

# „insieme“ „mitanondo“



Corso di formazione - oli essenziali

I profumi  
degli oli essenziali  
sono messaggi  
dei sentimenti



# Vorschau - Rückblick

## Prossimamente - Retrospettiva



### Vorankündigung - Annuncio

- \* 03.12. Frisörbesuch „Lady Chic“  
Visita del parrucchiere „Lady Chic“
- \* 05.12. Nikolausfeier/ *San Nicolò ci viene a trovare*
- \* 16.12. Adventsfeier / *Festa d`Avvento*
- \* 18.12. Vorlesestunde mit den Schülern der Wirtschaftsfach-  
oberschule / *ora di lettura con la scuola superiore*
- \* 24.12. Besinnliche Weihnachtsfeier im Wohnbereich /  
*Festa natalizia nei reparti*
- \* 27.12. Jahresrückblick / *Retrospettiva sull`anno passato*

### Willkommen in unserem Haus

*Benvenuto nella nostra casa*

#### **Fabian Pörnbacher**

Arbeitet seit 1. November wieder  
als Physiotherapeut im Haus.  
*Schön, das Du zurück bist!*



# Vanille -Tonka Gipfel

„mit ätherischen Ölen backen“



## Zutaten:

300 g Butter  
100 g Birkenstaubzucker  
430 g griffiges Mehl  
150 g Nüsse

100 g Birkenstaubzucker  
10 Tropfen Tonkaöl  
5 Tropfen Vanille Extrakt



## Zubereitung:

Birkenstaubzucker, Mehl und Nüsse vermischen, Butter in kleine Stücke schneiden und schnell zu einem feinen Teig verarbeiten. Eine Stunde kühl stellen. Anschließend eine Rolle formen, kleine gleichmäßige Stücke schneiden und zu Gipfeln formen. Im Backrohr bei ca. 150 Grad Ober-/Unterhitze ca. 10 Minuten hellbraun backen. Für den aromatisierten Birkenstaubzucker den Zucker sieben, die ätherischen Öle eintropfen und mit einem Löffel ganz gut verrühren. Die Kekse nach dem Backen kurz auskühlen lassen und im aromatisierten Zucker wenden. Am besten schmecken die Gipfel nachdem sie ein paar Tage durchgezogen sind.

**Irmgard Weitlaner**

Sie arbeitet seit 1. November  
in der Hauswirtschaft.



# Aromapflege



Die Aromapflege hat sich zum Ziel gesetzt, die Gesundheit zu erhalten, zu fördern und das Wohlbefinden zu steigern. Dafür nutzt die Aromapflege wertvolle Rohstoffe aus der Natur und arbeitet mit qualitativ hochwertigen ätherischen Ölen, fetten Pflanzenölen (Mandelöl, Jojobaöl, Olivenöl), Pflanzenwasser (Hydrolaten) und Aromapflegeprodukten.

Die Aufnahme erfolgt einerseits über den Geruchssinn und andererseits über die intakte Haut. Man weiß, dass ein bestimmter Pflanzenduft nicht nur der Nase schmeichelt, sondern auch auf Geist und Seele wirkt.

Aromatische Essenzen richtig verwendet: sorgen für eine gute Raumatmosphäre, fördern unsere physische und psychische Gesundheit, unterstützen die Körperhygiene, verbessern das Hautbild, die Atmung, sowie das Ruhen und Schlafen, unterstützen



*schmecken, riechen, fühlen*

die Verdauung und Ausscheidung, stärken das Immunsystem, und dienen zur Mundpflege.

Zudem dienen sie zur Entspannung der Heimbewohner, Angehöriger und Mitarbeiter, unterstützen das Herz-Kreislaufsystem und dienen zur Begleitung in der Sterbephase.

Weitere duftende Anwendungsmöglichkeiten bieten sich mit Streichungen oder Einreibungen, Fußbädern, Inhalationen und Kompressen.

In unserem Haus wird schon seit einigen Jahren mit der Aromapflege gearbeitet. Vor allem mit der Raumbeduftung konnte man in den allgemeinen Räumen und in den Zimmern eine wohlige Atmo-



# Lavoriamo con oli essenziali



neues Aroma-  
pflege-Konzept für das Haus aus-  
gearbeitet. In Zukunft werden ne-  
ben der Raumbeduftung auch die  
Mundpflege und die Intimpflege  
mit ätherischen Ölen gemacht.  
Damit das reibungslos umgesetzt  
wird, werden alle Mitarbeiter an  
zwei Weiterbildungsnachmitta-  
gen geschult und im Dezember  
setzen wir mit viel Energie das  
neue Konzept um.

*Sonja Wieser*



# Bräuche

## Krippen in Südtirol



### Fröhliche Weihnacht überall...

...tönt es durch die Lüfte froher

Schall. In ganz Südtirol werden in der Advents- und Weihnachtszeit die traditionellen, handgemachten Weihnachtskrippen aufgebaut, die nicht nur Kinderaugen zum Leuchten bringen.

Es gibt sie in allen Größen und Formen - nichts ist vielfältiger und facettenreicher wie so eine traditionelle Weihnachtskrippe. Besonders in den ladinischen Dolomitentälern wie dem Gadertal sowie in Gröden, aber auch im Tauferer Ahrntal lassen sich wahre Schätze einheimischer Schnitzkunst finden, die jede Krippe in einem ganz besonderen Licht erstrahlen lassen. Mal sind sie winzig klein, mal füllen sie die ganze Stube aus, und mittendrin stehen Maria, Josef und das neugeborene Christuskind, umringt von Ochs und Esel, einer Schar von Schafhirten und natürlich dürfen auch die drei Weisen aus dem Morgenland nicht fehlen.

Früher besuchten die Bauern ihre Nachbarn zum „Krippele schau'n“, heute laden Museen und Festsäle zu Ausstellungen ein, bei denen nur die schönsten und in liebevoller Kleinarbeit handgefertigten Krippen gezeigt werden. Urig und richtig romantisch geht es hingegen bei der Krippenausstellung in St. Pauls zu. Über 100 Krippen lassen sich in den Gassen des Dörfchens entdecken und bewundern. Auch auf den Südtiroler Weihnachtsmärkten lassen sich einige dieser Kunstwerke bestaunen, umrahmt mit stimmungsvollen Weihnachtsklängen ...

**Il Natale tra i monti dell'Alto Adige non sarebbe tale**, se oltre allo sfavillante addobbo dell'albero, il profumo delle candele e i tipici dolci non ci fossero anche i presepi, una tradizione secolare in ricordo

# Rituali

## Presepi in Alto Adige

della nascita di Gesù nella stalla di Betlemme.

Sono disponibili in tutte le forme e dimensioni e realizzati con ogni genere di materiali e con le più svariate tecniche. Specialmente nelle valli dolomitiche ladine, cioè in Val Gardena e in Val Badia, ma anche nella Valle di Tures e Aurina, si trovano delle vere chicche dell'arte scultorea lignea con la scenografia ambientata per lo più intorno ad una malga montana con il bambinello nella mangiatoia circondato da Maria e Giuseppe, dall'asinello e il bue, da tutta una schiera di pastori con le loro pecore e naturalmente dai re magi venuti dal lontano Oriente a fargli visita con i loro doni.



di presepi a San Paolo. Oltre 100 presepi possono essere scoperti ed ammirati nelle vie del paesino.

Una volta, qui i contadini usavano far visita di cortesia ai loro vicini per “ammirare il presepe”. Oggi, per ammirare quelli più belli e artisticamente più elaborati si va nei musei o in una delle mostre appositamente allestite nelle sale del municipio di molti comuni altoatesini. Un'atmosfera caratteristica e molto romantica si percepisce invece alla mostra

Frohe  
Weihnachten  
Buon Natale



# Großer Dank an alle Freiwilligen



## Wie viel Zeit ...

...wie viele Stunden helfen die Freiwilligen in unserem Haus mit? Das ist immer eine Frage, die einmal im Jahr für eine Statistik benötigt wird.

Diese Stunden sind kaum zählbar. Wir haben offiziell 33 freiwillige Mitarbeiter, die verschiedene Dienste übernehmen. Von der Einzelbetreuung, über den Essenstransport, die Kartenspieler, die Vorbeter und viele mehr. Jeder Einzelne leistet einen wertvollen Beitrag, in dem was er tut. Dabei schenkt jeder den Senioren Zeit und Aufmerksamkeit und den Mitarbeitern sind sie eine große Stütze im Arbeitsalltag. Wie viel Zeit jeder einzelne Freiwillige im Haus verbringt, ist in dem Moment ganz egal. Wichtig ist nicht die Quantität sondern die Qualität. Wenn jemand mehr Zeit hat, ist es schön, wenn er diese mit den Senioren verbringt. Aber auch wenn jemand nur eine Stunde im Monat Zeit hat, ist das viel

wert.

Zu den 33 genannten Freiwilligen kommen aber noch viele andere Stunden von Kindern, Jugendlichen, Vereinen und Musikanten dazu. Denn auch das ist Freiwilligenarbeit. So gibt es viele, die regelmäßig bei verschiedenen Veranstaltungen musizieren. Auch der Mitarbeiterchor hat in seiner Freizeit einige Male im Seniorenwohnheim gesungen.

Die Bäuerinnen und die Bäuerlichen Senioren gestalten die Hl. Messen und backen „Niggilan“ für die Senioren. Um hier alle zu erwähnen, fehlt eindeutig der Platz.

Aber eins gilt für Alle von Herzen:

*„Ein herzliches  
Vergelt `s Gott Euch  
Allen für jede einzelne  
Minute, die Ihr den  
Senioren mit  
Freude schenkt.“*



# Mille Grazie per il vostro l'aiuto



# Hugo, unser fleißiger Helfer

Hugo, un grande aiuto per la casa



Hugo Neunhäuserer hilft seit April 2018 bei den verschiedensten Arbeiten im Seniorenwohnheim. Ob Rasen mähen, Bäume stutzen oder Fliesen austauschen, Hugo erledigt alle Arbeiten zur vollsten Zufriedenheit. Hervorzuheben ist die Gartenarbeit rund

um unserer Heim. Mit viel Zeitaufwand und Fleiß konnte Hugo den gesamten Außenbereich immer gepflegt halten. Die positiven Rückmeldungen vieler Besucher und unserer Heimbewohner bestätigen dies. Wir hoffen, dass du auch weiterhin unseren Haustechniker Markus so tatkräftig unterstützen kannst.

*Herzlichen Dank Hugo für Deine wertvolle Hilfe!*

Da aprile 2018 aiuta Hugo Neunhäuser di San Candido a fare dei lavori come tagliare l'erba, cambiare piastrelle ecc. nella nostra casa. Con grande impegno sta facendo tutti i lavori. Negli ultimi mesi tanta gente, ospiti della casa, parenti e visitatori ci hanno fatto i complimenti per un giardino bello e ordinato. Speriamo che anche in futuro Hugo ci aiuta a tenere in ordine la nostra struttura.

*Grazie per il tuo aiuto prezioso!*



# Gedächtnistraining

Setzen Sie die Wörter in den Text ein: **Baum, Marzipan, Advent, Kerze, probieren, Spannung, Glocke, Heilig Abend, Weihnachtssterne, Zimt, Zeit.**



Es ist \_\_\_\_\_ auf unsrer Welt.  
Der Lichterglanz die Stadt erhellt.  
Wir schmücken bunt das Tannengrün  
Und rote \_\_\_\_\_ blühn.  
Wir backen und sind frohgestimmt.  
Es riecht nach Ingwer, Nelken, \_\_\_\_\_,  
nach Früchtebrot und \_\_\_\_\_.  
Das Selbstgeback'ne kommt gut an.  
Denn Nachkätzchen sind niemals weit  
und zum \_\_\_\_\_ gern bereit.  
Die Kleinen fragen aufgeregt:  
„Was `s Christkind untern \_\_\_\_\_ wohl legt?“  
Die \_\_\_\_\_ steigt – wann ist's soweit?  
Nicht schnell genug vergeht die \_\_\_\_\_.  
Jedoch viel schneller als man denkt  
die vierte \_\_\_\_\_ plötzlich brennt.  
Schon bald darauf die \_\_\_\_\_ klingt.  
„Vom Himmel hoch“ man fröhlich singt  
und Jesu Christ ist uns ganz nah.  
Der \_\_\_\_\_ \_\_\_\_\_ ist nun da.



*Viel Spaß  
wünschen  
Mariedl und Karolina*

# Geburtstage im Dezember

## Compleanni nel mese di dicembre

### Heimbewohner - Ospiti della casa

- \* 08.12. Maria Preindl
- \* 12.12. Helmuth Feichter
- \* 14.12. Giovanni Berdozzo
- \* 14.12. Franz Rainer
- \* 23.12. Maria Lanz
- \* 26.12. Eugenio Comini



### Mitarbeiter - Collaboratori

- \* 09.12. Stefania Casanova De Marco
- \* 14.12. Stefan Holzer
- \* 15.12. Cornelia Hintner
- \* 18.12. Simone Käsbach
- \* 30.12. Barbara Bachmann
- \* 31.12. Anja Bergmann
- \* 31.12. Marie Luise Schönegger

Wir gratulieren!  
Ci congratuliamo!