



Rondo-Kurier

Jahrgang: 24

Mai 2020



Entdeckt im Rondogarten

Das ist das Informationsorgan des Alters- und Pflegezentrums Rondo Safenwil für seine Bewohnerinnen und Bewohner sowie deren Angehörige.



Inhaltsverzeichnis

Inhaltsverzeichnis	2
Worte der Zentrumsleiterin	3
Einkäufe für BewohnerInnen	4
Geburtstage im Mai	5
Abschied	6
Personelles	7
Morgenfitness am Mittwoch	8
Keine Ostern ohne Eier	10
Wir passen uns an	12
Leben in Coronazeiten	14
An alles gedacht	18
Impressum	20





Liebe Leserinnen und Leser

Wir haben wettermässig einen wunderschönen April erlebt, was uns das «Eingesperrtsein» sicher wesentlich erleichtert hat. Unsere Gartenbestuhlung wurde rege genutzt und auch die Sonnenschirme kamen bereits intensiv zum Einsatz. Wunschkonzerte auf dem Begegnungsplatz brachten schon fast Sommerfeststimmung zu Tage. Bei den vielen Spaziergängen rund ums Rondo konnte man das Spriessen der Natur so richtiggehend beobachten und immer wieder Neues entdecken. Nach wie vor gilt das vom Kanton auferlegte Besuchsverbot. Doch neu sind die Coiffeur-Dienstleistungen im Rondo wieder erlaubt, was für viele BewohnerInnen ein freudiger Aufsteller ist. Aktuell sind wir auch an der Entwicklung einer «sicheren Begegnungszone» mit dem Ziel, kontrollierte, kurze Besuche von engsten Angehörigen zu ermöglichen. Wann, wie und wo werden wir zu gegebener Zeit noch informieren.

Herzliche Grüsse aus dem Rondo und «bliibed gsond»

Marlis Businger, Zentrumsleiterin



Corona-Dienstleistungen

Einkaufsservice: Zwei Mal wöchentlich können unsere Bewohne-



Innen im Sekretariat ihre Einkaufslisten abgeben. Die Mitarbeitenden vom Technischen Dienst besorgen dann nach diesen Zetteln das Gewünschte und teilt dies schön auf, damit wir es unseren Bewohnern einfach übergeben und ihnen die täglichen Gebrauchsartikel auf der folgenden Monatsrechnung belasten können.



Digitale Kommunikation: Mit FaceTime oder Skype ermöglichen wir unseren BewohnerInnen zumindest eine bildliche Kommunikation mit ihren Angehörigen zu realisieren. Das Angebot wird nicht wirklich so genutzt, ersetzt es doch bei weitem nicht die persönlichen Kontakte. So hören wir oft, ja ich weiss ja wie meine Tochter / Sohn aussieht –

und sonst habe ich ja das Telefon.

Vollpension in die Seniorenwohnungen

Da die MieterInnen nicht mehr zu den Mahlzeiten ins Rondorestaurant kommen dürfen, werden die Mahlzeiten in die Wohnungen gebracht. Dass möglichst wenige Wege gemacht werden müssen und auch die Herausforderungen der Thermoskrüge erfasst werden, wurden verschiedene Variationen getestet. Mit der Zweckentfremdung der Gemüseboxen werden nun die Mahlzeiten speditiv und sicher transportiert.



Text und Bilder: Marlis Businger

Geburtstage im Mai



Frau Lilly Hürzeler
14. Mai 1931



Frau Helene Lüscher
14. Mai 1932

**HAPPY
BIRTHDAY**



Frau Ruth Keller
26. Mai 1931

Abschied

Leider mussten wir im April von zwei geschätzten Mitbewohnern Abschied nehmen.



Herr Jenö Kaufmann
*26.01.1934
†14.04.2020



Frau Ella Trummer
*04.03.1928
†17.04.2020

„Der Tod ist nicht das Ende,
nicht die Vergänglichkeit,
der Tod ist nur die Wende,
Beginn der Ewigkeit.“
Dichter unbekannt



Personelles

Austritte

Breidenbach Chantal
Baddou Heusi Sanaa

Köchin EFZ
Mitarbeiterin Hauswirtschaft

Portrait Giulia Fuguet



Hallo zusammen, mein Name ist Giulia Fuguet. Ich bin 16 Jahre alt und wohne zusammen mit meiner Mutter und meinen Brüdern in Safenwil.

Die Primarschule habe ich in Kölliken besucht. Danach zog meine Familie und ich nach Safenwil, wo ich dann meine Oberstufe erfolgreich abgeschlossen habe. Zurzeit absolviere ich das Sozialjahr Nowesa mit einem Praktikum. Zuerst habe ich 5 Monate im Alterszentrum Suhrhard in Buchs gearbeitet. Da hat es mir allerdings nicht so gut gefallen. Danach bin ich aufs Rondo gestossen, wo es mir sehr gut gefällt. Jetzt mache ich ein Praktikum im Alterszentrum Rondo bis im Sommer. Im August werde ich dann hier die Ausbildung zur Fachfrau Gesundheit starten.

Giulia Fuguet

Veranstaltungen

Bis auf Weiteres finden keine Veranstaltungen mit Externen statt.



Morgenfitness am Mittwoch

Die Bewegungsrunde im Sitzen am Mittwochmorgen findet grossen Anklang. Und nebst der Ganzkörpergymnastik soll auch Spiel und Freude nicht zu kurz kommen. So kommt es auch vor, dass



Lino der Hauskater sich unter die TN mischt und schaut, was sich abspielt. Besonders die „Ping-Pong“ Bälle weckten seinen „Gwunder“.

Es wird wöchentlich eine Fitnessstunde angeboten, die den Bewohnern, mit ihren verschiedenen körperlichen Ressourcen an-

gepasst ist, um die noch vorhandene Beweglichkeit und Muskelkraft zu verbessern oder zu erhalten. Bewegung beeinflusst auch die Koordinationsfähigkeit, aktiviert den Kreislauf, die Atmung und soll zu einer besseren Körperwahrnehmung im Alltag beitragen, um sich sicherer bewegen zu können. Durch regelmässige Fitness





wird der durch Alterungsvorgänge bedingte Abbau der körperlichen Leistungsfähigkeit verzögert und Bewohnerinnen / Bewohner in Rollstühlen sind genauso willkommen. Gute Gründe dafür, dass der Medizinball oder die Ringe Rollen oder die farbigen Tü-

cher zur Musik geschwungen werden. Unsere Arme strecken, die Beine recken und mit den Füßen kreisen. Schwebt dann noch ein roter Luftballon über die Köpfe hinweg, ist die Aufmerksamkeit aller TN erwacht mit einem Lächeln im Gesicht. So soll es sein.

Text und Bilder: Caroline Frieden



Lino kapiert nicht, was er damit soll.



Seniorenwohnungen



Begleitetes Wohnen

Pflegezentrum



!!! AKTUELL !!!!
* Wohnung frei

1 Wohnung frei ab sofort

„Begleitetes Wohnen am Rondoweg 4“

Keine Ostern ohne Eier

Auch wenn Ostern dieses Jahr wegen der Corona Krise etwas anders aussah, durfte das traditionelle Handwerk nicht fehlen. Eine alte und ganz simple Methode, *Eier* natürlich zu *färben*, ist, sie in *Zwiebelschalen* zu kochen. Die Farbnuancen variieren von hellem Ocker bis zu Dunkelbraun, je nach Farbstärke des Suds.



So färbten wieder fleissige Hände kunstvolle Ostereier, für das ganze Rondo. Das Eierfärben auf der Wohngruppe „Striegel“ fand bei herrlichem Sonnenschein, draussen auf der Dachterrasse statt. Auch an den nächsten 2 Halbtage erfreuten sich dann Bewohner – und Bewohnerinnen vom 1. und 2. Stock an dieser alten Handwerkskunst. Schon ihre Grossmütter packten die Eier samt Kräutern in die Strümpfe und sammelten übers Jahr Zwiebelschalen.

Die größte Überraschung ist es, wenn die fertig gekochten Eier aus den Strümpfen ausgepackt werden und wunderschöne Blüten oder Grashalme zum Vorschein kommen. Und keines ist, wie das andere.

Text und Bilder: Caroline Frieden



Wir passen uns an

Die Wochen ziehen ins Land, wir haben uns ganz gut auf den veränderten Alltag eingestellt. Der Mundschutz ist der neue Begleiter



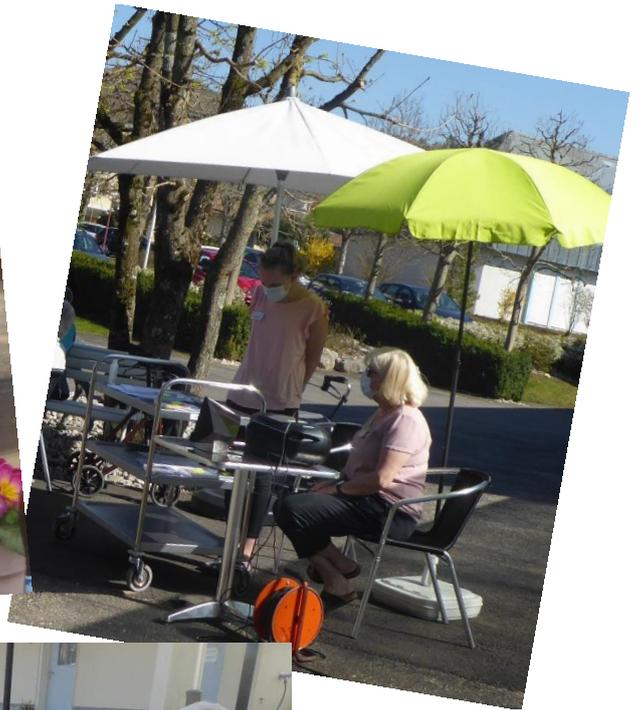
des gesamten Personals, Distanzhalten, das Hände waschen und desinfizieren ist oberstes Gebot. Das überaus schöne Frühlingswetter trägt aber sehr viel zur guten Laune bei. „Singe und Musig lose“ muss nicht zwingend im Mehrzweckraum abgehalten werden. Schon zweimal packten wir die Kabelrolle und den grossen Lautsprecher

nach draussen und genossen Schlager, Jodelgesang und Volksmusik unter freiem Himmel.



Begleitete Spaziergänge ums Haus liegen täglich mehrere drinn. An Ostern jagten sich sogar drei Ereignisse den Rang ab. Der Osterhase verteilte frühmorgens Schoggihäsli, gesehen hat ihn natürlich niemand,. Am Nachmittag brachte Werner Hilfiker ein musikalisches Ständli und zu guter Letzt trat auf dem Besucherparkplatz noch die Familie Bühler mit der Drehorgel auf. Auch das gehört in die Corona-

zeit, es entsteht daraus auch ganz viel Schönes und Kreatives. Die Bildgalerie zeigt`s auf... Text: Therese Hofer / Bilder: Michelle Lack, Kaja Achermann



Leben in Coronazeiten

In China ist eine neue Krankheit ausgebrochen, alle Menschen tragen dort nun einen Mundschutz. Für uns eigentlich ein ganz normales Bild, denn in den bekannten Feriendestinationen sieht man sehr viele Asiaten, welche ständig mit einem Mundschutz rumlaufen. Für mich eher unverständlich, denn die Asiaten wären schöne Menschen und ihre hübschen Gesichter müssten sie nicht hinter einer Maske verstecken.

Für uns in der Schweiz ist dies keine Gefahr, denn es ist ja noch soooo weit entfernt. Aber Anfang März werden bereits die ersten Fälle an Coronaerkrankten



in Italien gemeldet, und diesmal ist es seeeeehr nahe, denn es ist nur 25 km, bis zur Schweizergrenze. Kurze Zeit später haben die Corona Viren auch den Sonnenkanton Tessin erreicht. Nun ist es also in der Schweiz! Offensichtlich gefällt es ihnen im Tessin, denn



sie verbreiten sich rasant. Aber sie wollen noch weitere Städte heimsuchen, vor allem sind zuerst die Flughafenstädte wie Basel, Zürich und Genf, sowie dessen Agglomerationen betroffen. Die ersten Vorschriften werden erlassen.

Dann ein ungewöhnlicher Anruf um 20 Uhr. Hallo, hier ist Dominique: Ich würde für Euch gerne die Einkäufe erledigen. Da fühlten wir uns erstmals richtig alt. Natürlich sind wir in der Risikogruppe aber eigentlich noch fit, denn die chronischen Krankheiten sieht man ja niemandem an! Dankend lehnten wir das Ange-



bot ab. Einige Tage später machten wir einen Grosseinkauf, genauer gesagt, wir wollten einen Grosseinkauf machen. Am Boden sind Markierungen im zwei Meter Abstand, dann heisst es Hände desinfizieren und eine Nummer fassen. Damit wird gewährleistet, dass eine bestimmte Anzahl Kunden pro

m² Ladenfläche nicht überschritten wird. Die Einkaufswagen waren prall gefüllt und die Gestelle waren zum Teil leergefegt. So etwas habe ich bis jetzt nur in unseren Ferien hinter dem „Eisernen Vorhang“, wie in der DDR und der Tschechoslowakei gesehen, und dort war das Normalzustand. Lange Schlangen bildeten sich vor den Geschäften. Oft wussten sie nicht einmal, was es dort gab. Auf jeden Fall waren wir schneller wieder draussen, als wir es eigentlich gedacht haben.





Nun, ab diesem Tag sind wir endgültig in der sogenannten Risikogruppe angekommen. Diesmal starten wir einen Telefonanruf zu Dominique, der Tochter unserer Katzensitterin. Nun fragten wir fast scheu an, ob ihr Angebot noch gelte.

Ab diesem Zeitpunkt übernehmen die lieben Nachbarn unsere Einkäufe. Wir haben keine Verpflichtungen mehr. Was machen wir mit der vielen leeren Zeit. Das Generalabonnement (GA) haben wir sperren lassen, denn Fahrten mit dem öffentlichen Verkehr soll man ja meiden.



Da nun vieles nicht mehr möglich ist, Restaurants, Ausstellungen und Museen sind geschlossen, Anlässe und Vereinstätigkeiten abgesagt, steht uns plötzlich viel mehr Zeit zur Verfügung.



Nun gibt es nur noch kleine Autotouren zu den diversen Waldrändern mit Parkmöglichkeit. So erkunden wir täglich die Wälder in Brittnau, Safenwil, Kölliken, Aar-

burg, Wikon und Strengelbach. Wir sind ja noch „jung“ respektive wir fühlen uns noch nicht soooo „alt“, und deshalb streifen wir trotz empfohlener „Ausgangssperre“ durch die Wälder. Oft sind wir fast

alleine unterwegs, wir begegnen bei den Waldspaziergängen höchstens zwei bis sechs Personen. Rechtzeitig weicht man auf die rechte Strassen-seite aus und geht in den Gänsemarsch über, damit man sich ja nicht zu nahe kommt! Einkehren, um den Durst zu löschen, kann man auch nicht mehr, und ohne öffentlichen Verkehr muss der Spaziergang immer wieder beim Auto enden.



Nun suchen und sammeln wir für die Nachbarn den „stinkenden“



Bärlauch, denn ich kann dieses Kraut nicht riechen, oder ich suche schöne Natursujets, welche mit der Kamera festgehalten werden. Nun, wo wir uns an diesen neuen Rhythmus gewöhnt haben, spricht man von Aufhebungen und Lockerungen. Nach den letz-

ten Rückflügen von Schweizer Touristen in aller Welt, unter anderem auch unsere Nichte Katja, ist es auch am Himmel ruhiger geworden. Ob wir dann die Stille am Himmel und den reduzierten Strassenverkehr vermissen werden? Bis dahin wünschen wir allen nur eines “BLIBET GSOND“!

Bildlegende: Bruno ist auf Bärlauchsuche, Pilz auf Baumstrumpf, Pilz auf gefällttem Baumstamm, Waldhütte auf der Schorüti in Kölliken, schöne Kuh noch mit Horn auf der Schorüti Kölliken, Waldveilchen sieht man überall, Baumstrunk mit Waldameisen, Erdbeerblüten, Waldschäden von Burglind im Januar 2019, Pilze auf Totholz.

Sämtliche Bilder entstanden während unseren Streifzügen durch die diversen Wälder, alphabetisch geordnet, von Aarburg, Brittnau, Kölliken, Safenwil, Strengelbach, Wikon und Zofingen.

Text und Bilder: Elisabeth Suter

An alles gedacht

Lebenshilfen für den Alltag aus einem deutschen Tageskalender



- Brillengläser werden fettfrei, indem man sie sanft mit Spülmittel einreibt, abspült und mit einem weichen Tuch trocknet.

- Gegen Kühlschrankgeruch hilft ein wenig Natron im Wasser zum Auswischen. Auf fünf Liter Wasser circa zwei Esslöffel Natron.



- Entfernen Sie bei allen Schnittblumen alle Blätter, die in der Vase unter Wasser stehen würden.

- Waschen Sie ihren Brotkasten alle zwei Wochen mit etwas Essigwasser aus, um Schimmelfall vorzubeugen.



- Miteinander verklebte Briefmarken lassen sich nach einiger Zeit im Gefrierfach wieder voneinander lösen

- Gegen Kalkränder auf Fliesen, hilft eine Mischung aus Essig und Salz, aufgetragen auf einen Schwamm.

Weiter mit den praktischen Vorschlägen auf der kommenden Seite...



➤ Schützen Sie Ihr Kochbuch vor Fettspritzern, indem Sie eine Klarsichthülle über die gewünschte Seite schieben.

➤ Frisch gewaschene

Wollpullis, die Sie dringend brauchen, packen Sie mehrmals in ein dickes Handtuch. Danach leicht föhnen.



➤ Verfeinern Sie die Bratensauce, indem Sie eine Apfelscheibe oder einen ganzen Apfel zu dem Fleisch geben und mitbraten.



Estragon muss immer feucht gehalten werden und benötigt einen Platz an der Sonne, damit er gut gedeiht.

Ein zweiter Trick mit Natron. Mit einer Messerspitze Natron im Kochwasser behalten Erbsen ihre knackig grüne Farbe.

➤ Eiswürfel mit fruchtigem Pepp: Legen Sie in jedes Fach der Eiswürfelform ein Obststück und füllen Sie es mit Wasser auf. Und ab in den Kühlschrank, respektive in das Gefrierfach.



Impressum



Rondo-Kurier	Erscheint monatlich mit rund 600 Exemplaren
Herausgeber	Alters- und Pflegezentrum Rondo Rondoweg 2 5745 Safenwil
	Telefon 062 788 70 20 Fax 062 788 70 29 E-Mail info@azrondo.ch
Redaktion Redaktionsschluss	Rondo-Kurier Team 27.04.2020
Druck	Sekretariat Alters- und Pflegezentrum Rondo
Abonnement	Kostenlos Portoentschädigung willkommen
Bankverbindung	Aargauische Kantonalbank IBAN Nr. CH55 0076 1632 2384 1200 1 PC-Konto 50-6-9