

madlepost

madle

Aktiv leben und
gepflegt wohnen im Alter

Man trägt viel im Herzen, was man
nie einem anderen Menschen
mitteilen kann.

Greta Garbo

SPIELERISCH FIT BLEIBEN

Mit Freude in Bewegung

Jeden Mittwochmorgen
steht Bewegung im
Mittelpunkt. In zwei
Gruppen stehen
Bewegung, Musik, Spiel
und Entspannung im
Mittelpunkt.



Anuschka Zaugg bringt sich als freiwillige Helferin
mit grossem Engagement ein und unterstützt, wo
Hilfe gefragt ist.

Jeden Mittwoch um 9.00 Uhr und um 10.15
Uhr starten zwei Gruppen mit dem Lied: «Am
Morge früh, wenn d Sunne lacht, Bewegig uns
grad munter macht». Die Gäste kennen das
Bewegungslied zum Einstieg auswendig. Jede
Bewegung sitzt. Auf dem Bild oben sehen wir
unsere freiwillige Helferin Anuschka Zaugg,
die sich wundervoll in die Stunden einbringt
und hilft, wo Bedarf besteht.

Die Stunde bietet eine abwechslungsreiche
Mischung aus Bewegungsübungen von Kopf
bis Fuss – mit oder ohne Musik. Sitztänze wie
zum Beispiel «Oh, läck du mir am Tschöppli»
vom Trio Eugster scheinen die Gäste
besonders zu lieben.



Mit ihren Hits prägte das Trio Eugster die Schweizer
Musikszene der 1970er- und 1980er-Jahre. Noch
heute kommen ihre Lieder bei unseren Gästen
bestens an.

Zwischendurch gibt es Bewegungsverse oder
Übungen mit Hilfsmitteln wie Tüchern, die wir
im Takt zu einem Walzer tanzen lassen.
Weiter folgen diverse Körperübungen mit
einer Schwimnmudel: Wir tun so, als würden
wir damit Risotto in einer grossen Pfanne
rühren, oder paddeln mit den Nudeln über
den Rhein.

Viele Übungen kommen spielerisch daher.

Mit Musik gehen die Übungen oft noch
einfacher. Ein weiterer Teil besteht aus
Entspannungsübungen, die meist mit einem
Lachen enden – und damit gleich auch die
Gesichtsmuskeln lockern.

Im zweiten Teil der Stunde spielen wir meist
mit allerlei Bällen, zum Beispiel mit Stoff-
bällen, die gut im Kreis herumgereicht oder
mit Freude geworfen werden können. Auch
der Luftballon ist ein hervorragender
Bewegungsmotivator. Selbst Gäste mit einer
Hemiplegie beziehungsweise einer Lähmung
können ihn oft problemlos mit einer Hand
spielen.

Sitzbasketball gehört ebenfalls ins Repertoire.
Dabei staune ich immer wieder, wie geschickt
die Gäste den Ball prellen können. Am Ende
gibt es noch Fussball mit einem grossen Ball,
bei dem wie zu Maradonas Zeiten voller Elan
gekickt wird – bis manchmal sogar die Schuhe
von den Füßen fliegen.

Der Schlussteil wird, wie bereits der Anfang,
mit einem Ritual gestaltet. Zum «Ave Maria»
führen wir langsame Bewegungselemente aus
und kehren so wieder zur Ruhe zurück.
Die Bewegungsstunden bereiten mir sehr viel
Freude – sie sind ganz mein Ding. Die Gäste
zeigen mir mit ihrem Einsatz immer wieder,
wie gut uns diese Aktivitäten tun. Am Ende
haben wir uns das Mittagessen wohl verdient.
In diesem Sinne: «E Guete!»

DIANA ORLANDI, AKTIVIERUNG



TREFFEN IM MADLE

Wiedersehen mit Falco

Manche Begegnungen bleiben ein Leben lang im Herzen.



Falco genießt die Aufmerksamkeit seines ehemaligen Herrchens, Herrn Kuny.

Mitte Juni fand für Herrn Kuny, Gast im 1. OG, ein lang ersehntes Ereignis statt – das Wiedersehen mit Falco, seinem jahrelang treuen Begleiter.

Herr Kuny kommt jeden Donnerstag ins Gedächtnistraining. Ein Teil dieser spannenden Stunde besteht unter anderem darin, dass wir uns Geschichten aus unserem früheren Leben erzählen. So habe ich von Herrn Kuny erfahren, dass er viele Jahre einen Hund namens Falco besass – einen treuen Begleiter, der ein wichtiger und wertvoller Teil seines Lebens war. Er denke noch oft an ihn und vermisse ihn sehr.

Herr Kuny erzählt: «Falco war mir immer ein sehr treuer und aufmerksamer Begleiter. Es kam immer wieder vor, dass ich auf einem Spaziergang stürzte und nicht mehr allein aufstehen konnte. Falco ging in solchen Situationen sofort los, um Hilfe zu holen. Er lotste Leute zu mir, damit sie mir helfen konnten.»

Als Herr Kuny ins Madle umzog, konnte er Falco leider nicht mitnehmen. Sein Bruder nahm den Hund zunächst zu sich und suchte anschliessend einen guten Platz für ihn – welchen er glücklicherweise auch fand. Es hat mich sehr berührt, dass Herr Kuny seinen treuen Hund so sehr vermisst.

Deshalb habe ich mit Herrn Kunys Bruder sowie mit Falcos neuem Besitzer Kontakt aufgenommen und nachgefragt, ob ich mit Herrn Kuny an einem Nachmittag zu Besuch kommen dürfte. Der neue Besitzer war sofort einverstanden. Da es in dieser Zeit sehr heiss war, bot er uns freundlicherweise sogar an, mit Falco ins Madle zu kommen.

Am 19. Juni war es dann so weit. Trotz seines hohen Alters von 14 Jahren sprang Falco voller Energie und mit wedelndem Schwanz auf Herrn Kuny zu. Die Freude war auf beiden Seiten riesig. Gemeinsam verbrachten wir eine wundervolle Zeit in der Gartenwirtschaft zum Park. Ein herzliches Dankeschön an Falcos neuen Besitzer und seine Partnerin, die dieses besondere Zusammentreffen ermöglicht haben. Und das Wichtigste: Herr Kuny hat nun die Gewissheit, dass sein treuer Falco an einem guten Ort lebt und bestens aufgehoben ist.

REBEKKA ALSCHER, AKTIVIERUNG

GEBURTSTAGE

Herzliche Gratulation!

Gäste:

27.07. Alice Bärfuss
81 Jahre

28.07. Slobodanka Frey
80 Jahre

Personal:

29.07. Richelle Rodriguez
Abteilungsleitung 3. OG

.HAPPY.
Birthday

TERMINE

Veranstaltungen

31. Juli 2026
10:30 Uhr im Joerinsaal

Gottesdienst

1. August 2026
Ab 16:00 Uhr auf der Gartenterrasse

1. August Feier im Madle

Abschied



Wir mussten am
10. Juli 2026
Abschied nehmen von

Marcel Vögtlin

Herr Vögtlin wohnte fast 4 Jahre bei uns
auf dem 3. OG.

Ebenfalls mussten wir am
13. Juli 2026
Abschied nehmen von

Franz Zwimpfer

Herr Zwimpfer wohnte 4 Monate bei uns
auf dem 4. OG.

Auch mussten wir am
14. Juli 2026
Abschied nehmen von

Bernadette Burkhardt

Frau Burkhardt wohnte über 4 Monate
bei uns auf dem 4. OG.

Wir mussten am
14. Juli 2026
Abschied nehmen von

Anna Maria Arnold

Frau Arnold wohnte über 5 Jahre bei uns
auf dem 3. OG.

Auch mussten wir am
19. Juli 2026
Abschied nehmen von

Hildegard Röttele

Frau Röttele wohnte 7 Monate bei uns
auf dem 1. OG.

Ebenfalls mussten wir am
20. Juli 2026
Abschied nehmen von

Madeleine Schoch

Frau Schoch wohnte zwei Monate bei
uns auf dem 1. OG.

