

Ausgabe 1/2021

Steinhof Blatt



Die Informationszeitschrift des Steinhof Pflegeheims Luzern

**POSITIV
NEGATIV
EFFEKTE**

- 3 Am Steinhofstor
- 4 - 5 Mit Leib und Seele
- 6 Dies und Das: *Logik der Pandemie: Positiv ist negativ*
- 7 Jubilare
- 8 Steinhof-Personal
- 9 Gratulationen
- 10 - 11 Dies und Das: *Das Wunder im Nebel*
- 12 Menschen, an die wir uns erinnern
- 13 Gedicht
- 14 Was vor 50 Jahren geschah
- 15 - 26 Wir als Gastgeber
- 27 Reben und Wein
- 28 Raum für Begegnungen
- 29 Rezept: *Protein - Brot*
- 30 Unser Wunsch
- 31 Agenda



Mit Leib und Seele:
Anstecken, positiv oder ...
einladen?
Seiten 4 - 5

Dies und Das: *Logik der
Pandemie: Positiv ist negativ,*
Seite 6



Was vor 50 Jahren geschah:
Seite 14

Reben und Wein
Und immer wieder geht die
Sonne auf- auch beim Wein-
bau, Seite 27



Liebe Leserin, lieber Leser

Aufgefallen ist es mir Anfang des Jahres. Nach über zehn Monaten, in denen wir keine einzige Infektion im Steinhof zu verzeichnen hatten, mussten wir dann trotzdem die erste Corona-Infektion vermelden. Gleich danach, auf einer anderen Abteilung, zwei weitere. Ein Teilbereich der betroffenen Abteilung wurde in Quarantäne gesetzt. Die Bewohnenden durften 10 Tage keine Besuche mehr empfangen und wurden an unterschiedlichen Tagen insgesamt drei Schnelltests unterzogen. In diesen Tagen hatten wir nur eine grosse Hoffnung: Möglichst viele NEGATIVE Ergebnisse zu erhalten. So entstand das Motto des vorliegenden Steinhofblatts: POSITIV!

Mir wurde wieder einmal bewusst, wie dieses Virus so Vieles auf den Kopf stellt. Nicht einmal mehr «positiv» ist positiv, sondern eben nun negativ. Und «negativ» ist nun plötzlich etwas, worüber wir uns wahnsinnig freuen. Wie gut, dass diese Umkehr auf Corona begrenzt ist! Wir hatten Glück, und alle Tests erwiesen sich extrem positiv als NEGATIV! Und alle Bewohnenden sind wieder genesen, welch ein positives Geschenk.

Das Titelbild des Steinhofblatts zeigt diese Umkehr eindrucklich auf.

Seit Anfang der Pandemie leben wir mit und in einer leichten Anspannung. Wir tun alles, was uns möglich ist, die Weisungen und Empfehlungen so umzusetzen, dass wir den Ansprüchen von Bewohnerinnen, Bewohnern, Angehörigen und auch den Mitarbeitenden möglichst gerecht werden. Immer jedoch bleibt ein gewisses Restrisiko, da man nicht alles verhindern kann. Mit den neuen Varianten des Virus, die eine höhere Ansteckung aufweisen, ist die Unsicherheit noch weiter gestiegen. Wichtig ist in diesen Tagen, dass wir uns auf das konzentrieren, was wir beeinflussen können – und vertrauen, dass wir weiterhin möglichst verschont bleiben.

Bereits Ende Dezember 2020 konnten wir die ersten Impfungen durchführen. Inzwischen sind mehr als 75% unserer Bewohnenden und mehr als 50% unserer Mitarbeitenden geimpft, und auch das trägt zu einer, wenigstens inneren, Entspannung bei, auch wenn sich an den Schutzmassnahmen deshalb nichts ändert.

Das Leben im Steinhof geht weiter, und wir versuchen so viel positive Normalität wie möglich zu leben. Abteilungen werden schon lange nicht mehr gemischt, alle Angebote finden abteilungsspezifisch oder gar gruppenspezifisch statt. Daher gibt es für die Bewohnenden, trotz Mehraufwand, etwas weniger Angebote, und wir sind froh, dass uns unsere freiwilligen Helferinnen und Helfer so wunderbar in allem unterstützen – DANKE!

DANKE sage ich auch unseren Bewohnerinnen, Bewohnern und Angehörigen für ihr Verständnis und ihre Unterstützung bei der Einhaltung der Massnahmen. Ebenso unseren Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern für ihre Achtsamkeit im Steinhof und auch im privaten Umfeld und für ihr Engagement, um unseren Bewohnerinnen und Bewohnern ein möglichst «positives und normales» Leben zu ermöglichen. In dieses Leben gibt Ihnen das vorliegende Steinhofblatt ein wenig Einblick.

DANKE auch Ihnen, die Sie an uns denken und uns mit Wünschen und Gebeten positiv unterstützen. Es ist gut zu wissen, dass Sie uns nicht vergessen haben, obwohl Ihnen der Zutritt zum Steinhof nun schon bald ein Jahr verwehrt ist.

Für Sie und uns habe ich heute zwei Wünsche: Mögen wir NEGATIV bleiben, was das Coronavirus betrifft, und mögen wir POSITIV bleiben, was das Leben betrifft.

Herzlich grüsst Sie
Andrea Denzlein, Heimleitung

Ansteckend, positiv oder ... einladen?

Täglich laufe ich an den Schaufenstern der Alten Suidterschen Apotheke im Herzen der Stadt Luzern vorbei. Bei einem davon blieb ich anfangs Jahr sofort stehen und war gleich angesteckt: Das Schmunzeln von drei Mexikanern löste bei mir genauso ein Schmunzeln aus! Es sind die letztjährigen Fasnachtsmasken der Lozärner Gruppe Nostradamus. Einerseits bleibt ein Schmunzeln der letzten Fasnacht übrig, andererseits ist es jetzt für viele Fasnächtler überhaupt nicht zum Schmunzeln, weil alles abgesagt werden musste und es nichts zum Feiern gibt. Aber nicht nur für sie, sondern für jede und jeden von uns, fielen und fallen viel Feierlichkeiten wegen

Corona ins Wasser ... A propos Wasser: Dabei kommt mir die biblische Geschichte von der Hochzeit zu Kana in den Sinn. Hier geht es in grosser Gemeinschaft auch ums Feiern, Trinken, Essen, Singen und Tanzen. Aber plötzlich geht dem Gastgeber der Wein aus ... alles leer, nichts mehr da, fertig lustig! Sie hatten keinen Wein mehr! Wie oft wird Lebensfreude durch Mangel zerstört. Wann ist Ihnen mal etwas ausgegangen? Welches freudige Erlebnis kommt Ihnen in den Sinn, das für Sie wie Wein war, der auch plötzlich ausging? Alles aus, wie leer, nichts mehr zum Feiern oder zum Teilen. Das kann auch sein, wenn die Arbeit ausgeht, keine Umar-



Drei schmunzelnde Mexikaner

mung mehr sein darf, man krank wird, die Prüfung nicht besteht, keine Treffen im Restaurant stattfinden ... und anderes. Alles ist blockiert, nichts geht mehr. Wie weiter?

Bei der Hochzeit zu Kana sitzt man total auf dem Trockenen. Ein Fest, eine Einladung lebt von der Grosszügigkeit, dass genug da ist für alle. Wie reagieren nun die Gäste? Gibt es Diskussionen, Beschuldigungen, Streitereien, fake News?

«Es standen aber dort sechs steinerne Wasserkrüge für die Reinigung nach jüdischer Sitte, und in jeden gingen zwei oder drei Masse.» (Joh 2,6)

Zwei oder drei Masse wären umgerechnet ca. 500 bis 600 Liter. Das wären also 500 bis 600 Knutwiler 1-Liter-Flaschen!

Die Diener bei der Hochzeit erhalten von Jesus den Auftrag: «Füllt die Wasserkrüge mit Wasser! Und sie füllten sie bis obenan.» (Joh 2,7)

Was soll das werden, wenn es nur noch Wasser gibt? Ein Fest? Nein, doch nicht mit Wasser?! Aber ohne Wasser auch kein Leben. Zudem schufteten die Diener für eine solche Menge Wasser zünftig und lang.

«Und er spricht zu ihnen: Schöpft nun und bringt es dem Speisemeister! Und sie brachten es. Als aber der Speisemeister das Wasser gekostet hatte, das Wein geworden war – und er wusste nicht, woher er war, die Diener aber, die das Wasser geschöpft hatten, wussten es –, ruft der Speisemeister den Bräutigam.» (Joh 2,8-9)

Was denken oder glauben Sie? Geht es hier *nur* um ein Ersetzen oder um ein Auffüllen des Weines? Geht es *nur* um Vorrat, um weitere Zeit zum Feiern, weitere Freude? Oder parallel zu uns: Wenn die Lebensfreude durch Corona und Lockdown ausgeht, alles wie «leer» geworden ist, geht es dann *nur* mit dem stetigen «Auffüllen» unserer «Wissenskrüge» durch die Informationen der Medien freudig weiter, *nur* mit mehr Testergebnissen oder *nur* mit mehr Impfungen, damit wir unsere «Hochzeiten» weiter feiern können?

Wir alle im Steinhof – Bewohnende, Angestellte und Freiwillige – strengen uns an, unsere Krüge

oder die für andere mit Wasser zu füllen und somit das zu tun, was zu tun ist, wie beispielsweise all die Schutzmassnahmen einzuhalten.

Die Hochzeitsgeschichte zu Kana soll uns ein tiefer Trost, eben ein «Hoch» für unsere Zeit oder «une bonne goutte» - ein guter Tropfen - sein: Wenn etwas ausgeht, nicht mehr da ist, dann kann uns trotz allem eine neue, andere Qualität von «Wein», von Freude ganz unscheinbar unser Leben beschenken und «er-füllen». Diese Qualität ist zwar nicht «selfmade», aber schmeckt unglaublich gut! Wo Gott wirkt, zeigt sich das Glas, der Krug, nicht halbvoll oder voll, sondern randvoll, und er wandelt Wasser zu Wein und nicht zu Traubensaft. Dann feiern auch wir mit der Menge von 500 bis 600 Litern Knutwiler im Übermass!

Ein Religionslehrer erzählt die Hochzeitsgeschichte zu Kana und fragt seine Schüler: «Was würdet ihr auf diese gute Qualität von Weingenuss sagen?» Ein Schüler antwortet: «Diesen Jesus laden wir auch ein!» Genau, wie positiv ... schmunzeln Sie jetzt auch wie einer der Mexikaner auf dem Foto?

Rita Ming, Seelsorge

Logik der Pandemie: Positiv ist negativ

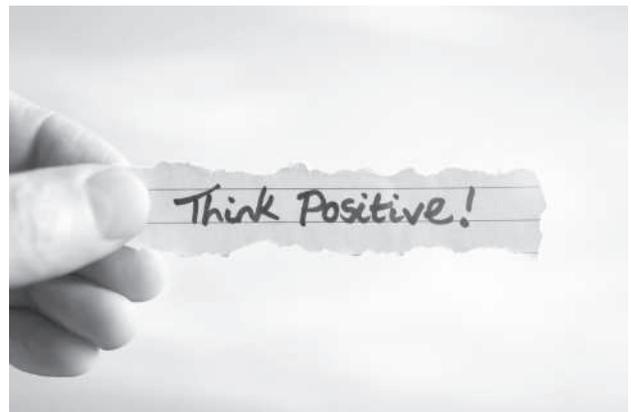
Die Welt werde eine andere sein, nie mehr so wie früher, wenn die Pandemie überstanden und das Covid-19-Virus ausgetrieben sei. Das konnte man schon bald nach Ausbruch der weltumspannenden Krankheit lesen und hören. Und: man werde sich an die «neue Normalität» gewöhnen. Ich war – und bin – diesbezüglich skeptisch. Aber an den Löwenplatz und den Schwanenplatz ohne Cars und asiatische Passagiere, an das Löwendenkmal in idyllischer Ruhe, an die Hertensteinstrasse und die Kapellbrücke ohne fotografierende und Schockisouveniruhrentaschen schwenkende und emsig fotografierende Touristen habe ich mich schon gewöhnt, und mit leichtem Grausen male ich mir aus, dass vielleicht schon bald alles wieder sein wird wie früher (was ich natürlich jedem Ladenbesitzer und vor allem jedem Hotelier und Wirt und dem ganzen Gastpersonal sowieso gönnen würde).

Seit einiger Zeit geht mir ein Gedicht von Ernst Jandl durch den Kopf:

Manche meinen
lechts und rinks
kann man nicht velwechsern
werch ein illtum

Der Wiener Extrem-Lyriker, Wortakrobat und Buchstabenverdrehler (1925 bis 2000) hat vorweggenommen, was in diesen Zeiten Realität geworden ist – Begriffe verlieren ihre angestammte Bedeutung und verkehren sich in ihr Gegenteil.

Zum Beispiel: positiv. Das hat man doch gern gehört - «ein positiver Mensch» sei man, einer, der das Gute im andern und in der Welt sieht, Gutes denkt und Gutes tut. Das war einmal. Die Pandemie hat den Begriff auf seine medizinische Bedeutung geschrumpft. «Positiv» ist negativ, Covid-19 hat den Begriff und seine Bedeutung gekapert und ihn auf ein Testergebnis reduziert. Jetzt empfiehlt es sich, positive Menschen zu meiden oder mindestens gehörig Abstand zu halten. «Negative» haben es besser – von ihnen geht keine Gefahr aus, jedenfalls keine



Positives Denken

Ansteckungsgefahr. «Negativ» ist heutzutage besser als positiv, da man ja fast nur noch von Fallzahlen, Virenmutationen, R-Werten und Maskenqualitäten liest und hört. Negativ ist positiv. Nach dem Test nimmt man den Befund, ein Negativer zu sein, jedenfalls gern und erleichtert zur Kenntnis.

Positiv denken und handeln kann man trotzdem. Das blöde kleine Virus richtet schon genug Schaden an, es soll nun nicht auch noch die Sprache und den Sinn vertrauter Begriffe infizieren. Wobei: Sprache ändert sich im Verlauf der Zeit, das war schon immer so. Auch der Begriff „positiv“ war nicht immer so ausnahmslos positiv besetzt. Im Idiotikon, dem Wörterbuch der schweizerdeutschen Sprache, lese ich: «*posidiv* ... von Personen, entschieden, energisch hartnäckig, mit dem Nebensinn des Rücksichtslosen, Derben, selbst Brutalen.» So positiv, wie wir heute meinen, war der Begriff also nicht immer gemeint. In Bezug auf Covid-19 ist der «Nebensinn» gemäss Idiotikon auch gar nicht so abwegig.

Trotzdem: Für mich bleibt positiv positiv, auch wenn damit negativ gemeint ist, medizinische Bedeutung hin oder her. Schliesslich hoffen wir doch auf ein Leben nach der Pandemie, «positiv denken» ist das Gebot der Stunde – und sich nicht in eine Negativ-Spirale ziehen lassen.

Hanns Fuchs

... zum Geburtstag

... gratulieren wir herzlich:

Hächler-Zellweger Erica	zum	92. Geburtstag	15. Februar 2021
Troxler Irma	zum	91. Geburtstag	05. März 2021
Kunz Magdalena	zum	90. Geburtstag	07. März 2021
Mathilde Furrer	zum	95. Geburtstag	18. März 2021
Kaufmann-Wicki Rosa	zum	100. Geburtstag	21. März 2021
Troxler Hansruedi	zum	93. Geburtstag	01. April 2021
Müller-Hunkeler Marie	zum	90. Geburtstag	04. April 2021
Salierno Alexandra	zum	45. Geburtstag	13. April 2021
Allemann Anna	zum	85. Geburtstag	17. April 2021
Stockmann-Stalder Theres	zum	95. Geburtstag	25. April 2021
Lang-Peter Bertha	zum	93. Geburtstag	28. April 2021

Herzliche Glückwünsche



**Beatriz Ferreira
de Almeida**
Fachfrau Gesundheit
Sonnehuus OG/GH
Eintritt: 14.09.2020



Ella George
Fachfrau Gesundheit EFZ
Sonnehuus DG
Eintritt: 01.10.2020



Christian Rupp
Koch EFZ

Eintritt: 26.11.2020

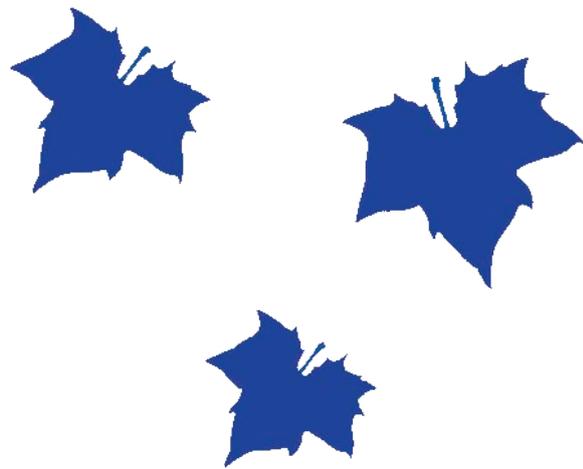


Roland Keller
Stv. Leitung Küche

Eintritt: 01.12.2020

Herzlich Willkommen

... zum Dienstjubiläum



Roland Dubacher	zum 10-Jahr-Jubiläum	01. Februar 2021
Romana Anastasio	zum 25-Jahr-Jubiläum	12. Februar 2021
Shandrathasan Kunasingam	zum 20-Jahr-Jubiläum	01. März 2021
Anna Staehelin	zum 5-Jahr-Jubiläum	09. März 2021
Roland Hersche	zum 10-Jahr-Jubiläum	15. März 2021
Edith Peter	zum 15-Jahr-Jubiläum	01. April 2021
Cecile Annen	zum 35-Jahr-Jubiläum	15. Mai 2021

Herzliche Glückwünsche

Das Wunder im Nebel

Seltsam im Nebel zu wandern
Einsam ist jeder
Kein Mensch kennt den andern
Jeder ist allein
Hermann Hesse

Dies ist eines meiner Lieblingsgedichte. Denn ich liebe den Nebel. Ich weiss, dass viele Menschen anderer Meinung sind. Aber für mich stimmt es so.

Über die Brücke

Ich musste auf meinem Schulweg jahrelang über eine Brücke gehen, die über den Main führt. Im Winter hing oft dicker Nebel darüber. Man sah nicht selten nur ein, zwei Meter oder sogar noch weniger. Das Wasser des Flusses war nur durch die Fließgeräusche zu erahnen.

Alles ringsum war nicht mehr sichtbar, wie nicht mehr vorhanden; als wäre man allein auf der Welt, ohne etwas Lebendiges. Aber seltsamerweise fühlte ich mich wohl darin, wie geborgen. Und befreit. Ich musste mich nicht mehr verstecken, ich war versteckt. Als Kind wäre ich am liebsten unsichtbar gewesen.

Spinnennetz

Inmitten dieses Nebels geschah mir ein Wunder, so jedenfalls fühlte es sich für mich an. Am Brückengeländer hatte eine Spinne ihr Netz gewoben. Es hing dort, ausgespannt zwischen den Metallstreben, deutlich zu sehen, als hätte ein eigenes Licht es angestrahlt. Die einzelnen Fäden glitzerten von unzähligen Tropfen Nebelfeuchtigkeit, die sich darauf gefangen hatten. Dieses Wunder war so klar und rein; so unwiederbringlich, etwas zwischen dem Jetzt und der Unendlichkeit. Ich war nicht mehr dieses Kind, sondern wie alles rings um mich eine Vollkommenheit, ein Eins-sein.

Aber dieser Moment ging vorbei, so wie alle solche Momente nur ein Atemzug in der Zeit sind. Ich musste zur Schule, das war die Realität.

Geschöpf inmitten der Geschöpfe

Ich habe diese Geschichte damals aufgeschrieben. Ich erinnere mich, dass meine Mutter, der ich sie zum Lesen übergeben musste, nicht gut fand. So etwas schreibt man besser nicht gab sie mir zu verstehen. Ich fragte nicht warum. Traute mich nicht.



Eine Brücke im Nebel

Aber vergessen habe ich dieses Spinnennetz bis heute nicht. Ich war ein Geschöpf inmitten der Geschöpfe. Und ich wusste es.

Auch jetzt schenkt mir der Nebel so etwas wie Geborgenheit. Die Welt ist da, aber nicht mehr so direkt. Die Augen nehmen weniger wahr, aber die Ohren hören besser. Das ist ein eigenartiges Phänomen.

Im Nichts schweben

Vor ein paar Jahren herrschte in Kriens dicker Nebel. Da beschloss ich plötzlich, mit der Bahn auf die Krienseregg am Pilatus zu fahren. Es war eigentlich eine verrückte Idee. Wer fährt schon bei dickem Nebel auf den Pilatus?

Es war eine wunderschöne, seltsam berührende Fahrt. Ich schwebte im Nichts. Nur ich in dieser Gondel. Von irgendwoher klangen Glocken. Es waren wohl Kühe unter mir. Der Ton war wie ein einzelner klarer Strahl geformt. Seltsam rein. Und sonst: Stille, diese unbeschreiblich reine Stille. Aber auch das war so selten und kurz wie alles, was uns erlaubt, für einen Moment wie durch eine Türe hindurch zu sehen.

Das Gedicht vom Anfang ist eigentlich traurig. Doch es widerspricht meinen Empfindungen, die der Nebel in mir wach ruft. Trotzdem mag ich es. Es begleitet mich ein Leben lang. Also wird es wohl irgendwo in mir eine Heimat haben.

Anke Maggauer-Kirsche

Menschen, an die wir uns erinnern:

Zwischen 25. November 2020 und 28. Februar 2021 sind im Steinhof verstorben:



Egli-Frey Leonie
Isele-Kohler Ursula
Moser-Jessner Josef
Brander Willi
Sturzenegger-Fischer Lilly
Schilter Maria
Suter Carl
Paridi-Tironi Elisabetta
Koch Erwin
Amrhein-Gallati Gertrud

Sehnsucht



alle Ferne
füllt der Schmerz
des Liedes irgendwo

wenn das Licht
versinkt
gleitet über diesen
Schmerz des Tages

Nacht
die die Augen
mit der Gnade
des Vergessens
dir verbindet

Anke Maggauer-Kirsche

Langfristige Provisorien im Luzerner Bahnhof

Am Mittwoch, 7. April 1971, erschien in der NZZ der Bericht „Langfristige Provisorien im Luzerner Bahnhof“

Luzern. 6. April. (sda)

Wenige Tage bevor zwischen Karfreitag und Ostermontag voraussichtlich rund 80 Extrazüge abgefertigt werden müssen, sind die Aufräumungs- und Instandstellungsarbeiten im ausgebrannten Teil des Bahnhofs Luzern so weit gediehen, dass die Schalterhalle dem Publikum wieder zugänglich gemacht werden konnte. An einer von der Kreisdirektion II der SBB organisierten Presseführung wurden die verschiedenen langfristigen Provisorien gezeigt. Es handelt sich um Einnehmerei, Auskunft, Fundbüro, Handgepäckschalter, Schließfächer und Telefonkabinen, die auf einer überdachten Fläche von rund 500 Quadratmetern untergebracht und klimatisiert sind. Ein provisorischer Wartsaal befindet sich im Bau.

Im übrigen Teil des Brandobjektes sind die Arbeiten noch in vollem Gang. Es wurden bereits 1500 Kubikmeter Schutt und 185 Tonnen Stahl (zumeist Bestandteile der eingestürzten Bahnhofskuppel) ab-

transportiert. Die beiden viel diskutierten Wandgemälde von Maurice Barraud und Hans Erni sind schon vor einiger Zeit gegen nachträgliche Beschädigungen abgesichert worden. Die Bundesbahnen richten sich nach den Direktiven der Eidgenössischen Kunstkommission und des Landesmuseums.

Der Bericht der Brandversicherungsanstalt ist in diesen Tagen bei den SBB eingetroffen. Um genügend Zeit zum Studium zur Verfügung zu haben, wurde von den Bundesbahnen vorsorglich Rekurs eingereicht.

Um neun Uhr drei

Mit der Bahnhofsfuhr an der dem Vierwaldstättersee zugekehrten Seite der Kuppelhalle hat es eine seltsame Bewandnis. Auf einem Fassadenplan aus dem Jahr 1895, der Bauzeit des Luzerner Bahnhofs, sind die Zeiger dieser Uhr so eingezeichnet, dass sie die Zeit von neun Uhr drei angeben. Im Jahr 1906 begann die besagte Uhr zu laufen genau um neun Uhr drei. Am 5. Februar 1971, dem Tag des Großbrandes im Bahnhof der Leuchtenstadt, stürzte die mächtige Kuppel krachend in sich zusammen. Die Uhr blieb stehen um neun Uhr drei.



Bild vom Brand des Luzerner Bahnhofs

Konzert in der Steinhof-Kapelle



Streichkonzert in der Kapelle des Steinhof

Die Goldbergvariationen wurden im Jahre 1741 in Nürnberg von Johann Sebastian Bach für Cello geschrieben. 1975 wurde ein Handexemplar mit den Noten des Erstdrucks zufällig gefunden. Geschrieben hat Bach dieses Werk für seinen Freund, den Grafen Hermann Carl von Keyserlingk, der an Schlafstörungen litt. Sein Cembalist, Johann Gottlieb Goldberg, musste ihm dann nachts Stücke aus Bachs Werken vorspielen. Die Lieder sind sanft und haben einen munteren Charakter.

Vor dem Konzert bei uns in der Kapelle rief mich eine Frau vom SRF Fernsehen an und fragte, ob sie mit ihrem Team beim Konzert filmen dürfe. Das SRF macht einen Doku-Film über die Situation von Künstlerinnen und Künstler, welche unter den Einschränkungen von Corona leiden. Der Film wird im März am Fernsehen gezeigt. Wegen den Einschränkungen von Corona mussten wir ihnen leider absagen.

30 Stücke werden den Goldbergvariationen zugeordnet. Unsere Musiker beschränken sich auf die ersten 15 etwa 1 ½ Stunden Musikgenuss. Wir durften diese bei einem exklusiven Konzert am 23. November in unserer Kapelle hören. Gespielt wurden sie auf dem Cello (Joachim Müller-Crepon), der Violine (Miriam Müller) und der Viola (Claudia Kienzler). Alle drei sind Profi-Musiker und spielen im 21st Century Orchester Luzern. Sie waren sehr froh, dass sie uns ihre künstlerischen Fähigkeiten zeigen durften. Man fühlte sich förmlich ins Schlafzimmer von Keyserlingk versetzt, mal ruhig und dann wieder anmutig fröhliche Musik.

Josef Schuler, Leiter Aktivierung

Weihnachtskarten aus dem Schulhaus Steinhof?

Gerne berichte ich noch von einer ganz besonderen Aktion. Eine Lehrperson aus dem Schulhaus Steinhof rief vor Weihnachten an. Sie würde gerne mit den Kindern der Basisstufe Weihnachtskarten für unsere Bewohnerinnen und Bewohner gestalten. Da sagten wir natürlich noch so gerne zu.

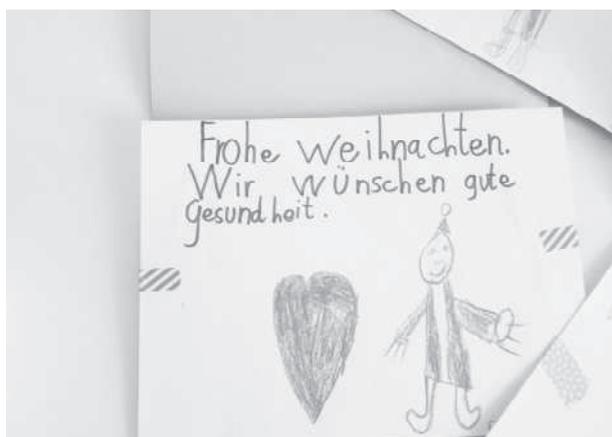
Schon bald erhielt ich einen richtigen Berg von ganz schönen Weihnachtskarten. Eine Woche später kam noch eine zweite Lieferung.

Damit möglichst viele unserer Bewohnerinnen und Bewohner an der Freude teilhaben konnten, schmückten wir kurzerhand die Wand am Eingang unserer Gastwirtschaft mit den tollen Karten.

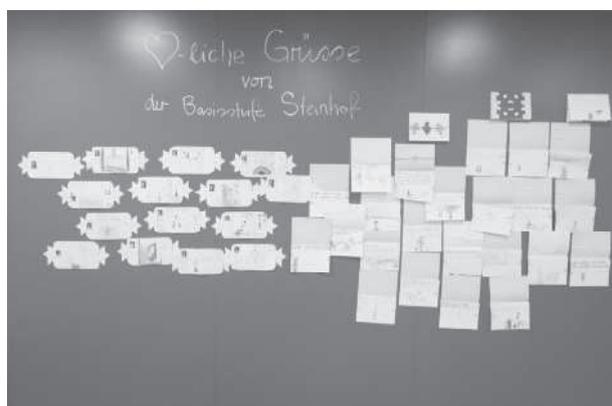
Im Gegenzug luden wir die Kinder ein, unsere Weihnachtsgrüsse auf der Homepage zu verfolgen, damit sie sich vorstellen konnten, für wen sie die Karten gestaltet hatten.

Welch schöne Aktion, die sehr viel Freude brachte.

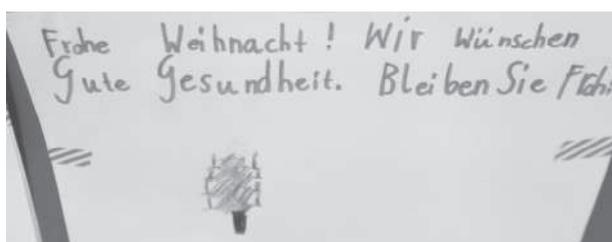
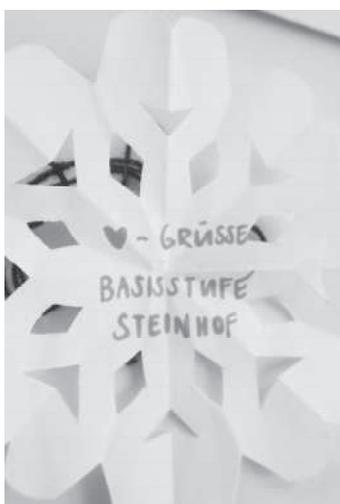
Eine Gegenüberraschung steht noch aus. Wir wollen gerne in Verbindung bleiben, von Steinhof zu Steinhof, und sind überzeugt, dass dies unseren Bewohnerinnen und Bewohnern aber auch den Kindern viel Freude bringen wird.



Von den Kindern liebevoll gestaltet...



...erfreuten die Kartengrüsse...



...unsere Bewohnerinnen und Bewohner

Silvesterfeier 2020

Wie bei jedem Jahresende übernahm ich auch in diesem denkwürdigen Jahr 2020 die Silvesterfeier, einer der Anlässe, für die die Aktivierung seit vielen Jahren zuständig ist. Was ich bei meiner diesjährigen Begrüssung für dieses letzte Fest im Jahr mitteilen sollte, wusste ich bis zum letzten Tag nicht genau. Mir war klar, dass ich nicht so tun wollte, als wäre es ein ganz normales Jahr wie jedes andere gewesen. Ich wusste, ich wollte die Betroffenheit der verschiedenen Bewohnerinnen und Bewohner, welche ich selber in persönlichen Begegnungen und Gesprächen erlebt hatte, zum Ausdruck bringen und ihnen gleichzeitig Mut und Zuversicht vermitteln. Es war ein Jahr voller Turbulenzen, Krisen, Hoffnungen, Neuanfängen, und auch der Zusammenhalt war sehr spürbar.

Das Trio «Echo vom Tristboden» gehört seit vielen Jahren fast ebenso zum zuverlässigen «Bodenpersonal» des Steinhof, wie wir Mitarbeiter. Wegen den diversen Unsicherheiten blieb ich mit Josi Burri, der Musikerin, regelmässig in Kontakt. Damit wir flexibler und mit weniger Aufwand von Abteilung zu Abteilung wechseln konnten, entschied Josi Burri, statt des E-Pianos mit ihrer frisch restaurierten Halszither zu spielen.

Am Silvestervormittag begannen nach einer kurzen Einführung Claudia Brunner, Leiterin der Gastwirt-



Silvester-Überraschung

schaft und ich, die bronze-,silber-,weiss- und schwarzfarbigen Ballone mittels einer mit Helium gefüllten Flasche aufzupumpen. Am Schluss zerzten über 100 Ballone an den Schnüren und wollten in die Höhe steigen. Eine Freiwillige, Heidi Bürli, hatte den Auftrag erhalten, die nun zusammengeschnürten Ballone an schöne terracotta-farbige Lehmklötzchen anzubinden, damit diese auf den Tischen der Abteilungen blieben.

Wir mussten tatsächlich die Deckenlichter ausschalten, da ein gut gefüllter Ballon wegen der Wärme platzte. Insgesamt verloren wir so vier Exemplare, das war zu verkraften. Die Aussage des Ballonverkäufers, der Auftrieb halte gegen sechs Stunden, beschäftigte uns hingegen mehr.

Die Angst war, wie so oft im Leben, unbegründet! Nun präsentierte sich ein ungewöhnliches Bild: Neben den hundert an die Decke strebenden Ballone standen die von Heidi Bürli und Claudia Brunner ebenfalls schön dekorierten Getränke-Wagen mit den Gläsern, Chips-Packungen und den Tischbomben im Steinhofsaal. In der Küche hatte mir der Küchenchef, Thomas Thumiger, die letzten Instruktionen für die Gebäcke mit auf den Weg gegeben. Absprachen fanden bezüglich des zeitlichen Ablaufs der Anlieferung der Gebäcke auf die einzelnen Abteilungen statt. Zum Glück hatte ich Anita Stirni-



Musik aus sicherem Abstand

mann als «Springerin» vorgesehen, welche uns tatkräftig unterstütze. Endlich konnte es losgehen! Als die Musikerin Josi Burri und die zwei Handorgel-Spieler Walter Burri und Röbi Roth pünktlich eintrafen, konnte ich noch die letzten Handreichungen erledigen, wie z.B. Getränke für die Musiker bereitstellen. Und dann ging es los - zuerst ins Dachgeschoss, Abteilung 3! Dort wurden wir mit einer sehr schönen Raumdekoration und von einzelnen Bewohnerinnen mit Glöckchen-Gebimmel begrüsst. Die Musiker und ich waren sehr gerührt. Die Hals-Zither von Josi Burri sah eigentlich aus wie eine kleine klassische Gitarre und wurde auch so gespielt, sie hat jedoch

9 Saiten! Die Hals-Zither wurde vor allem in Schwarzenberg gespielt, erfuhr ich später von der Musikerin.

Der Klang war umwerfend und harmonierte sehr mit den zwei Handorgeln.

Es wurde gelacht, es gab viele fröhliche Gesichter, und als wir mit dem Rimuss auf das neue Jahr ansties, konnte man meinen, dieser sei uns bereits in den Kopf gestiegen. Besonders das Pflege-Personal sorgte für gute Stimmung, klatschte und stampfte mit den Füßen. Die Idee, dass wir von Glöckchen begrüsst werden, stammte von Fatima! Fatima, danke - eine sehr schöne Idee! Die von den Bewohnerin-



Mit Kreativität...



...„klingende“ Freude...



...zu Coronazeiten...



...geniessen



Bilder der Silvesterfeier

nen bewegten Glöckchen schufen eine quirlige und heitere Stimmung.

Auf der Abteilung 2 war die Stimmung etwas zurückhaltender, vereinzelt war jedoch eine dezente bis bodenständige Fröhlichkeit spür- und sichtbar. Zum Beispiel klatschte eine Bewohnerin dermassen euphorisch in die Hände, dass ich an ihren Blutdruck zu denken begann. Eine andere Bewohnerin freute sich so, es dünkte mich, in diesen paar wenigen Minuten verjüngte sich diese Bewohnerin um viele Jahre.

Schon fast legendär gestaltete sich dann unser «Abschluss» auf der Abteilung 4. Einzelne Pflegefachfrauen, wie Martina, brachten ebenfalls viel Schwung und Dynamik auf die Abteilung. Eine

„Bombenstimmung“! Ein Bewohner meinte: «Dieses Trio müsste jeden Monat bei uns spielen»! Das Trio fasste diese Aufforderung sicher als schönes Kompliment auf, und ich dachte mir, ja warum eigentlich nicht? Es wurde dann auf dieser Abteilung so unmissverständlich nach «Zugabe» gerufen, dass die Musiker einfach nicht anders konnten als weiterspielen.

Ich glaube, alle Abteilungen hätten uns gerne länger als nur eine halbe Stunde gehabt, aber die meisten unserer Bewohnerinnen und Bewohner hatten diese Abwechslung, so kurz sie auch war, genossen.

Roland Hersche, Aktivierung



*Stimmung,
auch durch die Maske möglich*



Bunte Momente



**Zum Ausklang machte ich dann auf allen Abteilungen folgenden Menü-
Vorschlag
für das neue Jahr:**

Man nehme
zwölf Monate,
putze sie ganz sauber von Bitterkeit, Sorgen, Tiefschlägen, Angst
sowie Wut und zerlege sie jeden Monat in 30 oder 31 Teile,
so dass der Vorrat genau für das neue Jahr 2021 reicht.

Man richte
jeden Tag einzeln an,
aus einem Teil Arbeit
und zwei Teilen Frohsinn und Humor

Man füge
drei gehäufte Esslöffel Optimismus hinzu, auch je einen Teelöffel
Toleranz und Verständnis, ein Körnchen Fröhlichkeit sowie eine Prise
Taktgefühl.

Man übergiesse
die wundersame Masse
sehr reichlich und mit Liebe und Zuversicht

Man schmücke
das fertige Gericht täglich
mit einem Sträusschen kleiner Aufmerksamkeiten
und serviere es mit ehrlicher Zuneigung und Heiterkeit!

Wir, das Echo vom Tristboden mit Josi & Werner Burri und
Röbi Roth, sowie
Roland Hersche vom AT-Team und ich, wünschen Ihnen ein glückliches
und frohes neues Jahr!

Schneeballschlacht

Am Morgen des 27. Januar sass ich in meinem Büro vor dem PC. Plötzlich hörte ich lautes Lachen vor dem Fenster. Komisch. Gerade hatte es doch recht geschneit und am Vormittag haben wir ja keine Besuchsmöglichkeit...?

Nicht schlecht staunte ich, als ich sah, was die «Lärmquelle» war:

Die Mitarbeitenden einer Abteilung hatten kurzerhand einige Bewohnerinnen und Bewohner angezogen und sind mit ihnen vor den Schloss-Brunnen

gekommen, zu Fuss, mit Rollator, im Rollstuhl. Dort entwickelte sich, dank der deponierten Schneehaufen, eine veritable Schneeballschlacht. Nicht schlecht gestaunt habe ich, wer da plötzlich alles fähig war, einen Schneeball in Bewegung zu setzen!...

Schön, solche positive Momente der Lebensfreude!

Andrea Denzlein



Schneeballschlacht am Morgen – vertreibt Kummer und Sorgen

FASNACHT

Schmutziger Donnerstag

Schon kurz nach dem Besuch vom Samichlaus wurde gefragt: „Gibt es eine Fasnacht im Steinhof, oder darf sie wegen Corona nicht durchgeführt werden?“ Eine berechtigte Frage, die Fallzahlen waren am Steigen. Die Luzerner Fasnacht wurde abgesagt! Aber die Fasnacht gehört zum Steinhof, wie das «Amen» in der Kirche! Wenn der Samichlaus von Abteilung zu Abteilung ziehen konnte, kann auch die Fasnacht eine Tour durch den Steinhof machen. Der Samichlaus hat etwas Wichtiges gelernt, etwas, das es auch für die Fasnacht sein würde: «Ein Bart reicht nicht aus, um sich an die Hygienevorschriften zu halten». Da braucht es einen Mundschutz und ausreichend Abstand.

So sieht denn auch das Fasnachtsprogramm ganz anders aus, als es der Steinhof gewöhnt ist. Drei Nachmittage müssen reichen, und zwar ohne Blasmusik und Gesang, dafür «Maskieren obligatorisch»! Sogar der sonst so auf das Äussere fixierte «Picasso» verbarg sein Gesicht. Der Maler oder die Malerin verwandelte den Steinhof in eine Galerie. Und die Kunstwerke verzieren ihn, es sind Portraits unserer Bewohnenden. Mit viel Hingabe gemalt, gebannt auf Papier, Beweise des künstlerischen Schaffens. Die Wände und Geländer sind mit den Zeichnungen verziert, Ausdruck eines fröhlichen Festes. Auch die Kulinarik durfte nicht fehlen: Service mit Kaffee, Punsch, Zigerkrapfen, Fasnachtschüechli und Schänkele. Unsere freiwilligen Helferinnen servierten die Getränke und halfen wo Not ist.

Die Musik gefällt, und es wird im Takt geklatscht oder an der Ratsche geschraubt. Fasnachtsstimmung kommt auf! Seppi Arnold, unser Handörgeler, spielt verstärkt auf. Die Musik durchdringt die Räume bis in die letzten Winkel. Der Steinhof wird zum brodelnden Festplatz. Es ist bunt dekoriert, die Bewohner und das Personal haben sich Buntes angesteckt oder einen lustigen Hut aufgesetzt. Die Ballone fliegen durch die Luft, und einige zerplatzen mit lautem Knall. «Schauen sie», meint die Dame mit dem

Faltenrock, «ich komme von der Reeperbahn aus Hamburg»... Gut, dass wir Abstandsregeln haben... Ein paar Verwegene wagen sogar eine «Bolognese». Im Rollstuhl, hintereinander hergefahren, um die Tische herum, im Takt der Musik, mit Distanz. Wenn schon der Umzug in der Stadt nicht stattfindet, dann wenigstens ein kleiner im Steinhof. Und schon muss die Musik wieder weiter! «Was, schon, ein Stück liegt noch drin, bitte». Seppi greift noch mal in die Tasten. Alle freuen sich und schaukeln im Walzertakt. Dann heisst es Kabel ziehen, einpacken und zur nächsten Abteilung. Und schon spielt Seppi bei anderen Fasnächtlern. Die Stimmung breitet sich langsam über alle Abteilungen und den ganzen Steinhof aus, und alle freuen sich über das «bisschen» Fasnacht. «Ja, Fasnacht ist im Steinhof auch maskiert möglich». DAS «Fasnachtsvirus» ist nicht aufzuhalten, das konnte epidemiologisch bewiesen werden

Josef Schuler, Aktivierung

FASNACHTS-IMPRESSIONEN



FASNACHTS-IMPRESSIONEN



FASNACHT-IMPRESSIONEN



Und immer wieder geht die Sonne auf — auch beim Weinbau

Vielleicht könnte ich den Leserinnen und Lesern mehr Freude bereiten, wenn ich über Weine schreiben würde, welche nur 10 Franken kosten und trotzdem einwandfreie Tropfen sind oder dass zahlreiche Schweizer Weissweine heute zur Weltklasse gehören. Da aber die Coronakrise nach wie vor die Welt in Atem hält, kann es von Nutzen sein, an dieser Stelle sowohl den Weinfreunden wie auch den Winzern nochmals moralisch unter die Arme zu greifen. Natürlich müsste nicht unbedingt ein Virus daherkommen, um die Welt zu verbessern. Nun, es ist da, und wir müssen mit ihm umgehen und in ihm das Positive sehen, ob wir wollen oder nicht.



Solidarität — Im Moment nur ohne Berührung möglich

Die Welt muss doch einmal zur Besinnung kommen, dass man mehr Zeit für die Gesundheit aufbringen muss, das Pflegepersonal in jeder Hinsicht mehr Anerkennung braucht, die Umwelt weniger verschmutzt wird, mehr Solidarität angebracht ist, und dass man seine Stunden zu Hause sinnvoll verbringen kann.

Nun zum Thema Wein. Ich habe in meinem letzten Brief darauf hingewiesen, dass die Krise auch den Weinbau hart getroffen hat und immer noch trifft. Die Restaurants sind wieder geschlossen, und bei einem grossen Teil unserer Weinbauern entfällt damit eine wichtige Einnahmequelle. Und das gerade

jetzt, wo wir von einem guten Jahrgang 2020 sprechen. Beat Felder vom Berufszentrum Natur, Ernährung, Landwirtschaft schreibt richtigerweise in seiner Mitteilung an die regionalen Winzer: Die Jahresrückblicke 2020 lassen sich allgemein und vereinfacht mit „ein Jahr zum Vergessen“ zusammenfassen. Vieles ist besser geworden, und das ist doch positiv. Einige Beispiele:

- Der Wein, denn die Ernte deutet auf einen tollen Jahrgang hin
- Die Schweizer entdecken ihre Region und machen Ferien in der Schweiz
- Es gibt weniger Einkaufstourismus und deutlich mehr Regionalität im Kaufverhalten
- Der Schub in die Digitalisierung; Vieles wurde einfacher
- Das Leben wurde in vielen Bereichen bequemer

Recht hat er! Trotzdem ist Hilfsbereitschaft auch für den Erwerbszweig der Winzer nach wie vor notwendig, auch wenn wir jene guten Geister nicht vergessen wollen, welche um die Gesundheit der Menschen so sehr besorgt sind.

Walter Wettach

Die positive Wirkung der Farbe Grün



...bitte in grün vorstellen!...

Jetzt, im Frühling, gibt es keine andere Farbe, die sich so offenbart wie das Grün in der Natur.

Es übt eine unheimlich entspannende Wirkung auf uns Menschen aus und bringt ganz viele unbeschreibliche Empfindungen hervor.

Seit jeher verbinden wir Menschen mit der Farbe Grün die Natur, das Leben und das Überleben. Denn ohne das Grün der Pflanzen hätten wir zu wenig Sauerstoff und auch keine Nahrung.

Als Farbe der jährlichen Erneuerung und des Triumphs des Frühlings über den kalten Winter symbolisiert sie die Hoffnung und die Unsterblichkeit.

Die positive Heilwirkung der Farbe Grün für Körper und Seele wurde bereits von Hildegard von Bingen, einer führenden Ärztin des Mittelalters, erkannt. Sie beschrieb Grün als „Heilkraft aus der Ewigkeit“. So entstand der Begriff „Grünkraft“, mit dem die Universalgelehrte die im Innersten ruhenden, unzerstörbaren Selbstheilkräfte gleichsetzte.

Auch bei der körperlichen Regeneration ist die Farbe hilfreich und fördert den Heilungsprozess. Die Farbe Grün hilft uns zu entspannen und ausgeglichener zu werden.

Die Farbe Grün ist dem Herzchakra zugeordnet, welches für Liebe, Fürsorglichkeit und Harmonie steht. Ist es aktiv, verleiht es Lebensfreude, lässt uns Gefallen an den Schönheiten des Lebens finden, fördert die Freundlichkeit und das Mitgefühl und wirkt auch entspannend auf unsere Psyche und auf das vegetative Nervensystem.

Die grüne Farbe ist eine Mischfarbe aus Blau und Gelb. Sie vereint daher die innere Ruhe des Blaus mit der Inspiration des Gelbs, und so wirkt Grün auch ausgleichend.

Solange etwas im grünen Bereich ist, besteht keine Gefahr. Das funktionale Grün, wie wir es bei Ampeln kennen, signalisiert auch in anderen Bereichen freie Fahrt. Es werden auch internationale Notausgänge grün markiert und beleuchtet. Analog zur grünen Ampelfarbe steht die Redensart „grünes Licht“, was freie Fahrt oder Einwilligung eines Projekts bedeutet.

Eine grüne Welle hat jemand, der von Erfolg zu Erfolg gleitet oder jemand der von Ampel zu Ampel stets freie Fahrt hat.

Martin Blum, Gärtner

Protein-Brot

Für eine Cakeform mit Backpapier von ca. 20cm

Zutaten:

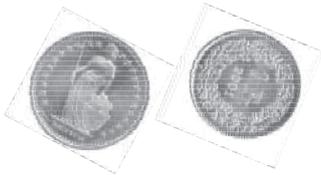
80 g	Leinsamen	Leinsamen im Cutter fein mahlen und in eine Schüssel geben
150 g	gemahlene Haselnüsse	
½ TL	Salz	
150 g	Magerquark	
4	Eigelb	
1 dl	Wasser	Alles mischen und 30 Min zugedeckt quellen lassen
2 TL	Backpulver	
½ dl	Wasser	Mischen und unter die Masse ziehen
4	Eiweiss	Mit Salz steif schlagen
1	Prise Salz	1/3 Eischnee unter die Masse rühren
		Rest vorsichtig unterheben und in die Cakeform abfüllen
1 EL	Haselnüsse	
1 TL	Leinsamen	Grob hacken und auf dem Brot verteilen



Bei 180° ca. 75 Min. in der unteren Hälfte des Ofens backen, herausnehmen, etwas abkühlen, aus der Form nehmen und auf einem Gitter auskühlen lassen.

Haltbarkeit: Eingepackt in Klarsichtfolie ca. 2 Tage

Tom Thumiger, Küchenchef



Unser Wunsch



Sie können unsere Bewohnerinnen und Bewohner, denen nicht genügend Mittel zur Verfügung stehen, direkt unterstützen:

In der Schweiz haben wir ein funktionierendes Sozialsystem. Leider gibt es immer häufiger Kürzungen, auch in diesem Bereich. Neben der Kostendeckung für den Aufenthalt bleibt den Menschen, die auf Ergänzungsleistungen angewiesen sind, Taschengeld von 340 CHF pro Monat für alle persönlichen Ausgaben.

Ihre Spende kann Freude bereiten:

Immer wieder benötigen Bewohnerinnen und Bewohner finanzielle Unterstützung, sei es für die Anschaffung von Schuhen, Kleidern, Coiffeur, Pédicure, Taschengeld, einen Ausflug, eine nicht geplante Anschaffung – ganz einfach für Ausgaben, die dringend nötig sind, die aber niemand übernimmt. In den letzten Jahren konnte der Steinhof **dank Ihrer Spenden** für diese Zwecke immer wieder Mittel zur Verfügung stellen und damit grosse Freude bereiten.

Ihre Spende kommt garantiert an:

Die Spenden werden direkt dem Bewohnerfonds zugewiesen. Wir sichern Ihnen zu, dass die Fonds-Gelder nur für dringend notwendige Ausgaben verwendet werden. Eine Unterstützung erfolgt ausschliesslich ergänzend, wenn nicht genügend Mittel aus den institutionellen Sozialwerken, wie Ergänzungsleistung und Sozialhilfe, zur Verfügung stehen.

Auf dieser Seite werden Sie in jeder Ausgabe des Steinhof-Blatts über den Spendeneingang und Spendenausgang informieren.

Im Voraus danken wir Ihnen für Ihre Unterstützung.

Andrea Denzlein, Heimleiterin

Spendenkonto-Übersicht

Spenden-Einlage

Spenden vom 01.11.2020 - 31.01.2021 CHF 33'925.00

Spenden-Ausgaben

Unterstützung von

Bewohnern vom 01.11.2020 - 31.01.2021 CHF 17'978.20

Unser Postcheck-Konto PC 60-3234-3 / IBAN CH650900000600032343 mit dem Vermerk „Bewohner-Fonds“



Jede Woche im Jahreslauf
um 09.30h Gottesdienst in der
Steinhof-Kapelle
 Sonntag, Dienstag und Freitag

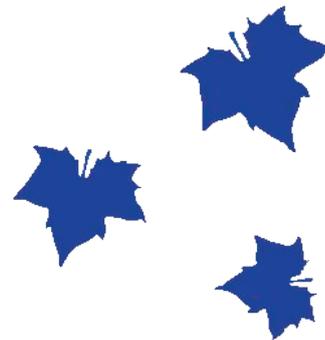
Im Moment leider nicht für externe Besucherinnen und Besucher möglich

Alle Anlässe finden je nach epidemiologischer Lage, und im Moment leider ohne externe Besucherinnen und Besucher, statt.

In eigener Sache

Im Redaktionsteam des Steinhof-Blatt haben wir einen wichtigen Wechsel zu verzeichnen. Sonja Schärli geht Ende Februar in Pension, nachdem sie seit September 2011 die Fäden des Steinhof-Blatts sicher in den Händen gehalten hat. Danke, Sonja. Du warst nicht nur über Jahre am Empfang die «Stimme des Steinhof». Du hast auch das Steinhofblatt durch deine Arbeit mitgeprägt. Wir wünschen dir für deine Zukunft nur das Beste!

Es freut uns, dass wir mit Sabina Lübke bereits eine kompetente Nachfolge gefunden haben, die wir bei dieser Gelegenheit im Redaktionsteam herzlich willkommen heissen. Sabina, wir wünschen dir viel Freude bei deiner spannenden Tätigkeit.



Impressum

Anschrift: Steinhof-Blatt
 Redaktion
 Steinhofstrasse 10
 6005 Luzern
 Tel. 041/319 60 00
 Fax. 041/319 61 00
www.steinhof-pflegeheim.ch

Redaktion: Andrea Denzlein, Leitung
 Sonja Schärli und Sabina Lübke,
 Bildredaktion, Bearbeitung und
 Layout/Gestaltung
 Liselotte Lauener, Lektorin
 Anke Maggauer-Kirsche, Hanns Fuchs,
 Martin Blum, Walter Wettach,
 Josef Schuler, Rita Ming,
 Roland Hersche, Thomas Thumiger

Auflage: 1400

Druck: Brunner Medien AG, Kriens

Bildlegende:
 Titelblatt Positiv Negativ von Martin Vogler

vielleicht wird man
im Alter vergesslicher
dafür erinnert man
sich mehr

Anke Maggauer-Kirsche