

Ausgabe 3/2021

# Steinhof Blatt

Die Informationszeitschrift des Steinhof Pflegeheims Luzern



3	Am Steinhof
4 - 5	Mit Leib und Seele
6	Menschen, an die wir uns erinnern
7	Gedicht
8 - 9	Ausbildungsabschlüsse im Bereich Pflege
10	Gratulationen
11	Steinhof-Lernende
12	Jubilare
13	Der Steinhof-Chor
14 - 15	Besuch Franziskanerchor
16 - 17	Was vor 50 Jahren geschah
18	Dies und Das: Senioren
19	Raum für Begegnungen
20 - 25	Dies und Das: Sommerdekoration Trauminseln
26 - 27	Der Tessiner-Chor
28 - 29	Wann wird es endlich Sommer?
30 - 31	Spaziergang-Sommergefühle
32	Rezept
33	Reben und Wein
34	Unser Wunsch
35	Agenda

*Mit Leib und Seele:  
Sommergefühle?!  
Seiten 4-5*



*Ausbildungsabschlüsse  
im Bereich Pflege  
Seiten 8-9*

*Steinhof-Chor  
Seite 13*



*Wir als Gastgeber:  
Der Tessiner-Chor  
Seiten 26-27*

*Rezept:  
Rüebli Feta – Burger  
Seite 32*





Liebe Leserin, lieber Leser

Also ehrlich: Als wir Ende Juni das Motto «Sommergefühle» für das vorliegende Steinhofblatt wählten, haben wir uns das etwas anders vorgestellt. Wir freuten uns auf warme Tage, auf das Leben, das sich ins Freie verlagert und auch darauf, dass diese Verlagerung mit einer Abnahme der Corona-Fallzahlen und damit einer Normalisierung verbunden ist. Weit gefehlt - welch ein überraschend anderer Sommer.... Zwar können die Angehörigen unserer Bewohnenden wieder unbeschränkt in den Steinhof kommen, natürlich unter Einhaltung der Schutzmassnahmen. Aber eine Erholung der Fallzahlen und eine Entspannung sehen anders aus und auch das Wetter hat uns immer wieder dazu gezwungen, im Freien geplante Aktivitäten in die Innenräume zu verlegen. Der Steinhof und somit auch unsere Kapelle sowie die «Gastwirtschaft zum Steinhof» bleiben weiterhin für rein externe Gäste geschlossen. Sie erfahren übrigens auf unserer Homepage [www.steinhof-luzern.ch](http://www.steinhof-luzern.ch) immer den aktuellen Stand.

Sonst ist es halt einfach ein Corona-Sommer. Es gilt, wie oftmals im Leben, im Rahmen der Gegebenheiten das Beste daraus zu machen. Das Titelbild dieser Ausgabe demonstriert dies wunderbar. Und doch teilen wir gerne unsere Gedanken und Erlebnisse zu den «Sommergefühlen» mit Ihnen:

Rita Ming, unsere Seelsorgerin, vergleicht den Sommer mit dem Erleben der Frauen in den Wechseljahren, ein, wie ich aus eigener Erfahrung sagen kann, gelungenes Bild. Wir berichten aber auch von Erlebnissen, die bei uns echte warme «Sommergefühle» hervorgerufen haben, z.B. unsere Lernenden zu feiern, die in diesem Jahr ihre Abschlussprüfung bestanden haben. Zu diesem Anlass liess sich sogar die Sonne hinter den Wolken hervorlocken, das haben wir alle sehr genossen.

Wie gut, dass unsere Bewohnerinnen und Bewohner für die Sommerdekoration in diesem Jahr das Thema «Trauminseln» umgesetzt haben. So entstanden aus Fimo Menschen, Tiere, Palmen, Boote, Sand und Meer und motivieren uns, in unseren Gedanken «in die Ferien» zu verreisen. Diese Inseln zieren unser ganzes Haus. Es wurden so viele produziert, dass alle Abteilungen und auch die Gastwirtschaft nun damit geschmückt sind. Sie laden uns zum Träumen ein aber auch dazu, einfach zur Ruhe zu kommen und das Leben zu geniessen – im Hier und Jetzt, unabhängig von allen Umständen.

Das ist etwas, was ich aus der Corona-Pandemie mitnehme, und was mit dem «Gelassenheitsgebet» am Besten zum Ausdruck kommt:

«Gott, gib mir die Gelassenheit, Dinge hinzunehmen, die ich nicht ändern kann, den Mut, Dinge zu ändern, die ich ändern kann, und die Weisheit, das eine vom anderen zu unterscheiden.»

Schon immer war mir dies bekannt, aber es hat für mich nun eine ganz neue Bedeutung. Ich will mich nicht von äusseren Umständen bestimmen lassen. Es gibt so viele Dinge, die ich nicht beeinflussen kann. Das heisst nicht, die Augen zuzumachen und nicht wahrzunehmen, was geschieht. Im Gegenteil. Ich muss ja trotzdem meine Regenkleidung anziehen, wenn mich am Morgen ein Wolkenbruch begleitet, während ich mit dem Velo zur Arbeit fahre. Ob ich aber missmutig oder fröhlich im Steinhof ankomme, das bestimmt nicht der Regen, sondern das habe ich ganz alleine in der Hand, oder besser gesagt, im Kopf. Also, lassen wir uns das Leben weder von einem wässrigen Sommer noch von einer Pandemie verdriessen.

In diesem Sinne wünschen wir Ihnen aus dem Steinhof frohe und aufstellende „Sommergefühle“.

*Andrea Denzlein, Heimleitung*



## Sommergefühle?!

Sommergefühle sind in diesem Jahr wie Wechseljahre: Einmal viel zu heiss, dann wieder frostig und zum Frieren und auch ein Auf und Ab für die Psyche. Der krasse Wechsel von Hitzetagen zu Gewittern mit Hagel und Überschwemmungen lassen die üblichen Sommergefühle kaum aufkommen. Oder doch? Für mich begannen «Sommergefühle» täglich mit dem Sonnenaufgang. Allerdings akustisch und tierisch! Ich brauchte keinen Wecker zu stellen, denn mehr als eine Stunde vor Sonnenaufgang, also etwa ab halb vier Uhr (Sommerzeit!) begann der erste Piepmatz, das Gartenrotschwänzchen mit seinem Soloauftakt. Sukzessive stimmten nach wissenschaftlichen Erkenntnissen mit ein: Hausrotschwänzchen, Rauchschnalze, Singdrossel, Kuckuck, Rotkehlchen, Goldammer, Amsel, Mönchsgrasmücke, Zaunkönig, Zilpzalp, Blaumeise, Kohlmeise, Fitis, Stieglitz, Star, Grünfink und als letzter der Buchfink. Schmunzelnd fiel mir spontan das bekannte Lied ein: «Alle Vögel sind schon da, alle Vögel alle!» Das Schmunzeln ist mir allerdings nach einigen Tagen und Wochen vergangen, denn ich bekam bald selber Vögel, da mich die dauernden Wiederholungen nicht nur weckten, sondern auch auf den Wecker gingen. Den Wecker konnte ich abstellen, das Konzert der Piepmätze aber nicht. Obwohl ich Vögel immer sehr mochte, bemerkte ich eine schleichende Aversion, und je mehr ich mich aufregte, um so mehr nahm sie zu. Aber eben, man kann nur sich selbst verändern, nicht was einem umgibt. Also nahm ich den morgendlichen Wecker so hin und fing an zu staunen, dass die Vögel sich auf den Grad der Morgendämmerung ausrichteten. Tierisch gut fand ich das nun und war doch beeindruckt. Genauso beeindruckten mich die Schwalben, die abends wie bei einer Fliegerstaffel in Formation ihre Runden flogen.

Sommergefühle? Manchmal stimmen Gefühle nicht mit dem überein, was man gerne hätte oder erwartet. Gefühle sind immer individuell und persönlich und abhängig von unserer Lebenseinstellung. Gefühle dominieren unseren Alltag und können die Kommunikation mit anderen Menschen erleichtern. Ge-

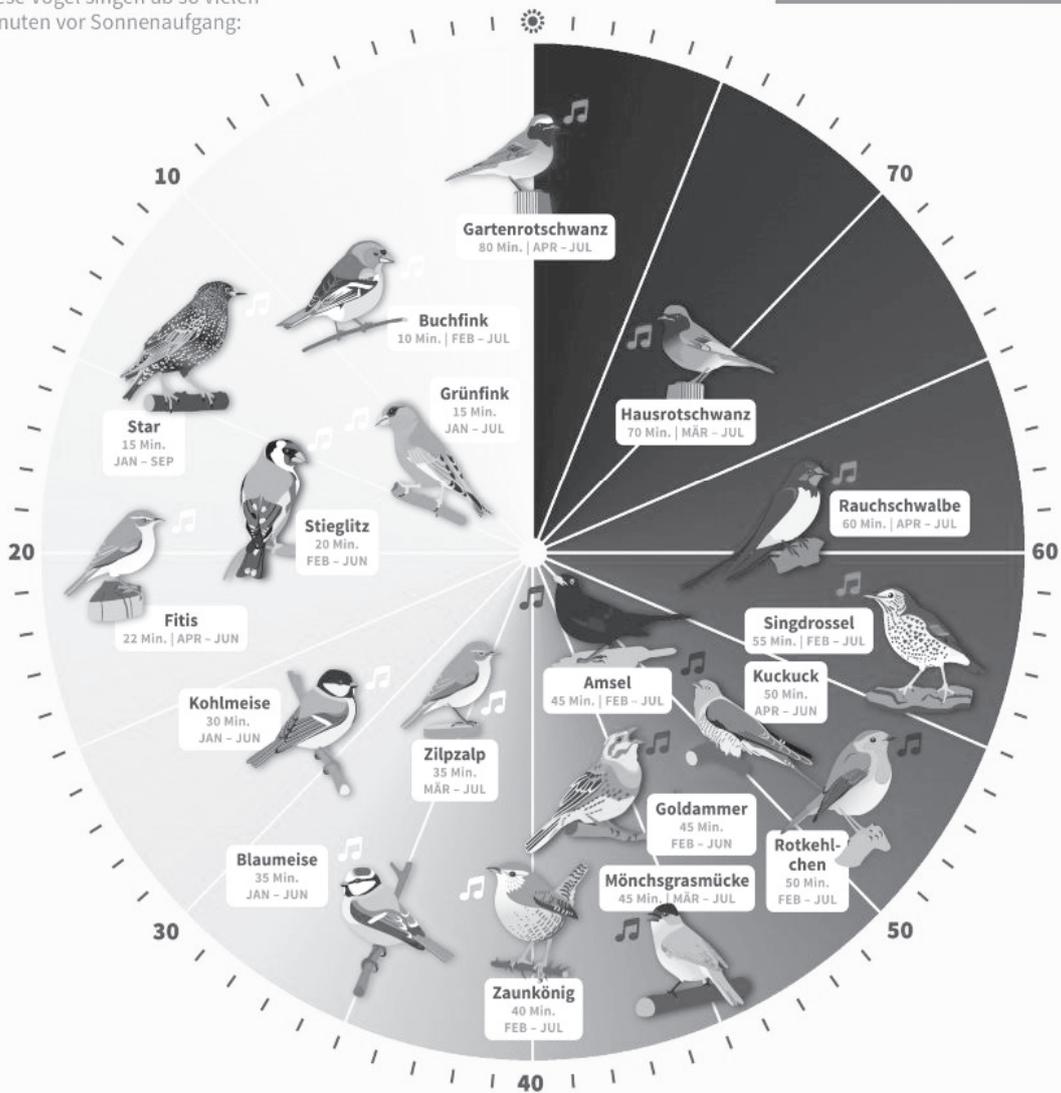
fühle sind eine Wahrnehmung, die unsere Stimmung ausmachen. Wir können in Stimmung kommen oder verstimmt werden. Wir alle tragen zur Stimmung bei. So wie die Vögel mit ihrem Konzert erst beginnen, wenn der Grad der Helligkeit sie dazu animiert und im Grunde genommen den Sonnenaufgang ankündigt, so können auch wir die Helligkeit des Lebens wahrnehmen, wach werden und eine gute Stimmung aufkommen lassen und verbreiten. Der heilige Don Bosco hat trefflich in Worten eingefangen, wie man in gute Stimmung kommen kann: «Fröhlich sein, Gutes tun und die Spatzen pfeifen lassen» und das gilt nicht nur für Sommergefühle.

*Rita Ming, Seelsorge*



## Den Wecker nach den Piepmätzen stellen und ein Konzert erleben!

Diese Vögel singen ab so vielen Minuten vor Sonnenaufgang:



Der Grad der Morgendämmerung ist der für jede Art typische Weckreiz.

## Menschen, an die wir uns erinnern:

Zwischen 26. Mai 2021 und 23. August 2021 sind im Steinhof verstorben:



**Renner-Baggenstos Anna**

**Kunz Hermann**

**Grosjean Roland**

**von Schumacher Henri**

**Sturzenegger Walter**

**Manzotto-Lötscher Annemarie**



die Zeit

von den Wänden  
blättert  
die Zeit  
sie lässt sich Zeit  
mit der Zeit  
und selbst die Spuren  
jeder Zeit  
löscht die Zeit

Anke Maggauer-Kirsche



## Ausbildungsabschlüsse im Bereich Pflege 2021

Colleen Buzzolini, Anna-Catarina Lübke und Didier Portmann haben es geschafft: Sie haben ihre Ausbildung als Fachfrauen und Fachmann Gesundheit EFZ erfolgreich bei uns im Steinhof abgeschlossen. Wir gratulieren den neuen Fachpersonen zum erfolgreichen Lehrabschluss, der aufgrund der COVID-19-Pandemie besondere Anerkennung verdient. Sie mussten während ihrer Ausbildung zusätzliche Herausforderungen bewältigen und Flexibilität beweisen. Sie hatten mit ihrem Lehrabschluss quasi eine doppelte Prüfung zu bestehen. Das haben sie mit Bravour gemeistert.

Ebenso hat Miryam Fischer ihr Studium als Pflegefachfrau HF bei uns und an der XUND erfolgreich absolviert. Sie blickt auf eine anspruchsvolle und spannende Ausbildungszeit zurück, die sie mit viel Freude und Einsatz gemeistert hat.

Mit der Wahl eines Berufes in der Pflege leisten alle Lernenden einen wertvollen Einsatz für das Leben und Wohlbefinden der Menschen im Steinhof.

Ein besonderer Dank gebührt den Berufsbildenden, die sich für ihre Lernenden über die Ausbildungsjahre hinweg einsetzten und sie tatkräftig und unermüdlich unterstützten. Für die Auszubildenden ist ihr Beitrag von grossem Wert, und wir danken ihnen für ihr Engagement.

Eine lange Lehrzeit geht für alle Absolventinnen und Absolventen zu Ende, und die Freude und Erleichterung über die bestandene Prüfung ist deutlich zu spüren. Wir sind sehr stolz auf sie und gratulieren ihnen herzlich zum erfolgreichen Abschluss.

*Rosmarie Wey,  
Leitung Aus-, Fort- und Weiterbildung*



*Didier Portmann Fachmann Gesundheit EFZ*

Glückwünsch  
-lichen



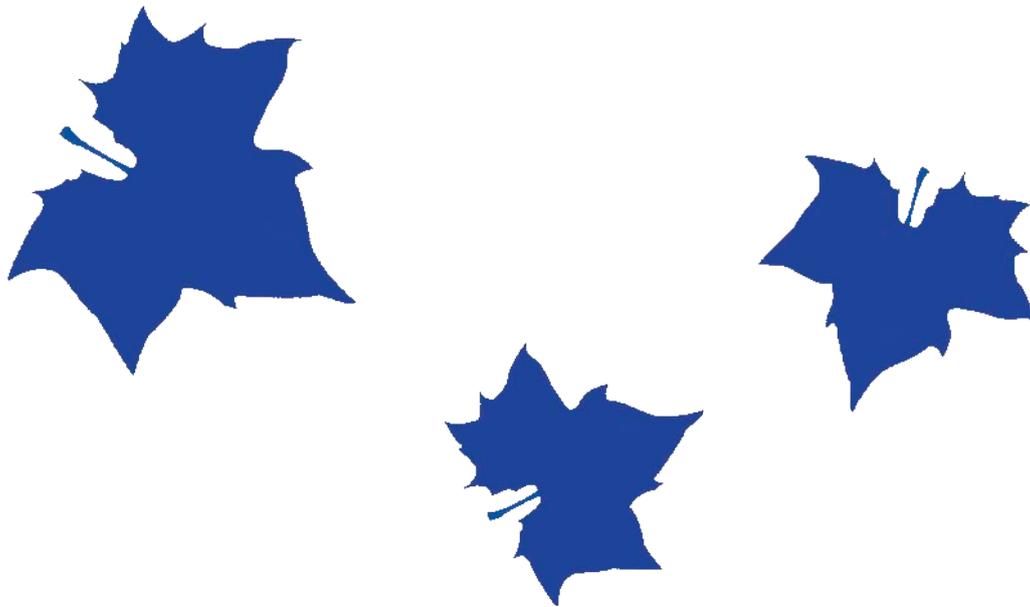


*Von links nach rechts: Colleen Buzzollini Fachfrau Gesundheit EFZ, Miryam Fischer Pflegefachfrau HF und Anna-Catarina Lübke Fachfrau Gesundheit EFZ*

... zum Ausbildungsabschluss

Colleen Buzzolini  
Anna-Catarina Lübke  
Didier Portmann  
Miryam Fischer

Fachfrau Gesundheit EFZ  
Fachfrau Gesundheit EFZ  
Fachmann Gesundheit EFZ  
Pflegefachfrau HF



*Herzliche Glückwünsche*



**Lara Gasser**

Lernende Fachfrau  
Gesundheit EFZ  
Ausbildungsbeginn:  
01.08.2021



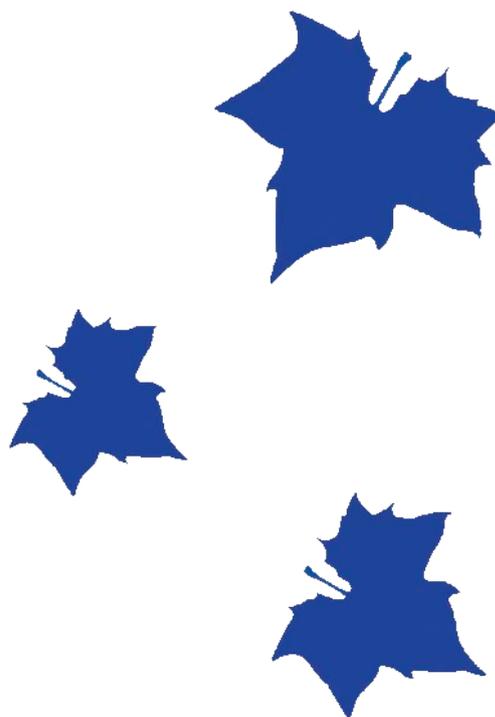
**Nicole Bichsel**

Lernende  
Aktivierungsfachfrau  
Ausbildungsbeginn:  
01.08.2021



**Esther Meier**

Lernende Köchin  
Ausbildungsbeginn:  
01.08.2021



... zum Geburtstag

... gratulieren wir herzlich:

<b>Süess-von Wartburg Maria</b>	zum	<b>91.</b> Geburtstag	15. August	2021
<b>Bernet Marie-Theres</b>	zum	<b>93.</b> Geburtstag	2. September	2021
<b>Graf Hans</b>	zum	<b>80.</b> Geburtstag	9. September	2021
<b>Keiser Emilie</b>	zum	<b>85.</b> Geburtstag	11. September	2021
<b>Zimmerli Marta Rosa</b>	zum	<b>91.</b> Geburtstag	14. September	2021
<b>Schälchlin Paul</b>	zum	<b>99.</b> Geburtstag	25. September	2021

*Herzliche Glückwünsche*

## Steinhof-Chor

Zwischen dem 4. März 2020 und dem 12. Juni 2021 liegt eine bewegte Geschichte für den Steinhofchor. Wir erlebten Frühlings-, Herbst-, Winter- und Sommergefühle.

Am 4. März 2020 fand die letzte Probe für lange Zeit statt. Der Lockdown betraf auch unsere Chortätigkeit. Es herrschte Stillstand (Wintergefühl). Uns allen fehlte das Singen, die Proben, die Auftritte und die sozialen Kontakte.

Im August 2020 stellten sich die Herbstgefühle ein: Alle Chormitglieder erhielten Post des Präsidenten Bruder Benedikt Molitor und der Heimleiterin Frau Andrea Denzlein des Steinhof. Wir wurden informiert, dass der Vertrag mit der Chorleiterin Marie-Therese Fahrian Ende 2020 beendet wird.

Es war der Wunsch der meisten Sängerinnen, dass der Chor weiter existiert.

Schnell war klar, dass aus dem Steinhofchor ein Verein wird.

Wie im Frühling die Natur erwacht und wächst, machte sich eine Arbeitsgruppe hoffnungsvoll an die aufwändige und intensive Arbeit zur Vereinsgründung:

- Abläufe planen
- Statuten entwerfen, Budget erstellen, Mitgliederbetrag bestimmen
- Informationen an die Chormitglieder verteilen
- Personen für den Vorstand und die verschiedenen Ämter finden
- Rückmeldungen entgegennehmen, beurteilen und einfügen
- Abstimmung zur Vereinsgründung planen, durchführen und auswerten

Erschwerend war, dass wegen der Covid-Situation das ganze Prozedere per Mail, per Post oder per Telefon durchgeführt werden musste.

1. März 2021: Gründung des Vereins mit erfreulicherweise 35 Mitgliedern.

Zum Glück und Freude von allen durften wir uns ab Juni wieder treffen. Dank dem Sommergefühl und den Lockerungen in der Covid-Situation unternahmen wir am 12. Juni die Chorreise in den Schnugg-

bock in Teufen. Die ersten Proben fanden statt, und wir feierten beim Schlusshöck unsere Vereinsgründung.

Diese Anlässe stimmen uns zuversichtlich auf die kommenden Proben, die zurzeit im Weinbergli stattfinden. Und wir freuen uns, wenn wir wieder Auftritte haben, auch im Steinhof, der Namensgeberin unseres Chores.

*Bericht von Christina Mennel, Steinhofchor Luzern*



*Bild vom Schlusshöck: Anstossen auf die Vereinsgründung*

Informationen zum Steinhofchor:

Ein gut durchmischter Laienchor / Repertoirechor (afrikanische und Taize-Lieder, Popsongs, Kirchen- und Volkslieder, Gospels und Negrospirituals) mit 5-6 Auftritten pro Jahr. Die Proben finden 14-täglich am Mittwoch von 19.00-20.45 Uhr statt.

Interessierte Sängerinnen und Sänger sind eingeladen zur Schnupperprobe:

Fredy Durrer, Präsident, 041/360 60 18 oder Marie-Therese Fahrian-Winiger, Chorleiterin, 041/280 02 08 oder

Homepage: [www.steinhofchor.ch](http://www.steinhofchor.ch)

Spenden sind herzlich willkommen:

CH18 0077 8215 0924 0200 1

## Besuch Franziskanerchor

Man kann es schon fast als «Tradition» bezeichnen, dass der Franziskanerchor seine vorsommerliche Chortätigkeit mit einem Abschlusskonzert im Steinhof beendet und in die Sommerferien startet. Es fiel, wie auch die Jahre zuvor, mit dem Sonntag zusammen, an dem wir traditionsgemäss an den Gründer der Barmherzigen Brüder von Maria-Hilf gedenken: Peter Friedhofen.

Durch die Corona-Zeit hat Ulrike Grosch viel Energie darauf verwendet, trotz der Einschränkungen und Restriktionen den Chorbetrieb am Laufen zu halten. Die Sängerinnen und Sänger übten zu Hause einzeln, mit Abstand... wo und wann es immer möglich war. So freuten sich alle, dass im Freien sogar ein Abschlusskonzert ohne Maske, «nur» mit Abstand, möglich war.

Ergänzt wurde der Franziskanerchor mit vier Solistinnen und Solisten,; Delia Haag, Kerstin Saxer, David Munderloh und Andreas Schib. Am Piano begleitete Alina Nikitina.

Beschwingt und freudig wurde ein bunter Strauss von ganz verschiedenen Liedern präsentiert: Teile aus der Schöpfung von Josef Haydn wurden ergänzt mit einem Werk von Mendelssohn. Dazwischen erklangen englische Lieder von Thomas Tallis, Maurice Green und John Rutter.

Beendet wurde das kurzweilige Konzert mit «Die güldne Sonne» von Johann Crüger.

Auch für die Bewohnerinnen und Bewohner war das Konzert etwas Spezielles, denn nachdem Besuche von Angehörigen nun wieder möglich sind, haben wir eine Zeit auf Sonntagskonzerte verzichtet. Bewohnerinnen, Bewohner und Angehörige genossen die Begegnungen und Gespräche sehr, und dabei wird „Unterhaltung“ nebensächlich.

Wir haben es als etwas Erhebendes erlebt, dass an der ersten Sonntags-Veranstaltung seit langem mit „Die Himmel erzählen die Ehre Gottes“ das Lob Gottes im Mittelpunkt stand,.

DANKE dem Franziskanerchor und Ulrike Grosch für die wunderbaren Momente, die sie uns geschenkt haben.

*Andrea Denzlein*





## Projekt eines regionalen Sportzentrums Eigenthal

F.V Das Hochtal am Nordfuss des Pilatus, dessen Ruhe lediglich während ein paar Wochen vom Knall aus Gewehren und Kanonen der in der Schiessverletzung weilenden Rekruten der Luzerner Infanterieschule unterbrochen wird, soll—so sieht es auch der vor dem Abschluss stehende Landschaftsplan vor—weiterhin den Wanderern und Skiläufern der Agglomeration Luzern erhalten bleiben. Das rund zehn Kilometer messende und 1000 Meter Höhe aufweisende Tal entlang dem Rümli bildet für die nahezu 200 000 Bewohner der Region Luzern einen geeigneten Erholungsraum. Im Jahre 1967 hat der Regierungsrat des Kantons Luzern eine Verordnung zum Schutze des Eigenthals erlassen. Leider hat er es aber bisher unterlassen, der „Vereinigung Erholungsraum Eigenthal“, die sich seit fünf Jahren der Dinge annimmt und im Frondienst bereits mehrere hundert Meter Spazierwege, Wegmarkierungen und gar eine Pistenbeleuchtung für die Skilangläufer schuf, eine finanzielle Unterstützung zu gewähren. Eine Änderung dürfte schon in nächster Zeit eintreten, nachdem eine Interpellation Weibel-Halder im Grossen Rat des Kantons Luzern behandelt worden war, die ein regionales Sportschulungszentrum im Eigenthal anstrebt. In den letzten Tagen wurde eine Studiengruppe gebildet, die bis Ende August 1971 konkrete Vorschläge ausarbeiten soll. Wer sich im Sport auch nur einigermaßen auskennt, der weiss, dass über die Bedürfnisfrage keine Zweifel bestehen. Mit der Einführung von „Turnen und Sport“ besteht im Kanton Luzern ohnehin ein Mangel von rund 60 Turnhallen, von geeigneten Aussenanlagen ganz zu schweigen.

### Katalog für drei Dringlichkeitsstufen

Die sechsköpfige Kommission wird voraussichtlich eine kurzfristige Vernehmlassung unter jenen Sportverbänden starten, für die sich das Eigenthal in erster Linie eignet. Es gilt dabei, die Bedürfnisse abzuklären. Die Kommission wird ihre Vorschläge nach der Dringlichkeit einstufen. In einer ersten Etappe sollen Sofortmassnahmen ergriffen werden. Darun-

ter werden Verbesserungen der bestehenden Anlagen wie Skilanglaufpisten, Sprungschancen und Wanderwege ins Auge gefasst. Ebenso müsste eine einfache Umkleidemöglichkeit im Talboden geschaffen werden. Ein zweiter Schritt sieht die Integrierung der ideal gelegenen Ferienheime der Stadtschulen von Luzern vor, die bisher lediglich sieben Wochen im Jahr belegt waren. Der Bau einer Turnhalle und von Spielplätzen sollte in der Folge einen einfachen Kursbetrieb ermöglichen. Ein Endausbau ist in 10 bis 20 Jahren vorgesehen.

In einer zweiten Etappe sollen diese Anlagen in den vom Regionalplanungsverband erstellten Landschaftsplan eingebaut werden, ehe Finanzierungsfragen und Rechtsträger in einer dritten Stufe abgeklärt werden sollen. Bei der Integrierung in den Landschaftsplan darf das Militär nicht gerechnet werden. In letzter Zeit musste sogar energisch gegen eine Ausweitung eines Schiessplatzes opponiert werden. Andererseits muss man dem sportfreundlich gesinnten Schulkommandanten Oberst Oskar Käch auch wieder recht geben, wenn er meinte, dass das Eigenthal weitgehend dank der Truppe noch so natürlich und unüberbaut geblieben sei. Es ist anzunehmen, dass auch das Militär von den zu bauenden Sportanlagen profitieren wird.

### Bescheidener Beginn—wie Magglingen

Man kann nicht erwarten, dass schon in den nächsten Jahren im Eigenthal Tartananlagen, Schwimmbäder usw. erstellt werden. Das Vorhaben im Eigenthal erinnert stark an den Beginn von Magglingen, wo zuerst ein altes Hotel gekauft und eingerichtet wurde, Sportplätze gar im Frondienst erstellt wurden und erst nach und nach weitere Anlagen entstanden. Trotzdem wird es den finanzschwachen Kanton Luzern noch genug kosten, bis der Plan verwirklicht ist. In die Finanzierung werden sich der Bund, die Kantone, die Stadt Luzern und die Agglomerationsgemeinden teilen müssen. Das Kurszentrum soll vor-

ab den „stillen Sportarten“, wie nordischem Skilauf, Orientierungslauf sowie einigen Ballsportarten dienen; auch „Jugend und Sport“ wird davon profitieren.

*Hanns Fuchs, Journalist*



*Lindenstübli Eigenthal*



*Eigenthal mit Schnee, Gebiet Meiestosmoos*



## Senioren

Ja, gäb es keine Senioren, ging aller Wohlstand schnell verloren, die Konjunktur hätt's furchtbar schwer, und die Senioren müssten her.

Seht euch die Urlaubszentren an: Wer füllt die Busse, füllt die Bahn?

Wer gibt dem Fahrer gar am Ende noch einen Franken Trinkgeld-Spende?

Mallorcas Strände ständen leer, gäbe es keine Senioren mehr. Was sonst auch immer ist und sei:

**An uns Senioren kommt keiner vorbei.**

Die Ärzte wären ungehalten. Wir müssen sie am Leben halten!

Gäbe es keine Senioren mehr, die Wartezimmer ständen leer. Wer kennt sich aus mit Rheuma und Gicht—gäb' es die Senioren nicht.

Wer sonst als wir ist richtig krank? Wer stapelt Medizin im Schrank?

Obwohl sie die Gebühren hassen, füll'n wir die Apothekerkassen.

Wer schreitet stolz voll Heldentum mit neuen Hüftgelenken rum?

Die Alten sind's ganz einwandfrei:

**An uns Senioren kommt keiner vorbei.**

Wer sagt s'geht noch zur Kur, sind das nicht meist Senioren nur.

Wer schaut uns Alten in den Rachen, wer lässt Gebiss und Zähne machen?

Und sei es noch so'ne Tortur, wir schaffen das mit viel Bravour!

Der Zahnarzt müsst Däumchen drehn, liess sich bei ihm kein Rentner sehn.

Wer füllt die leeren Wartezimmer:

**Ja, das sind wir Senioren immer.**

Wer stürzt sich in den Einkaufsrummel und hat noch Zeit zu einem Bummel?

Manch Kaufhaus wär' zur Hälfte leer, und manch' Geschäft das gäb's nicht mehr.

Der Zustand wäre nicht zu fassen, wo sollte man die Rente lassen?

Ob Kaufhaus, Bäcker, Konditorei:

**An uns Senioren kommt keiner vorbei.**

Kein Enkelkind würd' je geboren, gäb es nicht vorher uns Senioren.

Zwar sind wir nur noch halb gesund und leiden an Gedächtnisschwund.

Trotzdem lebt sich's nicht unbequem, als Rentner lebt man angenehm.

Das ganze Leben war nicht leicht, bis man dies Alter hat erreicht.

Man sagt manch' schwere Jahre ziehen; man hörte viele Melodien.

Macht Euch das Dasein jetzt nicht schwer, **denn wir Senioren sind doch wer.**

Dass wir nicht zu entbehren sind, das weiss inzwischen jedes Kind.

Die Altenheime, bitte sehr, - wo kämen die Bewohner her? Wer füllt die Räume dort, - wer immer— es gäbe dort nur leere Zimmer!

Sind wir auch alt und schon betagt, wir sind noch überall gefragt.

Nur, - die uns Rentner so umwerben, die wollen meistens etwas erben.

Doch gäb's uns nicht, die muntren Alten, die alles fröhlich mitgestalten.

Dann käm auch heute niemand her, und dieser Raum, - er wäre leer.

Wir können jederzeit beweisen, **Wir sind noch längst kein altes Eisen.**

In diesem Sinn—wie dem auch sei: **An uns Senioren kommt keiner vorbei.**

Dieses tolle Gedicht haben wir von unserer Bewohnerin, Frau Rösly Sigrist, erhalten. Es stammt aus ihrer Familie und sie hat es uns zur Verfügung gestellt—DANKE

# Der echte Lavendel (das Sommergefühl)

Der Lavendel (*Lavendula angustifolia*) gehört zur Familie der Lippenblütler (*Lamiaceae*). Heute trifft man den Lavendel oft in den Gärten als beliebte Zierpflanze.

Als Heilpflanze und zur Gewinnung des Duftstoffes wird der echte Lavendel in grossem Stil angebaut. Wer kennt sie nicht, die Bilder der Hoch-Provence mit ihren grossen Lavendelfeldern? Es ist ein richtiger Magnet für die Sommertouristen, die die schönen Bilder mit den Erinnerungen und dem Dufterlebnis mit nach Hause nehmen.

## Vorkommen

Der Lavendel wächst an trockenen und felsigen Hängen an den Küstenregionen des Mittelmeerraumes, an den warmen Hängen bis Dalmatien und Griechenland sowie in der Toskana in Italien. Benediktiner- Mönche führten ihn nördlich der Alpen ein. Der echte Lavendel gehört zu denjenigen Arten, die als winterhart gelten und daher im Freien den in Mitteleuropa üblichen Winter ohne besonderen Schutz überstehen.

## Vermehrung

Die Vermehrung der Pflanzen erfolgt durch Samen, Teilung grösserer Stöcke, Absenker oder Stecklinge.

## Pflegetipps

Lavendel liebt einen vollsonnigen warmen Standort und dazu einen gut durchlässigen Boden ohne Staunässe.

Ideal ist auch eine von der kalten Winterbise geschützte Lage.

Mit diesen Voraussetzungen ist der Lavendel pflegeleicht.

Dass die Pflanze eine gute Form behält, sollte man den Lavendel nach der Blüte, spätestens im August, zurückschneiden.

Es sollten noch grüne feine Triebspitzen vorhanden sein, die dann vor dem Winter nochmal austreiben können.

## Verwendung

Aus den Blütenständen mit Stängeln wird Lavendelöl hergestellt. Um ein gehaltvolles Ausgangsmaterial zu bekommen, wird am frühen Morgen geerntet oder kurz nach dem Regen, wenn die Blüten abgetrocknet sind. Mit der Wasserdampfdestillation werden die ätherischen Öle gewonnen, die in der Parfümerie sehr geschätzt werden.

Auch in der Küche werden junge Blätter und weiche Triebe zum Verfeinern von Gerichten, wie Eintopf, Fisch, Geflügel, Lammfleisch und in Saucen und Suppen, in kleinen Mengen auch an Salaten, in Desserts, zum Beispiel in weisser Schokoladenmousse oder in Aprikosensorbet verwendet.

Das Aroma von Lavendel ist dem des Rosmarins ähnlich und bitter bis würzig

In der Imkerei ist der Lavendel aufgrund des hohen Zuckergehalts seines Nektars (21-48%) eine geschätzte Nebentracht.

In der Medizin wird Lavendel auch angewendet. Auszüge aus Lavendelblüten haben leicht beruhigende, blähungswidrige und gallentreibende Eigenschaften.

Die beruhigende Wirkung wird auch in der Aromatherapie genutzt.

Einreibungen mit Lavendelöl wirken vorwiegend hautreizend und dienen deshalb zur Bekämpfung rheumatischer Beschwerden. Als Badezusatz wird es bei funktionellen Kreislaufstörungen verwendet.

*Martin Blum, Gärtner*



## Sommerdekoration „Trauminseln“

«Ich bin reif für die Insel». Andrea Denzlein würdigte die Ausstellung der 15 Trauminseln mit diesem Satz. «Nachdem wir uns alle wegen Corona einschränken mussten, wird es Zeit, von Ferien zu träumen». Natürlich hatten wir alle gehofft, dass wir in diesem Jahr wieder richtig Ferien machen könnten. Leider bleibt es weiterhin beim Träumen von der «Insel».

Auf den Tischen in einem grossen Kreis waren die Inseln im Innenhof des Steinhof, auf unserer Terrasse, ausgestellt und konnten bestaunt werden. Dabei kam richtig Ferienstimmung auf. Jede Insel zeigt andere Figuren und Szenen. Da eine Familie am Strand mit einem Hund, da eine Nixe im Wasser. Da ist ein Boot im Wasser, und da liegt ein braungebrannter Mann auf der Luftmatratze. Wer hat alle diese individuell gestalteten Figuren gemacht, mit so viel Kreativität und mit so viel Liebe zum Detail?

Die Aktivierungsgruppe war wohl die treibende Kraft hinter diesem Prozess. Jedoch so ganz klar war das Ergebnis nie. Die Inseln haben sich entwickelt. Der Prozess begann im Aktivierungsteam und entwickelte sich während der Arbeit mit unseren Bewohnerinnen und Bewohnern.

Ursprünglich war da nur das Jahresmotto «Strand», welches uns als Anhaltspunkt diente. Dann wurden verschiedene Ideen besprochen, und wir einigten uns, einzelne Strandfiguren zu machen. Zuerst probierten wir Figuren mit Tonerde und Salzteig herzustellen. Es stellte sich aber heraus, dass dieses Material ungeeignet, schwer und spröde war. Dann bestellten wir «FIMO», eine Kunststoffmasse, welche sich leicht formen lässt und ganz einfach an der Luft aushärtet. Wir alle probierten Figuren herzustellen, und diese ersten Versuche überzeugten uns. Wir waren auf dem richtigen Weg. Ob unsere Bewohnerinnen und Bewohner auch solche Figuren herstellen können? Wir bestellten ganze 27 Kilo «FIMO» und besorgten «Stäbli» zum Formen. Zum Glück war dann auch das Bemalen mit «Acrylfarben» erfolgreich. Am Mittwochnachmittag, 14. April, begannen wir

mit unseren Freiwilligen und den Bewohnerinnen und Bewohnern mit dem kreativen Schaffen. Wir entschieden uns spontan, die Jahresaktivitäten auf die Terrasse zu verlegen. Es war ein aussergewöhnlich warmer Frühlingsschmiedtag. Wir mussten noch abteilungsweise und mit Masken sitzen. Als die Leute die von uns gefertigten Figuren und die Bildvorschläge sahen, sprang die Begeisterung über. Wir haben nicht damit gerechnet, dass unsere Helferinnen und unsere Bewohnerinnen und Bewohner mit so viel Enthusiasmus an die Arbeit gehen würden. Eigentlich hatten wir erwartet, dass einzelne menschliche Figuren entstehen würden, jedoch schon bald waren Seesterne, Krebse und Seepferdchen zu sehen.

Von Woche zu Woche wurden die Figuren diverser, bunter, und neue Kreationen kamen hinzu. Ursula Suppiger faltete Sonnenschirme und filigrane Kinder- und Tierfiguren, Rita Glanzmann Palmen, Rösli Riederer machte eine Feuerstelle und Anita Zünd diverse Meerestiere, wie Oktopusse und Krebse. Dann kamen Accessoires, wie Kamera, Bücher, Badetücher und Boote hinzu.

Weil da immer mehr auch kleinere Objekte entstanden und wir befürchten mussten, dass diese in einen Mund gelangen, mussten wir uns überlegen, wie wir diese Dinge befestigen könnten. Wir entschieden uns für eine Unterlage aus Sperrholz, und so entstand die Idee mit der Insel. Carmen experimentierte mit Sand, Weissleim, Farbe und Spachtelmasse. Sie wurde tatkräftig von Frau Lang und Herrn Grüning in der Gestaltungsgruppe unterstützt. So entstanden die Inseln mit echtem Sand und den fast echten Meereswellen.

Die schönsten Figuren fanden den Weg auf die Inseln und wurden dort mit Heissleim platziert. 68 menschliche Figuren und zwei Nixen tummeln sich auf den Inseln. Dazu kommen acht Boote, welche im Wasser dümpeln, vier Hunde, 22 Palmen und 20 Sonnenschirme, die Schatten spenden.

Eigentlich wollten wir die Sommerdekoration noch vor dem Steinhofsonntag ausstellen. Obwohl wir an

neun Mittwochnachmittagen gearbeitet hatten, mussten wir uns beeilen. Es zeichnete sich aber ab, dass uns die Zeit nicht reichen würde. Darum waren wir dann froh, dass der Sonntag abgesagt wurde und wir die Vernissage auch später machen konnten. Am Mittwoch, 30. Juni, war es dann so weit, und wir durften die Kreationen ausstellen und verlosen.

Wir hatten uns vorgestellt, dass wir unsere Terrasse für den Anlass in eine Trauminsel verwandeln. In den letzten Tagen hat es aber täglich geregnet und so war es unsicher, ob wir den Anlass überhaupt draussen durchführen können. Dank guter Wetterprognose am Mittwoch, wagten wir es und entschieden uns für die Terrasse. Wir legten Tücher, Bikinis, Luftmatratzen und einen Pool auf die Wiese und dekorierten die Tische mit Bast. Zwischendurch erschien sogar die Sonne und wärmte uns auf, die Sambarhythmen machten den Rest für das perfekte Strandfeeling.

Als erstes suchten die Bewohner verschiedene Namen für die Inseln,- diese wurden auf die Flaggen geschrieben. Eine Insel hiess «Sansibar», die andere «Jublio» oder «Sylt». Dann musste sich jede Abteilung ihre Inseln erobern. Im Trauminsel-Quiz gewann Herr Schwarz, und er durfte seine Trauminsel, die Insel «La Palma» als Dekoration auf die Abteilung 4 mitnehmen. Dann wurden auch die anderen Inseln ausgelost und verteilt. In der Zwischenzeit sind die Inseln im Haus verteilt und erfreuen uns mit ihren Figuren. Sie versprühen Ferienfreude und regen zum Träumen an.

Wer jetzt noch nicht reif ist für die Insel, der/die muss in den Steinhof kommen und die tollen Kreationen anschauen. In der Zwischenzeit wissen wir, dass wir auch in unserem Gedankenkino verreisen können.

*Josef Schuler, Leiter Aktivierung*



*So entstehen die Trauminseln*



# Unsere Impressionen zu „Trauminseln“





# „Trauminseln“





## Konzert der Instrumentalgruppe des Tessiner-Chor Luzern

Der Corale Pro Ticino Lucerna ist am 4. November 1937 im Hotel Rütli in Luzern gegründet worden. In jener Zeit lag der Tessin in weiter Ferne. Damals sangen nur Männer im Chor. Die Frauen kamen erst später als Bereicherung hinzu. Die Frauen waren zu Beginn verantwortlich für das Erscheinungsbild mit Original-Tessiner-Trachten der verschiedenen Täler. Der Verein entwickelte sich schnell und wuchs auf bis zu 30 Mitgliedern an. Beim ersten Radundo, Chortreffen der Tessiner-Chöre, 1943 in Genf, wurden die kunstvoll hergestellten Trachten von der Jury mit dem 1. Preis gekrönt. Die Sängerinnen tragen diese prachtvollen Trachten noch heute.

Der Verein zählt heute etwa 25 Mitglieder; es sind mehrheitlich Deutschschweizer, aber innig Tessinverbundene Leute dabei. Die Sängerinnen und Sänger werden seit 1997 mit dem Akkordeon begleitet, und in den letzten Jahren konnten sogar drei Gitarristen- und Mandolinenspielerinnen dazugewonnen werden. Das bereichert den Klang und die Vielfalt des Chors ungemein. Der Chor tritt an verschiedenen Anlässen in Originaltrachten auf, und viele Lieder werden nun mit den Instrumenten begleitet.

Während der Corona-Zeiten durfte der Chor nicht mehr proben und keine Aufführungen durchführen. Das war natürlich eine grosse Einschränkung für alle Mitglieder, die sich sonst wöchentlich trafen. Denn auch das fröhliche Beisammensein, nach der Probe oder nach einem Auftritt, gehört zum Chor. Die Instrumentalisten beschlossen deshalb, ihre Konzerte trotzdem anzubieten und konnten in diversen Heimen sogenannte «Balkonkonzerte» durchführen. So auch bei uns im Steinhof, am 18. Juni, auf dem Dorfplatz.

Coronabedingt mussten natürlich die Abstände eingehalten werden. So platzierte sich das Publikum auf den Balkonen, auf der Terrasse und in der Besucherzone. Die fünf Musiker, bestehend aus dem Akkordeonisten, zwei Mandolinenspielerinnen und einem Gitarristen, nahmen im Schatten unseres Gar-

tenhauses Platz. Ja, die Sonne zeigte sich erbarungslos. Der Wetterbericht hatte auf den Abend Gewitter angekündigt. Wir hatten richtig Glück, dass wir den Anlass draussen durchführen konnten. Jedoch hofften wir auch auf eine Abkühlung, welche dann auch ab 17 Uhr eintraf. Es war warm und düppig, darum brauchten die armen Musikanten und Musikantinnen in ihren heissen Trachten dringend kühle Getränke und auch Schatten. Trotz der Hitze liessen es sich die Musiker nicht nehmen, ihre Volkstänze zu zeigen und die Leute zum Tanz einzuladen. Dies gelang ihnen auch. Die südlichen Melodien begeisterten bis ganz hinauf zu den obersten Balkonen, und da wurde tatsächlich getanzt und mitgeschaukelt.

*Josef Schuler, Aktivierung*



*Vor der Sonne geschützt*



*Die Tessiner-Klänge haben Freude geschenkt*





## „Wann wird es endlich Sommer?“

Als ich ein bisschen jünger war als heute, nämlich 1975, sang Rudi Carell: «Wann wird es endlich Sommer, so richtig Sommer, wie es früher einmal war?» Anscheinend hat es damals auch so viel geregnet wie dieses Jahr.

Doch immer wieder kommt auch die Sonne durch. Dann jammere ich, weil mir zu warm ist. Typisch! Über das Wetter kann man ja immer reden. Und ist man zufrieden? Selten!

### Frühere Sommer

Wie waren eigentlich früher die Sommer? Ich versuche, mich zu erinnern. Meine allererste Erinnerung liegt schon sehr lange zurück. Ich war erst fünf oder sechs. Wir wohnten direkt neben einer Asphaltstrasse. Ich stand draussen, als eine endlose Reihe Panzer vorbeifuhr. Und ich erinnere mich, dass aus jedem Panzer ein Soldat herausschaute. Er stand unbeweglich da, sah geradeaus.

Was ich bis heute noch höre: Das zischende Geräusch, wenn die Panzer den heissen, durchweichten Asphalt aufrissen. Wegen diesem Geräusch kann ich mich bis heute an die Vorbeifahrt erinnern (ich wusste übrigens nicht, was diese Fahrzeuge mit Krieg zu tun hatten ...).

### Blutende Füsse

Eine andere Erinnerung, die mit einem heissen Sommertag zu tun hat: Ich machte mit einer Freundin eine ziemlich lange Wanderung. Kurz davor hatte ich Holz-Pantoletten bekommen, mit nur einem Band über den Zehen. Ein neues, bis dahin unbekanntes Produkt, vor allem bei den Jugendlichen sehr begehrt. Ich ging also damit auf die Wanderung.

Die Hitze machte meine Füsse feucht und weich. Diese rieben sich stark an den Bandagen über den Zehen. Bald hatte ich Blasen, dann offene Stellen. Es blutete sogar. Barfuss ging nicht, weil der Weg zu steinig war. Es wurde zur Qual und war schlimm.

Die Füsse brauchten lange, um zu heilen. Der Spass an den tollen Sandalen war vorbei.

### Mit dem Zelt und im Wohnwagen

Es hat in meinem Leben viele Sommer gegeben, an die ich mich noch erinnere; zum Beispiel mit dem Zelt, später im Wohnwagen; und noch später meine jährlichen Ferien auf Kreta. Sie sind mir noch gegenwärtig, voller Erinnerungen.

Eine ganz besondere: Wir hatten eine Wanderung auf die Südseite der Insel unternommen. Dort wollten wir an den «Süsswasserstrand», an dem es ganz nahe beim Meer Quellen mit Süsswasser gab. Es war ein Nacktbadestrand. Für mich äusserst ungewohnt und sehr unangenehm.

Aber etwas abgeschieden, hinter hohen Felsen, traute ich mich doch, die Kleider abzulegen. Ich legte mich auf dem Rücken ins flache Wasser, liess mich vom Meer tragen und sanft wiegen. Es war herrlich!

Dass ich keine Badekleider trug, war eine Befreiung und trug wohl auch dazu bei, dass ich mich so gut fühlte. Ja, ich fühlte mich so eins mit dem Wasser und selbst mit den Steinen und dem Himmel über mir. So geborgen!

### Sommerliches Licht

Was fällt mir sonst noch ein, wenn ich an Sommer denke? An den Garten, den ich mal hatte; an meine Freude am Wachstum. Am liebsten sass ich auf der Treppe, die vom Wintergarten auf eine kleine Terrasse führte. Ich weiss nicht, wie oft ich dort sass, den Garten im Blick; die Ruhe, die ich empfand. Und auch so was wie Eins-Sein mit allem.

Vielleicht denke ich heute, nach so vielen Jahren, daran, weil ich den Garten immer noch vermisse. Im Sommer ist man ja viel draussen. Das helle Licht lockt. Es ist, als sei der Körper gierig nach diesem Licht, nach dieser Wärme.

Ich bin eher ein Wintermensch. Ich mag die Kälte. Aber sobald im Sommer die Sonne scheint, verspüre

ich das Verlangen, hinauszugehen und das Licht zu «atmen».

### **Abende auf dem Balkon**

Was mag ich sonst noch am Sommer? Es sind die Abende auf dem Balkon. Langsam wird es still um mich. Es dämmt. Ich trinke vielleicht ein Glas Wein. Der Tag liegt hinter mir. Ich kann ihn ziehen lassen, als falle er von mir ab. Und ich höre die letzten Rufe der Vögel. Und ab und zu die Bewegung der Kühe im Stall des Nachbarn.

Es riecht nach dem frisch gemähten Gras. Ein leiser Wind kommt auf, nur ganz verhalten. Er kräuselt die Blätter der Birke im Garten. Es zischt leise. Die Konturen der Umgebung werden trüber. Auf den Bergen gehen die Lichter an. Die Strassenbeleuchtung ist an.

### **Die Stille der Sommernacht**

Bald werden die Fledermäuse herumfliegen und ihre Nahrung fangen. Eine Katze streicht an der Hecke entlang. Ich bewege mich nicht. Aber sie scheint mich zu spüren. Sie verhält ihren Schritt und schaut zu mir hinauf. Wie nimmt sie mich wohl wahr? Schliesslich schleicht sie davon. In der Hecke gibt es viele Mauslöcher. Dorthin ist sie vielleicht unterwegs.

Es wird Nacht. Ab und zu ein Auto. Sonst Stille. Ich lasse mich dahinfliegen. Und träume ...

*Anke Maggauer-Kirsche*

### **Herbstsommer**

Der Himmel blaut  
über buntem Laub  
schwer liegt der Tag  
einer der letzten  
kurzärmlichen  
ein Schmetterling  
torkelt  
wohl trinken  
unter Bäumen  
raschelt das Laub

### **Unter dem Grau**

Sobald die Sonne scheint  
wird leichter auch das Gemüt  
wir schreiten schneller aus  
verlassen nur zu gerne  
unser Haus  
und atmen wie befreit  
und sagen lächelnd  
guten Tag  
dem Gegenüber

*Anke Maggauer-Kirsche*

## Spaziergang-Sommergefühle

Mit dem Sommer ist es so eine Sache - er ist entweder zu heiss oder zu kalt, zu nass oder zu trocken, aber selten so, wie er sein sollte. Bloss: wie wäre er denn «richtig»?

Fragen wir doch einfach mal Rudi Carell (1934-2006) Der holländische Sänger und Moderator im deutschen Unterhaltungs-TV beschwor im kühlen Sommer 1975 in seinem Schlager «Wann wird's mal wieder richtig Sommer» die nostalgische Sommer-Erinnerung so:

Wann wird's 'mal wieder richtig Sommer,  
Ein Sommer, wie er früher einmal war?  
Ja, mit Sonnenschein von Juni bis September  
Und nicht so naß und so sibirisch wie im letzten  
Jahr.

Und was wir da für Hitzewellen hatten,  
Pullover-Fabrikanten gingen ein.  
Da gab es bis zu 40 Grad im Schatten  
Wir mussten mit dem Wasser sparsam sein.  
Die Sonne knallte ins Gesicht,  
Da brauchte man die Sauna nicht  
Ein Schaf war damals froh, wenn man es schor.  
(...)

Wann wird's 'mal wieder richtig Sommer?  
Ein Sommer, wie er früher einmal war  
Ja, mit Sonnenschein von Juni bis September  
Und nicht so nass und so sibirisch wie im letzten  
Jahr.

Der Sommer, von dem Rudi Carell sang, war jener von 1974. Er war besonders kühl. Dazu muss man wissen: In den 1970er Jahren war die Klima-Angst in den Medien von den Studien führender Klimaexperten vor einer neuen Eiszeit getrieben. Daran erinnerte dieser Tag die deutsche Zeitung «Die Welt». Sie schreibt: «Die erwarteten Folgen glichen denen, die heute im Zusammenhang mit der Erderwärmung diskutiert werden wie ein Ei dem anderen: Unbewohnbarkeit der Erde, Extremereignisse, Hurrikane,

Dürren, Fluten, Hungerkrisen und andere Katastrophen; die CIA erwartete Klimakriege. Auch machte man den Menschen verantwortlich für den sich abzeichnenden Klimawandel.» Die allgemeine Luftverschmutzung, die zunehmenden Kondensstreifen durch den immer intensiveren Jet-Verkehr und die Atom- und Wasserstoffbomben-Versuche durch die Grossmächte und Frankreich wurden als Ursache für die Abkühlung des Weltklimas genannt. Die Frankfurter Allgemeine Zeitung FAZ warnte am 25. Februar 1977: «Die Klimaveränderung, so befürchtet es auch der amerikanische Chemiker und Nobelpreisträger Linus Pauling, könne „in eine globale Katastrophe münden“ „in den bisher härtesten Test für die Zivilisation.»

Gegen Ende des Jahrzehnts legte sich die Eiszeitfurcht, und die Experten schwenkten um auf die neue Klima-Theorie: die Erderwärmung begann sich als populärste Zukunftsprognose durchzusetzen, auch wieder gestützt durch Wetterdaten, Forschungsergebnisse und Horrorvisionen. Und einmal mehr lernten wir: Wetter ist nicht Klima... Solche Gedanken gingen mir durch den Kopf, als es hierzulande regnete und regnete und regnete, bis der See am See zu knabbern begann.

Wann wird's mal wieder richtig Sommer, ein Sommer wie er früher einmal war...? Früher, erinnere ich mich, war richtig Sommer, wenn die Sonne den Asphalt im Rösslimattquartier flimmern liess, der Weg aus dem Hirschmattquartier in die Freibadi am Alpenquai in der Hitze unerträglich lang schien und der Rückweg mit den vom Schwimmen und im Wasser Herumtoben müden Glieder auch nicht wirklich erholsam war. Nein, die Erinnerung an solche Sommergefühle verblasste heuer in den nass-kühlen Juni - und Julitagen ziemlich schnell.

Auch das Sommergefühl ändert sich mit der Zeit. Sommer in der Stadt ist heute nicht mehr die unerträglich scheinende Hitze zwischen Asphalt am Boden und steinernen Fassaden. Die Stadt hat sich verändert, sie ist, der Stadtgärtnerei sei Dank, grüner und bunter geworden. Rund 11'000 Stadtbäume

spenden Schatten und erfreuen das Auge, sie sorgen auch im höchsten Hochsommer für Schatten und ein Stadtklima, das angenehm kühler ist als meine Hitze-Erinnerungen an den Weg durch die Rösslimatte. Das ist nicht nur ein individuelles Gefühl; der Eindruck wird gestützt durch Fakten, die die Fachleute der Stadtgärtnerei auf ihrer Website präsentieren: «Innerhalb eines Jahres filtert ein Baum im Durchschnitt 7 kg Feinstaub aus der Luft und produziert genug Sauerstoff für bis zu 10 Personen pro Tag. An heißen Sommertagen verdunstet er zwischen 200 – 450 Liter Wasser und entzieht dabei der umgebenden Luft Wärme. Ein Baum funktioniert wie eine Grundwasserpumpe, hebt den Grundwasserspiegel an und verbessert die Wasserversorgung der oberen Bodenschichten. Ein Baum bindet Schadstoffe und stabilisiert den Untergrund. Durch den Schattenwurf kann ein Laubbaum mit 15 m Kronendurchmesser eine Fläche von etwa 160 m<sup>2</sup> kühlen. Lokal kann dadurch eine Abkühlung des Asphalts von bis zu 20 Grad erreicht und Schäden an Belagsoberflächen vermindert werden. Bäume sind in der Lage, grosse Mengen von Niederschlägen zurückzuhalten, sofern sie genügend offenen, lebendigen Boden zur Verfügung haben. Bäume bringen Natur in die Stadt: Sie bieten vielfältige Lebensräume für viele Insekten, Vögel und andere Tiere. Und all dies zu einem unschlagbaren Kosten-/Nutzen-Verhältnis.»

Nicht nur fürs städtische Kleinklima sorgt die Stadtgärtnerei; neu spriessen aus dem Asphalt auch pünktlich auf die Sommermonate bunte Rabatten in Kreiseln und andern Verkehrsanlagen, und seit einem Jahr erfreuen schon acht «Pop-up-Parks» mitten im innerstädtischen vermeintlichen «Asphaltschungel» das Auge von Passanten und das Mussebedürfnis von Quartierbewohnern. So ist, wie von Zauberhand, am Löwenplatz ein temporärer Park entstanden. Sitzplätze und Töggelikasten statt Touristenbusse, flanierende Stadtbewohner statt zwischen Uhren-, Souvenirgeschäften und Löwendenkmal marschierenden und hetzenden Asiaten-

Gruppen - die Lebensqualität im Quartier ist merklich grösser geworden.

Auch die traditionellen Stadtparks sind von der Bevölkerung in Beschlag genommen worden - wenn im Vögeligärtli Studenten, Studentinnen und Werktätige zur Mittagszeit ihre Picknickpause einschalten, dann weckt das in mir Sommergefühle mit einem Schuss Erinnerung an das ungezwungene Leben in den Grossstädten dieser Welt.

*Hanns Fuchs, Journalist*



*Sommergefühl im Vögeligärtli bei der Lukaskirche*



*Pop-up-Park auf dem Carparkplatz am Löwenplatz*



# Rüebli-/Feta - Burger

## Zutaten:

2 grosse Rüebli, fein geraffelt  
1 grosse Zwiebel, gehackt  
2 Knoblauchzehen, fein gehackt  
1 Ei  
3 EL Haferflocken, fein  
3 EL Paniermehl  
50g Feta-Käse, zerbrösel  
Kräutersalz  
Pfeffer, gemahlen

## Zubereitung:

Alle Zutaten vermengen und gut durchkneten  
Falls die Masse zu feucht ist, noch etwas Paniermehl  
beigeben

Aus der Masse 8–10 Burger formen

In einer Bratpfanne, bei kleiner Hitze, die Burger in  
Butter oder Bratfett ca. 15 Min. ausbacken

Dazu passt eine leichte Quarksauce, frischer Salat  
und Brot nach belieben.

*Daniela Kritzer*





## Sommergefühle mit einem Glas Wein

Er ist wieder da, der von uns so sehnlichst erwartete Sommer! Wie schön, nachdem uns der Frühling in Sachen Wohlgefühl und Wärme etwas im Stich gelassen hat. Freuen wir uns besonders daran, nachdem sich auch die Welt in verschiedener Hinsicht in den letzten Monaten nicht von ihrer besten Seite gezeigt hat. Vergessen wir, was wir vergessen können! Holen wir den Grill hervor, geniessen wir die lauen Nächte, suchen wir im Schatten der Bäume oder an einem Gewässer Abkühlung. Dies und anderes mehr kann ein Sommer unvergesslich machen. Er bietet uns auch die Gelegenheit, an schattigen Plätzchen mit alten Freunden in Erinnerungen zu schwelgen.

Auch wenn sich dazu ein alkoholfreies Getränk, zum Beispiel ein gekühlter Fruchtsaft, gut eignet,



darf man bei der warmen Temperatur durchaus zu einem gekühlten Glas Wein greifen. Man glaubt es kaum, nicht nur ein Weisswein, sondern auch

ein leicht gekühlter Rotwein passen an einem lauen Sommerabend zu Grilliertem oder zu einem herzhaften Gericht.

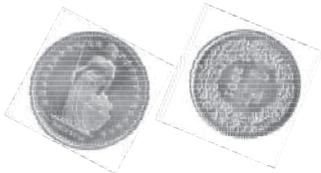
Im Grunde genommen gibt es keine klassischen Sommerweine, auch wenn die Roséweine bis vor einigen Jahren nur im Sommer auf den Markt gekommen sind. Mittlerweile machen aber auch diese zu jeder Jahreszeit Freude, denn sie gehören heute mit ihrem Charme zu den Weinen, welche man vor allem an warmen Tagen gerne zum Munde führt. Es lohnt sich jedoch, beim Kauf von Roséweinen genau hinzuschauen, beziehungsweise sich beraten zu lassen. Zu viele unsorgfältig vinifizierte Rosés sind heute auf dem Markt. Viele unserer einheimischen Winzer haben dem gegenüber gute Roséweine anzubieten. Machen wir doch einen Versuch!

Fazit: Mit einem „Weissen“, „Rosé“ oder „Roten“ können wir schöne Sommergefühle aufkommen

lassen und damit sogar dieser Jahreszeit zuprosten: „Schön, dass du da bist, lieber Sommer, und dass du hoffentlich auch etwas bei uns bleibst.“

*Walter Wettach*





# 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	01.05. - 31.07.2021	<u>CHF</u> 4'996.20
-------------	---------------------	---------------------

### Spenden-Ausgaben

Unterstützung von		
Bewohnern vom	01.05. - 31.07.2021	<u>CHF</u> 2'540.95

**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.

Änderungen im Schutzkonzept kommunizieren wir  
auf [www.steinhof-luzern.ch](http://www.steinhof-luzern.ch)



---

#### **Impressum**

**Anschrift:** Steinhof-Blatt  
Redaktion  
Steinhofstrasse 10  
6005 Luzern  
Tel. 041/319 60 00  
Fax. 041/319 61 00  
[www.steinhof-luzern.ch](http://www.steinhof-luzern.ch)

**Redaktion:** Andrea Denzlein, Leitung  
Sabina Lübke, Bildredaktion, Bearbei-  
tung und Layout/Gestaltung  
Liselotte Lauener, Lektorin

**Beiträge:** Anke Maggauer-Kirsche,  
Hanns Fuchs, Walter Wettach,  
Martin Blum, Rita Ming,  
Rosmarie Wey, Josef Schuler,  
Daniela Kritzer, Christina Mennel

**Auflage:** 1400  
**Druck:** Brunner Medien AG, Kriens

**Bild Titelblatt:**  
© CrailsheimStudio/iStock

Und wenn wir die ganze Welt  
durchreisen, um das Schöne zu  
finden: Wir müssen es in uns  
tragen, sonst finden wir es nicht.

Ralph Waldo Emerson