



Der Sami-  
chlaus zu Besuch  
am «Wiehnachts-  
märt»  
**Seite 4/5**

# Sennhofzeit

*Der Samichlaus besucht mit Schmutzlis und Esel den Sennhof am «Wiehnachtsmärt», gemeinsame Weihnachtsfeiern mit unseren Bewohnenden schenken besondere Momente, das Dividat der Physio sowie das Ausräuchern geben Einblick in unseren Alltag und das Bewohnerportrait von Herrn Schwaller erinnert berührend an ein bewegtes Leben.*



**sennhof** genuss  
**restaurant** freude  
geselligkeit

# Frühlingsbuffet

Samstag, 9. Mai 2026  
18.00 Uhr

Fr. 69.- (exkl. Getränke)

Reservieren Sie jetzt Ihren Tisch  
unter Tel. 062 745 08 31 oder  
[restaurant@sennhof.ch](mailto:restaurant@sennhof.ch)



# Einleitende Worte vom Geschäftsführer



## Dem Tage Leben schenken...

Urs Schenker,  
Geschäftsführer

**...die Aussage der drei Jugendlichen anlässlich der Gedenkfeier der Katastrophe von Crans-Montana hat ins Herz getroffen. Die Jugend, im oft kritisierten gelebten Privileg des Moments, hat uns die Augen geöffnet. Die grosse Betroffenheit, das Unverständnis und auch die Wut über das Unfassbare haben wachgerüttelt. Der grossen Verletzlichkeit des Lebens, dem Nichtwissen über das zwar garantierte, aber zeitlich ungewisse Lebensende, kann uns aus meiner Sicht einzig Demut und Bodenhaftung verleihen.**

Im Sennhof gehört das Sterben zum Leben. Oft steht es am Ende eines erfüllten und nicht immer einfachen Lebens. Trotz allem Verlust und aller Trauer ist das Sterben für uns etwas «Natürliches». Anders ist es, wenn dem Leben junger Menschen ein jähes Ende gesetzt wird. Man empfindet es als ungerecht, nicht richtig und unnatürlich – etwas im Lebenszyklus gerät aus dem Gleichgewicht. Es tauchen Bilder auf von Jugendlichen und Kindern im privaten Umfeld oder von jungen Menschen bei uns im Sennhof, die mit ihrer Frische und ihrem Lebensfokus Freude, Hoffnung und «Leben im Jetzt» vermitteln und uns anstecken. Wir wünschen ihnen allen von ganzem Herzen ganz viele Tage im Leben.

«Dem Tage Leben schenken» – eine absolute Reduktion des Inhalts eines mehrstrophigen Gedichts – hat lange Zeit unsere Eingangstüre geziert. Es hat unser Handeln bis heute nachhaltig geprägt und wird es auch in Zukunft tun. «Dem Tage Leben schenken» – diesen Auftrag nehmen wir im Sennhof sehr gerne wahr. Dafür benötigen wir genügend kompetente und beherzt wirkende Persönlichkeiten – Menschen, die wir für unsere Aufgabe gewinnen können. Die «mitverantwortliche» Politik scheint dieses Problem jedoch nicht sehr aktiv anzugehen oder sogar zu ignorieren. Im Aargau bräuchte es gemäss kantonaler Behörde bis 2035 zwischen 1'400–2'200 zusätzliche Betten in der Langzeitpflege und zusätzlich über 900 Pflegefachpersonen HF und 1'550 Pflegenden Sek. (Obsan Studie) und das nur in der Langzeitpflege ohne Spitex und Spitäler.

«Wir sind Ausbildung» – unseren Slogan leben wir seit vielen Jahren! Seit jeher sind wir offen und bereit, mit anderen Institutionen wie Spitex, Spitätern und Langzeiteinrichtungen in Kooperation zusammenzuarbeiten, und praktizieren dies mit einigen Partnern erfolgreich. Wir wollen auch in Zukunft dafür gerüstet sein, damit wir dank unseres Wirkens vielen Menschen «dem Tage Leben schenken» können.

➤ Urs Schenker, Geschäftsführer

### Impressum

#### Herausgeber

Pflegeheim Sennhof AG  
4803 Vordemwald  
062 745 08 08  
info@sennhof.ch  
www.sennhof.ch

#### Redaktion

Stefanie Suter  
Sibylle Lütolf

#### Layout & Druck

Printex AG  
Agentur Punkt  
6252 Dagmersellen

#### Druckauflage

1'500 Ex.

# Ein stimmungsvoller Rückblick auf unseren 13. «Wiehnachtsmärt»



**Der diesjährige «Wiehnachtsmärt» auf dem Sennhof-Areal war erneut ein wunderbarer Anlass und lockte zahlreiche Besucherinnen und Besucher nach Vordemwald. Insgesamt 34 Ausstellerinnen und Aussteller präsentierten mit viel Liebe ihre hergestellten Produkte. Das vielfältige Angebot reichte von handwerklichen Arbeiten und kreativen Geschenkideen über dekorative Artikel bis hin zu regionalen Spezialitäten.**

#### **Musik, Begegnungen und ein voller Innenhof**

Ein wesentlicher Bestandteil des «Wiehnachtsmärts» war auch in diesem Jahr das abwechslungsreiche musikalische Rahmenprogramm. Während des ganzen Tages sorgten unterschiedliche Formationen für festliche Klänge und eine lebendige Stimmung. Fast stündlich wechselten die Auftritte und boten ein breites Spektrum – vom Musikverein über Akkordeonklänge bis hin zu Jodelgesang. Ein ganz besonderer Höhepunkt war der Auftritt der Schülerchöre der Unter- und Mittelstufe Vordemwald. Die jungen Sängerinnen und Sänger begeisterten das Publikum und sorgten mit ihren Darbietungen für echte Gänsehautmomente.

Der Innenhof füllte sich rasch, und viele blieben stehen, um die musikalischen Beiträge in vollen Zügen zu geniessen. Das frühlinghafte Wetter trug zusätzlich dazu bei, dass der Markt über den ganzen Tag hinweg sehr gut besucht war. Viele Aussteller berichteten von regem Interesse, zahlreichen Gesprächen und schönen Begegnungen – genau das, was den «Wiehnachtsmärt» ausmacht.

#### **Leckereien und Erlebnisse für Gross und Klein**

Auch kulinarisch hatte der Markt viel zu bieten. Glühwein, Apfelhüechli, Marroni, Äplermagronen und weitere winterliche Köstlichkeiten sorgten für Genussmomente. Für unsere jüngsten Gäste gab es gleich mehrere Highlights.





Besonders beliebt waren die Lama-Begegnungen vom Lamahof Bergloch aus Brittnau, welche viele neugierigen Kinder und auch Erwachsene begeisterten. Gegen Abend durfte natürlich auch der Besuch des Samichlaus nicht fehlen. Gemeinsam mit Schmutzli und dem Eseli Nepamuk verteilte er reichlich Nüsse, Mandarinen und Schokolade. Dieser traditionelle Programmpunkt bildete einen würdigen Abschluss eines rundum gelungenen Markttag.

### Ein herzliches Dankeschön und Ausblick

Der 13. «Wiachtmärt» war ein voller Erfolg – dank der engagierten Ausstellenden, der mitwirkenden Vereinen und Gruppen, den zahlreichen Helferinnen und Helfer sowie der vielen Besucherinnen und Besucher. Sie alle haben diesen Anlass zu etwas ganz Besonderem gemacht.

Wir bedanken uns herzlich bei allen, die zum Gelingen beigetragen haben und freuen uns bereits jetzt auf die nächste Ausgabe. Der Termin darf bereits vorgemerkt werden: **28. November 2026**. Wir freuen uns darauf, auch dann wieder gemeinsam den Weihnachtszauber im Sennhof zu erleben.

➤ *Stefanie Suter*



# Regionale Kooperation in Aus- und Weiterbildung sowie Dienstleistungen mit der Spitex Region Zofingen AG

**Um unseren Bewohnenden sowie unseren Kundinnen und Kunden eine ganzheitliche und qualitativ hochwertige Betreuung zu bieten, legen wir grossen Wert auf verlässliche und nachhaltige Partnerschaften in der Region. Eine zentrale Rolle spielt dabei die enge Zusammenarbeit mit der Spitex Region Zofingen AG.**

Zur Förderung und Sicherstellung dieser Kooperation finden jährlich sowohl im Sennhof als auch bei der Spitex gemeinsame Lernnachmittage statt. Diese stehen den Lernenden beider Institutionen offen und ermöglichen einen wertvollen gegenseitigen fachlichen Austausch. Ergänzend dazu besteht die Möglichkeit, Schnupper- und Einblicktage in den jeweiligen Organisationen zu absolvieren. Dadurch erhalten die Lernenden praxisnahe Einblicke sowohl in die ambulante als auch in die stationäre Pflege, was den Erfahrungsaustausch sowie die gezielte Erweiterung des Fachwissens unterstützt.



Zur weiteren Förderung der Pflegequalität werden zudem die jährlichen Weiterbildungsprogramme gegenseitig ausgetauscht. Mitarbeitende haben dadurch die Möglichkeit, Schulungen und Weiterbildungen bei der jeweiligen Partnerinstitution zu besuchen. Ein weiterer Schritt innerhalb der Kooperation ist eine künftig geplante Zusammenarbeit im Bereich der Ausbildung. In diesem Zusammenhang sind noch verschiedene Rahmenbedingungen zu klären und zu schaffen. Den Bewohnenden der Alterssiedlung Sagimatt bieten wir ein umfassendes Betreuungs- und Dienstleistungsangebot.

Dieses umfasst unter anderem Unterstützung im Alltag, technische Dienstleistungen sowie sicherheitsrelevante Angebote wie den 24-Stunden-Notfallknopf.

Pflegerische Leistungen gehören nicht zum Leistungsangebot der Alterssiedlung. Für sämtliche pflegerischen Tätigkeiten empfehlen wir die Spitex Region Zofingen AG als kompetente und verlässliche Partnerin. Der regelmässige fachliche Austausch sowie eine klare Aufgabenteilung stellen sicher, dass Betreuung, Pflege und Ausbildung optimal aufeinander abgestimmt sind – zum Wohle der Menschen in unserer Region.

› Urs Schenker



## Wir eröffnen unsere neue Sennhof Kita!

**Start am 2. Juni 2026 – Eingewöhnung bereits ab Mitte Mai 26 möglich.**

### Öffnungszeiten

Dienstag, Donnerstag, Freitag  
6.15 – 18.00 Uhr

Freie Plätze sind verfügbar.

Lernen Sie uns persönlich kennen an den Tagen der offenen Kita:

**8. Mai 2026 von 14.00 – 19.00 Uhr**

**9. Mai 2026 von 10.00 – 15.00 Uhr**

### Auskunft erteilt Ihnen gerne

Marco Trunz | 062 745 09 99  
kita@sennhof.ch

# Modernste Technik dank dem Dividat von Wilders Physiotherapie im Sennhof

**Wilders Physiotherapie stellt vor:  
Olivia Huber arbeitet als Physiotherapeutin im Pflegeheim Sennhof.  
In ihrem Alltag begleitet sie die  
Bewohnenden auf ihrem Weg zu mehr  
Mobilität und Lebensqualität – unter-  
stützt durch moderne Therapiegeräte  
wie das Dividat.**

Seit mehreren Jahren bin ich als Physiotherapeutin im Pflegeheim Sennhof tätig. Dabei bringe ich nicht nur fundiertes Fachwissen ein, sondern auch eine enge persönliche Verbindung zum Haus. Ich bin in der unmittelbaren Umgebung aufgewachsen und kenne den Sennhof seit meiner Kindheit.

Mein beruflicher Weg führte mich nach der Matura über die Ausbildung zur Physiotherapeutin, einen berufsbegleitenden Bachelor sowie verschiedene Weiterbildungen in unterschiedlichen Bereichen der Geriatrie. Nach mehreren beruflichen Stationen in Physiotherapiepraxen und Pflegeheimen sowie einer familienbedingten Pause kehrte ich im Jahr 2022 zur Wilders Physiotherapie zurück – und damit auch an meinen angestrebten Arbeitsort Sennhof.

Der Arbeitsalltag im Pflegeheim ist abwechslungsreich und zugleich anspruchsvoll. Die Therapieziele sind individuell und reichen vom Erhalt oder der Verbesserung der Mobilität über die Schmerzlinderung bis hin zur Förderung der Selbstständigkeit oder der Sicherung der Lebensqualität. In enger Zusammenarbeit mit dem Pflegepersonal konnten bereits zahlreiche positive Fortschritte erzielt werden. In fortgeschrittenen Krankheitsphasen liegt der Fokus häufig darauf, die Mobilität so lange wie möglich zu erhalten und Beschwerden zu lindern. Auch in der Begleitung von Bewohnenden am Lebensende leistet die Physiotherapie einen wertvollen Beitrag, beispielsweise durch atemerleichternde Massnahmen, gezielte Lagerungen und körperliche Zuwendung. Zudem gehören das Anpassen von Gehhilfen sowie das individuelle Einstellen von Rollstühlen zu meinen Aufgaben.



Ein wichtiger Bestandteil der physiotherapeutischen Arbeit im Sennhof ist das Trainingsgerät Dividat, das von der ETH Zürich entwickelt wurde. Es kombiniert Bewegung mit kognitiven Aufgaben und fördert Gleichgewicht, Konzentration und Ausdauer auf spielerische Weise. Studien zeigen, dass dieses Training sowohl körperliche als auch geistige Fähigkeiten sowie die Lebensqualität verbessern kann – auch bei Menschen mit kognitiven Einschränkungen.

Im Sennhof stellt das Dividat eine wertvolle Ergänzung zu den bestehenden Therapieangeboten dar. Besonders geschätzt wird, dass das Training motivierend ist und den Bewohnenden sichtbar Freude bereitet, auch wenn es körperlich durchaus fordernd sein kann.

Die Arbeit im Sennhof schätze ich besonders wegen der Begegnungen mit den Menschen, des angenehmen Umfelds und der positiven Stimmung im Haus. Für mich stehen nicht nur Bewegung und Therapie im Mittelpunkt, sondern ebenso Nähe, Vertrauen und ein wertschätzender Umgang im Alltag.

➤ *Olivia Huber*

# Schnappschüsse





# Willy Schwaller: «Es ist wichtig, trotz schwieriger Umstände das Beste zu geben.»



**Leider verstarb Willy Schwaller kurz vor der Veröffentlichung dieser Ausgabe der Sennhofzeit. Wir haben uns nach Rücksprache mit seiner Familie dazu entschlossen, das persönliche Interview auch in Andenken und Wertschätzung gegenüber Willy Schwaller zu veröffentlichen. Er freute sich auf die Veröffentlichung.**

## Kindheit und Schulzeit

Ich bin am 23. August 1932 als drittes Kind in diese Welt geboren. Zusammen mit zwei Schwestern und einem Bruder genoss ich unsere Kindheit. Unser Eigenheim war zwar renovationsbedürftig, aber mit dem grossen Garten (rund 2000m<sup>2</sup>), den vielen Bäumen und Tieren lebten wir fast wie im Paradies.

Als ich 7 Jahre alt wurde, kam ich in die 1. Klasse. Der Anfang war sehr schwierig für mich: der lange Schulweg, die dürftigen Schuhe und Kleider und das Lernen fiel mir schwer. Im Unterricht war ich oft zu unsicher und zu schüchtern mich zu melden und oft war die Lehrerin der Meinung, ich sei zu langsam.

Dabei wären meine Antworten oft gar nicht so falsch gewesen, hätte ich mich nur getraut sie laut auszusprechen.

## Erinnerungen an meine Kindheit

Wenn ich an meine Kindheit denke, so kommt mir oft diese Szene in den Sinn: Mein Vater nahm mich mit dem Fahrrad mit nach Sumiswald. Ich sass den ganzen Weg auf der unbequemen «Stange»! Er war Kranführer. Im Bauernhaus bei Familie Blau durften wir essen und schlafen. An einem Morgen kam mein Vater und sagte: «Komm, du darfst heute mit mir auf den Kran kommen.» Ein toller Blick über das Emmental. Unvergesslich!

Wie froh war ich, als ich im April 1947 endlich aus der Schule entlassen wurde. Am 6. Juni begleitete mich dann mein Vater bei schönstem Wetter nach St. Aubin. Hier lebte ich nun also, bei Familie Winkelmann mit ihren Tieren, dem Hund, den Pferden, den Kühen und den Rindern. Um 4.30 Uhr war Tagwache, nach dem Waschen am Brunnen ging es den steilen Hang hinauf zu den Rebbergen. Oft war ich allein dort zum Arbeiten. Als 15-Jähriger hatte ich oft auch Heimweh. Das Essen war nicht reichlich und so verlor ich etliche Kilos.

Fr. 50.– Lohn erhielt ich und gab davon Fr. 45.– meiner Mutter. Im November wurde es windig und kalt. Hunger, keine warmen Kleider, Heimweh, wie lange sollte ich noch bleiben? Dazu kam der Vorwurf des Meisters, dass ich zu wenig leiste. Zwei Wochen vor Weihnachten war ich dann endlich zu Hause. Der Albtraum war zu Ende!

## Stellensuche

Für 90 Rappen in der Stunde fing ich im Januar 1948 bei Motoren Winkeler an zu arbeiten. Im Februar wechselte ich in eine Schuhfabrik und bekam Fr. 1.10 Lohn pro Stunde. Ab dem 1. März bekam ich sogar Fr. 1.80 in der Papierfabrik in Rothrist. Erfüllte sich wohl ein Kindheitstraum von mir? Vielleicht, aber auch ich wurde Kranführer.



Bild links: Willy Schwaller als 13-jähriger



Bild rechts: Rekrut Willy Schwaller im Februar 1952



Eiserne Hochzeit (65 Jahre verheiratet)

### Tag der Veränderung, eine neue Familie entsteht

Und dann kam die Liebe. Ich begegnete Assunta und war einfach nur sprachlos. Sie war als Arbeiterin aus Italien in die Schweiz gekommen und wohnte bei meinen Eltern im Haus. Sie sprach kaum Deutsch und ich kein Wort Italienisch, als wir uns zum ersten Mal sahen. Doch Worte waren nicht nötig. Unser Wunsch war es, möglichst rasch zu heiraten. Mit 21 Jahren zu heiraten war zwar etwas gewagt, aber auch gewollt. So gaben wir uns am 19. September 1953 in der Bruderklausenkirche in Sachseln das Ja-Wort. Es war ein kühler und regnerischer Tag. 18 Personen begleiteten uns. Als Ehepaar zogen wir in mein Elternhaus. Es war eine bescheidene Wohnung. Wenn wir damals gewusst hätten, in was für schönen Wohnungen und sogar in welchem schönem Haus wir später einmal wohnen durften! Unser Glück war gross, als unsere Kinder, Theres, Margrith und auch Adrian auf die Welt kamen. Theres wurde später Krankenschwester, Margrith arbeitet als Floristin und Adrian ist in der Textilbranche tätig. Er reist im Rahmen seiner Arbeit viel um die Welt. Heute habe ich sieben Enkel und noch mehr Urenkel. Assunta und ich entdeckten, wie schön das Reisen war. Es zog uns in die Karibik und nach Mexico.

Am 23. August 1997 wurde ich pensioniert. Assunta arbeitete bis 80 weiter. Auch ich blieb nicht untätig. Ich half dem Pontonierversen beim Renovieren und machte noch gerne Velotouren.

### Eintritt in den Sennhof

Am 16. September 2021 war unser Eintritt in den Sennhof. Wir hatten vier Tage Zeit, unser Haus zu räumen. Zwei Mulden standen bereit. All unsere schönen Sachen – wohin damit? 69 Jahre waren wir verheiratet. Assunta war schwach und müde geworden. Am 9. August 2022 um 18.05 Uhr machte sie ihren letzten Atemzug. Ruhe sanft, liebe Assunta.

Ich mache nun das Beste aus meinem Leben: Backe Gugelhopf, jasse, rede mit Menschen. Mir ist es wichtig folgendes mitzugeben: Ich war ein schwaches Kind, aus einfachen Verhältnissen und habe in der Schule selten eine gute Figur abgegeben. Aber auch ich habe etwas aus mir gemacht, habe einen guten Beruf ausüben können, habe gut gewohnt und eine Familie gegründet. Es ist wichtig trotz schwieriger Umstände das Beste zu geben und sich nicht einzureden, nichts schaffen zu können.

➤ Margrith Muoth



## Unsere Jubilare – herzlichen Glückwunsch!

Wir gratulieren zu folgenden runden und besonders «hohen» Geburtstagen im Zeitraum vom 1. Oktober bis 31. Dezember 2025

- Gotthold Müller (75)
- Ernst Burgherr (80)
- Ernst Kohli (80)
- Katharina Wehrli (80)
- Monika Hübner (85)
- John Jivanandham (91)
- Elisabeth Dennler (92)
- Heidi Zimmerli (92)
- Ursula Bürger (95)
- Jolanda Richener (96)

# Weihnachtsgeschenke vom Sennhofverein

**Weihnachtsgeschenke für unsere Bewohnenden vom Sennhof wurden dieses Jahr voller Freude von einer Gruppe freiwillig Tätigen selbst gebastelt.**

Wie jedes Jahr hat der Sennhofverein am Dienstagnachmittag, 16. Dezember 2025, Weihnachtsgeschenke an die Bewohnerinnen und Bewohner vom Sennhof verteilt. Alles begann mit einer einfachen Idee und viel Leidenschaft. Beim letztjährigen Besuch des Adventswegs in Pfaffnau haben ein paar freiwillig Tätige die dort ausgestellten geschmückten und hübsch dekorierten Einmachgläser entdeckt und sofort an die Bewohnenden des Sennhofs gedacht. Das wäre doch eine tolle Geschenkidee für nächste Weihnachten! Mit grossem Engagement übernahm Katharina Lenzo die ganze Planung und Organisation.

Auf der Suche nach passenden Gläsern machte sie einen Aufruf unter allen freiwillig Tätigen des Sennhofvereins und so kamen schon ganz viele Gläser zusammen. Anschliessend besorgte Katharina das ganze Material und all die vielen Sachen, mit denen die Geschenke gefüllt und dekoriert werden konnten. An einem Novembernachmittag traf sich dann eine engagierte Gruppe von 10 freiwillig Tätigen und Vorstandsmitgliedern in der Lernwerkstatt des Sennhofs und gestaltete mit viel kreativem Sinn und grosser Ausdauer gemeinsam die schönen Gläser. Zusammen mit einer Weihnachtskarte wurden die Geschenke an alle Sennhof-Bewohnenden verteilt, welche diese mit leuchtenden Augen und grosser Freude entgegennahmen. Ein Weihnachtsgeschenk ganz im Sinne von «Glück entsteht oft durch Aufmerksamkeit in kleinen Dingen.»

› Jacqueline Bär



## Wir gedenken

Wir verabschieden uns von folgenden Bewohnenden, welche im Zeitraum von Anfang September bis Ende Dezember 2025 verstorben sind:

- › Lotti Bäni
- › Gertrud Balzan
- › Kurt Estermann
- › Georges Farnhammer
- › Agnes Gloor
- › Henri Gobet
- › Max Hächler
- › Hanna Heim
- › Heinz Hochuli
- › Susanne Humm
- › Robert Kym
- › Ruth Ledermann
- › Gertrud Lerch
- › Margrit Näf
- › Ruth Nüesch
- › Peter Remund
- › Beatrice Schindler
- › Rosmarie Studer
- › Rose-Marie Tschannen
- › Walti Tschumi
- › Hansruedi Zinniker
- › Zorka Zivkovic

# Ein ganz normaler Tag in der Hauswirtschaft



Das aktuelle Hauswirtschaftsteam

**Im Hauswirtschaftsteam unter der Leitung von Michèle Ryser arbeiten aktuell 18 Mitarbeiterinnen. Täglich sind sieben bis neun von uns unterwegs, um die verschiedenen Arbeiten auszuführen. Wir sind zwischen 21 und 64 Jahre alt und man erkennt uns gut an unserer brombeerfarbenen Arbeitskleidung. Wir arbeiten in drei Schichten von Montag bis Freitag, zusätzlich in der Regel an einem Wochenende pro Monat. Pause machen wir immer alle zusammen, und auch das Mittagessen nehmen wir jeweils zusammen am Stammtisch im Sennhof Restaurant ein.**

Nach dem Morgenrapport um 7.00 Uhr in der Wäscherei, startet jede Mitarbeiterin auf ihrer Abteilung. Die Tagestour beginnt im EG mit der Bodenreinigung beim Empfang und dem Restaurant und der Reinigung der Toiletten im öffentlichen Bereich. Anschliessend sind die Mitarbeitergarderoben im UG an der Reihe und werden geputzt. Jeweils am Montag werden alle Korridore im ganzen Haus mit der Scheuersaugmaschine gereinigt. Die Reinigungslappen und Mopps werden täglich gewaschen, getumblert und zusammengelegt. Bei Bedarf hilft man noch in der Wäscherei. Auf den Wohnbereichen werden täglich die Stationszimmer, Esszimmer, Toiletten, Korridore und alle Bewohnerzimmer gereinigt. Hier sind total fünf Mitarbeiterinnen im Einsatz.

Am Montag, Mittwoch und Freitag wird die Bett- und Frotteewäsche aufgefüllt. Die Wäsche auf den

Wohnbereichen wird von Montag bis Freitag 2x täglich eingesammelt. Die Wäsche wird dann von 2–3 Mitarbeiterinnen sortiert, gewaschen, getumblert, gebügelt oder gemangt und danach zusammengelegt. Dafür stehen vier Waschmaschinen und zwei Tumbler zur Verfügung. Die Wäscherei bewältigt pro Monat ca. 11 Tonnen an Bewohner-, Mitarbeiter-, Bett-, und Frotteewäsche. Grundsätzlich hat jede Mitarbeiterin ihre fixe Station und den gleichen Arbeitsbereich. Ausnahmen gibt es bei Krankheit, Ferienabwesenheiten oder am Wochenende.

› Michèle Ryser

**Ab 2026 bieten wir die Ausbildung zur Fachfrau / zum Fachmann Hotellerie-Hauswirtschaft EFZ neu im Sennhof an.** Der Schwerpunkt Hotellerie beinhaltet Leistungsziele zu Fremdsprachenkenntnissen in einer zweiten Landessprache oder in Englisch. Der Schwerpunkt Hauswirtschaft beinhaltet die Zubereitung einfacher Speisen.

#### Das ist gefragt

Praktische Veranlagung für hauswirtschaftliche Arbeiten, Sinn für ökonomische, ökologische und soziale Zusammenhänge, Freude am Kontakt mit Menschen, Teamfähigkeit, Sinn für Ordnung und Struktur, Organisationstalent, Dienstleistungsbewusstsein, Flexibilität und Belastbarkeit, gute Umgangsformen.

#### Schulische Bildung

In den Berufsfachschulen, in der Regel ein Tag pro Woche oder In Blockkursen, in der Regel 2x fünf Wochen im Jahr, inkl. überbetriebliche Kurse.

# Weihrauchzeremonien im Sennhof: ein Frühjahrsputz für die Herzen

**Das neue Jahr schenkt uns jedes Mal die Gelegenheit, einen Moment innezuhalten und auf das Vergangene zurückzublicken. Vielleicht gibt es Dinge, die uns belastet haben und die wir nun bewusst loslassen möchten. Ein schönes Bild dafür ist der Frühjahrsputz, den viele von uns seit Jahren kennen. Dabei wird aufgeräumt, gereinigt und Platz geschaffen für Neues. Danach fühlt sich das Zuhause wieder so an, wie man es sich wünscht – ordentlich, angenehm und frei von überflüssigem «Krimskrams».**

Im Sennhof haben wir am 28. Dezember gemeinsam das Ende des alten Jahres begangen und symbolisch Abschied vom Vergangenen genommen. Seelsorgerin Margrit Muoth, Seelsorger Ruedi Schmid, Michelle Grolimund als Assistentin der Seelsorge sowie Heimleiter Urs Schenker sind von Wohnbereich zu Wohnbereich gegangen und haben die Stuben mit Weihrauch ausgeräuchert. Dabei haben wir zusammen mit den Bewohnenden gesungen und für das neue Jahr gebetet. Zum Abschluss hat sich Urs Schenker jeweils mit einem Dankeschön an die Bewohnenden gewandt.



Margrit Muoth brachte dafür ein Weihrauchfass mit, wie man es beispielsweise aus katholischen Gottesdiensten kennt. Weihrauch ist getrocknetes Harz des Weihrauchbaumes. Es wird in kleinen Stückchen über heissen Kohlen erhitzt, wodurch duftender Rauch entsteht. Durch das Schwenken des Weihrauchfasses verteilt sich dieser im Raum.

Weihrauch wird zwar häufig mit der katholischen Tradition verbunden, kommt aber vereinzelt auch in evangelischen Kirchen vor. In der Bibel steht das Verbrennen von Weihrauch symbolisch für die Gebete der Menschen, die wie Rauch zum Himmel aufsteigen. Seit Jahrtausenden wird Weihrauch geschätzt und steht für die Gegenwart Gottes. Heute weiss man zudem, dass Weihrauch entzündungshemmende Wirkstoffe enthält.

Auch heute hat das Räuchern eine symbolische, reinigende Bedeutung. Der Duft soll Räume und auch die Herzen der Menschen von schweren und belastenden Gedanken befreien. So wie ein Frühjahrsputz das Zuhause von Staub und Überflüssigem befreit, sollte die Weihrauchzeremonie am 28. Dezember die Stuben und Herzen von unseren Bewohnenden und unseren Mitarbeitenden reinigen. Befreit vom Ballast des vergangenen Jahres kann man neu durchatmen und das neue Jahr mit Zuversicht begrüssen.

➤ Michelle Grolimund

# Rätselecke: Wie viele dieser Esel haben sich in der ganzen Sennhofzeit versteckt?

In dieser Ausgabe haben es sich etliche Eseli gemütlich gemacht (die Fotos zählen nicht!). Die einen sind einfach, die anderen etwas schwieriger zu finden. Wie viele Esel können Sie entdecken?

Senden Sie uns ein Mail mit der Anzahl Esel bis am **16. März 2026** an [stefanie.suter@sennhof.ch](mailto:stefanie.suter@sennhof.ch) und geben Sie Name, Vorname und Wohnadresse an. Sie können Ihre Lösung auch persönlich am Empfang auf der Verwaltung abgeben.

**Unter allen Einsendungen verlosen wir zwei Plätze für unser Frühlingsbuffet vom 9. Mai 2026 (exkl. Getränke). Wir wünschen viel Spass beim Suchen.**

**Folgende Fehler haben wir im Rätsel der Ausgabe Nr. 5/2025 versteckt**

**Wir gratulieren der folgenden Gewinnerin der zwei Plätze für unser Wildbuffet vom 8. November 2025:**

➤ Lisbeth Bolliger



# Wir haben bei Esel Nepamuk nachgefragt



**Hallo, lieber Esel! Schön, dass du dir Zeit für uns nimmst.**

› **Was machst du so, wenn du nicht gerade mit dem Samichlaus unterwegs bist?**

Oh, das ist eine gute Frage! Meistens entspanne ich mich auf der Weide, genieße das Gras und plaudere mit den anderen Tieren. Aber ich muss zugeben, das Leben als Esel ist nicht immer nur ruhig. Ich werde öfter als gedacht zu besonderen Anlässen gerufen und wenn der Samichlaus mich braucht, bin ich natürlich immer da! Manchmal bin ich der heimliche Star, manchmal der stille Begleiter.

› **Wie ist das so an der Seite vom Samichlaus?**

Der Samichlaus ist der Chef, aber ich bin der, der die ganze Sache erst so richtig rund macht. Ohne mich läuft gar nichts! Ich trage das ganze Gepäck und helfe, die Geschenke zu transportieren. Aber ehrlich gesagt: Ich liebe es, die Aufmerksamkeit zu bekommen. Der Samichlaus ist zwar nett, aber manchmal muss ich ihm einfach die Show stehlen (zwinkert).

› **Was sind deine Lieblingsmomente, wenn du unterwegs bist?**

Ach, das ist einfach! Wenn die Kinder kommen und ihre Wünsche erzählen – das ist jedes Mal so rührend.

Die Geschichten, die die Kinder erzählen, sind manchmal so lustig, dass ich nicht aufhören kann zu schmunzeln.

› **Der Samichlaus und die Schmutzlis, wie läuft das mit den Dreien?**

Die Schmutzlis, die sind immer für ein Abenteuer zu haben! Sie sind ein bisschen chaotisch, aber ich komme schon klar. Manchmal verliere ich die Nerven, weil sie sich wieder irgendwo verstecken oder Unfug machen. Aber insgesamt sind wir ein tolles Team. Und wenn es mal stressig wird, lasse ich einfach mal einen kräftigen «IAH» raus und dann wissen alle, dass ich die Zügel in die Hand nehme!

› **Hast du ein Geheimnis, wie du es schaffst, immer so ruhig zu bleiben – auch wenn es mal hektisch wird?**

Das Geheimnis ist einfach: Ruhe bewahren und gelassen bleiben. Wenn der Samichlaus von den Schmutzlis abgelenkt wird oder die Leute zu viel reden, zieh ich mich einfach für einen Moment zurück, schliesse die Augen und genieße die Stille. Dann kann ich alles viel besser sehen und hören. Und dann läuft alles viel entspannter!

› **Was würdest du dir wünschen, wenn du mal einen Wunsch frei hättest?**

Ganz ehrlich? Mehr Streicheleinheiten! Nichts geht über eine gute Massage am Rücken oder ein paar extra Karotten. Aber was ich wirklich toll finden würde, wäre ein richtig weiches Bett, in dem ich es mir, nach einem langen Tag, richtig gemütlich machen kann. Und vielleicht ein bisschen mehr Zeit für ein kleines Mittagsschläfchen, das wäre wunderbar!

› **Zum Schluss: Hast du einen Lebensrat für uns, der auch uns im Altersheim helfen könnte, den Alltag mit einem Lächeln zu meistern?**

Oh, das ist einfach: Immer mit einem Lächeln durch den Tag gehen! Es gibt immer etwas, worüber man sich freuen kann, selbst wenn es mal nicht perfekt läuft. Und wenn mal etwas schiefgeht, einfach wie ein Esel weitermachen, den Kopf hochhalten und mit einem «IAH» durch die Welt stampfen. Wir Esel haben schliesslich nie Angst vor Herausforderungen – wir nehmen alles mit Humor!

› *Stefanie Suter*