



Das Edén stellt sich vor L'Edén si presenta

Das Direktionsteam

Die Direktion im Edén: Das sind der Verwaltungsdirektor Stefano Pol und die Pflegedienstleiterin Renate Völser. Die beiden bilden ein duales Führungsteam, was bedeutet, dass sie das Seniorenwohnheim gemeinsam führen und in allen Belangen zusammenarbeiten. Seit mittlerweile 13 Jahren teilen sie sich das Direktionsbüro.



Der Verwaltungsdirektor
Stefano Pol und
die Pflegedienstleiterin
Renate Völser kümmern
sich als duales
Führungsteam um das
Wohlergehen von
Heimgästen und
MitarbeiterInnen



Stefano Pol arbeitet seit 26 Jahren im Seniorenwohnheim. Sein Weg hat ihn schon als junger Bursche hierhergeführt, als er noch Student war und im Edén seinen Zivildienst geleistet hat. Damals waren seine Aufgabenbereiche die Küche, der Speisesaal und das Büro. Als sich 1997 sein Zivildienst dem Ende zuneigte, war die Bitte an ihn, ob er noch bleiben und ein wenig in der Verwaltung aushelfen würde. Bei diesem wenigen ist es nicht geblieben: Er hat immer mehr Aufgaben übernommen und schließlich auch die Leitung des Seniorenwohnheims Edén. Heute ist Stefano Pol außerdem in verschiedene Arbeitsgruppen außerhalb der Struktur eingebunden und gelegentlich als Referent für Fortbildungen in anderen Seniorenwohnheimen und Bildungsinstituten engagiert.

Bevor ihr Weg Renate Völser im Sommer 2009 ins Edén geführt hat, hat sie viele

Berufserfahrungen sammeln können und Einblick in die verschiedenen Aspekte der Pflege gewonnen. Als Sozialbetreuerin hat sie in anderen Seniorenwohnheimen gearbeitet und hatte dann für vier Jahre die Pflegedienstleitung im Seniorenwohnheim St. Pauls inne. Anschließend hat Renate Völser eine Anstellung in der Provinz übernommen. Dort war sie für die Pflegeeinstufungen zuständig und im Zuge dessen landesweit verantwortlich für über 20 Einstufungsteams. Noch heute ist sie Teil der Rekurskommission, in der sie dank ihres großen Fachwissens einen wesentlichen Beitrag leisten kann.

„Es sind sich zwei Seelen begegnet, die sich gegenseitig wunderbar ergänzen“, sagt Stefano Pol über ihre Zusammenarbeit. Die beiden teilen dieselben Werte und Visionen. „Wir unterstützen uns gegenseitig auf beruflicher und auf menschlicher Ebene,

denn das hängt eng zusammen. Unsere Zusammenarbeit ist geprägt von gegenseitigem Respekt, in all den Jahren ist eine tiefe Freundschaft entstanden.“

Ein bunter Strauß an Wissen und Erfahrung

Stefano Pol hat vor allem verwaltungstechnische Aufgaben über, zum Beispiel die Zusammenarbeit mit dem Raiffeisenverband, Personalfragen, Planung, Berechnung, Verwaltung sowie die Bereiche Arbeitssicherheit und Privacy. Renate Völser's Hauptaufgabe ist es, die gute Betreuung und Pflege der Heimgäste zu sichern. „Primär habe ich die Ehre, die vielen verschiedenen Berufsbilder zusammenzuführen und die Rahmenbedingungen zu schaffen, innerhalb der sie gut arbeiten können“, erklärt sie.

Fortsetzung auf der nächsten Seite

Das Eden stellt sich vor ...Fortsetzung

Continuazione... L'Eden si presenta

Was ihnen in der Zusammenarbeit sehr hilft, ist ihr gemeinsames Büro. „Im Zuhören und im kontinuierlichen Austausch bekommt man die Problematiken des jeweils anderen Bereichs gut mit“, sagt Stefano Pol.

Ihre ursprüngliche Hotelfachausbildung am Kaiserhof kommt Renate Völser in ihrer heutigen Tätigkeit zugute, zumal sie dort auch die ökonomische Seite der Betriebsführung kennengelernt hat – ein wichtiges Element im Arbeitsalltag einer Führungskraft. Doch mehr als das: Renate Völser legt Wert darauf, die Gäste im Eden mit derselben Würde aufzunehmen wie Gäste in einem Hotel (*welches das Eden übrigens einmal war, Anm. d. Red.*). „Dieses kleine bisschen Hotelflair – das war für mich von Anfang an stimmig!“, sagt sie. Umgekehrt hat die ursprünglich geisteswissenschaftliche Ausrichtung von Stefano Pols Universitätsausbildung ihm ein tieferes Verständnis für die menschlichen und sozialen Belange der Einrichtung geschenkt. „Ich habe Glück: Ich habe bei meiner Arbeit stets viele jener Dinge machen können, die ich mir in meiner Jugend gewünscht habe. Das gibt mir eine unglaubliche innere Zufriedenheit“, sagt der Verwaltungsdirektor.

Die Direktion genießt auch das Vertrauen des Vorstands. Diese gute Zusammenarbeit erleichtert den Arbeitsalltag in der Direktion sehr. „Die zahlreichen Fachkenntnisse und Kompetenzen, die im Verwaltungsrat vertreten sind, sind eine große Hilfe“, stellt Stefano Pol fest.

Das Wohl der Heimgäste als wichtigster Auftrag

„Es gibt so vieles, das wichtig ist bei unserer Arbeit. Eigentlich alles!“, sagt Renate Völser, da müsse man eben oft Prioritäten setzen. „Das Wichtigste aber ist immer das Wohlbefinden der Heimgäste“, stellt sie mit Überzeugung fest. Sie ist froh, dass dies nun, da die Pandemie zu Ende ist, wieder mehr in den

Mittelpunkt gestellt werden kann. „Lange Zeit haben wir alle unsere Kraft investiert, um die Heimgäste trotz schwierigster Umstände so gut als möglich zu betreuen. Nun haben wir wieder mehr Raum, um uns vermehrt ihrem Wohlbefinden zu widmen“, freut sich Renate Völser.

Die Mitarbeiter als zentrale Ressource

Was die Begleitung von Mitarbeitern anbelangt, haben die beiden eine valide Ausbildung. Stefano Pol ist Core-Coach und Trainer, Renate Völser ist unternehmensinterner Coach. Zusammen bieten sie auch betriebsinterne Fortbildungen an. Ein Herzensprojekt der beiden ist LIA - Leben im Adagio. Das Projekt ist in Folge einer gemeinsamen Fortbildung entstanden und hat zum Ziel, die einzelnen Mitarbeiter - die wichtigste Ressource eines Heimes - gut zu begleiten. In den Teilnehmergruppen wird regelmäßig zu verschiedenen Themen gearbeitet. In diesem Rahmen ist auch das Leitbild des Eden entstanden.

Immer auf Trab

„Das Seniorenwohnheim ist eine lebendige und lernende Organisation - mit ständigen Veränderungen“, sagt Renate Völser. Wenn etwas abgeschlossen ist, öffnet sich etwas Neues. Viele Projekte sind im Gehen entstanden, und nicht immer wusste man zu Beginn, wohin der Weg führen würde. „Wenn man meint, angekommen zu sein, erkennt man einen weiteren Weg und freut sich darauf, auch den zu gehen“, erzählt die Pflegedienstleiterin. „Effektiv ist unsere Organisation ein Lebewesen, und es sind die Heimgäste und Mitarbeiter, die diesen Organismus ausmachen“, sagt Stefano Pol und erklärt: „Innerhalb dieses Organismus gibt es alles: den Kopf, die Augen, die Hände und die Beine, die Kraft, die Energie und auch die kleinen Unzulänglichkeiten - wie im richtigen Leben. Und wenn Schmerzen auftreten, muss man einschreiten, um ihnen entgegenzuwirken!“



Bis bald! A presto!

An ihrer Stelle wird Frau Hanna Vonmetz die ergotherapeutische Betreuung der Heimgäste übernehmen!
Wir wünschen ihr einen guten Start!

Al suo posto sarà la sig.ra Hanna Vonmetz ad occuparsi dell'ergoterapia per gli ospiti della casa!
Le auguriamo un buon inizio!

Unsere Ergotherapeutin Frau Julia Zöschg hat sich mit 15. März 2023 in die Baby-Pause verabschiedet.
Wir wünschen ihr von Herzen alles Gute!

La nostra ergoterapista, sig.ra Julia Zöschg, a partire dal 15 marzo 2023 si è presa un periodo di pausa dal lavoro, perché diventa mamma!
Le auguriamo ogni bene!

Willkommen! Benvenuta!

Attività fisica in età avanzata

Bewegung im Alter

L'attività fisica ha numerosi effetti positivi sulle limitazioni fisiche e sulle malattie. Gli anziani, in particolare, dovrebbero assicurarsi di includere nella loro quotidianità una quantità sufficiente di esercizio fisico, con particolare attenzione all'equilibrio, all'allenamento della forza e alla coordinazione, per almeno tre giorni alla settimana, al fine di migliorare le prestazioni fisiche ed evitare le cadute.

È importante che l'esercizio fisico sia piacevole. Un esercizio fisico leggero e regolare può contribuire ad alleviare malattie o disturbi preesistenti e a favorire il processo di guarigione. Chi fa attività fisica sostiene il proprio sistema cardiovascolare, la pressione sanguigna rimane stabile e lo sviluppo dell'arteriosclerosi viene rallentato. Inoltre, il sistema immunitario si rafforza. Una vita quotidiana attiva aiuta a prevenire la demenza o a rallentarne la progressione. Particolarmente degno di nota è il fatto che il rischio di cadute si riduce quando si rafforzano la forza muscolare e la mobilità e si allena il senso dell'equilibrio.

Movimento per il benessere mentale

Una routine quotidiana varia con esercizio fisico migliora il benessere mentale. Ad esempio, l'ansia può essere ridotta più facilmente e la depressione è meno frequente. Muoversi regolarmente non solo favorisce la consapevolezza del proprio corpo e la fiducia in sé stessi, ma aumenta anche la voglia di vivere e quindi la qualità della vita.

Körperliche Aktivitäten haben zahlreiche positive Auswirkungen auf körperliche Einschränkungen und Krankheiten. Vor allem ältere Menschen sollten darauf achten, an mindestens 3 Tagen in der Woche ausreichend Übungen mit dem Fokus auf Gleichgewicht, Krafttraining und Koordination in ihr Bewegungsprogramm aufzunehmen, um die körperliche Leistungsfähigkeit zu verbessern und Stürze zu vermeiden.

Wichtig ist, Spaß an der Bewegung zu haben. Die schonende regelmäßige Bewegung kann zur Linderung von bereits bestehenden Krankheiten oder Beschwerden beitragen und den Heilungsprozess unterstützen. Wer sich bewegt, unterstützt sein Herz-Kreislaufsystem, der Blutdruck bleibt stabil und die Entstehung von Arteriosklerose wird gebremst. Zudem wird das Immunsystem gestärkt. Ein aktiver Alltag trägt dazu bei, Demenzerkrankungen vorzubeugen oder ihren Verlauf zu verlangsamen. Besonders hervorzuheben ist die Tatsache, dass das Sturzrisiko reduziert wird, wenn die Muskelkraft und Beweglichkeit gestärkt sind und der Gleichgewichtssinn trainiert ist.

Bewegung für seelisches Wohlbefinden

Ein abwechslungsreicher Alltag mit Bewegung verbessert das seelische Wohlbefinden. So können beispielsweise Ängste einfacher abgebaut werden und Depressionen kommen seltener vor. Sich regelmäßig zu bewegen, fördert nicht nur eine positive Körperwahrnehmung und das Selbstvertrauen, sondern steigert auch die Lebenslust und damit die Lebensqualität.

Chi è attivo e mobile in età avanzata ha più facilità a rimanere in contatto con gli altri. La vita quotidiana diventa più varia e attraente, perché posso decidere dove e quando andare. Se si è fisicamente attivi in modo regolare, si è più rilassati, più equilibrati e si trova più facilmente riposo notturno.

Molto importante: non è mai troppo tardi per decidere di diventare più attivi. Poiché le risorse del personale infermieristico e terapeutico sono limitate, i familiari possono svolgere un ruolo di supporto per il benessere fisico del proprio caro. Un giro al parco o una breve passeggiata fino alla fontana hanno già un grande effetto.

Insieme manteniamo in forma i nostri cari anziani!

Di Julia Zöschg e Mavie Larger

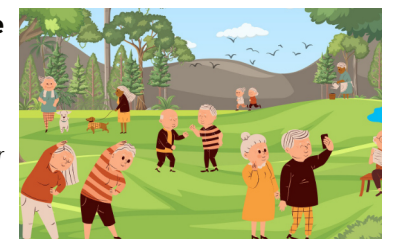


Wer im Alter aktiv und mobil ist, dem fällt es leichter, mit anderen in Kontakt zu bleiben. Der Alltag wird abwechslungsreicher und attraktiver, denn ich kann entscheiden, wohin und wann ich gehen will. Ist man regelmäßig körperlich aktiv, ist man gelassener, ausgeglichener und kommt in der Nacht leichter zur Ruhe.

Ganz wichtig: Es ist nie zu spät, sich für einen aktiveren Alltag zu entscheiden. Da die Ressourcen des Pflege- und Therapeutenpersonals limitiert sind, können Sie als Angehöriger eine tragende Rolle im Bezug auf das körperliche Wohlbefinden ihrer Lieben spielen. Eine Runde im Park oder ein kleiner Spaziergang zum Brunnenplatz haben bereits eine große Wirkung.

Gemeinsam halten wir unsere lieben Senioren fit!

Von Julia Zöschg und Mavie Larger



Fotorückblick

Rassegna fotografica



Das war die Weihnachtszeit im Eden - stimmungsvoll und besinnlich!
Questo era il periodo natalizio all'Eden - con atmosfera e contemplativo!

Besuch vom Nikolaus!

Weihnachtsvorbereitungen



Frau Sabine Ladurner liest Weihnachtsgeschichten vor



Hl. Abend: Frau Julia und ihre Schwester Magdalena singen Weihnachtlieder mit den Heimgästen



Adventstimmung kommt auf mit den Sängern und Musikern Frau Sabine, Frau Gertrud und Herrn Alfred

Die Weihnachtfeier mit den Heimgästen



Fasching - Carnevale!

Für uns gespielt hat die Jugendgruppe der Bürgerkapelle Obermais!



Davon konnten die Zuhörer gar nicht genug bekommen!



Schwungvoll und heiter ging es auch bei der Faschingsfeier mit der Band „Die Oldies“ zu!



... und dann ging es auch schon los mit den Ostervorbereitungen!

Vielen Dank an Frau Pellegrini, die uns des Öfteren tatkräftig bei Bastelarbeiten unterstützt!



Beim Palmzweige binden mit unseren freiwilligen Helfern



Studierende der Lfs für Soziales zu Besuch im Eden

Am Donnerstag, den 9. Februar 2023 bekamen die Gäste des Seniorenwohnheims Eden in Obermais Besuch aus Brixen: Sieben Studierende im zweiten Ausbildungsjahr zum Sozialbetreuer und zwei Lehrkräfte haben den weiten Weg nach Meran auf sich genommen, um einen Vormittag mit verschiedenen Aktivitäten im Haus zu gestalten.

Um 9.30 Uhr standen die zukünftigen Sozialbetreuerinnen in der Tür, unter dem Arm allhand Gepäck. Darin befand sich all das, was sie für die verschiedenen Angebote benötigten, und sogar noch mehr, nämlich kleine Überraschungen für die Heimgäste – dazu später mehr.

Im 1. Stock bereitete Verena einen Basteltisch vor, an dem verschiedene Faschingsdekorate angefertigt wurde. Zusammen mit den Heimgästen widmete sie sich über eine Stunde lang der Handarbeit, die Senioren wollten Schere und Klebstoff gar nicht mehr beiseitelegen und waren erfreut, mit den selbst gebastelten Sachen das Haus dekorieren zu können.



Carmen und Katharina begannen damit, den Aufenthaltsraum für die Sitztänze vorzubereiten, Bewegung kombiniert mit Musik. Vor allem alte Schlager, von „Eine weiße Rose“ bis hin zu „Aber Bitte mit Sahne“, gab es zu hören, die fast alle Teilnehmer mitsingen konnten. Da konnte sich keiner dem Rhythmus entziehen, auch nicht die Zuschauer in der zweiten Reihe!



Im zweiten Stock begrüßten Dajana und Laura die Heimgäste in einer Wellnessoase, in der Hand- und Fußmassagen, Handmasken und das Lackieren der Nägel angeboten wurde. Mit viel Ruhe und Hingabe bereitet Laura warme Fußbäder vor, badete den Gästen die Füße und massierte sie am Ende. Die Hände der Heimgäste fühlten sich nach Dajanas Handmasken und beruhigenden Handmassagen ganz zart an, und die Nägel strahlten nach der Maniküre in neuem Glanz.



Währenddessen heizten Nora und Kristina im Wintergarten Parterre die Backstube ein: Sie hatten Teig mitgebracht, aus denen die Heimgäste Brote formten und mit einer Auswahl an Nüssen und Samen verzierten. Bald duftete es im Haus nach frischem Brot, das die Heimgäste noch warm und je nach belieben mit süßem oder salzigem garniert verzehren konnten.



Bevor sie sich wieder verabschiedeten, teilten die Studierenden noch die mitgebrachten Geschenke aus: Faschingskräpfen, selbstgemachten Lippenbalsam, von den Kastelruther Spatzen Autogrammkarten der mit einer Weißen Rose aus Papier, vorbereitetes Bastelmaterial zum Weitermachen, selbstgestaltete Spiele für die Kurzaktivierung, Liedtexte.



Reich beschenkt und glücklich über den lebendigen Vormittag winkten die Heimgäste den SchülerInnen zum Abschied und wünschten Ihnen alles Gute. Ein Dank gilt auch den Lehrpersonen für die gute Begleitung. Es ist ein gutes Gefühl zu wissen, dass solch engagierte Studierende sich nach ihrem Abschluss um die Senioren in den Heimen des Landes kümmern werden – ein großes Kompliment!



Pizzabend im Eden!
Jeder konnte sich seine Margherita nach seinem Geschmack belegen



Ab und zu essen wir unsere Pizza auch gerne auswärts!



Schnappschüsse



Der Sketch „Margarethe und Ludwig Hofmann und ihr Eheleben“



Ein gemütlicher Nachmittag ...

Wir sagen unserer lang-jährigen Mitarbeiterin Frau Johanna Mair vielen Dank für die gemeinsame Zeit und wünschen Ihr alles Gute für ihren weiteren Weg!





Signora Bortolina racconta : Quando ero una giovane ragazza, mia mamma aveva una villetta in consegna, con un grande giardino. I proprietari erano andati in America e avevano chiesto a lei di prendersi cura finché tornavano. Era un bellissimo giardino, e avevamo per tutto l'anno della frutta: le mele, le nespole, i ribes, tue tipi di ciliege, le pere Me le ricordo molto bene. Il mio compito era guardare che il canale di irrigazione fosse sempre libero, che non ci fossero sassi dentro. Una volta la settimana i contadini mollavano l'acqua, e noi con questo avevamo un grande vantaggio. Un altro dei miei compiti era raccogliere i frutti. Mi ricordo che una volta ero sull'albero delle mele ed è passato un gruppo di militari. Uno ha gridato: "Tosa (ragazza), buttami giù una mela!", ed io gliel'ho buttata giù. "Anche a me, anche a mi...!", andavano avanti gli altri, ed io buttavo giù le mele. Mia mamma ha sentito tutto questo trambusto ed è venuta fuori.

"Ma sei diventata matta, che dai la frutta a tutti!", mi rimproverava, perché lei, giustamente, la vendeva o la scambiava. Allora c'erano le tessere, soprattutto pe il cibo. Lei dava la frutta in cambio di cose che a noi servivano, per esempio lo zucchero, che era molto limitato. È stata un'esperienza molto bella, me la ricordo ancora tanto bene. Mi dispiace che da adulta non abbia più avuto un giardino.

Herr Leo erzählt: Ich hatte einen schönen Garten, einen Gemüsegarten in Untermais. Er war nicht bei meinem Haus, es war auch nicht mein Garten, aber ich habe ihn bearbeiten dürfen. Er gehörte einer Frau, die es alleine nicht geschafft hat, deshalb haben wir es miteinander gemacht. Die Pflänzchen habe



ich fast alle selbst gezogen, nur wenige haben wir gekauft. Die Ernte haben wir uns geteilt, jeder hat das genommen, was er gebraucht hat. Jeden Tag war ich dort. Wenn du alles ordentlich haben willst, musst du dahinter sein. Wir hatten ein Glashaus, da konnten wir schon früh anfangen, ich habe immer schon im März gesetzt. Blumen hatten wir auch im Garten.

Schwierig ist das Garteln eigentlich nicht. Dass schönste daran ist das Ernten und alles, was man braucht, selbst zu haben. Viel habe ich verschenkt, und viel eingefroren und haltbar gemacht.

Wir gedenken
unserer lieben
Verstorbenen

Ricordiamo
i nostri cari
defunti

Frau Marta Tschenett	† 28.02.2023
Herr Alois Kompatscher	† 15.03.2023
Herr Anton Verdorfer	† 19.03.2023
Frau Giacomina Salvadori	† 04.04.2023



SENIORENWOHNHEIM EDEN RESIDENZA PER ANZIANI
Soziale Genossenschaft | Cooperativa Sociale

39012 Meran(o) | T. Christomannosstraße 12 Via Christomannos
info@swh-eden.com | www.seniorenwohnheim-eden.com