

Hauszeitung  
der Heime Kriens AG  
Herbst 2023

# träff



Offener Freizeit-Treff für alle  
Bewohnerporträt: Riet Moser  
Ein Tag im Leben der Seelsorgerin

2  
5  
13

**heime  
kriens**



## Geschichten vom Heim mit oder ohne Reim

### *Der Herbst*

*Jetzt chunt der Herbst und molet de Wald, es ischt e Pracht,  
er het scho allne Öpfle die rote Bäggli g'macht.  
Und het mer alli g'wunne, versorget uf em Strou,  
so blost er ab de Bäume die grüne Blättle au.*

*Die zwirblid lustig ume und tanzid froh im Wind,  
s'gseht us wie Sommervögel und hurtig fünd sie d'Chind.*

*De chunt der Winter lisli, er isch en guete Ma,  
leid allne kaale Bäume nes wysses Halstuech a.*

Quelle: J.J. Ryffel



Walter Wicki,  
Bewohner  
im Grossfeld



# Inhalt

## BLICKPUNKT

Offener Freizeit-Treff für alle 2

## BEGEGNUNG

Bewohnerporträt: Riet Moser 5

Freiwilligenarbeit 7

Impressionen vom Herbstfest 10

## THEMA

Blatter Reisen: Programm 2024 12

Was macht eine Seelsorgerin 13

Das Generationenprojekt 99 14

Was bedeutet Weihnachten für Sie? 15

## SENIOREN RAT

Musik für die Seele 16

## TRADITION

Zwei Ur-Chrienser 18

## INFO

Dies und das / Agenda 20/21

## IMPRESSUM

**Herausgeberin:** Heime Kriens AG

Horwerstrasse 33, 6010 Kriens

Telefon 041 317 11 11, info@heime-kriens.ch

**Redaktionsteam:** Florian Klein, Christina Konvalina (Leitung), Christine Stalder, Bart Staring, Irène von Allmen, Karl Walthard, Walter Wicki

**Bild Titelseite:** Herbstfest im Zunacher, @ Hans Beer

**Bilder:** Heime Kriens, pixabay.com, unsplash.com oder namentlich erwähnt

**Auflage:** 1400 Exemplare

**Erscheinung:** Zweimal jährlich

**Gestaltung und Druck:** Brunner Medien AG, Kriens

# Wer A sagt – sagt heute nicht unbedingt B

## Liebe Leserin, lieber Leser

Ende August feierten wir die Jubiläen der Mitarbeitenden. Fünf von ihnen nahmen Gratulationen für über 20 Jahre entgegen. Fünf Mitarbeitende für 25 und 30 Jahre und zwei sogar für 35 Jahre. Es sind Mitarbeitende mit einer grossen Loyalität und Bindung zum Arbeitgeber. Sie tragen ein grosses Wissen in der täglichen Arbeit mit sich und kennen die Geschichte der Heime Kriens der letzten Jahrzehnte. Für dieses grosse Engagement möchte ich von Herzen danken.

Mit der heutigen allgemeinen und auch beruflichen Vielfältigkeit ist zu beobachten, dass jüngere Menschen die feste, langjährige Zugehörigkeit zu ihrem Arbeitgeber nicht mehr suchen. Das Bildungssystem ermöglicht es, von einem Beruf in einen anderen zu «wechseln». Ein grosser Teil der jungen Menschen arbeitet schon nach wenigen Jahren nicht mehr im einst gelernten Beruf. So wird es in Zukunft weniger der Fall sein, dass Mitarbeitende über viele Jahre die Unternehmenskultur und Werte weitertragen. Dafür ist zu vermuten, dass junge Menschen flexibler unterwegs sind. Ob diese Zeiterscheinung ein Vor- oder Nachteil ist, wird die Zukunft zeigen. In diesem Sinne wünsche ich viel Vergnügen beim Lesen der spannenden Artikel.

Herzlich

Guido Hübscher



**Guido Hübscher**  
Leiter Heime  
Kriens AG



# Offener Freizeit-Treff für alle

«Wir gehen jeden Tag mit grosser Freude und Begeisterung zur Arbeit – gespannt, was er bringen mag.» Vor ihrer nahen Pensionierung blicken Veronika Güldenpfennig und Christine Stalder zurück und in die Zukunft.

TEXT: CHRISTINE STALDER UND  
VERONIKA GÜLDENPFENNIG

Im Zunacher an einem Mittwochmorgen im Herbst 2023: Langsam und stetig laufen Frauen von den Stockwerken in Richtung Atelier – es stehen Frauengespräche auf dem Programm. Die Türen zum Atelier sind weit geöffnet. Sie setzen sich an den grossen Tisch und beginnen sogleich miteinander zu plaudern. Immer mehr kommen dazu und auch Veronika Güldenpfennig setzt sich an den Tisch. Sie beobachtet, ob schon ein bestimmtes Gesprächsthema aktuell ist, oder ob die Frauen noch einen Impuls brauchen. Viele Gespräche drehen sich um Philosophie, Religion oder Kunst. Es ist ein angeregtes Miteinander. Frau Güldenpfennig hält die wichtigsten Erkenntnisse aus den Gesprächen fest und hängt diese für alle Interessierten am Eingang Atelier auf. Vor dem Mittag gehen alle wieder auseinander, ganz natürlich und freudvoll, wie sie gekommen sind.

Vor zwölf Jahren sah das noch ganz anders aus. Die Türen des Ateliers waren geschlossen; um eingelassen zu werden, musste geklingelt werden. Nur eine bestimmte Anzahl Personen konnten hier an den Aktivitäten teilnehmen. Gruppenstunden fanden auf den Abteilungen statt. Die Angebote waren altersgerecht, aber es sah nach geschlossener Gesellschaft aus.

## Für eine offene Aktivierung

So war die Situation, als Veronika Güldenpfennig ihre Stelle im Jahr 2011 bei den Heimen Kriens antrat. Im Jahr 2016 stiess Christine Stalder zum Team. Gemeinsam haben sie versucht, die Aktivierung weiter zu öffnen, für alle zugänglich und lustvoll zu gestalten. Nun stehen beide kurz vor ihrer Pensionierung und blicken auf ihr Wirken in den Heimen Kriens zurück.

Veronika Güldenpfennig erinnert sich an ihre Anfänge in den Heimen Kriens: «Unsere erste Aufgabe bestand darin, sichtbar zu werden. Neu standen die Türen der Aktivierung offen, die Vorhänge wurden entfernt und die Hecken im Garten runtergeschnitten – so wurden wir nach innen und aussen erlebbar.»

«Alle sind willkommen in unseren hellen Räumlichkeiten. Die Tür steht von morgens bis abends offen. Besuche und das aktive Mittun sind mehr als erwünscht. Und auch Angehörige und Freiwillige werden gern gesehen. Wir zeigen uns bewusst auch in Aussenbereichen der Heime Kriens. Im Grossfeld singen wir zum Beispiel im Foyer und im Sommer draussen. Und natürlich machen wir Einzelbesuche bei den Menschen, die nicht ins Atelier kommen können.»

### Jeder Tag bietet etwas Neues

Christine Stalder freut sich über dieses freie Kommen und Gehen: «Die Bewohnerinnen und Bewohner kommen einzeln oder zu den Gruppenaktivitäten – und da treffen sie auf viele andere. Durch die gemeinsame Aktivität und den Austausch entsteht Nähe und Vertrautheit. Die Bewohnerinnen und Bewohner sind mit unserer Unterstützung bereit, den Heimalltag mit Bilderausstellungen, Video-Schauen, Musikvorträgen oder gesprochenen Vorträgen bunter zu machen.» Für Veronika Güldenpfennig hat das einen besonderen Zauber: «In den Aktivitäten wird die Kreativität und Lebensfreude der Bewohnerinnen und Bewohner immer wieder sichtbar.»

Den Mehrwert der Aktivierung erkennen auch die Bewohnerinnen und Bewohner. «Bei den Aktivitäten wird mein Interesse geweckt und ich kann mich beteiligen, meine Gedanken werden in andere Bahnen gelenkt, und ich bleibe aktiver», gibt sich Frau Gilli begeistert.

### Neue Teamdynamik und mehr Flexibilität

Die Mitarbeitenden der Aktivierung sind heute nicht mehr nur weiblich. Ausserdem pendeln nun alle Teammitglieder zwischen Grossfeld und Zunacher hin und her. So wird versucht, die Menschen aus den Häusern zu vernetzen.

Das Team Aktivierung geht bei der Planung von den alten Menschen aus und orientiert sich an deren Bedürfnissen. Und natürlich nimmt es auch deren Wünsche und Anregungen auf! «Es macht uns Freude, so flexibel sein zu können. Auf diese Weise ist eine völlig neue, für uns sehr motivierende Arbeitsdynamik entstanden», erzählt Christine Stalder.



Veronika Güldenpfennig (links) und Christine Stalder.

Das Team nutzt die persönlichen Ressourcen jedes Teammitglieds und ist stolz auf das vielfältige Angebot, das es in den letzten Jahren für die Alltagsgestaltung der Bewohnerinnen und Bewohner der Heime Kriens geschaffen hat. «Die Menschen in den Heimen Kriens können sich nun jenen Aktivitäten zuwenden, die sie ansprechen und die ihren Bedürfnissen und Interessen entsprechen», freut sich Veronika Güldenpfennig.



### **Mit Schwung zum vielfältigen Angebot**

«Unser Tun, die Begegnungen mit Menschen, das treibt unwahrscheinlich an», schwärmt Christine Stalder von ihrer Arbeit. «Wir haben viel Schwung aufgenommen und einige Veränderungen angestossen.» So wurde Musik zu einem Schwerpunkt in der Aktivierung. Das zeigt sich unter anderem im breit gefächerten und beliebten musikalischen Angebot wie Singen, Bewegen mit Musik, Musikhören, dem Veeh-Harfenenspiel, Musikerlebnis mit Klangschalen, den Tanznachmittagen und Geburtstagsständchen.

Ausserdem entstanden die Frauen- und Männer-Gesprächsrunden, das Backen, die Mandalagruppe, «Aktuelles, Musik und Kultur», das Boule-Spiel, die Kunst-Einzelarbeitsplätze, die Film-Nachmittage, das Repair-Café und vieles mehr. «Die vom Team Aktivierung durchgeführten Fortbildungen für Mitarbeitende

und Bewohnende zu verschiedenen Themen wie Bewegen mit Musik und der Spielworkshop waren für uns Höhepunkte in unserer Tätigkeit im Grossfeld», erinnert sich Veronika Güldenpfennig zurück.

### **Ein Lächeln reicht**

Das Team Aktivierung erfährt viel Wertschätzung, auch weil das Angebot aus dem Leben der Menschen gegriffen ist. Es sind Hobbys und Freizeitbeschäftigungen, denen die Bewohnerinnen und Bewohner gemeinsam und in Gemeinschaft nachgehen können. «Wir arbeiten ohne therapeutisches Material», erklärt Veronika Güldenpfennig. «Die Aktivitäten sollen alltäglich und normal

sein. Unsere Glücksmomente sind, wenn die Teilnehmenden an einer Gruppenaktivität zu uns sagen: «Das war interessant, das hat Freude gemacht!» Es reicht ein Lächeln.»

Die Teilnehmenden sind nicht als Heimbewohnende hier, sondern als Mensch mit der Wohnadresse Zunacher oder Grossfeld. Sie treffen sich mit uns hier zum Austauschen, Diskutieren, Spielen und Singen und so weiter. Es geht nicht immer um das Machen – es geht vielmehr um das Beieinandersein, Denken, Sitzen, Da-Sein, Anteilnehmen.

### **Mit Zuversicht in die Zukunft**

Auf dieser Basis kann das Team Aktivierung zuversichtlich in die Zukunft blicken. Für die Nachfolge von Veronika Güldenpfennig und Christine Stalder wurden Personen gefunden, die mit den gleichen Werten weiterarbeiten möchten. «Es kommen neue Generationen in die Häuser mit anderen, neuen Bedürfnissen. Dies braucht wiederum Anpassungen. Da ist es richtig, dass auch eine neue Generation in der Aktivierung neue Inhalte anbietet», meint Christine Stalder. Die Heime Kriens werden also auch in Zukunft dafür sorgen, dass sich das Team Aktivierung ein vielfältiges Angebot schafft und sich zusammen mit den Menschen weiterentwickeln kann.

Christine Stalder und Veronika Güldenpfennig gehen nun einem neuen Alltag entgegen. «Die vielen wunderbaren Begegnungen mit den Menschen in den Heimen Kriens waren für uns ein grosses Geschenk. Dankbar sagen wir Adieu und auf Wiedersehen!»

*«Unser Tun,  
die Begegnungen mit  
Menschen, das treibt  
unwahrscheinlich an»*

*Christine Stalder*



## BEWOHNERPORTRÄT

# Am Fluss im Fluss

*Der Name des Rheins geht auf das Indogermanische zurück, was «fliessen» bedeutet. Von Deutschland aus gesehen ist Tolkamer bei Lobith das erste Dorf in den Niederlanden am Rhein, dem Geburtsort von Riet Moser.*

**INTERVIEW: BART STARING**

Riet Moser ist 1943 in Tolkamer geboren und wohnt im Zunacher 2 der Heime Kriens. Sie erzählte mir eine kurze Geschichte aus ihrer Vergangenheit.

Riet Moser: «Mit 16 Jahren kam ich von der Hotelfachschule. Die Schule war nicht abgeschlossen, aber meine Eltern hatten elf Kinder und ein grosses Restaurant. Meine Mutter und mein Vater waren im Alltag allein und ich sollte ab 1959 zu Hause mithelfen. Ich bin die Älteste der Mädchen, in diesem Restaurant aufgewachsen und ich habe überwiegend in der Küche und im Restaurant geholfen. Meine Eltern hatten auch noch einen Getränkehandel, dieser lieferte überwiegend an die Schifffahrt. Hier halfen natürlich alle mit. Wir hatten viele fröhliche Anlässe, Feste und Zusammenkünfte im Restaurant, oft mit guter Musik. Nach solchen gemütlichen Anlässen hatten wir viel Arbeit, vor allem damit, das Geschirr von Hand abzuwaschen. Morgens kam zum Beispiel jeweils der Pfarrer und segnete die Schiffsmannschaft für die Weiterfahrt.

Wir hatten in dieser Zeit keine Ferien und trotzdem war es eine gute Zeit. Trotz der vielen Arbeit zu Hause hatten wir am Abendtisch immer Zeit, uns familiär auszutauschen, Platz für Ge-


**Riet Moser**

sprache und Humor war immer vorhanden. Wenn ich mal in den Ausgang ging, hatte ich immer zwei Geschwister dabei, damit die Mutter entlastet wurde. Das kleine Dorf am Rhein, eine schöne Jugend, viel Arbeit, aber ein wertvolles Daheim.

Mit 20 Jahren kam eine Freundin zu uns, die zwei Jahre in Kastanienbaum bei Luzern gearbeitet hatte. Das war im August 1963. Sie sagte, dass sie in Kastanienbaum Personal suchten. So kam es zur Frage, ob dies etwas für mich wäre, so ein zweijähriger Aufenthalt in



**Riet Moser mit ihrer Freundin Riain in Luzern, 60 Jahre nach ihrem ersten Treffen.**

der Schweiz. Und bereits im September 1963 waren meine Freundin und ich dann in der Schweiz. Meine Eltern waren nicht so glücklich über diesen Entscheid. Ich hatte jedoch das Gefühl, dass ich nicht viel vom Leben sehen würde, wenn ich in Tolkamer mit einer siebentägigen Arbeitswoche bleiben würde. Gegen den gedanklichen Strom der Eltern landetet ich, flussaufwärts, in Kastanienbaum bei Luzern, in der Schweiz. Ich habe diesen Schritt gewagt und war zwei Jahre zufrieden in Kastanienbaum arbeitstätig.

Mein Sohn lebt seit seinem zwanzigsten Lebensjahr in Florida, Amerika. Aktuell vermisse ich ihn sehr, wissend, dass er genau gleich gehandelt hat wie ich in der Vergangenheit.

In meinen jungen Jahren habe ich angefangen mit Zeichnen und Malen. Ich habe dies bereits in der Schule gemacht, rein intuitiv, zum Beispiel Bilder aus Donald-Duck-Heftli nachgezeichnet und anschliessend mit Farbstiften ausgemalt. Später habe ich dann gezeichnet und gemalt, auch mit Ölfarbe. Ich investierte viel Zeit in die «naive Malerei» sowie in Porträts und naturalistische Bilder. Meine Bilder wurden in den Heimen Kriens im September 2023 ausgestellt.

Meine Welt hat sich während der Weihnachtszeit 2021 verändert. Ich bin am 24. Dezember aufgewacht und war inkomplett tetraplegisch gelähmt, ich konnte nichts mehr. Übers Spital und das Paraplegikerzentrum bin ich dann in die Heime Kriens gekommen. Zurzeit bin ich im Elektrorollstuhl mobil und relativ selbständig unterwegs, bei grobmotorischen Handlungen mit meinen Händen bin ich abhängig von Dritten. Ich bin grundsätzlich optimistisch und habe trotz meiner körperlichen Einschränkung immer eine positive Energie und die Motivation, etwas Neues zu tun.»

Ganz herzlichen Dank, Riet Moser, für Ihre Zeit und den Einblick in Ihre Lebensgeschichte.



## FREIWILLIGENARBEIT

# Gutes tun tut einfach gut

*Freiwilligenarbeit bildet in den Heimen Kriens einen wichtigen Teil des ganzheitlichen Lebens. Viele Aktivitäten sind nur dank ihrer Einsätze möglich.*

**INTERVIEW: BART STARING**

Wie in der letzten Ausgabe unserer Hauszeitung erzählen wiederum drei freiwillige Helferinnen und Helfer über ihre Beweggründe und Erlebnisse.

## Hans Kunz



*Ich freue mich immer wieder, weil es mir einfach guttut.*

«Ich habe ungefähr vor fünf Jahren mit der freiwilligen Arbeit gestartet. Alle Menschen, die ich besucht habe oder jetzt besuche, kenne ich von früher. Die meisten kamen zu uns in die Gärtnerei Brändi Kriens, die ich 44 Jahre geleitet habe. Der Mittwochnachmittag ist für mich reserviert, für die Heime Kriens. Ich freue mich immer wieder, weil es mir einfach guttut. Zu Beginn der Pensionierung genoss ich erst mal eine Ruhephase, nach einer gewissen Zeit

hatte ich Lust, etwas zu machen. Ich nahm mit dem ökumenischen Besuchsdienst Kontakt auf und startete dann relativ schnell. Es macht mir bis heute Spass. Ich besuche schon länger eine Frau in der Bewohnergruppe Kleinfeld. Ich besuche sie sehr gerne, wir gehen im Dorf spazieren, beobachten die Natur, die schönen Blumen. Wir schätzen uns gegenseitig sehr und trotz ihrer Verwirrtheit haben wir einen gemütlichen, bewegten und begeisternden Nachmittag zusammen.»

### Freiwilliger Einsatz macht Sinn und Freude! Ihnen auch?

Die Heime Kriens organisieren die Freiwilligenarbeit nicht selber, aber wir führen in der Person von Jasmin Schmid eine Kontaktaufnahme- und Koordinationsstelle, T 041 317 10 48.

### Zeitgut Luzern

Neu haben freiwillige Helferinnen und Helfer der Heime Kriens die Möglichkeit, sich die in den Heimen Kriens eingesetzte Zeit bei Zeitgut Luzern gutschreiben zu lassen. Die Organisation ist eine genossenschaftlich organisierte Nachbarschaftshilfe und baut auf Freiwilligkeit. Das persönliche Zeitguthaben kann eingesetzt werden, wenn man selbst Unterstützung braucht oder wenn man Stunden verschenken möchte.



## Ursula Amrein-Schaller



*Mit dem Anschluss an die Besuchergruppe hat man auch wieder zusätzliche erfreuliche soziale Kontakte.*

«Mein Ehemann war hier im Heim und ich habe gleichzeitig gesehen, dass andere Bewohnende keinen Besuch bekommen haben. Das hat mich ein wenig traurig gemacht. Nach dem Sterben meines Ehemannes habe ich mich entschieden, etwas von meiner Zeit zu schenken. Ich glaube, wenn man im Heim ist, geht man bei den Angehörigen und Freunden ein bisschen vergessen. Aus meiner Sicht herrscht immer noch eine gewisse Hemmschwelle bei der älteren Generation, Menschen im Heim zu besuchen. Ich bin jetzt seit ungefähr 13 Jahren als freiwillige Helferin aktiv. Die aktuelle Bewohnerin besuche ich bereits seit fünf Jahren. In den ersten Jahren sind wir spazieren gegangen, einkaufen mit einem anschliessenden Kaffee und einem guten Gespräch. Seit einem Jahr ist sie bettlägerig. Die Freude beim Besuch ist immer noch sehr gross. Wir diskutieren über unterschiedliche Themen, sie erzählt über ihre Erlebnisse der letzten Woche und ich erzähle von mir. Auch

die Angehörigen schätzen meine Besuche sehr. Mit dem Anschluss an die Besuchergruppe hat man auch wieder zusätzliche erfreuliche soziale Kontakte. Wir treffen uns viermal im Jahr mit allen freiwilligen Helferinnen und Helfern der Besuchergruppe für einen Austausch, eine Weiterbildung und so weiter. Für mich ist es eine richtige Bereicherung und ich mache es gerne.»

## Marianne Schnell

*Ich mache es wirklich gerne und es ist ein Gewinn für beide Seiten.*



«Ich habe mich beim ökumenischen Besuchsdienst gemeldet und den Wunsch geäussert, als freiwillige Helferin aktiv zu werden. Ich bin ein- bis zweimal wöchentlich im Einsatz. Ich gehe sehr gerne zu einer Bewohnerin, es tut ihr gut und mir selber auch. Ich bin nicht immer am gleichen Tag hier, da ich flexibel bin. Ich plane eigentlich nicht den Inhalt. Die Bewohnerin sagt mir, was sie an diesem Nachmittag gerne machen möchte. Erst findet ein Gespräch statt, wir tauschen gegenseitig Erlebnisse aus und dann machen wir zum Beispiel einen Jass. Die Bewohnerin bleibt gerne im Heim, da sie Sauerstoff benötigt, was einen Spaziergang im Rollstuhl erschwert. Wenn die Chemie nicht stimmt, könnte man eventuell eine andere Bewohnerin oder einen anderen Bewohner besuchen, aber für mich stimmt es so. Es ist schön, wenn es so viele Freiwillige gibt, die ihre Zeit schenken. Ich mache es wirklich gerne und es ist ein Gewinn für beide Seiten. Ich finde es gut, dass die Bewohnenden sagen, was und wie sie es gerne haben, wenn man auf Besuch kommt.»



FÜR BACKFANS UND SOLCHE, DIE ES WERDEN WOLLEN

# Burgenländer Kipferl

*Ein weihnachtliches Rezept mit zartem Teig und Baumnüssen*

REZEPT: FLORIAN KLEIN

## Zutaten für 25 Portionen

### Für den Teig

- 260 g Butter (kalt, in Würfel geschnitten)
- 1 Eigelb
- 20 g Hefe
- 400 g Mehl
- 60 ml Milch
- 40 g Puderzucker

### Zutaten für Füllung

- 2 Eiweiss
- 210 g Puderzucker
- 200 g Walnüsse, gerieben
- 40 g Puderzucker zum Bestäuben

## Zubereitung

- Hefe in kalter Milch auflösen und mit dem Zucker gut verrühren, bis sich dieser löst.
- Auf eine Arbeitsfläche Mehl geben und eine Mulde formen, in diese die kalten Butterwürfel, Eigelb und das Milch-Hefe-Gemisch hinzufügen. Alles zu einem glatten Teig kneten.
- Den Teig in Folie gewickelt 40 bis 50 Min. bei Zimmertemperatur ruhen lassen.
- Für die Füllung die Eiweisse über Wasserdampf in einer Schüssel steif schlagen, dabei den Zucker nach und nach einrieseln lassen.
- Arbeitsfläche mit Mehl bestäuben und den Teig halbieren, Teile rechteckig ca. 4 mm dick ausrollen.
- Die ausgerollten Teigstücke mit der Eiweissmasse bestreichen und die geriebenen Walnüsse darüber streuen. Vorsichtig den Teig von einer Seite her einrollen und mit einem grösseren Löffel oder einem Glas runterzwicken.
- Die Kipferl auf ein mit Backpapier belegtes Blech in gleichmässigen Abständen setzen, mit verquirltem Ei bestreichen und im vorgeheizten Ofen bei 170 Grad Ober-/Unterhitze etwa 20 Min. backen.
- Die ausgekühlten Kipferl mit Puderzucker bestreuen ...

... und dann nur noch geniessen.  
Die Kipferl schmecken köstlich.



# Herbstfest im Zunacher

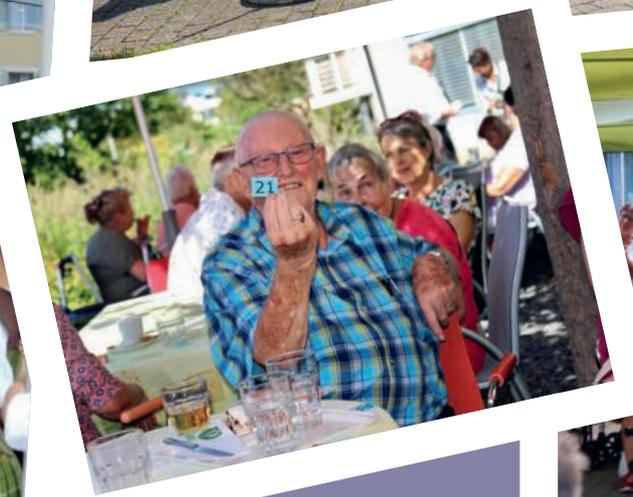
TEXT: CHRISTINA KONVALINA

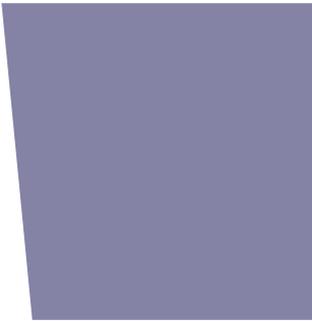
Unser Herbstfest im Zunacher war einfach unglaublich! Es ist nicht nur ein Höhepunkt in unserem Kalender, sondern ein wahres Fest der Gemeinschaft und Kreativität. Das Wetter hat uns mit strahlendem Herbstsonnenschein verwöhnt und die Stimmung war ausgelassen. Die Zeit verflog im Nu und viele Menschen blieben bis zum Schluss. Ist das nicht das schönste Kompliment?

Ein riesiges Dankeschön geht an alle, die dieses Fest möglich gemacht haben, sowie an die, die im Hintergrund dafür gesorgt haben, dass alles reibungslos abläuft.

«leben und arbeiten mit Begeisterung» – das sind die Heime Kriens, und unser Herbstfest hat das einmal mehr wunderbar unter Beweis gestellt.

Bilder: Hans Beer





Bilder: Hans Beer



# Wenn einer eine Reise tut...

*Wer träumt nicht davon, Neues zu erkunden? Die Heime Kriens bieten seit 2018 Tagesreisen für Bewohnerinnen und Bewohner an. Die Pandemie hat uns kurz gestoppt, aber jetzt geht es wieder los mit einem brandneuen Reiseprogramm.*



**TEXT: JOSÉ ROMERO**

Wir kennen es alle aus dem eigenen Alltag: Wir planen die Freizeit, erleben die Vorfreude und sind aufgeregt am Reisetag. Reisen und Ausflüge sind eine Abwechslung zum Alltag, denn wir Menschen gehen gerne einfach mal raus, um Neues kennenzulernen oder Vertrautes neu zu entdecken. Wir pflegen dabei Beziehungen und lernen neue Menschen kennen.

## **Unterwegs mit dem Blatter-Bus**

Unser neues Reiseprogramm wird in den Heimen Kriens aufliegen und die einzelnen Ausflüge werden rechtzeitig angekündigt. Begleitet wird die Reisegruppe von zwei Mitarbeitenden, davon eine Pflegefachperson.

Liebe Bewohnerin und lieber Bewohner, lassen Sie sich von unserer Reiselust anstecken. Teilen Sie uns auch Ihre Reiseideen mit – wir sind offen für neue Abenteuer. Und wie sagt man so schön:

### **Gutscheine für Blatter Reisen als Geschenkidee?**

Teilnehmerinnen und Teilnehmer der Ausflüge beteiligen sich in der Regel mit einem kleineren Beitrag an den Kosten. Am Empfang Grossfeld und Zunacher können Reisegutscheine im Wert von 10 oder 20 Franken gekauft werden.

*«Wenn einer eine Reise tut – dann kann er was erzählen.»*



# Ein Tag im Leben der Seelsorgerin

*Was tut die Seelsorgerin den ganzen Tag? Seelsorge in den Heimen Kriens ist so vielfältig wie die Lebensgeschichten und Alltagsrealitäten der Bewohnerinnen und Bewohner. Ein Einblick.*

**TEXT: RITA GEMPERLE, SEELSORGERIN**

Mein Tag beginnt im Büro der Seelsorge. Zu finden ist es gleich hinter der Kapelle im Zunacher 1. Während die Bewohnenden mit dem Frühstück und der Morgentoilette beschäftigt sind, widme ich mich administrativen und organisatorischen Aufgaben. Um die Heimseelsorge sowohl in den Alltag der Heime wie auch in die Pfarreiseelsorge einzubinden, sind Kontakte und Absprachen auf beide Seiten wichtig.

Um neun Uhr begrüsse ich die Angehörigen von Frau L. Sie trauern um ihre Mutter. Miteinander besprechen wir die Gestaltung der Trauerfeier, die nächste Woche stattfinden wird.

Anschliessend ist Zeit für Besuche. Frau S. feierte gestern einen runden Geburtstag. Noch letzte Woche hat sie sich gewünscht, dass der Tag schon vorbei wäre. Heute ist sie glücklich über den erlebten Festtag. Die Dankbarkeit für den wunderbaren Geburtstag nährt die Erinnerungen an wichtige Ereignisse in ihrem Leben. Mit Freude erzählt sie mir davon.

Die Zimmernachbarin ringt mit der Tatsache, dass sie jetzt im Heim ist. Sich in der neuen Situation zurechtzufinden, fällt schwer. Die Angehörigen möchte sie damit nicht belasten. Davon zu erzählen aber tut trotzdem gut und bringt etwas Erleichterung.

Vor dem Mittag reicht die Zeit noch für einen Besuch bei Herrn K. Heute jährt sich der Todestag seiner Frau. Ich zünde eine (LED-)Kerze an und stelle sie neben



**Rita Gemperle (links) und Eleonora Näf teilen sich die Aufgabe der Seelsorge in den Heimen Kriens.**

das Foto seiner Frau. Wir hören zusammen ein Musikstück, das er oft gemeinsam mit seiner Frau gehört hat. Darin findet er ein wenig Trost.

Für die Vorbereitung des Gottesdienstes vom Freitag habe ich mir die Zeit nach dem Mittagessen reserviert. Ich werde unterbrochen, eine Pflegerin ruft mich zu einer sterbenden Bewohnerin. Zusammen mit den Angehörigen bitten wir in einem Abschiedsritual um Segen für den bevorstehenden Weg. Ich arbeite noch kurz an der Vorbereitung des Gottesdienstes weiter und mache mich dann auf den Heimweg. Menschen in Freud und Leid, in Krisen oder an Tagen voller Dankbarkeit zu begleiten, ist fordernd und erfüllend zugleich. Wunderbar, dass ich als Seelsorgerin dafür Zeit haben darf.



# Generationenprojekt #99

*Im Rahmen des Projektes #99 organisieren junge Freiwillige des Jugendrotkreuzes einmal monatlich einen Samstagnachmittag für Menschen in Altersinstitutionen – bald auch bei uns.*



*Im Grunde sind es immer die Verbindungen mit Menschen, die dem Leben seinen Wert geben.*

*Wilhelm von Humboldt*

**Einmal im Monat organisieren die Freiwilligen vom JRK einen Samstagnachmittag.**

**Bildquelle:**  
Schweizerisches Rotes Kreuz.

**TEXT: CHRISTINA KONVALINA**

Das Generationenprojekt #99 verfolgt das Ziel, den Austausch und die Verbindung zwischen den verschiedenen Altersgruppen zu stärken und die zwischenmenschlichen Beziehungen zu fördern. In diesem Sinne gestalten die jungen Freiwilligen des Jugendrotkreuzes und die Bewohnerinnen und Bewohner gemeinsam unterhaltsame und erfüllende Stunden. Dabei werden die Aktivitäten von den jungen Freiwilligen initiiert und zusammengestellt und die Freude am gemeinsamen Erleben steht im Vordergrund.

Wir freuen uns, dass das Generationenprojekt auch bald in den Heimen Kriens gestartet wird.

## **Inspirierendes Beispiel für generationenübergreifenden Dialog**

Für die jungen Freiwilligen selbst ist dieses Engagement ebenso bereichernd wie für die ältere Generation. Sie lernen von den Erfahrungen und Geschichten der älteren Generation und gewinnen wertvolle Lebensperspektiven. Denn das Miteinander zwischen den Generationen ist ein Schlüssel zu einer harmonischen Gesellschaft, in der Werte und Erfahrungen weitergegeben werden können.



# Was bedeutet Weihnachten für Sie?

*Der Weihnachtszauber beginnt heutzutage schon mitten im Herbst. Sinn oder Unsinn? Was brauchen Sie an Weihnachten? Ein Auszug aus den Männer- und Frauengesprächen vom September 2023.*

TEXT: VERONIKA GÜLDENPFENNIG

## Advent – jedes Jahr ein wenig früher ... Haben Sie auch den Eindruck?

Veronika Guldenpfennig (VG): «Schauen Sie in die Regale und Fenster der Stadt, in die Geschäfte ...»

**Stimmen aus den Bewohnenden-Gesprächsrunden:** «Weihnachtswaren, viele Aktionen und Weihnachtsbeleuchtung. Viel «Geblinke» in allen Farben überall. Bald hängen bunte Weihnachtskugeln und Tannenbäume werden geschmückt.»

VG: «Ist das für uns Konsumenten störend oder bereits Gewohnheit? Lebkuchen gibt es bereits im September ... ein gutes Geschäft für Händler oder gar ein Kundenbedürfnis?» Bewohnende: «Es

scheint, es sei die Ablenkung vom Alltag. Es geht um Kommerz, das bedeutet Geschäfte-macherei. Weihnachtsmärkte werden als Städtereisen angeboten. Es scheint, der ursprüngliche Sinn von Advent und Weihnachten gehe verloren. Durch die eigene körperliche Beeinträchtigung bin ich weniger in der Öffentlichkeit und bekomme so den Rummel von aussen gar nicht so mit.

## Vielleicht ist dieses Angebot auch etwas für Sie?

Männergespräche: jeweils am Mittwoch, um 09.30 Uhr, Atelier Aktivierung im Zunacher  
Frauengespräche: jeweils am Mittwoch, um 10 Uhr, Atelier Aktivierung im Zunacher

In den Gesprächsrunden besprechen die Männer und Frauen verschiedene Themen. An diesem Morgen war die Diskussion der Welt der Bücher gewidmet.



Mir ist nicht wohl, bei nassem und kaltem Wetter nach draussen zu gehen. Weihnachtsgeschenke waren früher Gebrauchsartikel wie Mütze, Schal und Handschuhe, Farbstifte oder Taschentücher, und manchmal gab es keine Geschenke. Es wurden extra Gedichte gelernt und aufgesagt, Schoggi, Tröpsli in schönes Papier gewickelt. Äpfel, Willisauer Ringli und Strohsterne dienten als Baumschmuck. Im Weihnachtskalender waren Bildchen, später dann Schöggeli und jetzt Spielzeug, Kosmetik, Erotisches oder alkoholische Artikel.»

## Wundervolle Weihnachtszeit ... Was brauchen Sie wirklich?

VG: «Menschen brauchen die Gemeinschaft mit anderen Menschen.» Bewohnende: «Die Familie im Gespräch, zu Besuch oder auch Telefonate. Mitmenschen, professionell oder auch Freiwillige, in einer sinnvoll dekorierten Umgebung tragen zum Wohlfühlen bei.»



# Musik für die Seele

*Im Rahmen einer fünfteiligen Serie finden von November 2023 bis März 2024 fünf Lunchkonzerte speziell für Menschen mit Demenz und Begleitung statt. Die Lunchkonzerte des Luzerner Sinfonieorchesters finden in Kooperation mit Alzheimer Luzern in Luzern und Kriens statt.*

**TEXT: IRÈNE VON ALLMEN,  
SENIORENRAT KRIENS  
QUELLE: ALZHEIMER LUZERN**

Der Hauptträger dieser Konzerte ist das Luzerner Sinfonieorchester. Dabei wird hauptsächlich leichte Klassik angeboten, jedoch auch Musik von Gershwin und Vali. Es wird auch Gesang geboten, hauptsächlich im klassischen Genre.

Zwei dieser Konzerte finden im Orchesterhaus des Luzerner Sinfonieorchesters beim Südpol und der Musikhochschule in Kriens statt. Dazu gibt es jeweils eine Einstimmung mit Musik und Worten in geschütztem Rahmen, mit einer kleinen Mittagsverpflegung ab 11.15 Uhr bis zum Konzertbeginn um 12.30 Uhr. Die entsprechenden Daten finden Sie im Programm auf der Folgeseite. Die Einladung richtet sich speziell

an Menschen mit Demenz und Begleitung, wobei alle, die sich für diese Art von Musik begeistern lassen, herzlich dazu eingeladen sind. Federführend ist dabei Alzheimer Luzern.

Es gilt als erwiesen, dass Menschen mit Demenz gut darauf ansprechen, wenn sie von einer geliebten, altbekannten Melodie, sei es Gesang oder Musik, die sie vielleicht schon seit vielen Jahren im Herzen tragen, an frühere gute Zeiten erinnert werden, wenn sie ihre Seele berührt.

Vielleicht können Sie sich mit Begleitung aufraffen, Ihrem Herzen einen Schubs zu geben und an einem oder mehreren dieser Konzerte teilzunehmen. Es wäre schön und sicher auch eine gute Abwechslung in Ihrem Alltag.





# Programm und Termine

Erstmals finden die Lunchkonzerte in dieser Saison an drei verschiedenen spannenden Spielstätten statt. Für die Einstimmung, die neu bereits um 11.15 Uhr beginnt, stehen geeignete Räume zur Verfügung. Die Zugänge sind barrierefrei.

**Freitag, 3. November 2023, Orchesterhaus Kriens**

Dominik Wagner, Kontrabass; Lauma Skride, Klavier  
Werke von Gershwin, Piazzolla, Bach u. a.

**Donnerstag, 16. November 2023, KKL Luzern**

Teo Gheorghiu, Klavier  
Werke von Beethoven, Rachmaninoff, Ravel u. a.

**Donnerstag, 18. Januar 2024, Lukaskirche Luzern**

Oliver Schnyder, Klavier; Daniel Behle, Tenor  
Werke von Schubert, Liszt, Mendelssohn Bartholdy u. a.

**Donnerstag, 29. Februar 2024, KKL Luzern**

Aris Quartett  
Werke von Hensel und Schubert

**Freitag, 8. März 2024, Orchesterhaus Kriens**

Kian Soltani, Violoncello; Martin James Bartlett, Klavier  
Werke von Schumann, Schubert und Vali

**Preise:**

CHF 15.– Konzertbesuch

CHF 25.– Konzertbesuch mit  
Einstimmung und kleiner Verpflegung  
(Fingerfood)

**Reservation:**

T 041 226 05 15

karten@sinfonieorchester.ch

**Information:**

T 041 226 05 17

j.ludwig@sinfonieorchester.ch

Für eine sorgfältige Durchführung bittet das Sinfonieorchester um eine Anmeldung bis spätestens eine Woche vor dem Konzerttermin. Bitte geben Sie dabei auch an, ob Sie einen Rollstuhlplatz benötigen. Informationen zum Treffpunkt an den jeweiligen Konzertorten erhalten Sie im Begleitbrief zu Ihren Tickets.



## DIE GESCHICHTE DER KRIENBÄCHE

# Ränggbach und Krienbach, zwei Ur-Chrienser

*Im Kriensertal haben über viele Epochen hinweg der Ränggbach und der Krienbach das Leben massgeblich beeinflusst. Ihr Zusammenspiel aus segensreicher Wasserkraft und verheerenden Überschwemmungen formte die Geschichte unserer Region.*

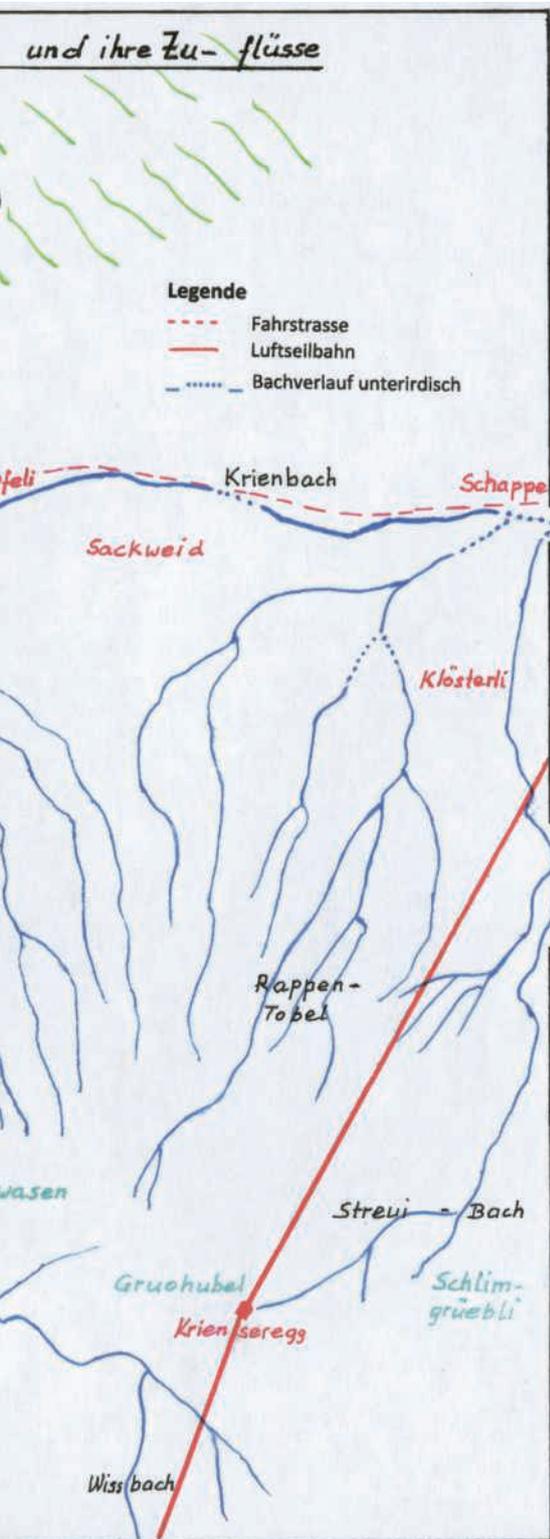
TEXT UND SKIZZE: KARL WALTHARD  
QUELLE: DR. H.-P. BÄRTSCHI,  
INDUSTRIEKULTUR IN KRIENS, 1999

Beide, der Ränggbach (ursprünglich der obere Krienbach) und der (untere) Krienbach prägten über Jahrhunderte das Leben im Kriensertal im positiven und negativen Sinn. Obwohl Ersterer seit je über das Ränggloch in die kleine Emme abfloss, unterstützte er bei jedem grossen Gewitter seinen unteren Kollegen bei den zahlreichen Überschwemmungen, die sogar bis in die Stadt Luzern bedeutende Schäden anrichteten, so in den Jahren 1333, 1472, 1475 usw. bis 1988. Natürlich versuchten die Krienser solche Schäden zu vermeiden, indem sie die Bäche unermüdlich verbauten. Durch die Ernennung eines Krienbachmeisters im Jahre 1544 und einer Anzahl Hilfskräfte sowie Versuche einer manuellen Verbreiterung der Rängglochschlucht Ende 16. Jahrhundert wurde die Sache fachmännischer angegangen. Aber erst der Einsatz von Schwarzpulver 1749 und 1766 zum Wegsprengen grösserer Gesteinsmengen brachte einen

merklichen Erfolg. Zu guter Letzt bohrte man nach dem Ereignis von 1988 einen Abflussstollen, der den Krienbach sicherer und schneller in die Reuss münden lässt.

**Wasserkraft revolutioniert Gewerbe**  
Der Bach machte sich aber auch nützlich. Schon Anfang 15. Jahrhundert lernte man, seine Kraft zum Antrieb von Wasserrädern zu brauchen. Bald sie-

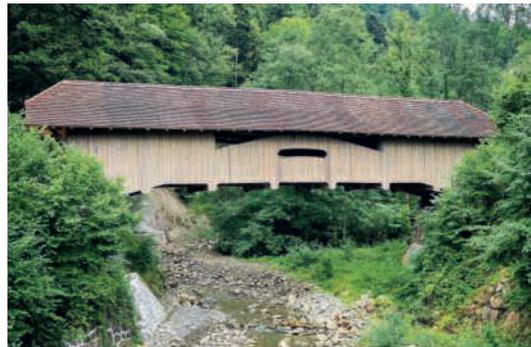




(Krienbach-)Kanals auch den Ränggbach an. Es galt:

*«Wenn der Regen nicht will,  
stehen alle Wasserräder still.»*

Während also die Wasserrad-Besitzer gerne viel Wasser in den Bächen wünschten, fürchteten sich die Bauern vor den Überschwemmungen. Für Diskussionen war also gesorgt. Zur weiteren Stabilisierung der Wassermengen baute man schliesslich 1895 den Blattigweiher als Ausgleichsbecken zum Ränggbach (ca. 50×100 m, Volumen 8000 m<sup>3</sup>).



Alte Holzbrücke von Kriens über den Ränggbach.

Bild: Wikipedia

delten diverse Gewerbe, wie Lohmehlstampfen (Hilfsstoff zum Gerben), (Pulver-)Mühlen, Nagel-, Sensen- und Hammerschmiede und anderes an. In der Hochblüte sollen zwischen Obernau und Luzern bis zu 26 Wasserräder (das grösste mit 10 m Durchmesser und 2,5 m Breite) um das Krienbachwasser gestritten haben. Um die ungleiche Wasserführung zu verbessern, zapfte man 1592 mit dem Bau des Gewerbe-

1862 erstellte die Firma Th. Bell im Rappentobel mit einer 6,5 m hohen Staumauer den Bellenweiher samt Druckleitung ins Fabrikareal. Diese Anlage diente der Entwicklung von Bells (Pelton-)Turbinen. Mit dem Aufkommen der Elektromotoren verlor die Wasserkraft rasch an Bedeutung und viele der Betriebe verschwanden oder änderten ihre Produktion. Nur noch wenige Zeugen erinnern an die Industrialisierung: Spuren des Gewerbekanal, das grosse Zahnrad mit den Holzzähnen hinter dem Feldmühle-Schulhaus oder die Staumauer im Rappentobel (zurzeit Diskussion, ob Abbruch oder Erhalt als Industriedenkmal), oder der Blattigweiher, Strassennamen und Bushaltestellen wie Kupferhammer, Stampfeli und andere.



## Fotos vom Profi

Gemeinsam mit Müller's Fotofactory in Kriens bieten wir Bewohnenden die Gelegenheit für professionelle Fotos – ob allein oder mit ihren Angehörigen. Das Fotografen-Team kommt in die Heime Kriens und sorgt für eine entspannte Atmosphäre.

Nächster Termin: 8. Dezember 2023;  
weitere Termine folgen  
Anmeldung: T 041 320 85 40;  
info@mphotofactory.ch



## Freie Ausstellungsplätze ab April 2024



Die Heime Kriens bieten Künstlerinnen und Kunstschaffenden die Gelegenheit, ihre Werke im öffentlichen Bereich auszustellen.

Interessiert? Veronika Güldenpfennig, Koordinatorin Aktivierung/Tagesgestaltung, T 041 317 10 84, freut sich, Sie kennenzulernen.

## Welch jährliche Freude!

Seit Jahren schmücken die «Blumenfrauen» vom Familiengarten Oberstudenhofweid Kriens einmal jährlich die Heime Kriens mit wundervollen Arrangements. Dieses Jahr steckten sie die Arrangements sogar vor Ort und einige Bewohnerinnen machten gleich mit. Wir sagen Dankeschön für die wundervollen Blumen.





# Agenda

## Termine November 2023 bis Juni 2024

### November

Do 02.11.	Höck, Cafeteria GF, 18.00 Uhr
Do 09.11.	Kleiderverkauf mit Modeschau, MZS ZU

### Dezember

Sa 02.12.	Samichlausbesuch ZU und GF
Do 07.12.	Höck, Cafeteria ZU, 18.30 Uhr
Di 19.12.	Weihnachtsfeier AD, 16.30 Uhr
Mi 20.12.	Weihnachtsfeier KF, 14.30 Uhr und ZU1, 16.00 Uhr und LP, 16.30 Uhr
Do 21.12.	Weihnachtsfeier GF, 14.30 Uhr und ZU2, 16.00 Uhr

### Januar

Mi 03.01.	Neujahrsapéro ZU, 15.00 Uhr
Do 04.01.	Neujahrsapéro GF, 15.00 Uhr
Sa 27.01.	Bescherungsfahrt Gallipaar AD und LP
So 28.01.	Bescherungsfahrt Gallipaar ZU und GF

### Februar

Do 08.02.	Maskenball ZU, Nachmittag
Sa 10.02.	Rüüdige Samschtig ZU und GF
Mo 12.02.	Maskenball GF, Nachmittag

### März

So 03.03.	Tag der Bewohnenden ZU und GF, 10.00 Uhr
Do 21.03.	Seniorenbühne Luzern mit der Komödie «Lüüge und anderi Zuetate», MZS ZU

### April

Mo 22.04.–	Wohlfühlwoche GF und AD
Fr 26.04.	und LP
Do 25.04.	Grillabend GF
Mo 29.04.–	Wohlfühlwoche ZU und KF
Fr 03.05.	
Do 02.05.	Grillabend ZU

### Mai

Sa 25.05.	Frühlingsfest GF
-----------	------------------

### Juni

Mi 19.06.	Ausflug ZU1 und KF und AD (AD je nach Teilnehmende evtl. am Do, 20.06.)
Do 20.06.	Ausflug ZU2 (evtl. mit AD)
Fr 21.06.	Ausflug GF und LP

Änderungen vorbehalten!

### Abkürzungen

AD – Adagio  
 GF – Grossfeld  
 KF – Kleinfeld  
 LP – Lindenpark  
 ZU – Zunacher  
 MZS – Mehrzwecksaal

Die Daten der monatlichen Unterhaltungsmusik für die Häuser Grossfeld und Zunacher entnehmen Sie bitte unserer Webseite [heime-kriens.ch](http://heime-kriens.ch).

**Heime Kriens AG**

Horwerstrasse 33  
6010 Kriens

Telefon 041 317 11 11

E-Mail [info@heime-kriens.ch](mailto:info@heime-kriens.ch)

[www.heime-kriens.ch](http://www.heime-kriens.ch)

