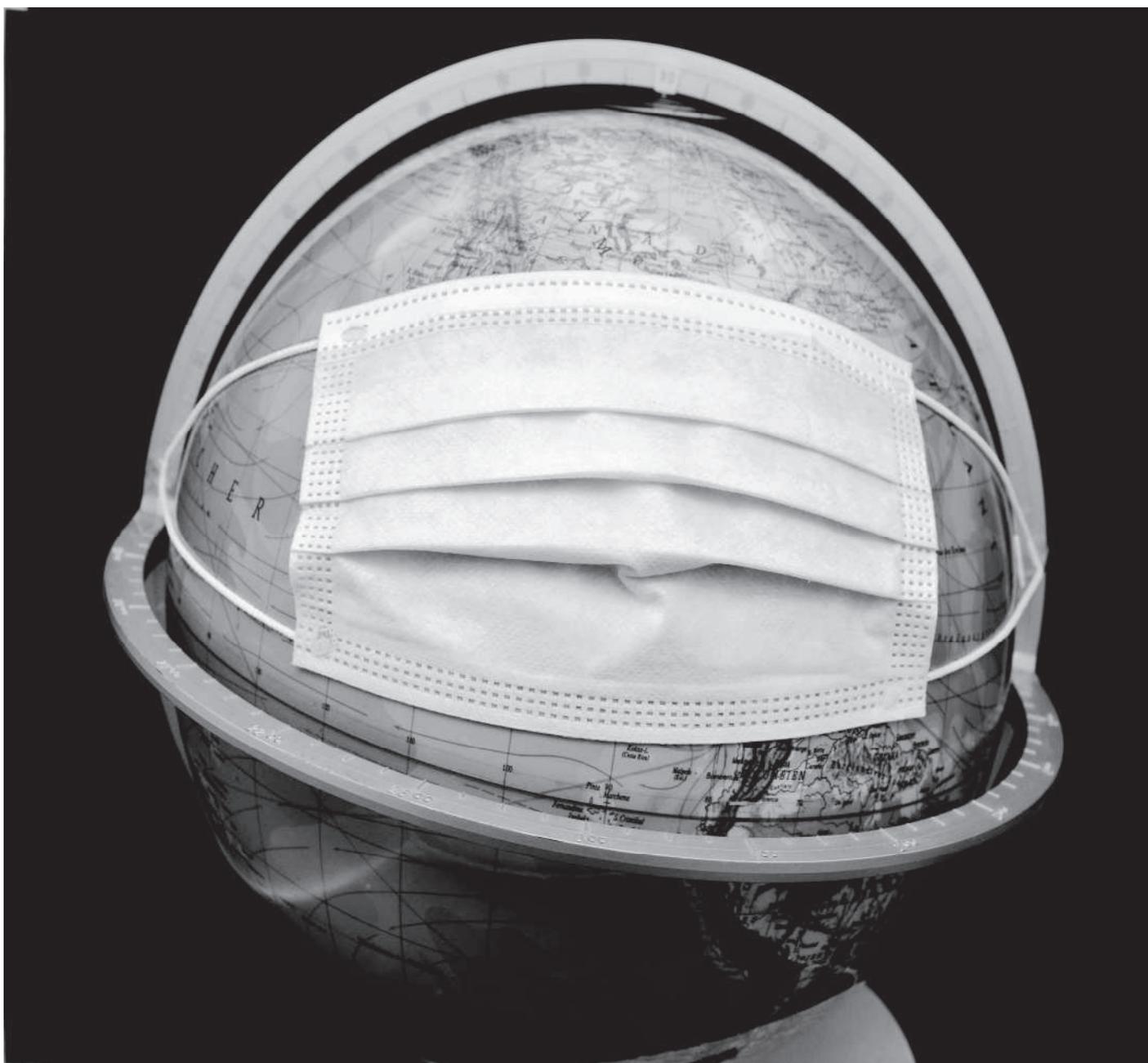


Ausgabe 2/2020

Steinhof Blatt

Die Informationszeitschrift des Steinhof Luzern



3 Am Steinhofstor

4 - 5 Mit Leib und Seele

6 -19 Corona Geschichten: *Was uns beschäftigt..., die Zeit der Corona-Pandemie aus Sicht einer Angehörigen, Einblick in den Corona- Alltag im Steinhof, Besuch von Hans und Fritz*

20 Jubilare

21 - 22 Steinhart nachgefragt: *Dr. Bernhard Studer - „Ängstliche Leute haben jetzt noch mehr Angst“*

23 Steinhof-Personal

24 - 25 Gratulationen

26 Wir rufen die Menschen in Erinnerung

27 Gedicht

28 Dies und Das: *Besiegte Viren - und Eingebildete*

29 - 30 Was vor 50 Jahren geschah: *Frauenstimmrecht*

31 Raum für Begegnung: *Viren können bei Pflanzen Buntblättrigkeit verursachen*

32 Wein und Reben: *Schütt' die Sorgen in ein Gläschen Wein....*

33 Rezept: *Kaninchenfilet im Einmachglas*

34 Unser Wunsch

35 Agenda



Mit Leib und Seele: Veränderung und CoronaVirus, Seite 4

Corona Geschichten: Was uns beschäftigt, Seite 6



Corona Geschichten: Besuch von Hans und Fritz – Lebensfreude pur, Seite, 17 - 19

Steinhart nachgefragt: „Ängstliche Leute haben jetzt noch mehr Angst“ Seite 21 - 22



Raum für Begegnung: Viren können bei Pflanzen Buntblättrigkeit verursachen, Seite 3



Veränderung - und was daraus entsteht

Im letzten Heft hatten wir «Veränderung» als Thema. Im März ging ich einmal durchs Haus, und Herr Obertüfer begrüßte mich mit «sehr verehrte Frau Prophetin» (normalerweise heisse ich «Frau Goldherz»). Auf Nachfrage sagte er mir, dass er die Namensänderung aufgrund des Titels «Veränderung» vorgenommen hat. Ich bin froh, dass es sich nur um eine temporäre Anpassung handelte....

Allerdings war nicht ich es allein – wir hatten als Geschäftsleitung im August 2019 für das neue Jahr das Thema «Veränderung» gewählt, da es einer der Werte ist, den uns unsere Trägerschaft zur Umsetzung vorgegeben hat. Natürlich haben wir uns in keinster Weise vorstellen können, mit welchen Veränderungen wir uns 2020 konfrontiert sehen. Und nicht nur wir.

Die letzten Monate beschäftigt uns nur ein Thema, und das weltweit, nämlich das Coronavirus oder COVID-19 oder SARS-CoV-2. Und auch wenn bisher im Steinhof keine Bewohnerinnen oder Bewohner betroffen sind, so hat das Virus dennoch «Einzug gehalten». Am spürbarsten mit den Massnahmen, die aufgrund der Weisungen des Bundesrats, des BAG, des Kantons und den Empfehlungen der Verbände haben umgesetzt werden müssen. Es war und ist eine Herausforderung für alle. Für diejenigen, die Weisungen und Empfehlungen ausarbeiten und für uns, die sie umzusetzen haben. Nicht immer war alles so klar, und ich bin sehr dankbar, dass ich engagierte und fachkundige Frauen in der Geschäftsleitung habe. Wir haben manche Stunde diskutiert und gerungen, ab wann was zu machen ist. Ab dem 6. März 2020 konnten wir externen Personen den Zutritt nicht mehr gewähren, der gravierendste Entscheid aber war sicher der «Steinhof-Lock-Down» vom 17. März 2020, als wir das absolute Besuchsverbot aussprechen mussten. Der Steinhof verwandelte sich von einem Tag auf den andern von einem offenen Haus in eine «Corona-Trutzburg». Wir alle, unsere Bewohnerinnen und Bewohner und wir als Mit-

arbeitende, vermissen die «Steinhof-Familie», mit der nun keine persönliche Begegnung mehr möglich ist. Unser Mitgefühl gilt allen Angehörigen, die mit ihren liebsten Menschen nur noch über Telefon oder Skype in Verbindung treten können. Besonders einschneidend ist es, wenn auch dies nicht mehr möglich ist.

Mein DANK gilt unseren Bewohnerinnen, Bewohnern und Angehörigen, die mit so viel Verständnis die Massnahmen mittragen. DANKE für die meist positiven und verständnisvollen Rückmeldungen. DANKE sage ich auch allen Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern, die sich enorm einsetzen, um den uns anvertrauten Menschen das Leben so angenehm wie möglich zu gestalten. Es wurde viel Engagement eingebracht, sei es mit kulinarischen Sondereinsätzen oder mit Haar- und Fusspflege, da auch Coiffeur und Pedicure nicht kommen konnten. Auch den Kontakt zu den Angehörigen versuchen wir auf viele Arten zu unterstützen. Wie das Leben sich sonst so gestaltet, können Sie auf den nächsten Seiten sehen. Sicher verstehen Sie, dass das Steinhofblatt diesmal etwas dünner ausfällt. Es soll Ihnen aber dennoch ein wenig Einblick in den Steinhof-Corona-Alltag bieten.

Gerade wollte mir eine Bewohnerin einen Text von Dietrich Bonhoeffer geben. Ich sagte, ich kenne ihn auswendig. Auf dem Weg ins Büro merkte ich, wie er mich heute von Neuem bewegt, da man die aktuelle Situation nicht besser in Worte fassen kann – mögen die Gedanken auch Ihr Herz berühren und Sie durch diese Zeit tragen: «Von guten Mächten wunderbar geborgen erwarten wir getrost, was kommen mag. Gott ist mit uns am Abend und am Morgen und ganz gewiss an jedem neuen Tag».

Andrea Denzlein, Heimleiterin



Veränderung und Coronavirus

«Veränderung», so lautet das Motto im Steinhof für das Jahr 2020. Das letzte «Steinhofblatt» auf meinem Tisch berichtete darüber. Was?! Ich bin betroffen, dass dieses Motto tatsächlich für alle im Steinhof seit Mitte März zutrifft und «steinhart» umgesetzt werden musste: Alle im Steinhof waren und sind bis jetzt aufgefordert, sich zu verändern, damit das Leben weiter pulsiert.

Diese Veränderung bekommt man im wahrsten Sinn des Wortes auch zu Gesicht: Alle Angestellten tragen eine Schutzmaske und desinfizieren Hände und Gegenstände am Laufmeter. Anlässe müssen abgesagt werden, das Restaurant leert sich, Angehörige, Freundinnen und Freunde dürfen die Bewohner nicht besuchen. Ist das nicht unlogisch? Auf all das, was das Leben lebenswert macht, muss verzichtet werden, um am Leben zu bleiben. Ich könnte aber auch sinngemäss sagen: Man soll kein Blatt vor den Mund nehmen, dafür eine Maske. Im Steinhof laufen also Maskierte herum. Auch da könnte man am diesjährigen Fasnachtsmotto «Alles steht Kopf» anknüpfen, aber nicht mehr als Fasnachtsmotto, nein, sondern als unerlässliche Schutzmassnahme für die Bewohnerinnen und Bewohner.

Auslöser ist das Coronavirus, das in aller Munde ist ... nein, hoffentlich gerade nicht! Ein Virus, das sich in die menschliche Zelle einloggt, ihr Programm umschreibt und sich dadurch ausbreiten kann. Aber der Steinhof hat sein Programm ebenfalls umgeschrieben und sich verändert, er selber hängt sich eine Maske um, damit kein Coronavirus Zutritt erhält. Dafür haben sich alle ganz «steinern» eingesetzt und alles darangesetzt. Dabei bekommt man aber nicht ein steinernes Herz, sondern das menschliche liebt weiter im Verzicht, Innehalten und Aushalten. Heut zu Tage sind das nicht gerade die «Renner» für Erfolg und Gewinn. Sie verbergen sich auch lieber hinter einer Maske. Aber sie bewirken weiter, dass Menschlichkeit trotzdem geschützt und gepflegt wird.

Menschlichkeit ist an Namen geknüpft. Manchmal sind es auch Übernamen. Sie stammen von Guido

Obertüfer. Sie beschreiben liebevoll, was das Menschliche ausmacht, ausstrahlt oder in ihrer Art hervorhebt. Ich habe diese in verschiedenen Ausgaben des «Steinhof Blatt» gelesen: Frau Gutefee schaut, dass alles klappt, ehrwürdige Frau Doktor, mit würdevoller Sprache und Gestik und Doktor Neurologe, Ueli der Knecht, versorgt alle mit Büromaterial, Frau Uranus, da der Empfang rundherum offen und so zum Weltall wird, die Western-Lady, die Biene Maja mit Lockenkopf, Schwester Wirbelwind, die Rosenkönigin dekoriert königlich, die Heinzelmännchenkönigin, Herr Kardinal mit Würde trotz Luftkissenschuhen, Frau Bundesrat ohne ähh-äh, Prinzessin Blitz ist da, wenn man sie gar nicht erwartet, vom technischen Dienst der Chefarzt, Oberarzt, Spezialarzt, Assistenzarzt und Kindergärtner, weil er die Pflanzen wie eigene Kinder liebt. Menschlichkeit, sie steht mit allen im Steinhof in Verbindung und lebt. Sie zeigt trotz Coronavirus und trotz Masken ihr wahres Gesicht!

Das ist meine Erfahrung und Erkenntnis in all den Begegnungen und Eindrücken, die ich seit Arbeitsbeginn im Steinhof machen durfte.

Rita Ming, Seelsorgerin



Das Reinigungs-Team perfekt geschützt

Bruder Robert

Diese besondere Zeit, in der der Corona-Virus in der Welt alles auf den Kopf stellt, ist auch für ein Pflegeheim eine herausfordernde Situation. Wir beobachten jedoch: Wo viele Veranstaltungen abgesagt werden müssen, kommen ganz neue kreative Aktionen zum Zuge.

So z.B.: Da ich als Bruder, in der Seelsorge tätig, nicht mehr auf die Abteilungen zu den Bewohnenden gehen kann, wurde mir ein spezieller Auftrag erteilt, nämlich ich möge mit einer 53-jährigen Frau im Rollstuhl, die von Geburt an nicht sprechen kann, regelmässig kommunizieren. Das heisst, dass die Heimbewohnerin ein Tablett, auf dem das Alphabet steht, hat. Mit den Augen kann sie die Buchsta-



*Kommunikation auf Abstand – die Freude bleibt:
Isabel Dazzan mit Bruder Robert*

ben fixieren, dann entstehen auf einem Display Wörter und Sätze. So kann sie sich ausdrücken, was sie bewegt.

Ich lese ihr also den vorerst geschriebenen vorangehenden Text vor. Sie schüttelt den Kopf und schreibt: «Kann ich dich korrigieren»? Meine Reaktion ist ein selbstverständliches Ja. So schreibt sie: Die Bezeichnung „**Heimbewohnerin**“ gefällt mir nicht und wünscht sich den Ausdruck „**Bewohnerin**“.

Ich mache ihr den Vorschlag, einige Fragen zu stellen, was für sie die momentane Situation mit dem Virus bedeutet? So z. B., dass sie nicht mehr in die Behindertenwerkstatt gehen kann?

«Für mich ist es nicht so schlimm, wenn ich nicht arbeiten gehen darf, weil ich dort jemand habe, den ich nicht so gut mag. Hingegen, was mich sehr komisch stimmt, dass ich seit vier Jahren im Steinhof zusammen mit den alten Bewohnerinnen und Bewohnern lebe und praktisch mit keinem sprechen kann, ausser einem Bewohner, dem Ordensbruder, der Seelsorgerin und der Heimleiterin. Und noch ein Plus, ich kann auch mit dem Personal von der Wohngruppe sprechen».

Frage: Was beschäftigt dich besonders? – «Ich kann gegenwärtig leider nicht nach Hause, und das ist nicht einfach für mich. Die Eltern kommen zwei Mal in der Woche».

Frage: Was freut dich besonders? – «Ich bin von Natur aus ein sehr zufriedener Mensch, und ich denke sozial, deshalb habe ich sehr Freude, wenn man mich nicht wie eine alte Frau behandelt».

Isabel zeigt immer grosse Freude, wenn ich zu ihr gehe, oft jauchzt sie vor Begeisterung.

Bruder Robert Zehnder

Was uns beschäftigt...

26. April 2020

Ich und die Corona-Zeit im Steinhof

Corona ist ein sehr ansteckendes Virus, das von Mensch zu Mensch übertragen wird und gegen das es momentan keine wirksamen Medikamente oder Impfstoffe gibt. Die Ansteckungszeit kann bis zu 3 oder 4 Wochen dauern. Es ist deshalb ausserordentlich gefährlich.

Zum Schutz der Bevölkerung wurden folgende Massnahmen angeordnet:

- Einhalten der Hygienevorschriften (Hände waschen/desinfizieren)
- 2 m Abstand halten
- Keine Menschenansammlungen von mehr als 2 Personen
- Zu Hause bleiben und nur in dringenden Fällen nach draussen gehen
- Tragen von Schutzmasken

Damit hat sich der Heimalltag im Steinhof ab Mitte März von einem Tag auf den anderen verändert.

Wie gehe ich damit um, und was tut meine Familie für mich, um das Ganze möglichst schmerzlos zu überstehen?

Was mir vor Corona Lebensfreude verschaffte, wie zum Beispiel

- Freunde treffen
 - Kaffee trinken mit Familienangehörigen oder Bekannten
 - Sonntägliche Mittagessen mit meiner Frau
 - zur Physiotherapie oder in Läden gehen
 - Spazierenfahren (mit dem Rollstuhl) in die Stadt oder dem Seeufer entlang
- alles war plötzlich nicht mehr möglich.

Ich vermisse dies schmerzlich, bin aber sehr froh und dankbar, dass ich eine Familie habe, die mich in diesen schweren Wochen unterstützt.

Der tägliche Kontakt via Video-Telefon oder WhatsApp verkürzt mir die Trennungszeit. Ebenso die wöchentlich eintreffenden Postkarten oder ab und zu ein Überraschungspaket sind Aufsteller und freuen mich immer sehr.

Auch der Steinhof sorgt mit Unterhaltungen und Überraschungen für Ablenkung und dafür, dass uns die Isolation leichter fällt. So wurde zum Beispiel eine Skype-Station eingerichtet.

Natürlich akzeptiere ich die rigorosen Massnahmen des Bundesrats. Sie wurden ja zu unser aller Schutz angeordnet. Gerade weil wir als Risikogruppe besonders bedroht sind, müssen wir dafür Verständnis haben. Trotzdem hoffe ich fest, dass bald Lockerungen eintreten.

Für die Zeit nach Corona wünsche ich mir meine Freiheit zurück. Ich werde die kleinen Ausflüge und alles, was ich jetzt vermisse, noch viel mehr schätzen und geniessen als vorher.



Milo Puksic unterwegs

Was bewegt mich in dieser speziellen Corona Zeit?

Gute Frage:

„Das freiwillige Rüsten mit den Bewohnerinnen und Bewohnern am Dienstagmorgen fehlt mir sehr. Es ist eine grosse Bereicherung, das Küchenteam zu entlasten um den Bewohnerinnen und Bewohnern eine Abwechslung bieten zu können. „

Anita Stirnimann



Bertha Lang in der Küche beim Karotten schälen....
leider ohne Begleitung....



Kreativer Zeitvertreib: Klara Thurnherr und Rita Härter-Good beim gemeinsamen Stricken in der Gastwirtschaft



Reena Thekkemuriyil

„Lächeln ist ein bedeutendes zwischenmenschliches Signal, was sich zur Zeit hinter der Maske versteckt. Mir ist es aufgefallen, dass auch unsere Bewohnerinnen und Bewohner unser Lächeln vermissen. Darum versuche ich durch mehr Humor und liebevolle Worte mein „Lächeln“ bei den Bewohnern zu kompensieren.“

Reena Thekkemuriyil, Leitung Nachtwache

„Mein Name ist Bea, von der Nachtwache. Die Zeit ist sehr schwer (Corona). Aber wir versuchen alle, das Beste daraus zu machen. Mir fehlt der Sozialkontakt sehr zur Aussenwelt. Aber es gibt mir auf eine Weise den Trost, den Bewohnenden Hilfe anzubieten, sei es mit Grüssen von Ihren Liebsten oder jemand mit Ziggi zu versorgen. Die konnte ich bis jetzt aufrecht erhalten, und das freut mich“

Beatrice Rava, Nachtwache

Die Zeit der Corona-Pandemie aus Sicht einer Angehörigen

Die grosse Pausetaste

Die letzten Buchstaben dieses Beitrages für das Steinhofblatt schreibe ich am 03. Mai 2020, an einem vom Wetter her durchgezogenen Sonntagnachmittag. Ich habe keine Ahnung, wie der Alltag beim Erscheinen des Steinhofblattes aussieht. Seit dem Drücken der grossen Pausetaste Mitte März 2020 heisst es, mit dieser Ungewissheit umgehen zu lernen.

Am 16. März hat der Bundesrat den von vielen erwarteten Lockdown bekanntgegeben. Restaurants, Bars, Clubs und viele Geschäfte sollten für mindestens einen Monat geschlossen bleiben. Dies, nachdem ein paar Tage zuvor bereits die Schulen geschlossen wurden. Die Bevölkerung wird aufgerufen, zu Hause zu bleiben. Sofort tauchten bei mir Fragen auf, die nicht eindeutig beantwortet werden konnten: Was bedeutet das für meinen Mann, der im Steinhof wohnt? Was heisst das für mich als Angehörige? Dürfen wir uns nicht mehr täglich sehen? Wie kann der Schutz der vielen Bewohnerinnen und Bewohner gegenüber dem Pflegepersonal, den Angestellten im Steinhof gewährleistet werden? Die Corona-Pandemie versetzte uns trotz leisen Vorzeichen ziemlich abrupt in eine Art Schockzustand. Auch mich. Obwohl ich von Beginn weg sehr vorsichtig war und ahnte, dass da noch mehr kommen wird - mit dem, was alles noch auf mich wartete, hatte ich in meinen kühnsten Vermutungen nicht gerechnet!

Seit März 2014 wohnt mein Mann Nick im Pflegeheim Steinhof. Und ich ein bisschen mit. Ich besuche meinen Mann fast jeden Tag. Mein Alltag ist klar strukturiert mit Berufsleben, dem Alltag teilen mit Nick im Steinhof, dem Führen meines Haushaltes und dem Gestalten meiner Restzeit mit wenigen Hobbys und einem kleinen Freundeskreis. Es gibt Menschen in meinem Umfeld, die meinen, ich hätte ein schweres Schicksal zu tragen. Ich denke, es ist ein grosses Privileg, dass ich mit meinem Mann im Steinhof eine besondere Art Alltag leben und geniessen kann.

Und dann wurde sie gedrückt – die grosse Pausetaste

Die Pausetaste in meinem gewohnten Alltag mit Nick wurde gedrückt mit dem Brief aus dem Steinhof mit dem fettgedruckten Satz: **«Besuche im Steinhof sind daher leider ab dem 17. März 2020 bis auf weiteres nicht mehr möglich»**. Da stand es schwarz auf weiss. Unmissverständlich die Botschaft, die dahintersteckt: Es gilt, die besonders gefährdeten Menschen zu schützen. Ich las den Brief am Montagabend. Er traf mich nicht unvorbereitet, alles andere wäre naiv gewesen. Trotzdem löste er viele Emotionen aus, Erleichterung und Trauer zugleich. Erleichterung darüber, dass der Schutz der Bewohnerinnen und Bewohner erhöht wurde, Trauer darüber, dass für Nick und mich eine ungewisse Zeit unbestimmter Dauer begann. Trauer auch darüber, dass ich Nick für eine unklare Zeit nicht mehr besuchen und treffen kann. Es war mir, als ob ein Teil von mir aus mir herausgerissen und abgetrennt wurde. Der Schmerz an diesem Abend war riesig. Und so viel kann ich an dieser Stelle schon sagen, er ist es immer noch. Trotz all dem stand und stehe ich voll und ganz hinter dem Entscheid und allen weiteren, die noch folgen sollten. Und ich war froh, dass nicht ich sie treffen musste.



Sichtbare Grüsse

Was für ein Durcheinander

Meine Wohnung ist zum Arbeitszimmer geworden, Strassen und Plätze werden zu Gefahrenzonen ernannt und sind nicht mehr länger Begegnungsorte. Und mein Mann unerreichbar weit. Mein Leben in der ersten Zeit des Lockdowns war nicht gerade sortiert, meine Stimmungen schwankten. Was für ein Durcheinander. In dieser Zeit brauchte ich Struktur, um dem Chaos nicht Überhand zu geben. Nebst der neu zu organisierenden Arbeit im Homeoffice galt es, auch eine neue Form der Kommunikation zu Nick und zum Steinhof aufzubauen. Als «Ersatz» für den fast täglichen Besuch wählte ich die Form des Briefschreibens. Nick sollte jeden Tag von mir «hören». Und zwar so hören, dass er sich trotz seines Krankheitsbildes immer wieder daran erinnern kann. So schreibe ich ihm jeden Tag einen Brief und lege diesem ein Foto meines Alltags bei. Mal ist es das Foto von einem Fruchtkuchen, den ich gebacken hatte, dann mal ein Foto von mir, von einer blühenden Wiese oder von Enten im See. Struktur in Zeiten des Durcheinanders. Ich habe nachgezählt. Bis heute habe ich Nick 40 Briefe geschrieben. Wie viele es wohl noch werden? Das Schreiben tut mir gut. Ich fühle mich in dieser Zeit sehr verbunden mit Nick.

Fuss fassen in ungewissen Zeiten



Fuss fassen...

Irgendwann war die Chaoszeit etwas überwunden, und ich fasste Fuss in diesen ungewissen Zeiten. Denn nebst der Sorge um Nick musste ich auch lernen, mich in dieser aussergewöhnlichen Lage zu recht zu finden. Mit der Sorge um meine betagten Eltern, die immer noch zu Hause wohnen, dem Umgang mit meiner Einsamkeit, der Frage nach der Menge an neuen Corona-Informationen, die ich noch zu verdauen vermag, damit sich der Schlaf doch noch einstellt. Als ich einmal von Daniel Koch, dem Leiter der Abteilung «Übertragbare Krankheiten» beim Bundesamt für Gesundheit BAG träumte, wusste ich, dass es auch Grenzen der zumutbaren Informationsflut gab.

Fuss fassen in ungewissen Zeiten bedeutete immer wieder, nach neuen Alltags- und Kommunikationsformen zu suchen und diese auszuprobieren. Im Internet bestellte ich für Nick ein Natel. Er kann es zwar nicht selbst bedienen, aber mit der grossartigen Unterstützung der Abteilung haben wir auch hier einen Weg gefunden, dass Nick meinen Telefonanruf entgegennehmen kann. Ich freute mich sehr auf Video-Anrufe, auf den Blickkontakt mit Nick. Doch bald schon war klar, dass diese Form des Telefonierens für Nick eine Überforderung ist. Warum schaut mich Sandra aus dem Telefon an und kommt nicht selbst vorbei? Wir wechselten wieder auf die gewohnten Telefonanrufe. Ich bin sehr froh, dass es Nick den Umständen entsprechend gut geht. So ist es möglich, dass wir wirklich auch miteinander «sprechen» können, dass er mir in seiner einfachen Art Antwort gibt. In solchen Momenten sehe ich ihn vor mir. Mit seinem Schalk in den Augen, dem wunderbaren Lachen, aber auch seinen Ernst sehe ich, seine Fragen in dieser Ungewissheit, seine Ängste und seine leise Trauer. Nach den Telefonaten fällt es mir nicht immer leicht, diese zu beenden. Loslassen und darauf vertrauen, dass er in sehr guten Händen ist. Fuss fassen in ungewohnten Zeiten!

Anfreunden mit der «neuen Normalität»

Heute habe ich gelesen, dass Abstand halten, Hände

fleissig waschen und – wo nötig – Masken tragen noch zwei Jahre oder länger dauern könnten. In solchen Momenten könnte ich nur noch weinen. Was diese Analyse für uns Angehörige von Menschen in Alters- und Pflegeheimen und für die Bewohnerinnen und Bewohner selbst bedeutet, kann ich nirgendwo nachlesen. Wir werden in den Pressekonferenzen selten erwähnt. Und selbst wenn wir erwähnt würden, ich muss mich zuerst selbst anfreunden mit dem Leben in der «neuen Normalität». Und ich muss lernen, mit Entscheidungen von aussen klar zu kommen, diese abzuwägen und zusammen mit den Verantwortlichen im Steinhof auf der Abteilung zu diskutieren und gemeinsam zu entscheiden. Immer wieder aufs Neue! So sieht sie wohl aus, die «neue Normalität».

Von der Pausetaste zur Starttaste

Von der Pausetaste hin zur Starttaste ist ein Prozess. Und ich gebe es unumwunden zu: Dieser Prozess ist knüppelhart und es sind sehr herausfordernde Zeiten. Ich hätte nicht gedacht, dass mir Wochen ohne direkte Berührung so schwerfallen, ja sogar körperlich spürbar sind. Mir hilft sehr zu wissen, dass es Nick und den anderen Bewohnerinnen und Bewohnern soweit gut geht! Und es liegt an mir und allen anderen Angehörigen, dass wir eine stimmige Kommunikations- und Umgangskultur zu unseren Liebsten in diesen Tagen, Wochen und Monaten aufbauen. Und dies ist möglich, wenn ich bereit bin, mich der Situation zu stellen und nach neuen Formen zu suchen. Dann erst kann ich die Pausetaste lösen und zu einem neuen Start Ja sagen. Und plötzlich lerne ich wieder, mich am Kleinen und Überraschenden zu freuen. Da ist zum Beispiel das zugeschickte Foto, das Nick beim Essen vor dem Schloss zeigt, mit einem Strahlen im Gesicht. Oder vom Besuch der beiden Clowns, den verschiedenen Balkonkonzerten, dem Crepes-Wagen von Claudia Brunner und vielem mehr.

Was ich in diesen Wochen und Monaten des Aus-

nahmezustandes gelernt habe, ist, dass ich meine Zuversicht nicht verlieren darf, da ich sonst mich selbst verliere. Dass ich die Zuversicht nicht verloren habe ist auch allen Mitarbeitenden vom Steinhof zu verdanken. An dieser Stelle möchte ich im Besonderen allen Mitarbeitenden auf den Abteilungen danken. Unter sehr erschwerten Bedingungen setzen sie sich jeden Tag auch einem persönlichen Risiko aus, damit es unseren Liebsten gut geht. Ich bin euch unendlich dankbar dafür und hoffe von Herzen, dass ihr nebst dem mehr als verdienten Applaus und den lobenden Worten auch auf politischer Ebene Gehör und Anerkennung findet. Ihr alle ermöglichten es mir immer wieder aufs Neue, dass ich auch in der Distanz mit und bei Nick bin. DANKE!

Auf der Wand vor der Kapelle im Steinhof steht der Spruch der deutschen Schriftstellerin Hilde Domin: «Ich setzte den Fuss in die Luft, und sie trug». Mich trug und trägt dieser Spruch bisher und auch weiterhin durch die Zeit. Egal, wie der künftige Alltag oder die «neue Normalität» aussehen wird.

Sandra Dietschi Sieber

Einblick in den Corona-Alltag im Steinhof



Unser Garten ermöglicht Begegnungen – aber auf den Abstand kommt es an

Gerne nehme ich Sie ein wenig mit und erzähle Ihnen von ganz unterschiedlichen Erlebnissen der letzten Wochen. Sie werden sehen, trotz allem haben wir sehr viel zu danken.

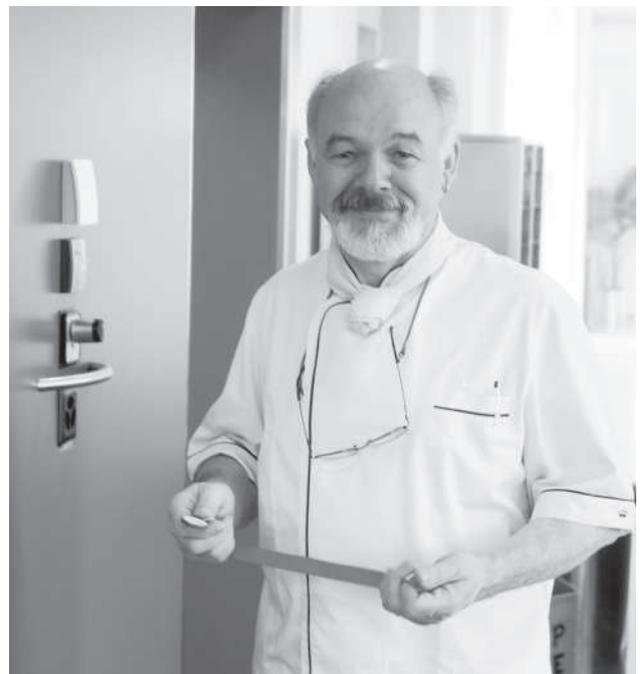
Eine der wichtigsten Lektionen: Unterhaltungen müssen im Abstand von zwei Metern stattfinden. Überhaupt sind alle unsere Pflegenden sehr bemüht, die Bewohnerinnen und Bewohner so viel wie möglich mit Luft und Sonne in Kontakt zu bringen. Dies ist nur möglich, weil wir unser Areal für alle Besucherinnen und Besucher gesperrt haben. So haben



Vitamine für die Gesundheit unserer Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter

die uns anvertrauten Menschen ihren grünen Lebensraum.

Damit die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter gesund bleiben, gibt es seit Corona zweimal in der Woche einen vitaminreichen Smoothie. Die Farbe ist



Manuel Schwarz, einer unserer Smoothie-Kreatore.



Klatschen für das Pflegepersonal – einander ermutigen

manchmal gewöhnungsbedürftig – aber je grüner um so vitaminreicher...? Hier Manuel Schwarz, einer unserer Smoothie-Kreatore.

Am 20. März beteiligen wir uns an der Aktion «Klatschen für die Mitarbeitenden des Gesundheitswesens» – ein Dank unserer Bewohnerinnen und Bewohner (und auch Nachbarn machten mit) an uns und unser Dank an sie – es geht nur im Miteinander!..



Mit Rosen Freude schenken

Vor Ostern schenkte das «Fastenopfer» unseren Bewohnerinnen und Bewohnern Rosen – die waren für eine Aktion bestellt und konnten aufgrund der aktuellen Bestimmungen nicht verteilt werden. DANKE!



Im Steinhof wachsen Mundschutz-Bäume..?

Seit Mitte März prägen Masken unseren Alltag – in der Pflege, aber auch im Büro. Da wir in der Administration die Masken drei Tage tragen können



Ostern wurde nicht verschoben!



Der „Osterhase“ am Werk



Unser Ostergruss für die Angehörigen

(auch, um die Vorräte zu schonen), müssen sie gelagert und gelüftet werden. Daraus entstand dieser «Maskenbaum».

Der Osterhase liess sich von keinem Virus abhalten. Ein Zeichen dafür, dass auch OSTERN stattfindet. Alles kann man verschieben, das Leben aber die Auf-erstehung kann man nicht verhindern.

Gemeinsam organisierten wir einen Ostergruss an die Angehörigen unserer Bewohnerinnen und Bewohner.

Eine besondere Oster-Überraschung schenkte uns Coop Schönbühl:



Frühlingsblumen im Steinhofgarten



Moritz (links im Bild) mit seinem Vater Ralph Rüssli

Da sie nicht alle Schoggi-Osterhasen verkaufen konnte, verteilten sie diese kurzerhand an alle Pflege-Institutionen. Eine tolle und süsse Überraschung – DANKE!!

Wissen Sie, was schön ist? Der Frühling liess sich auch nicht aufhalten:

Moritz kam spontan als freiwilliger Helfer zu uns, als seine privaten Pläne durch das Coronavirus durchkreuzt wurden. Ebenso spontan kam sein Vater mit auf Besuch, und die beiden schenkten uns allen ein Balkon-Konzert. Wir sind gegenseitig so voneinander überzeugt, das Moritz nun fest als Praktikant bei uns bleibt, bis er seine Zukunftswünsche



Von links: David Reimann und Edith Bucher



Balkonkonzert – Abwechslung im Corona-Alltag



Claudia Brunner bei der Dessert-Produktion

realisieren kann. Uns freuts!

Wenn Angehörige gleichzeitig Präsidenten von Alphorn-Vereinigungen sind, beschert dieses Glück auch dem Steinhof ein Konzert!:-)

Immer wieder gelang es, ein Balkonkonzert zu organisieren, oder das Spielen wurde spontan angeboten – DANKE allen, die uns dabei unterstützt haben und gekommen sind. Man sieht also:

ALLES IST MÖGLICH – ES KOMMT NUR AUF DEN RICHTIGEN ABSTAND AN!



Von Kurt Aeschbachers Aktion «solibox.ch» sind wir ebenfalls beschenkt worden.



Übrigens: Unsere Brüder sind ebenfalls in Quarantäne – und das ist für sie ebenso eine Herausforderung.

Claudia Brunner, unsere Leiterin der Gastwirtschaft, organisierte spontan eine Crepes-Aktion – mit ihrem eigens dafür herangeschafften Wagen erfreute sie die Bewohnenden auf den Abteilungen mit süssen Köstlichekeiten.

Die Sommer-Vorbereitungen der Aktivierung finden trotzdem statt – was mag wohl das Sommer-Thema sein...?



Hedy Peter mit Freude bei der Dekorations-Produktion

Und wenn wir bei Geschenken sind: Ostern kam uns vor wie Weihnachten. Ich erhielt einen Anruf der Firma «Foto Plus Schweiz GmbH», die sich auf die Fotografie von Essen spezialisiert hat. Der Inhaber, Herr Bidinger, fährt auf dem Arbeitsweg am Steinhof vorbei. Spontan fragte er an, ob er allen Mitarbeitenden, als Anerkennung für die Leistungen in der Corona-Zeit, ein Kochbuch schenken dürfe. Ich hatte mich nicht verhört. Noch am gleichen Tag wurden 170! Kochbücher geliefert – da kann man nur sagen: «EINFACH GENIAL»!

Das sind nur ausgewählte Erlebnisse von ganz vielen kleinen und grossen Freuden während einer herausfordernden Zeit. Nun glaube ich, das Steinhofblatt wird doch nicht so dünn:-).



Die Kochbuch-Aktion: einfach genial!



Die CSS-Versicherung machte uns ein ganz besonderes Geschenk. Zwei unserer ehemaligen Mitarbeiterinnen, Noelle Kuchen und Nadja Imfeld, die jetzt bei der CSS arbeiten, durften in der Corona-Zeit bei uns im Rahmen eines Sozial-Praktikums Einsatz leisten. Die Kosten übernahm vollumfänglich die CSS!

DANKE der CSS für die tolle Aktion und den beiden Fachfrauen, dass sie sich darauf eingelassen haben. Sie haben sich nahtlos eingefügt. ... als wären sie nie weg gewesen...

Andrea Denzlein

Besuch von Hans und Fritz: Lebensfreude pur



Lebensfreude lebt auf grossem Fuss...

Am 24. April 2020 hatten wir einen besonderen Nachmittag. Hans und Fritz von der Stiftung Lebensfreude besuchten uns. Wir haben uns gegenseitig auf das Wagnis eingelassen, weil die Clowns bereit waren, die Hygieneanforderungen einzuhalten. Eines können wir sagen: Berührung ist auch möglich, wenn man den Abstand einhält. DANKE, Hans und Fritz – ihr habt uns alle berührt.



Der Start war auf dem Dorfplatz – unsere Bewohnerinnen und Bewohner mit Logenplätzen

Da es auch für sie ein besonderes Erlebnis war, lasse ich Sie gerne an Auszügen der Rückmeldung von Fritz Lebensfreude teilhaben:

„Ich habe soeben mit Hans Lebensfreude telefoniert, und wir sind uns einig, dass der Besuch bei Ihnen im Steinhof vom letzten Freitag einer der schönsten und eindrücklichsten war, die wir bisher hatten. Dieser Nachmittag hat bei uns beiden einen bleibenden Eindruck hinterlassen und noch übers Wochenende nachgeklungen.“

„Wir pflegen Menschlichkeit“, diesem Slogan werden Sie im Steinhof wirklich gerecht.

Wir möchten uns beide nochmals für das Vertrauen bedanken, das Sie uns entgegenbrachten und uns die Möglichkeit gaben, in dieser „speziellen Zeit“ einen Besuch bei Ihnen zu realisieren. Wir haben das sehr geschätzt. Vor allem, da wir vor dem Besuch trotz unserer langjährigen Erfahrung etwas aufgeregt waren. Ein neuer Ort, den wir nicht kannten, Arbeiten mit Mundschutz, verstärkte Hygiene-Richtlinien... Wir wussten beide nicht so

recht, was uns erwartet.

Aber schon bald war das Eis gebrochen, und wir freuten uns in der "schönsten Garderobe, die wir je hatten" auf unseren Einsatz.

Schon bei unserem Auftreten im Innenhof mit einem Applaus von den Balkonen und aus der Cafeteria empfangen zu werden, war für uns ein magischer Moment, und die vielen herzlichen Begegnungen, sowohl mit den Bewohnerinnen und Bewohnern, aber auch vom Personal her, beflügelten unsere Spielfreude.

Wir haben den ganzen Nachmittag als sehr stimmig, herzlich, rührend und eindrücklich erlebt und würden uns sehr

freuen, wieder einmal vorbeischauen zu dürfen.»

DANKE, Hans und Fritz. Wir im Steinhof freuen uns auch, wenn ihr uns wieder einmal besuchen kommt!

Andrea Denzlein



Seifenblasen – etwas grösser als gewohnt



Leichtigkeit entsteht



Veronika Lagger, unsere Leitung Pflege, mit „Lebensfreude“ unterwegs...



...und natürlich alles mit genügend Abstand!



Herzen fliegen zu...



...strahlende Gesichter...



...lebendige Begegnungen...

... zum Geburtstag

... gratulieren wir herzlich:

Strobel Ingeborg	zum	101. Geburtstag	04. Mai 2020
Brülhart-Roggo Hans	zum	92. Geburtstag	08. Mai 2020
Brander Willi	zum	93. Geburtstag	28. Mai 2020
Schmid Margrit	zum	98. Geburtstag	05. Juni 2020
Brülhart-Roggo Lydia	zum	92. Geburtstag	18. Juni 2020
Grosjean Roland	zum	75. Geburtstag	18. Juni 2020
Bürgi Daniela	zum	60. Geburtstag	28. Juni 2020
Grüiring Hans-Rudolf	zum	65. Geburtstag	28. Juni 2020
Meier Anton	zum	80. Geburtstag	03. Juli 2020
Walk-Zibung Berthy	zum	94. Geburtstag	09. Juli 2020
Näpflin Irma	zum	96. Geburtstag	11. Juli 2020
Gjukaj Gentiana	zum	30. Geburtstag	20. Juli 2020

Herzliche Glückwünsche

„Ängstliche Leute haben jetzt noch mehr Angst“



Dr. Bernhard Studer vor seiner Praxis

Dr. Bernhard Studer von der Hausarztpraxis Würzenbach beantwortet Fragen zu Covid 19 und zum Thema Pandemie generell. Er leitete während 13 Jahren die Sanacare-Praxis im Luzerner Löwencentener.

Im März und April arbeiteten Sie als Arzt und Hausarzt vorwiegend im Homeoffice – wie geht das?

Bernhard Studer: Das war für mich ein Versuch. Wir wollten in der Hausarztpraxis physische Kontakte mit Risikopersonen vermeiden, die nicht zwingend sind. Anstelle von persönlichen Konsultationen sind telefonische Gespräche getreten. Die Telefonleitung wird viel besetzt gewesen sein. Wir machten auch mehr Hausbesuche. Falls es notwendig gewesen ist, bestellten wir die Menschen selbstverständlich nach wie vor zur Untersuchung in die Praxis. Für Leute, die husten oder andere Covid-19-Symptome zeigen, haben wir einen direkten Zugang vom Parkplatz in ein hinteres Zimmer eingerichtet, wo wir auch Testabstriche machen können. Die Ärzte und das medizinische Personal musste sich auf das Arbeiten in Masken umstellen, wenn es notwendig ist, zusätzlich in Schutzkleidern und mit Brille behandeln.

Was haben Sie in der Praxis in den schwierigen Tagen Ende

März erlebt?

Patienten mit Alltagsbeschwerden kamen in diesem Zeitraum kaum mehr vorbei. So erhöhte sich die Gefahr, dass sich auch Leute mit ernsthaften gesundheitlichen Problemen gar nicht mehr meldeten. Das kann zu ernsthaften Problemen führen. Die Männer oder Frauen sollten sich melden. Dann können wir am Telefon das Vorgehen besprechen. Wenn wir als Hausärzte den Patienten kennen, können wir die Lage meist recht gut einschätzen.

Das Bundesamt für Gesundheit war hilfreich

Gab es viele Ängste? Welche? Und von wem?

Das neue Virus kann lebensbedrohend sein. Darum haben an sich schon ängstliche Leute noch mehr Angst, Angst vor dem Unbekannten. Die Risikowahrnehmung verändert sich, wenn man nicht genau weiss, was alles drohen könnte. Hier sachlich zu beruhigen war eine dankbare Aufgabe.

Als positiv habe ich den Umgang der Behörden mit der Pandemie, insbesondere des Bundesamtes für Gesundheit, erlebt. Es herrscht Transparenz. Man stützt sich auf den neusten Wissensstand und zieht daraus die Konsequenzen. Wir Ärzte können uns auf eine klare Leitlinie berufen. Vielen Menschen gibt es hilfreichen Halt, wenn sie Vertrauen in diese professionelle Arbeit haben können.

Wie haben Personen reagiert, die in die Quarantäne mussten?

Quarantäne-Massnahmen für Risikopatienten setzen diesen, vor allem den alleinstehenden, oft zu. Zur Angst um die eigene Gesundheit kommt da noch die verstärkte Einsamkeit dazu. Diese Patienten schätzten die Gewissheit der ständigen Erreichbarkeit ihres Hausarztes, wie wir sie in unserer Praxis anbieten, besonders.

Wie stehen Sie zur plakativen Einteilung der Alten in die Risiko-

gruppe, vor allem zu den Auswirkungen auf das Verhältnis jung zu alt?

In Krisenzeiten finde ich klare Regeln richtig. Als Hausarzt bin ich es allerdings gewohnt, pragmatische Lösungen zu finden. Doch wenn ein kerngesunder 70jähriger nicht mehr einkaufen geht, ist das ein grosses Zeichen von Solidarität.

Ein Beitrag zur Entschleunigung

Was können wir aus dieser Pandemie lernen?

Die Erfahrungen eröffnen uns die Chance, die Prioritäten im Alltag anders zu setzen. Zum Beispiel einen Beitrag zur Entschleunigung zu leisten, Stress abzubauen. Es ist wohl angezeigt, die Lebensfrage neu zu stellen, sich Zeit zu nehmen für das Wichtige. Es gibt andererseits Fachleute, die wenig Hoffnung haben und an der Nachhaltigkeit solcher Bemühungen zweifeln. Das ist schade.

Was muss das Gesundheitswesen aus dieser Epidemie lernen?

Vieles, was wir normalerweise tun und lassen, verliert an Bedeutung und Notwendigkeit. Unser Gesundheitssystem wird stark von der Oekonomisierung, damit auch von Fehlanreizen, und zum Teil von einem Machbarkeitswahn beeinflusst. Die Pandemie zeigte nun einerseits exemplarisch die Grenzen des Machbaren auf. Andererseits wird uns durch das erzwungene «Herunterfahren» des Angebotes auch klar, dass nicht immer alle medizinischen Abklärungen und Interventionen sinnvoll sind, dass weniger auch mehr sein kann. Vielleicht wird in Zukunft auch ohne Pandemie wieder vermehrt die Frage gestellt, ob dieser Mensch von der Computertomographie, der Operation, der Chemotherapie wirklich profitiert? Ich hoffe, dass betroffene Patienten stärker in solche Entscheidungen eingebunden werden, um letztlich die wichtigste Frage beantworten zu können: Macht die Intervention für mich wirklich Sinn?

Covid-19 und Grippe ist nicht das Gleiche

Es gab Zweifelnde, an den Zahlen, an den Massnahmen. Es habe immer schwere Grippe-Zeiten mit Toten gegeben, hörte man ab und zu. Kann man Corona mit einer normalen Grippe vergleichen?

Covid-19 und Grippe ist nicht das Gleiche. Da besteht ein grosser Unterschied, obwohl man vieles noch nicht genau weiss. Mortalität und Ansteckungsgefahr sind bei den Risikogruppen noch grösser als bei einer normalen Grippe. Und gegen die saisonale Grippe gibt es zum Glück heute eine wirksame jährliche Impfung, welche zur Zeit der Spanischen Grippe vor 100 Jahren noch fehlte.

Es gibt Forscher, die meinen, wir müssten mit solchen Viren leben lernen.

Vieles ist unsicher geworden. Früher waren Epidemien ebenfalls lebensbedrohend und in einem noch viel stärkeren Mass. Man denke da zum Beispiel an die Pestepidemien. Generell sind wir nicht mehr gewohnt, mit solchen existenziellen Gefahren zu leben, wie es die Generationen vor uns tun mussten. Doch wir werden offensichtlich wieder mit neuen Gefahren konfrontiert. Dazu können auch wiederholte Virus-Pandemien gehören.

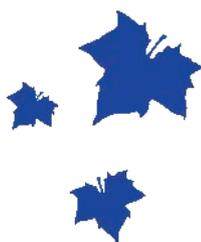
Was kann die Politik anders, besser machen? Oder sind wir jetzt damit gut aufgehoben?

Wenn die bisherige Strategie greift, die Fallzahlen sinken und die Faktenlage rund um das Corona-Virus klarer ist, kann man die Massnahmen mit Vorsicht weiter lockern. Auch zuverlässige Tests, welche Auskunft über die Immunität geben könnten und natürlich ein wirksamer Impfstoff wären dabei hilfreich.

(Dieses Interview ist Ende April geführt worden. Zum Zeitpunkt der Zustellung des Steinhof-Blatt können sich einzelne Fakten verändert haben).

René Regenass

... zum Eintritt in den Steinhof



Kai Tum Florina
Fachangestellte Gesundheit
Sonnehuus EG/GG
Eintritt: 01.01.2020



Priska Schmid
Mitarbeiterin Administration
Eintritt: 01.02.2020



Rita Ming
Seelsorgerin
Eintritt: 01.03.2020

Herzlich Willkommen

... zum Dienstjubiläum



Gaby Wüest	zum 5-Jahr-Jubiläum	01. Mai 2020
Jayananthitha Mathavan	zum 5-Jahr-Jubiläum	01. Mai 2020
Cornelia Seydel Tramacere	zum 5-Jahr-Jubiläum	01. Mai 2020
Judith Koller	zum 20-Jahr-Jubiläum	08. Mai 2020
Jana Gloggner	zum 5-Jahr-Jubiläum	16. Mai 2020
Bruder Benedikt Molitor	zum 5-Jahr-Jubiläum	01. Juni 2020
Ivana Küttel	zum 10-Jahr-Jubiläum	15. Juni 2020
Rosmarie Wey	zum 5-Jahr-Jubiläum	01. Juli 2020
Elisabeth Georgy	zum 5-Jahr-Jubiläum	01. Juli 2020
Madeleine Niederberger	zum 20-Jahr-Jubiläum	01. Juli 2020
Mona Binaku	zum 10-Jahr-Jubiläum	01. Juli 2020
Bernadette Achermann	zum 10-Jahr-Jubiläum	01. August 2020
Thomas Emmenegger	zum 10-Jahr-Jubiläum	01. August 2020
Carmen Di Verde	zum 15-Jahr-Jubiläum	10. August 2020
Snjezana Rankovic	zum 20-Jahr-Jubiläum	15. August 2020
Rachel Meier	zum 30-Jahr-Jubiläum	29. August 2020

Herzliche Glückwünsche



... zum Ausbildungsabschluss



Céline Beccarelli hat zwei Jahre lang alles gegeben: sei dies im Praktikum bei uns im Steinhof, in der Schule oder beim Schreiben ihrer tollen Diplomarbeit. Nun durfte sie ihr Diplom zur Pflegefachfrau HF entgegennehmen. Wegen der Coronakrise leider per Post und nicht an der offiziellen Feier der XUND. Im internen Rahmen vom Steinhof haben wir jedoch auf Céline und ihren Abschluss angestossen und uns zusammen über den Erfolg gefreut. Wir gratulieren Céline herzlich zum Geleisteten und Erreichten und freuen uns sehr, dass sie als Pflegefachfrau HF ihre neu erworbenen Kompetenzen bei uns im Steinhof einbringt! (PS: Sie sehen, das geschah noch vor Abstand- und Maskenpflicht!)

Rosmarie Wey, Leitung Aus-, Fort- und Weiterbildung

Herzliche Glückwünsche

Wir rufen die Menschen in Erinnerung,

die in den Monaten März bis Mai 2020 im Steinhof gestorben sind:

Kuster Amalie

Schio-Zemp Lea

Bahs Karin

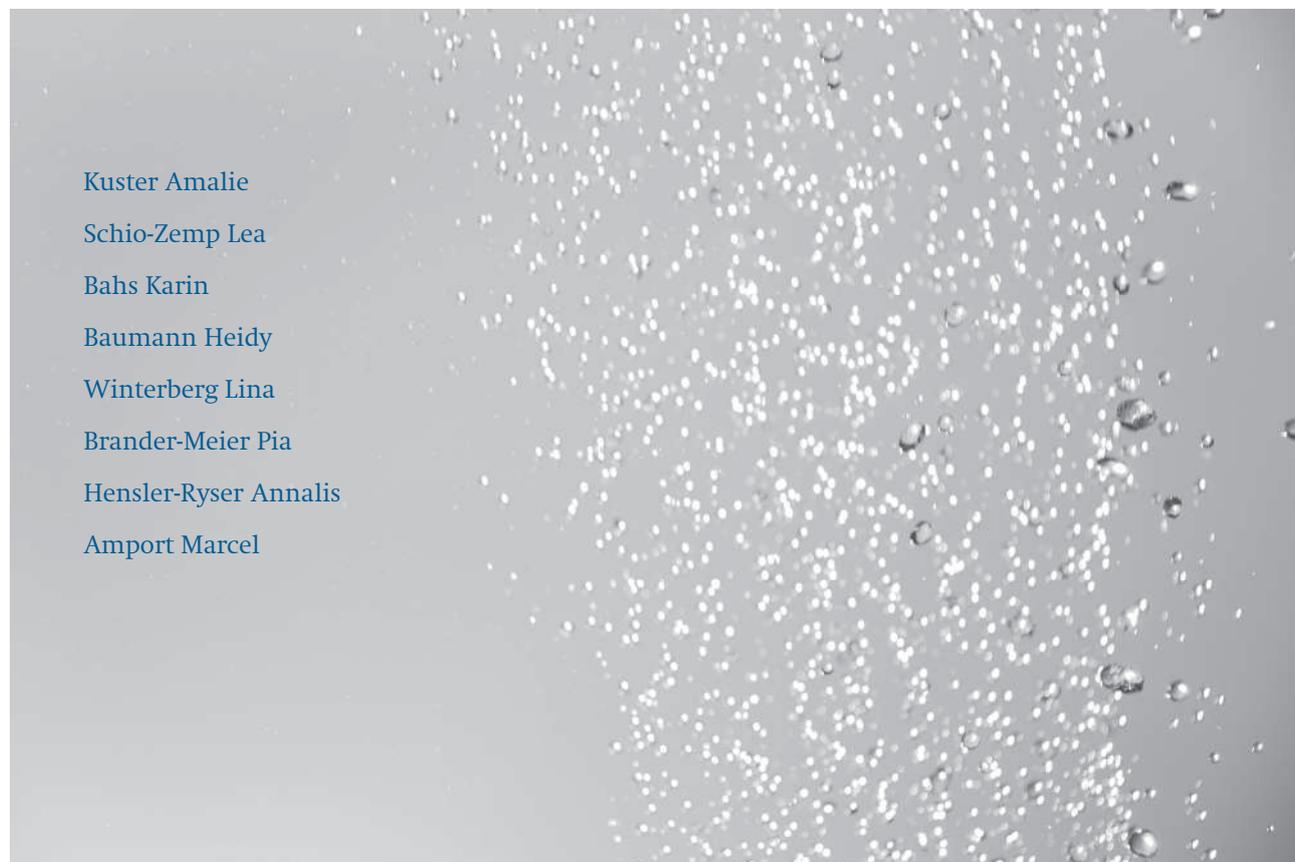
Baumann Heidi

Winterberg Lina

Brander-Meier Pia

Hensler-Ryser Annalis

Amport Marcel





Eine Rose verblüht

gestern
noch stolz
entblättert
sich
eine Rose

vielleicht
war sie am schönsten
gerade
vor dem Vergehen
als ihre Seele sagte
jetzt
bin ich schön

Anke Maggauer-Kirsche



Besiegte Viren - und eingebilddete

In diesen Zeiten der Corona erinnere ich mich, wie ich **Infektionen durch Viren beziehungsweise Bakterien unbemerkt** überstanden habe; aber auch, dass ich mich vor einem eingebilddeten Virus in Angst und Schrecken versetzen liess.

Unbemerkte Tuberkulose

Als ich etwa 10jährig war, hatten wir auf unserem Bauernhof eine sehr schöne, liebe Geiss mit herzigen «Zötteli». Wenn der Vater sie gemolken hatte, bekamen



Tuberkel-Bazillus

wir ein Glas kuhwarme (!!) Ziegenmilch.

Dies wurde uns fast zum Verhängnis. Denn, als wir die schwach gewordene Ziege schlachten mussten, stellten wir mit Entsetzen fest: Sie war Tuberkulose krank. Doch niemand dachte an eine Ansteckung. Ich begann aber verdächtig zu husteln. Meine Eltern schickten mich zum Hausarzt. Ich musste die Zunge herausstrecken, bekam eine kleine Flasche mit Tropfen – das wars dann auch.

Etwa 30 Jahre später wurde ich bei einem gründlichen Untersuch geröntgt. Der Arzt fragte mich, ob ich mal TB hatte. Auf meiner Lunge seien Kokons sichtbar, also «eingepackte», vor langer Zeit unschädlich gemachte Bakterien ...

Gelb geworden

Ähnliches passierte mir in der zweiten Klasse. Als meine Lehrerin mich in die Frühlingsferien verabschiedete, meinte sie: «Pass auf, dass du nicht krank wirst.» Manche meiner Mitschüler hatten die Gelbsucht. Auch meine Augen waren – wie die Lehrerin offensichtlich feststellte – gelblich geworden. Zuhause stand ich dann oft ängstlich vor dem Spiegel und prüfte, ob sich meine Augen

weiter verfärbten.

Auch diesmal: Die Krankheit brach nicht aus. Aber: Ebenfalls etwa 30 Jahre später entdeckte der Arzt in meinem Blut Antikörper gegen Gelbsucht. Ich war also tatsächlich angesteckt, blieb aber offensichtlich gesund ...

Angst vor Ansteckung

Noch eine Kindheitserinnerung: Beim erwähnten Hausarzt holte ich für meine Grossmutter ein Medikament. Auf dem Weg zu seiner Praxis musste ich bei seiner Wohnung vorbeigehen. Kurz nachher vernahm ich, dass einer seiner Söhne die leicht ansteckbare Kinderlähmung bekommen hatte. Bange fragte ich mich, ob im Treppenhaus Viren herumschwirrten als ich dort war. Ich hatte Glück.

Viele Jahre später erfuhr ich von einem andern krankmachenden «Käfer». Ich fürchtete mich vor ihm, obwohl er in weiter Ferne war. Doch die Vorstellung, infiziert zu sein, verfolgte mich. Ich bekam Angst vor dem nicht vorhandenen Feind. Mein Herz schlug in falschem Rhythmus. Damals wusste ich nicht, dass solche Störungen nicht tödlich sind. Aber sie waren beängstigend. Als ich mal vor dem Einschlafen das bekannte Lied von Tom Dooley hörte – «noch vor dem Morgenrot bist du tot» – fühlte ich mich persönlich angesprochen ...

Zum Glück: Meine Einbildung vom bedrohlichen «Käfer» verflüchtigte sich. Das Herz schlug wieder ruhig.

Und heute: Die Corona ist zwar unsichtbar, aber bedrohlich nahe. Trotzdem: Hoffen wir!

PS. Ein ganz schlauer Herr meinte kürzlich, er habe keine Angst vor dem Corona-Virus. Denn: «Schliesslich habe ich die Maul- und Klauenseuche gesund überstanden.» Der selbst ernannte Virologe (auch in den USA gibt's einen an höchster Stelle!) vergass, dass dies eine Krankheit ist, die das Rindvieh infiziert. Beim Menschen gibt es sie höchstens im übertragenen Sinn, ausgedrückt im bösen Vorwurf: «Du hast die Maul- und Klauenseuche: Du maulst, und du klaust!»

Walter Ludin

Frauenstimmrecht

Neue Zürcher Zeitung, Dienstag, 30. Juni 1970
(Mittagsausgabe)

Frauenstimmrechtsvorlage im Kanton Zug R. A. Zug, im Juni

Der Regierungsrat des Kantons Zug richtet eine Botschaft an den Kantonsrat mit dem Antrag, es sei im Kanton Zug das integrale Frauenstimmrecht einzuführen und die Kantonsverfassung in diesem Sinne zu ändern. Bei der eidgenössischen Frauenstimmrechtsabstimmung im Jahre 1959 reihte sich der Kanton Zug mit 6300 Nein- gegen 2000 Ja-Stimmen eindeutig in die Front der Gegner des Frauenstimmrechts. Doch schon im Jahre 1965 wurde eine freisinnige Motion erheblich erklärt, welche die Einführung des Erwachsenenstimmrechts eventuell stufenweise verlangte. Ein sozialdemokratisches Postulat unterstützte den freisinnigen Vorstoß. Wenig später wurde auch eine konservative Motion überwiesen, welche eine vorgängige konsultative Befragung der



Frauen an vorderster Front

Frauen zum Ziele hatte. Der Regierungsrat, noch unter dem Eindruck des zugerischen Resultates von 1959, legte die Vorstöße vorerst aufs Eis und wartete die Entwicklung in den andern Kantonen ab. Nachdem auch in den deutschschweizerischen Kantonen innert weniger Jahre der Damm gebrochen war und vor allem, nachdem der große Nachbar, der Kanton Zürich, das partielle Frauenstimmrecht mit großem Mehr unter Dach brachte, holte der Zuger Regierungsrat die Motion umgehend aus der Schublade. Noch im letzten Sommer hatte eine Flurbereinigung stattgefunden, indem der Kantonsrat auf Antrag der Regierung beschloß, auf eine konsultative Frauenbefragung zu verzichten. Die Regierung gab bei dieser Gelegenheit auch das Versprechen ab, vor Ablauf der Amtsdauer, also bis Ende 1970, eine Vorlage vor den Rat zu bringen. Die Vorlage, verbunden mit einer außerordentlich gründlichen und informativen Dokumentation, postuliert erwartungsgemäß den Schritt zur vollen politischen Gleichberechtigung der Frau. In den Kantonen Bern, Graubünden und in Zürich wurde die fakultative Einführung des Frauenstimmrechts auf Gemeindeebene mit erheblichen strukturellen und soziologischen Verschiedenheiten zwischen den einzelnen Gemeinden begründet. Solche Verschiedenheiten bestehen im kleinen Kanton Zug nur in viel mäßigerem Ausmaß. Die zugerischen Gemeinden sind in soziologischer Hinsicht ziemlich homogen, so daß sich eine entsprechende Differenzierung bei der Einführung der politischen Gleichberechtigung nicht aufdrängt. Der Regierungsrat führt auch richtigerweise an, daß schon aus Gründen der Rechtsgleichheit eine ganzheitliche Lösung vorzuziehen ist. Mag eine mit dem fakultativen Frauenstimmrecht auf Gemeindeebene einhergehende Rechtszersplitterung in einem großen Kanton noch angehen, in einem kleinen Kanton mit nur elf Gemeinden wäre sie weder zweckmäßig noch zeitgemäß, sie wäre sogar stoßend.

Der regierungsrätliche Vorschlag differenziert auch nicht nach Gemeindearten. Für die politischen Rechte sind es zwar in erster Linie die Einwohnergemein-



Auch bei Regen auf der Strasse unterwegs

den, die in Betracht fallen. Für die Kirchgemeinden rechtfertigt sich die Einführung schon im Hinblick auf den Aufgabenkreis. Anders gelagert sind Bürger- und Korporationsgemeinden; aber auch in diesem Falle will die regierungsrätliche Lösung für diese öffentlich-rechtlichen Selbstverwaltungskörper eine Ausnahme schaffen. Für ein integrales Erwachsenenstimmrecht spricht auch die bessere verfassungsrechtliche und administrative Handhabung. Der Zuger Kantonsrat wird an der kommenden Sitzung anfangs Juli die vorberatende Kommission bestellen. Bis Ende Jahr dürfte die parlamentarische Beratung abgeschlossen sein, so daß die Volksabstimmung ziemlich sicher am eidgenössischen Abstimmungs-termin im Februar 1971 stattfinden wird.

Luzerner Großer Rat für das integrale Frauenstimmrecht

Luzern, 29. Juni, (sda) Ohne große Diskussionen und

Aenderungen hat der Luzerner Große Rat am Montag das Gesetz über die Einführung des integralen Frauenstimmrechts im Kanton Luzern verabschiedet. Bereits im Oktober dieses Jahres soll die Volksabstimmung stattfinden: Bei positiver Entscheidung werden die Frauen ab Neujahr 1971 an die Urnen gehen können. 1971 ist auch im Kanton Luzern Wahljahr.

Viren können bei Pflanzen Buntblättrigkeit verursachen

Die meisten krautartigen Pflanzen haben in der Regel meist einfarbig grüne Blätter.

Pflanzen, mit zwei oder sogar mehrfarbigen Blättern, werden als panaschiert oder variegata bezeichnet. Solche Pflanzen haben dann zu ihrem botanischen Namen oft einen Zusatz wie „Variegata“ oder „Variegatum“.

Die meisten buntblättrigen Pflanzen sind oft nicht natürlichen Ursprungs, sondern durch besondere Umstände entstanden.

Durch Mutationen beim Wachstum können Zellen wachsen, die keine oder weniger Chloroplasten enthalten und sich so weiter teilen. Es entstehen helle Flecken auf den Blättern.

Panaschierungen können nämlich auch Indikatoren für Nährstoffmangel, Krankheiten oder gar Schädlingsbefall sein.

Die meist verbreitete Ursache von aufgehellten Blättern ist die Chlorose, die durch Nährstoffmangel entsteht, meistens fehlt es dann an Stickstoff, Eisen oder Magnesium.

Sind die Flecken kleinflächig und mosaikartig, ist die

Ursache oft eine Virusinfektion, wie zum Beispiel der Tabakmosaikvirus.

In seltenen Fällen kann es auch eine andere Ursache haben.

Buntlaubigkeit kann sehr unterschiedlich aussehen. So gibt es hellere, dunklere, regelmässige oder unregelmässige Streifen oder Punkte und auch zarte marmorierende.

Buntlaubige oder panaschierte Pflanzen geniessen durch ihre Variationen bei vielen Pflanzensammlern und Liebhabern besonderes Interesse, da sie sich auch ohne Blüten in Szene setzen können.

Bei einigen Pflanzenarten sind Variationen jedoch auch normal und kommen regelmässig vor. In diesen Fällen sind die Muster meist symmetrisch und haben häufig eine nachvollziehbare Funktion, wenn sie zum Beispiel auf Laubblättern pfeilartig Richtung der Blüten zu den Nektarinen weisen, wie dies beim einheimischen Wiesenklee zu sehen ist.

Martin Blum, Gärtner



Grün und weiss panaschierte Pflanze



Schütt die Sorgen in ein Gläschen Wein...

Schütt' die Sorgen in ein Gläschen Wein, Deinen Kummer tu' auch mit hinein Und mit Köpfchen hoch und Mut genug, Leer' das volle Glas in einem Zug.

Mit der Erinnerung an das schöne Lied des deutschen Volks- und Schlagersängers Willy Schneider (1905 – 1989) möchte ich den Leserinnen und Lesern in der Zeit der Corona-Krise in keiner Art und Weise einen intensiveren Weingenuss empfehlen, auch wenn unsere Weinbauern dafür dankbar wären. Auch sie leiden unter den notwendigen und einschneidenden Massnahmen des Bundesrates. Unsere Winzerinnen und Winzer erleben harte Zeiten, und man befürchtet, dass das eine oder andere Weingut die Krise nicht überstehen wird. Eine Winzerin sagte mir, dass sie im Monat März praktisch keine Flasche Wein verkaufen konnte. Es ist zwar durchaus möglich, dass in einer solchen Situation manche Menschen häufiger zur Flasche greifen.



Ein Schlückchen Rotwein in Ehren...

Nicht jeder Weinhändler leidet in gleicher Weise unter der Krise, es ist eine Frage der Vermarktung. Willy Schneider hätte uns bestimmt noch mit anderen Liedern, wie zum Beispiel „Heimat, deine Sterne“ (1942), „Einmal am Rhein“ (1951) oder „Alle Tage ist kein Sonntag“ (1973) in dieser etwas dunklen Zeit auf andere Gedanken bringen können. Nun, sein

Lied „Schütt' die Sorgen in ein Gläschen Wein“, soll uns, trotz des schönen Inhaltes, die Frage stellen: Darf ich mit einem Gläschen Wein etwas meine Sorgen vergessen? Bestimmt, sage ich. Wir müssen uns deshalb nicht unbedingt medizinisch zu den Alkoholikern zählen. Wein kann auch in der heutigen Situation ein guter Begleiter im Alltag sein. Wenn man auch weiss, dass jede fünfte Person zuviel Alkohol trinkt, so hält sich doch die Mehrheit an die einfache Regel von zwei Gläschen Wein am Tag.

Während kleine Mengen Alkohols oft entspannend wirken und künstliche Glücksgefühle hervorrufen können, schlägt die positive Stimmung mit zunehmendem Alkoholkonsum oft in Aggression und Gereiztheit um. Auch eine schlaffördernde Wirkung ist oft nur von kurzer Dauer, denn die Schlafqualität leidet unter dem Genuss. Statt ausgeruht und fit startet man mit einem Defizit in den Tag. Das ist nur eine der negativen Seiten des übermässigen Alkoholkonsums. Ich will hier ganz und gar nicht als Förderer des Weinkonsums oder als Mahner auftreten, sondern nur einfach ausdrücken, was die Wissenschaftler zum übermässigen Alkoholkonsum meinen.

Nebenbei: Eine neue wissenschaftliche Studie hat folgendes Ergebnis gebracht: Ein Glas Wein pro Tag ist sehr gut für die Gesundheit, aber auch sehr wenig!

Nun, jeder ist sich selbst der Nächste! Das gilt nicht nur für die Krise, sondern auch für den Alkoholkonsum. Ich wünsche allen eine gute Gesundheit, mit oder ohne Wein.

Walter Wettach, Ehrenmitglied des Zentralschweizer Weinbauvereins



Kaninchenfilet im Einmachglas

Rezept

Zutaten:

900 g	frische Kaninchenfilets
4 dl	Weisswein (Gewürztraminer)
2 El	Honig
20	Safranfäden
1	Anisstern
1 El	Koriandersamen
1 Zweig	Rosmarin
	Salz und Pfeffer aus der Mühle

Zubereitung:

Aus allen Zutaten, ausser den Filets, einen Sud zum Kochen bringen.

Die Fleischstücke einzeln in kleine, saubere Einmachgläser legen. Oder alle in ein passendes grosses Glas geben.

Den kochenden heissen Sud über die Filets giessen.

Die Gläser ordentlich verschliessen und im Ofen bei 80 Grad während 15 Minuten garen.

Während 2-3 Monaten können die Kaninchenfilets im Kühlschrank gelagert werden.

Dazu passt ein knackiger Salat, und sie sind als leichtes Sommerznacht herrlich.

Tipp: Auf die gleiche Weise lassen sich auch Pouletbrüste zubereiten.

Claudia Hofstetter, Köchin



Öffnungszeiten der Gastwirtschaft
Informieren Sie sich bitte auf unserer Homepage



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	01.02. - 30.04.2020	<u>CHF 4'690.30</u>
-------------	---------------------	---------------------

Spenden-Ausgaben

Unterstützung von		
Bewohnern vom	01.02. - 30.04.2020	<u>CHF 332.90</u>

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.*

Juni

17. Juni - Grillplausch
13. August jeweils von 11.30 - 13.00h
*Informieren Sie sich bitte auf unserer
Homepage*

28. Juni Steinhofsonntag
Der Steinhofsonntag
findet nicht statt

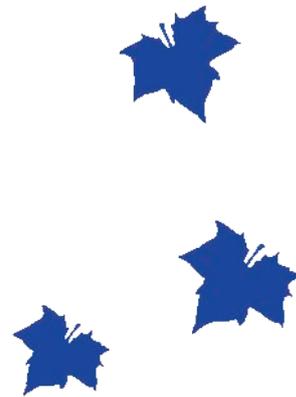
Juli

Sa Schloss-Serenade mit dem
4. Juli „Reicha Quintett Luzern“
findet nicht statt

Fr Bilder Ausstellung /Vernissage
17. Juli „Alex Born“
wird verschoben

So Musikplausch
26. Juli „Original Fritschi-Wagenmusik“
14.15h

*Bitte erkundigen Sie sich über unsere Webseite oder per
Telefon, ob die Anlässe durchgeführt werden.*



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
Anke Maggauer-Kirsche
Sonja Schärli, Bildredaktion, Bearbei-
tung und Layout/Gestaltung
Liselotte Lauener, Lektorin
Gastautoren: René Regenass, Martin
Blum, Walter Wettach, Rita Ming,
Sandra Dietschi, Milo Puksic, Claudia
Hofstetter, Rosmarie Wey, Walter Ludin,
Bruder Robert Zehnder

Auflage: 1'400

Druck: Brunner Medien AG, Kriens

Bildlegenden:

*Wir rufen die Menschen in Erinnerung: Wasser des
Lebens (copyright Tobias Klepp, churchphoto.de)*

Alter ist keine Krankheit
auch wenn viele meinen
man sollte die Menschen
dann in Quarantäne schicken

Anke Maggauer-Kirsche