



Liebe Leserinnen, liebe Leser

Bereits in der letzten Ausgabe unserer Hauszeitung haben wir über die Einführung der Modulare Schulung und die Befähigung unserer Freiwilligen sowie den neuen Tablet- und Smartphone-Club berichtet. Wie geplant, wurden diese zwei sehr wertvollen Neuerungen mit Erfolg gestartet, in dieser Ausgabe erhalten Sie Einblicke in die ersten Durchführungen.

Aufgrund technischer Anpassungen unserer EDV, musste die Einführung der neuen Mahlzeitenverwaltung verschoben werden. In der Zwischenzeit konnten wir diese vornehmen und freuen uns, wenn wir ab Mai u.a. das zweite Mittagmenü für unsere Bewohner/innen, Mahlzeiten-Klienten/innen sowie Restaurantgäste anbieten können. So tragen wir dem Spruch „Die Liebe geht durch den Magen“ Rechnung. Denn auch wir sind der Meinung, dass gemeinsames Essen Glücksgefühle auslösen und Beziehungen stärken kann. Oder wie es im Duden-Lexikon steht, dass eine Person, die gut kochen kann, sympathischer wirkt.

Die erste Abendstunde im 2024 mit dem Thema

«Die Gefahr der Einsamkeit im Alter» ist auf ein sehr grosses Interesse gestossen. Wir hoffen, dass die weiteren diesjährigen Themen, wie «Rechtzeitige Vorsorge – gewusst wie», «Palliative Pflege – zu Hause sterben» oder «Altersdepression: Wenn die Eltern niedergeschlagen und antriebschwach sind», ebenfalls eine Vielzahl von Menschen in die Obere Mühle Villmergen führen werden.



Rückblickend erfahren Sie in dieser Ausgabe, mit welchen wichtigen Themen sich der im 2023 neu konstituierte medizinische Ausschuss befasst und welche qualitativen Massnahmen im Hinblick auf die steigende Komplexität der Krankheitsbilder festgelegt wurden.

Ich wünsche Ihnen viel Spass bei Lesen!

Walter Cassina

Vorsitzender der Geschäftsleitung Obere Mühle Villmergen

Veranstaltungen

18. April 2024: Abendstunde zum Thema „Rechtzeitig vorsorgen - gewusst wie“, in Zusammenarbeit mit dem Seniorenverein Villmergen.

21. April 2024: Sonntags-Brunch im Restaurant

16. Mai 2024: Abendstunde „Palliative Pflege – zu Hause sterben“.

20. Mai 2024 Wiener Kaffee im Restaurant Rose. Geniessen Sie Klaviermusik und lassen Sie sich kulinarisch mit Wiener Spezialitäten verwöhnen.

29. Juni 2024 Rosenfest im Sinnespark.

Weitere Infos zu unseren Veranstaltungen finden Sie auf unserer Webseite:
www.oberemuehle-villmergen.ch

Themen dieser Ausgabe

Menüwahlssystem

Freiwilligenarbeit

Schulungen für Freiwillige

Der neue Smartphone- und Tablet Club

Rückblick Abendstunde

„Die Gefahr der Einsamkeit im Alter“

Vorstellung Amélie Anchise

Fachfrau QEW

Medizinischer Ausschuss

Fasnacht in der Oberen Mühle Villmergen



Das neue Menüwahlssystem

Wir haben im Herbst 2023 bereits über das Menüwahlssystem für unsere Bewohnenden informiert. Aufgrund von technischen Anpassungen musste die Einführung verschoben werden, jetzt steht die Lancierung kurz bevor.

Bereits im August 2023 wurden die Verpflegungszeiten angepasst, was sich inzwischen sehr gut etabliert hat. Im gleichen Zuge wurde auch das Frühstück umgestellt, um so mehr Flexibilität für die Bewohnenden, welche auf den Wohngruppen früstücken, zu erreichen. Die Wohngruppen erhalten ein kleines Frühstücksbuffet auf Rollen, von welchem sich die Bewohner/innen das Frühstück selber zusammenstellen können.



Ab mitte April 2024 wird ein Pilot im Wohnen an der Bünz gestartet und somit das Menüwahlssystem auf Probe eingeführt. Das bedeutet, dass ab diesem Zeitpunkt jeweils ein zweites Menü zur Auswahl angeboten wird. Damit wird sich auch der Ablauf verändern. Die Bewohner/innen werden jeden Tag gefragt, was sie am nächsten Tag essen möchten. Dabei steht ihnen die Wahl aller einzelnen Komponenten frei zur Verfügung und sie können daraus ihr Menü für den Folgetag zusammenstellen. Auch das Abendessen kann täglich ausgewählt werden, so dass zwischen Menü und dem stetig verfügbaren Angebot wie Café Complet etc. ausgewählt werden kann. Die Angaben werden via Tablet erfasst und elektronisch an die Küche übermittelt. So kann die Küche die benötigte Anzahl zubereiten und für die Wohngruppen portionieren.

Wenn der 14 Tage andauernde Pilot-Versuch im Wohnen an der Bünz erfolgreich über die Bühne gegangen ist, werden allfällige daraus resultierende Anpassungen vorgenommen und dann das Menüwahlssystem für die gesamte Obere Mühle Villmergen ab Mai 2024 produktiv eingeführt.



Neben den erweiterten Auswahlmöglichkeiten und der Möglichkeit sich individueller nach eigenem Wunsch zu verpflegen, kann auch der Foodwaste verringert werden. Schon jetzt ist das Küchenteam daran mehr Nachhaltigkeit zu erreichen und möglichst gezielt die richtigen Mengen zu liefern, um so den nie komplett vermeidbaren Foodwaste auf geringem Niveau zu halten.

Natürlich ist die bedarfsgerechte Verpflegung für unsere Seniorinnen und Senioren weiterhin ein stetiges Thema. Das Küchenteam legt weiterhin grossen Wert auf schonende und altersgerechte Zubereitungsformen und versucht so gut wie möglich auf Wünsche und Rückmeldungen der Bewohner/innen einzugehen und diese in die Menüplanung miteinzubeziehen.

Freiwilligenarbeit: Schulungsmodulare Freiwillige Smartphone- und Tablet-Club

Start der Schulungsmodulare für Freiwillige

Die Freiwilligenarbeit wird in der Oberen Mühle Villmergen sehr geschätzt. Die rund 60 Freiwilligen leisten einen absolut wichtigen Beitrag in der Betreuung und Begleitung der Bewohner/innen sowie in der Auslieferung von Mahlzeiten. Es ist nicht selbstverständlich, dass in unserer so rasanten Zeit, Menschen anderen Menschen ihre kostbare Zeit schenken. Als Anerkennung sowie zur Weiterbildung und Befähigung führt die Obere Mühle Villmergen dieses Jahr eine ganze Reihe von Ausbildungsmodulen durch. Es werden drei Grundmodule und zwei Aufbaumodule über das ganze Jahr verteilt angeboten: Von der Einführung in die Freiwilligenarbeit bis hin zur Begleitung von Personen mit Demenz oder von schwerstkranken und sterbenden Menschen.

Anfangs Februar 2024 startete der erste Grundkurs mit 18 Kursteilnehmer/innen erfolgreich. Die Kurse werden von Gabriele Kaes geleitet. Sie ist Dozentin für soziale Gerontologie und bringt viel Wissen aus verschiedensten Ausbildungs- und Erfahrungsbereichen mit. Mit ihrer humorvollen Art des Unterrichts hat sie die Gruppe sofort in den Bann gezogen. Gruppenarbeiten, aber auch anregende Diskussionen haben zur lebhaften Unterhaltung geführt. Gabriele Kaes hat begeistert und konnte die Erwartungshaltungen von allen

Teilnehmer/innen zu 150% erfüllen. Die Freiwilligen schätzen diese Schulungen und auch die ihnen entgegengebrachte Wertschätzung sehr. Eine gewinnbringende Situation für alle.

Tablet und Smartphone Club

Am 9. Januar 2024 fand der erste Smartphone und Tablet-Club in der Oberen Mühle Villmergen statt. 2x im Monat treffen sich interessierte Senioren im Wohnen&Essen und lernen ihr Smartphone (Android oder Apple) besser kennen. Entstanden ist dieses regelmässige Treffen dank des grossen Engagement der freiwilligen Mitarbeiterin Irene Studer, welche die Kurse leitet. Alle Senioren und Seniorinnen, welche mehr Kenntnis über Ihre Handy und Tablet erlangen möchten sind herzlich willkommen. Gestartet ist der Kurs mit rund 18 Teilnehmer/innen und beim 2. Mal wurden wir von fast 30 Personen überrascht.



Es wird regelmässig ein neues Thema während einer Stunde behandelt und entsprechend dem Tempo der Teilnehmer vorwärts gegangen. Wo Unterstützung notwendig ist, wird diese einzeln gegeben. Natürlich können auch Themen eingebracht werden, welche dann in einem nächsten Kurs behandelt werden können. Es ist keine Anmeldung notwendig und es entstehen den Teilnehmenden auch keine Kosten. Ein Einstieg in den Kurs ist jederzeit möglich.

Rückblick: Abendstunde zum Thema „Einsamkeit im Alter“

Rund 70 Gäste durfte Walter Cassina am 14. März zur Abendstunde mit dem Thema «Die Gefahr der Einsamkeit im Alter» begrüßen. Verschiedene Referenten beleuchteten das Thema aus ihrer Sichtweise. Prof. Dr. med. Marc Walter, Klinikleiter und Chefarzt für Psychiatrie und Psychotherapie Windisch informierte die Anwesenden über das Thema aus psychologischer Sicht. Er brachte spannende Aspekte, wie die Einsamkeit beginnt, dass man auch umgeben von zahlreichen Menschen einsam sein kann und dass Einsamkeit sehr viel mit der Qualität der sozialen Beziehungen zu tun hat. Einsamkeit kann auch weitreichende Folgen haben und zu Depressionen, Angststörungen, Suchterkrankung und Demenz führen.

Christine Kaspar Frei, Geschäftsleiterin Spitex Freiamt referierte über die verschiedenen Faktoren der Pflege von Familienmitgliedern. Ein Viertel aller Kunden ist einsam. Bekannte sterben weg, soziale Kontakte und auch die Mobilität schwinden. Oft sind die Spitex Mitarbeiterinnen die einzigen Kontaktpersonen. Alle Angebote werden zu Hause erledigt und tragen auch dazu bei, dass die Senioren und Seniorinnen aus der Einsamkeit geholt werden können.

Franziska Schuler, Leiterin Pro Senectute Bezirk Bremgarten erklärte, dass auch die Angebote der Pro Senectute dazu beitragen die Einsamkeit zu verhindern. Einsamkeit hat viele Gesichter. Einsamkeit kommt häufig bei «Jungsenioren/innen» nach der Pensionierung vor. Franziska Schuler meint, dass man selber aktiv werden muss. Wenn man sich nicht mehr einsam fühlen möchte, muss man Hilfe annehmen und bereit sein etwas zu verändern. Ein gutes Hilfsmittel ist hier ein freiwilliges und sinnstiftendes Engagement. So kann man auch noch für Andere Gutes tun.

Rita Stöckli von Avant 60+ erläuterte die Angebote seitens der Gemeinde Villmergen. Die Arbeitsgruppe Avanti 60+ bietet verschiedenste sportliche Aktivitäten in wöchentlichen Programmen an: Walken, Singen oder Pétanque

zur Freude. Auch eine sehr wichtige Position hat der Servicepool: In den Bereichen Besuche/Fahrdienst, Handwerk und Administration werden verschiedenste Dienstleistungen angeboten. Auch werden die Mahlzeiten von der Oberen Mühle Villmergen durch die freiwilligen Helfer/innen verteilt. Hier kann man sich engagieren oder Hilfe anfordern.



Die Referenten/innen der Abendstunde

Brankica Dubravac, Leiterin Pflege und Betreuung der Oberen Mühle Villmergen erläutert die Sicht des Seniorenzentrums. So gibt es schöne Beispiele, wie das einer Bewohnerin, welche sich seit Eintritt ins Altersheim nicht mehr einsam fühle. Wobei die Einsamkeit im Altersheim nicht ausgeschlossen werden kann. Durch die täglichen sozialen Kontakte durch das Pflegepersonal und die verschiedenen Aktivierungsprogramme ist aber sichergestellt, dass man das Problem Einsamkeit eher im Griff hat. Die Aktivierung dient auch zur Knüpfung von Kontakten.

Mit diesen zahlreichen Einblicken schloss Walter Cassina den spannenden und informativen Abend und dankte allen teilnehmenden Referenten/innen mit einem kleinen Präsent.



Wir stellen vor: Amélie Anchise, Fachfrau Qualität, Entwicklung und Weiterbildung

Zu meiner Person

Hallo, mein Name ist Amélie Anchise und ich bin 36 Jahre alt. Geboren bin ich in Muri und zusammen mit meinen 2 Geschwistern durfte ich in Bremgarten im Kanton Aargau aufwachsen. Haustiere waren schon immer ein zentraler Bestandteil meines Lebens. Meine Familie hatte stets ein bis drei Hunde, eine Katze, sowie Kaninchen und Fische. Einige Zeit habe ich sogar eine Meerschweinchen-Zucht betrieben und hatte bis zu 40 Meerschweinchen.

Heute begleitet mich, nebst meinem Lebenspartner, eine Dobermannhündin. Den täglichen Spaziergang mit unserem Hund geniesse ich sehr und auch schwimmen ist eine Leidenschaft von mir. Neben den körperlichen Aktivitäten liebe ich es auch zu häkeln, zu stricken, zu malen oder zu filmen. In diesen Tätigkeiten kann ich meiner ganzen Kreativität freien Lauf lassen. Mit meinem Lebenspartner geniesse ich aber auch die Stunden am PC oder an der Heimkonsole. Koop-Games sind das Stichwort und bereiten uns viel Spass.

Ausbildung & Beruf

Meine Eltern betrieben in Bremgarten eine eigene Physiotherapiepraxis. So kam es, dass ich schon im Kindesalter die Faszination für das Thema Gesundheit entwickelte. Mir war immer klar, dass ich auch im Bereich Gesundheit arbeiten möchte. Nach meiner Schulzeit besuchte ich die Höhere Fachschule Gesundheit und Soziales in Aarau und durfte im Jahr 2011 mein Diplom als Pflegefachfrau entgegenneh-

men. «Nur» als Diplomierete zu arbeiten, genügte mir nicht, so entschloss ich mich für ein weiteres Studium. 2015 absolvierte ich meinen Bachelor of Science in Nursing (BScN) an der Kalaidos Fachhochschule in Zürich. Damit bekam ich in der Praxis auch mehr



Kompetenzen und befasse mich seither vertiefter mit den Themen Pflegequalität und Bildung. Zuletzt durfte ich in einem mittelgrossen Alters- und Pflegeheim im Aargau als Pflegeexpertin arbeiten. Nebst der Wissensvermittlung aus themenspezifischen Recherchen im Internet, Fachbüchern und Studien, begleitete ich die Pflegepersonen auf den Wohngruppen, beriet sie und führte Schulungen durch. Dabei bleibt immer das Ziel, die Bewohnenden sowie deren Angehörige im Mittelpunkt zu behalten und eine ganzheitliche sowie qualitativ gute Pflege zu leisten. Nun habe ich am 01.02.2024 in der Oberen Mühle Villmergen als Fachfrau Qualität/Entwicklung/Weiterbildung gestartet und darf dieses Jahr die Weiterbildung zur „Ausbilderin mit eidgenössischem Fachausweis“ angehen. Auf die neue Herausforderung und die Zusammenarbeit mit den Teams freue ich mich sehr.

natürlich gut.

**SO VIEL
KÄSE
KANN
MAN
GAR
NICHT
ERZÄHLEN.**

Stimmt. Über 180 verschiedene Sorten muss man sich schon ansehen. Bei uns. Käse von Berg und Tal. Würzig, rezent oder mild. Hart oder weich. Das gibt tolle Käseplatten. Wir erzählen Ihnen keinen Käse, wenn wir sagen: Dafür sind wir mit Freude vom Fach. Und vom Montag bis Samstag für Sie da.

DUSSIC
Käserei und Lebensmittel
Jurastrasse 8 5610 Wohlten
Käserei Tel. 056 622 11 56
Lebensmittel Tel. 056 621 22 60

Sonntags-Brunch
im Restaurant Rose
Sonntag, 21. April 2024

ROSE
Restaurant · gemeinsam geniessen

Dienstjubiläen und Pensionierungen

Dienstjubiläen

Nada Neceska	5 Jahre
Roland Saxer	5 Jahre
Alexandra Almeida	5 Jahre
Helena Stadler	5 Jahre

Pensionierungen per 31.03.2024

Sonja Müller-Schwammberger, WG1
René Hunziker, Mitarbeiter Transport



Herzlichen Dank für Eure Treue und Euren wertvollen Einsatz.

Die Apotheke ist an sechs Tagen der Woche geöffnet.

Montag – Freitag 07.45 durchgehend bis 18.30 Uhr
Samstag 07.45 durchgehend bis 16.00 Uhr

Berg-Apotheke
Drive-in



Die Apotheke mit **DRIVE!**

T 056 622 22 88



www.bergapotheke.ch

jost@bergapotheke.ch

Bestattungsinstitut

KOCH



Rummelstrasse 1
5610 Wohlen und Umgebung
Tel. 056 622 13 60

Tel. 056 622 13 60

www.bestattungsinstitut-koch.ch

Platz für Menschen und ihre Gefühle.
Persönliche und individuelle Beratung.

Ihre BestatterInnen in Ihrer Region.
Karin Koch Sager mit Team

printlook.ch

Printmedien- und Werbepartner



T 056 622 23 24

sonnhaldenhof
direkt vom Bauer

SONNHALDENHOF
FAMILIE KUHN, WOHLN

Muttertag
Spargelessen
10./11. Mai 2024
12. Mai 2024

Hofladen, Milchautomat, Obst,
Gemüse, Beeren, Produkteautomat,
Gesellschaftsraum

sonnhaldenhof-wohlen.ch

Tee+Kaffee
Kuchen – Patisserie
Bättig's Glacé...so fein....



Öffnungszeiten:

Dienstag - Freitag 6.30 Uhr bis 18.30 Uhr
Samstag 6.30 Uhr bis 16.00 Uhr

Bäckerei - Konditorei - Confiserie - Café - Alte Bahnhofstrasse 6a - Villmergen

Der medizinische Ausschuss der Oberen Mühle Villmergen



OBERE MÜHLE VILLMERGEN
Menschen im Zentrum

Vor etwas mehr als einem Jahr, konnten wir den neuen medizinischen Ausschuss der OMV konstituieren. Dr. Wolfgang Meyer, Vorstandsmitglied des Altersheim-Vereins Villmergen/Dintikon hat die Funktion des Kommissionspräsidenten übernommen und wird durch Dr. Andreas Breunig und Pascal Jost (Bergapotheke Villmergen) tatkräftig unterstützt. Gemeinsam mit Brankica Dubravac, Leiterin Pflege und Betreuung und Walter Cassina, Vorsitzender der Geschäftsleitung, wurde während den letzten 12 Monaten intensiv im Ausschuss gearbeitet. Ein wichtiger Schwerpunkt bildete die Analyse und Definition unseres neuen Weiterbildungskompasses, welcher zum Ziel hat, die Mitarbeiter/innen im Bereich Pflege und Betreuung auf die kommenden Herausforderungen zu befähigen. Schon heute treten Bewohner/innen in einem viel schlechteren und vor allem komplexeren Gesundheitszustand in die OMV ein!

Ein weiterer Schwerpunkt war das Thema «Palliative Pflege». Hierzu wurden rund 20 Mitarbeiter/innen aus allen Bereichen geschult sowie Checklisten erarbeitet, welche eine optimale und würdevolle Begleitung sterbender Menschen sicherstellen. Monatlich prüft die neu ernannte Themenverantwortliche zusammen mit der Leitung Pflege und Betreuung, der Leitung Dienste und der Geschäftsleitung, ob die in den Checklisten festgelegten Massnahmen bereichsübergreifend umgesetzt werden. Abschliessend wurde Anfang dieses Jahres die Medikation im End-of-life Stadium vom medizinischen Ausschuss diskutiert und so geregelt, dass die Pflege auch in einer kritischen Situation handlungsfähig bleibt.

Nebst vielen weiteren Vorgaben, welche dazu dienen, die medizinische Betreuung unserer Bewohner/innen effizienter zu gestalten, wurden in Punkto Polymedikation (d.h. wenn Bewohnende parallel mehrere Medikamente dauerhaft einnehmen) Kontrollmechanismen seitens Ärzte/innen und Apotheker eingeführt. Damit erhoffen wir, schrittweise die Anzahl Medikamente pro Bewohner/in zu reduzieren.



Die Initianten des medizinischen Ausschusses Brankica Dubravac, Leiterin Pflege & Betreuung und Walter Cassina, bei den Vorbereitungen für eine Sitzung.

Alle Hausärzte/innen welche Bewohner/innen in der OMV oder im WAB medizinisch betreuen, sowie auch die Apotheke Dottikon wurden am 19. März 2024 vom medizinischen Ausschuss eingeladen, um mit ihnen über die neuen Vorgaben und Regelungen diskutieren zu können. Schliesslich ist es für die Ärzteschaft sowie Pflege und Betreuung ein Anliegen, dass die einzuhaltenden Prozesse für alle gleich sind, was auch die Fehlerquellen auf ein Minimum reduziert.

IT-Services und Support
nach Mass...

matho
IT für Ihr Business

breitstrasse 6
56110 wohlen
056 618 40 60
info@matho.ch
www.matho.ch

Bahnhoftaxi Wohlen Stutz AG
Autovermietung

40 Jahre

- Taxibetrieb
- Rollstuhltaxi
- Behindertentransporte

T 056 622 22 11 www.taxistutz.ch



Fasnacht in der Oberen Mühle Villmergen

Am Morgen des schmutzigen Donnerstags durften wir die Gügger bei uns zu einem Apéro willkommen heissen. Es wurde gelacht und der Morgen genossen. Jede Bewohnerin und jeder Bewohner bekam von den Güggen ein feines Dessert spendiert. Herzlichen Dank für die grosszügige Geste.



Die Bewohner/innen konnten sich schminken lassen und so etwas Fasnachtsstimmung mitbekommen.

Am Güdismontag fand der Seniorenball im Restaurant Rose statt. Es gab Musik mit Reini Sax, die Guggenmusik Heid-Heid kam vorbei und auch die Gügger sorgten für eine ausgelassene Stimmung. Es wurde viel getanzt und gelacht.

Am Fasnachtsdienstag liess es sich eine Gruppe von Bewohnenden nicht nehmen, dem Villmerger Umzug beizuwohnen.

Es waren wunderbare Tage. Wir danken allen, die zum grossartigen Gelingen der Fasnacht 2024 beigetragen haben.



Ausgelassene Stimmung am Fasnachtsmontag



Impressum

Redaktion Vera Koch (vek), Walter Cassina (wac), Rolf Muntwyler (rm), Arnold Leuthold (Freiwilliger MA)

Gestaltung Vera Koch (vek)

Inserate René Blatty

Druck Printlook AG, Roland Weibel

Herausgeber Obere Mühle Villmergen



OBERE MÜHLE VILLMERGEN
Menschen im Zentrum

Oberdorfstrasse 18 · 5612 Villmergen
Tel. 056 616 78 00
www.oberemuehle-villmergen.ch
info@oberemuehle-villmergen.ch