



Besmerhuus Ziitig

Ausgabe 46

November 2015

Auflage: 430 Exemplare

Neues Sportangebot im Besmerhuus (J. Riester)

Aerobicgruppe

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

Juhuuu, die Besmerhuus Aerobicgruppe startet!

Wir treffen uns jeden Dienstag von 16:15 – 17:00 Uhr im Saal Neubau um bei lauter Musik unsere Bewegungslust zu entdecken und auszuleben. Dazu warten tolle Aerobicübungen auf uns. Also Sportkleidung und Schweißbänder nicht vergessen, wir freuen uns schon auf:

R. Hollenstein, M. Brühwiler, O. Di Lecce und F. Müller

Eure

Julia Riester (Villa) und Shenur Kurtishi (N2OG)



Neues von der Heimleitung (P. Kammer / C. Schafheitle)

Was gibt es Neues im Besmerhuus?

Herr Bruggmann: Wir haben einige Veränderungen beim Personal.

Seit kurzem unterstützt Frau Jacqueline Blickenstorfer das Villa-Team in der Morgenbetreuung. Sodann hat Frau Bigna Clavadetscher als Aushilfe bei uns angefangen.

Herr Andy Stössel verlässt uns nach gut 2 Jahren. Wir danken ihm für seine Mitarbeit und wünschen ihm im fernen Neuseeland viele gute Erfahrungen.

Frau Tara Walker, die als Praktikantin bei uns arbeitet, gratulieren wir zu ihrem Lehrvertrag für das nächste Jahr.

Frau Shenur Kurtishi feiert ihr 5jähriges Dienstjubiläum. Wir gratulieren ganz herzlich.

Was ist sonst noch los im Besmerhuus?

Herr Bruggmann: Vor kurzem hatten wir 20 Gäste von der Fachhochschule Olten. Diese, alles Fachpersonen im Behindertenbereich, haben bei uns zwei Weiterbildungstage gestaltet und dabei einen Einblick in unsere Institution erhalten.

Am 29. Oktober hat INSOS Thurgau (früher TIB Thurgau) alle Heimleiter und Vorstände eingeladen. Bei dieser Veranstaltung informierte INSOS Thurgau über seine Tätigkeiten. Die Vertreter des Sozialamts und Regierungsrat Jakob Stark stellten die Strategie (2015 – 2020) betreffend dem Ausbau von Wohn- und Tagesstrukturplätzen für erwachsene Menschen mit Behinderung und dem ambulanten Betreuungsangebot vor.

Gab es noch weitere Ereignisse?

Herr Bruggmann: Im letzten Monat wurde bei uns eine Mitarbeiterbefragung (Erfassung der Zufriedenheit von Mitarbeitenden) bei einer externen Fachstelle in Auftrag gegeben. Die Befragung ist nun abgeschlossen und wird anonym ausgewertet. Der Rücklauf betrug 94 %. Die Auswertung dauert noch an, weitere Informationen folgen.

Die notwendigen Brandschutzmassnahmen in der Villa wurden bewilligt und es gibt auch Baubeiträge vom Kanton. Die Arbeiten werden noch in diesem Jahr ausgeführt.

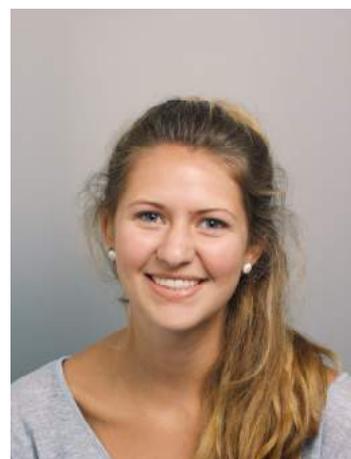
Unsere Weihnachtsfeier findet am 23. 12. 2015 statt. Die einzelnen Wohngruppen feiern nicht mehr separat, sondern es gibt eine Gesamtveranstaltung vom Besmerhuus. Von 14 Uhr bis 20 Uhr wird auch ein Weihnachtsmarkt auf dem gesamten Gelände stattfinden.



Jacqueline Blickenstorfer



Tara Walker



Bigna Clavadetscher

Pflanzen im Besmerhuus (F. Trempa)

Der Schopftintling (*Coprinus comatus*) ist geschmacklich ein Pilz der Superlative! Dazu weiter unten Ausführliches.

Da spielt es uns in die Hand, dass er zu den Frühaufstehern im Jahresverlauf der Pilze gehört. In manchen Jahren gibt er sich bereits gegen Ende April die Ehre. Bis in den November hinein hält er durch. Sein häufigstes Erscheinen in Mitteleuropa hat er im September. Wer ihn in jungem Zustand findet, sollte diesen Vertreter aus der Familie der Tintlingsartigen (Coprinaceae) umgehend ernten.



Tipp!

Um seine Haltbarkeit für den Transport zu verlängern, dreht man den Stiel vorsichtig heraus. Stiele getrennt lagern. So überdauern die Hüte ein wenig länger. Die Stiele eignen sich ausgezeichnet, um ein sehr aromatisches Pilzpulver herzustellen. Die Pilze zählen nämlich zu den besten Würzpilzen.

Achtung!

Beim Schopf-Tintling können bei gleichzeitigem oder nachfolgendem Alkoholgenuss vereinzelt leichte Vergiftungen auftreten. Es beschränkt sich allerdings fast immer auf relativ harmloses Unwohlsein.

Jahrmarkt in Kreuzlingen (F. Trempa)

Auch in diesem Jahr war der Verein Besmerhuus mit einem Stand am Jahrmarkt in Kreuzlingen vertreten.

Bei schönstem Wetter bestand für alle Besucher die Möglichkeit unsere neuen Produkte zu erwerben. Generell besteht die Möglichkeit während der Öffnungszeiten der Tagesstätte unsere Produkte zu kaufen. Oder melden Sie sich einfach unter:

Verein Besmerhuus

Florian Trempa, Leitung

Produkteorientierte Beschäftigung

071-686-64-04 / 071 686 60 90

floriantrempa@besmerhuus.ch



Ferien in Gumpoldskirchen bei Wien (E. Ammann)

Am Samstag, 17.10.2015 fuhren wir (R. Hollenstein, R. Steiner, G. Stüssi, R. Frei, S. Huber, F. Trempa, C. Albrecht und E. Ammann) Richtung unseren langersehnten Ferien nach Wien. Nach ein paar kurzen Beinvertretungs-Stopps kamen wir in unserer Unterkunft, der Pension Grill, an. Dann ging es zuerst zum Einziehen in die Zimmer und natürlich war die erste Frage; wer bekommt welches Bett. Dies war schnell geklärt und die Sachen wurden auch fleissig in den Schrank eingeräumt. Nach einer kurzen Erkundungstour und anschliessendem Ausruhen, machten wir uns auf den Weg, um einen

schönen Platz zum Essen zu finden.

Da die Region sehr bekannt ist für ihren Weinbau, fanden wir eine „Besenbeitz“ dort genannt

„Heuriger“. Die

Weinbauern dürfen eine Anzahl von Tagen im Jahr offen haben und bieten dort ihren Wein sowie meistens einen Braten oder andere Spezialitäten der Region an. Wir waren alle sehr begeistert von dem Angebot und jeder fand etwas Leckereres zu Essen. Wir liessen den Abend gemütlich ausklingen und freuten uns aufs Bett.

Nach einer guten Nacht freuten wir uns auf den neuen Tag. Wir genossen unser Frühstück und erkundeten anschliessend eines der vielen



Schlösser in der Umgebung. Zufrieden kehrten wir zurück und erkundeten unsere Unterkunft. Wir waren auf einem Weingutsbetrieb mit etwa 8 Zimmer einem Gemeinschaftsraum so wie einem wundervollen Garten.

Wir erkundeten jeden Abend ein anderes Restaurant oder „Heuriger“ und genossen die Österreichischen Spezialitäten wie Kaiserschmarren oder ein riesen Schnitzel.

Die Highlights der Woche waren sicher der Besuch des Schlosses Schönbrunn, dort wo Sissi und ihr Kaiser zu Hause waren. Dann machten

wir eine Fahrt auf dem berühmten „Prater“ (Riesenrad) von Wien und genossen die vielen anderen Schlösser. Auch ein super Highlight war das Konzert auf dem

Weingutsbetrieb der unsere Unterkunft war. Die Musiker Peter Meissner und Heinrich Walcher brachten uns zum Lachen und somit war dies ein super Abend mit viel Gelächter.

Es war eine sehr schöne Zeit und wir genossen die super Gastfreundschaft der Familie Grill.

Zufrieden kehrten wir zurück und uns bleiben sehr viele Erinnerungen an eine sehr schöne und gute Zeit. Wir wollten gar nicht mehr gehen und der Wunsch nächstes Jahr wieder dorthin zu reisen kam auf.

Spannende Tage im Besmerhuus (T. Stoll)

Letzten Dienstag und Mittwoch bekam das Besmerhuus Besuch aus dem Kanton Aarau. Zwanzig Teilnehmer den Kurses „Funktionale Gesundheit“ der Fachhochschule Nordwestschweiz aus Olten erprobten, unter Leitung von Claudia und Daniel Oberholzer, die sogenannte HCD Methode (Human Centered Design). Bei dieser Methode geht es darum, dass verschiedene Experten einer Frage aus ihrer Sicht nachgehen. Am Ende sollen so viele verschiedene Sichtweisen wie möglich berücksichtigt werden um zu einem optimalen „Produkt“ zu kommen („viele Augen sehen mehr“).

Firmen, wie zum Beispiel die „Swisscom“ versuchen mit dieser Methode mehr Nähe zu ihrer Kundschaft und deren Bedürfnisse zu erhalten.

Die Teilnehmer des Kurses aus Olten bekamen vier verschiedene Fragen gestellt. Sie versuchten in kleinen Teams herauszufinden, was hinter den Fragen steckt und entwickelten ein „Produkt“, das für das Besmerhuus hilfreich sein könnte.

Zwei Tage lang besichtigten sie die Einrichtung, stellten Fragen, diskutierten untereinander und besuchten die Umgebung (beispielsweise das Restaurant Besmer und den Ekkharthof). Dabei wurden auch Interviews mit vielen Personen im Besmerhuus geführt. Dass dabei auch Fragen gestellt wurden, deren Sinn nicht sofort erkennbar war (z.B. „Wenn Sie ein Tier wären, dann welches?“) machte die Sache besonders überraschend und spannend.

Es war schön zu sehen, wie sich die Menschen im Besmerhuus auf die besondere Situation eingelassen haben und die Besucher waren beeindruckt von der Offenheit und der Freundlichkeit bei uns.

Die Kursteilnehmer haben mich gebeten, noch einmal allen Menschen im Besmerhuus schöne Grüsse auszurichten und sie haben sich für die Gastfreundschaft bedankt.

Am 10. Dezember werden uns Claudia und Daniel Oberholzer noch einmal besuchen und uns die „Produkte“ der Teams vorstellen. Wir werden darüber berichten!



Ein „Produkt“, das sich aus vielen verschiedenen Sichtweisen und Erkenntnissen zusammensetzt.

Das kalte Abenteuer (A. Eugster / J. Hoffmann)

Im Oktober startete die Reisegruppe mit Sybille Capt, Andreas Böni, Erika Lieberherr und Andy Eugster zusammen mit Lisa Zawatzka und Jürgen Hoffmann ihre Ferienreise an die Ostsee, genauer gesagt, auf die Halbinsel Fischland. Dort hat es einen der schönsten Strände der Welt, wo man jede Menge Muscheln und mit viel Glück auch den wertvollen Bernstein finden kann. Mit dem Heimbuss ging es Richtung Ostdeutschland und dann geradeaus und immer nach Norden, an Berlin vorbei und das mit Vollgas, denn dort sind die Autobahnen neu und haben oft auch drei Spuren. Sybille fragte immer wieder mal: „wann sind wir da?“ Die Antwort vom Lenkrad war immer: „Wenn es wieder dunkel ist“. Draussen gab es nur noch flaches Land mit riesigen Feldern und immer wieder mal einer Reihe mit hohen Windrädern. Erst als es wieder stockdunkel war, kamen wir an unserem Ferienhaus in Zingst an. Am nächsten Morgen ging es zu Fuss erst mal zur Ostsee. Die Sonne schien und es war gar nicht so kalt. Der Weg wurde immer weicher und tiefer und dann nur noch Sand und die tief blaue Ostsee soweit man sehen konnte. Andreas ist gleich im Sand niedergesunken. Zum Mittag gab es Piz-za für 7 Euro mit so viel Käse und Salami drauf, dass wir alle Mühe hatten, aufzuessen. Am Abend haben wir den Ofen im Haus mit unseren K-Lumets und dem mitgenommenen Brennholz angeheizt. Das hat tip top geklappt und es wurde dann sehr heiss in der Stube. Am Montag fuhren wir in die nächste Ortschaft die Prerow heisst. Dort kann man mit dem Wohn-

wagen oder Zelt im Wald oder sogar am Strand in den Sanddünen campen. Obwohl es nur 5 Grad hatte, waren da einige Leute auf dem Campingplatz. Wir sind alle tief in den weissen feinen Sand eingesunken und der kalte Ostwind war stark. Am Strand frassen fette Albatrosse und Möwen Miesmuscheln, aber nicht die toten Quallen. Am Dienstag fuhren wir gleich am Morgen wieder nach Prerow und dann mit einem kleinen Zug tief in den Darsser Urwald. Mitten drin war Endstation. Von dort aus ging es zu Fuss weiter. Im grossen Kiefernwald wuchsen überall Heidelbeerbüsche, im Herbst aber ohne Beeren, dafür gab es ab und zu einen Fliegenpilz. Es war kalt und düster und später auch noch nass. Wir sind am ältesten Leuchtturm der Ostsee angekommen. Lisa und Andy sind die hundert Stufen hochgeklettert und von oben haben sie Wasser, Wasser und noch mal Wasser gesehen und einen sehr langen Strand. Das ist der Weststrand mit einem Moor direkt dahinter und dem riesigen Urwald. Lisa und Sybille haben Hefeklösse mit Heidelbeeren und die Herren salzige oder geräucher- te Fischbrötchen zum Kaffee gegessen. Uns ist aufgefallen, dass überall die Leute in den Res- taurants auch bei dem Wetter draussen sitzen. Am Strand haben wir leider kein Bernstein ge- funden, dafür aber viele andere schöne Steine die sehr ähnlich aussahen. Am Mittwoch sind wir weiter in den Osten nach Stralsund gefah- ren ins Ozeaneum. Es ist viel grösser wie das Sea Life und liegt direkt am Hafen. Der Ost- wind, der Gegenwind war so stark, dass wir

froh waren endlich drin zu sein. Es hatte viele Aquarien mit allen möglichen Fischen und solchen Viechern die wie Pflanzen aussehen und sogar einen lebendigen Seestern konnte man streicheln. In einer grossen dunklen Halle konnten wir uns hinsetzen oder auf Liegestühlen hinlegen und sahen über uns verschiedene Wale und sogar einen Blauwal in echter Grösse. Auch die Töne und Geräusche der Tiere waren zu hören. Oben auf dem Dachgeschoss gab es echte Pinguine. Die bekamen gerade ihren Fisch. Das hat Erika besonders gefreut. Am Donnerstag war der Tag mit dem stärksten Ostwind. Schnell haben wir uns extra warm angezogen sind an den Strand gelaufen, haben Sand, Muscheln und Steine zum mit nach Hause nehmen gesammelt, haben alle aus einem Glas das Salzwasser probiert. Das war echt

scheusslich salzig. Die Ostsee war braun, die Wellen hoch und auch die Luft schmeckte sehr nach Meer. Aber nicht genug: wir sind noch auf einem Steg weiter raus gelaufen, der Sturm war so stark, dass wir uns gut festhalten mussten. Eine Menge Seevögel, auch die grossen schweren Albatrosse mussten nicht ihre Flügel bewegen, sie bleiben einfach so in der Luft stehen. Am Freitagmorgen kam schon der letzte Teil des Abenteuers. Alles musste wieder eingepackt und im Bus verstaut werden. Unterwegs haben wir natürlich so richtig zu Mittag gegessen mit fettigen Bratkartoffeln und Fleisch und dann natürlich öfter mal Kaffee getrunken in den verschiedenen Raststätten. Kurz nach Mitternacht, oder anders gesagt ganz früh am Samstag waren wir wieder hier.



Sport: Swiss Ice Hockey Day 2015 (L. Fehr / M. Kleck)

Am Sonntag, den 01.11.2015 folgten wir einer Einladung des EHC Kreuzlingen-Konstanz zum national durchgeführten Swiss Ice Hockey Day 2015 in der Bodensee Arena in Kreuzlingen.

Dieser Event fand an ca. 90 Orten in der ganzen Schweiz statt und bietet Jung und Alt einen unvergesslichen Tag auf dem Eis und viel Wissenswertes über den Eissport für alle Altersklassen.

Einige prominente Eishockeyspieler waren in der Arena, um einem den Eissport näher zu bringen. Unter anderem waren Roman Wick / ZSC Lions und René Back / Kloten Flyers aus der NLA dabei, sowie Thomas Furrer / Winterthur aus der NLB oder Janine Müller / A-Nati Spielerin und Sarah Weiss / U18 Nati Spielerin der Schweiz mit dabei. Und natürlich auch die Spie-



ler der 1. Mannschaft des EHC Kreuzlingen-Konstanz, sowie deren Trainer.

Es gab ein grosses und buntes Programm, welches bereits um 10.30 Uhr los ging und bis am Nachmittag um 17.00 Uhr dauerte. Man konnte z.B. Parcours fahren, es gab eine Autogrammstunde und zum Abschluss eine grosse Schaumparty auf dem Eis.

Natürlich war auch die bewährte EHC Festwirtschaft geöffnet und somit war für das leibliche Wohl ebenfalls bestens gesorgt.

Wir bedanken uns an dieser Stelle nochmals herzlich für die Einladung und wünschen allen Beteiligten eine erfolgreiche und verletzungsfreie Eishockey-Saison 2015/2016.

Adventsverkauf in der evang. Kirchengemeinde

25. November von 13:00 Uhr bis 17:00 Uhr

Verschiedene soziale Institutionen von Kreuzlingen freuen sich

....wenn Sie unseren Adventsverkauf mit Kaffeestube besuchen!

Neben der Frauengruppe Handarbeit der Kirchengemeinde beteiligen sich die Aussenwohngruppe Zihlschlacht, das Besmerhuus, die Kinderkrippe Felsenburg und der Gemeinnützige Frauenverein mit eigenen Verkaufsständen.

Angeboten werden Handarbeiten, Holzsachen, Adventsgestecke und auch Selbstgebackenes und – gemachtes.

Zusätzlich lockt die Kaffeestube mit selbstgebackenen Kuchen und Torten.

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

Konfirmanden im Besmer-Huus (J. Heinrich/Konfirmand)

Kreuzlingen, 14.11.2015: Die Konfirmanden-Klasse aus Kreuzlingen, die im Frühling 2016 konfirmiert wird, besuchte das Besmerhuus in Kreuzlingen. Wir erhielten einen Einblick in das Leben der Heim-Bewohner und erfuhren auch sehr viel über die Aufgaben der Betreuer. Als wir ankamen, wurden wir von ein paar Bewohnern erfreut begrüsst. Die Leiter stellten sich kurz vor und zögerten nicht lange, um uns in zwei Gruppen aufzuteilen für die Führung des Heims. In meiner Gruppe besuchten wir zuerst das älteste Haus, welches von den Leitern auch Villa genannt wird. Die Bewohner zeigten uns stolz ihr Zimmer und erwähnten auch mehrere Male, wieviel es aufgeräumt und gepflegt wird. Dann verliessen wir die Villa und besichtigten noch die restlichen Räume und Wohnblöcke. Auch der Waschkeller wurde gezeigt, welcher von den Bewohnern und dem Personal in Betrieb genommen wird. Kein bisschen Wäsche wird auswärts gereinigt. Schlussendlich nahmen wir noch in 2er bis 4er-Gruppen gemeinsam das Mittagessen ein. Es gab Spaghetti, was uns und insbesondere auch den Bewohnern schmeckte. Nach dem Essen spielten wir eine Runde UNO in der von den Bewohnern genannte UNO-Ecke. Der halbe Tag verging wie im Flug und dieser wird auch nicht so schnell in Vergessenheit geraten. Herzlichen Dank für den spannenden Einblick.

Joël Heinrich

Konfirmand



Die Konfirmanden mit einigen Bewohnern mit den Pfarrer Gunar Brendler und Pfarrerin Andrea Stüven

Kochtipp von Hans Bühler (N. Schweizer)

Lebensmittel richtig einpacken

Wer Geschmack und Qualität von Lebensmitteln bestmöglich erhalten will, sollte beim Einfrieren auf die richtige Verpackung achten. Unverpackt trocknen Lebensmittel schon nach wenigen Stunden aus.

Bei längerer Kühllagerung unter Null Grad kann dies zu Gefrierbrand führen. Die dafür typischen weißlich-braunen Stellen bilden sich immer dann, wenn das Gefriergut aufgrund beschädigter, undichter Verpackung mit Sauerstoff in Berührung kommt und an der oberen Schicht austrocknet. Die Lebensmittel sind dann zwar nicht automatisch verdorben, schmecken aber zäh und fad. Prinzipiell kann Gefrierbrand bei jedem Lebensmittel auftreten.

Beispiel Fleisch ▶▶▶



Beispiel Brot ▶▶▶



Zum Einfrieren von Brot und Backwaren sind Bäckertüten nicht geeignet. Auf gar keinen Fall sollten Einkaufstaschen oder Mülltüten aus falsch verstandener Sparsamkeit verwendet werden. Auch Pergamentpapier oder Frischhaltefolie sind ungeeignet. Empfehlenswert sind spezielle Gefrierbeutel oder entsprechend gekennzeichnete Kunststoffbehälter. Moderne Gefriermaterialien sind heute deutlich reissfester als früher und helfen so, Gefrierbrand zu verhindern. Wichtig: Die Verpackung sollte eng am Lebensmittel anliegen.

Impressum

Herausgeber:

Verein Besmerhuus
Besmerstrasse 22
CH-8280 Kreuzlingen

Redaktion Besmerhuus Züritig:

Thomas Stoll
Caroline Albrecht
Florian Trempa
Telefon: +41 71 686 60 93

Geburtstage



Die Besmerhuus Ziitig gratuliert:

09.10. Frau Rushiti

21.10. Herr Brühwiler

30.10. Frau Hiss

02.11. Frau Blickensdorfer

16.11. Herr Langerjahn

23.11. Herr Arslantürk

26.11. Frau Brugger

30. 11. Frau Rest

Alles Gute zum
Geburtstag



„Eigentlich sollte man einen Menschen überhaupt nicht bemitleiden, besser ist es, man hilft ihm.“

Maksim Gorkij

Thomas von Arx

5 Jahre Landi in Kreuzlingen (F. Trempa)

Die Landi in Kreuzlingen feiert am 27. und 28. November 2015 ihr fünf jähriges Bestehen!



Der Verein Besmerhuus hat die Möglichkeit dieses Event mit einem Kuchenstand zu begleiten. Herzlichen Dank an die Verantwortlichen - diese Einladung nehmen wir gerne an und freuen uns, wenn Sie, liebe Leserinnen und Leser, am Freitag oder Samstag bei der Landi vorbeikommen und uns besuchen!

... Termine... Termine... Termine... Termine... Termine...

Wann?

25.11.

27.—28.11.

04.12.

20.12.

23.12.

Was?

Adventsverkauf

5 Jahre Landi Kreuzlingen

Samichlausfeier

Kreuzlinger Weihnachtsspiel

Weihnachtsfeier Besmerhuus

Wo?

evang. Kirchengemeinde

Landi Kreuzlingen

Lengwiler Wald

evang. Kirchgemeindehaus

Kreuzlingen

Nachgefragt (K. Gnos)

Eglofs im Allgäu (diktiert von Jogibär)

Mit Sonnenschein starteten wir am 28.09.15 in eine super Ferienwoche ganz nach meinem Geschmack. Jeden Tag machte die Gruppe Unternehmungen von denen ich dreimal dabei war.

Der erste Ausflug am 29.09. an den grossen Alpsee nach Immenstadt fand ohne mich statt, aber Abends erzählten mir die anderen, dass der See sehr schön gewesen war und eine feine Lokalität zum Essen gefunden worden ist.

Den Ausflug am nächsten Tag liess ich mir nicht entgehen. Es ging nach Scheidegg zum Skywalk. Die Aussicht von dort oben übers Ländle ist umwerfend, ich sah nur Bäume.



Am 01.10. waren wir gemütlich im Feriendorf mit Tee und Guetzli. Nachmittags gingen wir zum Kegeln.



Am Freitag machten wir Isny unsicher. Wir waren Mittagessen, machten einen Stadtbummel und kauften uns Souvenirs.



Am Samstag traten wir traurig die Heimreise wieder an.