

Zehntfeld.Zitig



Informieren.
Erfahren.
Begegnen.
Lesen.

AUGUST 2026

SEITE 6/7

Julia Fernandez über
unsere Tagesstätte

SEITE 10

Kennen Sie schon...?

SEITE 12

Hinter den Kulissen
der Küche



Inhalt

- 3** Vorwort
- 4** Besonderes aus letzter Zeit
- 6** Tagesstätte
- 8** Informationen
- 10** Kennen Sie schon...?
- 11** Ausbildung
- 12** Gastronomie
- 14** Freudige Aussichten
- 15** Rätselspass

Liebe Leserin, lieber Leser

Es freut mich sehr, Ihnen eine weitere Ausgabe unserer Zehntfeld-Zeitung präsentieren zu dürfen.

Seit Juni 2023 darf ich als Leitung Gastronomie und Küchenchef Teil des Zentrums Zehntfeld sein. Gesucht wurde damals ein Küchenchef und Gastgeber mit grosser Leidenschaft für die Frischküche und einem grossen Herz für unsere Hausgäste und Gäste. Ich zögerte keinen Moment und heute kann ich sagen, dass mich diese Aufgabe jeden Tag erfüllt und begeistert.

In der Gastronomie gilt: Einer für alle, alle für einen. Ohne mein engagiertes Team wären die täglichen Abläufe und vielfältigen Aufgaben nicht zu bewältigen. Rund 30 Mitarbeitende in Küche, Service und Etagenservice sorgen gemeinsam dafür, dass wir an 365 Tagen im Jahr für unsere Gäste da sind.

Zur Mittagszeit bereiten wir täglich rund 300 Mahlzeiten zu. Neben unseren Hausgästen versorgen wir auch Spitex-Klientinnen und -klienten im Mahlzeitendienst, den Schülerhort, unsere Mitarbeitenden sowie die Gäste im Bistro «gnuss & frisch».

In den vergangenen drei Jahren haben wir jedoch auch viele Abläufe und Prozesse überarbeitet und neu aufgebaut. Heute



Thomas Donauer

Leiter Gastronomie,
Küchenchef

dürfen wir mit Stolz sagen, dass die Gastronomie im Zehntfeld sehr gut aufgestellt ist.

Unser Anspruch ist klar: Wir stehen für eine regionale Frischküche mit hoher Qualität zu fairen Preisen. Wo immer möglich, stellen wir unsere Speisen selbst im Haus her und verzichten auf industriell vorverarbeitete Lebensmittel und Fertiggerichte.

Besonders wertvoll ist für uns, dass wir ein Teil des Lebens unserer Hausgäste sein dürfen. Ihr Zuhause ist unser Arbeitsplatz. Als kulinarische Wegbegleiter möchten wir dreimal täglich für Genuss, Freude und einen besonderen Moment sorgen.

Ich wünsche Ihnen viel Freude beim Lesen und freue mich, Sie bald im Bistro «gnuss & frisch» begrüßen zu dürfen.

Herzliche Grüsse
Thomas Donauer

Besonderes aus letzter Zeit



Besuch im Schlossgarten

Unsere Hausgäste besuchten den Garten von Schloss Hahnberg bei Arbon. Der Herr des Schlosses gab eine kleine Führung und erzählte Spannendes rund um Schloss und Garten. Kaffee und Kuchen durften natürlich nicht fehlen.



Seerundfahrt

Einige unserer Hausgäste machten einen Ausflug auf den Bodensee. Mit der MS Zürich fuhren sie von Rorschach nach Waserburg, Lindau und wieder zurück. Dabei genossen sie leckeren Kuchen und Kaffee.





Wohlverdienter Ruhestand

Mit einem kleinen Apéro verabschiedeten wir zwei langjährige und geschätzte Mitarbeiterinnen: Andrea Stark, Köchin/Bäckerin, und Regula Köppel, Sachbearbeiterin Personaldienst. Beide haben das Zehntfeld mit ihrem Engagement, ihrer Fachkompetenz und ihrer Arbeit bereichert. Für den Einsatz und die stets angenehme Zusammenarbeit danken wir ihnen herzlich.

V.l.n.r.: Thomas Donauer, Andrea Stark, Regula Köppel, Silke Liesenfeld

1.-August-Feier

Bei schönstem Sommerwetter feierten wir gemeinsam den Schweizer Nationalfeiertag. Doris Schlegel am Alphorn und Leonie Ineichen am Schwyzerörgeli sorgten am Vormittag für festliche Stimmung. Am Nachmittag luden Erika Koller und ihre Kollegin mit Zither- und Harfenmusik zum Mitsingen ein.



Lernen, begleiten, begegnen - in unserer Tagesstätte

Julia Fernandez arbeitet seit April diesen Jahres in unserer Tagesstätte und bringt einen vielseitigen beruflichen Erfahrungsschatz mit. Sie erzählt uns von ihrem Weg ins Zehntfeld, ihrer Begeisterung für die Arbeit mit Menschen und davon, warum Lernen für sie nie aufhört.

Ein Gedanke, der geblieben ist

Vor vielen Jahren sass ich als junge Pflegefachfrau in einer Weiterbildung in der neurologischen Rehabilitation. Unser Professor erklärte uns begeistert: «Das Gehirn ist plastisch. Es lernt ein Leben lang dazu.»

Besonders blieb mir die Erkenntnis, dass unser Gehirn nicht die Probleme speichert, sondern die Lösungen, die wir dafür finden. Dabei ist es vollkommen gleichgültig, ob sie hilfreich sind oder nicht.

Keine Insel, sondern ein Ort der Begegnung

Die Tagesstätte ist ein offener und lebendiger Ort. In einer kleinen Gruppe begleiten wir als Pflege- und Betreuungsfachpersonen unsere Tagesgäste durch den Tag. Das schafft Raum für individuelle Begleitung und spontane Entscheidungen.

Wir verfügen über verschiedene Aufenthaltsbereiche und Ruheräume sowie eine schöne Terrasse und den Garten. So kann Gemeinschaft genauso ihren Platz haben wie Bewegung oder Rückzug. Ein Tagesablauf gibt Orientierung, lässt aber genügend Spielraum für die Bedürfnisse, Interessen und die jeweilige Tagesform unserer Gäste. Gemeinsame Spaziergänge, Rikscha-Ausfahrten, Kochen und Backen, Spiele spielen oder einfach nur Musik hören – da ist für alle etwas dabei.

Es geht nicht darum, jede Minute mit Programm zu füllen. Sicherheit und Zugehörigkeit sind wichtig, ebenso Selbstbestimmung, Gemeinschaft und das Bedürfnis, weiterhin etwas beitragen zu können. Wer mithelfen möchte, hilft mit. Wer Ruhe braucht, darf sich zurückziehen. Und wer für etwas mehr Zeit benötigt, bekommt sie.

Für Angehörige kann ein Tag in der Tagesstätte gleichzeitig wertvolle Entlastung schaffen. Den eigenen Angehörigen gut betreut und begleitet zu wissen, gibt Sicherheit und schafft Freiräume. Unsere Tagesgäste erleben währenddessen Gemeinschaft, Abwechslung und einen Alltag, in dem sie dazugehören und mitgestalten können.

Das Tempo etwas herausnehmen

Gerade Menschen mit Demenz kommunizieren auf vielen Ebenen: Mimik, Gestik, Körperhaltung, Stimme oder Blicke. Gut zu beobachten und aktiv zuzuhören bedeutet deshalb auch, Pausen auszuhalten, feine Reaktionen wahrzunehmen und dem Gegenüber Zeit für seine eigene Antwort zu geben.

Gleichwertigkeit und Begegnungen auf Augenhöhe sind dabei zentral. Nicht die Diagnose steht im Vordergrund, sondern der Mensch mit seiner Persönlichkeit, seiner Geschichte, seinen Fähigkeiten und Bedürfnissen. Für mich beginnt das mit einem ehrlichen Interesse



v.l.n.r.: Ana Claro Dos Santos, Regula Morris, Julia Fernandez, Malia Lutz

am Gegenüber und an dem, was sich vielleicht noch entfalten darf. Auch die Sinne können wertvolle Zugänge schaffen. Musik, Düfte, Farben, Bewegung, vertraute Tätigkeiten oder das gemeinsame Zubereiten einer Mahlzeit können Erinnerungen ansprechen, Orientierung geben oder schlicht Freude machen. Vieles davon gehört bei uns selbstverständlich zum Alltag.

Viele Menschen tragen diesen Ort

Dass die Tagesstätte mitten im Zehntfeld liegt, macht sie zusätzlich lebendig. Die Hausgäste sind gleich nebenan, Wege kreuzen sich und Begegnungen entstehen. Die Tagesstätte ist keine Insel, sondern Teil des Lebens im Zehntfeld.

Das Foto zeigt einige Menschen aus unserem Team miteinander: Lernende, Freiwillige Mitarbeitende sowie Mitarbeitende aus Pflege und Betreuung – stellvertretend für viele weitere, die mit Herz, Erfahrung und Engagement dazu beitragen, dass sich unsere Tagesgäste wohlfühlen.

Gute Betreuung entsteht im Miteinander. Fachwissen und Erfahrung gehören dazu, genauso wie Geduld, Humor, Kreativität und die Bereitschaft, voneinander zu lernen. Vielleicht ist genau das einer der Gründe, weshalb ich mich im Zehntfeld so wohlfühle.

Lebenslanges Lernen funktioniert tatsächlich

Meine bisher grösste Herausforderung war nicht die tägliche Dokumentation oder die Organisation, sondern ausgerechnet der Zvieri. Backen und Desserts gehörten für mich lange zur Kategorie «nicht mein Talent». Mit etwas Ermutigung aus dem Team und der Hilfe der Tagesgäste, ein paar Anläufen und gelegentlich etwas mehr Optimismus als Talent gelang es dann doch.

Der Professor hatte offenbar recht: Wir lernen ein Leben lang dazu. Zum Glück.



Geburtstage

Runde / Halbrunde Geburtstage

AUGUST

05.08.2026

Weiss Annemarie – 85 Jahre

18.08.2026

Schadegg Armin – 85 Jahre

30.08.2026

Köppel-Köppel Rosa – 101 Jahre

SEPTEMBER

04.09.2026

Marti Gerda – 80 Jahre

30.09.2026

Egli Lina – 95 Jahre

OKTOBER

13.10.2026

Hutter-Sieber Katharina – 95 Jahre

17.10.2026

Köppel-Oehler Maria Luisa – 90 Jahre

22.10.2026

Thurnherr Paul – 95 Jahre

NOVEMBER

13.11.2026

Sonderegger Rosalie – 85 Jahre

Neuenschwander Elsruth – 90 Jahre

14.11.2026

Tellenbach Liliane – 85 Jahre

29.11.2026

Huber Margaretha – 90 Jahre



In Erinnerung

Verstorbene Haus- und Feriengäste

Zellweger Erna Rosa

20.05.1938 – 15.04.2026

Trepte Horst Friedrich

06.02.1936 – 23.04.2026

Brunner-Köppel Rosa

03.07.1931 – 15.05.2026



Mitarbeitende

PENSIONIERUNG

Schlegel Doris

Drehscheibe

31.12.2026

JUBILÄUM

Geissler Nadja

Pflegehelferin SRK – 15 Jahre

15.11.2026

Gehre Christina

Haushaltshilfe Spitex – 10 Jahre

21.11.2026

Kennen Sie schon...

... unser Take-Away vom Lädali?



Unser Lädali bietet Hausgästen, Angehörigen und Besuchenden rund um die Uhr schöne Mitbringsel und kleine Aufmerksamkeiten.

Spontan noch ein Geschenk, ein Mitbringsel oder einen schönen Blumenstrauss gesucht? Unser Take-away beim Lädali „krooma & schüa“ bietet auch ausserhalb der Öffnungszeiten eine kleine, feine Auswahl zum Stöbern und Mitnehmen.

Am Selbstbedienungsstand finden Sie frische Blumensträusse in verschiedenen Grössen, liebevoll ausgewählte Dekorationen, kleine Geschenkideen und Mitbringsel. Ergänzt wird das Sortiment durch feine Leckereien sowie besondere Werkstücke von den kreativen Ausstellenden. So gibt es immer wieder Neues zu entdecken und vielleicht auch die passende Kleinigkeit für einen Geburtstag, einen Besuch oder einfach, um jemandem eine Freude zu machen.

Unser Take-away lebt von einer abwechslungsreichen Auswahl und wird immer wieder neu bestückt. Ein Blick lohnt sich also jederzeit!

So funktioniert's:

Artikel aussuchen, das dazugehörige Preisschild in die vorgesehene Kiste legen und anschliessend bezahlen. Dies ist entweder bar ins Kässeli oder bequem per TWINT möglich. Dafür einfach den QR-Code scannen und den entsprechenden Betrag eingeben.



Öffnungszeiten Lädali:

Dienstag – Freitag	09.00 - 11.30 Uhr 13.30 - 17.30 Uhr
Samstag	09.00 - 11.30 Uhr

Öffnungszeiten Take Away:

Montag – Sonntag	07.00 - 20.00 Uhr
------------------	-------------------

Die Zukunft beginnt hier

Herzliche Gratulation:

Voller Stolz gratulieren wir herzlich zu den erfolgreich bestandenen Abschlussprüfungen und wünschen alles Gute für die Zukunft!

- Nadire Ademi, Fachfrau Gesundheit EFZ
 - Nico Pache, Koch EFZ
 - Laila Dürr, Fachfrau Hotellerie-Hauswirtschaft EFZ
- (v.l.n.r.)



Herzlich willkommen:

Wir freuen uns sehr, dass wir diese vier Nachwuchstalente ausbilden dürfen:

- Sara Widmer, Fachfrau Gesundheit EFZ
 - Lorraine Petter, Köchin EFZ
 - Andrina Benz, Fachfrau Gesundheit EFZ
 - Alexander Baumgartner, Fachmann Betriebsunterhalt EFZ
- (v.l.n.r.)



Hinter den Kulissen

– vormittags in der Küche

In unserer Küche beginnt der Tag früh und bis das Essen auf dem Tisch ist, gibt es einiges zu tun. Wir begleiten unser Küchenteam durch den Vormittag und zeigen Schritt für Schritt, was alles passiert, bevor die verschiedenen Mahlzeiten zur richtigen Zeit am richtigen Ort bereitstehen.

07.00 Uhr



Der Gemüselieferant bringt die bestellte Ware direkt ins Haus. Nach der Kontrolle wird das frische Gemüse in unsere eigenen Kisten umgepackt und anschliessend im Kühlraum eingelagert.

07:15 Uhr



Das frische Gemüse wird gerüstet und geschnitten, damit es am nächsten Tag direkt zum Kochen verwendet werden kann.

Gleichzeitig beginnt im Speisesaal bereits der Frühstücksservice für unsere Hausgäste.

08:00 Uhr



Nach dem Mise-en-Place beginnt bereits die Zubereitung des Mittagessens. Nudeln werden gekocht, Saucen zubereitet und das Gemüse gegart. Parallel wird das benötigte Geschirr für die Ausgabe bereitgestellt.

10:30 Uhr



Das fertige Mittagessen für den Schülerhort Widnau sowie für den Mahlzeitendienst wird in Wärmeboxen verpackt und in die Fahrzeuge verladen. Um 11 Uhr startet der Mahlzeitendienst seine Tour, um 11.30 Uhr macht sich die Lieferung für den Schülerhort auf den Weg.

11:00 Uhr



Das Mittagessen für unsere Hausgäste und das Bistro «gnuss & frisch» wird fertig zubereitet, während die Menü-Salate angerichtet werden. So ist alles bereit, damit um 11.30 Uhr das Mittagessen serviert werden kann. „**An Goata!**“

Freudige Aussichten

Ein Einblick in die kommenden Wochen

SEPTEMBER

- 3. Leica Männerchor
- 7. Vorlesung Kurt Spirig
- 8. Trio „ReBuschIn“
- 14. Ausflug Walter Zoo Gossau
- 16. Geburtstagskaffee
- 22. Gesangsgruppe „Rhyperle“
- 23. Mal-Workshop mit Margrith Gschwend

OKTOBER

- 9. Ausflug Moschtereï Möhl
- 13. Trio „ReBuschIn“
- 21. Geburtstagskaffee, Männerchor Heerbrugg
- 22. Besuch Kindergarten
- 27. Gesangsgruppe „Rhyperle“
- 28. Mal-Workshop mit Margrith Gschwend

NOVEMBER

- 10. Trio „ReBuschIn“
- 12. Zukunftstag
- 18. Geburtstagskaffee
- 24. Gesangsgruppe „Rhyperle“
- 25. Mal-Workshop mit Margrith Gschwend

DEZEMBER

- 6. Samichlaus
- 8. Trio „ReBuschIn“
- 11. Adventssingen Kindergarten
- 16. Geburtstagskaffee
- 15. Weihnachtsfeier mit Angehörigen, Etage 1
- 16. Weihnachtsfeier mit Angehörigen, Etage 2
- 17. Weihnachtsfeier mit Angehörigen, Etage 3
- 22. Gesangsgruppe „Rhyperle“
- 23. Mal-Workshop mit Margrith Gschwend

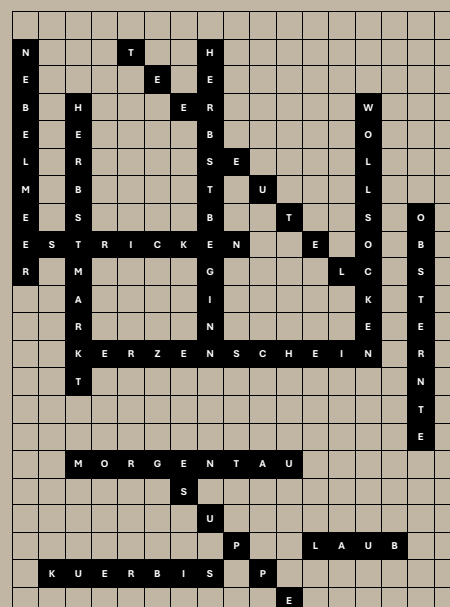
Lösung auf der Rückseite

Rätselpass

- Herbstbeginn - Wollsocken - Teebeutel - Obsternte
- Morgentau - Stricken - Herbstmarkt - Suppe
- Laub - Kerzenschein - Kürbis (ü = ue) - Nebelmeer

J	L	N	I	P	V	L	H	U	V	D	P	P	Z	T	X	N
N	P	B	M	T	D	N	H	A	E	O	O	M	C	U	Y	Z
E	O	P	L	I	E	D	E	S	Q	W	R	U	J	L	G	H
B	M	H	S	S	I	E	R	G	U	H	Z	F	W	A	V	X
E	O	E	J	G	R	S	B	Q	W	D	A	E	O	W	E	E
L	P	R	H	K	N	R	S	E	S	U	B	V	L	K	O	I
M	A	B	E	U	I	C	T	S	U	V	A	A	L	Z	I	B
E	G	S	H	W	Y	U	B	B	N	T	U	I	S	S	O	P
E	S	T	R	I	C	K	E	N	K	U	E	B	O	S	B	N
R	I	M	E	E	S	J	G	K	M	X	A	L	C	Z	S	I
S	O	A	H	I	B	V	I	O	P	W	B	E	K	O	T	K
R	Z	R	O	M	U	B	N	A	S	I	I	N	E	S	E	O
W	F	K	E	R	Z	E	N	S	C	H	E	I	N	F	R	H
O	B	T	V	H	U	I	O	C	K	S	L	O	F	G	N	B
P	I	V	X	B	K	D	K	S	U	O	A	S	V	I	T	A
A	U	T	M	P	C	O	R	P	B	O	V	T	O	M	E	I
O	C	M	O	R	G	E	N	T	A	U	F	I	H	F	G	P
O	H	B	V	X	D	S	G	I	Z	P	V	Z	E	B	M	C
M	U	H	D	S	N	I	U	I	N	E	W	J	L	V	O	V
F	K	H	T	X	I	W	Q	P	O	P	L	A	U	B	I	P
L	K	U	E	R	B	I	S	X	P	Q	H	U	V	M	A	C
F	U	G	M	W	S	K	H	I	X	E	A	E	U	M	C	N

Besuchen Sie uns
auf Social Media!



Zentrum Zehntfeld
Zehntfeldstrasse 4
9443 Widnau
T 41 71 595 99 99
info@zehntfeld.ch
zehntfeld.ch

Redaktion: Zehntfeld-Team
Fotoquelle: eigene Fotos

Nächste Ausgabe: Ende Dezember 2026