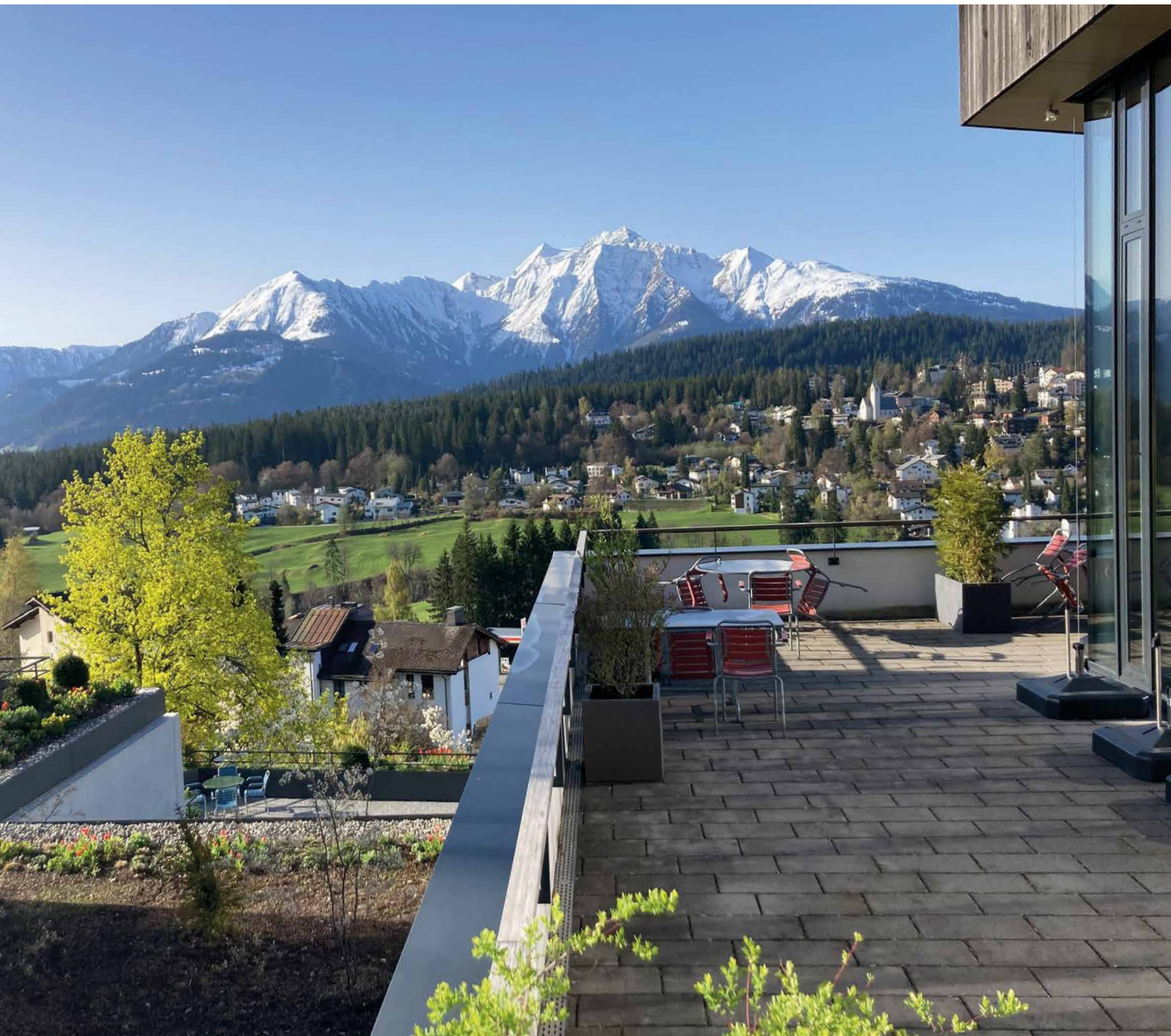


Betreuung und Pflege

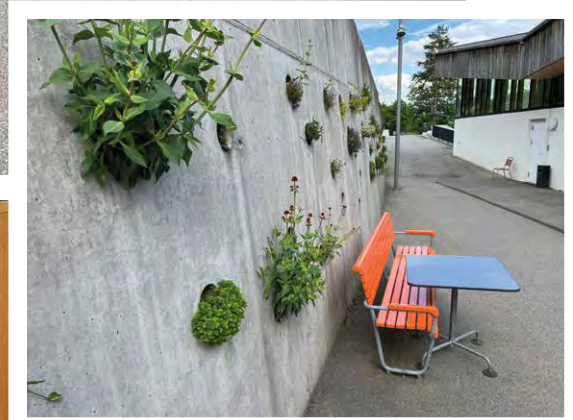
plaid's

Gruss vom Plaid's



Hauszeitung 1/2024

Es blüht beim Plaid's



Editorial

Wir sind stolz, seit 2004 eine Ausbildungsstätte zu sein. In vier Bereichen bieten wir Ausbildungen an und verzeichnen regelmässige Nachfragen in der Pflege und Betreuung sowie in der Aktivierung. Die Chance, theoretisch gelernte und praktische Erfahrungen bei Bewohnern aufgrund deren Alters, ihrer gesundheitlichen Verfassung oder anderer Umstände zeitgleich zu lernen, zu üben und Erfahrung zu sammeln, ist von grossem Vorteil. Nebst dem Fachwissen lernt man die Teamarbeit und Flexibilität auf anspruchsvollster Ebene. Vielfältige Einsatzmöglichkeiten und Abwechslung sind ebenfalls gegeben. In diesem wunderbaren Beruf ist die Laufbahn gesichert und es bestehen auch Weiterbildungs- und Aufstiegsmöglichkeiten. Die Gesellschaft hat über eine längere Zeit einen hohen Bedarf an qualifizierten Pflegekräften. In der Ihnen vorliegenden Hauszeitung stellen sich unsere 11 Auszubildenden gerne vor.

Im Bild Links sehen Sie den beliebten Vorplatz, wo die im Haus Plaid's Wohnenden immer den Überblick von aktuellen Geschehnissen im Auge haben.

Das Bild unten zeigt Frau Marlen Aubée aus Flims, die zu ihrem 92igsten Geburtstag dem gesamten Team eine tolle Portion Vitamine spendierte.

Die restlichen, bereits ausgebildeten Pflege- und Betreuungskräfte, besuchen nebst internen auch verschiedene externe Fort- und Weiterbildungen, Kurse, Foren und Vorlesungen, um unsere Kenntnisse und Fähigkeiten auf dem neuesten Stand zu halten – je nach Zeit und privater Situation. Die deutsche Sprache wird bei vorhandenen Defiziten intensiv durch die Stiftung gefördert.

Wir legen grossen Wert darauf, dass unser Alltag von einer freundlichen, hilfsbereiten Atmosphäre mit Humor und Fröhlichkeit geprägt ist. Dazu gehören unsere Freitagsausflüge, von denen Sie im Heft Fotos finden.

Die zwei persönlichen Erzählungen von Frau Frieda Marazzi und Frau Augusta Pelican zeigen, wie lebenswert ein langes Leben ist.

Wir wünschen gute Unterhaltung.

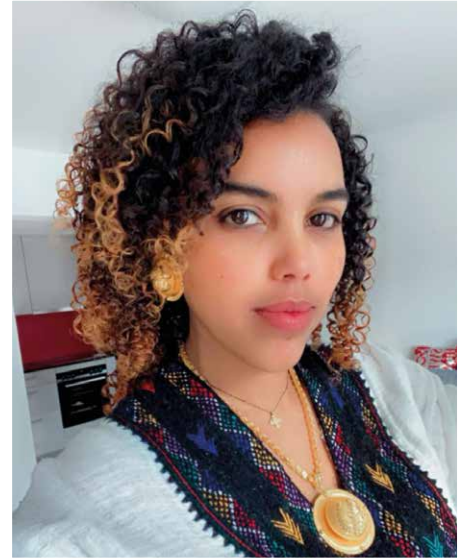
Petra Eugster
Heimleitung

Claudia Urfer
Stv. Heimleitung

Meine Ausbildung im Plaid

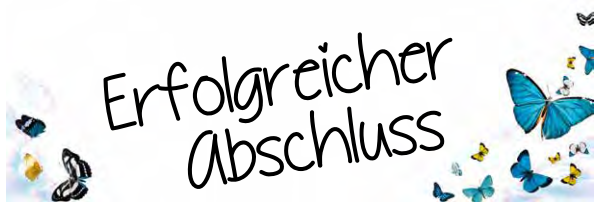
Fiyori Araya, 8 Geschwister, Auszubildende Fachfrau Gesundheit

Ich arbeite seit 2017 im Plaid. Nach einem Jahr Praktikum entschied ich mich dank meiner Deutschkenntnisse, die Ausbildung zur Assistentin Gesundheit und Soziales zu absolvieren. Diese erfolgreich abgeschlossen, begann ich im August 2022 die Ausbildung zur Fachfrau Gesundheit. Der Anfang vor sieben Jahren war eine Herausforderung. Denn das Verstehen der Schweizer Kultur war für mich sehr schwierig. Ein Beispiel ist der Augenkontakt, der hier in der Schweiz zum Anstand gehört. In meinem Heimatland Eritrea gilt das aber als frech und signalisiert Arroganz. Ich musste das lernen und mich überwinden, um im Team bestehen zu können. Auch Käse kennen wir nicht in Eritrea, ich kann ihn kaum verdauen. Hier gibt es aber überall Käse. In Eritrea arbeiten wir auch überwiegend auf dem Feld und die Frauen kümmern sich immer ums Haus und die Kinder, während die Männer im Militär sind.

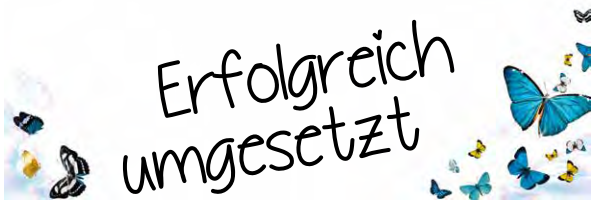


Die Männerpflege war für mich zu Beginn sehr schwierig. Zuvor hatte ich noch nie einen nackten Menschen gesehen, ich kannte nur mich selbst. Das war wirklich das Schwierigste. Mit zunehmendem Wissen konnte ich die ganze Pflege positiv annehmen und professioneller werden. Viel praktische Übung vereinfacht die tägliche Arbeit zunehmend. Wichtig ist für mich das Wissen um die fehlenden Ressourcen der Patienten. Ich unterstütze die Bewohner gerne und von ganzem Herzen.

Ich habe sehr viel gelernt in diesen Ausbildungen und mein eigentliches Ziel ist es, Hebamme zu werden. Ich bin froh, dass ich in der Schweiz arbeiten und lernen darf und im Haus Plaid eine Chance bekommen habe. Der Glaube hat mir stets geholfen. Die Chance in einem freien Land zu leben, selbständig zu sein, meine Meinung offen sagen zu können, nutze ich und bin dankbar, in der Schweiz zu sein.



4 Mitarbeitende, die
neu den Berufsbildner-Kurs
absolviert haben.



Eröffnung Bauprojekt
mit Einzug am 17.3.2023
nach 2 Jahren Bauzeit.

Catarina Carvalho, 2 Geschwister, Auszubildende Fachfrau Gesundheit

Für mich war es der richtige Entscheidung, die Ausbildung zur Fachfrau Gesundheit zu starten. Am Anfang war es schwierig, der erste Monat war wie ein Schock. Es war alles neu für mich und sehr intensiv. Ich habe Zeit gebraucht, mich daran zu gewöhnen. Ich bin nun sechs Jahre in der Schweiz. Meine Familie ist in Portugal, das ist meine Heimat, die ich manchmal vermisse.



Jetzt habe ich beinahe ein Jahr geschafft, ich bin dran und es geht mir gut. Mit meiner Leistung bin ich zufrieden, sie ist besser als gedacht. Meiner Meinung nach habe ich sehr viel Theorie gelernt, aber bei einer Prüfung habe ich dann trotzdem keine gute Note gemacht. Das war unbegreiflich für mich, ich war sehr enttäuscht über das Ergebnis, habe mich dann aber wieder aufgerafft.

Vor meiner Ausbildung habe ich bereits zwei Jahre in der Pflege gearbeitet, womit dieser Bereich hier im Plaid nicht neu war. Speziell und sehr interessant war es aber, den Pflegeprozess kennen zu lernen, das war ganz neu für mich. In meinem Leben brauche ich Herausforderungen, um immer wieder etwas dazu zu lernen. Ich gebe alles, was ich kann, und habe so das erste Jahr erfolgreich gemeistert. Ich will weiterhin mein Bestes geben und weiter lernen.

Beatrice Santoro, 2 Geschwister, Auszubildende Fachfrau Gesundheit

Zu Beginn war der Pflegeberuf nicht meine Wahl. Ich wollte Zahnarzt-Assistentin werden, aber habe keine Lehrstelle gefunden. Meine Schwester hat mir dann empfohlen, mal in der Pflege zu schnuppern und es hat mir gefallen. Mit zwei Bewerbungen hatte ich die Stelle im Plaid. 2021 startete ich mit einem 6-monatigem Praktikum, danach zwei Jahre Ausbildung zur Assistentin Gesundheit und Soziales, und gleich anschliessend die Ausbildung Fachfrau Gesundheit, die noch zwei Jahre dauert. Ein Diplom und eine Arbeitsstelle sind danach für mein Leben gesichert. Das freut mich sehr. Denn ich war zuvor arbeitslos und nun habe ich bald einen Beruf. Ich arbeite und lerne gerne. Seit sechs Jahren bin ich in der Schweiz, Italien ist mein Heimatland.



Die Sprache hat mir zu Beginn auch sehr Mühe gemacht. Alles war neu, ich kannte den Tagesablauf nicht und auch nicht, was man mit den Menschen macht. Von Anfang an hatte ich aber viel Unterstützung und Einführung durch das Team. Das Sprachproblem konnte ich inzwischen auffangen. Wenn man die Menschen unterstützt, spürt man deren Freude und dies gibt einem eine gewisse Zufriedenheit. Auch Gewalt von kranken Menschen ist für mich kein Problem. Ich deute es nicht als böse, nehme es nicht persönlich und dank dem erlernten Fachwissen weiss ich, wie man damit umgeht. Ich bleibe im Beruf und würde gerne Pflegefachfrau HF erlernen.



Einweihungsfest mit «Tag der offenen Tür» der Residenza Pinut und Pardatsch am 24.6.2023 war sehr gut besucht.



Noch genügend MitarbeiterInnen, um eine optimale ganzheitliche Betreuung und Pflege zu gewährleisten. 32% Plaid MitarbeiterInnen sind zwischen 10 und 26 Jahren im Betrieb.

Ariona Gashi, 3 Geschwister, Auszubildende Fachfrau Gesundheit

Die Ausbildung zur Fachfrau Gesundheit ist eine gute Ausbildung mit viel Abwechslung. Man kann viel über den Körper und Medizinisches lernen. Das Plaid-Team hat mir viel beigebracht, wie man mit den Menschen und vor allem auch mit älteren Menschen umgeht und Schwerpunkte erkennt. Die Lehrzeit und das Lernen sind sehr streng, man muss immer dranbleiben und kann nicht mehr 100% abschalten. Es kommt täglich etwas Neues dazu. Man muss auch flexibel sein bei jeder neuen Begegnung. Zu Beginn war es eine neue Welt. Ich musste lernen, mit dem Druck umzugehen. Im ersten Lehrjahr ist eine Bewohnerin verstorben und ich hatte zuvor noch nie so etwas erlebt. Ich wusste nicht, wie ich reagieren sollte. Ich hatte keine Angst, nur Respekt vor dem Tod.



Am schönsten ist die Zeit, wenn ich mit den Bewohnern allein bin und sie ihre Geschichten aus dem Leben erzählen. Auch in der Gruppe macht es richtig Spass. Es ist schön, mit ihnen den Alltag zu verbringen und etwas Individuelles zu erleben.

Ich bleibe auf dem erlernten Beruf, er ist der Richtige.

Sina Camenzind,

Geschwister Grossfamilie, Auszubildende Fachfrau Gesundheit

Das Ergebnis meiner Ausbildung übertraf meine Vorstellungen, sei es in Bezug auf Menschlichkeit, Soziales, Teamarbeit, Vertrauensbildung oder Beziehungsaufbau. Auch musste ich lernen, um Hilfe zu bitten, wenn ich sie brauche. Das Mitgefühl überwiegt die eigene Wichtigkeit bei der Arbeit. Man stellt sich selbst in den Hintergrund. Ich finde es sehr wichtig, sich den Wünschen der Menschen anzupassen und sie bis zu einem schönen Ende begleiten zu können. Sterben ist nichts Schönes, kann aber mit der richtigen Unterstützung befreiend sein.



In den ersten drei Monaten musste ich den Sturz eines Bewohners miterleben. Ich zweifelte, ob ich wirklich alles gemacht habe, um den Sturz zu verhindern. Ich hatte grosse Schuldgefühle, obwohl ich keine Schuld hatte. Gott sei Dank hatte der Bewohner vom Sturz keine Folgen.

Ich bleibe im sozialen Bereich tätig, wollte aber schon immer studieren. Die Pflege wird aber sicher als Zweitlösung oder Ferienjob ein schöner und vielfältiger Beruf für mich bleiben. Vielleicht in 15 Jahren werde ich wieder in der Pflege arbeiten. Ich mache als nächstes die Berufsmatura und gehe dann in Richtung Ergotherapie, Zahntechnikerin oder Zahnarzt, wie es sich halt entwickelt. Das Team hier ist sehr wertvoll und ich habe mich hier immer sehr wohl gefühlt. Ich hatte immer Begleitung, die Zusammenarbeit war toll und die Freundschaften werden anhalten.



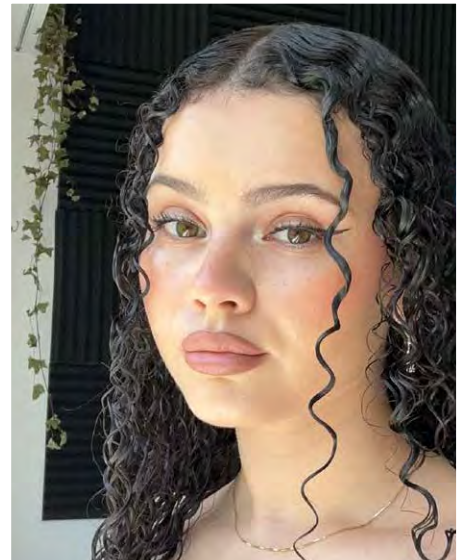
Gartenterrasse mit Platanen, Brunnen-Sitzplätzen und Bänken mit wunderschöner Aussicht auf die Signinakette und ins Dorf.



Einladender Fitnessraum mit
Kneipp- und Medyjet Angebot.

Elisa Ponzio, 2 Geschwister, Auszubildende Fachfrau Gesundheit

Die Sprache war zu Beginn eine grosse Herausforderung. Ich habe viel gelernt, neue Erfahrungen gemacht und habe in diesen drei Jahren schöne Erinnerungen gesammelt. Das Lernen und die Arbeit waren aber teilweise auch hart. Ich lernte durch die Bewohner, das Leben mehr zu schätzen und es mehr zu geniessen, weil Krankheiten nicht zwingend weit weg sind. Ich kann auch mit schwierigen Bewohnern umgehen, es belastet mich nicht.



Ich bin aus Grono und wohnte während der Ausbildung in Chur und jetzt in Mels. Ich bin mir sicher, die richtige Ausbildung gemacht zu haben. Gerne arbeite ich in der Pflege und Betreuung weiter und möchte noch eine Weiterbildung machen. Wo ich eine Arbeitsstelle annehme, entscheide ich nach bestandem Abschluss. Das Schönste war immer die Zeit mit den Bewohnern, deren Biografien und stets etwas Neues zu lernen.



Lingerie, Werkstatt und die Garderobe im Haus Plaids sind vergrößert.

Juvaria Correia, 1 Geschwister, Auszubildende Fachfrau Gesundheit

Ja, es war vor drei Jahren die richtige Entscheidung: Ich habe den richtigen Beruf gewählt! Die Ausbildung war nicht so einfach, wie ich gedacht hatte. Das erste Jahr mit Arbeit, Schule und Lernen war sehr schwierig. Mit der Zeit jedoch konnte ich den Rhythmus finden und mich anpassen. Das Schönste war, immer neue Bewohner und das Team kennenzulernen. Ein prägendes Erlebnis während meiner Ausbildung war der erste Kontakt mit dem Tod. Mit dieser schwierigen Situation konnte ich zuerst nicht umgehen. Mittlerweile lösen Todesfälle aber weniger Trauer aus als beim ersten Mal. Ich habe gelernt, damit umzugehen.



Ich gehe gerne zur Arbeit, die Bewohner bereiten mir Freude. Die Feedbacks erhöhen meine Sozialkompetenz und durch den Kontakt mit vielen verschiedenen Menschen bin ich offener gegenüber anderen geworden. Nach der Ausbildung gehe ich wieder nach Hause nach Savognin und suche dort eine Stelle als Fachfrau Gesundheit. Die vielen wertvollen Erfahrungen aus meiner Ausbildung, mein Wissen und meine Fähigkeiten will ich in meine zukünftige Arbeit einbringen.

Faiza Akbari, 7 Geschwister, Auszubildende Assistentin Gesundheit und Soziales

Ich komme aus Afghanistan und es war meine erste Arbeitsstelle im Plaid. Das Sprachliche war sehr, sehr schwierig. Ich bin sehr dankbar für die Unterstützung und Hilfe vom Plaid. Ich habe mich bei der Arbeit entwickelt, viel gelernt zum Thema Mensch und Respekt, und habe viele ältere Menschen kennengelernt.



Pflege und Betreuung ist nicht nur ein Beruf, es ist etwas, was man mit Herz machen muss. Geduld für andere Menschen, die Bewohner und das Team ist sehr wichtig. Das Schönste ist immer, wenn vom Betreuten Freude oder ein Lächeln zurückkommt.

Ich fühle mich wie ein anderer Mensch im Vergleich zum ersten Tag. Die Arbeit ist streng, aber ich habe sehr vieles gelernt. Ich wollte Fachfrau Gesundheit lernen und wechselte dann zur Ausbildung Assistentin Gesundheit und Soziales, was eine gute Entscheidung war. Ich möchte mich noch weiterbilden, fördern und dazu lernen.

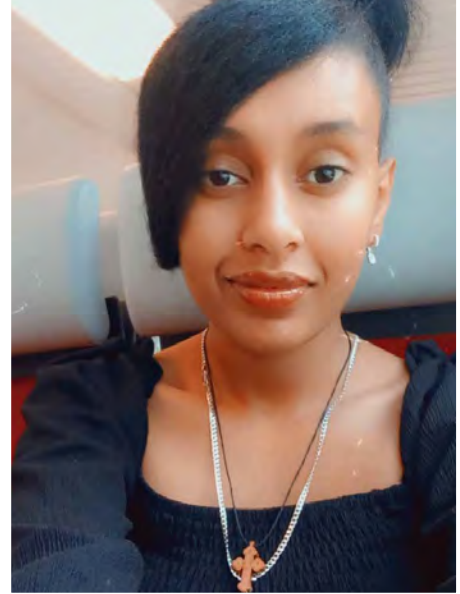


Genügend Aussen-Parkplätze
und Tiefgarage mit
Elektroladestationen.

Winta Abraham, 4 Geschwister, Auszubildende Assistentin Gesundheit und Soziales

Mein Beruf gefällt mir sehr gut, weil ich sehr gerne die älteren Menschen unterstütze. Ich habe gelernt, wie man mit kranken Menschen umgehen kann. Während der Arbeit konnte ich viele Erfahrungen sammeln. In der Schule lernte ich auch viel über die Schweiz und die Politik in diesem Land.

Ich lernte wie ich als Eritreerin mit den Schwerpunkten in diesem Land hier leben kann. Das Schlimmste für mich war ein Sturz von Frau B. Ich hatte aber dennoch eine schöne Lehrzeit. Auch möchte ich auf meinem Beruf weiter arbeiten und lernen.



Wenn ich kann, bleibe ich im Plaid und wechsele in Flims noch die Wohnung. Ich freue mich sehr, wenn ich dann das Diplom in der Hand habe. Ich bin glücklich.



Fernwärme mit einer CO₂-freien Energieversorgung.

Sina Hubert, keine Geschwister, Auszubildende Assistentin Gesundheit und Soziales

Mir geht es gut. Das Schönste ist, den Bewohnern zu helfen wo sie Hilfe benötigen. Ich habe gelernt Körperpflege durchzuführen und Ressourcen zu nutzen und zu fördern. Es war ein grosser Schritt von der Schule ins Berufsleben. Nach einem Jahr Ausbildung Fachfrau Gesundheit habe ich gemerkt, dass es mir zu streng war.

Mit dem Wechsel zur Ausbildung als Assistentin Gesundheit und Soziales habe ich mich nun richtig entschieden. So geht es besser – auch mit der Schule und den Prüfungen.





Unsere Rikscha für das Recht auf «Wind im Haar», macht richtig Spass. 42% der Plaid's Bewohner sind über 90zig Jahre alt.

Sujhaani Ravirajan, 2 Geschwister, Auszubildende Assistentin Gesundheit und Soziales

Ich mache die Ausbildung Assistentin Gesundheit und Soziales im Plaid's, und glaube die richtige Ausbildung gewählt zu haben. Ich habe gelernt, wie mit kranken oder alten Menschen umzugehen. Mein Traumberuf war schon als Kind Ärztin. Dann will ich in meinem Land den Menschen helfen. 13 Jahre bin ich in Sri Lanka zur Schule gegangen, wo meine Mutter und die Geschwister wohnten, dann vier Jahre in der Schweiz, wo jetzt die ganze Familie mit dem Vater wohnt. Zuhause bin ich in Zizers und mir geht es gut, aber mein Heimatland vermisse ich schon. Vor drei Monaten habe ich das Glück gehabt, hier im Plaid's einen neuen Ausbildungsbetrieb zu finden, damit ich meine Ausbildung weiterführen und abschliessen kann.



Seit ich hier bin, habe ich schon Vieles gelernt. Am Anfang war es aber sehr schwierig im neuen Betrieb. Tagesbeginn und -ablauf waren ganz anders, als ich es vorher erlebt habe. Mein Ziel ist es, die Ausbildung gut abzuschliessen und dann Medizin zu studieren.



Der Herbstmarkt Plaid's findet dieses Jahr wieder statt!

Ausflüge nach Seewis, ins Klöntal und nach St. Moritz





Persönliche Erzählung Frieda Marazzi

Aus dem Leben von Frau Frieda Marazzi im 102. Lebensjahr,
geboren am 25.08.1922



Geboren und aufgewachsen bin ich in Siebnen, Kanton SZ während den Kriegsjahren. Wir waren jung und wollten eigentlich das Leben geniessen und nichts wissen von Krieg. Es gab kaum Möglichkeiten, auch verreisen konnten wir nicht. Das Naheliegende war dann umso schöner mit den Wäggitaler Bergen zum Wandern und Skifahren. In Zürich habe ich meine Ausbildung im Verkauf absolviert und bin jedes Wochenende nach Hause gereist, zu meiner Familie mit 2 jüngeren Schwestern. Mein Traum war es einmal die Dufourspitze zu besteigen. Dazu wurde ich als 1. Frau Mitglied in einer Männersektion vom SAC. Im Katholischen Kanton SZ war das schon fast «ketzerisch». Mit Holzski habe ich dann die Dufourspitze erreicht und meinen Traum damit verwirklicht. Meinen Mann habe ich in Zürich kennengelernt.

Ich war dann Hausfrau, was so üblich war, und Mutter von einer Tochter und einem Sohn. Mein Mann war ein Heimweh Arosener und darum war ich ohne ihn, mit meinem Sohn, oft auf Reisen. Wir waren in Israel, Moskau und St. Petersburg, Südafrika und Marokko. 40 Jahre bin ich gerne Auto gefahren. Sonst sind wir viel zu Berg gegangen und Ski gefahren. Als mein Mann pensioniert wurde sind wir nach Flims gezogen. Arosa war zu hoch für unsere Gesundheit.

« Nun genieße ich meinen Lebensabend mit körperlicher und geistiger Gesundheit und bin sehr zufrieden. »

Vor 20 Jahren ist mein Mann gestorben. Ich konnte ihn Zuhause noch pflegen bis zum Schluss und mich auch verabschieden. Er hat nie geklagt in der ganzen Zeit. Meinen Sohn habe ich verloren, als er fast 60zig Jahre alt war. Wir hatten ein schönes und lustiges Leben und mit meiner lieben Tochter habe ich immer noch regelmässigen Kontakt. In den letzten hundert Jahren fand wirklich eine enorme Entwicklung statt. Nun genieße ich meinen Lebensabend mit körperlicher und geistiger Gesundheit und bin sehr zufrieden.



Autorin: Frieda Marazzi

Frieda und Gino Marazzi
Arosa, Dezember 1947

Persönliche Erzählung Augusta Pelican

Aus dem Leben von Frau Augusta Pelican im
102. Lebensjahr, geboren am 11.10.1922



Ich bin am 11.10.1922 in Schluein geboren und hatte noch 3 Schwestern. Wir hatten eine einfache und schöne Kindheit. Nach der obligatorischen Schule mussten wir alle Geld verdienen, so war ich als Saaltochter in verschiedenen Hotels in Pontresina, Davos und Flims tätig. Für die Angestellten musste ich immer wieder Maluns kochen, was sie an mir sehr schätzten. Im Jahre 1949 heiratete ich Anton Pelican. Wir hatten zusammen 4 Kinder, Antoinette, Rita Paula, Rinaldo und Hugo. Wie es so war damals blieb ich zu Hause bei den Kindern.

Meine Hobbys waren stricken und häkeln. Ich hatte auch eine Strickmaschine und strickte für Freunde und Bekannte. Später als die Kinder aus dem Haus waren, half ich im Restaurant Posta Veglia in Schluein aus. Zusammen mit meinem Mann fuhren wir im Sommer immer ans Meer. Das war eine tolle Zeit.

Im Jahr 1999 musste ich von meinem Mann Abschied nehmen was mich sehr schwer traf. Nach dem Tod meines Mannes zügelte ich zu meiner Tochter Antoinette nach Laax. Dort hatte ich eine schöne Wohnung und war sehr glücklich. 2012 musste ich von meiner Tochter Rita Abschied nehmen, es war eine sehr schwere Zeit. Trost fand ich bei den Laaxer Seniorennachmittage beim Jassen. Auch Freude bereiten mir meine 7 Enkelkinder, Ivan, Sandro, Roman, Maro, Ramona, Rino und Romina und später die 9 Urenkel. Wenn meine Tochter in den Ferien war, konnte ich ein paar Mal für 3 Wochen im Wohnheim Plaid's Ferien geniessen. Nun bin ich schon bald 7 Jahre im Wohnheim und es geht mir gut und ich werde liebevoll betreut.

Autorin: Tochter Antoinette



Hochzeit im Jahre 1949



Bei der Arbeit

**Das ist einen Eintrag in Ihrer Agenda wert.
Wir freuen uns auf Sie!**

19. OKTOBER 2024

11.00 - 17.00 UHR

2. HERBSTMARKT

**im Wohn und Pflegeheim Plaids
Via Plaids 14, 7017 Flims Dorf**

Impressum

Herausgeber
Realisation
Auflage
Leserschaft
Ausgabe

Wohn- und Pflegeheim Plaids, Via Plaids 14, 7017 Flims Dorf, wohnheim.flims@flims.ch
by the way communications AG
370 Exemplare
Bewohnerinnen und Bewohner, Angehörige, Mitarbeitende, Stiftungsrat und Interessierte
1/2024 (5. Ausgabe)