



LINDENBLATT

Das Leben im Lindenhof Langenthal



Glanzlicht zum Jahresanfang



Unsere Themen



Titelseite	GLANZLICHT zum Jahresanfang
3	EDITORIAL
4	Glanzlicht zum Jahresanfang
5	MEMORANDUM
	Dürfen wir vorstellen?
6	HERBSTFEST 2019
8	LINDENHOFREISE nach Rheinfelden
12	Move up - feel strong ! Der Lindenhof bewegt sich
13	PERSONALABEND 2019
14	Ideale Farbkombinationen: So lassen Sie Ihre Kleider strahlen
16	Vorschau SOMMERFEST 2020





Liebe Leserinnen
Liebe Leser

Der Bau des Lichthofes kommt gut voran. Seit Jahresbeginn ist das Dach erstellt und die Fenster sind eingebaut. Die Heimleitung plant den „Tag der offenen Tür“ für am 24. Oktober 2020. Gerne informieren wir Sie zu gegebener Zeit.

Ein sportliches Jahr haben unsere Mitarbeitenden hinter sich. Unter dem Motto: Move up - feel strong ! konnten sich alle an diversen sportlichen Aktivitäten beteiligen.



Märchenhaft wird es im Sommer. Das diesjährige Sommerfest verwandelt den Lindenhof in eine Welt voller Feen, Hexen und Zwerge. Reservieren Sie sich den 13. Juni 2020 und tauchen Sie gemeinsam mit uns an diesem speziellen Tag in die Welt der Märchen ein.

Nun wünsche ich Ihnen viel Vergnügen bei der Lektüre.

Herzlichst, Ihre

Bernadette Eichmüller
Heimleiterin



Glanzlicht zum Jahresanfang

Lesung mit Blanca Imboden—Autorin des Romans *heimelig*

Musikalische Umrahmung durch Peter Bachmann, Panflötenspieler

Text und Fotos: Sylvia Ernst

Im gut gefüllten Lindenhof-Saal gab Blanca Imboden am Freitag, den 24. Januar 2020 in einer Lesung Einblicke in ihr Leben und ihren Roman *heimelig*.

Zum Inhalt:

Nelly ist mit ihren 77 Jahren eine fröhliche, selbstbewusste, gesunde und recht muntere Witwe. Trotzdem zieht sie ins Altersheim, weil ihre Tochter Trudi den dringenden Wunsch hat, ihr gemütliches Elternhaus durch einen modernen Neubau zu ersetzen. Trudi verspricht ihrer Mutter zwar eine coole Einliegerwohnung, aber da macht Nelly – auch ein wenig trotzig – nicht mit. Dann lieber grad ab ins heimelig. Dort wird es ihr aber schon bald ganz unheimelig langweilig, und sie überlegt sich, dass sie – jetzt, wo sie so viel Zeit hat – eigentlich auf Reisen gehen könnte. Nicht weit, nur durch die Schweiz. Nicht lang. Nur immer für

einen Tag. Die Idee dahinter: Sie will das Abo abreisen. Und so macht sie sich auf den Weg nach Ascona, nach Buochs, nach Chur und erlebt dabei einiges. Sie macht neue Bekanntschaften, lernt die Drogenfahndung kennen, muss einen Panflötenspieler abwimmeln und bringt sogar das Leben ihrer Enkelin Kim durcheinander. Natürlich nicht mit Absicht. Mit Absicht zieht sie aber ihre Aktion »Spiegeleier für alle« durch, und die, die wird ein voller Erfolg. Die Quintessenz aller gemachten Erfahrungen überrascht Nelly, denn sie begreift: Sie ist zwar alt, aber sooo alt dann doch wieder nicht. Und schließlich lässt sie die Erkenntnis zu: »Ich will eigentlich nur eins: raus! Und wieder leben, möglicherweise sogar wieder lieben.«

Für die gelungene musikalische Umrahmung sorgte Peter Bachmann mit seinen Panflötenklän-





Memorandum

Seit der letzten Ausgabe des Lindenblattes heissen wir folgende Bewohnerinnen und Bewohner willkommen:

Therese und Peter Rippstein
Judith Hefermehl
Elisabeth Nobs
Vreni Rindlisbacher
Brigitte Frei
Norma Herzig
Anna Anliker
Judith Bösiger
Paul Herzig
Rudolf Lanz
Leonie und Urs Schneeberger
Sonja Sutter
Fritz Rüegger

Leider mussten wir uns auch von Bewohnerinnen und Bewohnern verabschieden.

In stillem Gedenken:

Sonja Meyer
Vreneli Blunier
Erna Jaberg
Judith Hefermehl
Evi Kochan
Alice Frey
Jean-Louis Kuhn
Annemarie Zingg
Hanni Bösiger
Norma Herzig
Ercolino Piccirilli

Dürfen wir vorstellen?

Leandra Jenni – unsere neue Aktivierungstherapeutin



Text und Fotos: Sylvia Ernst

Am 1. Dezember 2019 ist unserer neue Mitarbeiterin Leandra Jenni gestartet. Sie hat die *Aktivierung* von Anne-Käthi Schär übernommen, welche im Vormonat pensioniert wurde. Frau Jenni bringt eine Ausbildung als Fachfrau Behindertenbetreuung und Aktivierungsfachfrau HF mit. Zu ihren Hobbys zählen Posaune spielen, Gestalten – sei es Handarbeiten oder basteln - Fotografieren, Yoga und Reisen.

Sie freut sich, die verschiedenen Charaktere der Bewohnerinnen und Bewohner kennen zu lernen und deren Fähigkeiten entsprechend zu stärken. Ihr ist es ein grosses Anliegen, dass sich alle wohl fühlen und es ihnen gut geht.



HERBSTFEST - 19. Oktober 2019

Text: Sylvia Ernst

Fotos: Bernadette Eichmüller, Sylvia Ernst

An so einem Flohmarkt findet man nicht nur seltene Trouvailles, sondern es ranken sich auch Geschichten um die einzelnen Gestände. Wie zum Beispiel die Christian Dior Schuhe mit der aufwendigen Stickerei. Seine Besitzerin hat diese Schuhe in den 1950er Jahren in einem Schaufenster in Bern entdeckt und sich auf Anhieb in sie verliebt. Stolze Fr. 190.00 haben sie gekostet, was zu dieser Zeit viel Geld war. Anstatt die Schuhe zu tragen, lagen sie jahrelang im Schrank und wurden von Zeit zu Zeit hervorgeholt und bewundert. Bis sie eines Tages eine neue vorübergehende Besitzerin fanden. Eine gute Freundin, welche ein Hotel führte, durfte sie ein paar Jahre tragen. Nachdem diese sie nicht mehr tragen wollte, gab sie die Schuhe ihrer ursprünglichen



Besitzerin zurück. Diese hütete die Schuhe jetzt wieder bis zum Herbstfest 2019. Nun hat sie die Schuhe dem Lindenhof geschenkt, damit diese im Flohmarkt verkauft werden können. Die Flohmarktverantwortliche - Elsbeth Friedli - hat es nicht übers Herz gebracht, sie schon dieses Jahr in den Flohmarkt zu geben. Potentielle Käuferinteressenten können sich also freuen und am nächsten



Foto: Hans Mathys

Das über 100-jährige Kinderbett fand gefallen nicht nur bei den kleinsten Besucherinnen und Besuchern. Eine Bewohnerin hat es in den Flohmarkt geben. Bereits ihre Mutter hat als Kind darin geschlafen.

Elsbeth Friedli - auf dem Foto links - arbeitete von 1988 bis zur ihrer Pensionierung im Jahr 2013 im Lindenhof. Ab 1993 war sie als Oekonomieverantwortliche tätig. Seit ihrer Pensionierung gibt sie 1 x pro Woche zwei bis drei Lektionen Krafttraining im Piano Vita.

Ausserdem organisiert sie als freiwillige Helferin die sehr beliebten Lindenhofreisen, macht Wohnungsräumungen im Auftrag der Heimleitung oder von Angehörigen und ist zuständig für den jährlich stattfindenden Flohmarkt. Das Einteilen der anderen freiwilligen Helferinnen und Helfer und das Einrichten der Ausstellung nimmt jeweils drei Tage in Anspruch.

Die zweifache Mutter und Grossmutter von vier Teenies betätigt sich in ihrer Freizeit gerne sportlich, wie wandern, turnen, velofahren oder walken. Daneben arbeitet sie gerne in ihrem Garten.



Lindenhofreise nach Rheinfelden

Von Angela Glutz, Lernende Fachfrau Gesundheit EFZ, 1. Lehrjahr

Am 09.10.19 durfte ich als Begleitperson mit auf die Lindenhofreise. Auf diese Reise habe ich mich schon lange gefreut. Ich war sehr gespannt auf diese für mich neue Aufgabe und auch ein wenig auf-



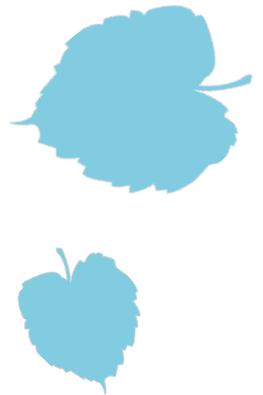
1 // Meine erste Aufgabe war, die Bewohner beim Einsteigen in den Car zu unterstützen. Anfangs hatte ich ein wenig Angst davor, ein Bewohner könne auf der kleinen steilen Treppe im Car das Gleichgewicht verlieren und ich ihn nicht halten. Aber zum Glück sind alle Bewohner heil in den Car hinein gekommen. Im Car habe ich mich neben Frau T. gesetzt, sie sagte zu mir, dass sie es schön findet, dass ich auch mitkomme und das hat mich sehr gefreut. Unser Chauffeur führte uns

über den unteren Hauenstein nach Rheinfelden. Ich fand das sehr schön, denn ich merkte, wie sich die Bewohner freuten die Landschaft zu sehen. Dabei stellte ich fest, dass die Bewohner wenn sie etwas Bestimmtes gesehen haben, sich an früher erinnerten und ich hatte das Gefühl, dass diese Erinnerungen, die aufgekommen sind, ihnen gut getan haben.



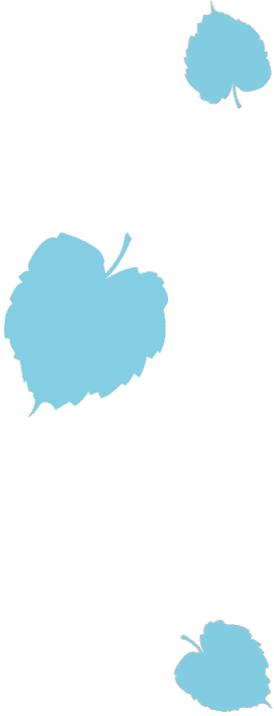
2 // Als wir unser Ziel, das Parkhotel Rheinfeldern erreichten, habe ich den Bewohner erneut beim Aussteigen geholfen es dauerte eine Weile bis jeder Bewohner seinen Rollator gefunden hatte und es gab Bewohner die ein wenig ungeduldig wurden, wenn sie ihren Rollator nicht auf den ers-

ten Blick gefunden haben, da musste ich mir gut überlegen, wie ich ihnen erklären kann, dass sie eine Weile Geduld haben müssen und wir sicher bald den richtigen finden. Zum Glück ist es mir gelungen.



3 // Beim Essen war unsere Gruppe auf drei Tische verteilt, ich fand es schön, dass sich alle ein wenig vermischten, denn so konnten die Bewohner auch mit Personen aus einer anderen Abteilung sprechen und neue Kontakte knüpfen. Als alle am Tisch waren, war es sehr ruhig und wir mussten eigentlich niemandem etwas helfen.

Mir hat Frau S. etwas leid getan, denn sie hat ständig vergessen, wo sie ist und was sie jetzt machen muss. Sie hat mich immer wieder gefragt wo sind wir und was passiert jetzt. Manchmal war es für mich schwierig, die passende Antwort zu geben.



4 // Nach dem Mittagessen hatten wir Glück, denn es hatte ein wenig aufgehört zu regnen. So konnten wir im Park vom Restaurant etwas spazieren gehen und das hat viele Bewohner sehr gefreut. Ich fand diesen Park sehr schön zum Spazieren mit den Bewohnern, es hatte viele kleine Wege, einige ganz am Ufer des Rheins. Als wir den Bewohnern halfen in den Car zu steigen, erzählten mir zwei Frauen, was für eine Tour sie gemacht haben. Es freute mich zu merken, wie glücklich diese Spaziergänge die Bewohner gemacht haben. Als alle im Car waren, ging es über den oberen Hauenstein zurück zum Lindenhof.





5 // Wenn ich so an den Ausflug zurück denke, habe ich das Gefühl, dieser Ausflug war ein voller Erfolg. Noch mehrere Tage später hörte ich von einigen Personen, wie sehr ihnen dieser Ausflug gefallen hat.





STEFAN ZEMP (3. v. l. stehend)
an der Siegerehrung am Personalabend

Move up - feel strong! „Der Lindenhof bewegt sich“

Wie bereits in der letzten Lindenblatt Ausgabe berichtet, stand das Jahr 2019 für das Personal - wovon 65 Mitarbeitende mitgemacht haben - unter dem Motto: „Der Lindenhof bewegt sich“.

Mit „Bike to work“ startete die Aktion im Mai/Juni. Absoluter Spitzenreiter - mit gefahrenen 974 Kilometern - war unser Gärtner Stefan Zemp, gefolgt von seinem Chef, René Steiner mit 866 Kilometer. Pflegedienstleiter Saverio Stanca belegte mit 752 Kilometern Rang 3.

Wer im Juli fleissig im Piano Vita trainierte und mehr als 50% seiner Arbeitstage die Geräte benutzte, erhielt am Personalabend am 8. November 2019 ebenfalls einen Preis.

Der August stand unter dem Motto: „Keine Angst vor Bewegung - Frucht statt Furcht“. Bewegung wurde belohnt, wer mit Muskelkraft zur Arbeit kam, durfte sich täglich eine Frucht aussuchen.

Im September ging es bewegungsmässig etwas ruhiger zu. Für Interessierte gab es einen Workshop: „Bewegung bewegt. Ein Weg zu mehr Energie und Lebensqualität.“

Im Oktober konnte man sich für eine Trampolinrunde anmelden und im November fand die Aktion „Teamspirit“ statt. Gemeinsam unternahm man einen Ausflug zu Fuss oder mit dem Velo. Den Teilnehmenden wurde ein kleiner Imbiss oder das „Gipfelgetränk“ offeriert.

Der Jahresabschluss stand unter dem Motto: „Pistenfit?! Bald locken die Flocken“. Interessierte konnten eine Probelektion im Piano Vita absolvieren.

Text: Sylvia Ernst

Fotos: Bernadette Eichmüller, Eva Willimann, Sylvia Ernst



Personalabend 2019

Der Personalabend fand am 8. November 2019 im Restaurant Kreuz in Herzogenbuchsee statt. 82 Mitarbeitenden genossen einen gemütlichen Abend bei einem Fondue Chinoise und einem Glas Wein.



Jubilare,
geehrt anlässlich des Personalabends



Ideale Farbkombinationen: So lassen Sie Ihre Kleidung strahlen

Passt der Ton meines Rocks zu meiner Bluse? Oder harmoniert die Hose mit meinem Shirt? Nachfolgend ein paar Tipps, wie man Farben ideal kombinieren kann.

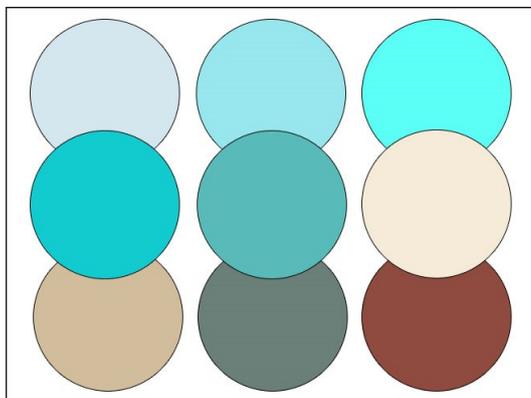
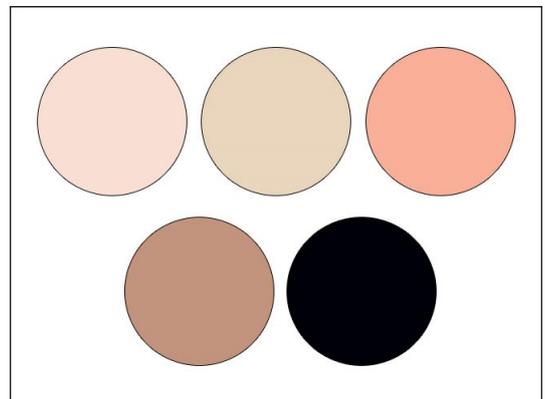
Quelle: Internet

Wir zeigen Ihnen, auf welche Farbkombinationen Sie vertrauen können, um garantiert eine gute Figur zu machen.

Lassen Sie sich einfach von den folgenden Farbzusammenstellungen inspirieren, wenn Sie Ihre Kleidung kombinieren und mit passenden Accessoires wie Schmuck oder Gürteln veredeln wollen. Mit dieser Übersicht stehen Sie bestimmt nicht mehr ratlos vorm Schrank und können hin- und herprobieren.

Farbkombinationen mit Koralle

Es kann sehr schick aussehen, ein korallfarbenes Oberteil mit einer hellen Hose und einem schwarzen Blazer zu tragen. Wählen Sie dann noch eine entsprechende Handtasche und leichten Schmuck, ist das Outfit perfekt.



Wie Türkis- und Brauntöne miteinander harmonieren

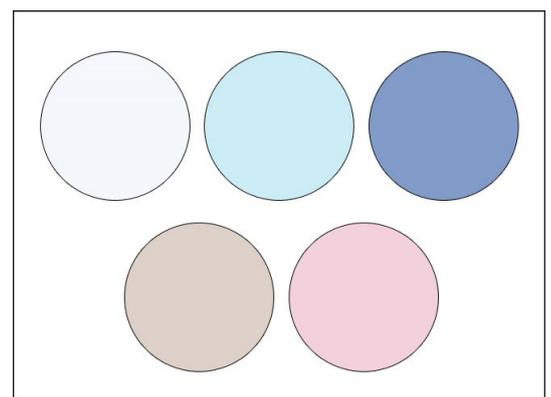
Im Sommer ist es eine sehr reizvolle Mischung, strahlendes Weiß mit Türkis zu kombinieren: Egal, ob mit einem weißen Kleid und türkisen Accessoires oder einer farbigen Hose und hellem Schmuck. Doch auch mit Beige und Brauntönen passt Türkis sehr gut zusammen.

Tragen Sie zum Beispiel Oberteile, Jacken und Taschen in Erdtönen und pepen Sie dies mit türkisfarbenen Hinguckern auf.

Wie Sie Pastelltöne geschickt einsetzen

Kleidungsstücke in hellem Blau können Sie wunderbar mit ähnlichen Pastellfarben mixen, um ein besonders frisches Outfit für Frühling und Sommer zu kreieren.

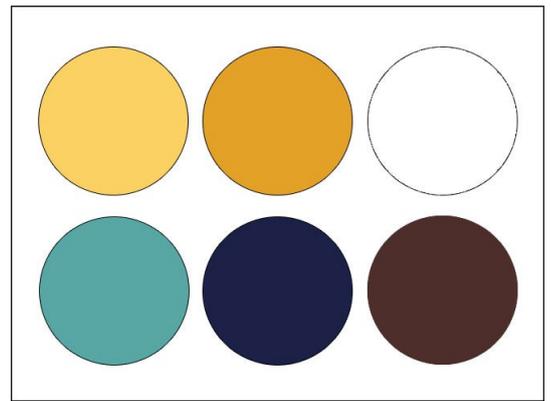
Wählen Sie beispielsweise eine hellblaue Jeans zu einem weißen Oberteil und kombinieren Sie dazu eine rosé-, beige- oder fliederfarbene Strickjacke.





Maritime Kombinationen mit Gelb und Braun

Sich mit Oberteilen im blau-weißen Marine-Dress zu kleiden kommt einfach nie aus der Mode, denn es sieht einfach klassisch elegant aus. Aufpeppen können Sie das Ganze aber noch, indem Sie weitere Farben hinzufügen. Zu einem dunkelblauen Shirt mit dünnen, weißen Streifen passt zum Beispiel hervorragend ein gelber Rock oder eine entsprechende Hose. Ein breiter, brauner Gürtel und Accessoires in Gold, Braun oder sogar Türkis runden das Outfit ab.



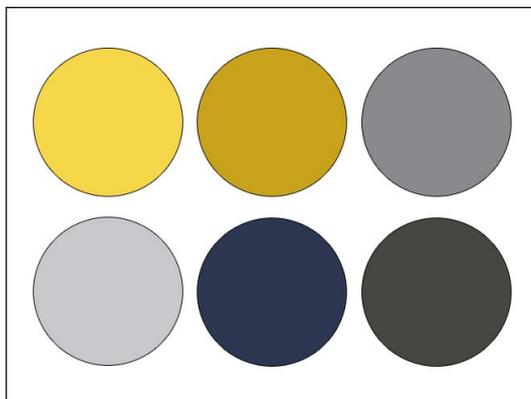
Farbvariationen mit Lila und Beige



Wenn es wieder herbstlicher und etwas dunkler draußen wird, können Sie mit fuchsiabunten oder violetten Kleidungsstücken schöne Akzente setzen. Als Oberteil lassen Sie sich zum Beispiel mit einer dunkelblauen Jeans kombinieren.

Dazu passt hervorragend ein beigefarbenes Halstuch oder ein heller Gürtel sowie goldener Schmuck.

Mausgraue Stücke mit Senftönen aufpeppen



Sie wollen sich bei kühleren Temperaturen gern in Ihren dicken, grauen Lieblingspulli mummeln? Kein Problem, denn auch der lässt sich im Nu mit etwas Farbe zum Leben erwecken.

Dafür eignen sich Senftöne besonders gut, die zum Beispiel in Form von Schals und Tüchern zum Einsatz kommen können. Besonders pfiffig ist auch ein entsprechendes Langarm-Shirt, das mit einem grauen oder graublauen Poncho kombiniert wird.

Mit Rottönen schicke Akzente setzen

Wenn Sie die Farbe Rot besonders geschmackvoll kombinieren wollen, wählen Sie als Ergänzung einfach Teile in Beige, Creme oder aber dunklem Blau.

Eine rote Hose passt zum Beispiel sehr gut zu einem hellen Pullover und dunkelblauen Accessoires. Eine braune Tasche oder ein entsprechender Gürtel runden dieses Outfit ab.





VORANZEIGE

Sommerfest

Samstag, 13. Juni 2020

von 9³⁰ bis 17⁰⁰ Uhr
im Lindenhof Langenthal



Ein MÄRCHENHAFTER Tag



**Reservieren Sie sich schon heute das Datum.
Wir freuen uns auf Sie!**

Stiftung Lindenhof Langenthal | Ringstr. 25 | 4900 Langenthal
Telefon 062 916 00 30 | info@lindenhoflangenthal.ch

Impressum - Ausgabe Februar 2020

Herausgeberin:

Stiftung Lindenhof Langenthal | Ringstrasse 25 | 4900 Langenthal
Die Hauszeitung erscheint zweimal pro Jahr | Auflage: 600 Exemplare
Online unter: lindenhoflangenthal.ch