



Liebe Leserinnen, liebe Leser

Mit grosser Freude und Stolz durften wir am 13. August 2024 das Zertifikat Fourchette verte senior@home in Empfang nehmen, was wir mit einem kleinen Apéro auf der Terrasse des Restaurants Rose feierten. Auf Seite zwei der vorliegenden Ausgabe erfahren Sie, welchen Nutzen unsere Mahlzeiten-Klienten/innen sowie Bewohner/innen und Restaurant-Gäste aufgrund dieser Zertifizierung ziehen können.

Nebst der 1. August-Feier für unsere Bewohner/innen mit Alphornklängen und Jodelgesang, fand Ende August zum ersten Mal unser Sinnespark-Fest unter dem Motto «Freiwilligenarbeit & Ehrenamt» statt. An fünf Marktständen konnten sich die Besucher/innen über das Thema erkundigen. Zudem hat das Fest auch ein junges Publikum angezogen, welches an verschiedenen Wettbewerben Preise gewinnen, sowie eine von unseren Tierpflegerinnen begleitete Führung durch unseren Tierpark mit anschließender Fütterung erleben konnte. In dieser Ausgabe erfahren Sie Näheres über die Einfüh-

rung der Angebote «Spiel- & Jassnachmittag», «Mittagsstammtisch» und «Tablet- & Smartphone-Club im Wohnen an der Bünz. Um künftig bei der Gestaltung der Alltagsaktivitäten und Unterhaltungsnachmittage noch

mehr auf die Wünsche und Bedürfnisse unserer Bewohner/innen eingehen zu können, führen wir im Herbst neu die «Wunschrunde Aktivitäten» in der Oberen Mühle Villmergen sowie im Wohnen an der Bünz ein.

Im Weiteren informieren wir Sie über den Umzug unseres Empfanges sowie über den Eintritt von zwei neuen Wohngruppenleiterinnen.

Ich wünsche Ihnen viel Spass beim Lesen!

Walter Cassina

Vorsitzender der Geschäftsleitung Obere Mühle Villmergen



Veranstaltungen

Der Spiel- und Jassnachmittag in der Oberen Mühle Villmergen findet einmal im Monat am Dienstag Nachmittag statt.

Neu finden auch im Wohnen an der Bünz Spiel- und Jassnachmittage statt.

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

Themen dieser Ausgabe

Zertifizierung Fourchette Verte

Neue Angebote in Dottikon

Spiel- und Jassnachmittag, Seniorenstammtisch, Tablet- und Smartphone - Club

Neuer Empfang

Vorstellung neue Mitarbeitende

Dorothea König und Jasmin Baranovskiy

Freiwilligenarbeit

Schiffahrt auf dem Hallwilersee



Zertifizierung Fourchette verte senior@home



Das Label Fourchette Verte senior@home zertifiziert Mahlzeitendienste, welche sich für eine ausgewogene und abwechslungsreiche Ernährung einsetzen. Für die Zertifizierung gelten verbindliche Kriterien zu Auswahl, Zusammenstellung, Vielfalt und Inhalt der Menüs, sowie auch eine Beurteilung der Menüpläne.



Auf folgende Punkte wird besonders viel Wert gelegt:

- Hoher Eiweissgehalt, auch bei den Vegi-Menüs.
- Abwechslungsreiche Umsetzung der Gemüse- und Stärke-Komponenten.
- Nahrungsfaserreiche Ernährung (viele Ballaststoffe).
- Reduzierter Fettanteil.

Eine ausgewogene Ernährung im Alter kann dazu beitragen, dass Personen länger selbstständig bei sich zuhause wohnen können. Trägt ein Mahlzeitendienst das Fourchette verte Label, macht er für die Kunden ersicht-

lich, dass ausgewogene Menüs bestellt werden können.

Mit dem Alter nimmt zwar der Energiebedarf ab, nicht jedoch der Bedarf an Vitaminen, Mineralstoffen und vor allem auch Eiweiss. Eine Reihe von Faktoren (Appetitmangel, nachlassendes Geschmacks- und Durstempfinden, Kaubeschwerden, psychologische Faktoren) kann bei älteren Personen zu einer Mangelernährung führen, welche die Person zusätzlich schwächt und sich negativ auf den Gesundheitszustand auswirkt. Dies auch bei Personen mit Übergewicht. Ein gut zusammengesetztes Menü, z.B. von einem Mahlzeitendienst, kann



für solche Personen ein wertvoller Beitrag zur täglichen Ernährung sein. Die Obere Mühle Villmergen freut sich sehr, dass sie erfolgreich mit dem Label Fourchette verte senior@home zertifiziert wurde.

Eine tolle Leistung des Küchenteams. Dabei meisterten sie erfolgreich einige Aufgaben, die es im Voraus zu erfüllen gab. Es wurden Rezepte und Zubereitungsarten angepasst, neue Produkte integriert und die Mitarbeiter/innen informiert und geschult.

So profitieren natürlich auch alle Bewohner/innen von der Zertifizierung, da der Menüplan, welcher für sie derselbe ist, wie für den Mahlzeitendienst, ideal auf die abwechslungsreiche und ausgewogene Ernährung im Alter abgestimmt ist.



Neue Angebote für Senior/innen im Wohnen an der Bünz

Im Herbst starten im Wohnen an der Bünz einige neue Angebote, nicht nur für unsere Bewohnerinnen und Bewohner, sondern auch für alle anderen Seniorinnen und Senioren aus Dottikon und Umgebung soll dies eine Bereicherung sein.

Spiel- und Jassnachmittag

So startete im September der Spiel- und Jassnachmittag (in Zusammenarbeit mit der Pro Senectute). Dies soll ein geselliger Nachmittag sein zum Jassen, verschiedene Spiele spielen und auch um neue Kontakte zu knüpfen. Der Jass- und Spielnachmittag findet 1x im Monat am Donnerstag von 14.00 - 16.00 Uhr statt.

Seniorenstammtisch

Ebenso neu eingeführt wurde in Dottikon der Seniorenstammtisch. Für Seniorinnen und Senioren aus der Region ist immer ein Stammtisch für ein feines Mittagessen im Wohnen an der Bünz reserviert. Geniessen Sie Ihr Essen in Gemeinschaft mit anderen Seniorinnen und Senioren. Auch hier lassen sich schnell Kontakte knüpfen. Bei Interesse können Sie sich vorgängig beim Sekretariat der Oberen Mühle Villmergen anmelden. Sie erhalten bei Ihrem ersten Besuch eine Stempelkarte. Bei jedem Mittagessen gibt es einen Stempel. Jedes 11. Mittagessen ist gratis.



Tablet- und Smartphone Club

Am 22. Oktober findet der erste Tablet- und Smartphone-Club im Wohnen an der Bünz statt. 1-2x im Monat treffen sich interessierte Senior/innen und lernen ihr Smartphone (Android oder Apple) besser kennen. Entstanden ist dieses regelmässige Treffen dank des grossen Engagements der freiwilligen Mitarbeiterin Irene Studer, welche die Kurse leitet. In Villmergen wurden bereits zahlreiche Kurse erfolgreich durchgeführt. Alle Senioren und Seniorinnen, welche mehr Kenntnisse über Ihre Handy und Tablet erlangen möchten sind herzlich willkommen.



Tablet- und Smartphone Club in der Oberen Mühle Villmergen.

Es wird regelmässig ein neues Thema während einer Stunde behandelt und entsprechend dem Tempo der Teilnehmer/innen 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.

Alle Termine finden Sie auf der Webseite www.oberemuehle-villmergen.ch unter Veranstaltungen.

Umzug Empfang

Mit einer zweitägigen Einweihungsfeier wurde unser Sinnespark im Juni 2022 eingeweiht. Etwas später wurden ebenfalls im Sinnespark zusätzliche Parkplätze geschaffen, damit unsere Besucher/innen auch dort ihr Auto abstellen können. Im Verlaufe der Zeit mussten wir feststellen, dass mit dieser neuen Umgestaltung auch die Besucherströme nun nicht mehr über den ehemaligen Haupteingang im Innenhof der Oberen Mühle Villmergen, sondern über den Eingang seitens Sinnespark zu uns ins Haus kommen.

Es kamen vermehrt Rückmeldungen, dass sich die Gäste, welche zum ersten Mal in der Oberen Mühle Villmergen sind, nicht orientieren können. Sie bleiben beim Aquarium-Bereich stehen und erkundigen sich dann bei den Service-Mitarbeiterinnen, wo sie z.B. das Zimmer eines/r Bewohner/in finden können, was natürlich nicht das Ziel ist.



Der Umbau ist in vollem Gange.

Beim Umbau des Erdgeschosses, wurde das ehemalige Restaurant mit dem Wohnen&Essen getauscht. Dies führt heute vermehrt dazu, dass Gäste, welche über den ehemaligen Haupteingang ins Haus kommen, durch das Wohnen&Essen gehen müssen, um an die Fahrstühle zu gelangen. Auch dies hat ver-

mehrt Rückmeldungen von Bewohner/innen ausgelöst, welche sich dadurch beim Essen gestört fühlen.

Diese zwei Hauptgründe haben zur Entscheidung geführt, unseren Empfang mit dem Sitzungszimmer Richtung Sinnespark auszutauschen. Die Bauarbeiten starteten Anfang September, sodass der neue Empfang Richtung Sinnespark Anfang Oktober mit einem kleinen Apéro eingeweiht werden konnte.



Der Umbau ist in vollem Gange.

Um auch den Gästen, welche am Wochenende zu Besuch kommen, eine einfache Orientierung über unser Haus geben zu können, wurde ab Oktober zusätzlich der Info-Bildschirm in Betrieb genommen, wo die wichtigsten Informationen zu finden sind.

Mit dieser baulichen Änderung sind wir überzeugt, steht heute der neue Empfang genau dort, wo Bewohner/innen, Angehörige und Restaurant-Gäste jegliche Informationen einfacher erhalten und sich effizienter orientieren können.



Wir stellen vor

Wir freuen uns unsere neuen Kader - Mitarbeiterinnen in der Oberen Mühle zu begrüßen. Wir heissen sie herzlich willkommen und wünschen ihnen viel Freude und gutes Gelingen bei ihrer Tätigkeit.

Dorothea König, Wohngruppenleiterin WG 2

Mein Name ist Dorothea König, ich bin 47 Jahre alt, verheiratet und Mutter von zwei erwachsenen Kindern. Geboren und aufgewachsen in Polen, zog ich mit 12 Jahren mit meinen Eltern und meiner älteren Schwester nach Deutschland. Schon früh war mir klar, dass ich in die Fussstapfen meiner Eltern treten möchte, die beide im Gesundheitswesen tätig waren.

Nach meinem Schulabschluss entschied ich mich für die Ausbildung zur Pflegefachkraft, die ich im Jahr 2005 erfolgreich abschloss. Zunächst arbeitete ich im ambulanten Bereich, später spezialisierte ich mich in der Palliativpflege, um schwerstkranke und sterbende Menschen in ihrer vertrauten häuslichen Umgebung zu begleiten.

Vor 11 Jahren haben wir Deutschland verlassen, um unser Leben in der wunderschönen Schweiz fortzusetzen. Meine berufliche Tätigkeit in der Schweiz begann in einem Alterszentrum in Gränichen, wo ich zunächst als diplomierte

Pflegefachfrau tätig war. Nach einem Jahr übernahm ich die Funktion der Teamleitung.

In meiner Freizeit bin ich oft auf unserem Dauercampingplatz im Schwarzwald oder mit unserem liebevoll selbst ausgebauten VW Bulli unterwegs.

Nach zehn Jahren in Gränichen suchte ich eine neue Herausforderung und entschied mich, zur Oberen Mühle Villmergen zu wechseln. Ich freue mich auf die neue Aufgabe und die Zusammenarbeit mit meinen Kolleginnen und Kollegen.



Jasmin Baranovskiy, Wohngruppenleiterin WG 1

Mein Name ist Jasmin Baranovskiy. Ich wurde in Tashkent, der Grossstadt in Usbekistan, geboren und bin im Alter von drei Jahren in die Schweiz gezogen. Aufgewachsen bin ich in Zürich-Oerlikon und anschließend bin ich mit meiner Familie in den schönen Aargau gezogen. Seit meinem dritten Lebensjahr lebe ich nun in der Schweiz und wohne derzeit in dem idyllischen Dorf Kleindöttingen, zusammen mit meinem Mann und unseren zwei Hunden.

Meine berufliche Laufbahn startete im regionalen Pflegezentrum Baden, wo ich vor rund 3 Jahren mit der Leitungsfunktion begonnen habe.

Bei meiner täglichen Arbeit lege ich grossen Wert auf Wertschätzung und Respekt, da auch mir persönlich diese Werte besonders wichtig

sind. Ebenso liegt es mir am Herzen, dass meine Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter ein angenehmes und abwechslungsreiches Arbeitsumfeld haben.

Ich startete im Juli 2024 meine Stelle in Villmergen auf der Wohngruppe 1 und freue mich auf die Zukunft in der Oberen Mühle Villmergen und auf eine gute Zusammenarbeit.



Dienstjubiläen

Dubravka Jurkovic 5 Jahre
Larissa Gigliotti 5 Jahre
Tommy Kramer 5 Jahre



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

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 Wohlen
Käserei Tel. 056 622 11 56
Lebensmittel Tel. 056 621 22 60

Bahnhoftaxi Wohlen Stutz AG
Autovermietung

40 Jahre

- Taxibetrieb
- Rollstuhltaxi
- Behindertentransporte

T 056 622 22 11 www.taxistutz.ch

sonnhaldenhof
direkt vom Bauer

SONNHALDENHOF
FAMILIE KUHN, WOHLN

Metzgete
25./26. und 27.
Oktober 2024

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

sonnhaldenhof-wohlen.ch

Bestattungsinstitut
KOCH

Rummelstrasse 1
5610 Wohlen und Umgebung
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

Freiwillige im Einsatz in der Oberen Mühle Villmergen



OBERE MÜHLE VILLMERGEN
Menschen im Zentrum

Mehr als 50 Freiwillige engagieren sich in der Oberen Mühle Villmergen und im Wohnen an der Bünz. Dies mit viel Herzblut und Einsatz. Sei es im Fahrdienst zur Verteilung der Mahlzeiten für unsere externen Mahlzeiten-Bezüger/-innen, sei es bei Besuchen der Bewohner/innen oder zur Mithilfe bei Veranstaltungen und speziellen Anlässen. Dieses Engagement wird in der Oberen Mühle sehr geschätzt. Nicht nur von den Bewohner/innen, sondern auch von ihren Angehörigen und von den Mitarbeitenden der Pflege, welche dadurch ein wenig Entlastung im Bereich der Betreuung erfahren dürfen.

Um dies etwas stärker zu kommunizieren und auch allfällige weitere interessierte Freiwillige zu finden, hat die Obere Mühle Villmergen eine Kampagne zum Thema Freiwilligenarbeit gestartet. Es wurden Freiwillige, Angehörige und Mitarbeitende gefragt, was sie an der Freiwilligenarbeit schätzen oder wieso sie dies machen. Die Aussagen wurden in den Sozialen Medien kommuniziert und werden in der Oberen Mühle Villmergen gezeigt.



OBERE MÜHLE VILLMERGEN
Menschen im Zentrum



Freiwillige sind eine grosse Unterstützung und Bereicherung für uns aus der Pflege. Sie geben uns Entlastung, indem sie Betreuungsarbeiten übernehmen und Zeit mit den Bewohnenden verbringen.

Marlis Jost, Mitarbeiterin, Fachfrau Gesundheit



OBERE MÜHLE VILLMERGEN
Menschen im Zentrum



Freiwilligenarbeit ist ein gesellschaftlicher Beitrag. Man lernt neue Lebens- und Arbeitsbereiche kennen. Die Freiwilligenarbeit macht Spass, denn sie ist eine Herzensangelegenheit. Man kann sich von negativen Gedanken lösen und ständiges Grübeln beenden. Freiwilligenarbeit beinhaltet oft die Hilfe für Bedürftige und zeigt uns, dass unser eigenes Leben nicht so schlecht ist.

Arnold Leuthold, Freiwilliger

Interessierte Freiwillige melden sich gerne bei unserer Freiwilligenkoordinatorin Karin Villiger, k.villiger@zomv.ch, Tel 056 / 616 78 70



Büro Weber AG
5610 Wohlen
Gewerbering 23
056 622 20 50
info@buero-weber.ch
www.buero-weber.ch

Modell 1571

- Netzrücken: schwarz/rot
- Synchromechanik
- Mit Armlehnen



CHF **439.-**
~~545.-~~

buero-weber.ch



Eichberg



Rindsfilet auf dem heissen Stein
mit Pommes und 3 Saucen
WWW.EICHBERG-STEIN.CH



Schiffahrt auf dem Hallwilersee

Der Morgen vom 06. September 2024 startete teils bewölkt, aber der Wetterbericht sagte glücklicherweise trockenes Wetter voraus. Die Bewohner/innen, sowie die Mitarbeitenden der Oberen Mühle Villmergen und dem Wohnen an der Bünz hofften auf Sonnenstrahlen am Nachmittag. Nach dem Mittagessen starteten zwei Busse mit den Bewohner/innen sowie allen Begleiter/innen Richtung Beinwil am See. Am Zielort warteten dieses Jahr Freiwillige Unterstützer, die Mitarbeitenden von Bernhard Wespi von Coop unter dem Motto „Taten statt Worte“, welche sich dieses Jahr fleissig sozial engagieren. Mit grosser Vorfreude warteten alle am Schiffssteg darauf, die „Bresenberg“ zu betreten und sich einen schönen Platz an Deck zu sichern. Die gemütliche Fahrt über den See dauerte rund 1,5 Stunden. Es gab feine Schwarzwäldertorte oder Rüeblitorte und auch der obligate Kaffee am Nachmittag durfte nicht fehlen.



Die Bewohner/innen genossen die Abwechslung auf dem See, aber auch mit den spontanen freiwilligen Unterstützern. Die Gespräche und Gesang wurde immer lauter und fröhlicher. Man erfreute sich an der schönen Aussicht rund um den See und an den netten Gesprächen.



Pünktlich kam das Schiff wieder in Beinwil am See an und der Transfer in die Cars verlief reibungslos dank allen Beteiligten. Die freiwilligen Helfer verabschiedeten die beiden Cars mit langem Winken. Manch einer hätte, die freiwilligen Unterstützer gerne «abgeworben». Die Rückfahrt war sehr ruhig. Wahrscheinlich etwas erschöpft, aber sichtlich zufrieden kamen die Bewohner/innen und alle Begleiter/innen in der Oberen Mühle Villmergen und im Wohnen an der Bünz an. Die diesjährige Schiffahrt mit ca. 50 Teilnehmer/innen war ein gelungener Anlass.

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