



Sana Fürstenland AG in Gossau

Beruhigt in die Ferien fahren

Zur Entlastung von pflegenden Angehörigen oder einfach, weil für kurze Zeit Unterstützung benötigt wird: Die temporären Angebote der Sana Fürstenland AG sind so individuell wie die Bedürfnisse der Klienten.

Ein Tapetenwechsel tut manchmal gut, manchmal ist er sogar dringend nötig. Das Altersheim Espel und das Betagtenzentrum Schwalbe, beides Betriebe der Sana Fürstenland AG in Gossau, kümmern sich auf liebevolle und kompetente Art um Seniorinnen und Senioren, die nur für ein paar Tage oder einige Wochen verweilen möchten – sozusagen Gäste auf Zeit. Die Feriengäste können ihre Tage sorgenfrei und sicher in den beiden Häusern Espel oder Schwalbe verbringen. So geniessen sie beispielsweise ihre Zeit in der Cafeteria oder bei einem Spaziergang.



Ferienbesuch im Altersheim Espel oder dem Betagtenzentrum Schwalbe in Gossau. Langeweile kommt hier keine auf. z.Vg.

Rundum gut aufgehoben

Während 24 Stunden erhalten pflegebedürftige Personen bei der Sana Fürstenland genau die Unterstützung, die sie benötigen. Dies ermöglicht den Angehörigen, beruhigt in die Ferien zu reisen oder für einige Tage Abstand zu gewinnen, um sich selbst wieder regenerieren zu können. Dabei beruhigt sie das sichere Gefühl, dass ihre Liebsten in

der Zeit ihrer Abwesenheit bestens aufgehoben sind. Das Angebot von Altersheim Espel und Betagtenzentrum Schwalbe besteht auch für Patienten, die sich nach einem Spitalaufenthalt nicht selbst versorgen können.

Die Sana Fürstenland organisiert Fahrdienste und Therapien, die medizinische Versorgung ist durch die Hausärzte gewährleistet. Aufenthalte in den beiden Häusern Altersheim Espel und Betagtenzentrum Schwalbe können kurzfristig oder im Voraus vereinbart werden. Ursina Girsberger, Geschäftsleiterin, steht bei Fragen gerne zur Verfügung. pd/ch

Sana Fürstenland AG
Schwalbenstrasse 3
9200 Gossau
Telefon 071 388 12 88 oder
071 388 21 00
www.sanafuerstenland.ch

Wohn- und Pflegezentrum Wiborada Bernhardzell

«Heute ist ein schöner Tag»

Die Aktivierungsfachfrau Petra Schmid vom Wohn- und Pflegezentrum Wiborada in Bernhardzell ist gebürtige Bayerin. Deshalb organisierte sie traditionsgemäss am 1. Mai den Maitanz.

Ob im Stehen oder im Sitzen. Wochenlang werden die beliebten Sitztänze eingeübt, um dem Publikum eine gelungene Darbietung zu präsentieren. Zur lüpfigen Musik strecken, dehnen und drehen sich die Bewohnenden und trainieren dabei ihre Muskulatur als auch ihr Gedächtnis auf eine Art, die Spass bereitet.

Musik mit Edi Koller

Für die musikalische Unterhaltung hat in diesem Jahr Edi Koller gesorgt. Mit seinem grossen Repertoire animierte er die Bewohnenden und ihre Gäste zum Mitsingen. So sorgte er für gemütliche Schunkelstimmung. Das absolute Highlight der Sitztänze ist jeweils für die Seniorinnen und Senioren das Fliegerlied «So ein schöner Tag», bei welchem auch die Besucher nicht mehr stillsitzen konnten und fröhlich mittanzen.



Maitanzen kann man auch im Sitzen. z.Vg.

Konzerte im Mai-Monat

Auf die abwechslungsreiche Alltagsgestaltung im Wohn- und Pflegezentrum Wiborada legen die Verantwortlichen grossen Wert. Nicht nur bewegen, singen, Gedächtnis anregen, kochen und gestalten stehen auf dem Programm, auch diverse Veranstaltungen wie Lichtbildschau, Jass- und Spielnachmittage, Theater, Konzerte und Ausflüge lassen sich auf der Agenda finden. Diesen Mai findet am Muttertag, dem 12. Mai, wieder das traditionelle

Muttertagskonzert des Salon-Orchesters unter der Leitung von Peter Stricker statt. Am Freitag 24. Mai, wird das Trio Keller-Venzin-Häseli in der Cafeteria aufspielen. Eines ist gewiss: «So ein schöner Tag» ist im Wohn- und Pflegezentrum Wiborada immer wieder Programm. pd/ch

Wohn- und Pflegezentrum Wiborada
Hinterhirschstrasse 7
9304 Bernhardzell
Telefon 071 434 62 00
www.wiborada.ch

Spitex Parta St.Gallen

Die Leistungen der Spitex Parta überzeugen

Das Angebot der Spitex Parta umfasst alle Spitex-Leistungen von der einfachen Hilfe im Haushalt bis zur umfassenden Pflege und ambulanten psychiatrischen Pflegeleistungen für Menschen jeder Altersstufe.

Das Angebot der Spitex Parta beinhaltet eine individuelle Betreuung im eigenen Zuhause und bei Verschlechterung eine Ausbaumöglichkeit bis zur 24-Stunden-Betreuung mit Nachtwagen. Die Spitex Parta garantiert Betreuung durch ein kleines Team, konstante Betreuungspersonen und qua-



Das neue, fünfköpfige Team von der Spitex Parta St.Gallen. z.Vg. Elke Hegemann

lifiziertes deutschsprachiges Fachpersonal. Bei der Spitex Parta erhalten Klienten Unterstützung wann und wie oft es nötig ist.

Die Spitex-Leistungen der Grund-

und Behandlungspflege wie Körperpflege oder Medikamente richten werden von der Krankenkasse übernommen. Die Tarife der Haushaltshilfe und Betreuung findet man unter der Webseite www.spitex-parta.ch. Die Spitex Parta St.Gallen hält die kantonalen und schweizerischen Gesetzesvorgaben ein. Gerne wird auch am Telefon beraten. pd

Spitex Parta AG St. Gallen / Appenzel Ausserrhodon
Burggraben 26
9000 St. Gallen
Telefon 071 223 68 30
info@parta.ch

Tagesheim Notker Stübli

Lernen, das Leben zu geniessen

Als Joelle Schmid zum ersten Mal einen Einsatz im «Notkerstübli» machte, war sie zunächst überfordert. Sie war in ihrem Leben zuvor noch nie so direkt mit dem Alter und vor allem mit der Krankheit Demenz konfrontiert gewesen.

Die Studentin befürchtete, dass sie viele Fehler machen würde und sie die Besucher vielleicht aufgrund ihrer Unerfahrenheit ablehnten. Jedoch wurde sie überrascht. Die Tagesbesucher haben Schmid vom ersten Moment an mit Freude empfangen.

Kleine, familiäre Institution

Die Studentin hat in jeder Sekunde ihrer Einsätze gespürt, dass ihre Anwesenheit ein Geschenk ist, welches die Bewohner schätzen. Das «Notkerstübli» ist eine kleine Institution in familiärem Rahmen, in die jeder von Herzen aufgenommen wird. Die Besucher erzählen Geschichten aus allen Bereichen ih-



Der Einsatz im «Notkerstübli» hat die Studentin Joelle Schmid bereichert. z.Vg.

res Lebens. Sie werden in alltäglichen Aktivitäten begleitet und betreut. Diese freundliche und zufriedene Atmosphäre hat Joelle Schmid überwältigt. Sie ist froh, dass sie dies alles selbst erleben durfte.

Fokus auf Positives

Im «Notkerstübli» hat sie gelernt, dass die Freuden des Lebens in den kleinen Dingen und Gesten liegen. Viele der Besucher haben Schicksalsschläge hinter sich und sind auch gesundheitlich nicht mehr in bester Verfassung. Trotzdem freuen sie sich über Kleinigkeiten und geniessen ihre Zeit. Joelle Schmid bewundert dafür jeden einzelnen Besucher. Ihr Einsatz hat sie gelehrt, den Fokus auf die positiven Ereignisse zu legen, die schönen Momente zu schätzen, das Leben zu geniessen. «Ich hoffe, dass ich im Alter auch ein Betreuungsangebot finden werde, welches mir das Gefühl vermittelt, Teil einer grossen Familie zu sein», sagt die junge Frau. pd/ch

Spitex St.Gallen Ost-West-Centrum

Sturzprävention in der Spitex Stadt St.Gallen

Auf Grund der höheren Lebenserwartung steigt die Zahl an älteren Menschen in der Bevölkerung. Hierbei wünschen sich die meisten älteren Menschen, möglichst lange selbständig zu bleiben und in den eigenen vier Wänden wohnen zu können. Oft beendet ein Sturz die eigenständige Lebensphase.

Jährlich stürzen ein Drittel der über 65-Jährigen mit zum Teil schweren bis tödlichen Folgen. Häufig ereignen sich diese Stürze zu Hause. Durch Interventionsprogramme kann dieses Risiko um zirka 29 Prozent reduziert werden.

Stolperfallen entdecken

Die Sturzprävention der Spitex in Zusammenarbeit mit der Krankenkasse leistet einen wertvollen Beitrag, um das Sturzrisiko zu reduzieren. Die Sturzberaterin der Stadt Spitex Centrum geht dabei vor Ort. Anhand einer Checkliste findet eine Abklärung der verschiedenen Sturzrisikofaktoren statt. Der gesamte Wohnraum wird systematisch auf



Die Sturzberaterin hilft vor Ort, Stolperfallen zu eruieren und vermeiden. z.Vg.

Stolperfallen und Sturzgefahren hin überprüft. So kann erkannt werden, wo Handlungsbedarf besteht, um die Klientinnen und Klienten entsprechend zu beraten.

Im Rahmen der weiteren Einsätze können die Mitarbeitenden der Spitex die Klientinnen und Klienten für die möglichen Sturzrisiken sensibi-

lisieren und gemeinsam Verbesserungen planen. Hiermit kann die Lebensqualität gesichert werden. Denn im schlimmsten Fall beendet ein Sturz die eigenständige Lebensphase. Durch Beratung können grosses Leid und Kosten vermieden werden. pd

www.spitex-stgallen.ch

Tagesheim Notker Stübli



AKTIV FÜR MENSCHEN IM ALTER! und zur Entlastung von pflegenden Angehörigen

UNSER ANGEBOT

- TAGESHEIM
- NACHTSTÄTTE
- BETREUER FAHRDIENST
- WÄSCHEDIENST

- BETREUER MITTAGSTISCH
- BETREUTES TANZKAFFEE
- MOBILER COIFFURE
- PEDICURE

RUFEN SIE UNS AN – 071 279 12 22
WIR BERATEN SIE GERNE!

Tagesheim Notker Stübli | Rosenbergweg 21 | 9000 St.Gallen
notker@spitex-stgallen.ch | www.notkerverein.ch



Ihre St.Galler Spitex ist für Sie da.



Wir bieten...

pflegerische und hauswirtschaftliche Dienste, wir sind anerkannt von den Krankenkassen.

Ausgebildetes Fachpersonal betreut Sie kompetent & zuverlässig an 7 Tagen in der Woche.

Rufen Sie uns an, wir beraten Sie gerne.

Spitex-Zentren der Stadt St.Gallen
www.spitex-stgallen.ch

071 277 66 77

ANZEIGE

Stiftung VitaTertia, Gossau: Im vertrauten Umfeld flexibel bleiben

Bei VitaTertia aus verschiedenen Wohnformen wählen

In den Häusern Gerbhof und Weiher bietet VitaTertia individuelle Lebens- und Wohnqualität.



Seit der Eröffnung des «Gerbhofs» vor 30 Jahren gibt die Stiftung VitaTertia Impulse für das Leben und Wohnen im 3. Lebensabschnitt. Der «Weiher» ergänzt das vielfältige Gesamtangebot optimal. Für das «Leben à la carte» bietet VitaTertia im Zentrum von Gossau SG viele Wohnformen und flexible Dienstleistungen an, die auf ganz unterschiedliche Lebenssituationen abgestimmt sind. Je nach Wunsch und persönlicher Lebenslage können die Bewohner innerhalb dieses Angebots flexibel wechseln und das vertraute Umfeld in ihrem Zuhause immer

weiter beibehalten:
Im **Standard-Wohnen** leben sie selbständig im eigenen Appartement und rufen Dienstleistungen je nach persönlichem Bedarf zusätzlich ab. Im **Komfort-Wohnen** haben sie im «Gerbhof» die verbindliche Garantie, auch bei Pflegebedürftigkeit immer im eigenen Appartement bleiben zu dürfen. Fast alles ist inklusive. Im **Pflege-Wohnen** wohnen sie in ihrem privaten Appartement – verbunden mit allen Dienstleistungen der Pflege-Abteilung und der Hauswirtschaft. Auf der **Pflege-Abteilung** und in der **Wohn-**

gruppe für demenziell erkrankte Menschen stehen geräumige, helle Einer- und Zweier-Zimmer zur Verfügung. Lernen Sie uns kennen – wir laden Sie herzlich ein, z.B. zum «Abend der offenen Tür» jeden ersten Donnerstag im Monat (19 Uhr) oder nach telefonischer Vereinbarung.

Stiftung VitaTertia
Gerbhof und Weiher • Haldenstrasse 46
9200 Gossau SG • Telefon 071 388 95 55
E-Mail: vita@vitatertia.org
www.vitatertia.org