

Ausgabe 40 | Frühling 2026

Huuszytig

Zentrum Aettenbühl



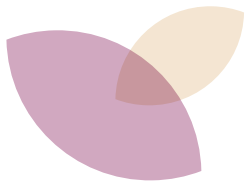
Fit für den Notfall

Schritte, die bleiben

Bilder-Bogen

Inhalt

2	Inhalt
3	Vorwort
4	Aktivitäten mit der Aktivierung
6	Schritt für Schritt zum höchsten Punkt Afrikas
9	Nationaler Zukunftstag
10	Bildimpressionen mit Rückblick
12	Notfallschulung
15	Unsere Bewohnenden
16	Bilder-Bogen
18	Unsere Mitarbeitenden
19	Aktuelles und Kontakte



Impressum

Redaktion: Sonja Hostettler (Bereichsleitung Hauswirtschaft),
Sandra Schnellmann (Nachtdienst)

Konzept: Quint AG, Cham

Gestaltung: Marketingwerkstatt GmbH, Sins

Druck: Anderhub Druck-Service AG, Rotkreuz

Titelbild: Frühlingserwachen im Garten

Zentrum Aettenbühl, 5643 Sins
Telefon 041 789 77 00
info@aettenbuehl.ch
aettenbuehl.ch



Liebe Leserin, lieber Leser

Der Alltag im Zentrum Aettenbühl ist geprägt von vielen kleinen und grossen Geschichten. Auch in dieser Ausgabe möchten wir Ihnen erneut einige dieser Erlebnisse näherbringen.

Mit viel Aufmerksamkeit ist einer unserer Bewohner regelmässig in der Gemeinde Sins unterwegs. Als leidenschaftlicher Hobbyfotograf dokumentiert er mit seiner Kamera die Veränderungen im Ort und lädt die Betrachterinnen und Betrachter dazu ein, gedanklich in die Vergangenheit einzutauchen.



Lebendig und fröhlich wurde es am Nationalen Zukunftstag in unserem Haus. Wissbegierige junge Menschen besuchten unser Zentrum, stellten spannende Fragen und begleiteten unsere Mitarbeitenden im Alltag. Die Begegnungen zwischen den Generationen sorgten für viele schöne und unvergessliche Momente.

Dass unsere Mitarbeitenden nicht nur im Berufsalltag Grosses leisten, zeigt die Geschichte einer Mitarbeiterin, die sich einen ganz besonderen Traum erfüllt hat. Sie hat den höchsten Punkt Afrikas bestiegen. Eine beeindruckende Leistung, die Mut, Ausdauer und Willenskraft voraussetzt und uns einmal mehr zeigt, wie vielfältig die Menschen sind, die unser Zentrum mitprägen.

Und während wir Ihnen nun viel Freude beim Lesen dieser Ausgabe wünschen, dürfen Sie sich bereits jetzt auf den Herbst freuen. Auch dann wird unsere HUUSZYTIG wieder neue Einblicke, Geschichten und Perspektiven bereithalten. Vielleicht entdecken Sie dabei sogar die ein oder andere kleine Veränderung.

Herzlichst

A handwritten signature in blue ink, appearing to read 'B. Emmenegger'. The signature is fluid and cursive.

Beatrice Emmenegger
Zentrumsleiterin

Aktivitäten mit der Aktivierung

Im vergangenen Halbjahr gab es Veränderungen in der Aktivierung. Wir verabschiedeten unsere langjährige Mitarbeiterin Erika Baumann.



Alles Gute zur Pensionierung

Nach vielen gemeinsamen Jahren heisst es nun Abschied nehmen: Unsere liebe Arbeitskollegin Erika Baumann tritt nach 27 Jahren in den wohlverdienten Ruhestand. Mit grossem Engagement, Herz und Fachkompetenz hat sie unser Team über all die Jahre bereichert und entscheidend mitgeprägt. Wir blicken dankbar auf die gemeinsame Zeit zurück, auf die vielen schöne Momente und ihre stets hilfsbereite und freundliche Art.

Liebe Erika, wir wünschen Dir für Deinen neuen Lebensabschnitt von Herzen alles Gute, Gesundheit, Glück, Zufriedenheit und viele unvergessliche Erlebnisse. Geniesse die freie Zeit, die nun ganz Dir gehört.

Alles Liebe, Dein Aettenbühl-Team

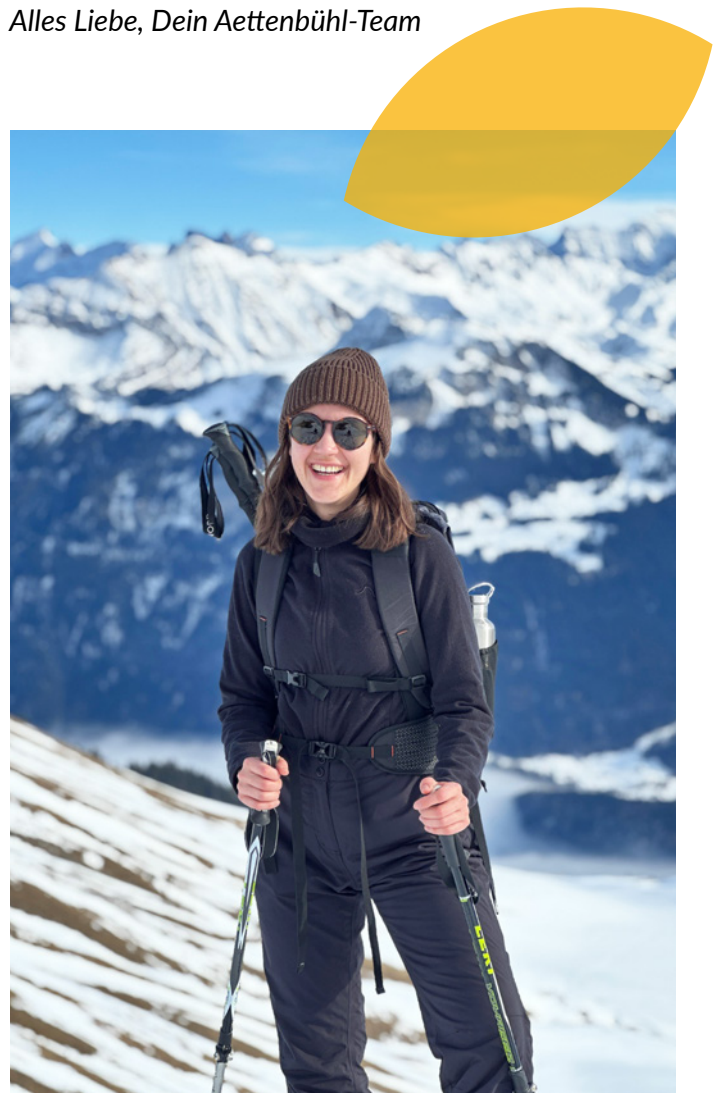
Ihre Nachfolgerin stellt sich Ihnen gerne kurz selbst vor: «Mein Name ist Natalie Del Boccio, ich bin 25 Jahre alt und wohne in Muri AG. Am 2. Februar 2026 durfte ich mit voller Freude im Zentrum Aettenbühl starten und unterstütze nun mit 60% jeweils montags, mittwochs und freitags das Aktivierungsteam.

Ursprünglich bin ich gelernte Fachfrau Betreuung EFZ und habe viele Jahre in der Kinderbetreuung gearbeitet. Die Aktivierung war für mich jedoch schon immer ein faszinierender Arbeitsbereich, in dem ich meine sozialen Fähigkeiten sowie meine Leidenschaft zur Kreativität vereinbaren darf.

So gestalte ich auch meine Freizeit. Ich habe immer ein offenes Projekt, entweder auf meiner Häkel- oder Stricknadel oder auf meinem Pult. Ansonsten findet man mich oft draussen, sei es in den Bergen oder am See. In den wärmeren Monaten geniesse ich auch gerne mal ein Glacé an der Reuss, mit einem guten Buch oder unternehme eine lange Velotour mit meinem Sportbike.»

Natalie Del Boccio

Fachfrau Betreuung EFZ



Samichlaus zu Besuch

Am Donnerstagnachmittag, 4. Dezember 2025, versammelten sich Bewohnende und Besuchende in der Cafeteria. Die Vorfreude war spürbar und vielleicht waren auch einige etwas nervös, denn viele erinnerten sich bestimmt an ihre eigenen Erlebnisse mit dem Samichlaus aus früheren Zeiten.

Pünktlich um 15 Uhr war es dann soweit: Der Samichlaus betrat gemeinsam mit dem Schmutzli durch den Haupteingang das Haus. Er ging durch die Menge und begrüßte die Menschen in der Cafeteria.

Am Mikrophon richtete er liebevolle Worte an alle, so dass sich die Anspannung löste. Er erzählte aus seinem Leben im Wald und berichtete, wie spannend es da draussen ist. Einige Bewohnende hatten sogar ein Gedicht vorbereitet, das sie mit Stolz vortragen durften.



Im Anschluss verteilten der Samichlaus und der Schmutzli Säcke an die Bewohnenden. Dabei nahmen sie sich Zeit für einen Händedruck und ein paar persönliche Worte. Alle genossen den Kontakt mit dem Samichlaus und dem Schmutzli. Die beiden verabschiedeten sich mit einem Lächeln und winkten, bis sie das Haus verlassen hatten.

Rita Dahinden

Fachfrau Aktivierung und Alltagsgestaltung



Schritt für Schritt zum höchsten Punkt Afrikas: «Ein Erlebnis, das unter die Haut geht.»

Die Marangu Route, auch bekannt als die «Coca-Cola-Route», gehört zu den bekanntesten Aufstiegswegen am Kilimanjaro und wird aufgrund ihrer Hüttenunterkünfte (anstelle von Zelten) häufig von Erstbesteigern (wie ich) gewählt. Mein Trekking begann am 6. Januar 2026 beim Marangu Gate, wo sich Wandernde registrieren und die Träger das gesamte Material packen. Das Wetter war stabil und die Bedingungen schienen günstig. Vor mir lagen mehrere Tage, die mich durch alle Klimazonen Afrikas bis hinauf zum schneebedeckten Kraterrand führen würden.



Tag 1 – Vom Marangu Gate zu den Mandara Hütten

Am Morgen starteten wir am Marangu Gate (1879m). Es war warm, feucht und der Wald war so grün. Ich kam mir vor, als wäre ich im Dschungelbuch gelandet. Nach rund vier Stunden erreichten wir die Mandara Hütten auf 2720m, einfache Holzhütten, aber gemütlich.

Tag 2 – Mandara Hütten zu den Horombo Hütten

Mit zunehmender Höhe veränderte sich die Vegetation. Der dichte Wald verschwand, die Bäume wurden kleiner, das Gelände karger. Der Weg war länger als am ersten Tag (rund 12km) aber gut machbar. Nach sieben Stunden erreichten wir die Horombo Hütten auf 3720m. Hier blieben wir zur Akklimatisation zwei Nächte.

Tag 3 – Akklimatisationstag

Der heutige Tag diente der Akklimatisation. Heute ging es gemütlich über 4000m zu den so genannten Zebra Rocks. Eine Gruppe von Felsen, die dunkel sind und weisslich-crème farbige Streifen aufweisen, die an Zebra streifen erinnern, daher der Name «Zebrafelsen». Kaum zurück in den Horombo Hütten, fing es heftig an zu regnen und hielt den ganzen Nachmittag an. Was für ein Glück, dass wir in unserer trockenen Hütte sein konnten.



Tag 4 – Horombo Hütten zu den Kibo Hütten

Der Morgen begann kühl und klar. Von Horombo aus führte der Weg zunächst leicht ansteigend durch eine karge Hochgebirgslandschaft. Die Vegetation der Moor- und Heidelandschaft verschwand zunehmend und die Umgebung wurde steinig und trocken. Nach kurzer Zeit öffnete sich der Blick auf das weite, fast mondähnliche Hochplateau. Nach über sechs Stunden erreichten wir die Kibo Hütten auf 4720m. Nach einem kurzen Powernap wurde uns das Nachtessen serviert und um 18 Uhr ging es für uns ins Bett, denn am nächsten Tag wartet der Gipfel auf uns.



Tag 5 – Gipfeltag und Abstieg zu den Horombo Hütten

Kurz vor Mitternacht (nach schlaflosen Stunden für mich, was keine Seltenheit in der Höhe ist) begann der Marsch zum Gipfel. Stirnlampen zogen wie eine Schlange den Hang hinauf. Der Weg zum Gilman's Point ist steil, voller Geröll und psychisch anstrengend. Gefühlt jeder Schritt war ein Kampf. Als wir den Gilman's Point (5681m) gegen 6 Uhr erreichten, färbte ein schwacher Streifen Licht den Horizont rosa, anschliessend versank der Kilimanjaro im Nebel. Noch etwas mehr als eine Stunde bis zum Uhuru Peak. Die Kälte und der eisige Wind biss, der dicke Nebel anstatt eines wunderschönen Sonnenaufganges gab mir keine neue Motivation und trotzdem kämpfte ich mich Schritt für Schritt zu meinem grossen Traum. Und plötzlich, inmitten des Nebels war es da: das berühmte Holzschild, 5895 Meter über Meer. Ich stand am höchsten Punkt Afrikas. Ein Moment, den ich nie vergessen werde.



Der anschliessende Abstieg war lang. Nach der körperlichen Anstrengung fühlte ich mich jedoch plötzlich federleicht. Vielleicht lag es am Gipfelerfolg oder weil die Luft endlich wieder reicher an Sauerstoff wurde. Nach über 13 Stunden auf den Beinen erreichten wir endlich die Horombo Hütten.



Tag 6 – Zurück zum Marangu Gate

Die letzten Stunden führten wieder in den Regenwald, diesmal begleitet von Erleichterung und einem Gefühl tiefer Dankbarkeit. Am Gate erfolgte das «Wir haben es geschafft»-Bild und beim traditionellen Trägerfest am Abend bekam jeder eine Urkunde zum erfolgreichen Besteigen des Kilimanjaro; ein einfaches Stück Papier, das aber so viel bedeutet.



Mein Fazit

Geniesse jeden Moment!

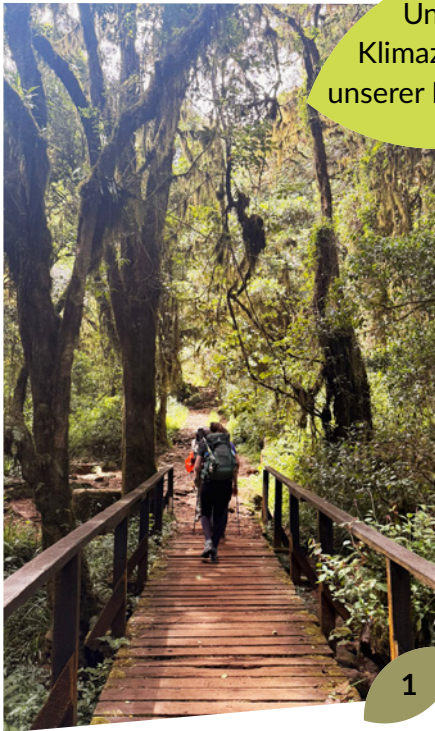
Der Kilimanjaro ist mehr als nur ein Berg, er ist ein Erlebnis. Ich habe gelernt, dass «langsam»* manchmal der schnellste Weg ist.

*Am Gipfeltag erreichten wir eine «Gehgeschwindigkeit» von 1km/h.

Sonja Hostettler

Bereichsleiterin Hauswirtschaft

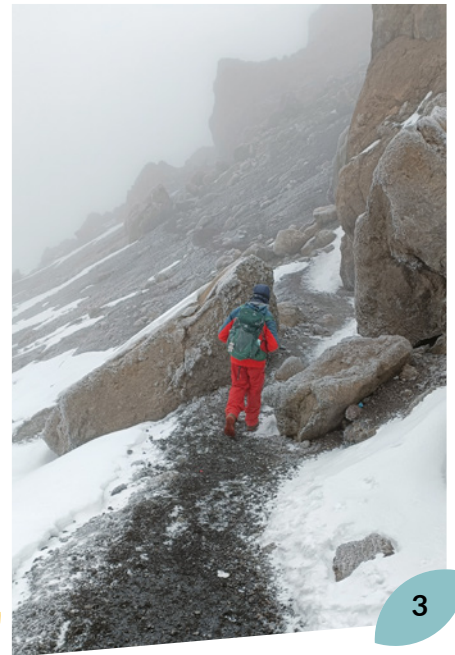
Unterschiedliche Klimazonen auf unserer Route



1

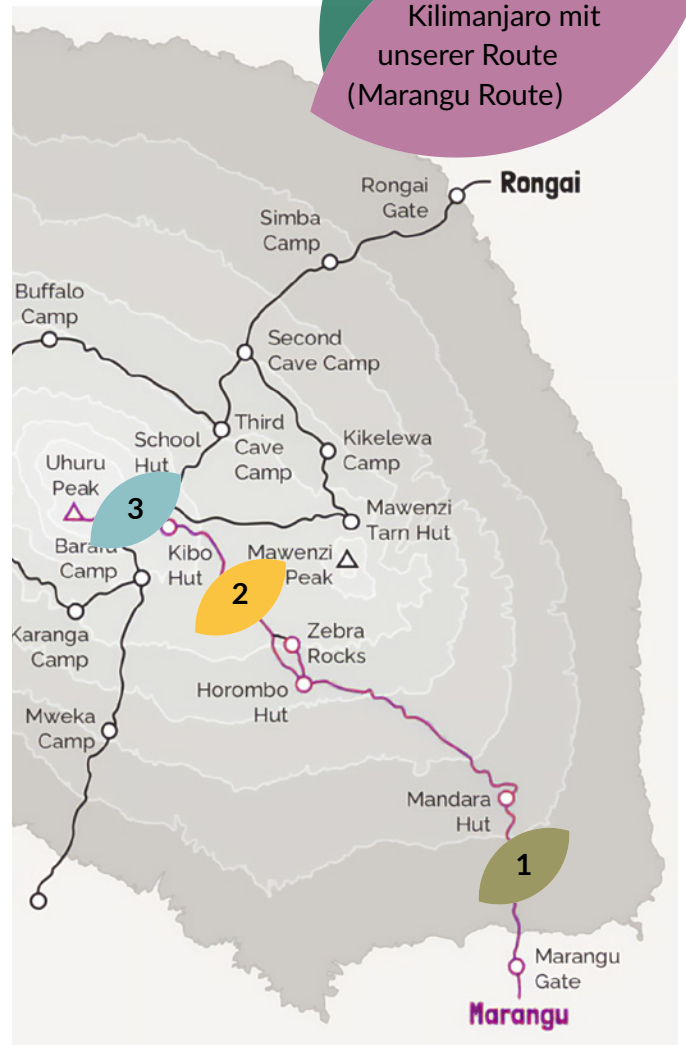


2



3

Karte vom Berg Kilimanjaro mit unserer Route (Marangu Route)



Zebrarocks



Nationaler Zukunftstag

Am 13. November 2025 fand der Nationale Zukunftstag statt. Auch wir haben uns für die jungen Teilnehmenden etwas überlegt. Rita Dahinden, Fachfrau Aktivierung und Alltagsgestaltung, und ich haben uns zusammengesetzt und besprochen, wie wir den Tag gestalten könnten. Zu diesem Zeitpunkt war noch unklar, wie viele Kinder teilnehmen würden. Schlussendlich nahmen zwei Mädchen im Alter von 12 und 13 Jahren teil.

Der Tag begann um 8.30 Uhr mit der Ankunft der beiden Mädchen. Gleich zu Beginn bestellten wir gemeinsam etwas für das spätere Mittagessen. Anschliessend nahm ich mir Zeit, damit sich die beiden gegenseitig kennenlernen konnten und informierte sie über den geplanten Tagesablauf.

Pünktlich um 9.10 Uhr nahmen sie gemeinsam mit Rita und den Bewohnenden am morgendlichen Turnen teil. Laut ihren eigenen Aussagen war das Turnen anstrengender als erwartet. Gleichzeitig fanden sie es spannend zu sehen, was die älteren Menschen noch alles leisten können.

Um 10 Uhr holte ich die beiden vom Turnen ab und führte mit ihnen einen Rundgang durch das Zentrum Aettenbühl durch. Dabei zeigte ich ihnen verschiedene Materialien, die wir im Pflegealltag häufig verwenden. Dazu gehörten unter anderem ein Blutdruckmessgerät, welches sie gleich selbst ausprobieren durften, verschiedenes Verbandsmaterial, Combur-Teststreifen sowie Materialien zur Blutentnahme, die bei uns jedoch nur selten eingesetzt werden. Da der Rollstuhl ein wichtiges Hilfsmittel im Alltag darstellt, gingen wir gemeinsam nach draussen und machten eine kleine Runde. Sie konnten sich abwechselnd in den Rollstuhl setzen und sich stossen lassen oder selbst das Stossen des Rollstuhles übernehmen. So bekamen sie ein Gefühl dafür, wie es sich anfühlt, im Rollstuhl unterwegs zu sein.



Nach dem gemeinsamen Mittagessen gaben mir die beiden ein Feedback zum bisherigen Tagesverlauf. Zudem beantwortete ich noch einige Fragen für ihren Schulbericht. Damit nach dem Essen niemand müde wurde, spielten wir mehrere Runden «Stadt, Land, Fluss», wobei viele lustige und kreative Begriffe entstanden.

Um 14 Uhr trafen wir uns mit Rita auf der Abteilung 3. Gemeinsam stellten wir die Tische zu einer grossen Arbeitsfläche zusammen und holten einige Bewohnerinnen dazu. Auch kam ein drittes Mädchen, welches am Morgen in der Hauswirtschaft reinschnuppern durfte, dazu. Zusammen gestalteten wir einen Adventskalender in Form eines Adventskranzes aus WC-Papierrollen und Seidenpapier. Die grünen Rollen stellten die Blätter dar und die vier roten Kerzen symbolisierten die Adventszeit. Während der Gestaltung wurde viel von früher erzählt, viel gelacht und jede Menge Kreativität eingebracht.

Am Ende des Tages waren die Bewohnerinnen, die drei Mädchen, Rita und auch ich müde und erschöpft, jedoch gingen alle mit einem Lächeln nach Hause. Es war ein spannender und abwechslungsreicher Tag. Die Bewohnenden schlossen die drei Mädchen schnell ins Herz und wollten sie am liebsten gar nicht mehr gehen lassen. Der gestaltete Adventskalender stand im Dezember auf der Abteilung 3. Jeden Tag durfte eine Bewohnerin oder ein Bewohner ein Türchen öffnen, hinter dem sich jeweils ein Spruch und etwas Süsses befand.

Nina Betschart

Ausbildungsverantwortliche Pflege und Betreuung

Impressionen





Notfallschulung: BLS-AED-SRC, inklusive Erste Hilfe



Im November 2025 durfte ein Grossteil der Mitarbeitenden des Zentrums Aettenbühl an einer Notfallschulung der Firma SIRMED teilnehmen.

Das Schweizer Institut für Rettungsmedizin SIRMED ist eine Tochtergesellschaft der Schweizer Paraplegiker-Stiftung (SPS) und der Schweizerischen Rettungsflugwacht Rega mit Sitz auf dem Areal des Schweizer Paraplegiker-Zentrums in Nottwil.

SIRMED folgt der Vision, dass in der Schweiz jedem Menschen in einer Notfallsituation am Ereignisort, auf dem Transport und im Spital die bestmögliche Akutversorgung zuteilwird. Die Kernkompetenz der SIRMED liegt darin, Menschen zur bestmöglichen Versorgung von Personen in der Notlage, zu befähigen. SIRMED führt rettungs- und notfallmedizinische Aus-, Fort- und Weiterbildungen für Profis und Ersthelfende auf hohem Qualitätsniveau durch.

Die IVR-Rettungskette

Braucht ein Mensch medizinische Hilfe, dann sind Ersthelfer gefragt. Es braucht Mut und den Willen, schnellstmöglich Hilfe zu leisten. Sofortmassnahmen können lebensrettend sein. Ersthelfende stellen dabei die überbrückende Versorgung bis zum Eintreffen des Rettungsdienstes sicher.

Die Rettungskette beschreibt die Versorgungsphasen bei Notfällen:

1. **Sensibilisieren** – Helfen als notwendig und menschlich erkennen
2. **Befähigen** – Erlernen von Erste Hilfe
3. **Erkennen der Notfallsituation und alarmieren** – um professionelle Hilfe zu organisieren
4. **Spontane Erste Hilfe** – durch Anwesende
5. **Organisierte Erste Hilfe** – durch First Responder, Betriebssanitäter/-innen etc.
6. **Professionelle Hilfe** – durch den Rettungsdienst
7. **Klinische Versorgung** – im nächstgeeigneten Spital
8. **Wirkungsmessung** – um das System zu verbessern

Das sogenannte «Ampelschema» hilft, bei der Ersten Hilfe einen klaren Kopf zu bewahren:



Jeder soll in der Lage sein Hilfe zu leisten, ohne dabei Opfer zu werden.

1. **Schauen:** Erfassen, was überhaupt passiert ist. Hier geht es besonders darum, Gefahren für Patient/-innen und/oder Umstehende (z.B. Brand, Explosion, Absturz oder rollenden Verkehr) sowie die mögliche Situation der Betroffenen, den Unfallhergang, die Verletzungen bzw. die Zeichen einer akuten Erkrankung zu erkennen.
2. **Denken:** Allfällige Gefahren werden beurteilt und bereits vor dem ersten Patientenkontakt angemessene Selbstschutzmassnahmen ergriffen. Zu den wichtigsten Selbstschutzmassnahmen gehören:
 - a. **Tragen von Schutzhandschuhen** – möglichst von Anfang an, sicher aber vor dem ersten Kontakt mit Körperflüssigkeiten
 - b. **Absperrung bzw. Signalisation** bei Unfällen (v.a. im Strassenverkehr)
 - c. **Vorsicht** vor fliessendem Verkehr
 - d. **Zurückhaltung** bei aggressiven Auseinandersetzungen
 - e. **Abstand** bei Brand-, Explosions- oder Absturzgefahr
 - f. **Achtung** vor Strom und Vergiftungen
 - g. **Danach** geht es darum, welche Hilfe die betroffene Person benötigt.
3. **Handeln:** Je bedrohlicher die Situation für den Betroffenen, desto dringender ist die Erste Hilfe. Unbedingt frühzeitig alarmieren und Unterstützung anfordern. Nach Art. 128 des Schweizer Strafgesetzbuchs ist jede Person im Rahmen des Zumutbaren dazu verpflichtet, Hilfe zu leisten, wenn ein Mensch in unmittelbarer Lebensgefahr schwebt.



Erkennen und Beurteilen von Notfallsituationen:

- Erste Hilfe beginnt immer mit einer Beurteilung der Situation und der Patienten.
- Es geht darum zu erkennen, ob Patienten akut bedroht sind und lebensrettende Sofortmassnahmen benötigt werden.
- Betroffene lassen sich in drei Gruppen einteilen:
 - Ansprechbarer Patient**
 - Bewusstloser Patient**
 - Patient im Kreislaufstillstand**

Wie alarmiere ich richtig?

Wer beim Rettungsdienst, der Polizei oder der Feuerwehr Hilfe anfordert, wird systematisch durch die Abfrage geführt.

1. In der Regel wird zuerst der Notfallort erfragt.
2. Anschliessend erfolgen Fragen zum Notfall:
 - a. Was ist passiert?
 - b. Wie lautet die Rückrufnummer?
 - c. Wie alt ist der Patient?
 - d. Ist der Betroffene ansprechbar, atmet er?

Die Antworten erleichtern dem Rettungsdienst den Notfallort rasch zu finden und angemessen zu reagieren. Wenn erforderlich, leiten Disponenten schon jetzt Sofortmassnahmen an und unterstützen den Anrufer bis zum Eintreffen des Rettungsdienstes telefonisch.

In der Schweiz gelten folgende Notrufnummern:

- 144** Sanitätsnotruf
- 118** Feuerwehr
- 117** Polizei
- 1414** Rega
- 145** Vergiftungsauskunft
- 143** Dargebotene Hand
- 112** Die europäische Notrufnummer ist in den meisten Kantonen aktiv und erleichtert zum Beispiel Touristen die Alarmierung in Notfallsituationen.

Wir konnten verschiedene Notfallsituationen realitätsnah nachspielen, mussten spontan reagieren und hatten anschliessend die Möglichkeit, das eigene Handeln gemeinsam zu reflektieren. Besonders hervorgehoben wurde das praktische Training der Reanimation und der Einsatz des Defibrillators (AED) an Übungspuppen. Alle empfanden diese Übungen als sehr lehrreich und wir gewannen dadurch mehr Sicherheit im Umgang mit Notfällen.

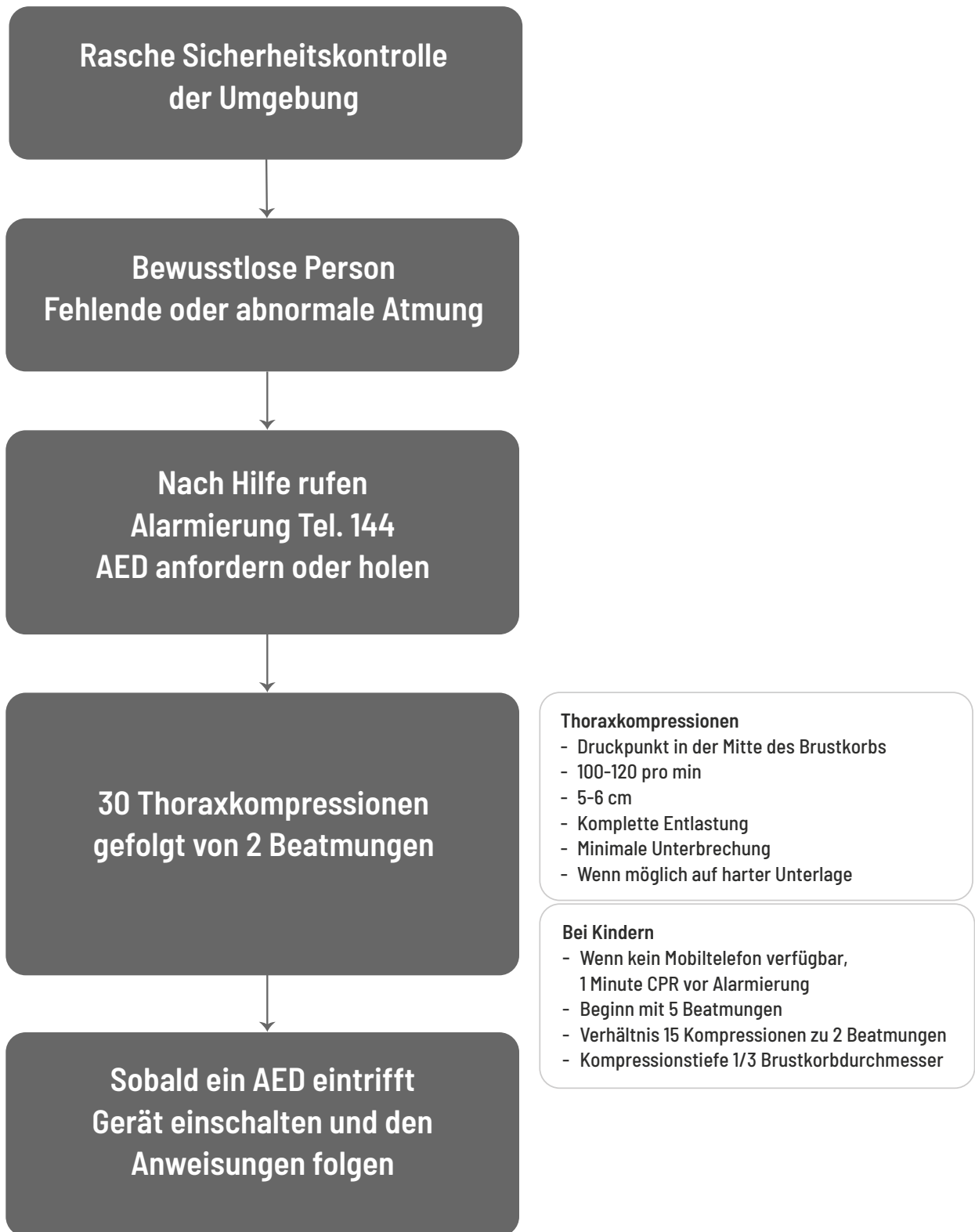


Vielen Dank an das Team der Firma SIRMED für diese tolle Weiterbildung. Es war ein spannender, lehrreicher und intensiver Tag.

Sandra Schnellmann
Pflegefachfrau HF (Nachtdienst)

Quellenangabe:
BLS-AED-SRC Komplett inkl. Erste Hilfe | SIRMED

BLS-AED-SRC ALGORITHMUS 2021



Unsere Bewohnenden

Zum Geburtstag gratulieren wir herzlich und wünschen Gesundheit, Glück und viele schöne Momente im neuen Lebensjahr

Runde und halbrunde Geburtstage ab dem 75. Lebensjahr (11.2025 bis 04.2026):

95 Jahre	Heinrich Wild	12.12.1930
	Marie-Trudy Wey	09.02.1931
	Heinrich Knüsel	27.04.1931
90 Jahre	Wilhelm Infang	17.04.1936
85 Jahre	Hans Bühlmann	02.03.1941



Anmerkung der Redaktion: Wir bedauern sehr, dass in der letzten Ausgabe ein besonderer Geburtstag übersehen wurde. Am 17. Juni 2025 feierte Herr Kaspar Rey seinen 95. Geburtstag, nachträglich unsere herzlichsten Glückwünsche. Er durfte diesen besonderen Tag im Beisein seiner Familie geniessen und wurde mit einem Auftritt vom Jodlerklub Heimelig Sins überrascht.

«Alt werden ist wie auf einen Berg steigen: Je höher man kommt, desto mehr Puste braucht man, aber die Aussicht wird besser.»

- Ingmar Bergman -

Herzlich willkommen

Wir begrüßen alle neuen Bewohnerinnen und Bewohner herzlich im Zentrum Aettenbühl und wünschen ihnen ein gutes Ankommen. Der Wechsel aus der vertrauten Umgebung in ein neues Zuhause ist oft mit vielen Veränderungen verbunden und fällt nicht immer leicht. Es braucht Zeit, bis man sich an die neue Situation gewöhnt hat. Wir begleiten die Bewohnerinnen und Bewohner sowie ihre Angehörigen auf diesem Weg und unterstützen sie gerne dabei. Unser Ziel ist es, eine angenehme und vertrauensvolle Atmosphäre zu schaffen, damit sich alle bei uns willkommen und gut aufgehoben fühlen.

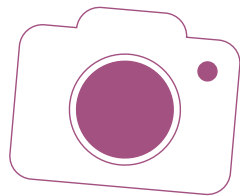


Gedenken an verstorbene Bewohnende

Wir nehmen Abschied von Menschen, die unser Haus mit Leben erfüllt haben. Was bleibt, sind Erinnerungen, Begegnungen und geteilte Momente.



Bilder-Bogen



Giuseppe Mühlebach, ein Bewohner des Zentrums Aettenbühl, ist ein Hobbyfotograf und hat eine eigene Homepage aufgebaut. Auf seiner Homepage sagt er selbst dazu:

«Diese Webseite lebt. Es wird hinzugefügt oder entrümpelt. Täglich, wöchentlich, monatlich, je nach Lust und Laune.»

- Giuseppe Mühlebach -



Ich habe mich mit Herrn Mühlebach über sein Hobby unterhalten und er gab mir Einblick in seine sehr umfassende Bildersammlung. Er fotografiert gerne Gebäude, aber auch viele Pflanzen, Natur- oder Tieraufnahmen sind auf seiner Homepage zu finden. Sehr fasziniert haben mich die Fotografien von alten Häusern in Sins. Herr Mühlebach hat zum Teil den ganzen Abriss dieser Häuser fotografisch mitverfolgt. Ich lebe selbst seit über 20 Jahren in Sins und habe einige dieser alten Häuser wiedererkannt. Herr Mühlebach hat uns einige dieser Bilder zur Verfügung gestellt und ich habe versucht, die neuen Gebäude aus demselben Winkel nochmals zu fotografieren.

Herr Mühlebach zeigt seine Bildersammlung sehr gerne und er kann auch viele interessante Geschichten dazu erzählen. Ein Besuch lohnt sich auf jeden Fall. Bei Interesse darf man sich gerne direkt bei Herrn Mühlebach im Zentrum Aettenbühl melden.

Sandra Schnellmann

Pflegefachfrau HF (Nachtdienst)

Für einen Vorgeschmack, hier der Link zu seiner Homepage: www.bilder-bogen.ch



Turnhalle erbaut 1959, abgerissen 2011 für die neue Mehrzweckhalle.

Eingang zur Turnhalle, respektive Konzertsaal, die Rampe geht zur alten Militärküche.



3-fach-Turnhalle Ammannsmatt in Sins, Eröffnung August 2012.

Impressionen aus
Herr Mühlebachs
Fotografien.



Ehemals Köpflihaus, nun Alterswohnungen bis zur Apotheke. Der rote Punkt bezeichnet die Einfahrt zur privaten Einstellhalle der Dorfzentrum-Wohnungen.



Alterswohnungen am Blumenweg 3 in Sins, eröffnet im Oktober 2020.



Heute steht an dieser Stelle die Post.



Postgebäude am Einhornkreisel in Sins, eröffnet im August 2012.

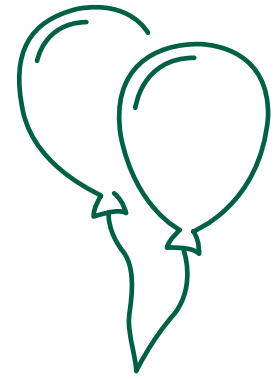


Bründler-Schopf an der Bahnhofstrasse, die Strasse am Schopf vorbei ist heute der Coop-Eingang.



Gebäude «Im Cherne» mit einer Coop Filiale, Blumenladen, Coiffeur, Pizzeria und Wohnungen an der Bahnhofstrasse in Sins. Eröffnung August 2009.

Unsere Mitarbeitenden



Wir gratulieren zum Arbeitsjubiläum

Im vergangenen Jahr durften wir auf folgende Arbeitsjubiläen anstossen:

5 Jahre

Arjeta Bozhaja, Pflegefachfrau
Priska Huwiler, Mitarbeiterin Pflege und Betreuung
Sandra Luschin, Mitarbeiterin Pflege und Betreuung
Cornelia Zurfluh, Pflegefachfrau
Rita Dahinden, Fachfrau Alltagsgestaltung und Aktivierung

15 Jahre

Maitée Garcia Ribalta, Fachfrau Gesundheit

25 Jahre

Therese Balmer, Teamleiterin Nachtdienst
Bahira Becic, Teamleiterin Reinigung



Von links nach rechts: Bahira Becic, Therese Balmer, Priska Huwiler, Maitée Garcia Ribalta, Sandra Luschin und Rita Dahinden. Es fehlen Arjeta Bozhaja und Cornelia Zurfluh.

«Ein Jubiläum ist mehr als nur eine Zahl – es ist ein Zeichen von Treue, Zuverlässigkeit und gemeinsamer Geschichte. Danke für die vielen Jahre Einsatz!»

Wir gratulieren zur Geburt

Wir freuen uns über die schöne Nachricht: Unsere Mitarbeiterin Sandra Zimmermann, Pflegefachfrau, ist «Mami» geworden. Am 13. Februar 2026 hat Lara das Licht der Welt erblickt. Wir gratulieren von Herzen und wünschen der kleinen Familie ganz viel Liebe, Glück, Gesundheit und unvergessliche Momente miteinander.





Veranstaltungen

Alle unsere aktuellen Veranstaltungen finden Sie auf unserer Website unter der Rubrik «Aktuelles».

Mit Herz dabei – Wir suchen Sie!

Möchten Sie sich sinnvoll **engagieren**, neue Menschen **kennenlernen** und dabei **Freude schenken**? Dann sind Sie bei uns genau richtig!

Werden Sie Teil unseres Teams: Wir freuen uns auf engagierte freiwillige Helferinnen und Helfer, die mit Herz, Zeit und Offenheit unseren Alltag bereichern:

Cafeteria

Tragen Sie mit Ihrem Lächeln und Ihrer freundlichen Bedienung zu einer herzlichen Atmosphäre in unserer Cafeteria bei, damit sich unsere Gäste rundum wohlfühlen.

Wegbegleitung

Gehen Sie gemeinsam mit unseren Bewohnerinnen und Bewohnern ein Stück ihres Weges und schenken Sie ihnen Zeit bei Spaziergängen, beim Spiel oder im Alltag.

Fahrdienst

Engagieren Sie sich im Fahrdienst und bringen Sie unsere Bewohnenden sicher und zuverlässig zu Arztterminen und anderen wichtigen Terminen.

Was Sie mitbringen

Freude am Umgang mit Menschen, Zuverlässigkeit und ein offenes Ohr.

Was wir Ihnen bieten

Bei uns erwartet Sie eine sinnstiftende Tätigkeit mit vielen bereichernden Begegnungen, eingebettet in ein herzliches Team. Als Zeichen unserer Wertschätzung erhalten Sie eine Mitgliedschaft in der KISS Genossenschaft Oberfreiamt sowie eine kleine Aufmerksamkeit.

Haben Sie Interesse oder Fragen?

Dann melden Sie sich bei uns – wir freuen uns darauf, Sie kennenzulernen. **«Gemeinsam machen wir den Alltag ein Stück heller.»**

Kontakte

Zentrum Aettenbühl

Beatrice Emmenegger (Zentrumsleiterin), 041 789 77 00, b.emmenegger@aettenbuehl.ch

Lena Kramis (Bereichsleiterin Pflege und Betreuung), h.kramis@aettenbuehl.ch

Stefan Hellbach (Bereichsleiter Verpflegung), s.hellbach@aettenbuehl.ch

Sonja Hostettler (Bereichsleiterin Hauswirtschaft), s.hostettler@aettenbuehl.ch

Stiftung Aettenbühl

Stiftung Aettenbühl, Aettenbühl 2, 5643 Sins, 041 789 77 00

Ursula Guggenbühl (Präsidentin, Bauten)

Chiara Bühlmann (Vizepräsidentin, Kommunikation und Gesundheitspolitik)

Andrea Gwerder (Anschlussgemeinden)

Thomas Huwiler (Finanzen, Controlling)

Nicole Nussbaumer (Dienstleistungsqualität, Arbeitssicherheit/Gesundheitsschutz)

Gönnerverein Aettenbühl

Gönnerverein Aettenbühl, Aettenbühl 2, 5643 Sins, 041 789 77 00

info@goennerverein-aettenbuehl.ch, goennerverein-aettenbuehl.ch

Regula Gamma (Präsidentin), **Christine Villiger** (Finanzen), **Othmar Betschart** (Aktuar),

Christine Gächter (Organisation Anlässe), **Wolfgang Millat** (Organisation Anlässe),

Herbert Strebel (Organisation Anlässe), **Stefan Müller** (Organisation Anlässe)

Herzlich umsorgt und kompetent gepflegt

An ruhiger und zentraler Lage in Sins finden betagte pflegebedürftige Menschen in unserem Wohn- und Pflegezentrum ein schönes Daheim mit kompetenter Pflege und herzlicher Betreuung.

Erfahren Sie mehr über unsere Langzeitpflege- und Betreuungskonzepte, unsere Angebote für Tagesgäste und Ferienzimmer auf unserer Website.

Natürlich informieren wir Sie sehr gerne auch persönlich und zeigen Ihnen unser Haus. Rufen Sie uns an oder schreiben Sie eine E-Mail.

Aettenbühl 2, 5643 Sins

041 789 77 00

info@aettenbuehl.ch

www.aettenbuehl.ch



**Zentrum
Aettenbühl**

