



3

Wohnen, leben und arbeiten im Almacasa

Wir schaffen lebenswerte Orte für jene Menschen, die nicht mehr alles selbst können. Orte, wo sich auch Mitarbeitende und Angehörige willkommen fühlen.

6

Wir haben einen guten Ruf in unserer Branche

Interview mit Iris Rihs, zuständig in der Almacasa-Zentrale für Talente, Recruiting und die Almacasa Academy. Ihre Beurteilung der Lage im Arbeitsmarkt der Pflegenden.

10

Oberengstringen feierte sein 10-jähriges Jubiläum

Es war ein tolles Sommerfest, mit Sonnenschein und Regen, für Bewohnende und deren Angehörige, mit viel Herzblut und Charme organisiert von den Mitarbeitenden.

Editorial

Liebe Lesende



Vincenzo Paolino



Liliane Peverelli

«Wir sehen die Entwicklung der Almacasa Wohn- und Lebensgemeinschaften als steten Wachstumsprozess, den wir behutsam fördern und steuern.» So lautet das Almacasa-Prinzip Nummer 9. Und genau diesem Thema widmen wir uns in diesem Heft.

In unserem Leitartikel auf Seite 3 erfahren Sie, wie sich das Prinzip in der Fachwelt unter dem Begriff De-Institutionalisierung weiterverbreitet und warum wir Almacasa in einer Pionierrolle sehen.

Jeder Almacasa-Standort ist aber nicht nur Wohn- und Lebensgemeinschaft, sondern gleichzeitig auch – gemäss Bewilligung – ein Pflegeheim und zudem ein Arbeitgeber, der auf Talente und Motivation der Mitarbeitenden setzt und diese gezielt und umfassend fördert. Mehr dazu im Interview auf Seite 6 mit Iris Rihs, ihres Zeichens zuständig für diese Themen.

Interessieren Sie Kinder, Jubiläen oder Tiere im Almacasa? Dann stöbern Sie einfach ab Seite 8 und lassen Sie sich von Texten und Bildern verzaubern!

Besonders gelungen sind dieses Mal die Porträts von Bewohnenden und Mitarbeitenden, die aus ihrem Leben und ihrer Arbeit freimütig erzählen. Es bleibt uns wichtig, einander zu kennen und wir laden Sie ein, ab Seite 14 ebenfalls einen Blick auf nicht alltägliche Lebensgeschichten zu werfen.

Manche finden Almacasa ungewöhnlich, gar exotisch in der Heimwelt. Wir sehen uns als Ergänzung zu bestehenden Angeboten und für einige vielleicht als Vorbild. In jedem Fall stösst unser Angebot auf viel Zustimmung, denn es ist auch für Menschen erschwinglich, die keine grossen finanziellen Reserven haben.

Wir danken allen mit Almacasa Verbundenen für das Mitwirken und das Vertrauern in unsere Arbeit.

Für die Festtage wünschen wir besinnliche Stunden und dann einen guten Rutsch in ein zufriedenes und erfolgreiches Jahr 2025!

Liliane Peverelli

Vincenzo Paolino

Titelbild

Martin Bigler, Jahrgang 1950, Bewohner des Almacasa Regensdorf und ehemaliger Weltmeister im Backgammon. Mehr über ihn auf Seite 14.

Wohnen, leben und arbeiten im Almacasa

Von Vincenzo Paolino und Liliane Peverelli

Im Oktober 2020 stand ich an der Baugrube des Almacasa Pfungen an der Bahnhofstrasse. Ein Passant stellte sich neben mich und fragte: «Wissen Sie, ob es hier eine neue Institution gibt?» Ich zögerte, denn ich fühlte mich unwohl, diese Frage mit «Ja» zu beantworten. Schliesslich waren wir vor über zehn Jahren mit der Idee angetreten, Orte zum Leben zu schaffen, nicht Institutionen. Und doch musste ich feststellen, dass Menschen – trotz aller Anstrengungen – Almacasa immer auch als eine Institution wahrnehmen würden.



Die Baugrube für das Almacasa Pfungen

Nachdem ich meine Gedanken gesammelt hatte, erklärte ich es so: «Das, was hier entsteht, ist so etwas wie eine Wohn- und Lebensgemeinschaft. Darin kommen Menschen zusammen, die viel Betreuung und Pflege brauchen und Menschen, die genau dies

anbieten und dafür arbeiten. Die Organisation hat den Namen Almacasa und wird ausserdem alle Auflagen erfüllen, die ein Pflegeheim benötigt. Also in gewisser Weise wird es schon eine Institution, aber wenn Sie mal zu Besuch kommen, wird es sich für Sie hoffentlich nicht so anfühlen. Das ist unser Ziel.»

Er antwortete: «Das klingt schon ungewöhnlich, ja fast exotisch. Ich komme dann mal vorbei wenn es fertig ist und schaue, wie Sie das anstellen.»

Ob der freundlich-kritische Passant je im Almacasa war, weiss ich nicht. Jedenfalls begleitet mich die Geschichte bis heute, denn sie berührt eine der Grundfesten von Almacasa. Wir möchten gute und lebenswerte Orte schaffen für jene Menschen, die nicht mehr alles selbst können. Orte, wo sie ein möglichst normales Leben führen können und dabei familiär, liebevoll und auf Augenhöhe begleitet, betreut und gepflegt werden. Orte, wo sich auch Angehörige willkommen und in ihren Nöten verstanden fühlen.

Nicht nur auf EU-Ebene, sondern auch in der Schweiz hören wir als Fachleute im Bereich Langzeitpflege immer mehr den Begriff «De-Institutionalisierung». Doch was heisst das?

Der Begriff De-Institutionalisierung bezeichnet den Prozess, bei dem traditionelle, zentralisierte und oft hierarchische Institutionen – insbesondere im Bereich der Pflege, des Gesundheitswesens oder der Sozialarbeit – schrittweise abgebaut oder durch alternative, dezentrale Strukturen ersetzt werden. Ziel ist es, Menschen, die in solchen Einrichtungen leben oder betreut werden, in eine möglichst selbstbestimmte, familienähnliche oder gemeindenahe Umgebung zu integrieren.

De-Institutionalisierung ist ein wesentlicher Bestandteil humanistischer Ansätze, die Würde, Rechte und Autonomie des Individuums in den Mittelpunkt stellen. Sie erfordert jedoch eine sorgfältige Planung, um sicherzustellen, dass alternative Unterstützungsstrukturen ausreichend entwickelt und zugänglich sind.

Und genau deshalb haben wir Almacasa geschaffen und mit vielen Gleichgesinnten weiterentwickelt. Denn dies brauchen unserer Ansicht nach ältere Menschen mit hohem Bedarf an Betreuung und Pflege besonders: als Individuum anerkannt sein und sich sicher fühlen, wachsen dürfen und Momente des Glücks erleben.

Mitarbeitende in den Almacasa-Standorten bekennen sich zu diesen Werten und leisten einen Beitrag an die Umsetzung. Dazu gehört auch, Probleme und Fehler zu melden und sich gemeinsam um Verbesserungen zu bemühen. Almacasa ist nicht perfekt und Fehler machen ist erlaubt. Gemeinsam lernen wir aus unseren Fehlern.

Als Gründer und Geschäftsleitung von Almacasa sehen wir unsere Aufgabe darin, durch das reichhaltige

Angebot an Schulungen in der Almacasa Academy, durch Coaching, Controlling und durch unser Vorbild sicherzustellen, dass die «exotische» Vision Almacasa pionierhafte Realität bleibt und so vielleicht sogar zum Vorbild für andere werden kann.

An dieser Stelle danken wir unseren Mitarbeitenden sehr herzlich für ihren grossen Beitrag an die Weltgestaltung für die Bewohnenden und für ihre kritischen Feedbacks, die uns immer besser werden lassen.

Denn Almacasa ist ein Ort zum Wohnen, Leben, Geniessen und zum freudvollen Tätigsein!

Allen An- und Zugehörigen und weiteren mit Almacasa Verbundenen danken wir für das Vertrauen in unsere Arbeit und ihre Beiträge an das Wohnen und Leben im Almacasa.

Almacasa-Prinzip Nr. 9

Wir sehen die Entwicklung der Almacasa-Wohn- und Lebensgemeinschaften als steten Wachstumsprozess, den wir behutsam fördern und steuern.



Das Almacasa-Prinzip Nummer 9 beschreibt unsere Haltung zum Lebensort Almacasa.

Wir haben älteren Menschen viel zu verdanken

Von Aziz Gezik, Pflegeassistent, Almacasa Friesenberg

Geboren zu werden, aufzuwachsen und zu sterben, ist das Schicksal des Lebens, in dem wir Menschen gefangen sind.

Die Lebenserwartung der Menschen hat sich im Laufe der Geschichte stark verändert. Dank den Erkenntnissen der Wissenschaft und den Möglichkeiten der Technologie und dem ausgebauten Gesundheitssektor haben in der Gegenwart, in der wir leben, die meisten eine Chance auf ein langes Leben. Die durchschnittliche Lebenserwartung der Menschen betrug anfangs des 20. Jahrhunderts etwa 40 Jahre, heute ist sie in der Schweiz auf über 84 Jahre gestiegen.

Natürlich hängen die Lebensbedingungen jedes Menschen von dem Land ab, in dem er lebt, wie auch von den sozialen und wirtschaftlichen Gegebenheiten. So wie die Kindheit eine sehr wichtige Phase ist, so wichtig ist auch das Alter. Wir alle werden älter. Man kann sich nicht mehr so schnell bewegen wie früher, man hat nicht mehr dieselbe Kraft wie früher. Je nachdem kann man seine täglichen Verrichtungen nicht mehr wie früher alleine erledigen. Dann ist es gut, man hat jemanden, der einem hilft. Sonst muss man übermässig viel Energie aufwenden, wenn man auf sich allein gestellt ist.

Ist der Alterungsprozess nur ein schwieriger Prozess? Aufgrund verschiedenster kultureller Wechselwirkungen wird das Alter oft als problematische Zeit wahrgenommen. Ich finde das nicht. Die Lebenszeit ab 55 Jahren wird allgemein als das «Alter» bezeichnet. Das ist jedoch oft die hellste Lebensphase eines Menschen. Man hat hart gearbeitet, geht bald in den Ruhestand und hat meist ein gewisses Mass an Ersparnissen. Die

Kinder sind längst erwachsen und die Enkel wachsen heran. Das Leben lächelt uns auf seinem Höhepunkt freudig zu in seinem herrlichen Rhythmus und vielfältigen Reichtum.

Viele Schriftsteller und Denker haben in ihren Büchern das Alter thematisiert. Einer von ihnen war der amerikanische Schriftsteller Ernest Hemingway. In seinem Werk «Der alte Mann und das Meer» erzählt er vom Kampf eines alten Fischers mit einem riesigen Schwertfisch und wie er aus diesem Kampf erfolgreich hervorgeht. Der folgende Dialog aus seinem Buch erinnert uns daran, dass die Sehnsucht jedes alternden Menschen nach der Vergangenheit immer ein Teil des Ichs bleibt:

«Das Alter ist mein Wecker», sagte der alte Mann. «Warum wachen alte Männer so früh auf? Um noch einen langen Tag zu leben?» Der Junge sagte: «Ich weiss es nicht. Ich weiss nur, dass Kinder lange und tief schlafen.» Der alte Mann sagte: «Ich kann mich an diese Tage erinnern.»

Das Leben bietet nicht jedem die gleichen Chancen von der Kindheit bis ins hohe Alter. Die Grundlagen unserer Zivilisation liegen in den im Laufe der Zeit gesammelten Erfahrungen. Wenn diese Erfahrungen nicht gemacht worden wären und die vorherigen Generationen nicht so freigiebig gewesen wären, diese mit den nachfolgenden zu teilen, wären wir weit vom Komfort und von der Bequemlichkeit entfernt, die wir erreicht haben. Ich sage nicht, dass heute alles rosig ist – ich wünsche, ich könnte das. Aber wir können sehen, hören und erkennen, dass in der Welt, in der wir leben, es mehr Teilen, Einander-Verstehen, Mitfühlen und Einander-Helfen braucht. Geben wir im Einklang mit der Natur und den

Tieren uns gegenseitig die Chance des besseren Verständnisses!

Dabei müssen wir die Menschen einbeziehen, denen wir viel zu verdanken haben, nämlich unsere älteren Mitmenschen. Dank ihnen haben wir unseren sozialen und wirtschaftlichen Wohlstand erreicht. Im Alter ein angenehmes und friedliches Leben zu führen, das haben sie mehr als verdient. In einem hoch entwickelten Sozialstaat wie der Schweiz gibt es zahlreiche Alters- und Pflegeheime, die hilfsbedürftige Menschen im Alter unterstützen. Diese Heime sind bestrebt, unseren älteren Menschen Komfort zu bieten. Doch ich glaube, dass wir nicht nur dafür sorgen sollten, dass sie sich wohlfühlen, sondern wir sollten auch niemals vergessen, welche Bedeutung sie für uns haben.

Auf dieser Grundlage sollten wir eine Bindung zu ihnen aufbauen. Wie schön kann es sein, zusammen mit Kindern neben Menschen zu sitzen, die diesen einzigartigen Prozess am Ende des Lebens durchlaufen, der uns alle erwartet, mit ihnen zu plaudern, ihnen ein Lächeln ins Gesicht zu zaubern und ihnen zu zeigen, dass wir ihnen viel schuldig sind. So wie der alte, einsame Fischer sagte, dass er sich an die Tage seiner Kindheit erinnere. Es ist offensichtlich, dass alle alten Menschen diese Sehnsucht tief spüren.

Unsere älteren Menschen kämpfen nicht wie in Hemingways Buch gegen einen riesigen Fisch, doch sie kämpfen gegen das Vergessen. Wir können ihnen dabei helfen, indem wir sie unterstützen, trotz der Schwierigkeiten mit ihrer physischen und spirituellen Welt stark zu bleiben, so wie der alte Fischer.

«Wir haben einen guten Ruf unter den Mitarbeitenden in unserer Branche»

Seit Juli 2024 ist Iris Rihs in der Almacasa-Zentrale zuständig für Talente, Recruiting und die Almacasa Academy. Das heisst, sie sucht und interviewt mögliche neue Mitarbeitende, ermittelt die beruflichen Erfahrungen der sich Bewerbenden, diskutiert mit ihnen ihre Stärken und Schwächen, erläutert, was die Unterschiede im Arbeitsalltag bei Almacasa im Vergleich zu anderen Einrichtungen im Pflegebereich sind, bespricht mit ihnen Anstellungsbedingungen und Salärfragen, zeigt auf, wie der Einstieg in die Almacasa-Welt gelingen kann.

Der konkrete Entscheid für die Einstellung erfolgt dann nach einem Probetag zusammen mit der Standortleitung des jeweiligen Almacasa-Standortes.

Almacasa legt grossen Wert auf die Weiterbildung der Mitarbeitenden. Dies erfolgt mit Kursen in der Almacasa Academy. Auch dieser Bereich gehört zum Tätigkeitsfeld von Iris Rihs.

Die Academy wurde bisher durch Franziska Hofer geleitet. Sie konzentriert sich nun auf die Begleitung, Betreuung und interne Schulung der fast 30 Lernenden.

Thomas Voelkin führte mit Iris Rihs dieses Gespräch.

Iris, wie war dein beruflicher Werdegang?

Zunächst absolvierte ich eine Ausbildung zur diplomierten Pflegefachfrau HF. Nach einem Praktikum in der Langzeitpflege entschied ich mich für den Akutbereich. Ich hatte Mühe damit, wie teilweise mit den Bewohnenden umgegangen wurde. Das entsprach einfach nicht meinem Verständnis von Pflege. Daher arbeitete ich in den folgenden Jahren in Akutspitälern – zuerst in der Chirurgie, dann in der septischen Chirurgie, später in der Rheumatologie und dann auch in der Radio-Onkologie mit Krebspatient:innen.

Mit der Zeit reduzierte ich mein Pensum und entschied mich, eine neue berufliche Rolle einzunehmen. Die angemessene Betreuung der Krebspatient:innen, die fast täglich in die Klinik kamen, war nämlich in einem Teilzeitpensum nicht mehr möglich. So beaufsichtigte ich dann mit einem Teilzeitpensum im Stadtspital Triemli den Strahlenschutz, der ein wichtiger Aspekt der Radiologie ist.

In dieser Zeit nahmen wir noch einen Golden Retriever in unsere Familie auf. Diesen bildete ich in Kursen zu einem Therapiehund aus und arbeitete mit ihm einmal wöchentlich in der psychosomatischen Abteilung im Kinderspital Zürich.

Im Triemli wurde dann der Strahlenschutz in den technischen Dienst eingegliedert, meine Arbeit verlagerte sich immer mehr in den administrativen Bereich. Zuletzt war ich vor allem im Bauprojektmanagement tätig.

Seit vier Monaten bin ich nun in meiner neuen Funktion bei Almacasa.

In den Medien gibt es immer wieder Artikel, die davon berichten, im Schweizer Gesundheitssystem seien geeignete Mitarbeitende kaum zu finden. Wie gestaltet sich die Personalsuche heute?

Bei Almacasa stellen wir dies zum Glück viel weniger fest. Wie wir aus Gesprächen mit Personalvermittlern entnehmen können, wird unser Konzept in der Branche und beim Pflegepersonal positiv wahrgenommen. So würden sich auf unsere Stellenangebote beinahe immer Interessierte melden. Dies sei nicht selbstverständlich. Wir haben offenbar einen guten Ruf unter den Mitarbeitenden in unserer Branche.

Bewundernswert ist, wie Menschen aus unterschiedlichen Kulturen im Almacasa zusammen ein Team bilden. Was ist das Geheimnis dieses Gelingens?

Den Gesprächen mit potentiellen Mitarbeitenden kann ich entnehmen, dass die Wertschätzung ihrer Person und ihrer Arbeit das Wesentliche dafür ist.

Umgekehrt müssen sich neue Mitarbeitende in das bestehende Team integrieren, indem sie die Almacasa-Werte genau kennenlernen und bei der Umsetzung aktiv mitwirken. Und da – so meine Erfahrung – kommt es auf den Willen und die Persönlichkeit des Mitarbeiters oder der Mitarbeiterin an und viel weniger auf die Kultur.

Was auch eine Rolle spielt: Viele Mitarbeitende haben Erfahrungen aus Organisationen, die eher hierarchisch organisiert sind und wenig Möglichkeiten der Mitwirkung oder Mitbestimmung bieten.

Die Kultur, sich selbst einzubringen, muss gelernt werden, ist das der Punkt?

Das ist ein wichtiger Punkt. Zurzeit arbeiten wir in der Projektgruppe «On-Boarding» an einem erweiterten

Einführungsprogramm. Dieses soll mithelfen, neue Mitarbeitende noch zielgerichteter ins Team und in ihre Aufgaben zu integrieren.

Wie schon erwähnt, funktionierten deren bisherige Arbeitsorte in vielen Bereichen anders, als wir das im Almacasa handhaben. Gewohnte Prioritäten im Pflegealltag dürfen und müssen losgelassen werden. Ich begleite die neuen Mitarbeitenden in dieser Angewöhnungsphase.

So wie ich es spüre, fördert Almacasa seine Mitarbeitenden in der Weiterbildung. Wie ist das im Vergleich mit anderen Institutionen?

Almacasa bietet sehr kurze Entscheidungswege und mehrere Varianten der Weiterbildung. Zum einen werden Kurse intern in der Academy durchgeführt, was den Zugang sehr erleichtert. Ebenfalls hat das «training on the job» einen hohen Stellenwert, also Einführungen und Schulungen direkt am Arbeitsort.

Schliesslich bieten wir mit «Almasapere» über 50 Online-Lernkurse an. Diese werden sehr gut besucht und jeweils mit einem Zertifikat abgeschlossen.

Ich habe noch nie einen anderen Arbeitgeber erlebt, bei dem die Weiterbildung und Karriereplanung der Mitarbeitenden so stark begleitet und unterstützt werden.

Vor drei Jahren hat das Schweizer Volk mit einem wuchtigen Ja die Pflegeinitiative der Gewerkschaften angenommen. Was spürt man heute davon im Pflegealltag?

Das ist noch nicht an der Basis angekommen. Im Kanton Zürich werden gerade erst die Umsetzungsbestimmungen ausgearbeitet. Ich rechne damit, dass erst in ein bis zwei Jahren konkrete Verbesserungen in der Breite sichtbar werden. Bei Almacasa rechne ich nicht mit grösseren Veränderungen, weil sehr Vieles schon in der richtige Richtung läuft.

Wie soll sich jemand bewerben, der im Almacasa arbeiten möchte?

Es braucht sicher zuerst ein aussagekräftiges Motivationsschreiben mit Lebenslauf und den entsprechenden Zeugnissen. Gleichzeitig wissen wir, dass «Papierli» nicht das einzig Wichtige sind. Es gehört auch eine Einschätzung der Person und der vorhandenen Talente



Iris Rihs, zuständig für: Talente / Recruiting / Academy

dazu. Was macht diesen Menschen aus? Wofür hat er oder sie eine Leidenschaft, die im Alltag mit den Bewohnenden sinnvoll sein könnte?

Wir wollen Mitarbeitende, die das Menschliche mitbringen.

Wie ist deine Bilanz nach vier Monaten Almacasa?

Ich habe einen Arbeitsort wie hier schon lange gesucht. Und ich bin sehr glücklich, hier arbeiten zu können.

almacasa
SELBSTBESTIMMT UMSORGT

Pfungener Kinder zu Besuch im Almacasa

Die schulergänzende Betreuung ist in Pfunzen seit Jahren ein fester Bestandteil des Angebots für Schulkinder. Sie schafft ein anregendes und altersgerechtes Umfeld, das vielfältige und sinnvolle Erfahrungen im Alltag ermöglicht. Am Freitagnachmittag, 8. November, kamen

acht Schulkinder zusammen mit zwei Betreuerinnen zu Besuch ins Almacasa.

Als erstes zog das Aquarium in der Wohnküche die Kinder in seinen Bann. Fische in allerlei Farben und Formen sowie eine liebevolle Bepflanzung sorgten für Gesprächsstoff. Zusammen mit

Almacasa-Bewohnenden und Mitarbeitenden stimmten die Kids dann einige bekannte schweizerdeutsche Lieder an.

Und auch die handwerklich Interessierten wurden nicht vergessen: Es galt, Lampions mit verschiedensten, selbstklebenden Figuren und mit Filzstiften zu verzieren. Zusammen mit Bewohnenden wurden die Figuren von ihren Schutzfolien abgezogen und auf die Lampions geklebt. Nachdem alle Lampions fertig verziert waren, erhielten sie stimmungsvolle elektrische Kerzen. Als dann noch die Rollläden heruntergefahren wurden, erfüllte eine warme und heimelige Stimmung den Raum.

Ein spannendes Kartenspiel rundete den Nachmittag ab.

Zwei Stunden Abwechslung und Zusammensein von Jung und Alt – für alle eine Bereicherung. In einem Monat will man sich wieder treffen, dann in den Räumen Tagesstrukturen der Schule Pfunzen – gemeinsames Backen von Weihnachtsguetzli ist angesagt!



Gemeinsames Singen von Schweizer Volksliedern



Gemeinsam basteln



Kniffliges Abziehen der Figuren



Aufmerksamer Kartenspieler



Gemeinsam geht es besser



Jung gegen Alt beim Kartenspiel



Die leuchtenden Lampions



Stolze Lampion-Bastlerin

Das Almacasa Oberengstringen feierte sein 10-jähriges Jubiläum

Am Samstag, 6. Juli feierte das Almacasa Oberengstringen sein 10-jähriges Jubiläum. Vor dem Haus wurde ein grosses Festzelt aufgestellt. Bewohnende, Mitarbeitende und deren Angehörige, sowie Mitarbeitende anderer Almacasa-Standorte und Gäste waren zum Fest geladen. Auch der Himmel meinte es gut, jedenfalls bis in den frühen Nachmittag wachte die Sonne strahlend über das Fest.

Die Standortleiterin Jolanda Raymund und ihre Stellvertreterin Ivana Lazarikova betonten die guten Beziehungen zu den Behörden und den Einwohnern der Zürcher Vorortsgemeinde. Almacasa sei heute in der Gemeinde bekannt und geschätzt.

Die Geschäftsleitung, Liliane Peverelli und Vincenzo Paolino, berichteten, wie aus einer Zufälligkeit Almacasa Oberengstringen entstand: In der Bauphase für das Almacasa Weisslingen sah Liliane Peverelli bei den Architekten Pläne für den Umbau eines ungenutzten Bürohauses im Wohnquartier von Oberengstringen. Ihr spontaner Gedanke: ideal für ein Almacasa. Und so geschah es.

Almacasa Oberengstringen ist heute mit der üppigen Vegetation, dem Spazierweg um das Haus und dem Garten zur Strasse, auf dem ein grosses Zelt Platz hat, eine Oase für die Bewohnenden und Mitarbeitenden. Der Gemeindepräsident André Bender betonte in seiner Rede, das Almacasa sei heute ein integrierter Bestandteil der Altersfürsorge der Gemeinde.

Und dann gab es noch Blumenstrüsse zu verteilen, denn mit dem Haus feierten auch drei Mitarbeitende ihr zehnjähriges Jubiläum: Natasa Milic, Andrina El-Asmar und die Standortleiterin Jolanda Raymund.



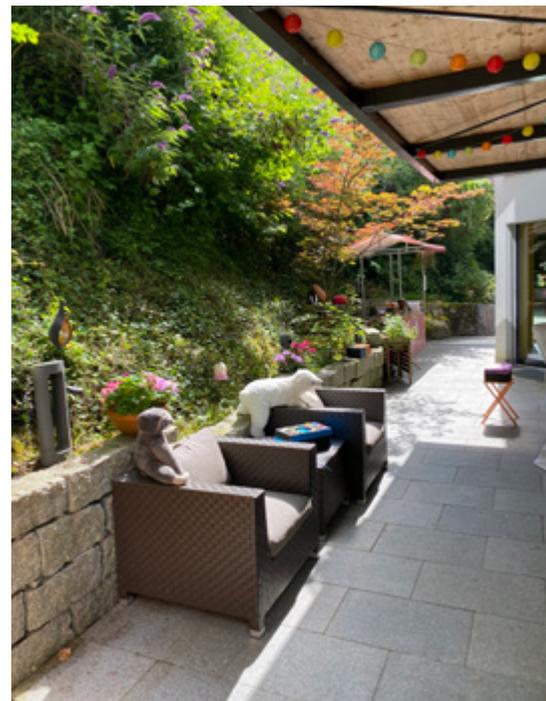
Wegweiser zu den Attraktionen



Live-Musik für gute Stimmung



Leckeres vom Grill



Parcours der Sinne um das Haus

Das Fest wurde mit viel Herzblut von den Mitarbeitenden organisiert. Nebst den köstlichen gastronomischen Angeboten wurde den Besuchenden auch noch das **Jahresthema** von Almacasa erlebbar gemacht: **Achtsamkeit**. Dazu dienten der **Parcours der Sinne** um das Haus (spüren, hören, fühlen, tasten) und eine Zeitreise der Lernenden in die Vergangenheit der Bewohnenden in den Fünfziger- und Sechziger-Jahren. In fantastischen Kleidern aus der Zeit, mit einer «antiken» Schreibmaschine und einem Telefon mit Wählscheibe haben sie bei den Älteren Erinnerungen geweckt und den Jüngeren einen Einblick in frühere Jahrzehnte gegeben.

Der einsetzende Regen am späteren Nachmittag schmälerte das gemütliche Beisammensein in keiner Weise.

Lieben Dank an alle Mitarbeitenden für das Gelingen dieses einmaligen Jubiläumsfests!



Zeitreise zurück in die Fünfziger- und Sechziger Jahre



Fröhliche Stimmung bei Musikklängen



Jubilarin Jolanda Raymund



Jubilarin Andrina Al-Asmar



Jubilarin Natasa Milic



Die Mitarbeitenden haben das Jubiläumsfest gemeinsam organisiert

Mehr Fotos auf der nächsten Seite >



Vincenzo Paolino, Daniela Caduff, Liliane Peverelli und Sr. Elisabeth Müggler



Clown Humolli und Jolanda Raymund



Irène Nilitschka, Vincenzo Paolino und Andi Nilitschka



Ivana Lazorikova mit Angehörigen



Genuss gehört dazu ...

Singnachmittag mit Schulkindern in Oberengstringen



Auftreten braucht Mut!



Singen auf Englisch und Deutsch



Tierische Freude für die Kids



Zuhören ist eher gemütlich

Am 12. November besuchten Zweitklässler das Almacasa Oberengstringen – Kinder die in der Umgebung wohnen und teilweise täglich auf ihrem Schulweg am Almacasa vorbeikommen.

Im grossen Aufenthaltsraum des Hauses steht ein Klavier, es gibt genügend Platz für den Chor von 19 Kindern und für die interessierten Zuhörerinnen

und Zuhörer unter den Bewohnenden des Hauses.

Die Lehrerin begleitete den Chor auf dem Klavier. Gesungen wurden moderne Lieder, einige waren in Englisch. Internationales Liedgut, Kinder von denen viele daheim kein Deutsch sprechen, Bewohnende und Pflegende aus verschiedenen Ländern – alle zu-

sammen erlebten einen freudvollen Nachmittag. Auch der Labradoodle der Standortleiterin Jolanda Raymund schaute vorbei und zeigte seine grosse Freude über den Besuch.

Im Dezember kommt die Klasse nochmals ins Almacasa, dann werden gemeinsam Weihnachtslieder gesungen.

Bewohnende berichten aus ihrem Leben



Martin Bigler

Herr Bigler, Jahrgang 1950, lebt seit April 2024 im Almacasa Regensdorf. Er machte eine Lehre als Hochbauzeichner, aber das war gar nicht sein Ding.

«Ich habe überhaupt nicht verstanden, was ich zeichnen musste, wo ich Anschlüsse einzeichnen soll und warum? Das war, wie wenn man nach dem Weg fragt und nur Bahnhof versteht. Ich fuhr dann zwei bis drei Jahre Taxi und organisierte nebenbei Transporte in den Fernen Osten.

Daneben habe ich gespielt: Backgammon, Bridge und Jassen. Ich ging an Turniere, an denen Preisgelder ausgeschrieben waren. Darin war ich ziemlich gut und wurde immer besser. Bald konnte ich davon leben, ich verdiente sogar sehr gut – wesentlich mehr als mit Taxifahren. Ich wurde unter anderem Weltmeister im Backgammon, Europameister im Bridge und Schweizer Meister im Jassen in der Spielvariante Differenzler. Ich habe gewonnen, gewonnen, gewonnen ... ich wusste gar nicht mehr, was verlieren bedeutet. Das ging rund 25 Jahre so weiter, bis das Internet aufkam. Die Turniere ver-

lagerten sich in die virtuelle Welt, die Chancen, Preisgelder an einem Turnier zu erhalten, wurden immer weniger. Ich habe dann wieder begonnen, Taxi zu fahren, bis ich aus gesundheitlichen Gründen nicht mehr durfte. Ich wurde zum Sozialfall.»

Herr Bigler reiste zu Turnieren in ganz Europa, aber auch zu den grossen Backgammon-Turnieren in den USA. Er erzählt dazu: «An den Turnieren in den USA waren die Preisgelder richtig eindrucksvoll. Als ich Schweizer Meister im Jassen wurde, gab es als ersten Preis ein Auto. Ich konnte es für rund 21 000 Franken verkaufen, denn ich brauchte ja keines – ich reiste ja mit dem Zug oder Flugzeug zu den Turnieren in der ganzen Welt. Ich brauchte keinen festen Wohnsitz, hatte aber ein Zimmer bei meiner Mutter, die mich jeweils vom Flughafen oder Bahnhof abholte.»

Seit rund fünf Monaten wohnt Martin Bigler nun im Almacasa Regensdorf. Das finde er bisweilen etwas langweilig, aber es gebe für ihn keine Alternative. Er könne vieles selber machen, ausser er fühle sich krank, dann schlafe er halt länger. Und doch sehe er, dass ein Leben alleine aufgrund der Schwierigkeiten mit dem Gedächtnis nicht mehr möglich ist.

Herr Bigler macht zurzeit mit grosser Freude mit bei einem Filmprojekt. Er erzählt dazu: «Wenn die Leute vom Filmprojekt mich googlen, dann finden sie mich in Ranglisten und sehen, was ich damals gewonnen habe. Das sind Listen, die mehr als zwanzig Jahre alt sind. Es ist für mich ein Rätsel, wie das möglich ist.»



Kurt Setz

Herr Setz, Jahrgang 1930, wohnt seit Juli 2024 im Almacasa Oberengstringen. Er ist in Zürich geboren und aufgewachsen und lebte dort bis zum Umzug ins Almacasa. Sein Sohn habe für ihn geschaut, dass er hierher kommen könne. «Er wohnt ganz in der Nähe, er hat gesagt, wenn etwas ist, dann könne er schnell hier sein. Ich kann ihn anrufen, wenn etwas ist, dann kommt er vorbei. Manchmal kommt er auch einfach so. Meine 13 Jahre jüngere Schwester besucht mich auch ab und zu.»

Herr Setz hatte ein kleines Transportgeschäft in Dällikon. Dazu erzählt er: «Ich war bei Ringier angestellt. Als die ab 1959 den Blick herausgaben, meinte mein Chef, ich könne doch eine Verteil-Tour übernehmen. Ich sei für ihn nicht verloren, denn ich mache ja weiterhin die Transporte. Seither habe ich genau das gemacht. Neben den Touren für den Blick arbeitete ich auch als Auftragschauffeur und Subunternehmer, ich bin in der ganzen Schweiz herumgekommen.»

In seiner Freizeit war Kurt Setz begeisterter Velofahrer und als Zuschauer

an vielen Strassenrennen dabei – unter anderem auch am Sechstagerennen im Hallenstadion, an der Tour de Suisse, am Giro d'Italia und an der Tour de France. «Wir reisten jeweils für zwei bis drei Tage an Orte, wo Etappen endeten und am nächsten Tag fortgesetzt wurden.»

Weiters erzählt er über seine Aktivitäten in der Freizeit: «Fussball war auch eine Leidenschaft von mir, ich bin Fan des FC Lugano.» Seine Mütze, die er in der Regel auf hat, unterstreicht diese Passion.

Zu seiner Zeit als aktiver Senior berichtet er: «Ich war Wanderleiter für die Senioren der Naturfreunde Schweiz, Sektion Zürich. Ich organisierte Wanderungen hier in der Umgebung, im Wallis und im Tessin. Ich musste etwas machen, ich konnte nicht die ganze Zeit zuhause hocken. Meine Frau kam auch oft mit. Sie ist vor zwei Jahren gestorben. Im Herbst, wenn sich die Wälder im Puschlav verfärbten, leitete ich dort Wanderwochen. Es waren jeweils rund 30 Personen dabei. Mehr ging nicht, wegen dem Platz im Hotel Le Prese am Lago di Poschiavo.»

Fragt man ihn, wie es ihm im Almacasa gefällt, antwortet er in seiner trockenen Art: «Es ist alles recht.»



Keiko Grimm

Frau Grimm, Jahrgang 1938, ist im japanischen Kobe geboren und aufgewachsen. Sie lebt seit fast drei Jahren im Almacasa Pfungen.

«Ich habe in Japan englische Literatur studiert. Die zweite Sprache die ich gelernt habe, ist Französisch. Doch das habe ich komplett vergessen. Deutsch verstehe ich ein Bisschen, ich habe diese Sprache nicht studiert, ich kann Deutsch nur vom Hören.» Das ist ihre persönliche Einschätzung; als Aussensehender würde man sagen, sie spricht sehr gut Deutsch.

Frau Grimm arbeitete für eine kleine Schweizer Firma in Kobe, der traditionellen, internationalen japanischen Hafenstadt für ausländische Handelsfirmen. Es gibt dort eine Schweizer Kolonie der Angestellten von Schweizer Firmen, die ein aktives soziales Beziehungsnetz im Schweizer Club pflegen. Gross gefeiert wird jedes Jahr der 1. August. Aber auch unter dem Jahr trifft man sich regelmässig, dazu sind natürlich auch die japanischen Mitarbeitenden eingeladen. Und so hat Frau Grimm ihren Mann kennengelernt. Er arbeitete in der Niederlassung von Sulzer.

Sie heirateten und bekamen drei Kinder. Diese gingen in Kobe in die internationale englischsprachige Schule. Ihr Mann war 16 Jahre in Japan tätig, dann folgte aus Karrieregründen der Umzug zurück in die Schweiz. Die Familie wohnte in Hettlingen in der Nähe von Winterthur. Frau Grimm dazu: «Die Leute von Hettlingen waren sehr nett zu mir. Die Kinder haben in einer Spezialklasse Deutsch gelernt.»

Als die Kinder grösser wurden arbeitete Frau Grimm als Reiseleiterin für japanische Touristen. Später zog die Familie in ein neues Heim in Elsau. Frau Grimm begann als Dolmetscherin Japanisch-Englisch zu arbeiten. Sie dolmetschte für japanische Regierungsbeamte bei deren Besuchen in der Schweiz, begleitete diese auf Reisen durch die Schweiz und Europa. Dazu kamen ähnliche Aufträge für Delegationen von grossen japanischen Firmen. Auch am WEF in Davos war sie als Dolmetscherin tätig und hat so viele prominente Leute kennengelernt. Gut erinnern kann sie sich noch an Bundesrat Moritz Leuenberger: «Ich war ganz überrascht, als ich für ihn ein zweites Mal dolmetschte, er wusste noch meinen Namen. Einer Politikerin habe ich meine Schuhe gegeben, denn sie hatte nur High Heels dabei und musste durch den Schnee gehen. Das sind Episoden, an die ich mich noch gerne erinnere.»

Frau Grimm hat durch ihre Tätigkeit mit Politikern und Managern die ganze Schweiz bereist, war mehr als hundert Mal auf dem Jungfrauojoch. Dabei erläuterte sie den Gästen auch die Eigenheiten der Schweiz und brachte ihnen die Schweizer Geschichte näher. «Es war eine interessante Zeit, ich habe sie als glücklich in Erinnerung. Durch meine Tätigkeit als Dolmetscherin für Führungspersonlichkeiten bin ich viel in der Welt herumgekommen.»

Frau Grimm beschäftigte sich auch mit Ikebana, der japanischen Kunst des Blumenarrangierens. Sie hat Kurse dafür gegeben. «Ich wollte hier im Almacasa auch Ikebana machen, aber das geht nicht. Die Blumen sind ganz anders.»

Ich bin glücklich in der Schweiz, vieles ist ähnlich oder gleich wie in Japan. Die Japaner sind zurückhaltend und korrekt, die Schweizer ebenso. Meine Mutter war auch in einem Altersheim. Die Qualität von Altersheimen ist in der Schweiz und in Japan sehr gut. Ich habe die halbe Welt gesehen, es ist nicht überall so. Das Essen hier ist sehr gut. Doch manchmal möchte ich zurück in mein Haus und mir etwas Japanisches kochen. Ich kann nicht jeden Tag in ein japanisches Restaurant gehen, denn das ist sehr teuer.»



Guido Girola

Herr Girola, Jahrgang 1936, lebt seit rund drei Monaten im Almacasa Weisslingen. Er ist in diesem Dorf aufgewachsen, ging hier in die Schule und lebte immer in dieser Gemeinde. Er besteht aber auf der italienischen Aussprache seines Vornamens. Sein Grossvater sei von Italien in den Tessin gekommen, später sei die Familie nach Trübbach im St. Galler Rheintal gezogen, wo sein Vater aufwuchs. Der Vater war Webmeister in der Weberei in Weisslingen, weiss er zu berichten. Er habe sich im Alter von 35 Jahren in die Schweiz eingekauft. Die Fabrikgebäude der ehemaligen Weberei sind noch immer Teil des Dorfes Weisslingen und zeugen von der ehemaligen blühenden Textilindustrie im Zürcher Oberland. Darin haben heute mehrere Firmen unterschiedlichster Art ihren Produktionsstandort.

Herr Girola war Mechaniker. Seine Lehre machte er in der Werkstatt der örtlichen Weberei und war danach auch dort angestellt, zuständig für die Wartung der Webmaschinen. Nach der Schliessung des Standortes Weisslingen arbeitete er in der Weberei Russikon, die sich auf hochwertige Baumwoll-Jacquard-Weberei spezialisiert hat und auch heute noch ein florierendes Unternehmen ist. Später war er Werkstattchef bei der Firma SMC, die im Bereich Pneumatik und Automation tätig ist und zu einem japanischen Konzern gehört.

Die Ehefrau von Herrn Girola war vor einiger Zeit Bewohnerin des Almacasa Weisslingen. «Sie ist leider gestorben», erklärt er mit Wehmut. «Jetzt bin ich hier, bin aber nicht allein, ein Kollege

aus dem Fussballclub wohnt auch hier. Und auch andere Leute von Weisslingen, die ich schon seit langem kenne.» Herr Girola hat zwei Söhne. Und es gibt Enkel und Urenkel.

«Im Militär war ich immer im Tessin, ich war der einzige in der Kompanie, der fließend Italienisch konnte. Ich musste jeweils mit den Gemeindevertretern verhandeln.»

Herr Girola war Mitglied und aktiver Fussballer im örtlichen Fussballclub, welcher in der 3. Liga spielte. Auch als Eishockeyspieler war er aktiv, er spielte mit im Team von Illnau. «Ich war der einzige Wisliger im Team. Wir hatten jeden Winter ein Trainingslager in Arosa.»

«Wir fuhren jedes Jahr mit dem Auto nach Italien und machen Badeferien in Lignano Sabbiadoro mit seinem elf Kilometer langen Sandstrand. Wir zelteten dort. In den späteren Jahren mieteten wir eine Ferienwohnung. Und natürlich besuchten wir unsere Verwandten, die in der Gegend von Udine ansässig sind.»

Und zum Abschluss meint er: «Die Leute hier im Almacasa sind sehr nett, sie umsorgen uns Bewohnende liebevoll.»



Irma Morant

Frau Morant, Jahrgang 1947, lebt seit Ende Juni 2024 im Almacasa Friesenberg. Sie hat gute Tage, an den sie sich freudig zu Wort meldet und aus ihrem Leben erzählt. Es gibt aber auch schlechte Tage, an denen sie müde ist und nicht mit ihrer Umwelt kommunizieren möchte. An solch einem Tag wollten wir mit ihr über ihr Leben sprechen. Stattdessen

hat ihr Mann für sie gesprochen und uns interessante Einblicke in ihr Leben gegeben.

Frau Morant ist in Oberägeri aufgewachsen. Sie war das älteste Kind von sechs Geschwistern. Der Vater war Unternehmer, er hatte eine Spenglerei. Ihre Mutter verstarb im Alter von 33 Jahren, da war Irma erst 11 Jahre alt. Sie musste dann viele Aufgaben im Haushalt übernehmen, das Lernen in der Schule war keine Priorität mehr. Sie schaffte es daher knapp, das achte Schuljahr abzuschliessen. Der Vater fand eine neue Lebensgefährtin, so bekam Irma eine Stiefmutter.

Wie aus Märchen und Erzählungen bestens bekannt, gibt es gute und böse, verständnisvolle und ablehnende Stiefmütter. Gegenüber von Irma habe sich die Stiefmutter eindeutig böse verhalten, weiss ihr Mann zu berichten. Sie habe dafür gesorgt, dass sie in das Kloster Mariastein bei Basel versorgt wurde. Sie arbeitete dort als Küchengehilfin und Hausangestellte.

Später fand Frau Morant eine Anstellung in der Küche des Spitals Laufen. Sie lernte ihren ersten Mann kennen, die beiden heirateten und hatten zusammen drei Kinder, zwei Mädchen und einen Buben. Es folgte ein Umzug nach Winterthur, wo ihr Mann eine Ausbildung zum Polizisten absolvierte. Später brach die Ehe auseinander und sie war mit ihren drei Kindern auf sich allein gestellt. Den Lebensunterhalt verdiente sie als Promotions- und Degustations-Mitarbeiterin an Messen, Ausstellungen und in Einkaufszentren.

Um im Leben weiterzukommen, besuchte Frau Morant dann eine Sekretarienschule (Schreibmaschinenschreiben) und fand mit ihrer verbesserten Qualifikation Anstellungen in der Administration. Darauf folgte bis zu ihrer krankheitsbedingten vorzeitigen Pensionierung eine Anstellung bei Piatti Küchen und Fenster.

1989 lernte sie ihren heutigen Mann Willi Morant kennen, seines Zeichens professioneller Musiker, klassischer Trompetenspieler und Musiklehrer für das Trompetenspiel. 1991 heirateten sie und zogen in eine gemeinsame Wohnung in der Tiergartensiedlung unweit vom Friesenberg, wo sie 33 Jahre zusammen lebten.

Frau Morant ist heute stolze Urgrossmutter von einem Urenkel und einer Urenkelin. Das Familiäre und Häusliche war ihr wichtig. «Meine Frau war eine eifrige und begabte Näherin und Strickerin. Kochen konnte sie auch ausgezeichnet und sie war eine perfekte Gastgeberin.

Sie wusste genau, wie man einen Tisch festlich herrichtet.»

Mit diesen positiven Erinnerungen schliesst Herr Morant seinen Bericht. «Wir waren letztes Jahr noch zusammen in den Ferien. Eine Woche Flusskreuzfahrt von Amsterdam nach Berlin. Die

Zeit auf solch einem Schiff ist ideal mit Menschen mit eingeschränkter Mobilität. Die Ausflüge an Land machten wir nicht mit. Ich führte meine Frau jeweils im Rollstuhl herum – wir verbrachten eine wundervolle Zeit.»



Grosse Freude an kleinen Glasperlen

Wie uns allen bekannt, geniesst es Frau F., wenn sie uns, den Mitarbeitenden von Almacasa, etwas zeigen oder über sich erzählen kann. Sie geniesst es und blüht richtig auf, wenn wir ihr Zeit schenken. Da es draussen nun kalt wurde und sie auch nicht mehr so viel Arbeit mit den Blumen im Garten hat, braucht sie eine

andere Beschäftigung. Wir überlegten zusammen, was da in Frage kommen könnte. Frau F. machte dann den Vorschlag, «eins rauchen» zu gehen.

Ich begleitete sie als Nichtraucherin. Wir waren uns einig, dass es noch was anderes geben müsse, um in dieser Kälte Zeit zu verbringen. Es dauerte nicht

lange, da zeigte Frau F. mir, wie schon öfters, was für Ketten und Armbänder sie besitzt. Einige davon sind kaputt. So entstand die Idee, Glasperlen zu kaufen und zusammen mit ihr Armبänder zu basteln. Die Freude darüber steht ihr in ins Gesicht geschrieben, oder?

Isabella Staub

Mitarbeitende stellen sich und ihre Talente vor



Enrico Tollardo

Fachmann Betreuung (FaBe), Tagesverantwortung, Almacasa Regensdorf, Jahrgang 2002

Ich machte eine Lehre als Fachmann Betreuung in einem Behindertenheim. Wir betreuten dort auch ältere Bewohnende mit Demenz. Während der Corona-Pandemie gab es viele pflegerische Aufgaben zu erledigen.

Ich bin zwar militärdiensttauglich, wollte aber nicht ins Militär. Ich habe mich für den Zivildienst entschieden und leitete diesen an einem Stück. Für mich war das wie ein Praktikum, ich war in Einsätzen in Behindertenwerkstätten, in Altersheimen und Klassenassistent an einer Sekundarschule. Ich unterstützte den Lehrer bei der Gestaltung der Lektionen, korrigierte Prüfungen, organisierte Dinge für den Unterricht, begleitete Schüler, die mit dem Lehrstoff Mühe haben, repetierte mit ihnen diesen Stoff und assistierte bei den Hausaufgaben. Es waren Kinder von 10–16 Jahren. Ich wollte mal Lehrer werden, ich fand, das würde gut zu mir passen. Dank dem Zivildienst habe ich in unterschiedlichste Institutionen gesehen.

Das half mir, mich zu entscheiden. Im Altersheim fühle ich mich am wohlsten. Nach dem Zivildienst arbeite ich eine Zeit lang für ein Temporärbüro mit Einsätzen in Altersheimen. Seit Juli 2023 bin ich nun im Almacasa Regensdorf.

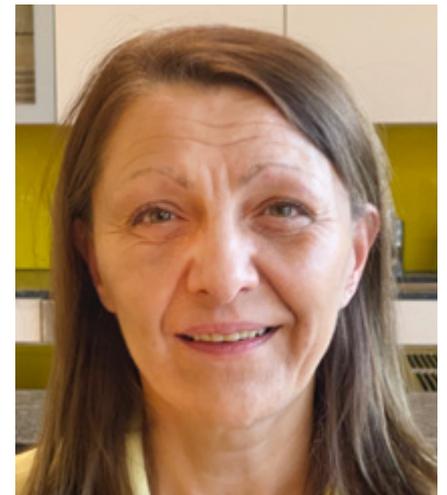
Ich habe mich für eine Lehre als Fachmann Betreuung entschieden, denn ich hatte grosse Mühe mit Blut, Nadeln und Spritzen. Man sagte mir, ein Fachmann Betreuung mache das Gleiche wie ein Fachmann Pflege, einfach ohne Spritzen. Ich musste dann auch als Fachmann Betreuung trotzdem Insulin-Spritzen setzen. Heute bereitet mir der medizinische Aspekt des Pflegeberufs keine Mühe mehr. Ich fühle mich jetzt in diesem Bereich sicher und möchte mich in diese Richtung weiterbilden.

Mein Ziel ist, Teil des Pflegestützpunktes zu werden. Und sehr weit nach vorne geschaut, ein Altersheim zu führen. Jörg Fuhrmann ist für mich ein grosses Vorbild: Ich möchte eines Tages – in vielen Jahren – ein solches Vorbild für andere sein.

Was ich mir auch vorstellen könnte, ist Berufsbildner im Pflegebereich. Das wäre die perfekte Vereinigung meiner Begabungen und Interessen. Es gibt noch andere berufliche Ziele, die mich ab und zu gedanklich reizen: Wir sind eine grosse Familie, ein Teil davon lebt in Amerika und betreibt dort viele Restaurants. Ich denke, ich könnte mich dort problemlos einbringen. Mein Bruder möchte ein Restaurant hier in Zürich eröffnen, vielleicht beteilige ich mich daran.

Geduld für die Defizite der Bewohnenden zu haben, das kann schwierig sein. Doch ich denke, ich habe die nötige Geduld dafür. Sich Zeit nehmen für Bewohnende, Probleme zu lösen, hier zu arbeiten, ist für mich, wie daheim zu sein. Das Behindertenheim, in dem

ich die Lehre gemacht habe, das war ein Zuhause für die Bewohnenden. Die Alters- und Pflegeheime, die ich während des Zivildienstes und während der Zeit der Temporäreinsätze gesehen habe, waren Heime, kein Zuhause. Hier im Almacasa fühle ich mich wohl, denn es ist ein Zuhause, in dem wir individuelle Pflege und Betreuung leisten.



Kata Pujic

Pflegeassistentin SRK, Almacasa Friesenberg, Jahrgang 1971

Ich bin in einem kleinen Dorf, umringt von Wäldern und Bergen, in Bosnien-Herzegowina aufgewachsen. Wir waren sechs Kinder. Nach der Schule kam ich als 16-Jährige als Au-pair zu meinem in der Schweiz lebenden Cousin und betreute seine Kinder. Dabei lernte ich den Bruder seiner Frau kennen. Wir heirateten 1988 und wohnten hier in der Schweiz. Ich bin so froh, dass ich hier leben konnte und den Krieg von 1992 bis 1995 nicht miterleben musste.

Ich arbeitete zwei Jahre in einer Privatklinik als Zimmermädchen/Reini-

gungskraft. Ich wollte dort in die Pflege wechseln, aber dafür braucht man in den Pflegehelferkurs des Schweizerischen Roten Kreuzes (SRK). Ich konnte mir das nicht leisten. Leider wurde die Klinik nach zwei Jahren geschlossen. Ich fand dann in der Couvert-Fabrik Goessler eine Arbeit. Dort war ich während 33 Jahre angestellt.

Meine Ehe ging in Brüche, als mein Sohn fünf Jahre alt war. Als alleinerziehende Mutter konnte ich mir meinen Herzenswunsch – den SRK-Kurs zu machen – nie erfüllen. Vor sechs Jahren kam mein lieber Sohn zu mir zu Besuch, nahm seinen Laptop und meldete mich an für den SRK-Kurs. Er hat alles Nötige organisiert und bezahlt. So wurde mein Herzenswunsch Wirklichkeit: Ich konnte den Pflegehelferkurs SRK besuchen und erfolgreich abschliessen. Ich habe fünf Tage gearbeitet und pendelte jeden Samstag nach Winterthur in die Schule. Als Erwachsene wieder auf der Schulbank zu sitzen, war ein herrliches Gefühl. Ich habe diese Zeit in wunderbarer Erinnerung.

Ich suchte anschliessend eine Anstellung in der Langzeitpflege, bekam aber nur Absagen. Das Argument war meistens: zu wenig Erfahrung. Ich hatte ja nur die Erfahrung von 15 Tagen Praktikum während des SRK-Kurses. Doch meinen Traum gab ich nie auf. Im August des letzten Jahres war ich in der Physiotherapie und kam mit den Therapeuten über meinen beruflichen Traum ins Gespräch. Sie stellten mich Gisela Tobler vor, der Standortleiterin des Almacasa Friesenberg. Sie ermunterte mich, ich solle doch eine schriftliche Bewerbung einreichen. Im September wurde ich zu zwei Schnuppertagen eingeladen; Gisela war zufrieden mit mir und wir machten einen Arbeitsvertrag. Ich musste noch kündigen bei Goessler und die Fristen einhalten. Seit Januar 2024 arbeite ich nun hier. Ich bin so dankbar für diese Chance, die mir Gisela, Liliane, Vincenzo und Brilant gegeben haben. Sie haben mir die Türe zur Almacasa-Welt geöffnet.

Das Glück meint es nun nach all den Jahren gut mit mir. Ich wohne nur drei Minuten entfernt von hier. Keinen langen Arbeitsweg zu haben, erleichtert vieles. Die Schweiz ist meine neue Heimat geworden. Und ich bin meinem

Sohn so dankbar für das, was er mir ermöglicht hat. Er hat mir gesagt, das sei sein Dank an mich als alleinerziehende Mutter. Normalerweise ist es ja oft umgekehrt: Die Eltern unterstützen ihre erwachsenen Kinder in schwierigen Lebenslagen.

Das Almacasa ist für mich das zweite Zuhause geworden. Es wird mir warm ums Herz, wenn sich die Bewohnenden bei mir für die Hilfe bedanken. Ich hoffe, dass ich die zwölf Jahre bis zu meiner Pensionierung hier arbeiten kann. Ich pflege und betreue die Bewohnenden mit meinem ganzen Herzen und freue mich jeden neuen Tag, hier zusammen mit dem wunderbaren Team zu arbeiten. Ich fühle mich rundum glücklich, Teil des Almacasa-Teams zu sein.



Jacqueline Velasquez

Pflegeassistentin, Beschäftigung und Kochen, Almacasa Oberengstringen, Jahrgang 1967

Ich arbeite seit dem 1. Dezember 2023 bei Almacasa im A2-Dienst. Dieser Dienst dauert von 10.00 bis 19.30 Uhr und beinhaltet viele verschiedene Aufgaben. So bereite ich das Mittag- und Abendessen vor und beziehe dabei die Bewohnenden nach Möglichkeit mit ein. Ebenso wichtig ist aber meine Präsenz im Wohnbereich für kleine und grosse Sorgen, die ich dann bei Bedarf an meine Kolleginnen weiterleite. Dazu kommt die Aufgabe der Alltagsgestaltung. Das ist manchmal nicht so einfach, da die Bewohnenden unterschiedliche Fähigkeiten und Wünsche haben.

Ich komme aus Santo Domingo (Dominikanische Republik), seit 1998 lebe ich in der Schweiz. Da ich die deutsche Sprache nicht konnte, arbeitete ich zuerst in der Gastronomie in einem italienischen Restaurant im Service und am Buffet. Später war ich Barista im Jelmoli und in der Uni-Mensa Zentrum des ZFV (Zürcher Frauenverein). Danach arbeitete ich in der Migros Sonnenhof in Rapperswil im Take-Away und in einem Marché Restaurant.

Nach diesen Gastronomie-Erfahrungen fragte ich mich: Will ich weiter in solchen Jobs arbeiten? Ich bin ein Mensch, der gerne mit anderen Menschen zusammen ist. Ich fragte mich, wie es wäre, für alte Menschen zu arbeiten? Das war etwas, das ich schon lange im Kopf hatte und im Herzen herumtrug. Als Krankenschwester zu arbeiten, ging nicht, denn ich habe ja keine Ausbildung in diesem Bereich. Ich habe dann jemanden kennengelernt, der im Almacasa gearbeitet hatte. Sie hat mir empfohlen, mich bei Almacasa zu melden und hat mir die Kontaktdaten gegeben. Und ich habe mich beworben.

Ich habe grosses Glück, dass ich diesen Job bekommen habe, denn trotz der langen Zeit, in der ich in der Gastronomie beschäftigt war, hatte ich keine Erfahrung mit Kochen. Mein Ziel war, mit Bewohnenden zu arbeiten. Zum Glück wurde ich sehr gut eingeführt in Bereiche wie Hygiene, Zubereitung und Dekoration der Gerichte. Es freut mich, wenn ich sehe, wie die Leute mit Appetit essen, es ihnen mundet.

Der A2-Dienst im Almacasa ist der beste Job, den ich bisher hatte. Ich bin sehr zufrieden hier. Wenn ich am Morgen um 10 Uhr ins Almacasa komme und wir uns alle begrüßen, wird es mir warm ums Herz. Es ist für mich ein Zuhause.

almacasa
SELBSTBESTIMMT UMSORGT



Flavio Zwahlen

Pflegeassistent, Beschäftigung und Kochen, Almacasa Weisslingen, Jahrgang 2002

Ich bin gelernter Bürokaufmann EFZ. Meine Lehre machte ich über Login.org, das ist der professionelle Ausbildungspartner von über 40 Unternehmen in der Welt der Mobilität. Dazu gehören öffentliche Verkehrsunternehmen wie SBB, BLS, Edelweiss, Swiss und viele weitere. Ich war ein Semester bei der Bahn am Schalter, ein Semester beim Check-in am Flughafen, ein Semester im Büro bei Edelweiss, ein Semester bei Lost and Found, und das letzte Jahr bei Swissport am Check-in auf dem Gate am Flughafen.

Seit letztem Oktober arbeite ich nun im Almacasa Weisslingen. Ich war zusammen mit Jannis Lienert in der Schule. Er machte hier eine Lehre als Koch im Alma Bistro und arbeitet weiterhin hier. Letzten Sommer arbeitete ich in der Küche in der Badi Pfäffikon. Als diese im Frühherbst zu machte, meinte Jannis: «Du kochst gerne und kannst es gut mit Leuten, komm doch ins Almacasa!» Ich kam dann schnuppern, Nicole Kern war begeistert – und jetzt bin ich seit einem Jahr hier. Ich mache A2-Dienst, das heisst, ich koche für und wenn möglich mit den Bewohnenden, ich betreue, tanze, spaziere, singe und spiele mit ihnen. Das ist voll mein Ding, ich liebe diese Arbeit. Klar, nicht jeder Tag ist gleich einfach, doch ich bin sehr froh, dass ich die Möglichkeit habe, hier zu arbeiten. Nach der Lehre wusste ich nicht, was ich will, ich machte

ein Praktikum hier und dort, arbeitete an der Heilpädagogischen Schule für behinderte Jugendliche in Uster und in der Badi Pfäffikon. Ich wusste, ich möchte im sozialen Bereich arbeiten, aber nicht nur. Ich wusste aber auch, ich will kochen. Hier habe ich jetzt den perfekten Mix.

Seit Kindheitstagen ist Kochen meine Leidenschaft. Schon in der Lehre merkte ich, am Morgen zuerst den PC zu starten, das ist nicht mein Ding. Ich brauche den sozialen Austausch. Ich habe den Eindruck, die Bewohnenden reagieren gut auf mich. Ein junger Mann ist eher etwas Ungewohntes in einem Altersheim: Wir sind fünf Männer und etwa 40 Frauen, die hier betreuen und pflegen.

Die Bewohnenden verdienen es, mit Würde behandelt zu werden. Es ist eine schwierige Lebensphase für sie, wie auch für die Angehörigen und bisweilen auch für uns. Es macht mir Freude, einen Raum für sie zu schaffen, wo sie so sein können, wie sie sind und wo sie sich akzeptiert fühlen. Ich möchte ihnen die bestmögliche Zeit schenken, denn wir sind die letzte Station in ihrem Leben. Ich finde, wir haben im Almacasa einen sehr schönen Umgang mit den Leuten. Es ist mir wichtig, wie man mit den Leuten umgeht. Ich sage den anderen Mitarbeitenden schnell, das stimmt für mich so nicht, wenn ich

das Gefühl habe, das Verständnis für die Bedürfnisse der Bewohnenden könnte besser sein. Im Umgang mit ihnen sollte man die Regeln einhalten.

Die Zukunft lasse ich auf mich zukommen. Es kommt, wie es kommt – das ist meine Devise. Doch ich mache mir auch Gedanken, wie mein zukünftiges Arbeitsleben aussehen könnte. Lehrer für Hauswirtschaft an einer Sekundarschule, das wäre etwas, was mich interessiert. Viele meiner Kollegen kochen überhaupt nicht, wissen auch nicht, wie man wäscht und putzt. Ich finde, das gehört zum Erwachsensein, zum Alleinwohnen. Für mich ist Kochen Entspannung, ich verbringe meine freien Sonntage meistens am Herd. Eine andere berufliche Möglichkeit wäre Arbeitsagoge, also Lehrer und Betreuer in einer geschützten Werkstatt. Dort könnte ich den Schützlingen beibringen, wie man kocht und arbeitet. Gleichzeitig steht man im Kontakt mit der KESB und den Angehörigen. So ganz genau weiss ich noch nicht, wohin der Weg geht. Klar ist, ich möchte mich im sozialen Umfeld betätigen. Ich bin jetzt 22 Jahre alt, ich habe noch Zeit, passende Perspektiven auszuloten. Ich setze mir keine Grenzen im Kopf, es ist auch okay, wenn ich noch fünf Jahre hier bin. Der berufliche Lebenslauf sieht schliesslich besser aus, wenn man ein paar Jahre am selben Ort bleibt.

«Ich betreue, tanze, spaziere, singe und spiele mit den Bewohnenden»

Dieses Zitat von Flavio Zwahlen zeigt, was die Mitarbeitenden von Almacasa alles so machen, um die Bewohnenden zu aktivieren, ihnen die Langeweile zu verkürzen und sie zu körperlicher Aktivität anzuregen.

Ein Tanznachmittag mit den Taxidancern im Alma Bistro in Weisslingen eignet sich perfekt dazu. Aussenstehende Besucher, Familienangehörige, Freunde und Bekannte und natürlich auch Bewohnende anderer Almacasa-Standorte und ihre Betreuenden sind herzlich dazu eingeladen.

Die nächsten Termine, jeweils 14.30 bis 16.30 Uhr, im Alma Bistro Weisslingen:

Donnerstag	9. Januar	2025
Donnerstag	6. Februar	2025
Dienstag	18. Februar	2025
Donnerstag	6. März	2025
Montag	24. März	2025
Montag	7. April	2025
Dienstag	22. April	2025
Montag	5. Mai	2025
Montag	26. Mai	2025

almacasa
SELBSTBESTIMMT UMSORGT

Zwei gutmütige Lamas zu Besuch im Almacasa Pfungen



Freude herrscht!



Man kann dich einfach nur lieb haben

Lamas, Haustiere aus den Anden Südamerikas, sieht man hierzulande immer öfters auf der Weide. Sie werden ihres Fleisches und ihrer Wolle wegen gehalten. Die gutmütigen Tiere kann man aber auch als Lastenträger auf einer Wanderung mitführen – das macht Spass.

Und dann gibt es noch den Einsatz als Therapietiere – bei entsprechender Angewöhnung sind sie äusserst gutmütig zu fremden Personen und lassen sich gerne streicheln. Diese Sanftmut löst bei Menschen positive Gefühle aus: Es ist nicht nötig zu sprechen, es reicht, die Verbundenheit mit der Kreatur zu fühlen. Am 24. Oktober kamen die Tiere von «Amalama» per Lift in die erste Etage des Almacasa Pfungen und waren die Attraktion für Bewohnende und Mitarbeitende.

Um das Spezielle dieses tierischen Besuchstages zu unterstreichen, hat man ihn mit dem schon traditionellen Herbstfest in Pfungen mit Marronis, Kürbissuppe und Glühwein verbunden.



Kommunikation auf Augenhöhe

Dr. Age beantwortet Ihre Fragen



Dr. Age, Radio1, FM 93.6, So 15.15 Uhr
www.radio1.ch/de/podcasts/dr-age

Mit Demenz leben ist möglich

Dr. Age – «Meine Mutter hatte Alzheimer, nun habe ich es auch. Aber ich habe von ihr gelernt, nicht zu verzweifeln.» Das ist der Titel eines Artikels in der New York Times, geschrieben vom rund 75 Jahre alten Stephen Gettinger, ehemaliger Redaktor der Zeitung.

Er schreibt über seine Alzheimer-Diagnose. Er thematisiert darin etwas, was ich immer wieder höre: Eine Alzheimer-Diagnose ist kein Grund, sich gleich umzubringen. Sondern, es ist eine Erkrankung, mit der man sehr lange noch gut leben kann. Dabei gilt es, nicht ständig in Panik zu sein, nicht getrieben zu sein von beängstigenden möglichen Szenarien: was man alles bald nicht mehr kann, was alles Schlimmes auf einen zukommen könnte. Denn Fakt ist, es kommt nicht auf alle Alzheimer-Patient:innen das Schlimmste zu. Die Mutter des Autors beispielsweise, die hat in ihrer Zeit, wo die kognitiven Fähigkeiten, also die gedanklichen, verstandesmässigen Fähigkeiten abnahmen, ihre lebensbegleitenden Depressionen verloren. Sie war nicht mehr depressiv, wie ihr halbes Leben davor. Sie entwickelte in Folge der Krankheit eine positive Ausstrahlung. Sie hat bestimmte Dinge vergessen, im interaktiven Moment mit vertrauten Menschen hingegen war sie sehr präsent.

Ich selbst habe in meiner beruflichen Karriere viele Leute mit Demenz erlebt, auch mit einem fortgeschrittenen Krankheitsbild, die ich als «freundlich verwirrt» bezeichnen möchte. Das kann bis zum Tod so anhalten, die Situation erlebt die betroffene Person nicht als schlimm und beängstigend. Schlimm ist es eher für die anderen, die nicht begreifen können, wie geliebte Angehörige sich verändern. Dieser Artikel in

der New York Times hat mich sehr berührt, weil er meinen humanistischen Ansatz im Umgang mit Menschen mit Demenz bestätigt und stärkt.

Was heisst «humanistischer Ansatz»? Das bedeutet für mich, ein Mensch der eine Alzheimer-Diagnose erhält, soll nicht ab dem Moment dieser Diagnose ein Schild auf die Stirn bekommen, auf dem steht: dement! Ich wehre mich auch dagegen, dass man sagt, der, die und die ist jetzt dement. Damit verschwindet der Mensch hinter der Diagnose. Im Gegenteil, der Mensch ist immer noch da, er hat jetzt einfach dieses Handicap. Wir dürfen den Menschen ihre Individualität und ihr Menschsein nicht absprechen. Das ist meiner Meinung nach viel zu häufig der Fall. Deswegen setze ich mich seit vielen Jahren dafür ein, dass sich das ändert.

Silbernes Humankapital – eine Idee aus Japan

Dr. Age – Japan ist das Land auf der Welt mit den meisten Senior:innen und mit dem höchsten Altersdurchschnitt. Das hat mit der Ernährung zu tun, aber auch mit bestimmten japanischen Traditionen. Aus Japan kommen immer wieder neue Ideen, wie man das Leben im Alter erleichtern kann, vor allem im Bereich der unterstützenden Technik und im Bereich Animation. Ich bin nicht mit allen Neuheiten einverstanden, ich denke, die mitmenschliche Interaktion ist besser, als von elektrischen Robben umgeben zu sein oder von Robotern, die mir auf einem Bildschirm zulächeln.

Aber es gibt auch Ideen, die mir gefallen. Eine solche ist diese: In vielen japanischen Gemeinden und Städten gibt es ein «Zentrum für silbernes Humankapital». Ältere Japanerinnen und Japaner haben dort die Möglichkeit,

etwas zu tun – zu arbeiten. Beispielsweise in einer Werkstatt – natürlich ohne Akkord und auch nicht mehr 40 Stunden je Woche –, wo man traditionelle japanische Handwerkskunst reparieren lassen kann, wie beispielsweise Schiebetüren mit einer Bespannung aus Papier, bemalt mit traditionellen Motiven. Ich finde, das ist eine sehr gute Möglichkeit, denn auch in Japan ist der Fachkräftemangel sehr gross. Es gibt gar nicht genug Schreiner, die solche Türen handwerklich akkurat reparieren können. Das ist eine Win-Win-Situation. Der älter werdende, oder sogar der hochaltrige Mensch hat eine sinnstiftende Tätigkeit, und die Gesellschaft profitiert davon, wenn dieses Potential nicht verloren geht.

In der Schweiz bietet die Pro Senectute ähnliche Programme an für ältere Menschen, die etwas leisten wollen und für ältere Menschen, die etwas brauchen. Dies vor allem im Bereich Treuhanddienste, Büroassistenten, Betreuung, Haushaltshilfe.

Wenn es uns gelingt, auf unkomplizierte Art und Weise, älteren Menschen die Möglichkeit zu geben, sich wertvoll einzubringen, sich nicht ausgegrenzt und auf dem Abstellgleis zu fühlen, dann machen wir einen grossen Schritt vorwärts hin zu einer altersfreundlichen Gesellschaft.

almacasa
SELBSTBESTIMMT UMSORGT

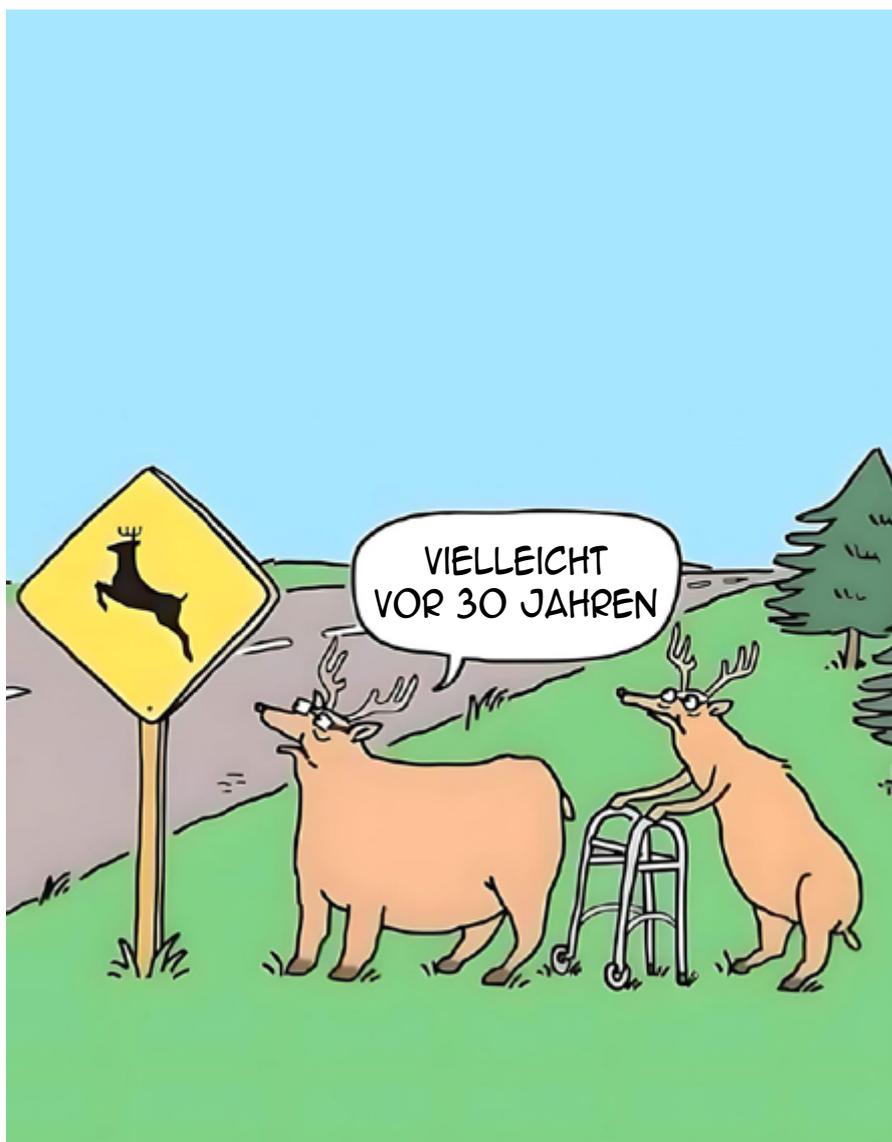
Panorama: Freudiges, Spassiges und Hintergründiges



Aziz Gezik, Pflegeassistent

Seit August 2021 gehört er zum Team des Almacasa Friesenberg. In der letzten Hauszeitung Nr. 13 erschien ein Porträt über ihn.

Seine tiefgründigen geschichtlich-philosophischen Gedanken zum Alter finden sich auf Seite 5. Vielen Dank Aziz, dass du neben der berufsbegleitenden Ausbildung zum Fachmann Gesundheit (FaGe) dafür Zeit gefunden hast.



«Gönd Sie nume, mir tüend scho luege»

Vor einigen Jahren arbeitete ich im Spätdienst im Almacasa Oberengstringen. Ich hatte viel zu tun und eine Bewohnerin war an diesem Abend recht unruhig. Sie lief in ihrer unscheinbaren Art im ganzen Haus mit den drei Stockwerken herum. Die anderen Bewohnenden kannten sie und verstanden, dass sie aufgrund ihrer Demenz manchmal dieses Verhalten

zeigte. Auch war ihnen aufgefallen, dass ich ein wenig gestresst war. Als ich dann in einer der Wohngruppen um etwa 19.30 Uhr vorbeischaute, riefen mir die Damen am Tisch zu: «Herr Paolino, gönd sie nume, mir tüend scho luege.»

Dieses Erlebnis hat mir gezeigt und meine Sichtweise bestärkt, dass die sozialen Kontakte, welche in den

kleinen Wohngruppen von Almacasa entstehen, zwischenmenschlicher Kitt sind. Man nennt das in der Fachwelt «soziales Kapital». Davon profitieren in dem Wohngemeinschaften von Almacasa alle: Bewohnende, deren Angehörige und Mitarbeitende.

Vincenzo Paolino

Agenda

Impressum

Herausgeber: Spectren AG / Almacasa
 Redaktions-Team: Susan Biondi, Martina Colletti,
 Jannis Lienert, Mirjeta Indrizi, Vincenzo Paolino,
 Utat Sawangsri, Thomas Voelkin (Leitung)
 Gestaltung: Thomas Voelkin
 Erscheinungsweise: 2–3 Mal pro Jahr
 Auflage: 1500 Ex.
 Druck: Druckmanufaktur Urdorf
 Kontakt: redaktion@almacasa.ch

Almacasa Friesenberg

Schweighofstrasse 230, 8045 Zürich
 +41 58 100 80 80
 friesenberg@almacasa.ch
 www.almacasa.ch/friesenberg

Almacasa Grünmatt

Grünmattstrasse 4, 8055 Zürich
 +41 58 100 80 70
 gruenmatt@almacasa.ch
 www.almacasa.ch/gruenmatt

Almacasa Oberengstringen

Zürcherstrasse 70, 8102 Oberengstringen
 +41 43 544 22 22
 oberengstringen@almacasa.ch
 www.almacasa.ch/oberengstringen

Almacasa Pfungen

Bahnhofstrasse 7, 8422 Pfungen
 +41 52 544 99 99
 pfungen@almacasa.ch,
 www.almacasa.ch/pfungen

Almacasa Regensdorf

Haus der Vielfalt, Im Stockenhof 18,
 8105 Regensdorf, +41 43 544 49 49
 regensdorf@almacasa.ch
 www.almacasa.ch/regensdorf

Almacasa Weisslingen

Dorfstrasse 3b, 8484 Weisslingen,
 +41 52 544 44 44
 weisslingen@almacasa.ch
 www.almacasa.ch/weisslingen

Almacasa Friesenberg

Fr 13. Dez. **Weihnachtsfest** mit Angehörigen, ab 17.00 Uhr

Almacasa Grünmatt

Fr 13. Dez. **Weihnachtsfest** mit Angehörigen, ab 17.00 Uhr

Almacasa Oberengstringen

So 1. Dez. **Der Samichlaus kommt zu Besuch**, 13.30 Uhr

Sa 7. Dez. **Weihnachtsfest** mit Angehörigen, ab 16.00 Uhr

Di 10. Dez. **Christkind-Clown Humolli**, 14.30 Uhr, Besucher sind willkommen

So 15. Dez. **Circus Connelli**, 15.00 Uhr

Almacasa Pfungen

Do 19. Dez. **Weihnachtsapéro** auf den Wohngruppen, 14.00 – 17.00 Uhr

Do 30. Jan. **Angehörigen-Begegnungsabend**, 17.30 bis 20.30 Uhr

Do 18. Sept. **Angehörigen-Begegnungsabend**, 17.30 bis 20.30 Uhr

Almacasa Regensdorf – Haus der Vielfalt

Fr 13. Dez. **Advent-Apéro** mit den Bewohnenden im Wohnbereich

Do 19. Dez. **Weihnachtsfest** mit Angehörigen, ab 17.00 Uhr

Do 23. Jan. **Willkommen 2025** – Offener Apéro zum Jahresbeginn

Sa 1. März **Ein Jahr Haus der Vielfalt** – Begegnung – Austausch – Verweilen

Do 20. März **Erinnerungsstunde mit Angehörigen**, 19.00 Uhr

Almacasa Weisslingen

Di 10. Dez. **Weihnachtsfest** mit Angehörigen, WB 1 + 2, 17.30 Uhr

Do 12. Dez. **Weihnachtsfest** mit Angehörigen, WB 3 + 4, 17.30 Uhr

Mo 16. Dez. **Weihnachtsfest** Entlastungsangebot und gel. Gäste, 17.30 Uhr



Swiss
LGBTI
 Label



EUROPEAN
 AGEING
 NETWORK
former EDE | EARSA



THE GLOBAL
 AGEING
 NETWORK