

# Zehntfeld.Zitig



DEZEMBER 2024

Informieren.  
Erfahren.  
Begegnen.  
Lesen.

**THEMA** SEITE 6/7

Interview mit der  
Spitex Widnau

**RÜCKBLICK** SEITE 8

Ausflüge und  
Jassnachmittag

**HOTELLERIE** SEITE 12/13

Teamarbeit hinter den  
Kulissen



## Inhalt

- 4 Bilder des Monats
- 6 Interview mit der Spitex Widnau
- 8 Rückblick auf die letzten Wochen
- 9 Winterliches Rezept
- 10 Informationen
- 12 Hotellerie
- 14 Freudige Aussichten
- 15 Rätselspass

# Liebe Leserin, lieber Leser



**Frank Federer**  
Zentrumsleitung

Ein ereignisreiches Jahr geht zu Ende. Die Adventszeit lädt uns ein, innezuhalten, zur Ruhe zu kommen, auf das Vergangene zurückzublicken und hoffnungsvoll in die Zukunft zu schauen. Dies in einer Zeit, die von belastenden Nachrichten aus aller Welt und vielfältigen Herausforderungen geprägt ist. Wir spüren, wie wichtig Orte der Geborgenheit und des Miteinanders sind. Das Zehntfeld ist ein solcher Ort.

Besonders danken möchte ich deshalb jenen Menschen, die das Herz unseres Zentrums ausmachen: den Hausgästen, die mit ihrer Lebensfreude und ihrer Weisheit das Haus bereichern; den Mitarbeitenden, die tagtäglich mit Hingabe und Professionalität für das Wohl aller sorgen; den Angehörigen, die mit ihrer Nähe und Unterstützung einen unschätzbaren Beitrag leisten; all jenen, die uns auf unterschiedliche Weise zur Seite stehen – sei es durch ehrenamtliches Engagement, Besuche oder einfach ein offenes Ohr.

Ein Dank gebührt nicht zuletzt auch den Gästen unseres öffentlichen Bistros und den Kundinnen und Kunden des «krooma & schüa». Sie tragen ebenfalls dazu bei, dass das Zentrum Zehntfeld ein Ort der Begegnung, Wärme und Lebensfreude ist.

Lassen Sie uns diesen Geist bewahren und weitertragen. Gemeinsam wollen wir das Jahr 2025 mit Zuversicht und Tatkraft gestalten, einander Momente der Freude schenken - ein freundliches Wort, ein Lächeln oder eine kleine Geste der Zuneigung.

**«Wir spüren, wie wichtig Orte der Geborgenheit und des Miteinanders sind. Das Zehntfeld ist ein solcher Ort.»**

Ich wünsche Ihnen und Ihren Familien eine besinnliche Adventszeit, frohe Weihnachten und ein glückliches, gesundes neues Jahr.

Herzlichst

Ihr Frank Federer

# Bilder des Monats

Zum Lauschen und Mitsingen:  
Der Männerchor Heerbrugg  
beehrte uns mit einem Strauss  
an schönen Melodien.



Auf Wiedersehen, liebe Vroni:  
11 Jahre lang war Veronika Baumann mit Herz-  
blut in unserer Administration (Augiessen,  
Zehntfeld) tätig. Per 31. Oktober haben wir sie  
mit einem warmen „Danke für alles“ in den  
wohlverdienten Ruhestand verabschiedet.

Teamgeist:  
Das Spitex-Team genoss die ungezwungene  
Zeit beim Ausflug nach Basel. Höhepunkt  
war die interaktive Ausstellung im Novartis-  
Pavillon, die spannende Einblicke in die Welt  
der modernen Medizin und Forschung bot.



„Die Haut in der wir leben“:  
In einem spannenden Vortrag, mit  
eindrücklichen Bildern und deut-  
lichen Aussagen fesselte  
Prof. Dr. Dr. Antonio Cozzio auf  
Einladung des Vereins 60Plus  
Widnau das Publikum zum Thema  
Hauterkrankungen.



Erfolgreicher Zukunftstag:  
23 begeisterte Kinder konnten bei uns  
in die Bereiche Pflege, Hotellerie, Gas-  
tronomie, Administration und Floristik  
reinschnuppern.

Bestens gelauntes Gastro-Team:  
Immer öfter wird unser Kulturraum  
für Events gemietet, mit anschlies-  
sendem feinen Apéro Riche in  
unserem Bistro.



# Kindheitstraum Spitex Widnau

Arbeiten in der ambulante Pflege: Unsere Mitarbeiterinnen der Spitex Widnau, Livia Züst und Kathrin Bergmann, über Höhepunkte, Herausforderungen und besondere Erlebnisse.

## Wieso hast du dich für die Pflege, speziell für die ambulante Pflege, entschieden?

**Livia:** Mit der Ausbildung zur Fachfrau Gesundheit EFZ, welche ich im Jahr 2014 im stationären Bereich des Zentrum Augiessen abgeschlossen habe, ging ein Kindheitstraum in Erfüllung. Im 2. Lehrjahr durfte ich ein 6-monatiges Praktikum in der ambulanten Pflege absolvieren. Dabei habe ich meine Berufung für diesen Bereich entdeckt. Ich bin begeistert, seit 10 Jahren Teil des tollen Teams zu sein.

**Kathrin:** Ich habe mich für den Pflegeberuf entschieden, weil ich im Leben von Menschen eine positive Veränderung bewirken möchte. In der Spitex kann ich mein erarbeitetes Wissen selbstständig anwenden und doch im Team arbeiten.

## Was macht dir am meisten Freude in der ambulanten Pflege?

**Livia:** Ich schätze die Vielseitigkeit. Die Einsätze beinhalten unterschiedlichste Krankheitsbilder, Therapiemethoden und auch unterschiedlichste Räumlichkeiten. Man lernt täglich Neues dazu und bleibt flexibel. Im Vordergrund steht der Kontakt zu den Klientinnen und Klienten. Ich kann Fortschritte erkennen und ihre Freude darüber live miterleben.

**Kathrin:** Für mich ist besonders wichtig, Klientinnen und Klienten dabei zu unterstützen, möglichst wenig Zeit im Spital zu verbringen

und lange zu Hause, in ihrer gewohnten Umgebung, leben zu können. Ihr Selbstmanagement zu fördern und die Autonomie sicherzustellen, ist mir ein besonderes Anliegen. Es ist eine unglaublich abwechslungsreiche Tätigkeit, kein Tag gleicht dem anderen.

## Was ist die grösste Herausforderung?

**Livia:** Wir sind jeden Tag, zu jeder Jahreszeit im Einsatz. Man muss sich bewusst sein, dass man bei jedem Einsatz auf nicht geplante Situationen stossen kann. Klientinnen und Klienten können zum Beispiel neue Wunden, Abweichungen der Vitalwerte oder Bewusstseinszustände aufweisen. Auch mit der besten Vorbereitung der Tageseinsätze ergeben sich kurzfristige Änderungen. Da ist Flexibilität gefragt.

**Kathrin:** Für mich als Neuzugang ist vor allem das Zeitmanagement herausfordernd. Zudem ist es immer wieder ein innerer Konflikt, wenn Klientinnen und Klienten die bestmögliche Versorgung ablehnen, obwohl sie zur Erhaltung der Autonomie beitragen würde.

## Gibt es einen Besuch, der dir besonders in Erinnerung bleibt?

**Livia:** In über 10 Jahren bei der Spitex Widnau habe ich wirklich schon sehr viel Schönes erlebt. Ich empfinde es immer wieder aufs Neue bewundernswert, welche Wertschätzung und Dankbarkeit uns von den Klientinnen und Klienten entgegen gebracht wird. Oftmals können wir ihnen den Wunsch, zuhause zu leben, ermöglichen.

**Kathrin:** Am eindrücklichsten sind für mich immer wieder Klientenbesuche mit Bezug zur Wundversorgung. Die interdisziplinäre Arbeit mit umliegenden Hausarztpraxen wird sehr geschätzt. Alle erdenklichen Wundverhältnisse können durch das Fachwissen der Wundexpertin der Spitex Widnau vor Ort versorgt werden. Durch die engmaschige Zusammenarbeit mit ihr können die Wunden optimalst und fachgerecht versorgt werden.



v.l.n.r.: Isolde Horak, Chiara Hurni, Livia Züst, Andreas Hollenstein, Kathrin Bergmann, Agnesa Dzamabzoska, Manuela Eugster; vorne: Theresa Belmega, Svenja Parnow

### Wieviele Mitarbeitende hat die Spitex Widnau aktuell?

**Livia / Kathrin:** Derzeit sind 11 Mitarbeitende festangestellt. Zusätzlich absolvieren aktuell 2 Studierende das Praktikum zur dipl. Pflegefachfrau HF bei uns. In den letzten Monaten sind einige neue Teammitglieder hinzugekommen, um den gestiegenen Bedarf an ambulanter Versorgung in Widnau zu decken.

### Wie ist euer Teamzusammenhalt, wenn ständig alle unterwegs sind?

**Livia:** Ich empfinde den Teamzusammenhalt als sehr stark. Wir sehen uns bei der Arbeit regelmässig. Sei es beim Vorbereiten und Ausarbeiten der Einsätze oder bei administrativen Aufgaben. Die Ausarbeitung und Anpassung der Pflegeplanung, Vor- und Nachbereitung der Bedarfsabklärungen, Dokumentation, Mitarbeiterplanung sowie die Überprüfungen der krankenkassenpflichtigen Leistungen erfolgen am Stützpunkt im Zehntfeld. Somit ist man engmaschig mit dem Team in Kontakt und im

stetigen Austausch.

**Kathrin:** Wir sind gut miteinander vernetzt und haben auch eine tägliche, fix eingeplante Teambesprechung. Zusätzlich haben wir uns das Jahresziel Teambildung gesetzt. Nebst der Arbeit treffen wir uns in der Freizeit zu verschiedensten gemeinsamen Aktivitäten. Wir waren schon bowlen, als nächstes ist im Advent Kerzenziehen geplant. Anfang Oktober waren wir gemeinsam in Basel und haben den Novartis Pavillon und dessen eindruckliche, interaktive Ausstellung besucht.

**In der nächsten Ausgabe:**  
Arbeiten in der stationären  
Langzeitpflege

# Rückblick auf die letzten Wochen



## Ausflug Lernende

Am 26. September verbrachten unsere Lernenden, Studierenden und Ausbilder/-innen einen spannenden Nachmittag im Säntispark. Bei Challenges in Bowling, Minigolf, Dart und Kicker wurde ordentlich gewetteifert – mit tollen Preisen für die Besten. Der Tag klang entspannt bei einem gemeinsamen Abendessen aus. Ein gelungener Ausflug voller Spass, Teamgeist und guter Laune!



## Tour de Widnau

In zwei komfortablen Cars unternahmen unsere Hausgäste am 29. Oktober einen stimmungsvollen Nachmittagsausflug. Die Reise führte zunächst durch Widnau, wo es viel zu entdecken gab. Eine kleine Stärkung aus unserer hauseigenen Küche sorgte zwischendurch für neue Energie. Anschliessend ging es weiter nach Wolfhalden. Dank den beiden Reisebegleitern erhielten die Passagiere spannende Einblicke und hörten interessante Geschichten über die verschiedenen Zwischenstopps. Trotz des Nebels herrschte eine wunderbare Atmosphäre und alle genossen den Ausflug in vollen Zügen.

## Jassnachmittag der Raiffeisen Widnau

Ein echtes Highlight für 144 leidenschaftliche Jasser und Jasserinnen - am 5. November fand bei uns erstmals der Raiffeisen-Jassnachmittag statt. Gespielt wurde um den begehrten Titel „Jasskönig/in von Widnau“ in vier Runden mit je acht Partien, wobei nach jeder Runde die Tische und Spielpartner gewechselt wurden. Für eine genussvolle Pause sorgten Kaffee und Kuchen aus unserem Bistro. Der Nachmittag bot nicht nur packende Spiele, sondern auch die Gelegenheit, neue Bekanntschaften zu knüpfen. Ein rundum gelungener Event!



# Weihnachtskrömli aus dem Zehntfeld

BISTRO

gnuss  
& frisch

## Zutaten für 50 Guetzli

### Teig:

100 g Zucker  
200 g Butter  
260 g Mehl  
1 Pr. Salz  
1 TL Vanilleextrakt  
40 g Kakao  
1 Eiweiss

### Ganache:

200 g Vollrahm  
200 g weisse Kuvertüre

### Füllung:

100 g Kirschgelée

### Dekoration (optional):

100 g Dunkle Kuvertüre  
50 g Schwarzwälderspähne

## Öffnungszeiten

### Bistro

Montag bis Sonntag  
09:00–17:00 Uhr

### Warme Küche

Montag bis Freitag  
11:30–13:00 Uhr

### Vorbereitung:

- Alle Zutaten für den Teig in eine Schüssel geben und zu einem festen Mürbeteig kneten.
- Teig zu einer Kugel formen und für mindestens 1-2 Stunden (am besten über Nacht) kühl stellen.
- Für die Ganache den Rahm aufkochen, vom Herd nehmen und die weisse Kuvertüre einrühren bis sie geschmolzen ist.
- Ganache abgedeckt kühl stellen für mind. 1-2 Stunden (am besten über Nacht).

### Verarbeitung:

- Gekühlten Teig nochmal kurz kneten und 3mm dick ausrollen.
- Gleichgrosse Guetzli ausstechen, bei der Hälfte zusätzlich mittig ein Loch ausstechen.
- Guetzli auf ein Blech legen und 15-30min kühlen.
- Den Ofen auf 180°C Ober- und Unterhitze vorheizen.
- Guetzli für 10-12min backen, danach abkühlen lassen.
- Optional: Kuvertüre über einem Wasserbad schmelzen und Guetzli mit Loch auf der Oberseite in die Schokolade tauchen und Schokoraschel darüber streuen.
- Ganache kurz mit Handrührgerät aufschlagen und in einen Spritzbeutel abfüllen.
- Kirschkonfitüre kurz unter Rühren aufkochen lassen.
- Ganache als Ring auf die Guetzli ohne Loch spritzen, Guetzli mit Loch draufsetzen und die Mitte mit Gelée auffüllen.



## Geburtstage



### DEZEMBER

**Koller Rosmarie**

**85 Jahre** – 08.12.1939

**Köppel Berty**

**90 Jahre** – 10.12.1934

### JANUAR

**Köppel Hubert**

**85 Jahre** – 07.01.1940

**Wider Johann**

**90 Jahre** – 27.01.1935

**Weber Rosa Anna**

**95 Jahre** – 30.01.1930

### MÄRZ

**Schadegg Maria**

**90 Jahre** – 06.03.1935

**Rutz Susanne**

**75 Jahre** – 11.03.1950



## Pensionierung Mitarbeitende



**Baumann Veronika**

31.10.2024 - 10 Jahre

Administration

**Konheiser Roswitha**

31.12.2024 - 7 Jahre

Betriebssicherheitsbeauftragte /

Haushilfe Spitex



## In stillem Gedenken an unsere Hausgäste



**Rüegg Rudolf**

10.08.1932 – 06.09.2024

**Oehy Gebhard gen. Josef**

27.08.1929 – 22.09.2024

**Schmid-Blank Rosmarie**

12.02.1937 – 29.09.2024

**Schilke Waltraud**

19.01.1940 – 21.10.2024

**Oehy Sylvia**

18.05.1939 – 16.11.2024

# Das Hotellerie-Team: Unser Herzstück hinter den Kulissen

Das Alters- und Pflegezentrum Zehntfeld setzt in der Hotellerie auf Qualität und Zuverlässigkeit. Ein hochmotiviertes Team sorgt für eine gepflegte Umgebung sowie ein sauberes, komfortables und einladendes Zuhause für die Hausgäste. Insgesamt 20 Mitarbeitende und 3 Lernende arbeiten Hand in Hand und kümmern sich um den reibungslosen Betrieb in den Bereichen Reinigung, Wäscherei und technischer Dienst.

## Reinigung

Eine Schlüsselaufgabe obliegt der Reinigung. Beeindruckende 40'000 Quadratmeter Fläche reinigen unsere gründlichen und aufgestellten Mitarbeiterinnen jede Woche, aufgeteilt auf sieben Tage. Es ist ein hohes Mass an Effizienz und Organisation erforderlich, um sicherzustellen, dass sowohl die Zimmer der Hausgäste wie auch der ganze Gemeinschaftsbereich stets in einwandfreiem Zustand sind und die Hygienevorgaben eingehalten werden.

## Wäscherei

Eindrucksvoll: Wöchentlich werden rund 1'100 Kilogramm Wäsche verarbeitet. Drei zuverlässige Mitarbeiterinnen sorgen an 6 Tagen pro Woche dafür, dass die Kleidung und Textilien der Hausgäste sowie die Berufskleidung der Mitarbeitenden fachgerecht und sorgfältig gewaschen, getrocknet und aufbereitet werden. Unsere Wäsche-Profis meistern nicht nur beachtliche Mengen, sie stellen auch sicher, dass höchste Qualitäts- und Hygienestandards eingehalten werden.



## Technischer Dienst

Es ist essenziell, dass die technische Infrastruktur im ganzen Haus reibungslos funktioniert. Dafür zuständig ist ein erfahrener, vielseitiger Mitarbeiter, unterstützt von einer Lernenden. Es gilt, auf technische Herausforderungen rasch und effizient zu reagieren. Ein modernes Gebäudeleitsystem hilft ihnen dabei, potenzielle Störungen oder Probleme bei den Anlagen frühzeitig zu erkennen.



### Ausbildung

Im Zentrum Zehntfeld setzen wir auch in der Hotellerie auf Nachwuchsförderung: Zwei lernende Fachfrauen Hotellerie-Hauswirtschaft EFZ und eine lernende Fachfrau Betriebsunterhalt EFZ erhalten bei uns eine praxisnahe Ausbildung. In einem verantwortungs- und anspruchsvollen Umfeld erlernen sie wichtige Fertigkeiten und sammeln wertvolle Erfahrungen für die Zukunft.

**«Nicht nur ein Dach über dem Kopf zu bieten, sondern auch ein Zuhause, in dem sich die Hausgäste wohl und geborgen fühlen - dafür setzen wir uns mit grosser Freude ein.»**

Fabio Dudli  
Leiter Hotellerie / Gebäudemanagement



### Interessant:

- 480'000 m<sup>2</sup> Flächenreinigung pro Jahr
- 57 Tonnen Wäsche pro Jahr
- ca. 20'000 Liftfahrten pro Monat
- ca. 16'5000 kWh pro Monat durchschnittlich benötigte Energie der Photovoltaikanlage

# Freudige Aussichten (eine Auswahl)

## Dezember

---

### 20. Weihnachtsfeier

Wir feiern eine kleine interne Weihnachtsfeier mit all unseren Hausgästen. Nach einem feinen 3-Gänge-Menü von unserer Küche wartet ein besinnliches Nachmittagsprogramm mit musikalischer Umrahmung auf sie. Am Nachmittag werden auch die Angehörigen dabei sein.

## Januar

---

### 9. Angehörigen-Gesprächsgruppe

14.00 - 15.30 Uhr in der Tagesstätte:  
Der Erfahrungsaustausch für Angehörige von Menschen mit Demenz ist für alle Interessierten offen. Neue Teilnehmende werden gebeten, sich bei Doris Schlegel anzumelden:  
071 595 99 95  
doris.schlegel@zehntfeld.ch

## Februar

---

### 15. Fasnachtsstimmung

Die Eichberger Guggenmusik „Bazzaschüttler“ wird für unsere Hausgäste sowie Mitarbeitenden mit einem kleinen privaten Konzert die Fasnacht ins Zehntfeld bringen.

## März

---

### 30. Akkordeon-Konzert

Ein talentierter Musiker bringt mit seinem Akkordeon warme, klangvolle Töne in den Kulturraum. Er wird unsere Bewohnerinnen und Bewohner mit einem abwechslungsreichen Konzert aus bekannten und stimmungsvollen Stücken begeistern.

# Rätselpass

## Buchstabensalat

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

### Diese Wörter sind versteckt:

- Glühwein (Ü=UE)
- Zema
- Appenzell
- Team
- Advent
- Spitex
- Ausflug
- Wäscherei (Ä=AE)
- Rezept
- Marroni
- Widnau

# Ihr Feedback zur Zehntfeld.Zitig

Ihre Meinung zu unserer Hauszeitung interessiert uns.  
Was gefällt Ihnen? Was könnten wir anders oder besser  
machen? Schreiben Sie uns gerne ein Feedback oder  
melden Sie Ihre Anregungen beim Empfang.

Besuchen Sie uns  
auf Social Media!



Abonnieren Sie  
unseren Newsletter:

QR-Code scannen  
oder



[www.zehntfeld.ch/newsletter](http://www.zehntfeld.ch/newsletter)

## **Zehntfeld.**

Alters- und Pflegezentrum  
Zehntfeldstrasse 4  
9443 Widnau  
T 41 71 595 99 99  
[info@zehntfeld.ch](mailto:info@zehntfeld.ch)  
[zehntfeld.ch](http://zehntfeld.ch)