das KEHL Baden

Dezember 2017

Kehl-Zytig

www.daskehl.ch

Die Geschäftsleitung zieht Bilanz und wagt einen Ausblick
Seiten 6 und 7

Weihnachtsterne und Bügelpuppe: Pflege und Lingerie im Gespäch
Seite 8

16 Jahre im VR: Fritz Gläser über seine Jahre im Kehl und «Wohnen im Alter»
Seite 10

Ergänzungsleistungen: Wer hat Anrecht und wo gibt's Beratung?
Seite 19

Was wichtig war – was wichtig wird

Das Restaurant Kehl ist an allen Festtagen geöffnet.
Bitte reservieren 056 200 28 26

Liebe Leserinnen, liebe Leser

Seit 1950 ist die durchschnittliche Lebenserwartung hierzulande von gut 68 auf über 83 Jahre gestiegen.

Heute leben in der Schweiz 400'000 über 80-jährige.

Aufgrund der demografischen Entwicklung (Babyboomer kommen ins Pensionsalter) und da die Lebenserwartung noch weiter ansteigen dürfte, rechnen Experten bis ins Jahr 2040 mit 880'000 Menschen über 80. Also mehr als doppelt so vielen wie heute. Ich selber gehöre auch zur Babyboomer-Generation und freue mich, dass wir nicht nur älter werden, sondern zudem auch länger rüstig bleiben und rund drei Viertel der uns verbleibenden Zeit ohne massive Behinderung erleben können. Dazu braucht es neue Ideen, um die Alterung unserer Gesellschaft auch wirklich bewältigen zu können.

Im Kehl wurde diese Entwicklung schon früh erkannt: Das Konzept «Pflege und Wohnen» bietet eine hervorragende Plattform, um auch in Zukunft dieser Herausforderung mit vielfältigen und qualitativ sehr guten Dienstleitungen gerecht zu werden.

In den vergangenen drei Jahren haben wir im Kehl eine intensive Zeit erlebt. Das Gute wurde übernommen, wieder in die Strukturen eingebaut und soll auch in Zukunft wieder stärker ins Zentrum gestellt werden. So freuten wir uns auch ganz besonders am 16. November 2017, als es so tönte: «Wir haben den Kehl-Spirit gespürt und gratulieren ihnen für die sehr gute Betriebskultur sowie für die hervorragende Leistung. Sie haben das Audit klar bestanden.»

Diese schöne mündlichen Rückmeldung erhielten wir am Schluss des Audits, welches an diesem Tag im Auftrag des Kantons Aargau durch die Firma SanaCERT Suisse von den beiden Auditoren Herrn Urs Röthlisberger und Herrn Ramon Soler durchgeführt wurde. An dieser Stelle nochmals einen herzlichen Dank an alle Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter. Auf dieses Resultat dürfen wir stolz sein.

Diesen Schwung wollen wir mitnehmen - aber wie? In dieser letzten Nummer der Kehl-Zytig im 2017 beschreibt die Geschäftsleitung, was ihr wichtig ist (Seite 7). Von Claudia Weigand erfahren Sie mehr über Qualität im Kehl (Seite 12). Auf Ende Jahr beendet Fritz Gläser seine Tätigkeit als Verwaltungsrat im Kehl. In seiner Bilanz auf Seite 10 blickt er zurück auf 16 Jahre im VR und was für ihn «Wohnen im Alter» grundsätzlich bedeutet.

Im Oktober wurde von Catherine und Andreas Courvoisier erstmals ein Treffen «Philo Kehl» lanciert. Am 22. November fand bereits ein zweites statt. Lesen Sie auf Seite 23, welche Themen im Vordergrund standen und wie es weitergeht.

Schon seit vielen Jahren - im nächsten Jahr werden es 30 sein - präsentiert unser Milchmann Daniel Rub jeweils am Dienstag und Donnerstag sein «fahrbares Angebot» auf dem Kehl-Platz vor unserem Restaurant. Den Artikel zum Milch-Express lesen Sie auf Seite 17.

Last but not least erfahren wir, was aus der Studie betreffend «Gangsicherheit» geworden ist. Nadine Patt und Lisa Ringli berichten es uns auf Seite 21. Ich bin überzeugt, dass Bewegungs- und kognitives Training ein wichtiges Mittel sind damit Wohlbefinden und die Sicherheit im Alter nicht in den Keller rutschen.

Alle, die sich gerne an schönen Fotos erfreuen, finden in dieser Ausgabe wiederum eine Vielzahl gelungener Schnappschüsse von Christian Doppler.

Ich wünsche Ihnen - jetzt, wo die Nächte lang und kalt sind - viel Spass in der warmen Stube bei der Lektüre der neuen Kehl Zytig und wünsche Ihnen frohe Festtage und ein glückliches und erfolgreiches neues Jahr.

Herzliche Grüsse
Ueli Kohler

«Die Weihnachtsfeier gibt uns die Möglichkeit, nach der - wiederum für viele von uns - hektischen und schnell rasenden Zeit, für einen Moment innezuhalten, zurückzuschauen und zur Ruhe zu kommen. Es ist ein besonderes Weihnachtsgeschenk einfach einmal all jenen Danke zu sagen, die uns begleitet und uns unterstützt haben. (Bilder Weihnachtsfeier s. Seite rechts)

Weihnachten im Kehl

Der Samichlaus im Kehl ...

… bei Suppe, Lebkuchen und Glühwein

Förderverein das KEHL Baden

Der Förderverein hat auch dieses Jahr die Bewohner des Kehls und seine Mitglieder zu einem gemütlichen Chlausabend eingeladen. Gut 100 Personen haben sich am späteren Nachmittag des 6. Dezembers im Mehrzwecksaal eingefunden und ein erwartungsvolles, fröhliches Schwatzen füllte den Raum bis Herr Roland Wyss (Seite links, Bild oben) die Gäste willkommen hiess und nach kurzer Ansprache allen einen schönen Chlausabend wünschte.

Frau Elisabeth Seiler (Seite links, 2. Bilder-Reihe) , die mit ihrem Mann das Kulturcafé in Baden führt, sass vorne auf der Bühne im roten Ohrsessel und begann mit dem bekannten Gedicht «Knecht Ruprecht» von Theodor Storm. Viele Zuhörer können es noch immer auswendig! Danach hat sie zwei verschiedene Geschichten vorgelesen und die Zuhörer mit ihrer Stimme gefesselt, obwohl es für einige sicher ein langes Stillsitzen war.

Am Ausgang bildete sich bald eine lange Schlange, denn der Samichlaus und sein Schmutzli überreichten jedem ein Chlaussäckli. Ob wohl noch immer der eine oder andere – wie früher – ein leichtes Herzklopfen verspürte?

Derweil die Gäste ins Restaurant Kehl zügelten, um sich mit feiner Suppe, Lebkuchen und Glühwein zu stärken, zogen Samichlaus und Schmutzli weiter auf die Pflegeabteilung von Zimmer zu Zimmer, um auch hier ein Chaussäckli zu überreichen.

Da ein strahlendes Gesicht, dort ein grosses Danke – das ist der schönste Lohn für den Samichlaus und seinem Gehilfen. Die beiden bedanken sich ganz herzlich für den netten Empfang und grüssen herzlich aus dem tiefen Wald!

Vorschau: 19. März 2018, Generalversammlung des Fördervereins Das Kehl.

Der Vorstand: Roland Wyss (Präsident), Susy Frei, Franziska Krähenmann, Franziska Perini, Michel Bischof

Glück, Freude und Gesundheit!

Liebe Bewohnerinnen und Bewohner, Mitarbeitende und Freude und Freundinnen des Kehls

Ein weiteres Jahr neigt sich dem Ende zu und wir hoffen, es war für Sie persönlich ein gutes. Zum Jahreswechsel schauen wir zurück und in die Zukunft.

Und so möchten wir die Gelegenheit nutzen, Sie an dieser Stelle über den Rücktritt von Fritz Gläser aus dem Verwaltungsrat zu informieren. In den vergangenen 16 Jahren hat er sich mit überaus grossem Herzblut um die Geschicke des Kehls gekümmert, zunächst als Mitglied des Vereinsvorstandes und später als Mitglied des Verwaltungsrates. Stets im Zentrum all seiner Gedanken und seines Engagements standen die Menschen im Kehl. Vier Jahre nach dem Rücktritt aus dem Gemeinderat Ennetbaden zieht er sich nun auch vom Kehl zurück. Wie Fritz Gläser sein Engagement fürs Kehl und das Wohnen im Alter bilanziert, lesen Sie auf Seite 10.

Im Namen der beiden Verwaltungsräte und der Geschäftsleitung danken wir Fritz Gläser ganz herzlich für seine grosse Arbeit und Treue! Wir wünschen ihm für die Zukunft nur das Beste und freuen uns, wenn er den Weg ins Kehl wieder einmal findet, nicht für eine Sitzung, sondern zu einem Schwatz, einem Kaffee oder einer Veranstaltung des Fördervereins!

Ihnen allen und Ihren Angehörigen wünschen wir frohe Weihnachten, einen gelungenen Jahreswechsel und im kommenden Jahr viel Glück, Freude und Gesundheit!

Regula Dell'Anno-Doppler und Claudio Arnold

Die Geschäftsleitung zieht Bilanz ...

Die Geschäftsleitung des Kehls: Florian Immer, Leiter Finanzen und Dienste, Ueli Kohler, Geschäftsleiter, Rita Portmann, Leiterin Pflege und Betreuung Bild: Christian Doppler

Seit dem 1. Mai 2017 ist die neu formierte Geschäftsleitung des Kehls unterwegs. Nachfolgend schauen die drei GL-Mitglieder zurück auf ein wiederum intensives Jahr und wagen einen Blick in die Zukunft.

Wie haben wir uns neu organisiert?

Dank eines kompetenten Kaders sowie der überschaubaren betrieblichen Grösse, die sich mit einer familiären Dynamik und durch schnelle, kurze Entscheidungswege auszeichnet, ist eine flache Hierarchie möglich. So konnte die Geschäftsleitung auf drei Mitglieder reduziert werden. Einzelne Themenfelder wurden auch neu zugeteilt. Rita Portmann führt als Leiterin Pflege und Betreuung die Inhouse-Spitex sowie das Nachtwachenteam. Florian Immer hat als Leiter Finanzen und Dienste zusätzlich den Bereich Gastronomie übernommen. Die Bereiche Hauswirtschaft (Reinigung und Lingerie) sowie Technischer Dienst sind Geschäftsleiter Ueli Kohler unterstellt.

Was haben wir erreicht?

Eines der wichtigsten Ziele in diesem Jahr war das Bestehen des Audits. Im Auftrag des Departements für Gesundheit und Soziales des Kantons Aargau wurden wir von zwei Experten überprüft. Der Vorbereitungsaufwand, welcher für diese Überprüfung geleistet werden musste, war enorm. Umso grösser waren unsere Erleichterung und unsere Freude, als uns die Experten mitteilten, dass wir die Überprüfung mit Bravour bestanden haben. Sehr stolz machte uns auch deren Aussage, dass sie im Alterszentrum Kehl eine sehr gute Betriebskultur spürten.

Dass sich die Zufriedenheit der Mitarbeitenden klar verbessert hat, macht sich auch bei einer geringeren Fluktuation und einer Reduktion der Absenztage bemerkbar. Diesem Aspekt messen wir auch in Zukunft eine grosse Wichtigkeit zu, denn jeder Mitarbeiterwechsel bedeutet sehr viel Aufwand in der Rekrutierung und in die Einarbeitung.

Im Alterszentrum Kehl werden schon seit längerer Zeit Bewohnerinnen und Bewohner mit einer Demenzerkrankung kompetent gepflegt. Ende November wurde uns nun vom Departement Gesundheit und Soziales attestiert, dass wir sowohl sämtliche Anforderungen an die spezialisierte Demenzpflege im integrativen Modell, als auch die administrativen Auflagen erfüllen. Uns wurde daher die Verrechnung des sogenannten Demenzzuschlags, welcher von den Wohngemeinden entrichtet wird und 20.- pro Tag und betroffene Person beträgt, per 1. November 2017 bewilligt.

Wir sind sehr froh, auch dieses Ziel erreicht zu haben, da wir einerseits den finanziellen Zustupf gut gebrauchen können, andererseits aber auch dargelegt wur-

Fortsetzung nächste Seite

… und wagt einen Blick in die Zukunft

de, dass wir für die Pflege von an Demenz erkrankten Menschen die geforderten Kompetenzen haben.

Worauf dürfen wir stolz sein?

Solche grossen Ziele lassen sich nicht von einzelnen erreichen. Nur im Team sind wir stark! Wir sind sehr stolz, im Kehl auf hervorragende und motivierte Mitarbeitende zählen zu dürfen, mit welchen nicht nur die tägliche Arbeit, sondern auch solche Projekte gemeistert werden können. An dieser Stelle allen ein herzliches Dankeschön für das grosse Engagement.

Welches sind besondere Herausforderungen?

Die Anforderungen aller «Stakeholder», von Bewohnern und Mietern, über deren Angehörigen, Mitarbeitenden und auch bei den öffentlichen Stellen von Bund, Kanton und Gemeinde, sind sehr hoch. Das Spannungsfeld zwischen hoher Qualität, grosser Zufriedenheit und knapper werdenden Finanzen wird dadurch sehr gross. Es muss daher geklärt werden, welche Leistungen können zu welchem Preis in welcher Zeit bezogen werden. Zumal wir auf Mitarbeitende angewiesen sind, welche diese Dienstleistungen erbringen und sich dabei auch wohlfühlen können sollen. Nicht nur wir als Alterszentrum, sondern auch wir als Gesellschaft müssen hier eine gesunde Balance in diesem Spannungsfeld finden.

Was bringt die Zukunft weiter?

Nachdem wir zwei wichtige Ziele erreichen konnten, durften wir eine kurze Atempause einlegen. Lange ausruhen wollen und dürfen wir uns aber nicht, denn die nächsten Projekte laufen bereits auf Hochtouren (Umbau EG Kehl 1 in Pflegewohngruppe) oder sind in Planung (Gesamtrennovation Kehl 3 ab August 2018 sowie Vorbereitungen für die Einführung der elektronischen Bewohnerdokumentation).

Wir wollen nicht nur in unserem Kerngeschäft Pflege und Betreuung gute Leistungen erbringen. Als weiteres Ziel haben wir uns gesetzt, mehr Betrieb beziehungsweise mehr Leben ins Kehl zu bringen. Dazu beitragen sollen einerseits der «Töggelikasten», der bereits zur Verügung steht, sowie ein Billardtisch, welcher anfangs nächstes Jahr geliefert wird. Andererseits wollen wir unsere Gastronomie stärken und das Kehl als Ort für Bankette, Feiern, Seminare und Veranstaltungen empfehlen.

Mit dem grossen Thema Gesellschaft 4.0, womit die weitere Digitalisierung oder auch der Einsatz von Robotern gemeint ist, werden wir uns in absehbarer Zeit intensiver auseinandersetzen. Wir können diese Entwicklung nicht aufhalten, sondern wollen uns diesem Trend stellen. Für uns ist jedoch klar, dass Technik zwar eine sinnvolle Ergänzung in der Pflege von Menschen darstellen, aber nie den menschlichen, empathischen Kontakt ersetzen kann.

Unser Fazit

Institutionen, wie die unsrige, stehen unter einem enormem Kosten- und Leistungsdruck. So müssen und wollen wir uns für die Zukunft fit trimmen, indem wir die Herausforderungen - sowohl die Qualität als auch die Effizienz zu steigern - annehmen. Das bedeutet, dass wir durch einen gezielten und bewussten Einsatz unserer Mitarbeitenden sowie einer guten Instandhaltung unserer Infrastruktur einen maximalen Nutzen generieren wollen.

Das heisst auch, Bestehendes regelmässig zu überprüfen und zu hinterfragen, ob es noch richtig oder notwendig ist.

Flexibilität und Anpassungen sind gefragt, um eine Nachhaltigkeit zu erreichen. Einfach zu denken: «Es kommt schon gut!» reicht nicht und ist gefährlich. Das musste auch die italienische Fussballmannschaft während der Qualifikationsrunde für die Weltmeisterschaft 2018 erfahren …

Zusammen mit allen Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern sind wir motiviert, gute Leistungen zu erbringen und freuen uns an den anspruchsvollen Tätigkeiten in unserer täglichen Arbeit.

Für 2018 wünschen wir uns gutes Gelingen, Erfolg und vor allem Gesundheit.

Ueli Kohler
Rita Portmann
Florian Immer

Weihnachtssterne, eine Bügelpuppe …

Zusammen haben sie 42 Jahre im Kehl verbracht: Vesna Slijepcevic 27 Jahre als Pflegehelferin SRK im Team B (Bild auf dieser Seite) und Danijela Paunovic, zuerst ein Jahr in der Pflege danach 14 Jahre in der Lingerie und davon die letzten beiden Jahre als Abteilungsleiterin Lingerie. Die Kehl-Zytig hat beide im Restaurant Kehl zu einem Gespräch getroffen.

Woran haben Sie gemerkt, dass es im Kehl weihnachtet?

Danijela Paunovic: Wir haben mehr weisse Wäsche zum Waschen bekommen. Da war es für uns klar: Es weihnachtet. Weisse Tischtücher und Servietten haben einen grösseren Anteil ausgemacht als unter dem Jahr – Tischtücher und Servietten vor allem für unser Restaurant Kehl. Auch die Bewohnerinnen und Bewohner schätzen unseren Service für strahlend weisse Tischtücher und Servietten. Diese müssen wir in der Lingerie immer rechtzeitig bereitstellen.

Vesna Slijepcevic: Vor Kurzem habe ich unseren Weihnachtskranz am Eingang zum dritten Stock beim Lift wieder an der Glasscheibe aufgehängt. Da kam auch bei unseren Bewohnerinnen und Bewohner weihnächtliche Stimmung auf. Diese wurde beim «Guetzle» in der Küche auf dem dritten Stock noch verstärkt. Der Duft von Weihnachten hat sich auf dem ganzen dritten Stock angenehm verbreitet. Die Türen zu den Zimmern wurden mit Weihnachtssternen geschmückt. Das alles sei so schön, hörte ich viele Bewohnerinnen und Bewohner sagen.

Als Pflegerin sind Sie die Erste, die die Bewohner und Bewohnerinnen am Morgen sehen. Da haben Sie auch eine grosse Verantwortung.

Vesna Slijepcevic: Manchmal sind sie schon um sechs Uhr wach und warten, bis ich nach sieben Uhr zu ihnen komme. Ich helfe ihnen - wenn nötig - beim Aufstehen und der Körperpflege. Zudem habe ich in der Küche bereits das Frühstücksbuffet eingerichtet. Ein freundliches «Guten Tag. Wie geht es Ihnen?» wirkt sich positiv auf den ganzen Tag aus. Ich spüre es, wie sich die Bewohnerinnen und Bewohner freuen, wenn ich am Morgen wieder zu Ihnen komme. Das kann man nicht kaufen.

Fröhlich sein am Morgen, das gelingt Ihnen immer?

Vesna Slijepcevic: Ja, schon. Es spielt auch eine Rolle, dass ich nur 70 Prozent arbeite. Täglich hundertprozentig für Menschen da zu sein, fordert viel von einem. Mit 70 Prozent habe ich aber privat genug Zeit, um mich zu erholen und im Kehl wieder frisch zu sein - oder ich lasse es mir einfach nicht anmerken, wenn mich etwas belastet. Hier das Kehl, zuhause das Private: Ich kann mich gut abgrenzen.

Frau Paunovic, jedes Waschmittel hat seinen eigenen Duft. Vielleicht auch ein Duft, den nicht alle Kundinnen und Kunden angenehm finden. Ist es schwierig, das richtige Waschmittel für alle zu finden?

Danijela Paunovic: Die Waschmittel, die wir in der Lingerie verwenden, werden akzeptiert. Es sind alles umweltschonende Eco-Produkte und riechen leicht nach Zitrone. Wir haben für unseren Wasch-Service auch ein Zertifikat erhalten, was uns natürlich besonders gefreut hat. Wir haben - je nach Wäsche -ver-

schiedene flüssige Waschmittel. Die Menge müssen wir nicht selber eingeben. Wir programmieren die Waschmaschine. Dann dosiert sie automatisch, was sie zum Waschen braucht.

Die Waschmaschinen und die Bügelmaschinen laufen immer? Es gibt keine Ausfälle?

Danijela Paunovic: Selten, aber es kommt schon vor. Dann gibts einen Wäschestau und Stress. Läuft eine Maschine wieder, müssen wir die Wäsche zügig nachholen. Unsere Kundinnen und Kunden warten ja darauf. Es ist auch schon vorgekommen, dass wir die Arbeit an einem Wochenende nachgeholt haben.

Fortsetzung nächste Seite

… und über 40 Grad am Arbeitsplatz

Gibt es auch Reklamationen?

Danijela Paunovic: Wir erhalten gute Rückmeldung. Darüber freuen wir uns. Es gibt auch vereinzelte Reklamationen, die wir ernst nehmen. Manchmal gehen Flecken halt einfach nicht raus. Für hartnäckige Fälle arbeiten wir mit einer Chemischen Reinigung zusammen. Es kommt auch vor, dass Bewohnerinnen oder Bewohner ein Kleidungs- oder Wäschestück vermissen.

Haben Sie beide oft miteinander zu tun?

Vesna Slijepcevic: Ich bin häufig in der Lingerie. Oft suche ich Wäsche, wenn jemand etwas vermisst, wie Danijela gerade erwähnt hat. Fehlt der Name an einem Wäschestück, ist es schwierig, herauszufinden, wem es gehört. Manchmal merke ich auch im Zimmer, dass etwas fehlt. Dann gehe ich in die Lingerie und suche danach - und finde es meisten auch.

Danijela Paunovic: Wir machen dreimal im Jahr eine Ausstellung mit Wäsche, deren Besitzer wir nicht kennen. So haben viele ihr Stück wieder gefunden. Wir von der Lingerie haben viele Kontakte mit den Bewohnerinnen und Bewohnern. Oft geht es um die Wäsche oder einfach um ein bisschen reden miteinander.

Was machen Sie privat gerne als Ausgleich zu ihrer anspruchsvollen Arbeit?

Danijela Paunovic: In meiner Freizeit reise ich gerne in Städte im In- und Ausland. Oder ich treffe regelmässig Kolleginnen, die wie ich ursprünglich auch aus Serbien stammen. Im Sommer grillieren wir, im Winter treffen wir uns oft in einem Waldhaus. Zu diesen Treffen kommen manchmal auch unsere Kinder mit. Sie sind hier in der Schweiz geboren und aufgewachsen. Ihnen möchten wir auch die Kultur Serbiens näherbringen, die Kultur ihrer Eltern.

Vesna Slijepcevic: Mich nimmt mein zweieinhalbjähriger Enkel voll in Anspruch.

Frau Slijepcevic, Sie arbeiten seit 27 Jahren im Kehl. Was hat sich in dieser Zeit verändert?

Vesna Slijepcevic: Vieles. Ich habe den Ausbau Ende der 90er Jahre miterlebt. Früher hat sich beim Personal viel verändert. Es war oft ein Kommen und Gehen. Häufige personelle Veränderungen in der Pflege sind natürlich auch für die Bewohnerinnen und Bewohner unangenehm. Heute ist die Situation stabiler. Veränderungen sind normal. Wir können gut damit leben.

Frau Paunovic, Sie sind seit 15 Jahren im Kehl. Wo sehen Sie markante Veränderungen?

Danijela Paunovic: Wir haben heute moderne Maschinen und besonders wichtig: eine Klimaanlage. Im Sommer wird es beim Arbeiten mit den grossen Bügelmaschinen heiss, manchmal über 40 Grad. Auch die anderen Maschinen geben ja noch Wärme ab. Neu haben wir auch eine Bügelpuppe bekommen fürs Glätten der Hemden. Das war auch ein Fortschritt und hat uns die Arbeit etwas erleichtert.

Was hat Sie in der letzten Zeit besonders gefreut?

Danijela Paunovic: Ich freue mich immer über Rückmeldungen, wenn unsere Kundinnen und Kunden mit unserer Dienstleistung zufrieden sind.

Vesna Slijepcevic: Im nächsten April werde ich pensioniert. Es hat mich gefreut, dass meine Vorgesetzte gesagt hat, dass ich danach noch mit einem kleineren Pensum weiter im Kehl bleiben kann. Sofort aufhören, das kann ich mir nicht vorstellen.

Ueli Ebneter

Weihnachtszeit – Zeit zum Guetzle

«Die Werkstatt putzen, hat mir nicht geschadet»

«Das Wesentliche zu erkennen, ist unsere Stärke.» Das liest, wer www.atelier28.ch anklickt, die Homepage von Fritz Gläser. 16 Jahre hat der diplomierte Innenarchitekt und Designer auf strategischer Ebene die Entwicklung des Alterszentrums Kehl mitgestaltet. Zuletzt als Mitglied des Verwaltungsrates der AZK Immobilien AG. Ende Jahr tritt er aus dem VR zurück. Fritz Gläser über Wesentliches, Erfahrungen und Einsichten.

***

Das Leben im Alter ist in der Politik noch immer eine grosse Baustelle. Wie wollen und können wir leben im Alter? Was benötigen wir in Zukunft dafür? Diese Fragen sind in einer immer älter werdenden Bevölkerung zentral. Ich erinnere mich an das Motto zum 40. Geburtstag des Kehls: «Lust aufs Alter». Dazu gehörte auch eine Plakataktion zum selbstbestimmten Leben im Pflegeheim mit dem Titel «Ich hätte heute Lust auf ein Stück Schwarzwäldertorte». Das hat Fragen aufgeworfen. Damals wie heute wird Alter ja vorwiegend mit Problemen in Verbindung gebracht.

***

Das letzte NZZ-Folio mit dem Thema: «Leben im Alter» war ganz dem alten Menschen gewidmet. Vorgestellt wurde ein tolles Projekt in der Stadt Kopenhagen. Geplant sind in einem Stadtquartier Wohnungen für Studenten und Studentinnen sowie eine Kinderkrippe. Alt werden in einem Mehr-Generationen-Haus, integriert bleiben in der Stadt oder im Dorf, im aktiven Leben, das geht für mich in die richtige Richtung. Ein anderes Beispiel ist die Stadt Zittau in Sachsen/D. Im Auftrag einer deutschen Firma habe ich die Stadt 1992 architektonisch beraten. Geplant war ein neues Pflegeheim. Der Stadtrat wollte anfänglich das bestehende Pflegeheim in einem wunderbaren historischen Haus im Kern der Stadt auf eine grüne Wiese auslagern. Zusammen mit dem Kuratorium Deutsche Altershilfe KDA in Köln habe ich mich mit Nachdruck für den Verbleib des Heims im Zentrum ausgesprochen. Bei meinen Abklärungen damals sassen viele Bewohnerinnen und Bewohner am Fenster und haben die Veränderungen nach der Wende mitverfolgt. Sie haben teilgenommen an dem, was um sie herum lief. Der Stadtrat hat schliesslich zum Standort im Zentrum eingewilligt. Der Umbau war erfolgreich. Das Heim steht immer noch dort.

***

Wo wir wohnen im Alter oder wenn wir Pflege brauchen, ist für die Lebensqualität entscheidend. Zu Beginn der Planung der beiden neuen Wohnhäuser im Kehl habe ich die Frage aufgeworfen, ob es nicht sinnvoller wäre, Wohnungen in der Stadt Baden bereitzustellen. Dem stand gegenüber, dass im Kehl das Bauland und das Alterszentrum mit seinen Dienstleistungen bereits vorhanden waren. Als Mitglied der Baukommission und der Jury durfte ich mit entscheiden. Wir haben das beste Projekt gewählt, da stehe ich voll dahinter. Wichtig war für mich, dass ich zu Beginn meine Ansichten einbringen und zur Meinungsbildung beitragen konnte. Auch abgeblasene Projekte können innovative Prozesse und neue Ideen bringen.

***

Aktuell arbeite ich an einem Studienprojekt mit dem Thema: «Spitalzimmer der Zukunft». Ich arbeite dabei

Fortsetzung nächste Seite unten

Fritz Gläser (69) wohnt in Ennetbaden, diplomierter Innenarchitekt HFG/STV und Designer, ab 2001 zwölf Jahre Mitglied des Gemeinderates, zusammen mit seiner Frau Ulrike Gläser Inhaber des «Atelier28» für die Gestaltung von Räumen und Formen.

Neue Wohnmöglichkeiten im Kehl

Das Alterszentrum Kehl AZK ergänzt sein Angebot im Bereich Pflege: Im umgebauten Kehl 1 sind vier neue Zimmer entstanden, eine grosszügige Gemeinschaftsküche sowie ein Gemeinschaftsraum. Ein idealer Wohnort für Personen mit leichter Pflegebedürftigkeit bei gleichzeitiger relativ grosser Eigenständigkeit.

Die Nachfrage nach dieser gemeinschaftlichen Wohnform sei gross, stellte AZK-Geschäftsleiter Ueli Kohler nach der Informationsveranstaltung fest. Er sei vom Interesse positiv überrascht worden. Im Zentrum standen neben der Besichtigung der Gemeinschaftswohnung Fragen zur Finanzierung, zu den Beiträgen von Krankenkassen, den Ergänzungsleistungen und natürlich zur Betreuung. Die Pflege und die damit verbundenen Dienstleistungen werden individuell auf die Bedürfnisse der künftigen Bewohnerinnen und Bewohner abgestimmt.

Nach den 52 neuen Wohnungen, die vor einem Jahr eingeweiht wurden, geht das Kehl einen weiteren Schritt, um kommenden Wünschen und Erwartungen einer immer älter werdenden Bevölkerung entsprechen zu können. Für Geschäftsleiter Ueli Kohler steht fest: «Wir werden unsere Angebote noch stärker bekannt machen.»

Rita Portmann zeigt Besuchern ein Zimmer

Interessenten können sich für detaillierte Informationen direkt ans Kehl wenden (056 200 28 28). Das gilt sowohl für Fragen zum Pflegezentrum wie auch zum Wohnen mit Dienstleistungen - auch dafür ist die Nachfrage sehr gross.

Das Kehl – kurz und bündig

Das Kehl – die grosse Informationstafel beim Kehl 1 erleichtert Besucherinnen und Besuchern die Orientierung und weist ihnen den richtigen Weg, um sicher ans Ziel zu kommen.

Fortsetzung von Seite links

mit Düften, Farben, unterschiedlichen Materialien, Tapeten und mit Licht, das sich automatisch der Tageszeit anpasst. Im bekannten Berliner Spital Charité hat eine dreijährige Studie gezeigt, dass der Heilungsprozess bis drei Tage schneller verläuft, wenn die Umgebung im Zimmer stimmig ist. Das kann man auch als Beitrag sehen für tiefere Krankenkassenprämie. Mit meinem ganzen Wissen und meinen Erfahrungen, auch den handwerklichen, möchte ich noch weiter aktiv bleiben. Ich habe vor meinem Studium zuerst den Beruf des Möbelschreiners gelernt. Darauf bin ich stolz. Es hat mir nicht geschadet, dass ich damals auch die Werkstatt putzen musste.

Dem Alterszentrum Kehl wünsche ich eine erfolgreiche Zukunft, den beiden Verwaltungsräten weitsichtige und innovative Entscheidungen – und die Offenheit, auch Unkonventionelles zu denken.

Aufgezeichnet von U. Ebneter / Bild: C. Doppler

Kuratorium Deutsche Altershilfe KDA
https://www.kda.de/

Immer wieder etwas Neues

Seit August 2017 wirkt Claudia Weigand als Qualitätsverantwortliche Pflege, Betreuung und Inhouse-Spitex im Kehl. Sie zieht eine erste Bilanz und beschreibt ihren Weg ins Kehl.

Mein Interesse immer wieder Neues kennenzulernen, verschiedene Wege auszuprobieren, um an ein Ziel zu kommen, hat schon meine Kindheit geprägt. Ich wollte bei allem wissen, warum das so ist oder funktioniert. Warum blutet meine Puppe nicht, wenn sie runterfällt, wo doch meine Knie häufig bluteten nach einem Unfall beim Spielen. Während meiner langjährigen Berufspraxis als diplomierte Pflegefachfrau hat sich mein Wissensdrang fortgesetzt. In mehreren Akutspitälern konnte ich meine Expertise in verschiedenen Fachabteilungen erweitern, z. B. Gastroenterologie, Kardiologie, Pneumologie und Intensivpflege. Regelmässige fachliche Weiterbildungen, z. B. in Kinaesthetics oder die Mitarbeit in multiprofessionellen Zirkeln, z. B. Hygiene, rundeten meine Praxis ab. So konnte ich mein Wissen aktuell halten und gewinnbringend in meine Praxis integrieren.

Seit 17 Jahren arbeite ich in der Schweiz und durfte hier verschiedene Institutionen kennenlernen. Während meiner Zeit als diplomierte Pflegefachfrau in der Rehabilitation, studierte ich berufsintegriert Pflegemanagement. Im Praxissemester am Auckland Hospital in Neuseeland erlebte ich *advanced nursing practice* (sinngemäss: Pflege basierend auf wissenschaftlichen Erkenntnissen) in der praktischen Umsetzung. Meine Diplomarbeit zum RAI-System (Einschätzung des Pflegebedarfs) hat mir den Einstieg in die Langzeitpflege geebnet. Mir war immer wichtig, zu wissen, was benötigen Bewohnerinnen und Bewohner und was brauchen die Mitarbeitenden, um eine gute Versorgung sicherzustellen. Die Umsetzung bedeutet Anstrengung, die sich lohnt. Meine Erfahrung lehrte mich, bei der Umsetzung die Beteiligten (Bewohnende, Mitarbeitende) von Anfang an mit einzubeziehen und einmal gefasste Pläne regelmässig an die aktuelle Situation anzupassen.

Am Morgen habe ich ein Ziel, z. B. welches Arbeitspensum ich an diesem Tag erledigen will. Kommt etwas dazu, so entscheide ich spontan, wie wichtig die Bearbeitung ist und passe meinen ursprünglichen Plan an. Für mich ist es der Normalfall, dass Pläne Anpassungen benötigen, manchmal auch kurzfristig. Das erfordert Flexibilität, macht die Arbeit aber auch interessant. Das war schon als Pflegende auf der Abteilung so und heute als Qualitätsverantwortliche ist es genauso. Eine Abteilungsleitung sagte einmal zu mir: «In meiner langen Berufspraxis hatte ich nie eine Mitarbeiterin, die so offen und mit freudiger Erwartung auf Neuerungen zugeht, wie du.» Ich habe mich über dieses Kompliment sehr gefreut.

Privat mache ich es genauso, z. B. verbringe ich meinen Urlaub als Reise an verschiedene Orte. Mein Partner und ich geniessen es, solange an einem Ort zu bleiben wie wir wollen. Urlaub ist für uns am Schönsten ohne Zeitplan und ohne vorgeplante Route. Wir entscheiden die Ortswechsel spontan, z. B. nach dem Wetterbericht oder wo es uns gefällt. Leitend sind diese Zielvorgaben: 1. Erholung, 2. Neues kennenlernen, 3. Bekannte(s) wiedersehen. Auf diese Weise haben wir vor allem Europa, aber auch Kanada und Mittelamerika bereist. Ich kenne inzwischen viele Orte, die ich gerne wieder aufsuche, vor allem in Griechenland.

Was hat das mit Qualitätsmanagement zu tun? Die Parallele für mich ist: Auch im Qualitätsmanagement gibt es Zielvorgaben. Die Herausforderung: Inwieweit können auch die Wege zur Erreichung der Ziele vorgegeben werden? Wie gehen wir mit Abweichungen um? Sind es Störungen oder Hinweise dafür, unsere Prozesse gemeinsam mit den Beteiligten zu überprüfen?

Fortsetzung nächste Seite unten

Neues kennenlernen, Erfahrungen in Neuseeland

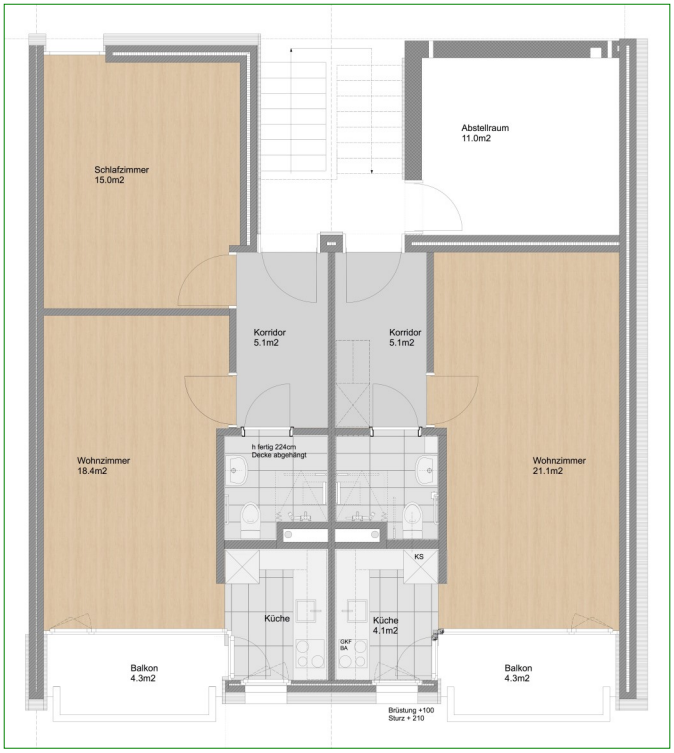
Projektnews zur Sanierung des Kehl 3

In der letzten Kehl-Zytig haben wir über die bevorstehende Sanierung des «Langhauses» Kehl 3 berichtet.

Gerne informieren wir Sie in dieser Ausgabe über den aktuellen Projektstand. Der Verwaltungsrat hat aufgrund der vom Architekten ausgearbeiteten und von der Baukommission vorgeschlagenen Varianten eine nächste wichtige Entscheidung gefällt.

Die Nasszellen sollen gemäss Baunorm SIA 500 ausgebaut werden. Um nun die entsprechenden Anforderungen erfüllen zu können, werden diese etwas vergrössert. Alle Treppen werden mit einem Treppenlift ausgerüstet. Damit werden die heutigen Defizite bei den Zugängen zu den Wohnungstüren eliminiert. Der Laubengang wird saniert, bleibt aber in seiner ursprünglichen Form bestehen. In den nächsten Wochen werden in allen Wohnungen Bestandesaufnahmen der Leitungsführung, Bodenbeläge usw. durchgeführt.

Am 24. Januar 2018, 14.00 Uhr, findet für die Mieterinnen und Mieter des Kehl 3 im Mehrzweckraum eine erste Informationsveranstaltung statt. Informiert wird dann detailliert über IST-Zustand, Übergang und Ausblick.



Fortsetzung von Seite links

In diesem Spannungsfeld bewegt sich Qualitätsmanagement: Gutes bewahren und sinnvoll weiterentwickeln, Neues hinzufügen und das Ziel immer im Blick behalten.

Mein Wissensdrang und das Interesse an den Menschen passt sehr gut zu diesem Fokus. Als Qualitätsverantwortliche habe ich meine spezifischen Kompetenzen erweitert mit einem Certificate of Advanced Studies (CAS) in Qualitätsmanagement sowie einem Kurs in systemischer Fehleranalyse. In meiner Praxis als Qualitätsverantwortliche konnte ich die Umsetzung von *advanced nursing practice* in einem Pflegezentrum in der Schweiz mitgestalten. Damit schliesst sich für mich ein Kreis, mehr als 10 Jahre nach meinem Praxissemester in Neuseeland.

Nach nun gut vier Monaten bin ich im Kehl angekommen. Einige Strukturen sind noch neu, die Themen sind grösstenteils bekannt. Viele freundliche und hilfsbereite Menschen habe ich bereits kennengelernt, auch zu einigen Bewohnerinnen und Bewohnern konnte ich bereits eine Beziehung aufbauen. Ich habe das Kehl als offene und lernwillige Institution kennengelernt mit vielen kreativen und kompetenten Mitarbeitenden. Ich freue mich auf die gemeinsame und konstruktive Arbeit an den verschiedenen Themen zum Wohle der Bewohnerinnen und Bewohner sowie der Mieterinnen und Mieter.

Claudia Weigand, Qualitätsverantwortliche Pflege, Betreuung und Inhouse-Spitex

Erinnerungen an 2017

Verwaltungsräte persönlich

In jeder Ausgabe stellt die Kehl-Zytig Verwaltungsräten (VR) fünf persönliche Fragen. In dieser Ausgabe: Thomas Troger, Verwaltungsrat AZK Betriebe AG und Verwaltungsrat AZK Immobilien AG

Thomas Troger, 1961, Jurist/ Dr. iur., Direktor (Schweizer Paraplegiker-Vereinigung) verheiratet mit Elisabeth Troger-Bumann, zwei Töchter (23 und 24), wohnt in Ardon VS

Wohin gehen Sie Kehl am liebsten?

Wenn man die prekäre Parksituation vor dem Umbau gekannt hat, ist das Parkhaus heute für alle, die mit dem Fahrzeug unterwegs sind, ein echter Mehrwert. Da ich sehr gerne draussen bin, gefällt mir jedoch der offen gestaltete Aussenbereich, wo man sich aufhalten, mit anderen unterhalten oder auch für sich alleine sein kann oder mal die Pause während den Sitzungen geniessen kann. Und natürlich ist ein Walliser der Geselligkeit nicht abgeneigt, doch kommen wir der langen VR-Sitzungen wegen selten mehr bis ins Restaurant Kehl …

Was ist das Besondere am Kehl?

Das Kehl ist nicht nur ein Ort des individuellen Wohnens und Lebens im Alter, sondern darüber hinaus ein Ort der Begegnung und des Austausches, wo der Mensch im Zentrum steht. Das Kehl ist stadtnah und doch am Rande eines schönen Wald- und damit Naherholungsgebietes. Das Kehl bietet somit etwas für Körper, Seele und Geist.

Welches Wissen und welche Erfahrungen bringen Sie im Verwaltungsrat zum Wohl des Kehls ein?

Der Verwaltungsrat ist ein strategisches Organ und damit eigentlich ein Gestaltungsrat, in dem idealerweise die verschiedensten Kompetenzen sich ergänzen. Das ist heute gemäss meiner Einschätzung der Fall. Von meinem Werdegang her bringe ich verschiedene Kompetenzen und vertiefte Kenntnisse von der Unternehmensführung/Leadership über strategisches Management, Unternehmertum, Gesundheit, Soziales und Rechtliches ein, um die Schwerpunkte zu nennen – und wichtig – auch noch eine gehörige Prise Humor.

Was ist Ihnen in der Freizeit wichtig?

Da ich die ganze Woche über hier in der Deutschschweiz arbeite, freue ich mich am, Wochenende Zeit mit meiner Familie im Unterwallis verbringen zu können. Ich habe eine wunderbare Frau und zwei Töchter, auf die ich stolz bin. Ich habe Spass um Haus und Hof die Arbeiten in Ruhe und Stille machen zu können, damit ich die neue Woche wieder so richtig «geerdet» und mit Walliser Sonne vollgetankt starten kann.

Was gehört für Sie zu einem richtigen Winter?

Ein lichtdurchfluteter Advent, ein feierlich geschmückter Weihnachtsbaum und der Besuch eines Weihnachtsmarktes und dann Schnee, schöne Spaziergänge im Schnee auf den Hochplateaus des Wallis, gemütliches Beisammensein im Familienkreise, Skifahren und ab und zu ein Glas «Warme Wii».

Bildergalerien auf www.daskehl.ch / Über uns / Bildergalerien

mandala

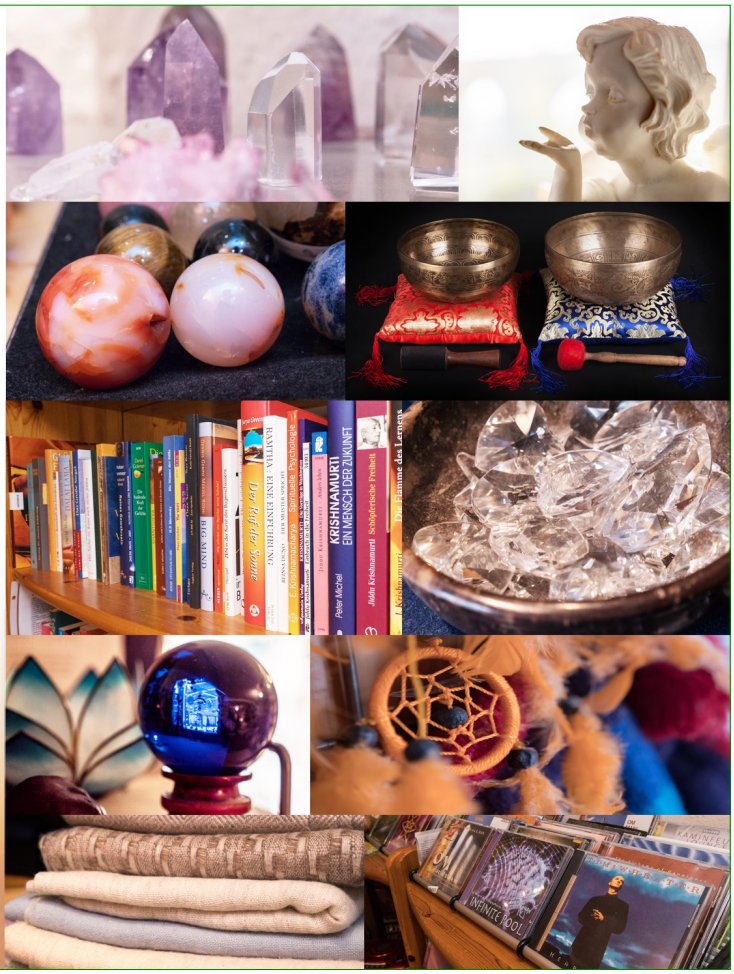
Bücher, CD's, Heilsteine, nepalesische Klangschalen, Bio-Duftöle, echte Cashmere Schale aus Nepal und vieles mehr...

„Komm - geniesse und schenk dir Zeit"

Wir sind in Baden in der unteren Altstadt im Graben, unterhalb der Katholischen Kirche.

Di. - Fr. von 14:00 bis 18:00 Uhr
Sa. von 10:00 bis 16:00 Uhr
Parkplätze vorhanden.

078 716 79 12
Im Graben 4
5400 Baden
www.mandala.ch



Ebneter Kommunikation GmbH
Text | Recherche | Beratung

Ueli Ebneter
Eichtalhöhe 10 B
5400 Baden
+41 79 432 09 51
ebneter-kommunikation@hispeed.ch

cosmepics
Fotostudio

Fliederstr. 5
5430 Wettingen

076 519 62 19
056 536 97 37

Ihr Fotograf:

christian.doppler@cosmepics.ch
www.cosmepics.ch

Herzlichen Dank an unsere Sponsoren

Dank Ihnen können wir viele gute Ideen und Anregungen zum Wohle der im Kehl lebenden Menschen in die Tat umsetzen.

Ein Dankeschön geht auch an den Rätselverlag für die Kreuzworträtsel und die Sudoku in jeder Ausgabe.

Ueli Kohler, Geschäftsleiter

Wir informiert Sie gerne im Detail:
ueli.kohler@daskehl.ch 056 200 28 28.

Das Restaurant Kehl – offen an allen Festtagen

Wir freuen uns auf gemütliche Stunden mit Ihnen.
Die Festtagsmenus auf www.daskehl.ch
Reservation 056 200 28 26

Wenn der Milch-Express anrollt

Grosse Angebot auf kleiner Fläche. Fehlt etwas, liefert es Daniel Rub auf Bestellung. Bilder: Christian Doppler

Es ist Dienstag oder Donnerstag, 15 Uhr, manchmal etwas früher, manchmal etwas später, das unüberhörbare Hupen von der Auffahrt auf den Kehl-Platz. Die Kehl-Bewohnerinnen und Bewohner wissen Bescheid: Langsam und behäbig rollt der Milch-Express vor. In seinem Innern auf kleinstem Raum alles, was es im täglichen Leben braucht: Milch, auch offen aus der grossen Milchkanne, Brot, Butter, Confi, Käse, auch Teigwaren, Bier, Waschmittel, frisches Gemüse oder Guetzli. Sollte etwas fehlen, kann es bei Daniel Rub, Fahrer, Kassier, Helfer beim Einkaufen und immer gut aufgelegt, einen oder zwei Tage im Voraus vorbestellt werden: «Auch eine Ananas besorge ich auf Bestellung.»

Sechs Tage in der Woche ist Daniel Rub unterwegs in Wettingen, in Baden im Kehl und Chrüzliberg, in Neuenhof und seit einiger Zeit auch mit drei Haltestellen in Killwangen. «Mein Job bietet mir viel Abwechslung.» Seine Freude und der Idealismus sind ungebrochen, auch nach knapp dreissig Jahren Express-Tour. «Ich habe viele ältere Kundinnen und Kunden, die sich freuen, wenn ich vorbeikomme. Oft sind sie nicht mehr so mobil, um weite Wege zum Einkaufen zurücklegen zu können.» Auch die Kundinnen und Kunden im Kehl schätzen den Express-Service. Der Express-Stop gehört zum Dienstag und Donnerstag. Man trifft sich beim Wagen und – wenn's die Enge erlaubt – im Wagen. Viele möchten den Service nicht missen und sprechen nur positiv darüber.

Nach dreiviertel Stunden ist Abfahrt. Daniel Rub fährt zum nächsten Halt. Nicht selten kommt er nach einer Tagestour am Abend mit seinem Express erst um halbacht Uhr nach Hause. Dann heisst es noch, das Sortiment auffüllen und den Wagen reinigen. Sein Express, wie ein Relikt aus einer vergangenen Zeit - heute wieder gefragt und auffallend modern.

Ueli Ebneter

Der Kehl-Schnappschuss

Von Christian Doppler

«Wir verbinden Generationen»

Martin Langenbach, ehemaliger Stadtrat von Baden und pensionierter Apotheker, amtet seit März dieses Jahres als Präsident des Seniorenrates der Region Baden SRRB.

Herr Langenbach, was ist Ihnen mit dem SRRB besonders wichtig?

Auf der einen Seite gibt es immer mehr ältere Leute in unserer Gesellschaft. Andererseits müssen die Gemeinden sparen. Da gehen oft Dinge vergessen, die für die Älteren unter uns wichtig sind. Man denkt oft schlicht und einfach nicht an die Bedürfnisse älterer Leute. Darum braucht es eine Organisation wie den SRRB mit kompetenten Leuten, die sich mit Alterspolitik in den Gemeinden befassen.

Nennen Sie uns ein Beispiel?

Oft geht es um die Gestaltung von Orten und Räumen, wo sich auch ältere Menschen treffen. Es kann vorkommen, dass man nicht an Sitzgelegenheiten gedacht hat. Oder es wird ein Wartehäuschen für den Bus gebaut ohne Bänkli unter dem Dach. Jugendliche brauchen keine Sitzgelegenheit. Dann braucht es aber den SRRB, der aufmerksam macht auf die Bedürfnisse der älteren Generation. Oft sind es keine weltbewegenden Dinge etwa beim Verkehr oder der Mobilität. Aber wenn sie nicht vorhanden sind, fällt es auf.

Wie sieht die Zusammenarbeit mit den Gemeinden konkret aus?

Wir haben eine spezielle Arbeitsgruppe «Gemeinden». Darin sind Leute, die man aus ihrer früheren Tätigkeit kennt als Politiker, aus der Bildung oder der Wirtschaft. Ihre Erfahrungen bringen sie jetzt in den SRRB ein. Sie machen Vorschläge in den Gemeinden und insistieren manchmal auch. Viele Gemeinderäte schätzen unsere Mitarbeit und unsere Vorschläge. Der SRRB macht auch Eingaben bei Bauprojekten, initiiert politische Vorstösse oder begleitet Projekte. Im Bezirk Baden haben wir Kontakte zu 26 Gemeinden.

Wie überzeugen Sie jemanden, Mitglied des SRRB zu werden?

Wir bieten ein breites Programm mit Veranstaltungen und Aktivitäten, ergänzend zum Beispiel zu dem, was Pro Senectute anbietet. Sehr gut besucht gewesen ist kürzlich eine von uns organisierte Veranstaltung zu den Ergänzungsleistungen zusammen mit der SVA (Seite rechts). Nach den Festtagen gibt es eine Veranstaltung über Ernährung im Alter - zusammen mit zwei Kochehrern der Berufsschule Baden. Beide übrigens ehemalige Weltmeister. Nach einer Einführung zeigen sie, wie man einfach gut kochen kann. Das Gekochte gibt es dann zum Apéro. Die Details zu dieser Veranstaltung am Freitag, 26. Januar 2018 und auch zu allen anderen findet man auf unserer Homepage www.srrb.ch. Es lohnt sich, dort unser vielfältiges Angebot zu studieren. Für den Jahresbeitrag von 20 Franken und 30 Franken für Ehepaare bekommen die rund 600 Mitglieder viel geboten. Wir versenden auch regelmässig einen Newsletter.

Neben Filmvorführungen im Kino Orient, dem Träff 55-99 in Baden, Exkursionen, der Senioren-Arena, Philosophie oder der Literaturgruppe haben Sie auch mit einer Computer-Veranstaltung Erfolg gehabt.

Wir hatten im letzten Januar eine Veranstaltung mit der IT-Abteilung der Berufsschule Baden. Sie ist sowohl bei den Jungen von der Berufsschule wie auch bei den älteren Teilnehmerinnen und Teilnehmern enorm gut angekommen. Wir organisieren auch Mentoring für Jugendliche auf der Suche nach einer Lehrstelle, bieten Leseförderung oder gehen als Senioren in Schulklassen. So unterstützen wir das Verbindende zwischen den Generationen.

Was hat Sie in den ersten Monaten als Präsident besonders gefreut?

Das ist sicher unsere Mitarbeit in der städtischen Alterskommission. Wir haben erreicht, dass wir auf der Homepage der Stadt Baden einen Link zu unserer Homepage bekommen haben und erst noch einen gut platzierten. Die städtische Alterskommission heisst «Impuls 60+» und wird von Regula Dell'Anno-Doppler geleitet. Darin vertreten sind auch alle Quartiere der Stadt Baden.

Ueli Ebneter

SRRB Seniorenrat Region Baden

Mitglied werden, Veranstltungen, Publikationen, Kontakt, Wohnen im Alter

Der Seniorenrat Region Baden online auf **www.srrb.ch**

Informationen zu den Ergänzungsleistungen EL

Patrick Kramlehner, SVA Aargau, Urs Wälchi, SVA Aargau und Martin Langenbach , Präsident SRRB, an der Veranstaltung zu den Ergänzungsleistungen im Roten Turm in Baden.

Urs Wälchli, Bereichsleiter Kantonale Leistungen, SVA Sozialversicherungen Aargau, zu den Ergänzungsleistungen:

Wer kann Ergänzungsleistungen EL beziehen?
Personen, die

- Anspruch auf eine Rente der AHV oder der IV haben;
- Anspruch auf eine Hilflosenentschädigung der IV haben;
- während mindestens sechs Monaten Anspruch auf ein Taggeld der IV haben

Voraussetzung ist, dass sich der Wohnsitz und der tatsächliche Aufenthalt in der Schweiz befinden. Die jährliche Ergänzungsleistung entspricht der Differenz zwischen den anerkannten Ausgaben und den anrechenbaren Einnahmen. Dabei wird zwischen Personen unterschieden, die zu Hause oder in einem Heim leben.

Wer kann mich beraten?
Die SVA Aargau. Ihr Partner für soziale Sicherheit berät sie gerne unter 062 837 89 82 zum Thema Ergänzungsleistungen.

Welches sind die grossen Irrtümer im Zusammenhang mit den EL?
Dass vor dem Bezug von EL das Vermögen bis unter den Freibetrag aufgebraucht werden muss. Oder dass der berücksichtigte Mietzins in der Berechnung tatsächlich auch ausbezahlt wird.

Ich wohne in meinem eigenen Haus. Kann ich trotzdem EL beziehen?

Ja, trotz eigener Liegenschaft ist ein Bezug von EL möglich. Freibeträge bei selbstbewohnten Liegenschaften sollen verhindern, dass eine Liegenschaft veräussert werden muss, solange ein Wohnen in der eigenen Liegenschaft noch möglich ist.

Wenn ich EL beziehe, wird dann finanziell auch auf meine Kinder zurückgegriffen?

Nein. Ergänzungsleistungen sind Leistungen, auf die ein rechtlicher Anspruch besteht.

Das Interesse an Informationen zu den Ergänzungsleistungen ist gross. Deshalb findet im Kehl eine weiter Veranstaltung zu den EL statt: **Mittwoch, 11. April 2018,** Referentin ist Frau Ursula Delfosse, Senior Beraterin Ergänzungsleistungen SVA Aargau.

Informationen im Internet

Links zum Thema EL, AHV, SRRB oder Wohnen im Alter finden Sie in der Online-Ausgabe der Kehl-Zytig auf
www.daskehl.ch / links «Kehl-Zytig» anklicken

Mein 90. Geburtstag im Kehl

Eigentlich wollte ich meinen Geburtstag am 1. November 2017 mit einem Tag der offenen Tür in unserer hübschen Wohnung feiern. Meine Kinder ermunterten und überzeugten mich aber, den Anlass in einem feierlicheren und grösseren Rahmen, zusammen mit Familie, Verwandten und Freunden zu feiern.

Die Suche nach einem geeigneten Restaurant mit genügend Platz für einen Apèro und ein Bankett für gegen 40 Personen, zudem rollstuhlgängig und mit geeigneten Toilettenanlagen gestaltete sich schwierig.

Aber heisst es nicht: Warum in die Ferne schweifen, wenn das Gute liegt so nah? Schon zwei Mal hatten wir Familienanlässe mit 16 Personen im Restaurant Kehl, wie es heute heisst. Das gediegene Ambiente, die gute Küche und den aufmerksamen Service haben wir schätzen gelernt.

Frau Monique Mudry machte uns gluschtige Vorschläge und so vereinbarten wir einen Anlass für die Festgesellschaft mit 36 Personen. Es klappte dann am 5. November auch alles bestens. Der Apéro in der Halle war ein Hit. Der grosszügige Raum erlaubte ein freies Umhergehen und zum Sitzen passten die eleganten Sessel und Sofas bestens.

Auf der Galerie waren drei Tischreihen von Frau Sandra Merkli festlich arrangiert und gedeckt. Gaby, ein Gottenkind, schmückte die Tische mit den letzten Blumen aus ihrem Bauerngarten und unsere Tochter Brigitte legte selbst gemachte Badener-Kräbeli zu den Gedecken. Ein tolles Fest, welches mir und allen Gästen gut gefiel! Jakob Steiner

Oben: Jakob Steiner (links), 1953 als Monteur und Marketing in Hiroshima, Bild oben: Schiffswerft Versuchsabteilung mit BBC-Schweissautomat mit Versuchsingenieur, Schweisser. Rechts oben: Jakob Steiner, Hiroshima, Atombomben Abwurfzentrum, 6. August 1945; unten: Osaka Zentrum

Bewegte Weihnachtszeit

Es ist schon eine Weile her, seit die Probanden unserer Studie im Alterszentrum regelmässig das kognitiv-motorische, videospielbasierte Training absolvierten. Während sechs Wochen trainierten sie im Durchschnitt dreimal je zwanzig Minuten pro Woche im kleinen Trainingsraum auf dem Dividat Senso und gaben vollen Einsatz. Dafür möchten wir uns herzlich bedanken!

Mittlerweile sind alle Daten erhoben und ausgewertet. Aus diesen Daten wurden zwei Masterarbeiten realisiert.

Die erste Masterarbeit widmete sich der Frage, ob nach einem solchen Training die Zehen beim Gehen höher vom Boden abgelöst werden. Denn, wie hoch die Zehen angehoben werden beim Gehen, hat einen direkten Einfluss auf das Sturzrisiko. Die Auswertung der Daten gibt keine klaren Hinweise darauf, ob das Training diesbezüglich einen Einfluss hat.

Weiter wurde untersucht, inwiefern das Training Einfluss auf die Denkfähigkeit sowie Kraft und Balance nimmt. Aber auch hier kann ein direkter Einfluss nicht bestätigt werden, da ein sogenannter Deckeneffekt vorlag. Das heisst, die Probanden waren alle schon sehr gut und deshalb konnte eine zusätzliche Verbesserung nicht gut festgestellt werden.

Die zweite Arbeit untersuchte den Effekt des Trainings auf die neurale Ansteuerung des Schienbeinmuskels während des Gehens. Der Schienbeinmuskel ist wichtig, um die Zehen anzuheben und somit Stürze zu verhindern. Es wird angenommen, dass sich die neurale Ansteuerung im Alter verändert und es einen Zusammenhang gibt mit der im Alter auftretenden Abnahme an Muskelkraft. Auch hier konnte der Effekt des Trainings nicht eindeutig nachgewiesen werden. Jedoch wurde eine deutliche Verbesserung in der Spielleistung erreicht. Somit könnte ein Lerneffekt auf kognitiver Ebene stattgefunden haben, der jedoch zu klein war, um die neurale Ansteuerung zu beeinflussen. Dies ist jedoch nur eine Vermutung und kann mit der Studie nicht bestätigt werden.

Bringt das Training also nichts? Das zu behaupten wäre nicht ganz korrekt. Es gibt in der Wissenschaft viele Gründe, weshalb ein eindeutiges Ergebnis nicht realisiert wird. Es könnte zum Beispiel an der Stichprobengrösse oder an der Frequenz und sechs Wochen Dauer des Trainings liegen. Gemäss Richtlinien müssten Übungen mit einer moderaten oder hohen Herausforderung für das Gleichgewicht und für mindestens

zwei Stunden pro Woche auf Dauer durchgeführt werden damit ein Effekt auftritt. Vielleicht müsste man auch eher Menschen untersuchen, die in der Vergangenheit öfters gestürzt sind oder die körperlich nur noch wenig aktiv sind. Oder vielleicht waren unsere Testungen einfach nicht sensibel genug, um eine Veränderung aufzuzeigen.

Viele vorhergehende Studien belegen die positive Wirkung körperlicher Aktivität auf das Sturzrisiko. In

diesem Sinne wünschen wir allen Senioren eine bewegte Weihnachtszeit.

Wenn Sie sich für eine genauere Ausführung der Ergebnisse interessieren, laden wir Sie herzlich ein zu unserem Informationsanlass am Freitag, 2. Februar 2018, 14:30 Uhr, im Kehl (ca. 30 Minuten Präsentation und Fragen).

Lisa Ringli und Nadine Patt

Ausstellung im Restaurant Kehl

Die Künstlerin Adrianne Pannier Fraino wurde 1965 in Caracas, Venezuela geboren. Nach ihrem Studium in Tourismus und Hotellerie hat sie auch als nationale Reiseführerin gearbeitet und in ihrer Freizeit mit grosser Leidenschaft gemalt. Ihre farbenfrohen Bilder und Collagen sind inspiriert durch ihre Reisen in die Naturschönheiten Venezuelas und ihre sensible Auseinandersetzung mit der indianischen Kultur. Es sind ausdrucksstarke Symbolbilder im Stil der «peinture naive», die sie heute voller Freude mit den Betrachterinnen und Betrachter teilen möchte. Zahlreiche Ausstellungen seit 1998.

Grosszügige Spende

Nach der erfolgreichen Ausstellung ihrer Bilder im Restaurant Kehl hat Frau Fechner dem Kehl einen grosszügigen Geldbetrag überwiesen. Ihre eindrücklichen Bilder in der Technik der Hinterglasmalerei haben grossen Anklang gefunden. Frau Fechner konnte einige Gemälde verkaufen. Die Geschäftsleitung des Kehls dankt Frau Fechner herzlich für ihre Spende.

Das Kehl an der EXPO*senio*

Am Samstag, 17. März 2018, findet in den Traffohallen in Baden die 3. Seniorenmesse EXPOsenio statt. Auch das Kehl ist wieder vertreten mit einem eigenen Auftritt. Das Sonderthema der Messe befasst sich mit der digitalen Welt von heute und morgen.

www.exposenio.ch

Philosophisches im Kehl

Mitte Oktober trafen sich 14 interessierte Frauen und Männer im «Raum der Stille» zum ersten Philo Kehl. Nach einer Vorstellungsrunde beschäftigten wir uns mit dem Thema «Anfänge». Wir trugen unsere verschiedenen Erfahrungen zusammen, hörten einander zu und staunten über die Vielfalt, die das Leben ausmacht. In der Schlussrunde teilten wir unter anderem mit, was weitere Themen sein könnten. Im November fand dann Philo Kehl zum zweiten Mal statt mit dem Thema «Abschiede und Trauern».

Das nächste Philo Kehl findet nun statt am Mittwoch, 10 Januar, um 15 Uhr im Raum der Stille. Das Thema: Unsere Vorstellungen davon, was nach dem Tod passiert. Gibt es eine Art von Lebens nach nach dem Tod? An diesem 10. Januar wird dann auch das Thema festgelegt fürs nächste Philo Kehl. Alle, die an philosophischen Fragen interessiert sind, sind herzlich eingeladen.

Termine Januar bis April 2018

Januar 2018

Mittwoch, 10 Januar, 15.00 Uhr: Philo Kehl im Raum der Stille. Das Thema: Unsere Vorstellungen davon, was nach dem Tod passiert.
Dienstag, 16. Januar, 15.00 Uhr: Salonmusik-Ensemble "La Ripresa" Salon- und Zigeunermusik im Foyer
Freitag, Samstag, Sonntag, 19./20./21 Januar: Gourmet Metzgete im Restaurant Kehl
Montag, 22. Januar, 15.00 Uhr: Schlagernachmittag mit Yvonne Suter im Restaurant Kehl
Mittwoch, 24. Januar, 14.00 Uhr: Infoveranstaltung zur Sanierung Kehl 3, Mehrzweckraum; Angehörige und Vertretungen sind herzlich willkommen
Sonntag, 28. Januar, ab 14.30 Uhr: Manuelas Konditorei im Restaurant Kehl

Februar 2018

Freitag, 2. Februar, 14:30 Uhr: Informationsanlass zur Studie über das Dividat Senso - Training zur Sturz-Prävention
Freitag, Samstag, Sonntag, 3./4./5. Februar, Fondueplausch im Restaurant Kehl
Montag, 12. Februar, 15.00 Uhr: Kehl Fasnacht mit Tanz und Musik

März 2018

Samstag, 17. März 2019, Das Kehl an der EXPO*senio* in Baden
Montag, 19. März 2018, Generalversammlung des Fördervereins Das Kehl.

April 2018

Mittwoch, 11. April 2018, Informationsveranstaltung Ergänzungsleistungen im Kehl, Referentin Frau Ursula Delfosse, Senior Beraterin Ergänzungsleistungen SVA Aargau.

Alle Veranstaltungen in einem Monat auf www.daskehl.ch unter Veranstaltungen

Ruinenstätte in Ägypten		Ernährungsform v. W. Hay †			alte Gemüsepflanze	von kurzer Dauer	Amtskleidung des Richters	dt. Frauenname	Walart des Eismeeres	engl.: Pistole, Kanone	dünne Metallplatten			Tierfutter	Backmasse	verschwommen	
Kennzeichnung	▶			7							anführen, führen	▶	11				
					nordfrz. Eintopf (3 W.)	▶								folglich (lat.)		kurz für: heran	
schweiz. Philosoph (Hans)		Nebenmann Mz.	▶						6		seelische Erschütterung		Irland in der Landessprache	▶			
jetzt, in diesem Moment	▶			salopp für nein (dt.)	▶			Dekor		schweiz. Kanton	▶						
					in hohem Masse		Strom in Zentralafrika	▶ 10					italienische Insel		Teil der Bibel (Abk.)	▶	
vorstehende Spitze	schweiz. Regisseur (Christ.)	Schmierstoffabfall		greisenhaft	▶	5				Schlachtort d. Eidgenossen 1476		Anerkennung	▶			in Ordnung!	
akadem. Grad	▶						ekeln		Vorort von Bern	▶	2			frz.: du, dich	▶		
betagt	▶			Singvögel		stichhaltige Entgegnung	▶						12		span.: nichts		
dt. Schriftsteller † 1888			Flächenmass Mz.	▶				lateinisch: Bete!	▶	9		geländegängiges Motorrad		unweit	▶		
					Vorname von Ochsenknecht	▶	1		span.: Stunde		literarische Abhandlung	▶					schweiz. Eishockeygoalie
schweiz. Olympiasieger (Ski)	▶	8				Kellner		natürl. Haarfärbemittel	▶			3		niederl. Sänger (Herman van ...)		seem. Flaschenzug	
			griech. Hirtengott		Tanztheatergebäude	▶					Abk.: Eidg. Zollverwaltung		verschwommen	▶			
Multiplikationszeichen (ugs.)		Test	▶					auf diese Weise		grosser Nachtvogel	▶				Zch. f. Iridium	▶	
Dynamik	▶				Auto-Teil Mz.	▶									4		
subarktischer Hirsch	▶			Fluss durch Florenz	▶				Malzgetränk (Kw.)	▶			Roman von Emile Zola	▶		7 raetsel ch	

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12

Die Anleitung zum Sudoku und wie Sie an den beiden Wettbewerben teilnehmen können, lesen Sie auf der übernächsten Seite 26 unten.

8	5	1					7	3
	4					6	5	
				5				
5			3		9			6
				7				
3			4		1			8
				4				
	7	3					2	
6	8					4	1	7

©raetsel.ch 116441

First Class Service

Sie sorgen jahrein, jahraus für flinken und freundlichen Service im Restaurant Kehl und für Gaumenfreuden aus der Küche: das Service-Team und das Küchen-Team. Hier vereint auf einem Bild anlässlich der Weihnachtsfeier im Kehl. Service: Monique Mudry (Leiterin), Manuela Wacker, Zlatija Djukic, Margrit Bächler, Beatrice Widmer, Silvana Hegi, Monika Müller, Valentin Schneck, Cornelia Brawand. Küche: Philippe Terrien (Leiter), Pascal Richter, Selma Fejzic, Hannes Preisler, Vanessa Bähler, Manda Senjak, Ruzica Vrbat, Premajayantha Don Sakirige, Ravi Kandiah, Laudiceia Lüscher. Nicht auf dem Bild: Edith Vogt, Reschuan Said, Ljuba Zorotic-Pranjic, Joyce Baumann.

Bild: Christian Doppler

Nach 23 Jahre — Alles Gute, Brigitte

Nun hast Du es geschafft,
hast gearbeitet mit großer Kraft.
Nun gehst Du in den (Un)-Ruhestand,
hängst Deinen Beruf nun an die Wand.
Geniesse ab jetzt das «ruhige» Leben,
etwas, das wir ja auch erstreben.

Liebe Brigitte Käser

Nach 23 Jahren unermüdlichen Einsatzes für das Wohl der im Kehl lebenden Menschen machst Du Dich selbständig, will heissen, Du trittst in den wohlverdienten «Un-Ruhestand».
Gestartet hast Du die Arbeit bei uns im Kehl in der Küche und im Service. Als dann Mitte 2004 in der Reinigung eine 100-Prozent-Stelle frei wurde, hast Du gewechselt. Wie Du selber in einem Gespräch (Kehlzytig Nr. 1 / 2017) sagst, hast Du diesen Wechsel nie bereut und Deine Arbeit hat Dir immer gut gefallen. Im Namen aller im Kehl lebenden und arbeitenden Menschen danken wir Dir herzlich für Deinen riesengrossen Einsatz, die langjährige Treue und die zahlreichen schönen gemeinsamen Stunden. Wir alle wünschen Dir für die Zukunft das Allerbeste; viele schöne Erlebnisse und noch Tausende von Kilometern auf Deinen geliebten WOMO-Reisen.

Ueli Kohler

Dienstjubiläen

Wimmer	Marianne	Abteilung A	01.01.2018	10 Jahre
Furrer	Alois	Technischer Dienst	01.03.2018	15 Jahre

Eintritte Mitarbeitende

16.10.2017	Preisler	Hannes	Küche	Koch EFZ
01.11.2017	Rizaeva	Nargiza	Abteilung A	Praktikantin Pflege
01.12.2017	Lüscher	Laudiceia	Küche	Mitarbeiterin Küche
01.12.2017	Pawlos	Feven	Reinigung	Mitarbeiterin Reinigung
11.12.2017	Vujetic	Dragica	Reinigung	Mitarbeiterin Reinigung

Wir gratulieren herzlich zum runden Geburtstag!

08.01.2018	Kappeler-Flohr Marga	80
26.01.2018	Hunziker-Kleissner Emilie	80
27.01.2018	Guntern-Schmid Berta	85
31.01.2018	Bösch-Schmid Rosmarie	85
03.03.2018	Setz Kurt	80
11.03.2018	Bosshard-Schwab Martha	80
15.03.2018	Schmidt Bernadette	70
30.03.2018	Maibach-Zimmerli Fanny	90

So lösen Sie das Sudoku: Füllen Sie die leeren Felder mit den Zahlen von 1 bis 9. Dabei darf jede Zahl in jeder Zeile, jeder Spalte und in jedem der neun 3 x 3-Blöcke nur ein Mal vorkommen.

Das Lösungswort des Kreuzworträtsel **bis Ende Januar** am Empfang des Kehls abgeben.

Die drei Zahlen in den grünen Feldern des Sudokus ebenfalls **bis Ende Januar** am Empfang abgeben.

Zu gewinnen gibt es je einen Gutschein im Wert von 20 Franken fürs Restaurant Kehl.

Das Lösungswort des Kreuzworträtsels aus der letzten Kehl-Zytig heisst: ALTWEIBERSOMMER
Die richtigen Zahl im Sudoku: 749
Die Gewinner eines Gutscheins von Fr. 20.– für das Restaurant Kehl sind
Eugen Bättig, Kehl 5b (Kreuzworträtsel) / Ursula Mayer Kehl 5a (Sudoku)

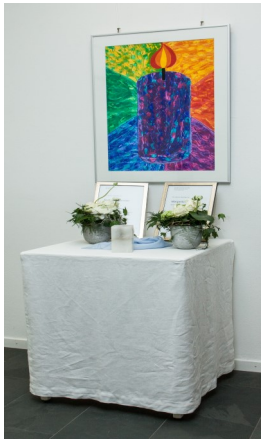
Wir begrüssen die neuen Mieterinnen und Mieter, Bewohnerinnen und Bewohner herzlich und hoffen, dass Sie sich bei uns zu Hause fühlen.

18.09.2017	Hassler Hans-Willy	30.10.2017	Busslinger Georg	23.11.2017	Briend Dieter
06.10.2017	Seiler Elsy	04.11.2017	Schmid Cäcilia	01.12.2017	Böni Lisbeth
13.10.2017	Wietlisbach Louisa	11.11.2017	Bussard Marie-Rose	07.12.2017	Meier Hans
18.10.2017	Grauwiller Helga	11.11.2017	Bussard Maurice	11.12.2017	Brand Heidi
		15.11.2017	Frank Jana		

04.11.2017	Schiebler Elisabeth
11.11.2017	Busslinger Georg
11.11.2017	Prowe Freia
21.11.2017	Lorenzi Lindo

Du kannst dein Leben nicht verlängern noch verbreitern, nur vertiefen .

Gorch Fock, deutscher Schriftsteller (1880—1916)



Impressum
Herausgeber: Alterszentrum Kehl, Baden
Redaktion: Ueli Kohler, Ueli Ebneter, Christian Doppler
Konzept/Layout: Ebneter Kommunikation GmbH, Baden
Fotos: Christian Doppler Cosmepics GmbH, Wettingen
Druck: Dietschi Print&Design AG Olten

Kontakt: Ueli Kohler
056 200 28 28 / ueli.kohler@daskehl.ch

Zu Neujahr

Will das Glück nach seinem Sinn
Dir was Gutes schenken,
Sage Dank und nimm es hin
Ohne viel Bedenken.

Jede Gabe sei begrüsst,
Doch vor allen Dingen:
Das, worum du dich bemühst,
Möge dir gelingen.

Wilhelm Busch