

## Hauszeitung Alterswohnheim Möösl September - Oktober 2007

*Augenblicke werden immer wieder das Wesentliche sein.  
Nicht zu viele Erwartungen,  
nicht zu hoch gesteckte Ziele,  
nicht allzu hochfliegende Träume,  
sondern einfach Momente und Wegstücke, die wir täglich gehen.  
Und dabei offene Augen und ein offenes Herz haben,  
welche uns diese Momente und Wegstücke zum Erlebnis werden lassen.  
Das wäre schon fast etwas wie Lebenskunst!*

Bewohnerinnen und Mitarbeiterinnen haben ihre Glücksmomente formuliert, die ich hier für alle zusammengetragen habe. Ich bedanke mich herzlich bei all jenen, die auf diese Weise uns an ihren Glücksmomenten teilnehmen lassen.

### *Glücksmomente*

*Wenn ich unerwartet Besuch von lieben Angehörige erhalte.  
Wenn meine Familie mich versteht, wenn ich vergesslich werde.  
Wenn ich das Wohlwollen der Mitarbeiter spüre.  
Wenn meine Tochter ein Erfolgserlebnis hat.  
Wenn ich die leuchtenden Kinderaugen sehe beim Lichterregen vom 1. Aug.  
Wenn ich aus Todesnot gerettet werde.  
Wenn ich ein ehrliches Lob erhalte.  
Wenn ich Harmonie unter Pensionären erlebe.  
Wenn der Bruder einen weiten Weg auf sich nimmt, um seine Schwester zu besuchen.  
Wenn zwei junge Menschen einander das Ja-Wort geben.  
Wenn ich die satten Farben der Natur bewusst wahrnehme.  
Wenn die Kinder heil und glücklich wieder zu Hause sind.*

*Wenn ich einem Menschen eine Freude machen kann.*

*Wenn mich jemand unerwartet anlächelt.*

*Wenn ich die Umarmung eines lieben Menschen spüre.*

*Wenn ich unter Arbeitskolleginnen Fröhlichkeit erlebe.*

*Wenn ich am Morgen aufstehen darf.*

*Wenn mein Grosskind zu mir auf Besuch kommt.*

*Wenn ich ein grosses Werk vollendet habe.*

*Wenn ich nach einer langen Wanderung oben auf dem Berg stehe und den überwältigen  
Anblick erlebe.*

*Wenn ich in einem Gottesdienst tief berührt werde.*

*Wenn ich altbekannte Lieder höre.*

*Wenn ein Kind einen grossen Turm baut.*

*Wenn meine Urenkelin mir entgegenspringt und ich ihre Umarmung spüre.*

*Wenn ich von meinen Angehörigen in die Ferien eingeladen werde.*

*Wenn ein Kind glücklich von der Schule zurückkehrt.*

*Wenn ein Mensch nach schwerer Krankheit wieder gesund nach Hause kommt.*

*Wenn nach langem Warten das Ersehnte eintrifft.*

*Wenn Verzeihen möglich ist.*

*Wenn ich die wärmende Sonne auf meinem Körper spüre.*

*Wenn ich merke, dass mir jemand wirklich zuhört, mich ernst nimmt.*

*Wenn es draussen schönes Wetter ist oder mir etwas besonders gut gelingt.*

Bei Gesprächen über Glücksgefühle kommt oft der Satz, „dafür gibt es keine Worte“. Ja es gibt wirklich Momente, die sprachlos machen, die man nicht in Worte fassen kann, eben weil es Gefühle sind. Für Gefühle gibt es andere Ausdrucksarten, wie schweigen, lachen, weinen, umarmen, staunen und je vertrauter sich Menschen sind, genügen Blicke oder Berührungen. Es gibt natürlich auch viele Augenblicke im Leben, die nicht gerade Glücksgefühle bedeuten, trotzdem aber wichtige Momente auf unserem Lebensweg sind. Die Lebenskunst besteht darin, im Augenblick zu leben.

---

Ich habe eine herrliche Geschichte gelesen die wunderbar zeigt, wie verschieden man den Augenblick leben kann, und wie man zum Teil auch für seine Glücksmomente selber verantwortlich ist.

### **Zwei Frösche**

Zwei Frösche sind in einen Topf voll Rahm gefallen. Der eine denkt: da komme ich nie mehr heraus, die Wände sind viel zu hoch und zu glatt, da kann ich nicht hinausklettern. Springen kann ich auch nicht, da ich mich nirgends abtosseln kann. Es bleibt mir nichts anderes übrig als da drinnen zu bleiben. Er resigniert, hört auf zu schwimmen und ertrinkt.

Der andere Frosch schwimmt munter im Kreis herum .Er ist überzeugt davon, dass er irgendwie einen Weg finden wird, um da hinauszukommen. Und wirklich, weil der Frosch so strampelt beim Schwimmen, wird aus dem Rahm langsam Butter. Der Frosch klettert auf den Butterberg und springt aus dem Topf. (Quelle : unbekannt)

Noch eine andere humorvolle Geschichte darf ich hier zum Besten geben, die wirklich passierte und die eine Bewohnerin selber in einer fröhlichen Runde erzählte.

### **Geschichte, die das Leben schrieb**

Es war in Deutschland als der Krieg sehr nahe war und wir ziemlich armselig lebten. Ich war gerade 16 Jahre jung und mein Bruder 14, als meine Eltern sich aufmachten um für Weihnachten das Nötigste einzukaufen. Wir Kinder blieben zu Hause und berieten, was wir denn der Mutter schenken könnten. Etwas Taschengeld hatten wir zur Verfügung und wir wussten, dass die Mutter Bergamotte-Likör liebte. Wir gingen zum Laden und kauften eine Flasche Likör. Zu Hause in der Stube packte uns die Neugier und wir Kinder wollten wissen, wie denn das eben erstandene Geschenk schmecke. Wir öffneten die Flasche, um wenigstens etwas daran zu lecken. „Ach nur ein kleines Gläschen könnten wir schon probieren, ohne dass es Mutter merken würde.“ Es schien uns beiden denn auch sehr zu schmecken, denn irgendwann war die Flasche leer, und wir Kinder merkten nichts mehr von der Rückkehr der Eltern. Doch diese staunten denn auch nicht schlecht, als die beiden Kinder in der guten Stube auf dem Boden schliefen, und sie entsorgten die leere Likör – Flasche

Liebe Emma, danke für Deine Geschichte!

---

### **Herzlich Willkommen!**

Wir heissen Nadja Soldi herzlich willkommen und wünschen ihr für die kommenden drei Lehrjahre im Alterswohnheim Mösli alles Gute.

**Mein Name ist Nadja Soldi** und wohne in Gams. Meine Eltern heissen Armando und Susanna, Armando ist Koch im Buchser Migros-Restaurant und meine Mutter ist Hausfrau. Dann habe ich noch 3 Schwestern. Die älteste ist 28 und heisst Manuela. Sie ist Pflegefachfrau im Spital Grabs, Stefanie ist 24 Jahre alt und arbeitet als Kauffrau in der Ivoclar Vivadent Schaan. Ich bin 18 und in meiner Freizeit gehe ich sehr gerne Latin amerikanisch tanzen, zeichne gerne, höre Musik und gehe gerne Schwimmen. Das Nesthäkchen heisst Karin, sie ist 16 und möchte an die Hotelfachschule. Ich habe auch einen lieben, knuddeligen Kater namens Tomy.

Mein Wunsch war es schon immer, später in einem Pflegeberuf zu arbeiten. Zur Schule ging ich in Gams und absolvierte danach das Sarganserländer Sozialjahr (SSJ). Dazu gehörte auch ein Pflegepraktikum, das ich im LBZ in Triesen absolvierte. Dort habe ich

bemerkt, dass ein Beruf im Gesundheitswesen genau das Richtige für mich ist. Nach dem Abschluss des SSJ, habe ich ein Pflegepraktikum im Pflegeheim Werdenberg absolviert, das auch wieder sehr lehrreich und interessant war.

Und nun habe ich eine sehr gute Lehrstelle im Alterswohnheim Möösli bekommen und bin gut gestartet. Ich hoffe natürlich, dass es so weitergeht. Ich habe mich schon sehr gut eingewöhnt.

Montags und Dienstag gehe ich zur Schule und arbeite im 1. Lehrjahr die restlichen 3 Tage im Betrieb.

Ich freue mich auf die Zusammenarbeit in den nächsten drei Jahren (Nadja Soldi)

## Geburtstage



**Ernst Haldner 21.9.1932**



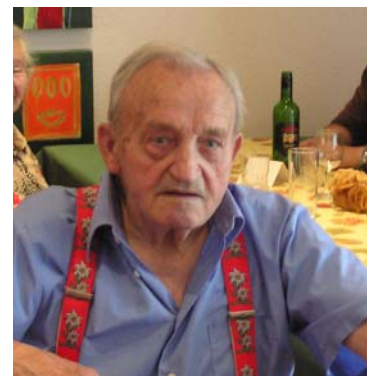
**Margrith Berger 23.9.1924**



**Käthi Kaiser 29.9.1924**



**Rosa Hardegger 16.10.1921**



**Hans Hardegger 19.10.1920**

## Abschied



### Wir nehmen Abschied

Frau Elsi Scherrer ist am 4. September 1923 geboren und am 18. August 2007 gestorben. Sie wohnte seit 5.5.2000 bei uns im Alterswohnheim Gams

## Informationen September / Oktober

Am 3. September um 9.30 Uhr wird Erich eine Küchensitzung durchführen. Um diese interessant zu gestalten, bringen Sie doch bitte Ihre „geheimen“ Kochrezepte und –tips mit. Wir freuen uns auf den Grossaufmarsch!

**Während drei Tagen vom 12. bis 14. September werden Angehörige der Zivilschutzorganisation im Alterswohnheim Möösli anwesend sein.** Ca. 12 Männer werden in diesen Tagen in die Arbeiten der verschiedenen Bereiche eingeführt, sodass sie in einem Notfall im Möösli eingesetzt werden könnten. Sie werden unter Anleitung in den Bereichen Küche, Pflege, Hausdienst, Garten und Aktivierung arbeiten. Wir freuen uns, wenn Bewohnerinnen und Bewohner mit Verständnis und Wohlwollen die veränderte Situation während diesen drei Tagen akzeptieren.

**Am Samstag, den 27. Oktober findet wiederum der alljährliche Verkauf der Handarbeiten statt.** Viele schöne Gegenstände sind im Verlaufe des Jahres von Frauen und Männer hergestellt worden. Machen sie schon jetzt Freunde und Bekannte auf den Anlass aufmerksam, damit sie das Datum reservieren können. Gleichzeitig von 13.30 Uhr bis 17.00 Uhr ist wie jeden Tag die Cafeteria geöffnet, lassen sie sich dort verwöhnen.

### Zum Nachdenken: Wie Geht's?

Zwar fragen uns Bekannte stets,  
wenn sie uns treffen: „Na, wie geht's?“  
Doch warten sie so lange nie,  
bis wir es sagen könnten, wie.  
Wir stellen drum, statt langer Klage,  
sofort die kurze Gegenfrage.  
Dann ziehen höflich wir den Hut  
Und sagen beide: „Danke gut“.  
Wir scheiden, ohne uns zu grollen,  
weil wir's ja gar nicht wissen wollen.

(Eugen Roth) Gedicht der Redaktion übergeben von Antonia



**Zuguterletzt** Eine Ziege und eine Schnecke treffen sich vor dem Ministerium. Beide wollen zum zuständigen Abteilungsleiter. Als die Ziege vor dessen Zimmer angelangt ist, kommt die Schnecke bereits heraus. „Warst du schon dran?“ fragt die Ziege erstaunt! „Ja“, lächelt die Schnecke, „kriechen muss man können, nicht meckern“.

Ausgabe: 6x Jährlich

Herausgeber: Alterswohnheim Möösli

Redaktion: Rita Flühler

Gestaltung und Druck: Steffi Lüchinger / Markus Lenherr