



's Fensterle

Einblicke in unser Altenheim
Impressioni dalla nostra casa di riposo

Dezember 2025 – Interne Hauszeitung – Ausgabe 57

IN DIESER AUSGABE

- 2 EIN WEIHNACHTSGEDANKE
- 3 GRUSSWORTE PRÄSIDENT
- 4 DIE BIOGRAPHIEARBEIT
- 6 WIE KANN ICH MICH IN DEN WINTERMONATEN GESUND ERHALTEN?
- 8 VOM KORN ZUM BROT
- 12 EIN KURZER BLICK DURCH UNSER FENSTERLE:
- 21 GRATULATION
- 21 WILLKOMMEN IM TEAM
- 22 UNSER LITERATURTIPP
- 23 KERZENGESTALTUNG & HEIMDEKORATION
- 24 RÄTSELSEITE
- 25 REZEPT: WEIHNACHTSZELTEN
- 26 EINE KLEINE WEIHNACHTS-GESCHICHTE
- 26 AUFLÖSUNG RÄTSELSEITE
- 27 GEDENKEN

EIN WEIHNACHTS-GEDANKE...

Wenn das Jahr zur Ruhe kommt, spüren wir besonders deutlich, wie wertvoll Nähe, Erinnerungen und kleine Gesten sind. Weihnachten lädt uns ein, einen Moment innezuhalten und dankbar auf all das zu blicken, was uns getragen hat – auf Menschen, die uns begleitet haben, auf kostbare Augenblicke und auf das Gute, das wir erfahren durften.

Charles Dickens sagte einmal: „Ich werde Weihnachten in meinem Herzen ehren und versuchen, es das ganze Jahr hindurch aufzuheben.“ Vielleicht können auch wir ein Stück dieses warmen Weihnachtslichts in unser Herz aufnehmen – ein Licht, das Mut schenkt, verbindet und daran erinnert, dass niemand allein ist.

Ich wünsche Ihnen eine friedvolle Weihnachtszeit, reich an Wärme, Geborgenheit und kleinen Freuden, die lange nachklingen.

Direktor
Rudi Bocher



GRUSSWORTE PRÄSIDENT

Liebe Fensterle-Leser*innen, liebe Bewohner*innen, Angehörige, Freiwillige, Mitarbeitende und Freunde unserer Altenheimstiftung!

Beim Betreten unseres Heimes erkennt man, dass wir uns in der Adventszeit befinden. Die Weihnachtskrippe ist aufgebaut und viele Bereiche sind weihnachtlich geschmückt. Dank fleißigen und talentierten Mitarbeiterinnen und Freiwilligen wird das ganze Jahr, passend zu der jeweiligen Jahreszeit oder zu besonderen Anlässen, dekoriert. Dadurch entsteht Aufmerksamkeit, Besucher fühlen sich willkommen, es erfreut Auge und Herz und gibt den Bewohner*innen Orientierung.

Ein arbeitsreiches Jahr neigt sich dem Ende zu. Zeit, allen zu danken, die täglich Sorge tragen, dass sich unsere Bewohner*innen wohlfühlen und sie liebevoll und professionell betreut werden. Es kamen wieder viele liebe Menschen zu uns ins Heim, die in ihrer Freizeit auf vielfältigste Weise für Unterhaltung, emotionale Momente, Besinnlichkeit und leibliches Wohl gesorgt haben. Sie ermöglichen damit unseren Bewohner*innen Gemeinschaft zu erleben und am Dorfgeschehen teilzuhaben. Dafür bedanken wir uns von Herzen.

Es wurde auch viel gehämmert und gebohrt, um das Haus in Schuss zu halten und zu modernisieren. Im nächsten Jahr erwarten uns umfangreiche Arbeiten im ganzen Haus zur Anpassung an die Brandschutzbestimmungen, organisiert und finanziert von der Gemeinde Kaltern.



Im Frühjahr wurde ein neuer Gemeinderat gewählt und Mitglied Anton Anderlan vom neuen Bürgermeister Christoph Pillon mit der Angelegenheit Altenheim betraut. Dank beider ist auch wieder Schwung in das gemeinsame Projekt „Betreutes Wohnen für Seniorinnen und Senioren“ gekommen und wir freuen uns auf weitere gute Zusammenarbeit. Angrenzend an das Heim wird ein neues Gebäude mit zehn Wohnungen entstehen. Die Planungen sind abgeschlossen und das Vorprojekt hat die notwendigen positiven Gutachten erhalten. Es wird weiter an der Realisierung mit dem Ziel zur Fertigstellung 2028/2029 gearbeitet.

Auf den folgenden Seiten dieser Dezemberausgabe des Fensterle finden Sie viel Informatives, Wissenswertes, Unterhaltendes und vieles mehr. Dem kreativen Redaktionsteam mein herzlicher Dank!

Ich wünsche Ihnen viel Freude beim Lesen dieser Ausgabe, frohe und gesegnete Weihnachten und ein gesundes, glückliches Neues Jahr.

Ihr Günther Fischnaller

IMPRESSUM

HERAUSGEBER: Altenheimstiftung Kaltern
Heinrich von Rottenburg
Mendelstraße 21 – 39052 Kaltern (BZ)
Tel. 0471 963269 – Fax: 0471 963250
www.altenheimkaltern.it – info@ah-kaltern.it

REDAKTIONSTEAM: Bocher Rudi,
Franceschini Marion, Huber Brigitte,
Piccolruaz Sara, Waldthaler Carmen.



DIE BIOGRAPHIE-ARBEIT UND DIE VORSORGEPLANUNG ZWISCHEN VERGANGENHEIT, GEGENWART UND ZUKUNFT

Wer bin ich, was sind meine Werte und wie bereite ich mich auf mein Lebensende vor? Überlegungen und Gedanken, die uns in unserer täglichen Arbeit mit unseren Heimbewohnerinnen und Heimbewohnern begleiten.

In den letzten Jahren haben wir uns beruflich sehr intensiv darauf vorbereitet, unsere Kommunikation zwischen den Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern sowie mit den Heimbewohner-

innen und Heimbewohnern zu optimieren. Unsere Konzepte wie Validation und Kinästhetik helfen uns auch in schwierigen Situationen, auf Fragen eine Antwort zu geben, die Heimbewohnerinnen und Heimbewohner in jeder Situation ernst zu nehmen und ihnen Wertschätzung und Empathie entgegenzubringen – sei es im Gespräch, in der Bewegung, in der Berührung oder in der Pflege.

Ein neues Bild hat sich für uns geöffnet, dem wir große Aufmerksamkeit schenken möchten: Eine erweiterte Biografie, eine gemeinsame Entdeckung des individuellen Lebenssinns im Einklang mit höheren Werten und einer spirituellen Perspektive.

Wer bin ich eigentlich? Wie ist meine Lebensgeschichte? Was ist für mich jetzt noch wichtig, und wie stelle ich mir meine Zukunft vor – meine Zukunft im Heim und meine Zukunft in Bezug auf mein Lebensende?

Bei jedem Einzug erfolgt ein gegenseitiges Kennenlernen. Viele Fragen werden gestellt, um so bald wie möglich eine gute, individuell angepasste Pflege zu gewährleisten. Und dann beginnt unsere große Aufgabe des Vertiefens: Gespräche mit den Heimbewohnerinnen und Heimbewohnern über das, was ihnen wichtig ist, über Sorgen oder Ängste, über Erfahrungen und Werte. Vor allem in den Gesprächen mit unseren Heimärztinnen und Heimärzten erzählen die Heimbewohnerinnen und Heimbewohner über ihre gesundheitlichen Sorgen und auch über das, was sie sich für die kommende Zeit wünschen. Es sind keine einfachen, aber sehr wertvolle Gespräche.

Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter kommen auch sehr oft in engen Kontakt mit tiefen Werten, besonders während eines Nachtdienstes, wenn manch eine Mitarbeiterin oder ein Mitarbeiter bei einer Heimbewohnerin oder einem Heimbewohner sitzt, der oder die dann zu erzählen beginnt. All diese Informationen sind wichtig für uns. Nur so können wir uns gemeinsam auf den Weg machen und vieles besser verstehen.

Wir bewerten nicht, denn jede Lebensgeschichte ist einmalig und authentisch. Wir versuchen zu verstehen und zu begleiten.

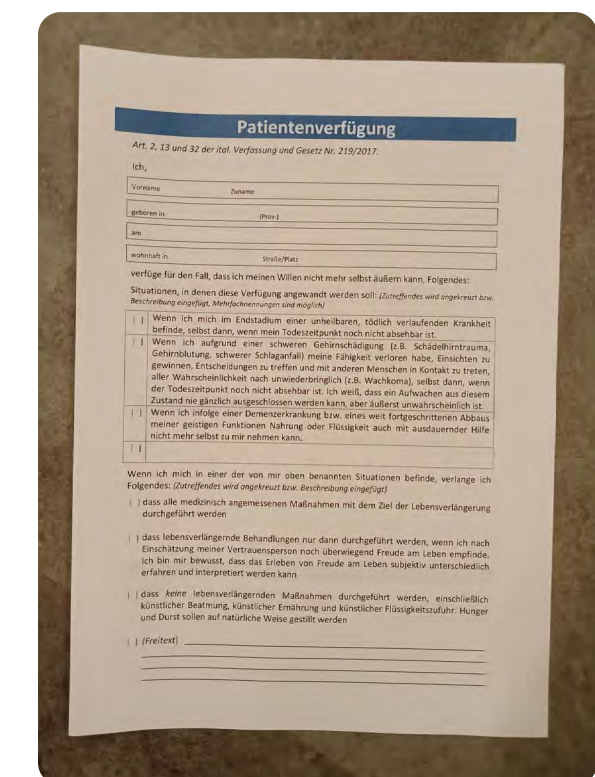
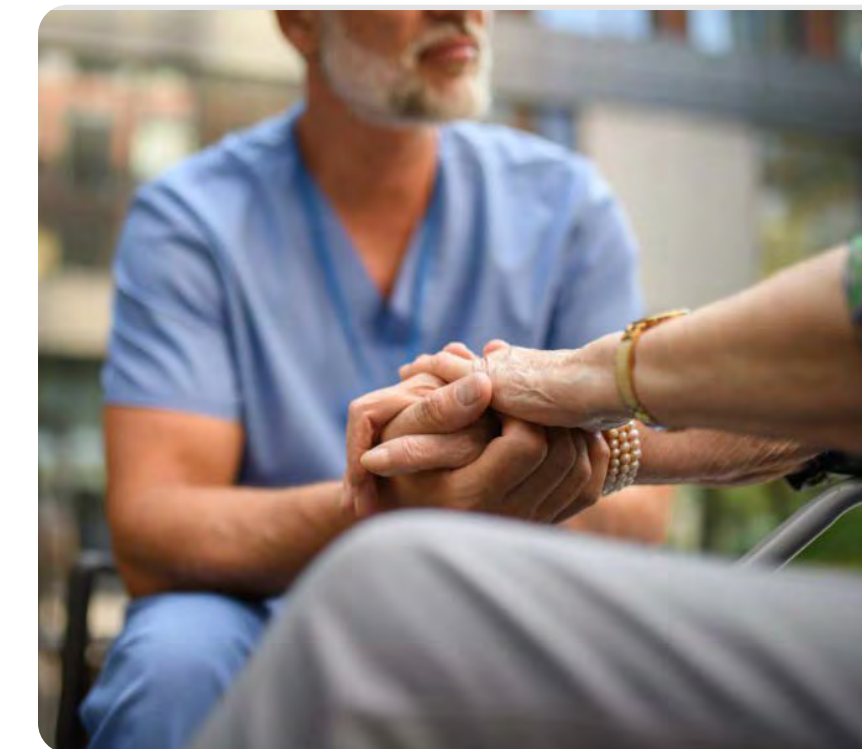
Mit allen Informationen, die wir erhalten, versuchen wir gemeinsam mit der Heimbewohnerin oder dem Heimbewohner, den Ärztinnen und Ärzten sowie den Angehörigen eine Patientenverfügung zu erarbeiten oder zumindest Wünsche festzuhalten. Es werden Therapieziele zu lebenserhaltenden Maßnahmen, Schmerzbehandlung oder künstlicher Ernährung besprochen und dokumentiert. Auch die Wünsche, Rituale und Gespräche zum persönlichen Abschiednehmen sind sehr wichtig.

Schwierig wird es bei Heimbewohnerinnen und Heimbewohnern, die bereits mit einem fortschreitenden kognitiven Defizit zu uns ins Heim kommen. Hier sind wir sehr auf die Aussagen der Angehörigen und Freundinnen und Freunde angewiesen, die die Werte und Wünsche der betroffenen Person kennen.

„Wir begleiten und nehmen den Menschen in seiner Ganzheit und Identität wahr. Wir schauen ein wenig zurück und wünschen uns, dass wir gemein-

sam mit den Heimbewohnerinnen und Heimbewohnern eine selbstbestimmte Zukunft und eine selbstbestimmte verbleibende Lebenszeit gestalten können – für eine würdevolle Zeit am Lebensende.“

Desireé Sölva



WIE KANN ICH MICH IN DEN WINTER- MONATEN GESUND ERHALTEN?

TIPPS UNSERER
ÄRZTLICHEN LEITERIN,
FRAU DR. DR. BRIGITTE
VON INNITZER
LUTTEROTTI

In der kalten Jahreszeit treten Infekte der oberen Atemwege – Halsschmerzen, Schnupfen, Husten, Heiserkeit – besonders häufig auf. Auch Grippe-Wellen können uns überraschen und durch mögliche Komplikationen wie Lungenentzündungen unseren Gesundheitszustand stark beeinträchtigen. Nach schweren Grippeerkrankungen kann zudem längere Zeit eine deutliche Schwäche bestehen. Ist daran vor allem die Kälte schuld?

Ein ehemaliger Obdachloser berichtete, er sei während seiner Zeit im Freien kaum von Schnupfen oder Grippe betroffen gewesen. Warum? Tatsächlich werden viele Virusinfektionen durch Berührung oder Einatmung virushaltiger Tröpfchen übertragen – besonders dort, wo viele Menschen eng beieinander sind: in Familien, Kindergärten, Schulen, Kliniken oder Altenheimen.

Was können wir tun?

Wichtig sind vor allem Hygienemaßnahmen:

- » enge Kontakte bei Erkrankungen möglichst vermeiden
- » Hände gründlich waschen
- » Türklinken regelmäßig reinigen
- » Räume gut lüften
- » Einmaltaschentücher verwenden und sofort entsorgen
- » bei Bedarf Einwegmasken nutzen, um andere nicht anzustecken

Neben gut gelüfteten Räumen hilft regelmäßige Bewegung an der frischen Luft. Kleidung sollte warm, atmungsaktiv und der Temperatur angepasst sein, besonders an den Füßen. Auch Wechselduschen oder Saunabesuche stärken die Durchblutung und das Immunsystem. Für gesunde Schleimhäute empfiehlt sich außerdem, auf Zigaretten zu verzichten.

Ernährung:

Vitamin-C-reiches Obst wie Kiwis, Orangen, Mandarinen und Zitronen unterstützt die Abwehrkräfte und kann die Genesung fördern. Im Winter gehören auch Knollengemüse auf den Speiseplan. Aus der Naturheilkunde gelten Echinacea, Ingwer, ätherische Öle und weitere Heilpflanzen als hilfreich bei Erkältungen.

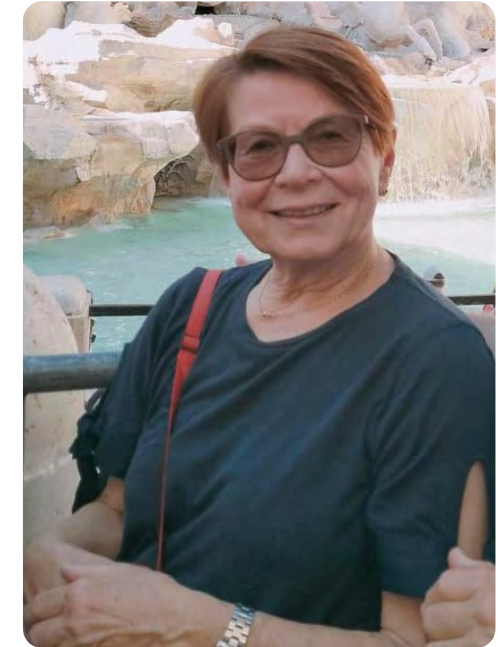
Wie wichtig ist die Grippeimpfung?

Die Impfung stärkt gezielt das Immunsystem, sodass eine Erkrankung gar nicht erst entsteht oder nur abgeschwächt verläuft. Sie wird besonders für kleine Kinder, ältere Menschen und geschwächte Personen empfohlen – vor allem, wenn sie in Gemeinschaftseinrichtungen leben oder häufig Kontakt zu vielen Menschen haben.

Zurück zum „Geheimnis“ des obdachlosen Mannes:

Er bewegte sich täglich viele Stunden im Freien und hatte kaum Kontakt zu anderen Menschen. Zum Glück fand er schließlich Unterstützung und konnte wieder Wohnung und Arbeit bekommen.

Helfen wir einander – so kommen wir gesund durch den Winter.





Selbst Brot formen und backen

VOM KORN ZUM BROT – EIN BESONDERER AUSFLUG NACH TRUDEN IM NATUR- PARKHAUS

Am 2. September 2025 machten sich zwölf unserer Heimbewohner*innen, begleitet von zwei Mitarbeiterinnen und einer freiwilligen Helferin, auf den Weg nach Truden im Naturpark. Obwohl das Wetter an diesem Tag leider nicht mitspielte und uns der Regen durchgehend begleitete, tat dies der Stimmung der Gruppe keinen Abbruch. Voller Vorfreude und gut ausgestattet erkundeten wir das Naturparkhaus Trudner Horn, das im historischen Gebäude der „Alten Mühle“ untergebracht ist.

Schon beim Betreten des Naturparkhauses wurde uns schnell klar: hier wird Tradition, Natur und Geschichte lebendig. Eine Mitarbeiterin des Hauses führte uns durch die Ausstellung und erklärte uns mit viel Begeisterung und Fachwissen die Besonderheiten des Naturparks. Besonders interessant waren die historischen Arbeitsweisen

der Bauern aus früherer Zeiten – von selten gewordenen Tätigkeiten wie dem Torfstechen bis hin zu den Erzählungen der Köhler in der nachgebauten Baumrindenhütte.

Ein Höhepunkt des Besuchs war die Besichtigung der einzigartigen, elektrisch betriebenen Elevatormühle. Mehr als drei Stockwerke ragt diese beeindruckende Konstruktion nach oben und ist in Südtirol in dieser Form einmalig. Hier wird das Getreide auf traditionelle Weise gemahlen. Unter der Anleitung von Frau Angelika Gschnell erfuhren wir, worauf es beim Backen eines guten Südtiroler Brotes ankommt. Mit viel Geduld zeigte sie uns, wie der Teig geknetet und geformt wird. Unsere Bewohner*innen waren mit großer Freude bei der Sache und genossen es, selbst Hand anlegen zu dürfen.

Gemeinsam formten wir unsere eigenen Brotlaibe, die anschließend im alten Holzofen vor dem Naturparkhaus gebacken wurden – ganz wie zu Großmutters Zeiten.

Der Duft des frisch gebackenen Brotes erfüllte bald den Raum und weckte bei vielen Erinnerungen an früher. Nach einer kurzen Abkühlzeit durften wir das warme Brot schließlich verkosten. Die Begeisterung war groß: knusprige Kruste, weiche Krume und ein ganz besonderer Geschmack, der nur durch das traditionelle Backen entsteht. Einige Brote wurden gleich vor Ort probiert, andere durften die Bewohner*innen mit nach Hause nehmen und am nächsten Morgen beim Frühstück genießen.

Trotz des regnerischen Wetters war dieser Ausflug ein voller Erfolg. Die Verbindung aus Natur, Tradition und



Selbst gebackenes Brot verkosten

Aktivität machte den Tag zu einem besonderen Erlebnis. Das Naturparkhaus Trudner Horn hat uns nicht nur spannende Einblicke in vergangene Zeiten geliefert, sondern auch gezeigt, wie wertvoll gemeinsames Tun für das Wohlbefinden unserer Bewohner*innen ist. Mit vielen schönen Eindrücken – und duftendem Brot im Gepäck – kehrten wir schließlich wieder zurück.

*Kochen ist die älteste
aller Künste und die
große Leidenschaft von
Frau Helene Vedovelli
Wwe. Morandell*

BIOGRAFIE HELENE VEDOVELLI WWE. MORANDELL

Frau Helene Vedovelli wurde am 29. Juli 1941 im „Villner Schlössl“ in Neumarkt als jüngstes von 10 Kindern (6 Buben und 4 Mädchen) der Maria Mutz und des Josef Vedovelli geboren. Ihr Vater war „Schaffer“ (Verwalter)



Ausflug nach Truden zur Mühle

im Gutshof des Barons Longo – Liebenstein und zusammen mit ca. 20 Mitarbeitern für den Obstbau zuständig. Die Familie bewohnte das wunderschön auf einem Hügel gelegene Haus inmitten von Weinbergen in der Vill bei Neumarkt und bewirtschaftete einen sehr großen Gemüsegarten. Neben dem Garten gab es Stallungen mit 3 – 4 Ziegen und Schafen, Hennen, Gänsen, Truthähnen, Schweinen, Pferden und 2 Kühen. Die Familie lebte nahezu als Selbstversorger und auch in den schwierigen Zeiten des 2. Weltkrieges sowie den Nachkriegsjahren musste sie niemals Hunger leiden. Das Leben war arbeitsreich und mühsam, aber Helene war klein und als Nesthäkchen wurde sie auch verwöhnt. Sie erinnert sich gerne an ihre Kindheit und an ihre gütigen Eltern. Ihre Mutter war ruhig, ausgeglichen, weltoffen und großzügig und ermahnte ihre Kinder stets, Respekt und Verständnis mit den Mitmenschen zu haben. Die schlimmste Strafe, die Helene bei Ungehorsam drohte, war ohne Essen zu Bett gehen zu müssen. Das grämte Helene aber nicht sehr, denn in der Speisekammer fand sie immer etwas, das sie essen konnte.

Das „Schlössl“ hatte große Wohn- und Schlafräume und einen tiefen Keller. In der großen Waschküche wusch ihre Mutter mithilfe einiger in der Land-

wirtschaft tätigen Mitarbeiterinnen die Wäsche. Alles musste von Hand erledigt werden und anfangs stellte ihre Mutter sogar die Seife selbst her.

Bei Fliegeralarm musste man schnell ins nahegelegene Waldele laufen. Wenn dazu zu wenig Zeit blieb, konnte man sich in einem Raum neben der Waschküche auf den Boden legen und warten bis die Gefahr vorüber war. In den Jahren von 1944 – 1945 waren im „Schlössl“ auch einige deutsche Soldaten untergebracht. Der Krieg forderte auch unter ihren Geschwistern seinen Zoll: einer ihrer Brüder verstarb innerhalb kurzer Zeit an der Front in der heutigen Ukraine.

Helene hingegen absolvierte 8 Grundschuljahre in Neumarkt und im Alter von 10 Jahren zog sie mit ihren Eltern in das neugebaute familieneigene

Haus nach Obervill. Nach Abschluss der Grundschule ging sie nach Sarnthein in der Gemischtwarenhandlung der Familie Gänsbacher in die Lehre. Sie blieb dort ein Jahr, da ihr aber der Beruf der Verkäuferin nicht so gut gefiel, entschied sie sich, wie ihre 3 Schwestern die Haushaltungsschule in Dietenheim zu besuchen. Danach arbeitete sie im Haushalt der Familie Steinkeller in Auer als Köchin. Es gab dort sehr viele Einladungen und unter den Gästen waren unter anderem auch Weihbischof Forer und Landeshauptmann Magnago. Das Kochen wurde zu Helenes größtem Hobby und macht ihr bis heute großen Spaß.

In den darauffolgenden Jahren machte Helene mehrere Saisons als Köchin in Gröden und in Canazei. Dort lernte sie auch ein Ehepaar aus Mailand

kennen, das sie als Köchin engagierte und so lebte Helene abwechslungsweise in Mailand, Rom und Venedig. Es war eine sehr angenehme Zeit und sie lernte neben der italienischen Sprache auch viele gute Rezepte kennen, die sie fein säuberlich in ihr Kochbuch eingetragen und in späteren Jahren oft nachgekocht hat.

In ihrer Freizeit verreiste Helene gerne und im Laufe der Jahre hat sie neben Italien fast alle Länder Europas bereist: Frankreich, Spanien, England, Dänemark, Norwegen, Schweden, Tschechien, Ungarn, Slowakei, Serbien, Kroatien, Österreich, Deutschland, Lichtenstein und Schweiz. Das war für eine junge Frau in jenen Jahren ungewohnt, kam aber zum Teil auch daher, dass es in ihrer Großfamilie auch mehrere Mitglieder aus anderen Ländern und Nationen gab. So waren ein Bruder nach Kriegsende nach Amerika ausgewandert und hat dort eine Spanierin geheiratet. Ein Bruder der Mutter war mit einer Indianerin verheiratet, während der Mann einer Cousine aus Pakistan kam. Die erweiterte Familie war also kulturell sehr breitgefächert.

1970 verstarben Helenes Eltern im selben Jahr: der Vater am Aschermittwoch, die Mutter am Christtag. Beide waren nie ernstlich krank gewesen. Frau Helene hat daraufhin im Haushalt der Familie des Rechtsanwaltes Canestrini in Neumarkt gearbeitet und nachdem sie 1974 Heini Morandell kennengelernt hatte, heirateten die beiden 1975 und zogen zuerst nach St. Nikolaus in Kaltern, später kauften sie ein Haus in Mitterdorf.

Sie bekamen 3 Kinder, 2 Jungen und 1 Mädchen und Helene hatte nun in ihrem Zuhause alle Hände voll zu tun.

Später arbeitete sie in der Landwirtschaft des Grafen Khuenburg mit. Im Jahr 2006 verstarb ihr Mann Heini. Mit ihrer Freundin Nanni unternahm Helene aber weiterhin mehrere Reisen und auch heute gehen sie noch gerne gemeinsam gut essen und genießen die Kochkünste der anderen.

Helene hat viele Hobbies: Lesen, Kreuzworträtseln, Kunststricken, Sticken, und natürlich Kochen und Backen. Als freiwillige Helferin hat sie die Bewohner des Altenheims viele Jahre lang einmal wöchentlich mit einem selbstgebackenen Kuchen verwöhnt. Im August 2025 kam sie nach einem Schulterbruch zu uns ins Altenheim, um sich zu erholen. Sie fühlt sich hier wohl und genießt das gesellige Beisammensein. Passend zur Weihnachtszeit hat sie uns ein Zelten-Rezept ihrer Mutter verraten (siehe Seite 25).



Helene bei der Arbeit



Helene



Helenes Mutter



Helenes Vater

EIN KURZER BLICK DURCH UNSER FENSTERLE



Adventsstandl der Rottis - Spaß zu 100% garantiert



Aquarium in Genua - Lächeln unten, Delfin oben



Alle so fesch! Oktoberfest im Altenheim
zum Tag der Seniorinnen



Auf geht's zur Shoppingtour in Kaltern



Aktiv bleiben - Einfach spielen!



Bitte Lächeln! Ein kleiner Teil des Teams
des Wohnbereichs 2 bei der offiziellen Einweihungs-
feier des neu umgebauten Aufenthaltsraumes



Blumenliebe pur



Die Andacht im Wohnbereich 3 wird immer gern besucht



Die Rottis machen
Gardaland unsicher



Das Soziale Theater spielt in unserem Heim! Bühne frei - und alle Augen und Ohren sind gespannt dabei



Das Tanzbein wird geschwungen!
Zwei im perfekten Takt



Blumen zu gestalten erfreut Herz und Seele



Der Spätsommer wird in vollen Zügen genossen ...



Gemeinsam macht es mehr Spaß!



Die Vorbereitungen für das Oktoberfest
laufen auf Hochtouren



Die Katze Lilly-Lotte zieht in den Wohnbereich 3



Die Rottis unterwegs in Genua



Es werden fleißig Kräuter gezupft im Wohnbereich 3



Ein Escape-Room-Spiel macht in jedem Alter Spaß



Ein Wurf, ein Treffer! Matschatsch -
Treffen der Seniorenwohnheime



Es wird fleißig an den Weihnachts-
geschenken gebastelt



Oktoberfest! :)



Gemeinsame Momente der Freude



Gerahmtes Lächeln - ein echtes Kunstwerk!



Gute Laune im Doppelpack



Firmenlauf 2025

Kräuterweihe





Her mit den Farben!



Herbstdeko! Machen wir selbst!



Hier kommt die Kinderdosis Glück



Jung und alt - eine wundervolle Kombi!



Perfekt aufgestellt – fast schon zu perfekt! Herbstausflug nach Montiggl



Kaiserwetter am Kalterer See macht den Ausflug noch schöner



Matschatsch 2025 Karin und Kathi helfen fleißig mit
Zauberer Flo bringt immer gute Laune und Tricks mit in den Heimalltag



Hier wird wohl niemand trocken bleiben – Gardaland





Zwischen zwei Lachfalten wohnt das Glück



Mensch ärgere dich nicht! ...
denn Spiele spielen hebt immer die Stimmung!



Vor der schönen Erntedankkrone
lässt es sich gut posieren



Schön verpackt - das selbstgemachte Kräutersalz

GRATULATION AN UNSERE CLAUDIA

Erfolgreicher Abschluss der
Sozialbetreuer-Ausbildung

„Lernen ist wie Rudern
gegen den Strom.
Sobald man aufhört,
treibt man zurück.“

Wir sind stolz auf dich!



WILLKOMMEN IM TEAM, WIR WÜNSCHEN DIR VIEL FREUDE UND ERFOLG!

Messner Klara	Heimgehilfin	16.09.2025
Mummelter Verena	Pflegehelferin	16.10.2025
Simone Druhmnn	Physiotherapeutin	01.11.2025
Andrea Veteskova	Heimgehilfin	16.11.2025

UNSER LITERATURTIPP: STERBEN ÜBEN

„Ich frage mich, was ich hören will.
Lese ich das Sterben in ihre Sätze? (S.23)

Katharina Feist-Merhaut begibt sich mit »STERBEN ÜBEN« auf eine intensive literarische Suche nach dem kaum Fassbaren: Sterben und Tod. Im Zentrum steht die Beziehung zwischen der Erzählerin und ihrer Großmutter, die sich als „Übungspartnerin“ zur Verfügung stellt. Mit feinem Sprachgefühl hält die Autorin deren Sätze fest – humorvoll und nachdenklich –, während sie zugleich ihre eigenen Erfahrungen reflektiert. Erinnerungen an den Doppelsuizid der anderen Großeltern und die Auseinandersetzung mit literarischen und philosophischen Quellen erweitern den Blick. Während die Enkelin theoretisch über

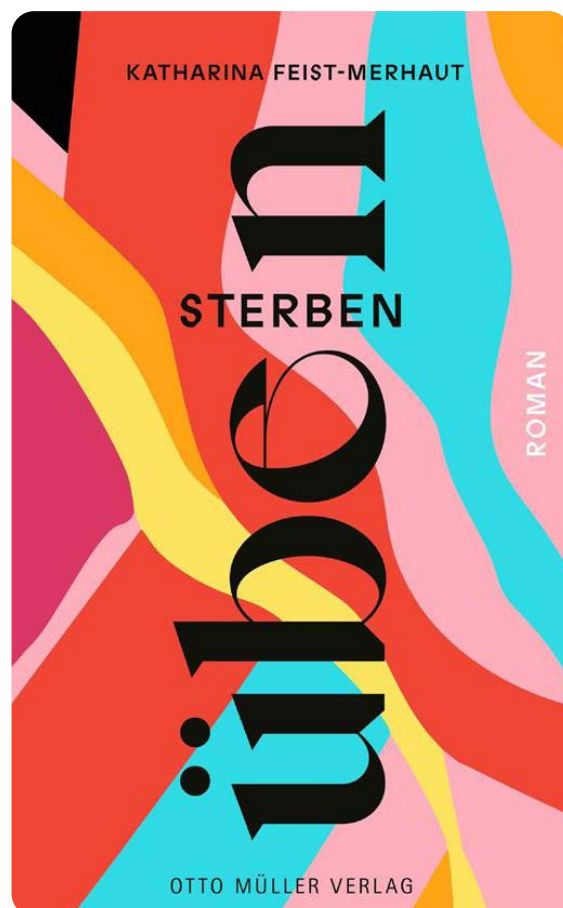
den Tod nachdenkt, wird dieser immer realer: Die Großmutter wird gebrechlicher, ihre Bedürfnisse rücken in den Vordergrund. Was als Versuch beginnt, den Tod zu verstehen, wird zu einer Lektion im Kümmern und Dasein.

„Sie schaut mich an und fragt:
zahlt sich das noch aus?“ (S.54)

Das Buch ist nicht nur eine Annäherung an den Tod, sondern auch an das Leben. Es geht um Erinnerungen, die Sprachkunst der Großmutter, um Fürsorge und den Wunsch, Endlichkeit greifbar zu machen. Die Autorin schafft große Nähe, indem sie nicht analysiert, sondern unmittelbar erzählt. Die Kapitel „sammeln“, „üben“, „erinnern“ und „kümmern“ geben dem Sterbeprozess eine literarische Form, die Persönliches und Universelles verbindet. Feist-Merhaut hinterfragt tabuisierte Themen wie Altern, Sterben und Care-Arbeit und macht sie sichtbar – ein sensibles Herantasten an den Tod und die Angst vor dem Verlust.

„Während ich noch über die Tragweite, sich um jemanden zu kümmern, nachdenke, lese ich, wie sehr der Umstand pathologisiert wird, auf Pflege angewiesen zu sein. Obwohl es zum Menschsein dazugehört.“ (S.99)

Mit Sensibilität, Klarheit und poetischer Kraft schreibt Feist-Merhaut über das Festhalten, Lauschen und Dokumentieren – ohne zu beschönigen, aber mit Liebe zum Detail. »STERBEN ÜBEN« liefert keine Antworten, sondern stellt Fragen, schafft Raum und schärft den Blick für das, was bleibt. Eine eindrucksvolle Einladung, sich dem Unvermeidlichen zu nähern – nicht mit Angst, sondern mit Offenheit.



DANKE AN UNSERE FREIWILLIGEN!

KERZENGESTALTUNG

Seit einigen Jahren unterstützt uns ein Team von drei sozial engagierten Frauen bei der Kerzengestaltung. Frau Erika R., Johanna V. und Margareth S. treffen sich 2 bis 3 Mal im Jahr in unserem Haus, um Trauerkerzen für unsere verstorbenen Bewohner zu verzieren. Vor dem Treffen der Gruppe werden die Kerzen von unserer Freizeitgestalterin Jasmin vorbereitet, indem eine Schrift bzw. ein Spruch angebracht wird.

Mit viel Geschick und Liebe zum Detail werden die Kerzen gemeinsam fertig gestellt.

Bei der Verabschiedung eines verstorbenen Heimbewohners werden diese Trauerkerzen dann den Angehörigen überreicht.

Als ein Zeichen der Anteilnahme der Altenheimstiftung H. v. Rottenburg.
Aussage von Fr. Johanna: „A Liachtl soll

dir leichtn. Eine Kerze für einen lieben Verstorbenen zu gestalten ist etwas ganz besonderes, ich mache es mit viel Freude.“
Aussage von Jasmin: „Ich finde es schön, dass es Menschen gibt, die ihre Freizeit und ihre Kreativität für andere zur Verfügung stellen. In der heutigen Zeit ist dies nicht selbstverständlich und muss deshalb besonders wertgeschätzt werden.“



HEIMDEKORATION

Vielen ist es sicher schon aufgefallen... Seit längerer Zeit ist unser großer Aufenthaltsraum mit schönen Gestecken aus Naturmaterialien dekoriert. Es ist Frau Helene, die mit geübter Hand der Jahreszeit entsprechend kleine und große floreale Kunstwerke schafft. Einige dieser Arbeiten werden als Tischschmuck verwendet, aber auch aufgehängt, und fallen beim Betreten des Saales sogleich ins Auge. Unsere Freizeitgestalterin Gabi unterstützt Fr. Helene tatkräftig dabei und legt stets Hand an, wo es nötig ist.

Wir alle, aber ganz besonders unsere HeimbewohnerInnen erfreuen sich an den geschmackvollen Arrangements. Fr. Helene's Kreationen zaubern jedesmal ein Lächeln in das Gesicht des jeweiligen Betrachters.

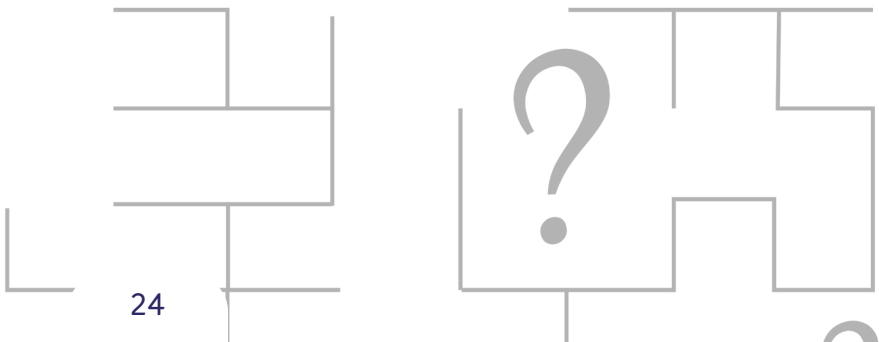
Aussagen von Fr. Helene: „Ich schenke dem Heim – und vor allem den Bewohnerinnen und Bewohnern – sehr gerne meine Zeit, weil ich sehe, wie viel Freude und Staunen meine Dekorationen in ihren Alltag bringen.“



UNSERE RÄTSELSEITE
„DENN DENKEN IST WIE
JOGGEN, NUR OHNE
SCHWITZEN.“



Finde die 10 Fehler



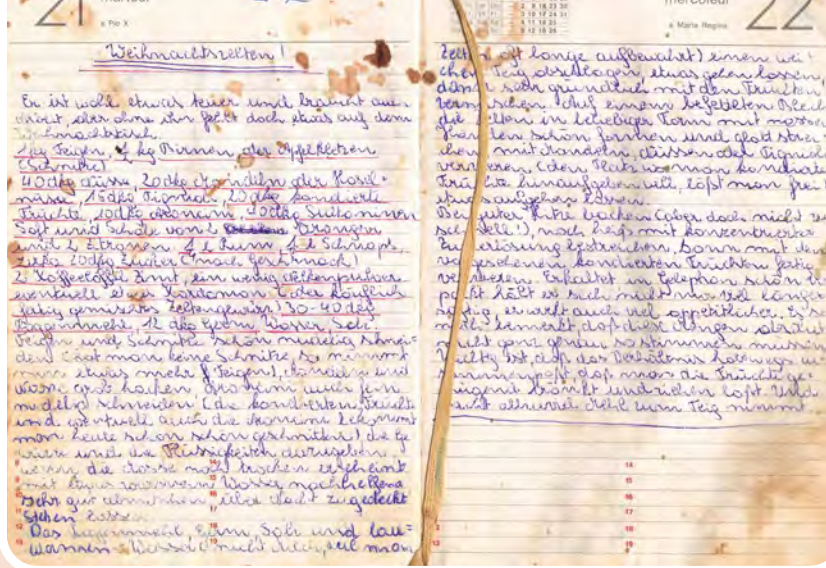
5	6			1	7	2	4	3
		7	6					
			9	2	3			
1	8							
9				3				
2		6	5			7	9	1
	9				6		7	
	1	3	2	7	5			
		8		9		6		2

WEIHNACHTSZELTEN
NACH EINEM ALTEN
BOZNER REZEPT

Die Mutter unserer Heimbewohnerin Helene Morandell hat dieses Rezept 1919 bei ihrem Dienst in einem Bozner Bürgerhaus bekommen und seither wurde es zuerst im Elternhaus von Frau Helene und bis heute wird es auch in ihrer eigenen Familie jedes Jahr gebacken. Wie schon ihre Mutter verwendet Familie Morandell anstatt der Feigen anderes Trockenobst, denn so schmeckt er ihnen am besten. „Es ist ein eher teures Rezept, aber ohne diesen Zelten fehlt etwas auf dem Weihnachtstisch“, meint Frau Morandell.

- Zutaten:
- » 1 kg Feigen
 - » ½ kg Birnen- oder Apfelkletzen (Schnitze)
 - » 40 dkg Nüsse
 - » 15 dkg Pinoli
 - » 20 dkg kandierte Früchte
 - » 10 dkg „Arancini“
 - » 40 dkg Sultaninen
 - » Saft und Schale von 2 Orangen und 2 Zitronen
 - » ¼ l Rum und ½ l Schnaps
 - » ca. 20 dkg Zucker (nach Geschmack)
 - » 2 Kaffeelöffel Zimt
 - » ein wenig Nelkenpulver
 - » eventuell etwas Kardamom (oder ein fertiges Zeltengewürz)
 - » 30–40 dkg Roggenmehl
 - » 12 dkg Germ (Hefe)
 - » Wasser und Salz

Zubereitung:
Feigen, Arancini und Trockenobstkletzen schön nudelig schneiden (hat man keine Kletzen, einfach anderes Trockenobst verwenden), Mandeln und Nüsse grob hacken, die Gewürze und die Flüssig-



keiten zugeben. Sollte die Masse noch etwas trocken sein, etwas lauwarmes Wasser zugeben und über Nacht zugedeckt rasten lassen.

Aus Roggenmehl, Germ, Salz und lauwarmem Wasser (nicht Milch, weil diese die Haltbarkeit beeinträchtigen könnten) einen weichen Teig abschlagen und etwas gehen lassen. Danach sehr gründlich mit den Früchten vermischen und auf einem befetteten Backblech die Zelten in beliebiger Form mit nassen Händen schön formen und glattstreichen. Mit geschälten Mandeln, Nüssen oder Pinoli verzieren und den Platz, wo man die kandierten Früchte haben möchte, frei lassen. Etwas aufgehen lassen, danach bei guter Hitze nicht zu schnell backen. Die Zelten noch heiß mit konzentrierter Zuckerlösung bestreichen und mit den kandierten Früchten verzieren.

Sobald sie erkaltet sind, werden die Zelten in Cellophan-Papier eingepackt. Dies schaut schön aus und verlängert auch die Haltbarkeit.

Die im Rezept angegebenen Mengen sind nur ein Richtwert; wichtig ist allerdings, dass das Verhältnis der Zutaten zueinander stimmt, dass man die Früchte genügend trinkt und ziehen lässt und nicht allzuviel Mehl zum Teig nimmt.

Gutes Gelingen!



EINE KLEINE WEIHNACHTS- GESCHICHTE: DER STERN IM FENSTER

Im Haus am Ende der Straße hing jedes Jahr derselbe kleine Papierstern im Fenster. Er war ein wenig zerknittert, ein bisschen vergilbt – und doch leuchtete er jedes Mal so, als wäre er neu. Frau Morandell, die dort wohnte, sagte immer: „Der Stern erinnert mich daran, dass Wärme nichts mit Größe zu tun hat.“

In diesem Jahr jedoch blieb das Fenster zunächst dunkel. Frau Morandell war

krank geworden, und die Nachbarn bemerkten schnell, dass etwas fehlte. „Ohne den Stern sieht die Straße so traurig aus“, murmelte Herr Pernstich. Also beschloss er, gemeinsam etwas zu tun.

Am Abend des 23. Dezember standen plötzlich viele kleine Lichter vor Frau Morandells Haus. Laternen, Kerzen, bunte Lampions – jeder brachte etwas mit. Und mitten in dieser Lichtspur stand ein neuer Papierstern, sorgfältig gebastelt.

Als Frau Morandell ans Fenster trat, blieb sie gerührt stehen. „Ich dachte, dieses Jahr würde mein Stern nicht leuchten“, flüsterte sie. „Doch manchmal brauchen Sterne einfach ein paar helfende Hände.“

Und in dieser Nacht strahlte nicht nur der neue Stern, sondern auch die ganze Nachbarschaft ein wenig heller – denn Weihnachten ist genau das: Licht teilen, wenn jemand anderes es gerade braucht.

AUFLÖSUNG RÄSTELSEITE



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

GEDENKEN

Wir gedenken unserer lieben Verstorbenen
Ricordiamo i nostri cari defunti

Gänsbacher Amalia	* 10.01.1931	† 29.08.2025
Mayr Gisella Spitaler	* 10.10.1929	† 17.10.2025
Sölva Josef	* 24.06.1933	† 17.10.2025
Morandell Hildegard Morandell	* 20.07.1941	† 25.10.2025
Wacker Herbert	* 09.01.1931	† 02.11.2025
Pfraumer Johanna Ritsch	* 14.10.1942	† 05.11.2025
Seppi Rita Schullian	* 05.01.1945	† 06.12.2025

*Das Leben auf Erden ist vergänglich,
doch die Liebe und Erinnerung
bleiben für immer.*

Herr, schenke ihnen die Ewige Freude.
Che la pace sia con loro.



A stylized, light purple silhouette of a castle or fortress with three towers and a central gate, positioned on the left side of the image. The background is a light beige color with a subtle pattern of white dots and a large, faint purple arc at the bottom.

FROHE WEIHNACHTEN

und ein gesundes neues Jahr

BUON NATALE

e felice anno nuovo