Interne Bewohnerferien 10

Meine Bergwelt 15

## Personal

Herzlich willkommen 16

Hochzeit 18

Pensionierung 19

Aus- und Weiterbildungsabschlüsse 20

Meine Bergwelt – Personalberichte 24

Personalausflug 2024 31

Kräuterabend in Marbach 32

Teamausflug der Hauswirtschaft 34

Teamausflug Cafeteria 36

Seminar zur Pensionierung 37

## Veranstaltungen

Impressionen vergangener Anlässe 38

Kommende Veranstaltungen 41

## Verschiedenes

Lehrstellenparcours 42

Meine Bergwelt – mein Lieblingsplatz –  
meine Lieblingswanderung 44

## Letzte Seiten

Impressum 46

Ausblick 47

# Vorwort

## LIEBE LESERINNEN UND LESER



Berge sind das Thema der Herbstausgabe unserer Hauszeitung. Bei dem Gedanken an die Berge fallen mir folgende Begriffe ein: unglaublich schöne Natur, Wandern, Freizeit, Glücksgefühle nach Erreichen des Berggipfels.

Weiter sind Berge sehr beeindruckende Naturformationen, welche über Millionen von Jahren entstanden sind. Sie ragen majestätisch in die Höhe und formen die Landschaft. Die wunderschöne Berglandschaft prägt im Wechsel mit den dazugehörigen Seen unsere Schweiz. Sie sind geografische Anhaltspunkte, faszinierende und wertvolle Naturwunder und spielen eine grosse Rolle im Klima.

Für mich bedeuten die Berge Freiheit, Weitsicht und Ausblick. Gerne verbringe ich meine Freizeit in den Bergen. Dort kann ich mich erholen und Kraft tanken für den Alltag. Ich bin gerne in der

Höhe, geniesse die Stille, die Natur und die frische Luft.

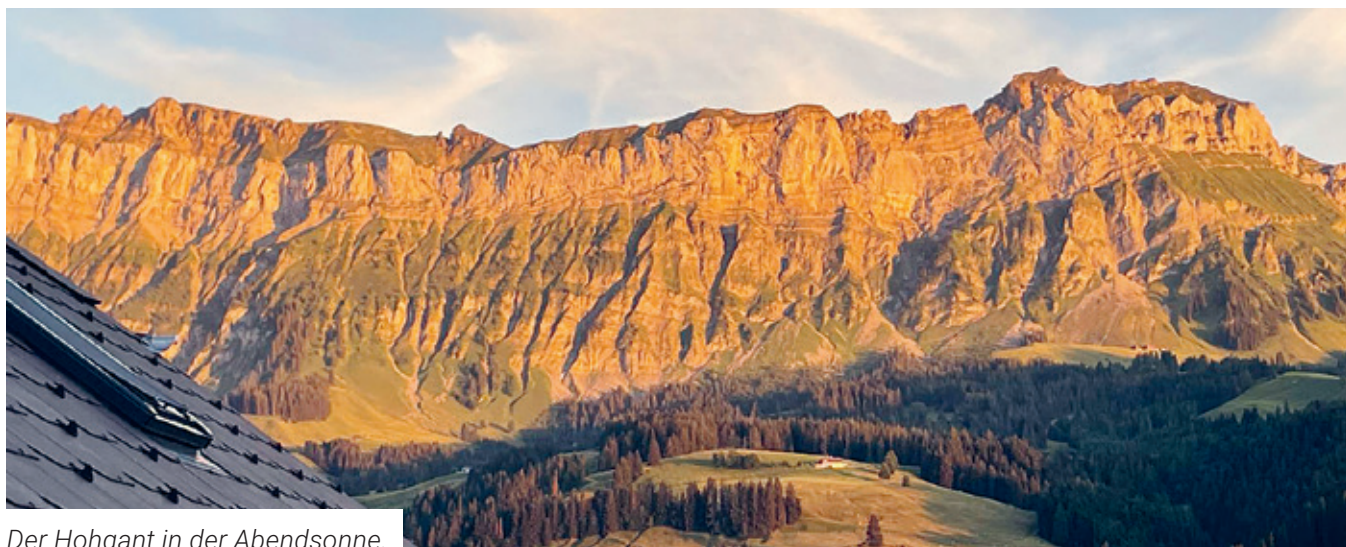
Es ist ein befreiendes Gefühl, wenn der Aufstieg auf einen Berg oder auch auf einen Hügel hinter mir liegt. Es erfüllt mich mit Stolz und ich werde belohnt mit einer unglaublichen Aussicht.

Es gibt viele Varianten zum Erklimmen von Bergen. Zu Fuss, mit dem Bike, mit der Gondel je nach Aussichtspunkt.

Privat verfüge ich über das Glück, ein Wochenenddomizil zu besitzen mit der unglaublichen Aussicht auf den Hohgant im Kanton Bern. Er vermittelt mir immer wieder das Gefühl von Ferien und Erholung.

Ich wünsche Ihnen einen schönen Herbst mit Ihren eigenen Erinnerungen an die wunderbare Bergwelt, welche wir in unserer Schweiz erleben dürfen.

Ruth Wyss  
Leitung Pflege und Betreuung



Der Hohgant in der Abendsonne.

# Mutationen

## EINTRITTE SEIT 22. APRIL 2024

03.06.2024	Tempini Mario Rino, Entlebuch	26.09.2024	Brun-Lötscher Annemarie, Entlebuch
12.07.2024	Portmann-Schumacher Anna Maria, Buttisholz	03.10.2024	Bucher Beat Bruno, Schüpfheim
07.08.2024	Halbeisen-Renggli Max Moritz, Entlebuch		

## AUSTRITTE SEIT 22. APRIL 2024

25.09.2024	Portmann-Schumacher Anna Maria, Buttisholz
------------	---

## INS EWIGE LEBEN GERUFEN

† 21.05.2024	Müller-Renggli Verena, Entlebuch	† 21.09.2024	Halbeisen-Renggli Max Moritz, Entlebuch
† 01.07.2024	Doppmann-Rööslü Maria Agatha, Romoos	† 27.09.2024	Pfulg-Hänsli Franz, Romoos
† 25.07.2024	Erni Willy, Schüpfheim	† 02.10.2024	Bachmann Franz, Entlebuch
† 11.09.2024	Voser-Villiger Anna Barbara, Entlebuch	† 08.10.2024	Unternährer-Portmann Marie, Romoos



Sonnenaufgang auf dem Schimbrig.

# Geburtstage

6

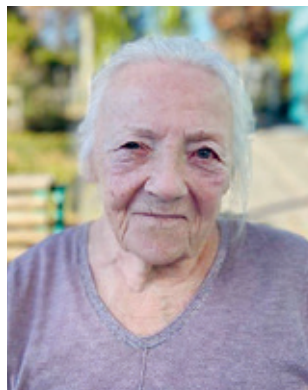
SEIT DEM 22. APRIL FEIERTEN FOLGENDE BEWOHNENDE RUNDE, «5ER»- UND «100+»-GEBURTSTAGE IM ALTERSWOHNHEIM BODENMATT.

Herzliche Gratulation!



**Moser-Lanz  
Martha**

95 Jahre  
9. Juni 2024



**Hubeli-Eberli  
Maria-Theresia**

85 Jahre  
10. August 2024



**Renggli-Bühler  
Karl**

102 Jahre  
7. August 2024



**Wicki-Schmid  
Barbara**

65 Jahre  
27. August 2024



**Achermann-Bieri  
Willy**

85 Jahre  
9. August 2024



**Schilter  
Peter**

85 Jahre  
6. September 2024



**Achermann-Koch**

**Franz Julius**

85 Jahre

14. September 2024



**Emmenegger-Hurni**

**Franz**

95 Jahre

30. September 2024

# Spezielle Geburtstage

8

## RENGGLI-BÜHLER KARL, 102 JAHRE



Der Jubilar feierte am 7. August 2024 seinen 102. Geburtstag im Alterswohnheim Entlebuch. Er ist somit der älteste Bewohner in unserem Hause. Karl Renggli-Bühler zog am 20. August 2021 ins Alterswohnheim ein, unmittelbar neben seinem

bisherigen Wohnort. Kari, wie wir ihn alle nennen dürfen, erfreut sich guter Gesundheit und ist zufrieden mit dem, was er hat. Die sonnigen Tage verbringt er am liebsten auf dem Liegebett auf dem Balkon seines Zimmers. Kari ist auch für Spässe zu haben, seine durchdachten Aussagen sind «träff» und kommen gut an. Er liebt ein gutes Glas Wein und ist oftmals in der Cafeteria anzutreffen, wo er sich gerne mit den Mitbewohnenden unterhält. Er freut sich auch über Besuch, angemeldet oder unerwartet.

Kurz vor seinem grossen Tag sagte er oftmals: «Nur kes Gschrei mache, dä Tag geit au verbi.»

Kari schätzt das Alterswohnheim mit den Mitarbeitenden sehr. Bekommt man doch etwa mal im Spätdienst eine feine Praline, mit der Anmerkung: «Die sei de nid öpä billig gsi.»



*Renggli Kari an seinem Geburtstagstisch.*

Das ganze Team 2 Ost sowie alle vom Alterswohnheim wünschen Kari noch viele unbeschwerte Tage bei guter Gesundheit und dass sein Humor uns noch lange erhalten bleibt.

Franziska Bieri, Mitarbeiterin Pflege 2 Ost

## EMMENEGGER-HURNI FRANZ, 95 JAHRE

Franz Emmenegger wuchs mit seinen elf Geschwistern als achttes Kind in der Geissmatte in Schöpfheim auf. Den Sommer verbrachten sie jeweils in Sörenberg auf der Alp Wittenlauenen am Fusse des Rothorns. Franz erzählt immer noch gerne von diesen Sommermonaten, welche er in seinen Jugendjahren mit seiner Familie erlebt hat. Noch heute trifft sich die Familie Emmenegger einmal im Sommer auf der Alp Wittenlauenen.

Franz machte verschiedene Auslandsaufenthalte, wo er nebst dem Lernen von Sprachen (Englisch,

Spanisch, Französisch und Italienisch), die er sich selber aneignete, auch gearbeitet hat. In die Schweiz zurückkehren musste er damals aufgrund des Militärdienstes.

Viele Jahre war Franz im Käsehandel bei der Firma Muther AG tätig, wo er beruflich mit vielen internationalen Kunden Kontakt pflegte. Es waren dies vor allem Kontakte nach Italien und Spanien, aber auch nach England und Frankreich. Das Verhandeln internationaler Käselieferungen war für ihn oft eine spezielle Herausforderung,



dies nicht zuletzt wegen der zum Teil schwierigen Zollverhandlungen. Die verschiedenen Fremdsprachen haben ihn sein ganzes Leben begleitet und ihm viel Freude bereitet. Noch heute unterhält er sich gerne mit seiner Schwiegertochter auf Spanisch.

60 Jahre war Franz mit Martha Hurni verheiratet. Das Ja-Wort gaben sie sich in der Kirche St. Peter und Paul in Luzern, wo sein Bruder Josef sie getraut hat. Zusammen hatten Franz und Martha sechs Kinder. Über die Jahre hinaus wuchs die Familie weiter. Heute ist er stolzer elffacher Gross- und vierfacher Urgrossvater.

Franz war immer sehr kommunikationsfreudig. Besucher aus nah und fern wurden bei Franz und Martha stets freudig empfangen und bewirtet. Sogar ein Unterhaltungsprogramm mit Lotto und Diashow stellte der Jubilar zusammen, das er wöchentlich für Touristen aus England, die im Hotel Kreuz, Schüpfheim, logierten, zum Besten gab. Auch verschönerte Franz viele Ereignisse und Feiern mit seinen Anekdoten und den Erlebnissen, welche er aus purer Freude mit Bildern oder Gedichten wiedergab.

Sein Hörverlust vor vielen Jahren hat für Franz die Kommunikation mit seinen Mitmenschen erschwert. Auch seine über viele Jahre gepflegte Freude am Singen im Cäcilienverein und später im Männerchor musste er aufgeben. Die Bemühung und der Wille, Kontakte und Gespräche zu führen, sind bei Franz noch heute vorhanden und sie bereiten ihm stets grosse Freude und Abwechslung.

Nun lebt Franz seit mehreren Jahren bei uns in der Bodenmatt, wo er sich sehr wohlfühlt und die regelmässigen Besuche seiner Familie und Freunden geniesst. Täglich informiert er sich beim Lesen der Zeitung. Der Besuch in der Hauskapelle ist aus seinem Alltag nicht wegzudenken.

Wir gratulieren dem Jubilaren, Franz Emmenegger herzlichst zu seinem 95. Geburtstag und wün-

schen ihm noch viele fröhliche Momente und vor allem gute Gesundheit.

Vreni Emmenegger, Redaktionsteam



*Emmenegger Franz bei einer seiner Anekdoten.*



*Emmenegger Franz mit Martha und seinen sechs Kindern.*



*Emmenegger Franz am Spielen mit zwei Grosskindern.*

# Interne Bewohnerferien

10

## IM ALTERSWOHNHEIM ENTLÉBUCH

### Eröffnungsapéro

Am Montag, 2. September, war es endlich so weit: Der Startschuss fiel für die Bewohnerferien 2024. Alle Bewohnenden waren zu einem Apéro in der Cafeteria eingeladen. Nach einer kurzen Ansprache von Mischa Jordi, Vorsitzender der Geschäftsleitung des Alterswohnheimes, wurde auf die kommenden zwei Wochen angestossen. Die Küche machte dazu feine Blätterteiggebäcke bereiten.

Ganz nach dem Motto «D'Seel ä chli la bambälä la!» sassen wir gemütlich beisammen und führten interessante und lustige Gespräche, bis bald darauf auch schon das Mittagessen zu Tische rief.



### Marbachegg

Schon am Montagnachmittag fand der erste von drei grösseren Ausflügen statt. Pünktlich trafen sich alle Bewohnenden, welche sich für die Marbachegg angemeldet hatten, in der Eingangshalle. Auch der Car der Firma Kaufmann, Wauwil, stand bereits vor dem Alterswohnheim bereit.

Zügig und problemlos fanden alle einen Platz im Car. Kurzweilig war es, der Chauffeur Urs Kaufmann wusste da und dort etwas zu erzählen. In Marbach angekommen ging es ans Umsteigen in die Gondeln. Während der Fahrt auf die Marbachegg konnte die Aussicht genossen werden.

Oben angekommen wurden wir von wunderbaren Alphornklängen durch Hans und Renate Wigger

begrüsst. Nebst den musikalischen Klängen genossen wir ein leckeres Dessertkarussell und die schöne Aussicht auf die Schratzenfluh. Wir führten kurzweilige Gespräche und liessen «D'Seel ä chli la bambälä!». Nach der Talfahrt mit den Gondeln und der Carfahrt nach Entlebuch kamen wir glücklich und zufrieden im Alterswohnheim an.



### Nachmittagsausflug in den Toni's Zoo

Am Dienstag, 3. September 2024, machten wir uns auf den Weg in den Toni's Zoo nach Rothenburg. Trotz der heissen Temperaturen war die Gruppe gespannt auf das tierische Abenteuer. Die einstündige Führung ermöglichte uns, viele verschiedene Tiere zu sehen und mehr über sie zu erfahren.

Besonders interessant war die Möglichkeit, zwei Tiere zu berühren: eine beeindruckende Schlange und eine Echse, was eine aufregende Erfahrung darstellte. Neben der Berührung der Tiere sorgten auch die Pinguine, die Affen und andere Bewohner



des Zoos für spannende Momente des Ausflugs. Das Dessert zum Abschluss brachte eine willkommene Erfrischung und rundete den Nachmittag ab. Mit der Rückfahrt nach Entlebuch wurde ein abwechslungsreicher und erfreulicher Nachmittag beendet.

#### **Tagesausflug am Mittwoch, 4. September 2024**

Bei wunderschönem Wetter fuhr der Car heute erneut vor dem Alterswohnheim vor und brachte uns auf einer malerischen Fahrt durch das Seetal und anschliessend über die Autobahn nach Stansstad ins Hotel Winkelried. Der atemberaubende Ausblick auf den Vierwaldstättersee begrüßte uns und setzte den perfekten Rahmen für unseren Ausflug.



Nach unserer Ankunft im Hotel genossen wir ein feines 3-Gang-Menü. Zum Auftakt gab es eine köstliche Kürbiscremesuppe. Der Hauptgang bestand aus Rindshackbraten in Estragon-Rahmsauce, serviert mit Kartoffelstock und saisonalem Gemüse.

Nach dem Mittagessen machten wir einen schönen Spaziergang entlang der Seepromenade bei schönstem Wetter. Das Beobachten der Enten und Schwäne auf dem See war ein entspannendes Highlight.

Zurück im Restaurant rundeten wir den Nachmittag mit einem Cup Hot Berry und einem Kaffee ab. Dieser Ausflug bot sowohl kulinarische Genüsse als auch wunderschöne Ausblicke und spannende Momente am Wasser.

#### **Bewegung zum Ferienthema**

Am Donnerstag in der ersten Woche fand unsere «Seel ä chli la bambälä la» - Bewegungs- und Entspannungssequenz statt. In ruhiger Atmosphäre begannen wir mit tiefen Atemübungen, um den Körper zu entspannen. Die sanften, schaukelnden Bewegungen, die an das Wogen eines kleinen Bootes auf dem See erinnerten, lockerten Muskeln und Geist. Mit einfachen Arm- und Beinbewegungen aktivierten wir unsere Mobilität, immer begleitet von der Vorstellung, auf einem ruhigen See zu treiben. Die Sequenz endete mit einer angenehmen Ruhephase, die alle Teilnehmer entspannt und ausgeglichener zurückliess.

### Bunter Genussabend

Am Abend des gleichen Tages fand der bunte Genussabend statt, begleitet von der Musik des «Ländlertrios Hofstetter-Baumeler», welches die festliche Stimmung perfekt unterstützte.

Das Menü war sorgfältig auf das Motto des Abends abgestimmt und ein wahres Fest für die Sinne.

In gemütlicher Runde genossen die Bewohnenden die köstlichen Speisen, tauschten Erinnerungen aus und liessen sich von der Musik mitreissen. Der Abend war eine gelungene Mischung aus kulinarischem Genuss und musikalischer Unterhaltung und wird noch lange in Erinnerung bleiben.



### Kinder der 5. & 6. Klasse aus Doppleschwand

Am Vormittag des 6. Septembers besuchten uns die Kinder der 5 & 6 Klasse aus Doppleschwand. Sie führten mehrere kleine Sketche auf und sangen dazu diverse bekannte Lieder. Zwei Schüler haben mit ihren Instrumenten selbst je zwei Lieder vorgetragen, welche mit einem grossen Applaus bejubelt wurden. Diese musikalischen Darbietungen brachten eine fröhliche Abwechslung in den Vormittag.



Die Interaktion zwischen den Generationen war spürbar und sowohl die Kinder als auch die Senioren genossen die herzliche Atmosphäre.

Der Besuch war ein grosser Erfolg und hinterliess bei allen Beteiligten viele glückliche Momente. Vielen lieben Dank an die Lehrperson Andrea Kaufmann, welche diesen musikalischen Vormittag mit den Kindern eingeübt hat.

Barbara Wigger, Fachfrau Aktivierung

### Wellness-Vormittag

Die zweite Hälfte der Bewohnerferien starteten wir wieder ganz im Sinne des Mottos. Alle Bewohnenden waren zu einem Wellness-Vormittag eingeladen. Das Angebot war breit: Handbad, Maniküre, Handmassage, das Lackieren der Fingernägel, Kopf- und Rückenmassage sowie Gesichtsmaske inkl. Gurkenscheiben. Zahlreiche Bewohnende, Frauen und Männer, besuchten diesen Anlass und genossen das Verwöhnprogramm sehr. Sie konnten wirklich eine Zeit lang «d'Seel ä chli la bambälä la!»

Silja Marxen, Mitarbeiterin Aktivierung



### Nachmittag Bieri Ruedi und Lisbeth, 9. September 2024

Die zweite Ferienwoche startete kühl und verregnet. Um 14.30 Uhr erwärmten dann die musikalischen Klänge von Bieri Lisbeth und Ruedi sowie Renggli Ruedi das Bodenmatt-Kafi. Einige der Bewohnenden kannten die Texte und konnten mitsingen. Dies führte zu einer stimmungsvollen und sehr gemütlichen Atmosphäre.

Vom Service des Zivilschutzes, welcher die Bewohnenden während der zweiten Ferien-Woche begleitet hat, bedient, genossen die Bewohnenden den Nachmittagskaffee. Mit dem letzten Lied «d'Seel ä chli la bambälä la!» und zwei Zugaben wurde der Nachmittag krönend abgeschlossen.



### Zivilschutz-Nachmittag, 10. September 2024

Am Dienstagnachmittag haben die Zivilschützer vor versammeltem Publikum einen Vortrag gehalten. Während 15 Minuten wurde nebst der Vorstellung der Zivilschützer über die Organisation und Strukturen des Zivilschutzes informiert. Anschliessend kamen die Bewohner bei einem Spaziergang in den Genuss der Sonnenstrahlen und führten interessante Gespräche mit den Zivilschutz-Leistenden.



### Salbenküche, 11. September 2024

Am Mittwochmorgen durften die Bewohnerinnen und Bewohner ab 9.00 Uhr im Mehrzweckraum mit Sandra Wittwer sowie dem Zivilschutz eine Salbenkreation und Riechstifte herstellen. Es konnte zwischen vielen verschiedenen Düften ausgewählt und somit der eigene Duft zusammengestellt werden.



### Singen und Klingen, 12. September 2024

Am Donnerstagmorgen fand in der Heimkapelle das Angebot «Atem und Bewegung sowie Singen und Klingen» von Luzia Portmann statt.

Es war eine Reise durch die Schweiz, wobei bei den einzelnen Regionen Sehenswürdigkeiten über eine Power-Point-Präsentation aufgeschaltet wurden oder ein dazu passendes Lied gesungen wurde. Auch kulinarisch kamen die Bewohnenden in den Genuss von Traubensaft sowie Basler Leckerli.

Es war eine tolle Stimmung und die Abwechslung mit den vielen verschiedenen Highlights bereitete grosse Freude. Nach ein paar Zugaben aus dem Publikum gingen alle zum wohlverdienten Mittagessen.



### Hotel Port, 11., 12. und 13. September 2024

Am Mittwoch-, Donnerstag-, und Freitagnachmittag konnten sich alle Bewohnenden für einen Ausflug ins Hotel Port anmelden.

Fotos von früher und heute, welche von Portmann Richard zusammengestellt wurden, regten zu vielseitigen Diskussionen an.

Bei einem Stück Kuchen oder Glace sowie einem Schlummertrunk wurde der Nachmittag genossen.



### Abschluss-Apéro, 13. September 2024

Am Freitagmorgen waren alle Bewohnenden herzlich dazu eingeladen, am Abschluss-Apéro teilzunehmen, um die letzten zwei Ferienwochen Revue passieren zu lassen. Dazu wurde eine Fotocollage der beiden Ferienwochen gestaltet. Dies führte zu regem Austausch sowie interessanten Gesprächen.

Aravinth Ranjithakumar, Zivilschutz



# Meine Bergwelt

EIN «ALPAUSFLUG» DER WOHNGRUPPE 1 WEST

15



Ausflug auf die Alp Gfellen Schilt.



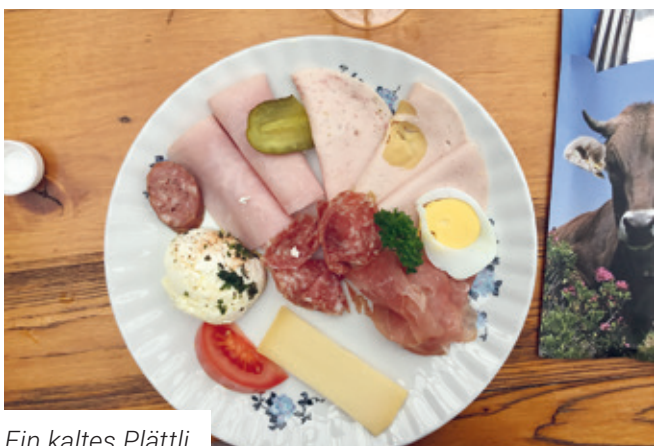
In der Alphütte.



Zfüfi gibts in der Alpwirtschaft Gründli.



Gemütliches Beisammensein bei musikalischer Unterhaltung.



Ein kaltes Plättli.

## Bät'ruef und Aupsäge im Sörebärg

O lobä, zue lobä, i Gottes Name lobä  
O lobä, zue lobä, im Name Jesu lobä.

B'hüet üs Gott Seel, Lyb, Ehr und Guet  
und aues was uf der Aup da läbe tuet.

Mier bitte Jesu Christ, er mög als guete Hirt  
nachts wache über üs, dass sich nüd verirrt.

Der lieb Antoni, Sankt Loy und heilig Agatha  
bannit Söch, Blitz, Füür und Hagel wit vo da.

Der heilig Brueder Chlaus und Sankt Wändu  
bewahrit üs vor Zwischt und bösem Händu.

O lobä, zue lobä, o Gottes Name lobä  
Ave, Ave, Ave, liebsti Mueter Maria.

(bestehend aus Sörenberger und Obwaldner  
Elementen; zusammengestellt von Pfarrer Toni  
Schmid, Habchegg, Sörenberg)



# Herzlich willkommen



**Ramseyer Jessica**  
Schüpfheim  
Fachfrau Gesundheit  
FaGe Pflege 1 West



**Schärli Yvonne**  
Entlebuch  
Ausbildungs-  
verantwortliche HF  
Pflege und Betreuung

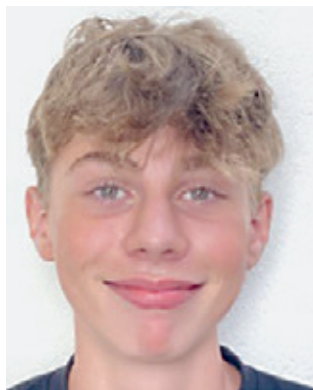


**Vignarajah Harish**  
Entlebuch  
Lernender Fachmann  
Gesundheit FaGe EFZ  
Pflege 2 Ost



**Thalmann Amanda**  
Ebnet/Entlebuch  
Lernende Fachfrau  
Gesundheit FaGe EFZ  
Pflege 3. Stock





**Bachmann Joel**  
Entlebuch  
Lernender Koch EFZ



**Felder Monika**  
Flühli  
Mitarbeiterin  
Verpflegung



**Vetter Mirjam**  
Sörenberg  
Fachfrau Finanz- und  
Rechnungswesen /  
HR



**Bieri Jenny**  
Escholzmatt  
Fachfrau Gesundheit  
FaGe Pflege 1 West



**Rogenmoser Melanie**  
Oberägeri  
Pflegefachfrau HF /  
Teamleitung 2 West



**Burkard Gabriela**  
Steinhuserberg  
Mitarbeiterin Pflege  
1 West



**Fuchs Stefanie**  
Mauensee  
Fachfrau Alltags-  
gestaltung/Aktivierung

# Hochzeit

WIR GRATULIEREN



**Koch-Kempf Erika**  
Fachfrau Pflege Nacht / 1 Ost

zur Hochzeit am 11. Mai 2024

# Pensionierung

JUDITH MURPF

Wie schnell doch auch die Zeit vergeht. Nun bin ich schon drei Monate pensioniert und ich fühle mich einfach wunderbar. Natürlich denke ich oft an die vergangenen Jahre zurück. Die Arbeit im Alterswohnheim hat mir immer sehr gut gefallen. Es war ein Geben und Nehmen. Ich durfte viele verschiedene Persönlichkeiten kennenlernen. Seien es nun Bewohnende oder Angestellte. Die Arbeit als Pflegefachfrau war interessant und voller Herausforderungen. Ich durfte in vielen Belangen Verantwortung übernehmen und mein Wissen einbringen. Fast 25 Jahre war ich im Alterswohnheim tätig. Viele Bewohnende habe ich gepflegt und betreut und es sind herzliche zwischenmenschliche Beziehungen entstanden.

Die Änderungen haben auch vor dem Alterswohnheim nicht Halt gemacht, so habe ich viele Neuerungen miterlebt, sei es in der Pflege oder mit der Büroarbeit, sprich Computer. Auch die verschiedenen Umbauten im Heim haben das Arbeitsklima geprägt.

Am meisten vermisse ich meine Arbeitskolleginnen. Wir hatten es immer wieder lustig und gemütlich, oft trotz grossem und intensivem Arbeitsaufwand. Da war es besonders wichtig, dass man auf ein gutes stabiles Team zählen konnte. Ich habe die ganzen Jahre als positiv empfunden und durfte viele Freundschaften schliessen. Wir werden uns sicher immer wieder mal treffen.

Nun geniesse ich meinen Ruhestand und verbringe vermehrt Zeit mit meinen fünf Grosskindern, mit Lesen und Jassen oder einfach mal Nichtstun. Das Leben geniessen so lange man kann.

Judith Murpf



Judith beim Lesen.



Judith beim Jassen mit Jass-Karten des Alterswohnheimes Entlebuch.

# Aus- und Weiterbildung

20

PERSONAL



**Name:**  
Mosimann Chiara

**Absolvierte Ausbildung:**  
Lehre zur Fachfrau  
Gesundheit FaGe EFZ  
(3 Jahre) – Abschluss  
per 31.7.2024

## **Speziell war an meiner Ausbildung:**

Für mich war es speziell, viele neue Menschen Typen kennenzulernen und sich mit diesen auseinanderzusetzen. Auch die ganzen wundervollen Begegnungen habe ich sehr geschätzt. Wie auch die Beziehungen, die ich sowohl mit den Mitarbeitenden als auch mit den Bewohnenden aufbauen konnte.

## **Meine berufliche Zukunft:**

Im Moment arbeite ich im Alterswohnheim weiter als Fachfrau Gesundheit, sammle Berufserfahrung und geniesse die lernfreie Zeit. Ich möchte jedoch bald mal die Akutpflege im Spital oder die Spitex kennenlernen. Dort möchte ich dann die HF absolvieren.

## **Was ich sonst noch sagen wollte:**

Ich bin sehr dankbar, dass ich meine FaGe-Ausbildung wie auch das Juveso-Jahr im Alterswohnheim Bodenmatt absolvieren durfte. Ich bedanke mich bei allen, die mich in diesen drei interessanten, spannenden und lehrreichen Jahren begleitet und unterstützt haben! Besonders danke ich dem Team 2 Ost und Trix, der Praxisbegleiterin, für die Geduld und die vielen tollen Momente, die wir zusammen erleben durften.



**Name:**  
Portmann Jana

**Absolvierte Ausbildung:**  
Lehre zur Fachfrau  
Gesundheit FaGe EFZ  
(3 Jahre) – Abschluss  
per 31.7.2024

## **Speziell war an meiner Ausbildung:**

Speziell war für mich der Start am Ende der Coronapandemie, da es noch die Maskenpflicht und Schutzmassnahmen gab.

Die wunderbaren Beziehungen mit den Bewohnenden, den Mitarbeitenden und die Begegnungen mit den Angehörigen machten mir viel Freude. Man fühlte sich in der familiären Atmosphäre direkt sehr wohl.

## **Meine berufliche Zukunft:**

Nach meiner Lehre als FaGe geht mein Weg weiter in den Akutbereich im Luzerner Kantonsspital Wolhusen. Dort werde ich das Gelernte anwenden und noch weitere Erfahrungen sammeln. Gerne würde ich später noch die HF absolvieren, jedoch lasse ich mir dabei noch ein wenig Zeit.

## **Was ich sonst noch sagen wollte:**

Ich durfte eine sehr schöne Lehrzeit im Alterswohnheim Entlebuch erleben, wofür ich sehr dankbar bin und die mir immer in bester Erinnerung bleiben wird. Ich wurde vom ganzen Team und den Berufsbildnerinnen immer gut unterstützt. Danke vöu mau.



**Name:**  
Stöckli Sarina

**Absolvierte  
Ausbildung:**  
Lehre zur Fachfrau  
Gesundheit FaGe EFZ  
(3 Jahre) – Abschluss  
per 31.7.2024

### **Speziell war an meiner Ausbildung:**

Speziell für mich in der Ausbildung als Fachfrau Gesundheit im Alterswohnheim Entlebuch war, dass ich zwei Monate auf der Demenzwohngruppe 1 West gearbeitet habe. Ich hatte dort viele spannende und neue Aufgaben, die mich herausgefordert haben. Ich lernte, wie ein Alltag eines Menschen mit Demenz aussieht und wie man mit schwierigen Situationen umgehen kann. Kein Tag war gleich wie der andere. Ich habe jedoch in diesen zwei Monaten vieles gelernt, dass ich auch danach immer wieder anwenden konnte. Die Kommunikation und Betreuung von Menschen mit Demenz wird mir auch für meine berufliche Zukunft immer wieder hilfreich sein.

### **Meine berufliche Zukunft:**

Ich habe das Alterswohnheim Entlebuch verlassen und arbeite nun im Luzerner Kantonsspital auf der Gastroenterologie. Ich werde dort Berufserfahrung sammeln und danach die Weiterbildung FaGe Akut abschliessen. Wenn ich all das geschafft habe, würde ich noch gerne den Ausbilder machen. Und was danach noch geschieht, wer weiss, was die Zukunft alles mit sich bringt.

### **Was ich sonst noch sagen wollte:**

Ich möchte mich herzlich für die wundervollen drei Jahre bedanken, die ich im Alterswohnheim

verbringen durfte. Die Zeit bei euch war für mich nicht nur eine lehrreiche Erfahrung, sondern auch eine bereichernde Reise voller schöner Begegnungen und unvergesslicher Momente.

Eure Unterstützung und das herzliche Miteinander haben mir nicht nur fachliches Wissen vermittelt, sondern auch gezeigt, wie wichtig Empathie und Wertschätzung im Umgang mit den Bewohnenden sind. Die Geschichten, die ihr mir erzählt habt, und die Augenblicke des Lachens werden mir immer in Erinnerung bleiben.

Vielen Dank für all die wertvollen Erinnerungen!

«Nämit jede Tag met bezli Humor!»



**Name:**  
Glanzmann Svenja

**Absolvierte Ausbildung:**  
Lehre zur Fachfrau Hauswirtschaft EFZ (3 Jahre) – Abschluss per 31.7.2024

**Speziell an meiner Ausbildung war:**

Es war eine abwechslungsreiche Ausbildung. Ich war nie am gleichen Ort und durfte somit mit sehr vielen Personen im Alterswohnheim arbeiten. Dies fand ich super interessant.

**Meine berufliche Zukunft:**

Ich darf nach meiner Lehre weiter hier im Alterswohnheim arbeiten und Erfahrungen sammeln. Was ich aber in Zukunft machen werde, bin ich mir noch nicht ganz sicher.

**Was ich sonst noch sagen wollte:**

Vielen Dank für die Unterstützung während meiner gesamten Ausbildung und für die Begleitung beim Erfahrungen sammeln.



**Name:**  
Setz Melissa

**Absolvierte Weiterbildung/Prüfung:**  
Eidg. Berufsprüfung Führung/Teamleitung

**Speziell war an meiner Ausbildung:**

Dass ich gemeinsam mit meinem Teamspändli die Prüfung absolvieren durfte. Wir konnten uns in der Vorbereitungsphase immer gegenseitig Pushen und Tipps und Tricks geben.

**Meine berufliche Zukunft:**

Ich möchte noch mehr Erfahrungen sammeln und mein Erlerntes im Pflegealltag anwenden.

**Was ich sonst noch sagen wollte:**

Ich bedanke mich bei allen, welche mich während der Prüfungsphase unterstützt haben. Ich bin stolz auf meinen Abschluss und freue mich auf die kommende Zeit.



Gesamtfoto aller Lehrabgängerinnen mit der Geschäftsleitung, den Berufsbildnerinnen und der Praxisbegleiterin.



**Name:**  
Wermelinger Sabina

**Absolvierte  
Weiterbildung/  
Prüfung:**  
Weiterbildung CAS  
Palliative Care

### **Speziell war an meiner Ausbildung:**

Ich durfte 20 sehr spannende und lehrreiche Schultage an der Uni in Luzern besuchen. Die Weiterbildung und die damit verbundene Qualifikationsarbeit, welche mir einiges an Ausdauer und Durchhaltewillen abverlangte, haben mich persönlich so viel weitergebracht.

Den Lehrgang CAS Palliative Care besuchten verschiedene Berufsgruppen. Somit war bei unserem Lehrgang neben den Pflegefachkräften aus den Bereichen Spitex, Spital und Langzeit auch ein Arzt und eine Ärztin sowie eine Seelsorgerin mit dabei. Für den Austausch war das besonders wertvoll und interessant. Die verschiedenen Be-

rufsgruppen konnten dadurch maximal voneinander profitieren. Damit gute Palliative Care gelingt, braucht es nebst den Betroffenen und deren Angehörigen ein ganzes Netzwerk. Dazu gehören unter anderem all die verschiedenen Berufsgruppen des Gesundheits- und Sozialwesens.

### **Meine berufliche Zukunft:**

Ich werde weiterhin in der Nacht arbeiten. Die Arbeitszeiten passen sich momentan meinem Familienleben ideal an.

Dass ich die Leitung der internen Palliative Care Fachgruppe im letzten Jahr wieder übernehmen durfte, freute mich sehr. Dadurch kann das in der Weiterbildung erworbene Wissen in den Berufsalltag einfließen. Die bewegten Diskussionen an den Sitzungen und das aktive Mitdenken der einzelnen Mitarbeitenden in unserer Palliative Care Fachgruppe sind eine Bereicherung für unsere tägliche Arbeit mit den Bewohnenden.

### **Was ich sonst noch sagen wollte:**

Ich freue mich auf weitere schöne und lehrreiche Jahre in der Bodenmatt.

# «Meine Kindheit auf der Alp Urnerboden und Oberalp»

Als ich noch ein Kind war, durfte ich die Sommerferien immer mit meiner Familie auf der Alp Urnerboden und Oberalp verbringen. Es war immer eine Zeit voller Abenteuer und unvergesslicher Momente. Mitte Juni, wenn der Klausenpass offen war, ging es los. Rund 1200 Kühe vom ganzen Kanton Uri wurden auf den Urnerboden gebracht. Viele liefen den weiten Weg über den Pass, doch auch zahlreiche Lastwagen brachten die Kühe auf die Alp.

Dann begann der Alpsommer, welcher meist um die 100 Tage dauerte. Da zu dieser Zeit eigentlich noch keine Schulferien waren, durfte man beim Schulrat «Alpdispens» beantragen. Welches in den meisten Fällen bei guten schulischen Leistungen auch bewilligt wurde.

Vier Wochen blieben wir jeweils auf dem Urnerboden. Am Morgen hiess es Kühe holen, und zwar alle 25, welche zu uns gehörten. Dies machte ich meist mit dem Velo, da die Kühe nicht gerade neben dem Stall weideten und meist ihre Lieblingsplätze hatten. Wenn wir alle beisammen hatten,



Ich beim Kühe-zusammen-treiben.

half ich beim Melken. «Handla» oder Anrüsten, dass die Milch gut floss, war meine Lieblingsaufgabe.

Natürlich hatte ich eine Lieblingskuh. Cordula, sie war die Schönste und auch die Älteste. Sie hatte den Platz ganz vorne im Stall. Wenn sie sich nach dem Melken hinlegte, ging ich auf ihren Rücken und legte mich auf sie und blieb dort, bis sie wieder aufstehen wollte.

Die Nachmittage auf dem Urnerboden verbrachte ich mit meinen drei Geschwistern und den Nachbarkindern. Den ganzen Tag Velo fahren und Autos und Töffs beobachten, welche über den Pass fuhren. Was immer ein Highlight war, war das Baden im kleinen Seeli. Eiskalt, aber nach einigen Anläufen trauten wir uns dann doch rein. Und nach vier bis fünf Mal drinnen kam es uns auch nicht mehr so kalt vor.

Nach den vier Wochen auf dem Urnerboden kamen die Älpler zusammen und sie «mehrten», das heisst es wird abgestimmt, wenn die Kühe in den Oberstafel gehen. Die Stäfelfahrt war das nächste unbeschreibliche Erlebnis. Die Kühe bekamen grosse Glocken um den Hals und wir starteten früh am Morgen, ca. um drei Uhr, und machten uns mit den Kühen auf den Weg auf die Oberalp am Klausenpass. Bis wir dann auf der Oberalp waren, dauerte es ca. sechs Stunden. Die lauten Glocken und die Dynamik mit den Kühen sind für mich etwas sehr Schönes. Es weckt in mir heute noch viele schöne Emotionen.

Wenn ich nicht mitlief, habe ich meinem Mami geholfen beim Zusammenpacken des Alpmaterials wie Melkmaschinen, Kleider und Essen. Wir gingen dann mit dem Auto und dann mit dem Bändli.



Auf der Oberalp war besonders, dass mein Vater Käse machte. Das war natürlich mit viel Aufwand verbunden, aber der lohnte sich, denn der Käse



Im Käsekeller.

war so fein, dass er mehrere Male ausgezeichnet wurde. Wir führten ein kleines Alprestaurant. Ich half meinem Mami beim Servieren, doch viel lieber habe ich Gläser abgewaschen.

Auf der Oberalp haben wir bis heute keinen Strom, und kochten mit dem Gasrechaud. Für Licht haben wir eine Solaranlage und gekäst wurde mit Dampf. Dabei haben wir in einem Ofen geheizt. Oben drin war Wasser, welches wir zum Abwaschen brauchen konnten, und mit dem Dampf wurde das Kessi zum Käsen erhitzt. Das frühe Aufstehen am Morgen fand ich nicht immer toll, doch wir konnten uns abwechseln, sodass jeder mal ausschlafen konnte.

Jedes Jahr auf der Oberalp packte uns einmal das Campingfieber und meine Geschwister und ich zelteten hinter dem Haus. Das war immer ein Erlebnis. Wir packten Matratzen, Decken und Proviant für die Nacht ein und machten es uns im Zelt richtig gemütlich. Nach dem Znacht gingen wir mit riesiger Vorfreude auf die Nacht los und sagten tschüss Mami und Dädi. Die Kuhglocken wa-



Ich (in der Mitte) mit zwei der drei Geschwister.

ren noch besser zu hören als sonst und jedes Zwitschern der Vögel war einzigartig. Einmal haben wir den Wetterbericht nicht so genau angeschaut und es fing in der Nacht an zu regnen und zu winden. Wir mussten mitten in der Nacht ins Haus. Am nächsten Tag mussten wir das Zelt zurückholen, da der Wind es weggeblasen hatte.

Neben den Küchen hatten wir jeweils zehn Alpschweine und Hühner. Die Hühner waren meine Aufgabe. Wenn wir jeweils neue Hühner hatten, bin ich täglich zigmal schauen gegangen, wie die

Eierproduktion lief. Es kam einmal vor, dass ich mich aus Versehen eingeschlossen hatte zusammen mit den Hühnern. So blieb ich fast zwei Stunden bei den Hühnern, bis ich endlich von meinem jüngeren Bruder gefunden wurde und er mich erlöst hat.



Mit einem Huhn.

Nach den sieben Wochen Oberalp gingen wir wieder auf den Urnerboden. Dabei hiess es wieder Abschied nehmen bis zum nächsten Jahr und alles zusammenpacken und die Alphütte winterdicht machen.

Anfang September begann dann die Schule. Diese haben wir vom Urnerboden her besucht. Am Morgen fuhren unsere Eltern uns in die Schule und am Nachmittag wurden wir von den Eltern einer Schulfreundin abgeholt, da sie auch auf dem Urnerboden auf der Alp waren. Jeden Tag zweimal über den Pass mit zig Kurven, da wurde

uns ab und zu dann doch übel und ein Boxenstopp musste eingelegt werden.

Heute führt mein älterer Bruder den Betrieb, er geht zusammen mit seiner Familie auf die Alp.

Diese Zeiten auf der Alp bleiben für immer in meiner Erinnerung als eine Zeit der Unbeschwertheit und des Staunens. Die Natur, die Momente mit meiner Familie und die zahlreichen schönen Erlebnisse, welche ich und meine Geschwister als Kind haben durften. Es war für mich nie ein Muss, dass ich auf die Alp gehe. Noch heute gehe ich, so oft es geht, zusammen mit meinem Mann und unseren beiden Mädels auf die Alp. Gerne erzähle ich ihnen, wie ich als Kind über die Hügel sprang und die Kühe bis ganz oben vom Berg holen musste.

Erika Koch  
 Fachfrau Pflege Nacht & 1 Ost

# «Mein Alpsommer Spittelmatte 2009»

27

PERSONAL

Im Sommer 2009 durfte ich auf der Alp Spittelmatte meine erlernten Fähigkeiten als Milchpraktikerin (Käserin) ausüben. In genau diese Alp habe ich mich nämlich auf den ersten Blick verliebt. Alpenrosen, Arvenseeli, Murmeltiere ... einfach ein Traum. Ich war damals 22 Jahre alt und wusste, dass ich da meinen Alp-Sommer verbringen möchte. Da gibt es einige Geschichten und Erinnerungen, die ich gerne mit euch teilen will.

Die Alp Spittelmatte liegt auf 1936 Meter über Meer und befindet sich zwischen den beiden Kantonen Bern und Wallis. Das Gebiet rund um die Spittelmatte ist ein bekanntes Wander- und Ausflugsziel. Von Kandersteg führt ein steiler Zickzackweg zum Restaurant Sunnbühl. Diese steilen 730 Höhenmeter haben wir mit den Kühen bezwungen. Der Aufstieg verlangte von allen Beteiligten viel Kraft und Anstrengung. Bei unserem Aufstieg konnte eine Kuh nicht mehr laufen, die holten wir später ab, als wir das restliche Vieh sicher versorgt hatten. In anderen Jahren ist es schon passiert, dass eine Kuh, oder wie mir ein Bauer erzählte, der Muni, zu Tode stürzte.

Zum Alpteam in diesem Sommer 2009 gehörte die Äpler-Familie Jolanda und Markus Limacher

mit der einjährigen Ilena, Beat Emmenegger und ich. Wir hatten 91 Kühe, einen Muni, einige Hühner, einen Hund und vier Ziegen, die ich von zu Hause mitnehmen durfte. Die Ziegen haben wir in der Gondelbahn, welche ebenfalls von Kandersteg zum Restaurant Sunnbühl führt, transportiert. Dabei wurde ein Transportkasten unter die Gondel gehängt, wo die Ziegen eingeladen wurden. Das war ein lustiges Schauspiel. Die Kühe stammten aus den Kantonen Bern, Wallis und Luzern. Die Namen der 91 Kühe lernte ich schnell auswendig dabei half mir meine persönlich angefertigte Liste. Die Kühe waren zwei Mal am Tag zum Melken im Stall. Sie wurden in drei Ställen untergebracht, wobei jede Kuh ihren fixen Platz besass. Nach dem Melken durften die Kühe jeweils wieder auf die vorgesehenen Weiden zum Grasens. Unser Tag begann um 4.00 Uhr. Wir machten uns zu dieser Zeit auf, um die Kühe von der Nachtweide, welche etwas näher bei der Alp lag, zum Melken zu holen. Auch das Wetter spielte eine grosse Rolle, wenn es darum ging, die Kühe in den Stall zu bringen. Es war manchmal um diese Zeit noch sehr kalt draussen. Da war es an der Tagesordnung, dass wir uns mit Kappen und warmen Kleidern auf den Weg machten. Bei Nebel verlief ich mich einmal so sehr, dass ich die Orientierung nicht mehr hat-



Die Alp Spittelmatte.

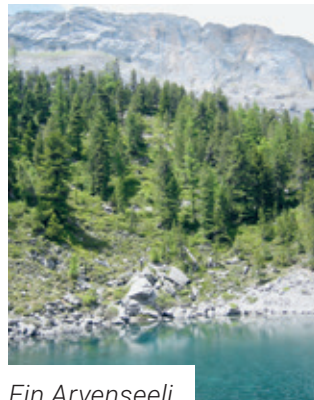


Ich beim Melken mit dem Alphund.

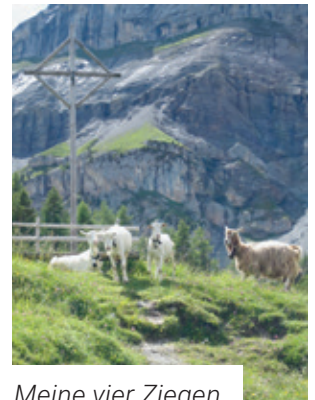
te und mich zum guten Glück der Älpler Markus wieder fand. Wenn die Kühe dann alle an ihrem Platz waren, banden wir die Schwänze an und begannen mit dem Melken. Dabei halfen uns die Melkmaschinen. Anschliessend durften die Kühe wieder auf die etwas weiter entfernten Weiden als die Nachtweide. Die Weiden waren teilweise sehr uneben und mit grossen Löchern versehen. Einmal trat eine Kuh in ein solches Loch und kam allein nicht mehr raus. Wir konnten sie dann aus ihrer misslichen Lage befreien. Auf einer der Weiden mussten wir zudem beim Gehen mit Stöcken klopfen, um die Schlangen zu vertreiben. Wenn die Kühe durch den Tag wieder am Grasens waren, stellte ich mit Markus Käse her. Über den ganzen Sommer verteilt ergab es fünf Tonnen Alpkäse. Die Ziegen molk ich von Hand und stellte Ziegenkäse her, der bei den Wanderern und den Besuchern sehr gut ankam. Ausserdem hielten die vier uns auf Trab. Oft folgten sie den Wanderern und ich musste die Ziegen wieder irgendwo abholen und zurück zu der Alp führen. Es kam zwischendurch auch vor, dass sich die vorwitzigen Ziegen an den schönen Blumen ums Haus bedienten und dann die Blütenpracht darunter litt. Dafür schmeckte aber der Käse umso besser. Jolanda kümmerte sich meist um die Herstellung von Butter und Joghurt und sorgte dafür, dass wir immer gut versorgt waren. Ich erinnere mich, dass sie immer leidenschaftlich fein gekocht hat. Durch das frühe Aufstehen und die harte Arbeit hatten wir grossen Hunger und schätzten das feine Essen sehr. Am Nachmittag holten wir die Kühe erneut auf den jeweiligen Weiden ab, um sie wieder an ihren gewohnten Platz zu führen und anschliessend erneut zu melken. Die Milch wurde über die Nacht gekühlt und dann am nächsten Morgen weiterverarbeitet. Erst wenn alle Arbeit getan war, hatten wir um ca. 19.00 Uhr Feierabend. Nach dem gemeinsamen Nachtessen und dem an-

schliessenden Abwasch sanken wir dann müde und glücklich ins Bett, bis der Wecker dann früh am Morgen wieder klingelte. Wenn Besuch da war, was öfter vorkam, gab es noch einige angenehme und lustige Stunden in der gemütlichen Küche. Dadurch wurde dann jeweils die Nacht kürzer, der Schlaf weniger, jedoch die Seele glücklicher. Ich durfte einen wunderbaren Alpsommer erleben, der mir mein ganzes Leben lang in bester Erinnerung bleiben wird.

Manuela Schmid, Mitarbeiterin Nacht



Ein Arvensee.



Meine vier Ziegen.



Ich am Geniessen mit einer Kuh.

# «Meine Tour aufs Breithorn, Zermatt»

29

Dieser Kurzbericht beschreibt meine Erfahrungen bei der Besteigung des Breithorns mit einer Höhe von 4162 Metern über Meer von Zermatt aus.

Am Vorabend reisten wir mit dem Zug in Zermatt an. Wir sind Bruno, Helen, Peter und ich, Irene.

Die Nacht verbrachte ich eher unruhig, es war mein erster Viertausender und ich war etwas nervös. Wie komme ich mit der dünnen Luft klar und wie ist es, mit Steigeisen über den Gletscher zu laufen? Bin ich fit genug?

Um sieben Uhr hatten wir uns zum Frühstück verabredet. Etwas erleichtert stellte ich fest, dass sich auch meine Tourkollegen und -kollegin die gleichen Fragen stellten. Der Blick zum Matterhorn, das von den ersten Sonnenstrahlen getroffen wurde, stimmte uns zuversichtlich.

Frisch gestärkt kam die erste Herausforderung. Was anziehen, was in den Rucksack? Denn in Zermatt war es etliche Grad wärmer als auf dem «Klein Matterhorn», wo unsere Bergtour startete. Warme Unterwäsche und leichte Überbekleidung war die richtige Wahl.

Um 8.00 Uhr trafen wir uns wieder vor dem Hotel und liefen durch das schöne Dorf Zermatt zur Talstation, wo wir uns mit unserem Bergführer Glais verabredet hatten. Nach einem kurzen Kennenlernen begaben wir uns zur Luftseilbahn. Nach 2-maligem Wechsel der Seilbahnen in «Furi» und «Trockener Steg» und etlichen Informationen vom Bergführer erreichten wir unseren Ausgangspunkt «Klein Matterhorn».

Im Bergrestaurant zogen wir die warmen Kleider und den Klettergurt an. Danach begaben wir uns



nach draussen, wo uns bei  $-6$  Grad die Sonne erwartete. Glais begann sofort, uns zu einer Seilschaft zusammenzubinden. Dabei liess er zwischen jedem Mitglied ca. 2,5 Meter Seil, damit wir uns bei einem Sturz oder Einbrechen gegenseitig helfen konnten.

Dann ging es los! Ich war erleichtert, denn mit jedem Schritt löste sich die Nervosität. Wir wanderten etwa einen Kilometer über eine Skipiste,

bevor wir links auf den Gletscher abbogen. Auf diesem leicht ansteigenden Teil der Tour konnte man den Blick über die herrliche Gletscher- und Bergwelt schweifen lassen. Ein letztes Mal, denn die Wolken und der Nebel wurden immer dichter.

Nach ca. 30 Minuten erreichten wir den steilen Anstieg zum Gipfel. Wir zogen uns die Steigeisen an und Glais ermahnte uns nochmals, nicht mit den Steigeisen auf das Seil zu treten.



Unser Bergführer führte uns in einem langsamen Tempo die Steilhänge hoch, damit wir keine Probleme mit der dünnen Luft und unserer Kondition bekamen. So erreichten wir nach eineinhalb Stunden den Gipfel des Breithorns.

Leider zog während unseres Aufstiegs Nebel auf und eine kräftige Bise begann zu wehen. Damit wurde uns die Belohnung, die Aussicht auf die wunderschöne Bergwelt um Zermatt, verwehrt. Graupelschauer und Wind nahmen zu und so drängte unser Bergführer auf einen baldigen Aufbruch.

Nach einer kurzen Rast machten wir uns an den Abstieg über die Steilhänge. Was mit den Steigeisen zügig voranging, denn mit diesen an den Füßen



geht man in langen und schnellen Schritten bergab. Der Nebel war inzwischen so dicht, dass wir den Rückweg ohne den Bergführer wohl kaum oder gar nicht mehr gefunden hätten, da alles gleich ausgesehen hat. Erst als wir die Gletscherebene erreichten, lichtete sich der Nebel ein bisschen. So konnten wir uns kurz stärken und etwas trinken.

Der restliche Weg war dann leicht und wir erreichten nach etwas über vier Stunden die Bergstation. Glücklicherweise und auch ein bisschen stolz diskutierten wir bei Kaffee und Kuchen unser Abenteuer «Der erste 4000er». Danach begaben wir uns auf die Luftseilbahnen und fuhren nach Zermatt zurück, wo sich unser Bergführer Glais verabschiedete.

Wir gingen zu unserem Hotel zurück, wo wir die restlichen Kleider deponiert hatten, und zogen uns um. Beim verspäteten Mittagessen diskutierten wir unser Erlebnis und waren uns einig, dass wir uns zu weiteren Touren treffen wollen.

Ein herzliches Dankeschön an meine Tourkollegen und -kollegin, es war ein grossartiges Erlebnis, und an Glais, der uns sicher auf das Breithorn und wieder zurück geführt hat.

Irene Zihlmann, Mitarbeiterin Pflege 1 Ost

# Personalausflug 2024

Dieses Jahr führte unser Personalausflug, welcher an zwei Tagen im Juni stattfand, bei schönem Wetter ins Seetalgebiet.

Mit dem Zug ging es von Entlebuch via Luzern nach Mosen. Nach einer kleinen Stärkung bei Kaffee und Gipfeli im Restaurant Camping Seeblick wanderten wir am idyllischen Hallwilersee entlang. Das Mittagessen aus dem Rucksack genossen wir direkt am See. Es gönnten sich auch einige eine Abkühlung im See. Mit dem Schiff ging es

weiter nach Seengen. Nach einem kurzen Fussmarsch gelangten wir zum Wasserschloss Hallwyl. Auf einem Rundgang durch die Schlossräumlichkeiten erfuhren wir bei der Führung «Stilles Örtchen, heisses Bad» Interessantes zu Gesundheit und Krankheit in vergangenen Zeiten sowie über die damaligen Arzneimittel und Heilpflanzen. Gutgelaunt und mit vielen schönen Eindrücken ging es mit Bus und Zug zurück ins Entlebuch.

Vreni Emmenegger, Redaktionsteam



Gruppenfoto am ersten Tag.



Die spannende und scheinbar erholsame Schlossführung der Gruppe 2.



Gruppenfoto am zweiten Tag.

# Kräuterabend für das Personal

Diesen August lud das Team der betrieblichen Gesundheitsförderung alle Mitarbeitenden, die sich für den vielfältigen Einsatz von Kräutern interessieren, zu einem Kräuterabend bei Aeschlimann Gartenbau in Marbach ein.

Im Rahmen der betrieblichen Gesundheitsförderung werden im Jahr zwei Ausflüge organisiert, jeweils einer im Sommer und einer im Winter.

Für diesen Sommer haben wir uns überlegt, etwas zum Thema Kräuter zu machen. Also wurde Aeschlimann Gartenbau in Marbach angefragt, ob sie für uns einen tollen Event zusammenstellen können. Gemeinsam wurde ein abwechslungsreiches Programm, das sowohl für Anfänger als auch für erfahrene Kräuterliebhaber geeignet war, zusammengestellt.

Wir trafen uns am Mittwoch, 14. August 2024, um 17.00 Uhr beim Alterswohnheim und fuhren gemeinsam nach Marbach. In der malerischen Umgebung des Schärlig wurden wir bereits von Jösy Aeschlimann erwartet. Da das Wetter mit seinen sommerlichen Kapriolen bereits Gewitterwolken aufbaute, wurde sogleich mit der Führung im Kräutergarten begonnen. Als Erstes konnten verschiedene Küchenkräuter, welche wir noch nicht alle kannten, wie beispielsweise der Strauch-Basilikum, der Zimmerknoblauch oder der Borretsch, begutachtet und selbstverständlich auch gekostet werden. Jösy erzählte viel Interessantes über die Kräuter sowie Tipps zur Anzucht und Pflege von Kräutern im eigenen Garten. Sie empfahl uns, auch von den Blüten zu probieren, da diese gerne vergessen werden oder sogar davon ausgegangen wird, dass die Kräuter nach der Blüte nicht mehr gut schmecken. Selbstverständlich können die Kräuter auch weiterhin bedenkenlos verwendet werden.

Der nächste Teil der Führung fand im Heilpflanzenbereich des Gartens statt. Jösy erzählte von den heilenden Eigenschaften und der Anwendung in der Naturheilkunde.

Als letzte Station der Führung wurden essbare Blüten wie die Taglilie gezeigt und auch von diesen durfte probiert werden.

In verschiedenen Workshops durften wir selbst aktiv werden. Die Teilnehmer durften lernen, wie ein Kräutersalz, eine Tinktur oder ein Ölauszug oder sogar ein erfrischender Raumspray hergestellt werden kann. Besonders beliebt war der Workshop des Raumsprays.

Da wir eine grössere Gruppe als üblich waren, wurden das Apéro sowie das Herstellen seines eigenen Produktes als fließendes Programm durchgeführt. Das wurde sehr geschätzt, da man an den verschiedenen Stationen nicht lange anstehen oder warten musste, sondern sich auch zuerst den Durst und den ersten Hunger stillen konnte. Von Jösy wurde ein leckeres Apérobuffet zusammengestellt: frisches Gartengemüse mit hausgemachtem Kräuter- und Blütendip, Tomaten-Mozzarella-Spiessli und leckeres Kräuter-Blätterteiggebäck.

Zum Abendessen wurden Bratwürste grilliert und mit Salat und Brot serviert. Wir hatten grosses Glück mit dem Wetter, denn kaum war fertig grilliert, öffnete der Himmel seine Schleusen und liess einen sommerlichen Regen niederprasseln. Als Ausklang gab es Kaffee und Kuchen.

Insgesamt war der Kräuterevent ein voller Erfolg und bot eine wunderbare Gelegenheit, die Welt der Kräuter zu entdecken und deren Bedeutung für Gesundheit und Genuss zu feiern.



Von diesem gemütlichen Abend konnten viele neue Eindrücke mitgenommen werden.

Die Workshops, Ausführungen von Jösy und Verkostungen haben uns inspiriert und uns praktische Tipps für den eigenen Garten und die Küche mit auf den Weg gegeben. Die Begeisterung der Teilnehmer und die Expertise der Fachfrau haben gezeigt, wie bereichernd der Umgang mit Kräutern sein kann.

Wir freuen uns bereits auf den nächsten Event der betrieblichen Gesundheitsförderung.

Andrea Finsterwald, Redaktionsteam



# Teamausflug der Hauswirtschaft

Unser diesjähriger Teamausflug der Hauswirtschaft führte uns am Mittwoch, 15. Mai 2024, nach Luzern. Auf dem Programm stand ein Krimi-Trail, ein gemütliches gemeinsames Mittagessen und zum Ausklang die einstündige Rundfahrt der MS Saphir auf dem Vierwaldstättersee.

Um 8.20 Uhr traf sich beinahe das ganze Team am Bahnhof Entlebuch. Fröhlich plaudernd fuhren wir mit dem Zug in die Stadt.

An der ersten Station des Krimispiels im Vögeli-gärtli liess der Spass nicht lange auf sich warten: In einer Wohnung im Hirschmattquartier beim Vögeli-gärtli wurde die Leiche von Thomas Matt gefunden. Thomas wurde mit einem Schuss ins Herz niedergestreckt. Die Waffe wurde noch am Tatort gefunden, ohne Fingerabdrücke. Sie gehörte dem Ermordeten selbst. Die einzigen Hinweise: eine fast leere Pralinenschachtel der Confiserie Bachmann, ein Trainingsplan des Fitnessparks und ein Weinglas mit Lippenstiftspuren.

Zwei Kriminalakten mit den Beweisen, den Verdächtigen und einer Karte der Stadt wurden verteilt. Das war der Startschuss für das Ermittler-team der Bodenmatt!

Bei der Kirche neben dem Vögeli-gärtli musste der erste Hinweis gesucht werden. Damit weitere Informationen gesammelt werden konnten, stand eine Person mit dem «Kommissar» per SMS in Verbindung. Wenn das Rätsel an einem Posten gelöst wurde, musste eine SMS an den «Kommissar» mit dem Lösungswort geschickt werden. War dieses korrekt, erhielt man einen weiteren Anhaltspunkt.

Die Ermittlungen führten uns durch die ganze Stadt. Es wurde viel diskutiert und sich rege über

mögliche Verdächtige und ihre Motive ausgetauscht. Fleissig wurden die Hinweise gesammelt und akribisch notiert.

Nach gut zweieinhalb Stunden fanden wir uns im Vögeli-gärtli wieder: Aber wer ist nun der Täter? Angeregt wurde debattiert und schliesslich auch der Mörder gefasst.

Wer es war? Ja, dass müsst ihr nun selbst herausfinden...

Die erfolgreichen Ermittlungen haben unser Team hungrig gemacht. Der Tisch war schon vorgängig reserviert und wir durften in der gemütlichen L'Osteria Platz nehmen. Es wurde sehr geschätzt, dass à la Carte bestellt werden durfte und alle von uns haben sich einen leckeren Salat oder eine schmackhafte Pizza bestellt.

Mit vollen Bäuchen und zufrieden spazierten wir am Nachmittag zur Anlegestelle der MS Saphir. Schon bald kam das Schiff und wir konnten einsteigen.

Das Wetter hielt sich sehr gut, wir durften sogar ein paar wärmende Sonnenstrahlen geniessen.

Zurück in Luzern gingen wir zum Abschluss zusammen noch einen Kaffee trinken, bevor wir uns wieder auf den Heimweg machten.

Es war ein schöner Teamausflug, welcher viel Gehirnschmalz brauchte, die kulinarischen Genüsse erfüllte und auf dem Schiff hat es sich die Seele wunderbar baumeln lassen.

Wir freuen uns auf den nächsten Teamanlass im Jahr 2025!

Andrea Finsterwald, Redaktionsteam



Gruppenfoto im Vögeligärtli.



Heitere Stimmung auf der MS.

# Teamausflug Cafeteria

36

PERSONAL

Am Freitag, 7. Juni 2024, fuhren wir mit einem Privatauto von Entlebuch durchs Emmental ins Freiburgerland an den Schwarzsee. Mit der Sesselbahn ging es auf die Riggisalp. Nach einer kleinen Stärkung bei Kaffee und Snacks ging es mit dem Monster-Trotti-Kick den Berg hinunter zurück ins Tal an den Schwarzsee. Das Mittagsspicknick genossen wir während des Seerundganges an einer idyllisch gelegenen Grillstelle direkt am Wasser. Weiter führte der Ausflug über den Gurniegelpass ins Berner Oberland. Nach einem Kurzaufenthalt in Thun folgte die Heimkehr zurück ins Entlebuch. Im Gasthaus Engel in Hasle wurden wir mit einem köstlichen Abendessen verwöhnt. Es war ein würdiger Abschluss eines schönen und geselligen Tages.

Für die Organisation und das Chauffieren danken wir euch, Ruth und Edith.

Vreni Emmenegger, Redaktionsteam



Sicht auf den Schwarzsee.



Das Kafi-Team parat für die Talabfahrt.

# Seminar zur Pensionierung

## WICHTIGE VORBEREITUNG AUF EINEN NEUEN LEBENSABSCHNITT

37

Mit viel Freude und Engagement referierte Herr Franz Heer, Leiter unserer Pensionskasse, am 15. und 25. Mai 2024 jeweils einen Nachmittag vor unseren interessierten Mitarbeitenden ab 55 Jahren und ihren Partnern zum Thema Pensionierung.

In gemütlicher Atmosphäre und angeregten Gesprächen wurden wichtige Fragen rund um den neuen Lebensabschnitt geklärt. Von der AHV und Pensionskasse bis hin zu Steuer- und Versicherungsfragen – Herr Heer beleuchtete alle relevanten Themen kompetent und verständlich. Dabei stand er den Teilnehmenden jederzeit Rede und Antwort und sorgte für eine informative und kurzweilige Veranstaltung.

### Warum ist das Seminar so wichtig?

Die Pensionierung ist ein grosser Schritt, der mit vielen Veränderungen verbunden ist. Umso wichtiger ist es, sich gut darauf vorzubereiten und offene Fragen zu klären. Das «Seminar zur Pensionierung» bietet unseren Mitarbeitenden und ihren Partnern die Möglichkeit, sich umfassend zu informieren und den neuen Lebensabschnitt mit Zuversicht und Freude anzugehen. Auch dies gehört zu den Aufgaben eines verantwortungsvollen Arbeitgebers mit dazu.

### Positives Feedback

Die Rückmeldungen zum Seminar waren durchwegs positiv. Die Teilnehmenden lobten die informative und praxisnahe Gestaltung sowie die Möglichkeit, ihre eigenen Fragen zu stellen. Sie fühlten sich durch die Veranstaltung gut vorbereitet und waren dankbar für die wertvollen Informationen.

### Fazit

Das «Seminar zur Pensionierung» ist ein fester Bestandteil unseres Angebots für Mitarbeitende und trägt dazu bei, dass der Übergang in den Ruhestand reibungslos und selbstbestimmt gestaltet werden kann. Wir freuen uns, diese wertvolle Unterstützung auch in Zukunft anbieten zu können.

### Zusatzinformationen:

- Interessierte Mitarbeitende können sich jederzeit bei der Personalabteilung des Alterswohnheims Entlebuch melden.
- Weitere Informationen zum Thema Pensionierung finden Sie auf der Website des Schweizerischen Pensionskassenverbandes: <https://www.asip.ch>

### Gemeinsam in den Ruhestand!

Wir vom Alterswohnheim Entlebuch wünschen allen unseren Mitarbeitenden, die in den nächsten Jahren in Pension gehen, einen erfüllten und genussvollen Ruhestand! Wir hoffen, dass unsere Pensionärinnen und Pensionäre auch nach dem Arbeitsleben noch lange mit unserer Bodenmatt verbunden bleiben. Sei es durch das jährliche Pensionierten-Essen, durch Besuche in unserer Cafeteria oder durch sinnvolle und hilfreiche Einsätze als freiwillige Helfende.

Mischa Jordi, Vorsitzender der Geschäftsleitung

# Impressionen vergangener Anlässe

## LINDENBLÜTENPFLÜCKEN AUF DER CAFETERIA-TERRASSE

Am Donnerstag, 4. Juli 2024, fand auf der Cafeteria-Terrasse unseres Hauses ein besonderer Nachmittag statt, der ganz dem Pflücken von Lindenblüten gewidmet war. Die Bewohnenden genossen die Gelegenheit, in entspannter Atmosphäre die duftenden Blüten zu sammeln. Der Ertrag der Blüten wurde anschliessend durch die Genossenschaft Entlebucher Kräuter verarbeitet.

Dank der Unterstützung engagierter Freiwilliger und durch das gemeinsame Pflücken wurde der Nachmittag durch angeregte Gespräche und ein gemütliches Beisammensein geprägt.

Es war ein gelungener Nachmittag. Ein herzliches Dankeschön an alle Beteiligten für ihre Unterstützung, besonderer Dank an Familie Ueli und Ursi Renggli, Widen, Rengg.

Barbara Wigger, Fachfrau Aktivierung



Gemeinsames Lindenblütenpflücken.



Auch die Ziegen wollen helfen.

## 1.-AUGUST-FEIER



## BRÄTELN DER KOCHGRUPPE BEI DER BOHRPLATTE FINSTERWALD



# BESUCH DER 5. UND 6. KLASSE DER SCHULE ENTELEBUCH ZUM THEMA «FRÜHER UND HEUTE»







# Kommende Veranstaltungen

## November

- 06. Kleiderbörse
- 27. Bewohner-Info-Apéro
- 30. Entlebucher Weihnachtsmarkt

## Dezember

- 04. Samichlausfeier
- 10. Adventsfeier
- 23. Weihnachtsfeier der Bewohnenden

## Januar

- 01. Neujahrsapéro
- 13. Pasta-Abend
- 27. Aufführung der Seniorenbühne Entlebuch

## Februar

- 17. Raclette-Abend
- 28. Bodenmatt-Fasnacht

## März

- 17. Internes Lotto
- 26. Bewohner-Info-Apéro

## April

- 07. Film-Nachmittag
- 16. Ostereier malen

## Mai

- 03. Frühlingsfest
- 04. Frühlingsfest

## Abendcafé

Jeden Dienstag und letzten Freitag im Monat ist das Abendcafé von 18.00 Uhr bis 21.00 Uhr geöffnet.



# Lehrstellenparcours

## ENTLEBUCH

Am 19. September 2024 fand der Lehrstellenparcours statt, der jungen Menschen die Möglichkeit bot, verschiedene Berufe hautnah auszuprobieren. Zahlreiche Unternehmen aus Entlebuch und Umgebung öffneten ihre Türen und luden die Jugendlichen ein, sich über die angebotenen Lehrstellen zu informieren. Mit dem Parcours haben die Schülerinnen und Schüler die Chance, die Berufe direkt auszuprobieren und die Unternehmen kennenzulernen. So können sie herausfinden, wo ihre Interessen liegen.

Der Parcours war ein grosser Erfolg. Im Alterswohnheim Entlebuch informierten sich zehn Schülerinnen über den Beruf der Fachperson Gesundheit FaGe EFZ und sechs Schülerinnen über das Berufsbild der Fachperson Hotellerie-Hauswirtschaft FAHH EFZ.

In Workshops und praktischen Übungen verschafften sie sich einen Eindruck von den verschiedenen Berufsfeldern.

Zu Beginn wurde allen zusammen das Alterswohnheim Entlebuch als Betrieb vorgestellt. Danach wurden die Jugendlichen in zwei Gruppen, in die jeweiligen Berufe, eingeteilt.



Die Schülerinnen beim Beine einbinden.



Die Schülerinnen beim Blutdruckmessen.



Andrea Finsterwald erklärt die Reinigung anhand des Reinigungswagens.

Während die Schülerinnen im Beruf der Fachpersonen Gesundheit sich im Blutdruckmessen und Beineeinbinden ausprobieren konnten, wurde den Schülerinnen, die sich für den Beruf der Fachfrau Hotellerie-Hauswirtschaft interessierten, die Reinigung anhand des Reinigungswagens und der Scheuersaugmaschine erklärt. An einem herbstlich eingedeckten Tisch mussten sie die vier Fehler finden. Nach einem kurzen Abstecher in die Küche, Kochen gehört auch zum Berufsbild, wurde in der Wäscherei der Wäschekreislauf erläutert.

Die Jugendlichen zeigten sich interessiert, haben engagiert mitgemacht und gute Fragen gestellt. Als kleines Dankeschön wurde den Schülerinnen, die sich für FaGe interessierten Traubenzucker, und den Schülerinnen, die einen Einblick in den Beruf der Fachperson Hotellerie-Hauswirtschaft bekamen, einen hausgemachten Powerriegel sowie Unterlagen für den entsprechenden Beruf übergeben.

Insgesamt war der Lehrstellenparcours in Entlebuch und Umgebung ein gelungener Tag, der den Jugendlichen nicht nur einen Einblick in die Berufswelt gab, sondern auch wertvolle Kontakte zu

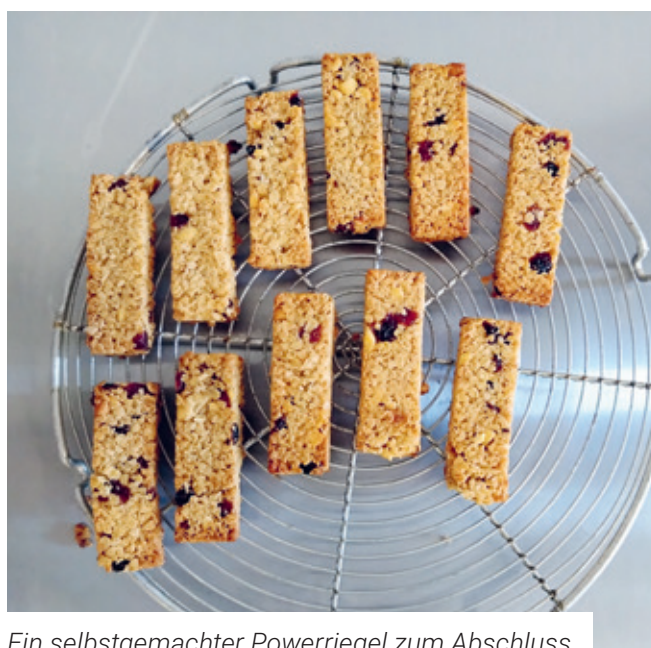
Arbeitgebenden knüpfte. Der Tag bietet eine grossartige Möglichkeit, um den Jugendlichen der Region eine bessere Orientierung bei der Berufswahl zu bieten.

Wir freuen uns auf den nächsten Lehrstellenparcours!

Andrea Finsterwald, Redaktionsteam



Was ist an diesem gedeckten Tisch nicht richtig?



Ein selbstgemachter Powerriegel zum Abschluss.

# Meine Bergwelt

44

MEIN LIEBLINGSPLATZ – MEINE LIEBLINGSWANDERUNG

VERSCHIEDENES



Roland Pott – Ein Ausflug im August auf die Gramailalm in Pertisau im Tirol mit einem alten Postauto war ein besonderer Event für mich.



Mischa Jordi – Der grosse Aletschgletscher im Winter ist jedes Mal ein Highlight für mich.



Das alte Postauto, welches ehemals in der Schweiz aktiv genutzt wurde.



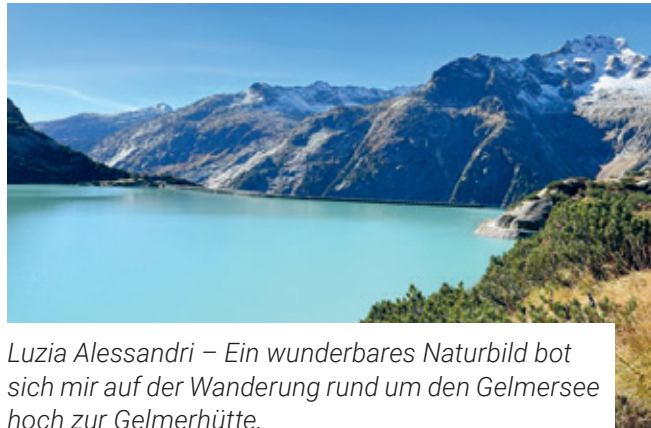
Sandra Wittwer – Die Wanderung im Berg in den Beatushöhlen zeigte mir eindrücklich die wunder der Natur.



Bieri Franzisca – Seit Jahren besuche ich im Oktober das geliebte Südtirol meine zweite Heimat, die Seiseralm und die Dolomiten.



Jolanda Dubler – Meine Bergwelt in Arosa



Luzia Alessandri – Ein wunderbares Naturbild bot sich mir auf der Wanderung rund um den Gelmersee hoch zur Gelmerhütte.



Manuela Birrer – Die 2-Tages-Tour auf die Salbithütte SAC in den Urner Alpen im August bei herrlichem Wetter war mein absoluter Favorit.



Beatrice Dahinden – Von zu Hause sehe ich das Kreuz von der Äbnistetten-Flueh in der Sonne glitzern. Es war für mich ein besonderes Highlight, zu diesem Kreuz zu wandern. Einen offiziellen Weg gibt es nicht.

# Impressum

**Redaktionsschluss**

20. Oktober 2024

**Herausgeber**

Gemeindeverband Regionales Alterswohnheim  
Bodenmatt

**Hauszeitungs-Redaktionsteam**

Birrer Manuela (Verwaltung), Emmenegger Vreni  
(Cafeteria), Finsterwald Andrea (Hauswirtschaft),  
Möhl Pascale (Pflege), Schnyder Luzia (Pflege)

**Gestaltung und Druck**

Entlebucher Medienhaus AG, Schüpfheim

**Ausgaben**

2x jährlich (Mai und November)

**Auflage**

600 Exemplare

**Ausgabe Nr. 30 erscheint im Mai 2025**

Druckprodukt mit finanziellem

**Klimabeitrag**

[ClimatePartner.com/14410-2404-1001](https://ClimatePartner.com/14410-2404-1001)

**Ihre Unterstützung wird geschätzt ...**

Mit einem Beitrag können Sie auf einfache Weise das Projekt und natürlich die nächste Ausgabe unterstützen. Wenn Sie unsere Hauszeitung per Post nach Hause wünschen, lassen Sie uns dies mit entsprechendem Vermerk auf der Einzahlung wissen! Für Gönnereinzahlungen an die Herstellkosten sind wir sehr dankbar und wir freuen uns, falls Sie gerne bei uns inserieren möchten. Sie helfen uns so, die Hauszeitung jährlich zweimal herauszugeben und unsere Öffentlichkeitsarbeit weiterzuführen.

**Spendenkonto**

(bitte mit Vermerk «Hauszeitung»)

Clientis Entlebucher Bank AG, 6162 Entlebuch  
IBAN CH30 0667 0020 8210 8870 0

**Interesse am Schreiben ...**

Würden Sie gerne im Rahmen der Freiwilligen-Arbeit im Alterswohnheim Entlebuch einen Beitrag für die Hauszeitung schreiben oder haben Sie Interesse daran, Bewohnende zu interviewen? Dann melden Sie sich bei uns für die unentgeltliche Mithilfe im Redaktionsteam.

Wir freuen uns über Ihr Engagement.

# Ausblick



Der erste Schnee war bereits in Sichtweite. Nach einem durchzogenen, nassen und eher kühlen Sommer dürfen wir uns hoffentlich auf einen schneereichen Winter freuen. Und im kommenden Frühling freuen wir uns bereits auf die nächste Ausführung des beliebten Frühlingsfestes!

