

**2019**



*Jahresprogramm*

Liebe Leserin, lieber Leser,

Sie halten bereits die achte Jahresbroschüre der Freizeit- und Weiterbildungsangebote vom Verein Besmerhuus in der Hand.



Alle Menschen haben Bedürfnisse und das Recht die wichtigsten Grundbedürfnisse zu befriedigen. Wir brauchen nicht nur Nahrung und ein Dach über dem Kopf. Es ist für alle Menschen wichtig einen Sinn in der Arbeit zu finden, sich zu Bilden, Beziehungen zu anderen Menschen zu pflegen, sich mit den Fragen des Lebens auseinanderzusetzen und einen Ausgleich in der Freizeit zu finden. Wir können aus einem riesigen Freizeitangebot auszuwählen und uns individuell verwirklichen.

Menschen mit einer kognitiven Beeinträchtigung wohnen oft ihr ganzes Leben in Institutionen. Durch diesen Umstand und bedingt durch die Beeinträchtigung sind ihre Möglichkeiten eingeschränkt. Sie haben jedoch die gleichen Bedürfnisse wie Sie und ich.

Für das Jahr 2019 konnten wir unsere attraktiven Angebote weiter ausbauen. Damit die von uns betreuten Personen noch mehr profitieren können, unterstützen wir sie auch in der Herstellung von Kontakten und Aktivitäten ausserhalb des Besmerhuus. Die Freizeitangebote werden mit verschiedenen Weiterbildungen ergänzt.

Herzlichen Dank für die engagierte Arbeit unseres Mitarbeiterteams!

Markus Bruggmann

Heimleiter

## Freizeitangebote

- 04 Aikido
- 05 Schwimmen
- 06 Turnen
- 07 Aerobicgruppe
- 08 Snoezelen
- 09 Wandern
- 10 Musik & Rhythmik
- 11 Religiöses Angebot
- 12 SouthLake Disco
- 13 Jakobsweg
- 14 Openair
- 15 Besmerhuus Ziitig
- 16 Sport-Event
- 17 Kegelgruppe
- 18 Hundetherapie

## Termine

- 19 Frühlingsmarkt Frauenfeld
- 20 Narrensprung
- 21 GEWA Kreuzlingen
- 22 Jahreskalender**
- 24 1. August
- 25 Naturtag

- 26 Besmerhuusfest
- 27 Jahrmarkt
- 28 Adventverkauf
- 29 Adventsfeier
- 30 Ferienangebote
- 31 Brandschutz

## Weiterbildungen

- 32 Küchenhygiene
- 33 Erste Hilfe
- 34 Gewaltprävention
- 35 Kochstudio
- 36 UK-Gruppe
- 37 Hauswirtschaft
- 38 Gesundheit
- 39 Leben im Besmerhuus
- 40 Fitness
- 41 Ernährung

## AIKIDO

### **Zielgruppe:**

alle BewohnerInnen

**Termin:** Jeden Dienstag

**Uhrzeit:** 16:15–17:45

**Ort:** Dojo Remisbergschule

**Leitung:** M. Bruggmann



Bild: fotogiacca/1230 Kreuzlingen

*Das Geheimnis des Aikido ist es, sich mit den Bewegungen des Universums in Einklang zu bringen und mit ihm zu harmonisieren.*

*Aikido, die unvergleichliche Kampfsportart. Obwohl, oder gerade weil es im Aikido keine Wettkämpfe gibt, ist Aikido sehr effizient. Geübt wird aber nicht um zu gewinnen, sondern um zu lernen.*

*(Morihei Ueshiba O Sensei, der Begründer des Aikido)*

Die Herstellung dieser Harmonie mit den Bewegungen des Universums, das „sich Kennenlernen“, das Lernen von Regeln des Miteinanders und die Freude an Bewegung sind die Säulen dieses Angebots von Aikidotrainern Markus Bruggmann.

Jeden Dienstag trifft sich eine feste Gruppe, die gemeinsam den Weg dieser japanischen Kampfsportart beschreitet.



## TURNEN

### **Zielgruppe:**

alle BewohnerInnen

**Termin:** Jeden Donnerstag

**Uhrzeit:** 16:15–17:15

**Ort:** Turnhalle Bottighofen

**Leitung:** R. Foschiani



Neueste Studien belegen:

„Bewegung ist nicht nur gesund, sondern macht auch glücklich.“

Wir machen uns jeden Donnerstag in der Turnhalle Bottighofen auf die Suche nach diesem Glück.

Wer also etwas tun will für seine Figur und dabei Spass haben will, findet hier das richtige Angebot.

Näheres und Anmeldung:

## **Wohngruppe**

### **N2OG**

**Tel: 071-686-64-03**



Bild: <https://www.shutterstock.com/ai/ai-images/best-aerobic-classes-in-dallas/fqpf>

*Aerobic ist ein dynamisches Fitnessstraining in der Gruppe mit rhythmischen Bewegungen zu motivierender Musik. Die Grundelemente sind hauptsächlich (aerobe) Ausdauer und Koordination. Die in einer Choreografie zusammengestellten Übungen, die von einem Aerobic-Trainer vorgeführt werden, sind eine Mischung aus klassischer Gymnastik und Tanz.*

### **Zielgruppe:**

alle BewohnerInnen

**Termin:** Jeden Dienstag

**Uhrzeit:** 16:30—17:00

**Ort:** Neubau

### **Leitung:**

J. Riester/ Sh. Kurtishi

Wir treffen uns jeden Dienstag von 16:30 – 17:00 Uhr im Saal Neubau um zu poppiger Musik unsere Bewegungslust zu entdecken und auszuleben. Dazu warten tolle Aerobicübungen auf uns. Also Sportkleidung und Schweißbänder nicht vergessen, wir freuen uns schon auf euch!

Julia Riester & Shenur Kurtishi

**Zielgruppe:**

alle BewohnerInnen

**Termin:** Jeden Dienstag**Uhrzeit:** 14:00–17:00**Ort:** Stiftung Mansio**Leitung:** A. Martin

Bild: <https://www.pinterest.ch/pin/4841370286864507180/>

Das Snoezelen dient der Verbesserung der sensitiven Wahrnehmung und zugleich der Entspannung. Zur Ausstattung des Raumes gehören unterschiedliche Lichtquellen und Projektoren, die verschiedenartige visuelle Effekte erzeugen wie Wassersäulen oder eine Farbdreh-scheibe, bequeme Sitz- und Lie-gelandschaften. Der Snoezelen-raum kann von wohlriechenden

Düften durchflutet sein, es kön-nen auch Bilder zum Träumen in Verbindung mit ausgewählter Entspannungsmusik zum Ein-satz kommen. Wer Interesse hat sich vom Alltag zu lösen und in eine andere Welt abzutau-chen, soll sich doch bitte in der BSG (Beschäftigungsgruppe) melden.

**Zielgruppe:**

alle BewohnerInnen

**Termin:** Nach  
Vereinbarung

**Ort:** Nach Vereinbarung

**Leitung:** M. Joray

Für alle, die am Wandern im Thurgau oder in den Nachbar-kantonen interessiert sind und sich an unserer schönen Schweiz erfreuen wollen, bieten wir in unregelmässigen Abständen Wanderungen an.

Die Wanderlustigen sollten über gutes Schuhwerk und eine gute Kondition verfügen.

Es werden jeweils Einladungen verschickt.

Näheres und Anmeldung bei

**M. Joray**

**Tel: 071-686-64-02**

**Zielgruppe:**

alle BewohnerInnen

**Termin:** Jeden Mittwoch**Uhrzeit:** 16:15–17:00**Ort:** Neubau und  
Beschäftigung

Bild: <http://clipart-library.com/c/clipart/8cAG5B4n1.htm>

Die Musik Gruppe, unter der Leitung von Christhild John, trifft sich jeden Mittwoch um gemeinsam Lieder zu singen. Hast du Lust mit uns zu singen, dann komm einfach vorbei!

Hast du Lust auf Tanz, Bewegung und Musizieren? Dann bist du in der Rhythmik Gruppe, unter der Leitung von Thorsten Langerjahn, genau richtig!

Nähere Informationen gibt es bei:

**Ch. John**

**Tel: 071-686-64-03**

**oder**

**T. Langerjahn**

**Tel: 071-686-64-00**



Bild: <https://de.wikipedia.org/wiki/Kurzrickenbach>/media/Datei:KurzrickenbachKirche\_2006.JPG

### Zielgruppe:

alle Interessierten

**Termine:** siehe unten

**Uhrzeit:** 16:30

**Ort:** Kirche Kurzrickenbach

**Leitung:** Ch. John

Im Leben vieler Menschen nimmt Glaube und Religion einen wichtigen Platz ein. Um allen Menschen im Besmerhuus die Möglichkeit zu geben ihren Glauben zu pflegen, lädt Christhild John einmal im Monat zu einer Andacht in der Kirche in Kurzrickenbach ein.

Die Andachten werden abwechselnd von pastoralen Vertretern der reformierten und der katho-

lischen Kirchengemeinde Kreuzlingen geleitet.

**04. Januar      08. Februar**

**08. März        26. April**

**24. Mai         21. Juni**

**01. September**

**25. Oktober    22. November**

## SOUTHLAKE DISCO

### **Zielgruppe:**

alle BewohnerInnen

**Termine:** 23. April

22. Oktober

**Uhrzeit:** 18:30—22:00

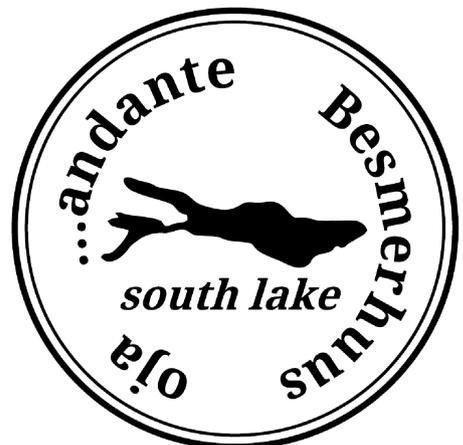
**Ort:** Oja Kreuzlingen



Die gemeinsame Disco mit „oja“, der „Offenen Jugendarbeit Kreuzlingen“ und dem Besmerhuus findet in den Räumlichkeiten der „oja“ statt. Eingeladen sind alle, die gerne das Tanzbein schwingen oder einfach nur bei guter Musik zusammen sein wollen.

Wir erwarten auch Gäste anderer Institutionen aus der Region.

### **Fabienne Wüst:**





### **Zielgruppe:**

Die Pilgergruppe

**Termin:** 19.-25. August

**Ort:** Von Thun nach  
Fribourg

**Leitung:** M. Joray  
T. Stoll

Der Jakobsweg führt die Pilger auf wenig befahrenen Quartierstrassen und Stadtgassen durch Städte und grössere Ortschaften, viele davon mit langer Pilgertradition, an schönen Kathedralen und Stadtkirchen und beachtenswerten kulturhistorischen Sehenswürdigkeiten vorbei. Der Weg führt die Pilger durch enge und weite Täler mit ruhenden und fliessenden Ge-

wässern, entlang den Hängen von sanften Hügellandschaften bis hinauf auf Bergketten und Pässe, mit der wunderbaren Aussicht auf die schöne Schweiz. Die Spiritualität des Jakobswegs ist uns ebenfalls ein wichtiges Anliegen.



## OPEN AIR

### **Zielgruppe:**

alle Bewohnerinnen und  
Bewohner

**Termine:** folgen

**Uhrzeit:** ganzer Tag

**Ort:** Verschiedene



Dieses Jahr werden wir verschiedene Openairs in der Region besuchen! Wenn du Lust hast, Lifemusik unter freiem Himmel zu genießen, dann melde dich einfach bei

**M. Kleck oder F. Wüst**

**M. Kleck**

**Tel: 071-686-64-00**

**F. Wüst**

**Tel. 071-686-64-01**

**Zielgruppe:**

alle Bewohnerinnen und  
Bewohner

**Termin:** Alle 2 Monate

**Ort:** Nach Vereinbarung

**Leitung:** T. Stoll

Wer Lust hat am Schreiben oder fotografieren, wer gerne Dingen auf den Grund geht und nachfragt, ist bei unserer Ziitig genau richtig.

Das Redaktionsteam freut sich über jede gute Idee und jeden Beitrag. Mit einer Auflage von 500 Exemplaren sind wir in Kreuzlingen und darüber hinaus inzwischen eine feste Grösse.

**Das Redaktionsteam:**

Maria Keller

Thomas Stoll

Florian Trempa

**Verantwortlich:**

**Thomas Stoll**

**071-686-60-03**

**Zielgruppe:**

alle BewohnerInnen

**Termin:** 2 mal im Jahr

**Ort:** je nach Angebot

**Leitung:** M.Kleck  
L. Fehr



Bild: <https://www.fapesan.zieger.ch/wirtschaft/unternehmen-und-konjunktur/WMT/2kats-gehen-weg-wie-warme-Semmeln/>  
story/25689.1657rack

Wer drückt dem EHCKK Kreuzlingen-Konstanz die Daumen oder besucht gerne andere Sport-Veranstaltungen?

Mit **Marco Kleck und Lars Fehr**

erlebt ihr viel Spannendes.

Vor jeder Veranstaltung wird mit einem kleinen Plakat informiert. Anmeldung bei unseren beiden Sportfans.

Habt ihr Interesse? Dann meldet euch bei:

**Marco Kleck oder**

**Lars Fehr**

**Tel: 071-686-64-00**



**Zielgruppe:**

alle BewohnerInnen

**Termine:** alle 2 Monate

**Ort:** folgen

**Leitung:** P. Mazzola

C. Rest

A. Martin

Wer hat Lust, mit Primo Mazzola zum Kegeln zu gehen? Wir kegeln immer einmal im Monat an einem Sonntag. Wenn Ihr Lust und Zeit habt, dann meldet euch an — wir haben immer viel Spass dabei!

Ansprechpartner sind:

**Primo Mazzola**

**mit Unterstützung**

**Tel: 071-686-64-00**

Der Unkostenbeitrag beträgt:

**pro Person 5.- CHF**

**Zielgruppe:**

alle BewohnerInnen

**Termin:** Donnerstag**Ort:** Besmerhuus**Leitung:** T. Stoll

Bild: <https://commons.wikimedia.org/wiki/>

Das Ehepaar Reinhard und Ursula Saller aus Scherzingen besucht das Besmerhuus alle 14 Tage Donnerstag (16:15–17:15) mit Ihren Setterhündinnen Ruby und Sabba.

Sie ermöglichen Begegnungen mit Hunden, die durch ihre vertrauensvolle und friedliche Ausstrahlung helfen, Berührungsängste abzubauen.

Die Begegnung mit den beiden löst auf geheimnisvolle Art und Weise Lebensfreude aus.





Bild: Florian Trempa

**Termin:** 29. April

**Ort:** Frauenfeld

**Leitung:** I. Gebauer

Zu zweiten Mal werden wir dieses Jahr unsere Produkte auf dem Frühlingsmarkt in Frauenfeld präsentieren.

Wir freuen uns auf Ihren Besuch!

*„Super coole Bahnen für gross und klein erwarten Sie auf der Frühjahrschilbi in Frauenfeld. Für das leibliche wohl sorgen diverse Stände mit traditionellen*

*essensangeboten wie Bratwurst, Raclette, Donuts und Co.*

*Der Warenmarkt findet am Sonntag und Montag statt und befindet sich in der Innenstadt von Frauenfeld. Hier erwartet Sie ein breites Angebot an verschiedenen Waren wie Schmuck, Kleidung, selbstgefertigte Kunstwerke, verschiedene Köstlichkeiten und Spielwaren“*

## FASNACHTSUMZUG

**Termin:** 24. Februar

**Uhrzeit:** ganzer Tag

**Ort:** Kreuzlingen

**Leitung:** F. Wüst

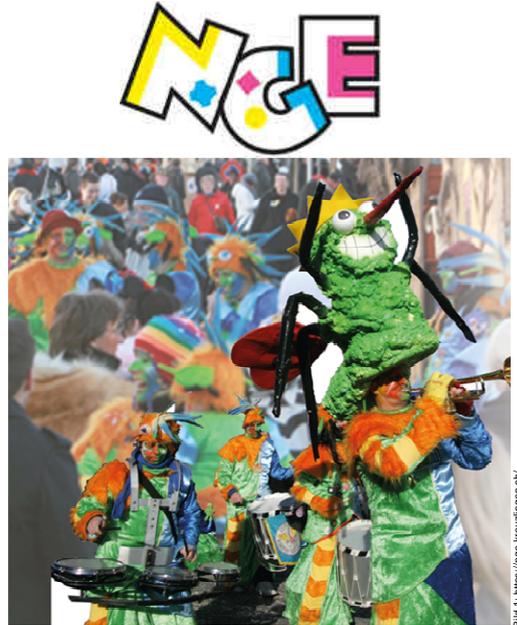


Bild 1: <https://nge-kreuzlingen.ch/>  
Bild 2: <https://www.kreuzlinger-nachrichten.ch/kreuzlingen-region/detailartikel/fasnachtspareade-2014-008669/>

Der Kreuzlinger Fasnachtsumzug findet im Fünfhahresturnus statt und der nächste steht am 24. Februar 2019 vor der Tür.

Der Verein Besmerhuus wird unter dem Motto „Die Fischer von Kreuzlingen“ an diesem Umzug den neu gestalteten Fasnachtswagen der Öffentlichkeit vorstellen.

Ho  
Narro

**Termin:** 10.—12. Mai

**Uhrzeit:** Nachmittags

**Ort:** Kreuzlingen

**Leitung:** I. Gebauer



Bild: <https://gwa-kreuzlingen.ch/save-the-date-gwa-2019/176/>

Dieses Jahr findet wieder in Kreuzlingen die GEWA statt.

Voraussichtlich wird der Verein Besmerhuus mit einem Stand vertreten sein!

# Kalender 2019

Januar	Februar	März	April	Mai	Juni
1 Di <b>Neujahr</b>	1 Fr	1 Fr	1 Mo	1 Mi <b>Tag der Arbeit</b>	1 Sa
2 Mi <b>Berch- toldstag</b>	2 Sa	2 Sa	2 Di	2 Do	2 So
3 Do	3 So	3 So	3 Mi	3 Fr	3 Mo
4 Fr	4 Mo	4 Mo	4 Do	4 Sa	4 Di
5 Sa	5 Di	5 Di	5 Fr	5 So	5 Mi
6 So <b>Hellige Drei Könige</b>	6 Mi	6 Mi	6 Sa	6 Mo	6 Do
7 Mo	7 Do	7 Do	7 So	7 Di	7 Fr
8 Di	8 Fr	8 Fr	8 Mo	8 Mi 19	8 Sa
9 Mi	9 Sa	9 Sa	9 Di	9 Do	9 So <b>Pfingsten</b>
10 Do	10 So	10 So	10 Mi	10 Fr <b>GEWA Kreuzlingen</b>	10 Mo <b>Pfingstmontag</b>
11 Fr	11 Mo	11 Mo	11 Do	11 Sa <b>GEWA Kreuzlingen</b>	11 Di
12 Sa	12 Di	12 Di	12 Fr	12 So <b>GEWA Kreuzlingen</b>	12 Mi
13 So	13 Mi	13 Mi	13 Sa	13 Mo	13 Do <b>Naturtag</b>
14 Mo	14 Do	14 Do	14 So	14 Di	14 Fr
15 Di	15 Fr	15 Fr	15 Mo	15 Mi	15 Sa
16 Mi	16 Sa	16 Sa	16 Di	16 Do	16 So
17 Do	17 So	17 So	17 Mi	17 Fr	17 Mo
18 Fr	18 Mo	18 Mo	18 Do	18 Sa	18 Di
19 Sa	19 Di	19 Di	19 Fr <b>Kafreitag</b>	19 So	19 Mi
20 So	20 Mi	20 Mi	20 Sa	20 Mo	20 Do
21 Mo	21 Do	21 Do	21 So <b>Ostern</b>	21 Di	21 Fr
22 Di	22 Fr	22 Fr	22 Mo <b>Ostermontag</b>	22 Mi 21	22 Sa
23 Mi	23 Sa	23 Sa	23 Di	23 Do	23 So
24 Do	24 So	24 So	24 Mi	24 Fr	24 Mo
25 Fr	25 Mo	25 Mo	25 Do	25 Sa	25 Di
26 Sa	26 Di	26 Di	26 Fr	26 So	26 Mi
27 So	27 Mi	27 Mi	27 Sa	27 Mo	27 Do
28 Mo	28 Do <b>Schmutzige- dunschtig</b>	28 Do	28 So	28 Di	28 Fr
29 Di		29 Fr	29 Mo <b>Frühlingsmarkt Frauenfeld</b>	29 Mi	29 Sa
30 Mi		30 Sa	30 Di	30 Do <b>Auffahrt</b>	30 So
31 Do		31 So		31 Fr	

 Besuchswochenende

 Betriebsferien TST

 Anlass

Juli	August	September	Oktober	November	Dezember
1 Mo	1 Do Bundesfeier	1 So	1 Di	1 Fr	1 So
2 Di	2 Fr	2 Mo	2 Mi	2 Sa	2 Mo
3 Mi	3 Sa	3 Di	3 Do	3 So	3 Di
4 Do	4 So	4 Mi	4 Fr	4 Mo	4 Mi
5 Fr	5 Mo	5 Do	5 Sa	5 Di	5 Do
6 Sa	6 Di	6 Fr	6 So	6 Mi	6 Fr Weihnachts- Feier
7 So	7 Mi	7 Sa	7 Mo	7 Do	7 Sa
8 Mo	8 Do	8 So	8 Di	8 Fr	8 So
9 Di	9 Fr	9 Mo	9 Mi	9 Sa	9 Mo
10 Mi	10 Sa	10 Di	10 Do	10 So	10 Di
11 Do	11 So	11 Mi	11 Fr	11 Mo	11 Mi
12 Fr	12 Mo	12 Do	12 Sa	12 Di	12 Do
13 Sa	13 Di	13 Fr	13 So	13 Mi	13 Fr
14 So	14 Mi	14 Sa Besmerhuus- Fest	14 Mo	14 Do	14 Sa
15 Mo	15 Do	15 So	15 Di	15 Fr	15 So
16 Di	16 Fr	16 Mo	16 Mi	16 Sa	16 Mo
17 Mi	17 Sa	17 Di	17 Do	17 So	17 Di
18 Do	18 So	18 Mi	18 Fr	18 Mo	18 Mi
19 Fr	19 Mo	19 Do	19 Sa	19 Di	19 Do
20 Sa	20 Di	20 Fr	20 So	20 Mi	20 Fr
21 So	21 Mi	21 Sa	21 Mo	21 Do	21 Sa
22 Mo	22 Do	22 So	22 Di	22 Fr	22 So
23 Di	23 Fr	23 Mo	23 Mi	23 Sa	23 Mo
24 Mi	24 Sa	24 Di	24 Do	24 So	24 Di Heiligabend
25 Do	25 So	25 Mi	25 Fr	25 Mo	25 Mi Weih- nachtstag
26 Fr	26 Mo	26 Do	26 Sa	26 Di	26 Do Stephanstag
27 Sa	27 Di	27 Fr	27 So	27 Mi Advents- verkauf	27 Fr
28 So	28 Mi	28 Sa	28 Mo Jahrmarkt	28 Do	28 Sa
29 Mo	29 Do	29 So	29 Di	29 Fr	29 So
30 Di	30 Fr	30 Mo	30 Mi	30 Sa	30 Mo
31 Mi	31 Sa		31 Do		31 Di

## 1. AUGUST

**Termin:** 1. August

**Uhrzeit:** 19:00 –22:00

**Ort:** Besmerhuus Areal  
und Quartier  
Kurzrickenbach



Bild: <https://www.berneck.ch/de/regionale/1-augustfeier-m-bunscr>

Ob Raclette, Fondue, Bratwurst oder Cervelat.....

bei einem gemütlichem Hock werden wir den 1. August gebührend feiern!

Das Feuerwerk darf natürlich auch nicht fehlen!

*Schweizerpsalm:*

*Trittst im Morgenrot daher,  
Seh' ich dich im Strahlenmeer,  
Dich, du Hoherhabener, Herrli-*

*cher!*

*Wenn der Alpenfirn sich rötet,  
Betet, freie Schweizer, betet!  
Eure fromme Seele ahnt  
Eure fromme Seele ahnt  
Gott im hehren Vaterland,  
Gott, den Herrn, im hehren Va-  
terland.*

*Kommst im Abendglühn daher,  
Find' ich dich im Sternenheer,  
Dich, du Menschenfreundlicher,  
Liebender!  
In des Himmels lichten Räu-  
men ...*



**Termin:** 13. Juni

**Uhrzeit:** ganzer Tag

**Ort:** Waldhaus Bärenhölzli

**Leitung:** M. Bruggmann

Ein besonderes Ereignis planen wir für die Weiterentwicklung unserer Identität und des „Wir-Gefühls“ im Besmerhuus. Anhand eines „Naturtages“ wollen wir uns weiter kennenlernen und das „Wir-Gefühl“ pflegen. Wir, das sind sowohl alle Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter wie auch alle Betreuten aus dem Besmerhuus. Insgesamt werden wir rund 90 Personen sein, die

zusammen in der freien Natur einen Tag verbringen. Aus Vorschlägen von einigen Betreuten und Mitarbeitenden wird ein Programm zusammengestellt und eine Einladung an alle verteilt.

## BESMERHUUSFEST

**Termin:** 14. September

**Uhrzeit:** 10:00—17:00

**Ort:** Besmerhuus Areal



Alle die im Besmerhuus leben und arbeiten, alle Angehörigen, Nachbarn und Interessierte sind herzlich eingeladen mit uns zu feiern.

Eine Band wird für musikalische Unterhaltung sorgen, unsere berühmte Tombola wird stattfinden und wie immer wird sich das OK-Team eine Überraschung einfallen lassen!

Die Köche sorgen mit Speisen und Getränken, Kaffee und Kuchen für das leibliche Wohl der Gäste.....

...und wir werden viel Zeit haben miteinander zu reden und uns über dies und jenes auszutauschen.

Auf Ihr Kommen freut sich das ganze Besmerhuus!



Logo Kreuzlingen: <http://stadtarneues.com/tad-kreuzlingen/>

**Termin:** 28. Oktober

**Uhrzeit:** 10:00–20:00

**Ort:** Kreuzlingen

**Leitung:** I. Gebauer

Ein Anlass zum Bummeln und zur Begegnung. So auch der Herbst, wenn in Kreuzlingen der traditionelle Jahrmarkt stattfindet. Das Zentrum in Kreuzlingen verwandelt sich in einen grossen Markt, auf dem man bummeln, entdecken und geniessen kann.

Traditionell werden wir auch dieses Jahr unsere Produkte auf dem Jahrmarkt in Kreuzlingen präsentieren.

Wir freuen uns auf Ihren Besuch!

**Termin:** 27. November

**Uhrzeit:** 13:00–17:00

**Ort:** evangelisches  
Kirchgemeinde-  
haus Kreuzlingen

**Leitung:** I. Gebauer



Bild: <https://www.feststimmung.de/wp-content/uploads/2014/11/20161101-Beton-Bildzement-Adventskranz-DIY-1.jpg>

Verschiedene soziale Institutionen von Kreuzlingen freuen sich ....

...wenn Sie den Adventsverkauf mit Kaffeestube besuchen! Neben der „Frauengruppe Handarbeit“ der reformierten Kirchgemeinde Kreuzlingen beteiligen sich die Aussenwohngruppe Zihlschlacht, der Verein Besmerhuus und der Gemeinnützige Frauenverein mit eigenen Verkaufsständen. Angeboten werden Handarbei-

ten, Holzsachen, Adventsgestecke und auch Selbstgebackenes. Zusätzlich lockt die Kaffeestube mit selbstgebackenen Kuchen und Torten.

Die Veranstalter freuen sich auf zahlreiche Besucherinnen und Besucher - und speziell auf Sie!



**Termin:** 06. Dezember

**Uhrzeit:** 15:00–20:00

**Ort:** Besmerhuus Areal

**Leitung:** M. Keller

Auch in diesem Jahr feiern wir zusammen den Advent und laden Eltern, Angehörige auf den 6. Dezember ein dies mit uns zu tun.

Auf dem stimmungsvollen Innenhof haben wir wiederum die Gelegenheit, uns mit vor weihnachtlichen Genüssen von unserer Küche verwöhnen zu lassen.

Wir freuen uns darauf, einige schöne Stunden miteinander verbringen zu dürfen.

Sie werden auch die Möglichkeit haben, Produkte aus der Tagesstätte zu erwerben.

### **Zielgruppe:**

alle BewohnerInnen so wie  
extern Beschäftigte

**Termin:** Verschieden

**Ort:** Europa und die Welt



Auch dieses Jahr erobern wir in kleinen Gruppen die nähere und weitere Welt. In einem Katalog wurden mehrere Ziele beschrieben und angeboten:

- **Städtereise**
- **Flugreise Türkei**
- **Flusskreuzfahrt**
- **Ferien am Wasser**
- **Zirkusprojekt Castello**
- **Freie Fahrt Ferien...**

ENDLICH  
FERIEN



**Zielgruppe:**

alle MitarbeiterInnen

**Termine:** siehe unten

**Uhrzeit:** siehe unten

**Ort:** Aufenthaltsraum  
Neubau

**Dozent:** T. von Arx

... und Unfallverhütung



Um die Sicherheit in unseren Häusern zu gewährleisten, bietet das Besmerhuus entspre-

chende Weiterbildungen an. Durchgeführt werden die Einweisungen und Übungen durch unseren Hauswart....

**22. Mai** 13:30–15:30

**Feuerlöscher Übung**

**27. Juni** 14:00–16:00

**Theorie**

**17. Oktober** 14:00–16:00

**Theorie**

**14. November** 16:00–18:00

**Theorie**

**Zielgruppe:**

alle MitarbeiterInnen

**Termin:** 17. Januar**Uhrzeit:** 14:00–16:00**Ort:** Aufenthaltsraum  
Neubau

Bild: <https://www.swissmilk.ch/de/familie/mutter-kind/kuechenhygiene/>

Die Welt der Hygiene, insbesondere der Hygiene im Umgang mit Lebensmitteln will uns auch dieses Jahr wieder Hans Bühler in seiner bewährten Art und Weise näher bringen.

Grundlage sind die in der Schweiz bestehenden Regelungen für den Umgang mit Lebensmitteln.





**Zielgruppe:**

alle MitarbeiterInnen

**Termin:** 20. Juni

**Uhrzeit:** 13:30—16:30

**Ort:** Aufenthaltsraum  
Neubau

**Dozent:** N. Ochsner



Wie verhalte ich mich bei Notfällen?

Wie geht das noch mal mit der stabilen Seitenlage?

Die Antwort auf diese und viele anderen Fragen beantwortet uns vom Bildungszentrum für Gesundheit und Soziales des Kanton Thurgau, Nando Ochsner. Er ist dort verantwortlich für den Bereich Nothilfe .

### **Zielgruppe:**

alle MitarbeiterInnen

**Termin:** 05. März  
25. März

**Uhrzeit:** 9:00-16:45

**Ort:** Gemeinschaftsraum  
Neubau

**Dozent:** Daniel Fischer  
Lukas Wunderlich



Daniel  
Fischer



Lukas  
Wunderlich

Bilder: <http://www.fischerwunderlich.ch>

In unserem Alltag begegnen uns immer wieder herausfordernde Situationen in denen Aggressionen „in der Luft“ liegen. Oft sind Über- oder Unterforderungen die Ursache dafür. Wie erkenne ich eine solche Situation? Wie kann ich den Ausbruch von Gewalt verhindern? Was mache ich, wenn es trotzdem „passiert“?

Daniel Fischer und Lukas Wunderlich aus Pfäffikon/ ZH tauschen sich mit uns aus.

### **„Ziele der Weiterbildung**

Sie sind fähig in Ihrem Arbeitsalltag mit aggressiven Verhaltensweisen sicher, ruhig und kompetent umzugehen.

Sie können mit Hilfe von theoretischen Grundlagen Gewaltsituationen besser verstehen und einordnen.

Sie verfügen über Kenntnisse, um organisatorische und individuelle Präventionsmassnahmen zu planen, durchzuführen und zu evaluieren“ (F&W)



**Zielgruppe:**

alle BewohnerInnen

**Termin:** 09. März

10. August

**Uhrzeit:** 13:30–14:30

**Ort:** Küche

**Dozent:** H. Bühler

Unser Koch Hans Bühler bringt uns die hohe Kunst des Kochens näher.

Hast du Lust zu lernen wie man Lasagne, Rösti oder Zürcher Geschnetzeltes kocht?

Dann bist du bei diesem Kurs genau richtig!

Bei Interesse melde dich einfach bei:

**H. Bühler**



### Zielgruppe:

alle MitarbeiterInnen

**Termin:** 07. November  
21. November

**Uhrzeit:** 13:30—15:30

**Ort:** Aufenthaltsraum  
Neubau

**Dozent:** UK-Team



Es gibt Menschen, die aufgrund von angeborenen oder erworbenen Beeinträchtigungen in der Kommunikation und sprachlichen Verständigung Schwierigkeiten mit ihrer Umwelt erfahren. Durch den Einsatz von Unterstützter Kommunikation können diese Menschen eine erhebliche Verbesserung ihrer Verständigung erreichen.

Daher ist das UK-Team stets be-

müht, die verschiedenen Hilfsmittel für eine gut funktionierende Kommunikation an den Mann bzw. die Frau zu bringen und bietet auch dieses Jahr Weiterbildungen zu diesem Thema an.

### **Zielgruppe:**

alle BewohnerInnen

**Termin:** 09. Mai

**Uhrzeit:** 13:30

**Ort:** Aufenthaltsraum  
Neubau

**Dozent:** T. von Arx

Bild: <http://www.grandreinigung.ch/dienstleistungen/haushafterreinigung>



Wer Möchte wissen wie Professionell ein Bad und WC gereinigt wird?

Dann ist dies die richtige Weiterbildung für Dich!

Rote, gelbe, blaue Tücher— welche Farbe ist für welche Oberfläche?

Wir lernen das Verwenden von Reinigungsmitteln und Utensilien.

Wir lernen verschiedene Reinigungstechniken.

**Zielgruppe:**

alle BewohnerInnen

**Termin:** 18. Februar**Uhrzeit:** 13:30–15:30**Ort:** Aufenthaltsraum  
Neubau**Dozent:** C. Rest

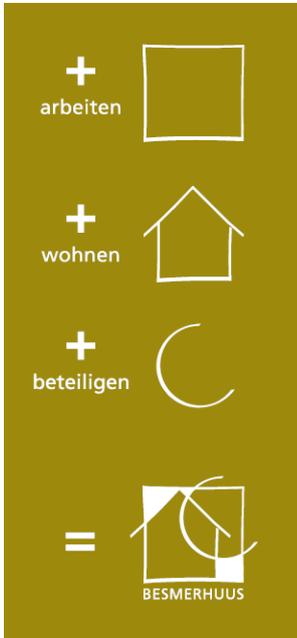
Wie lebe ich gesund?

Auf was sollte ich achten?

Diese und andere Fragen zum Thema Gesundheit werden hier beantwortet.

Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter aus den Wohngruppen stellen sich den Fragen der Bewohnerinnen und Bewohnern zu diesem Thema.

Ein interessanter Austausch zu einem wichtigen Thema.



### **Zielgruppe:**

alle BewohnerInnen

**Termin:** 08. Oktober  
29. Oktober

**Uhrzeit:** 14:00–16:00

**Ort:** Aufenthaltsraum  
Neubau

**Dozent:** D. Brugger

Wie wollen wir zusammen leben im Besmerhuus? Was ist uns wichtig? Welche Rechte habe ich...und welche Pflichten? Das neue Konzept "Leben im Besmerhuus" wurde von einer Arbeitsgruppe erstellt. In dieser Arbeitsgruppe waren Bewohner und Mitarbeiter. Wir reden gemeinsam über dieses Konzept und über unser Leben im Besmerhuus. Mitarbeiter und Klienten

aus allen Bereichen führen durch die Veranstaltung.

### **Zielgruppe:**

alle BewohnerInnen und  
MitarbeiterInnen

**Termin:** täglich

**Uhrzeit:** gemäss Belegungsplan

**Ort:** Fitnessraum



- **Laufband**
- **Cross-Trainer**
- **Liegefahrrad**
- **Gummibänder**
- **Hanteln**
- **Zuggerät**
- **Gleichgewicht**

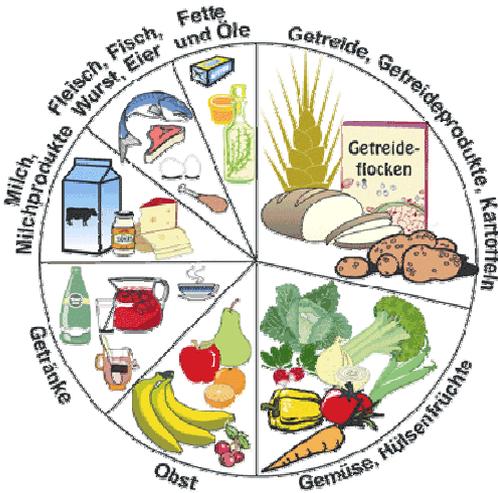
Auch Fitness ist Weiterbildung!

Bilde deinen Körper weiter und mach in fit für die Zukunft.

In unserem neu geschaffenen Fitnessraum besteht die Möglichkeit sich sportlich zu betätigen.

Gruppen von 2–3 Mitarbeiter erhalten eine professionelle Einführung durch Physiotherapeuten.

Bild: <https://www.familienhandbuch.de/gesundheitsernaehrung/kindheiternaehrung/minderalter.php>



## Zielgruppe:

Max. 10 BewohnerInnen

**Termin:** 21. Februar

**Uhrzeit:** 13:30–14:30

**Ort:** Aufenthaltsraum  
Neubau

**Dozent:** H. Bühler

Wir möchten unseren Bewohne-  
rInnen und externen Klienten  
auf eine einfache Art und Weise  
die gesunde Ernährung ein biss-  
chen näher bringen.

Von was darf ich viel Essen und  
Trinken, wo muss ich aufpas-  
sen?

Wieso bekommt man Überge-  
wicht oder wie kommt es zu ei-

ner Unterernährung?

Was passiert vom Kauen zum  
Verdauen?

## **Impressum**

### **Herausgeber:**

Verein Besmerhuus  
Besmerstrasse 22

### **Satz und Druck:**

Florian Trempa  
Telefon: +41 71 686 64 04



