

dialog

sonnenrainnews



Stiftung
Neuer SR-Präsident
Stellt sich vor

Seite 2

Infrastruktur
Klangpark Zihlschlacht
Sanierung von Kleinem
ergibt grosse Klänge

Seite 2

Sonnenrain Activity
**Von Ferien, Tieren bis
BRK und zurück**
Was alles so läuft und wo
wir auf dem Weg sind

Seite 3

Freihofcity
Mut zum Umzug
Wie aus einem Wunsch
mutige Realität wird

Seite 10

Personelles
Grosses Jubiläum
Ehrung und
Nachwuchsförderung

Seite 9

Dies und Das & Termine
**Heute schon
gefreivilligt**
Freiwilligenarbeit macht
zufrieden

Seite 11

Stiftung

Unser neuer Stiftungsrats-präsident stellt sich vor

Ich bin bereits seit 2016 im Stiftungsrat des Wohnheims Sonnenrain, seit Mitte 2024 als dessen Präsident. Beruflich bin ich seit über 25 Jahren in Weinfelden als Rechtsanwalt tätig, spezialisiert auf kleinere und mittlere Unternehmen. Als Fachanwalt für Arbeitsrecht beschäftige ich mich in meinem Job ca. zu 50% mit Personalfragen. Da liegt es nahe, dass ich im Stiftungsrat des Sonnenrains die Ressorts «Personal» und «Versicherungen» betreue. In meiner Freizeit mache ich Sport, höre auf sehr professionellem und mache auf sehr dilettantischem Niveau Musik und lese sehr viel.

Die Arbeit für den Sonnenrain empfinde ich als spannend, weil sie in einem völlig anderen Umfeld stattfindet, als ich es sonst gewohnt bin. Es freut mich, Menschen, die auf unsere Hilfe angewiesen sind, auf diese Art unterstützen zu können. Dabei genieße ich den Austausch im interdisziplinär aufgestellten Stiftungsrat sehr, weil die Inputs aus den unterschiedlichen Fachrichtungen meinen Horizont erweitern.

Wir alle sind zurzeit in einem vor allem durch Unsicherheiten und Risiken geprägten Umfeld unterwegs. Die sich zuspitzende geopolitische Lage, Klima – und andere Katastrophen, die uns fast täglich beschäftigen, gesellschaftliche Veränderungen hin zu den Extremen. Das alles verunsichert und lässt Ängste entstehen. Dazu kommen auch in unserem Kanton politische Strömungen, die auch für unsere Institution insbesondere finanzielle Unsicherheiten mit sich bringen. Eingebettet in dieses Umfeld ist es die Aufgabe des Stiftungsrats, die strategische

Richtung der Institution zu bestimmen und zusammen mit den Mitarbeitenden dafür zu sorgen, dass die von uns betreuten Menschen ein möglichst sorgenfreies, menschenwürdiges Leben führen können. Und dies, davon bin ich überzeugt, gelingt uns trotz der herausfordernden Situation sehr gut! Unsere Institution genießt einen ausgezeichneten Ruf und wir sind allgemein sehr gut aufgestellt, wie uns auch jüngst bei einer Überprüfung durch das Sozialamt eindrücklich bestätigt wurde. Dies ist das Verdienst eines umsichtigen und umtriebigen Institutionsleiters, der für seine Aufgabe brennt. Dies ist auch einem eingespielten, professionellen Kaderteam zu verdanken, welches ihn täglich unterstützt. Unsere Institution funktioniert aber nicht zuletzt deshalb so gut, weil wir über ein engagiertes Team an Mitarbeitern verfügen, welches sich täglich mit Herzblut seinen mannigfaltigen Herausforderungen und Aufgaben stellt. Ich bin deshalb sehr zuversichtlich, dass wir «unseren» Sonnenrain mit der Mithilfe aller sicher durch die Turbulenzen führen werden. Ich möchte sämtlichen Mitarbeitern, dem Institutionsleiter Marcel Jenni und meinen Kolleginnen und Kollegen im Stiftungsrat herzlich für ihre Mithilfe danken! Es chunt scho guet!

*Dominik Kumschick
Präsident des Stiftungsrats*



Editorial

«Wen dä Gwunder packt»



Kam Ihnen dieser Gedanke auch in den Sinn, als Sie das Titelbild sahen?
Ja – Neugier, Gwunder, Aussicht auf etwas Tolles, Spannendes, ev. staunen können – dies generiert manchmal ungeahnte Kräfte. Und Mut, es trotz allem zu versuchen. Aufzustehen, trotz aller Anstrengung. Neues ausprobieren, «geht nicht» mal einen Moment zu vergessen und das Leben so zu erkunden und zu geniessen, wie es möglich ist.
Euch, liebe Bewohnenden im Sonnenrain, darin zu unterstützen, das ist unser Job als Mitarbeitende SonnenrainerIn
Jede und jeder an seinem Platz engagiert dabei. Und auch mutig, immer wieder Neues anzubieten und damit den Gwunder zu wecken. Herzlichen Dank an alle die im Sonnenrain arbeiten und leben. Was das konkret heisst – ein Teil davon lesen Sie in unserem Newsletter. Viel Vergnügen damit.

Marcel Jenni, Institutionsleitung

Infrastruktur – einmal im Kleinen

Klangpark Zihlschlacht

Sanierung der Klangkörper

Immer wieder werde ich während meiner Büroarbeit von sphärischen Klängen beglückt. Nein, nein – es landen keine Ufos in Zihlschlacht. Obwohl die Klangkörper durchaus, wären sie denn flugtauglich, als ausserirdische Flugkörper identifiziert werden könnten. Es handelt sich dabei um die Klangschalen beim Angebot «Suche deinen Klang». Während die Bronzeschalen jedem Unwetter trotzen, vermag die Zeit am Unterbau aus einheimischem Holz gar arg zu

«gnagen». Die morschen Holzrugel mussten ersetzt werden. Ebenfalls fielen die Holzstämme der Klangkapelle dem Morsch zum Opfer und wurden ersetzt. Nun klingen beide wieder wunderbar, wenn sie angeschlagen werden.
Und das ist auch der Job der Klangkörper und Ihr Vergnügen liebe LeserInnen. Nutzen Sie bei Ihrem nächsten Besuch bei uns doch die Möglichkeit und benutzen den ganzen Klangpark mit 11 Klangobjekten, der, verteilt auf dem Gelände des Wohnheims Sonnenrain sowie der Rehaklinik Zihlschlacht, ein akustischer wie optischer Genuss verspricht. Weiter Informationen dazu, inklusive einen Arbeitsbüchlein für SchülerInnen finden Sie unter:
[Klangpark Zihlschlacht | prohumanis.org](https://prohumanis.org)

Marcel



Sonnenrain Activity

Bewohnerferien in Berlingen am Untersee Kanton Thurgau, Juni 2025



Das erste barrierefreie Hotel der Schweiz
Das Ferienhotel Bodensee ist eine Initiative der Schweizer Stiftung Pro Handicap. Die Stiftung mit Sitz in Berlingen wurde 2011 mit dem Zweck gegründet, Menschen mit Behinderung schöne, barrierefreie Ferien zu ermöglichen.

*Ferienhotel Bodensee
Stiftung Pro Handicap
Seestrasse 86
CH-8267 Berlingen
Telefon +41 52 761 36 72
info@ferienhotel-bodensee.ch*

Im Juni 2025 verbrachten wir mit 5 Bewohnenden eine wunderschöne Ferienwoche in Berlingen am Untersee. Obwohl noch auf Thurgauer Boden gelegen, war es eine willkommene Abwechslung zu unserem Wohnheimalltag in Zihlschlacht. Das Wetter meinte es die ganze Woche gut mit uns. Jeden Tag schien die Sonne und jeden Nachmittag waren die Temperaturen über 30 Grad. Teilweise sogar 35 Grad. Doch dies tat unserer guten Stimmung keinen Abbruch. Jeden Tag unternahmen wir einen Ausflug und lernten dabei die schöne Gegend am Untersee kennen. Was gibt es doch da alles Schönes zu sehen. Der Untersee lag in nur 5 Gehminuten von unserem Hotel entfernt. Wir besuchten die Insel Reichenau und genossen an diesem Tag ein schmackhaftes Fischmenu. Auch der Besuch auf der Insel Werd in der Gemeinde Eschenz mit dem imposanten Kloster hat sich sehr gelohnt. Die Schifffahrt führte uns von Berlingen nach Stein am Rhein, wo wir uns durch die Altstadtgassen und die verschiedenen kleinen schmucken Verkaufsgeschäfte bewegten. Natürlich liessen wir uns in einem feinen Gartenrestaurant, direkt am Rhein gelegen, kulinarisch verwöhnen. Noch einmal ein Ausflug ins nahe gelegene Konstanz mit dem Besuch des Einkaufszentrums Lago und der wunderschönen Altstadt stand auf dem Programm. In Konstanz verkehrten wir zur Mittagszeit in einem Restaurant mit peruanischen Spezialitäten. Mal was anderes, aber allen hat es geschmeckt. Nach einer interessanten, abwechslungsreichen, spannenden und entspannten Woche kehrten wir alle gesund und mit vielen Erlebnissen und Erinnerungen wieder nach Zihlschlacht zurück.

Hansjörg Steffen

Sonnenrain Activity

Ferien für Daheimgebliebene, August 2025

2025 haben wir mit unseren Bewohnenden eine unvergessliche Reise in die malerische Region Appenzell unternommen.

Nachdem wir im letzten Jahr Reisen ans Wasser gemacht haben, ging es dieses Jahr in die Höhe. Die Alpsteinregion bot uns viele schöne und unvergessliche Erlebnisse. Unsere Erlebnisse reichten vom atemberaubenden Ausblick vom Kronberg über den gemütlichen Aufenthalt im Gasthaus Oberer Gäbris in Gais, bis hin zum aufregenden Baumwipfelpfad in Mogelsberg.

Die Schwägalp beeindruckte uns mit ihrer majestätischen Berglandschaft und in der Appenzeller Schaukäserei konnten wir spannende Einblicke in die traditionelle Käseherstellung gewinnen. Diese gemeinsamen Erlebnisse haben nicht nur unsere Gemeinschaft gestärkt, sondern auch zahlreiche positive Eindrücke hinterlassen. Es waren Tage voller Freude, Natur und unvergesslicher Erinnerungen!

Mirsen und Bianca



Sonnenrain Activity

Summerdays Festival in Arbon, 29. – 30. August 2025

Auch in diesem Jahr durften wir wieder das Summerdays Festival in Arbon besuchen – ein Erlebnis, auf das sich viele unserer Bewohnerinnen und Bewohner lange gefreut hatten. Unsere Gruppe teilte sich auf zwei Abende auf: Der erste Teil machte sich am Freitagabend auf den Weg, der zweite Teil folgte am Samstagabend. Am Freitag standen unter anderem Lovebugs, Sens Unik, Gianna Nannini, Patent Ochser und Gentleman auf der Bühne. Die Stimmung war ausgelassen und ansteckend. Viele unserer Bewohnenden genossen die Musik sichtlich und bewegten sich bei einzelnen Liedern freudig im Takt. Auch das kulinarische Angebot fand grossen Anklang. Das Wetter zeigte sich von seiner gnädigen Seite – Petrus meinte es gut mit uns, sodass wir fast ganz trocken blieben. Am Samstag begeisterten Künstlerinnen und Künstler wie Anna Rossinelli, Lea, Nemo, Samu Haber, Sido, Loco Escrito und Kamrad das Publikum. Bei angenehmem Wetter herrschte auch an diesem Abend eine fröhliche und entspannte Atmosphäre. Nach beiden Konzertabenden

kehrten wir müde, aber glücklich und erfüllt mit vielen schönen Eindrücken zurück ins Wohnheim. Das Festival war ein voller Erfolg – und die Vorfreude auf das Summerdays 2026 ist bereits jetzt spürbar.

Gabriela Böglin



Sonnenrain Activity

Ferien im Hotel Emmaus in Losone, September 2025

Gemeinsam erlebten wir im Kanton Tessin zahlreiche Ferienabenteuer. Wir bestiegen Gipfel und Höhen, erkundeten Inseln, unternahmen eine Schifffahrt und genossen zahlreiche amüsante Abenteuer.

Eine Gruppe aus fünf Bewohnenden des Wohnheims Sonnenrain verbrachten eine spannende Ferienwoche im Hotel Emmaus in Losone. Zudem war zum ersten mal ein Zivildienstleistender mit dabei, der uns begleitete und unterstützte.

Am zweiten Tag unternahmen wir einen Ausflug auf die Isole di Brissago. Es handelt sich um zwei Inseln, die im Lago Maggiore liegen, dem grossen See, der die Schweiz mit Italien verbindet. Es sind wunderschöne Inseln, die vor allem für seine bezaubernden und fantastischen Gewächse bekannt sind und liegen direkt gegenüber von Brissago mit seiner berühmten Zigarrenfabrik! Hier erkundete unsere kleine Gruppe die Insel und bestaute das Schloss, das auf der Isola die Brissago gelegen ist!

Am Folgetag ging es weiter im bunten Reigen rund um das Tessin. Wir assen gemütlich im Hotel Zmorge

und besprachen, was wir an diesem Tag zu unternehmen gedachten! Schliesslich entschieden wir uns, das Tal mit seiner Seilbahn zu besichtigen. Es entführte uns in luftige Höhen und wir konnten oben angekommen die Aussicht über den ganzen Lago Maggiore geniessen. Anschliessend besuchten wir noch die Madonna del Sasso.

Am vierten Tag fuhren wir mit einer kleinen Gruppe nach Como, um dort die Stadt zu besichtigen. Auch Como ist eine spannende Stadt. Sie liegt 45 Kilometer nördlich von Mailand, am gleichnamigen See und an der Grenze zum Kanton Tessin. Hier schauten wir die Stadt an und besuchten ein Warenhaus, wo man herrlich einkaufen konnte. Danach kam Ascona dran, wo wir wieder die Altstadt besuchten und sich herrliche Sachen gönnen und viel einkaufen konnte. Am 6. Tag dann erlebten wir den Höhepunkt unserer schönen Reise. Wir bummelten und assen in Locarno, wo es ja auch die berühmte Piazza Grande gibt. Hier besichtigten wir in der Nähe auch eine ausgefallene Falknerei, wo man Vögel und Pferde besichtigen kann.

Und schon ging es wieder nach Hause, wo wir am Abend ankamen. Es war eine schöne Zeit im Zeichen des herrlichen Kantons Tessin.

Marc Haltiner



Sonnenrain Activity

Workshop zum Thema UN-BRK, 20. – 27. Oktober 2025

SEGEL Schwierige Entscheide – Gemeinsame Lösungen

Die UN-BRK (UN-Behindertenrechtskonvention) hält im **Artikel 24** das Recht auf Bildung fest. Bildung ist dabei weit mehr als der Schulbesuch – sie umfasst auch das lebenslange Lernen, die persönliche Weiterentwicklung und die Möglichkeit, aktiv am gesellschaftlichen Leben teilzunehmen. Diese Gedanken haben uns im Wohnheim Sonnenrain inspiriert, uns noch intensiver mit dem Thema auseinanderzusetzen.

Deshalb haben wir für unsere Bewohnenden und Mitarbeitenden eine besondere Veranstaltung zum Thema **SEGEL** organisiert. Vielleicht fragen Sie sich nun, was sich hinter *SEGEL* verbirgt. Die Abkürzung steht für **«Schwierige Entscheidungen – Gemeinsame Lösungen»** – ein Forschungs – und Bildungsprojekt der **Fachhochschule OST**, das sich damit beschäftigt, wie Menschen mit Beeinträchtigungen bei wichtigen Entscheidungen besser unterstützt werden können, ohne ihre Selbstbestimmung einzuschränken.

Das Team der Fachhochschule OST war bei uns im Wohnheim zu Gast und hat uns auf anschauliche und praxisnahe Weise die Inhalte der **UN-BRK**, insbesondere die Schwerpunkte **Selbstbestimmung** und **Partizipation**, nähergebracht. Gemeinsam haben wir überlegt, was diese Themen konkret für den Alltag im Wohnheim bedeuten:

- Wie können Bewohnende stärker in Entscheidungsprozesse einbezogen werden?
- Welche Unterstützung brauchen sie, um ihre Wünsche und Meinungen ausdrücken zu können?
- Und wie können Mitarbeitende eine Kultur der Mitbestimmung fördern?

Im zweiten Teil der Veranstaltung wurde anhand eines gemeinsam gewählten Beispiels der Weg der **gemeinsamen Entscheidungsfindung** praktisch durchgespielt. Moderiert, erklärt und unterstützt wurde dieser Prozess durch die drei Repräsentant*innen des SEGEL-Teams. Dabei kam jede und jeder zu Wort und konnte die eigene Meinung offen äussern. Zum gewählten Fall wurden zwei zentrale Werte gegenübergestellt: **Selbstbestimmung** und **Fairness**. Zu beiden Werten wurden jeweils fünf Argumente dafür und dagegen gesammelt. Anschliessend wurde abgestimmt, welcher der beiden Werte im konkreten Beispiel den Vorrang haben sollte. Das Ergebnis war eindeutig: Die Gruppe entschied sich für die **Selbstbestimmung**. In einem letzten Schritt überlegten wir gemeinsam, wie sich dieser Wert in der Praxis umsetzen lässt – und dabei kamen viele kreative und umsetzbare Ideen zusammen.

Die Bewohnenden beteiligten sich engagiert, diskutierten mit, stellten Fragen und äusserten ihre Meinungen klar und selbstbewusst. Die Methode erwies sich als einfach, aber sehr wirkungsvoll: Sie fördert den Dialog, macht unterschiedliche Perspektiven sichtbar und hilft, gemeinsame Lösungen zu finden, die von allen mitgetragen werden können. Wir im Wohnheim Sonnenrain nehmen aus dieser Veranstaltung viele wertvolle Impulse mit und möchten diese Art der gemeinsamen Entscheidungsfindung künftig weiter vertiefen.

Wenn Sie mehr über das Projekt SEGEL erfahren möchten, finden Sie weitere Informationen auf der Webseite der Fachhochschule OST: SEGEL-Projekt. Gemeinsam setzen wir im Wohnheim Sonnenrain

die Segel – für mehr Selbstbestimmung, Teilhabe und gelebte Inklusion.

Bianca Witschard Agogische Leitung & Maria Wüst Bereichsleitung Wohnen & Betreute Tagesgestaltung



Sonnenrain Activity

Kreative Samstage: Mal-Workshop mit Jana

Drei Samstage lang verwandelte sich das Wohnheim Sonnenrain in eine bunte, kreative Oase: Unter der Leitung von Jana durften unsere Bewohnenden frei malen, experimentieren und ihrer Fantasie Ausdruck verleihen. Mit viel Freude, Elan und ein wenig Unterstützung durch eine Betreuungsperson entstanden wahre Kunstwerke – farbenfroh, individuell und voller Persönlichkeit.

Die Workshops waren mehr als nur Malstunden: Sie boten Raum für Gemeinschaft, Austausch und gemeinsames Staunen über die entstandenen Bilder. Für die Teilnehmenden war es eine kleine Auszeit vom Alltag, in der sie sich ausprobieren, neue Techniken entdecken und ihre eigenen kreativen Ideen sichtbar machen konnten. Die Begeisterung und Leichtigkeit, mit der alle bei der Sache waren, spiegeln die besondere Atmosphäre dieser Samstage wider – ein echtes Erlebnis für alle Sinne.

Maria Wüst, Bereichsleitung Wohnen & Betreute Tagesgestaltung



Sonnenrain Activity

Arbeiten und Kinästhetik im Wohnheim

Im Wohnheim Sonnenrain arbeiten wir intensiv mit Bewohnenden, die an schweren Hirnverletzungen leiden. Ein zentrales Ziel unserer Arbeit ist die Förderung der Mobilität und die Verhinderung von Kontrakturen. Dazu nutzen wir das Kinästhetik-Konzept. Dieses Konzept basiert auf der Wahrnehmung der eigenen Bewegung und der Unterstützung durch Pflegekräfte, um die Selbstständigkeit der Bewohnenden zu stärken.

Schulung und Fortbildung

Einführung für neue Mitarbeiter: Im Rahmen der Einarbeitung wird das Kinästhetik-Modell geschult und integriert, um sicherzustellen, dass alle Mitarbeitenden die Prinzipien und Techniken verstehen.



Workshops: Jährlich werden 4 bis 6 Workshops angeboten, die von Multiplikatoren und Experten geleitet werden. Diese Workshops bieten den Mitarbeitenden die Möglichkeit, ihre Fähigkeiten zu vertiefen und neue Techniken zu erlernen.

Unterstützung durch Hilfsmittel

Vielfältige Hilfsmittel: Unser Wohnheim stellt den Mitarbeitern diverse Hilfsmittel zur Verfügung, die die Mobilisation der BewohnerInnen unterstützen. Diese Hilfsmittel sind entscheidend, um die Bewegungsfreiheit der Bewohner zu fördern und ihre Ressourcen zu aktivieren.

Praktische Anwendung der Kinästhetik

Mobilisation: Die Bilder zeigen verschiedene Mobilisationstechniken, die in unserem Alltag angewendet werden. Die Mitarbeiter unterstützen die Be-

wohnenden aktiv, indem sie sie sicher und schonend bewegen.

Individuelle Betreuung: Jeder Bewohner erhält eine individuelle Betreuung, die auf seine spezifischen Bedürfnisse abgestimmt ist. Dies fördert nicht nur die Mobilität, sondern auch das Wohlbefinden der Bewohner.

Die Arbeit im Wohnheim Sonnenrain mit dem Schwerpunkt Kinästhetik ist entscheidend für die Lebensqualität unserer Bewohnenden. Durch gezielte Schulungen, kontinuierliche Fortbildung und den Einsatz geeigneter Hilfsmittel schaffen wir ein Umfeld, in dem die Bewohner ihre Fähigkeiten aktiv nutzen und weiterentwickeln können.

Mirsen Gjaferi, Teamleiter Ebene 3/Nachtwache



Sonnenrain Activity

Sichtwechsel: Mitarbeitende der Raiffeisenbank im Wohnheim Sonnenrain, 22. Oktober 2025

Was wäre, wenn sich Ihr Leben in einer Sekunde komplett verändern würde?

Melanie Winkler und Maria Rempfler durften mit 7 KollegInnen dank Benevol Thurgau und dem Verband der Thurgauer Raiffeisenbanken einen Tag lang den Büroalltag hinter sich lassen und in die Welt des Wohnheims Sonnenrain und der Rehaklinik Zihlschlacht eintauchen. Ein herzliches Dankeschön für diese tolle Möglichkeit.

Der Tag begann mit einer Führung durch das Wohnheim Sonnenrain Zihlschlacht. Marcel Jenni und Aziz Keyrouz zeigten das gesamte Areal vom Klangweg über den Gemüsegarten bis hin zum Barfussweg und vielen weiteren liebevoll gestalteten Bereichen. Auch im Inneren gibt es zahlreiche Räume, in denen die Bewohnenden bei einem Kaffeeeklatsch, Spielnachmittagen oder kreativen Aktivitäten zusammenkommen können.

Für den «Aktiv-Part» wurden die Teilnehmenden in verschiedene Abteilungen aufgeteilt und durften unter anderem bei Nährarbeiten und in der Aktivie-

rungstherapie mithelfen. Ein Würfelspiel und das Spielen mit einem Ballon waren dabei die absoluten Highlights für die Bewohnenden.

Nach einem feinen Mittagessen ging es weiter in die Rehaklinik Zihlschlacht.



Sonnenrain Activity

Filmvorführung «Tiere im Wohnheim», 11. November 2025

Der Saal war geragelt voll – anscheinend hat das Plakat «Tiere im Wohnheim» seine Wirkung nicht verfehlt. Der Film war der Auftakt unseres neuen Projektes. In einem alten Dok-Film von SRF wurden Tiere in einem Altersheim begleitet und schön und einfühlsam gezeigt, wie die Tiere das Wohl der Menschen beeinflusst.

Die Anwesenden waren voll dabei und haben den Film aufmerksam mitverfolgt. Das bestätigt uns, dass das Interesse an Tieren auch bei unseren Bewohnenden vorhanden ist.

Bianca Witschard

Sonnenrain Activity

Hoher Besuch durch Napoleon III, 12. November 2025

Heute wurden dem verehrten Publikum ein hoher Besuch angekündigt. Napoleon der Dritte nahm sich eine Stunde die Zeit, um über sich und sein Leben in Frankreich, London aber auch in der Schweiz, insbesondere auf dem Schloss Arenenberg, erzählen zu lassen. Marc Haltiner erzählte wie immer mit vollem Engagement und Begeisterung die Lebensgeschichte die-

ses für Frankreich aber auch den Kanton Thurgau wichtigen Mannes. Wir alle wussten ja bereits das Marc ein ausgewiesener Napoleon-Kenner ist. Trotzdem begeisterte er das Publikum mit seinem enormen Wissen. Und der Schalk im Erzählen, machte das Ganze auch noch äusserst amüsant. Die vielen interessanten Lebensstationen und Jahreszahlen, von denen Marc zu erzählen wusste, beeindruckte

die Anwesenden. Zum Schluss offerierte uns Marc noch einen kleinen Aperero. Und da ja ein Franzose die Hauptfigur des Anlasses war, gab es natürlich Käse.

Herzlichen Dank dir Marc.
Ein Fan



Sonnenrain Activity

Tierbesuch im Wohnheim, 25. November 2025

Nach dem Film war vor dem Besuch. Barbara Schärer und ihr Mann vom Verein Leben mit Tieren im Heim, haben uns mit Meerschweinchen und Hühnern besucht. Sie haben uns gezeigt, wie man die Tiere im Alltag einsetzen kann. Ein wirklich sehr gelungener und schöner Besuch. Die Tiere überraschten mit ihrer Zutraulichkeit, ihrer Gelassenheit und Ruhe im Umgang mit uns Menschen. Wir durften sie streicheln, beobachten und füttern. Ein echtes Highlight für uns alle. Die Fotos sprechen für sich. Viele Mitarbeitenden, die an den Fenstern vorbeiliefen, haben halt gemacht und uns besucht. Viel Lachen und strahlende Gesichter konnten wir bei diesem Besuch verbuchen. Noch Tage danach wurde davon gesprochen. Und Matthias, der fragt mich nun regelmässig, wann wir denn nun die Meerschweinchen bei uns einziehen lassen.

Bianca Witschard



Betreute Tagesstruktur

Tierisch gutes, neues Angebot in der Betreuten Tagesgestaltung

Seit September dieses Jahres besuchen wir mit tierinteressierten Bewohnenden den Ponyhof in Biesenhofen. Jeden Mittwoch sind die Bewohnenden pünktlich und motiviert bereit. Egal wie das Wetter ist, wir sind bei den Pferden, putzen, kraulen, schmusen und geniessen die Atmosphäre im Stall. Die Ponys kennen uns mittlerweile und geniessen es, in Ruhe verwöhnt zu werden. Ein Gewinn für jede Seite und wir alle möchten es nicht mehr missen.

Anita: Ich putze am morgen extra die Zähne, damit ich den Pferden in die Nüstern flüstern kann.



Anita's Wortspiele

Wie heissen Pferde auf der Erde?	PfERDE
Wie heissen Pferde im Wasser?	SEEpferde
Wie heissen Pferde im Fluss?	Fluss- / Nilpferde
Wie heissen Pferde an der Uni?	HippoCAMPUS
Wie heissen Pferde in der Luft?	PfLUFT (Pegasus)



Personelles

Jubiläumsapero 20 Jahre Maria Wüst, 05. November 2025

Wieder einmal gab es im Sonnenrain etwas zu feiern. Aber nicht irgendetwas, sondern das 20-Jahre-Jubiläum von Maria Wüst.

Maria ist aus dem Wohnheim nicht wegzudenken. Nicht nur wegen ihrer Anstellungsdauer von zwei Jahrzehnten und damit kennt sie das Wohnheim in und auswendig. Sondern und vor allem wegen ihrer Persönlichkeit. Maria zeichnet sich durch ein enormes Engagement für das Sonnenrain und ihre Bewohnenden aus. Aber auch die Mitarbeitenden liegen ihr sehr am Herzen. Genau so das Thema Fachlichkeit. Gerade als Palliative Care Verantwortliche ist ihr auch das Thema Ethik äusserst wichtig. Der Institutionsleiter erlaubte sich ein Referat zum Thema 14 positive Charaktereigenschaften, die einen guten Menschen auszeichnen. Als Reflexion für

alle im Raum anwesenden Person, aber vor allem auch als Laudatio für Maria.

Liebe Maria: einfach nur Wow und «tanke tuusig» für dein Engagement und tolle kollegiale Zusammenarbeit.

Was zeichnet Maria als Persönlichkeit und als Fachperson im Sonnenrain aus? Fabian und Mirsen meinen dazu: **Unsere liebe Maria – das Herz des Sonnenrain.** Maria ist ein ganz besonderer Mensch mit einem liebevollen und herzlichen Temperament. Sie stellt immer die Bewohnenden und Mitarbeitenden in den Mittelpunkt und hat ein offenes Ohr für ihre Bedürfnisse. Ihr Engagement und ihre Empathie machen sie zu einer wertvollen Stütze für alle. Maria

ist fachlich äusserst kompetent und gibt ihr Wissen stets bereitwillig weiter. Ihre Inspiration und ihr tiefes Verständnis für die Herausforderungen im Wohnheim sind beeindruckend. Sie lebt für das Wohnheim und zeigt täglich, was es bedeutet, in der Pflege und Betreuung tätig zu sein. Für die nächsten 20 Jahre im Sonnenrain wünschen wir Maria weiterhin Freude und Erfüllung in ihrer Arbeit. Sie zeigt Leadership und eine tiefe Liebe für das Wohnheim. Maria ist das Herz und die Seele unserer Gemeinschaft.

Marcel, Fabian, Mirsen



Marcel, Patrick Wüst, Maria und Marie-Kathrin Saladin-Echle (als Vertretung des Stiftungsrates)



Fabian, Maria, Mirsen als langjähriges Dreamteam

Personelles

Ein kleines Quiz:

Wer kennt diese kecke junge Dame mit den neugierigen Augen und dem noch etwas schüchternen aber freundlichen Lächeln?



Das Lächeln oder das herzliche Lachen sind noch heute ihr Kennzeichen. Heute, die Augen genauso offen und neugierig. Aber zielgerichtet, wissend und umfassend. Aufgewachsen ist sie mehrheitlich in Romanshorn. Ein kurzer Abstecher nach St. Margrethen in den Kindergarten. Die restliche Schulzeit, bis und mit 10. Schuljahr wieder in Romanshorn.

Es wurde mir bestätigt, dass sie sich bei ihren zwei Brüdern durchzusetzen vermochte und genau wusste, was sie wollte und es auch erreicht hat. Ja, meinte einer der Brüder: Sie war schon immer so! Vermutlich hat sie schon damals gelernt sich zu behaupten und durchzusetzen. Seit dem 07.07.2007 ist sie verheiratet mit Patrik, ihrer Jugendliebe aus der Schulzeit und sie wohnen seit August 97 in Salmsach. Sie wurde Mutter von zwei Söhnen, Ruben 2008 und Justin 2010.

Am 01.11.99 ist sie im Wohnheim als Pflegehelferin (MPA) eingetreten bis zum 31.08.2001. Anschliessend erfolgte die Ausbildung zur Dipl. Pflegefachfrau HF in Winterthur und Schlieren. Ihre Rückkehr ins Wohnheim im November 2005 war für alle Bewohner und Personal ein Glücksfall. Die Gruppenleitung Pflege für die Gruppe Seestern und später auch noch Polaris sowie die Aufgabe der Bildungsverantwortliche für Ausbildung Pflege HF und FAGE konnte ihr vertrauensvoll übergeben werden.

Es ist aus meiner Sicht auch bewundernswert wie sie den Spagat zwischen Mutterschaft und Familie und der verantwortungsvollen Aufgabe meisterte und dabei ihren Optimus und ihr Lachen bewahrte. Ihr Ziel, immer das Optimum für die Bewohnenden zu erreichen zeigte sich auch in den Weiterbildungen, die sie absolvierte und auch mit Erfolg im Wohnheim etablierte. Im Jahr 2023 absolvierte sie den CAS Management im Gesundheitswesen an der Ostschweizer Fachhochschule und übernahm auch zusätzliche Funktionen als CAS Interprofessionelle, spezialisierte Palliative Care 2018 OST sowie Hygieneverantwortliche im Gesundheits- und Medizinalbereich. Die Aufgabe der Tandem-Bereichsleitung Wohnen und Betreute Tagesgestaltung ab 01.04.2025 erfüllt sie mit der gewohnten Gewissenhaftigkeit und Elan.

Ich denke das Rätsel ist gelöst. Liebe Maria, wir danken Dir für Deine jahrelange Treue zum Wohnheim mit all seinen Bewohnenden und Dein grosses Engagement. Wir freuen uns weitere Jahre mit Dir zusammen das gemeinsame Ziel für das Wohlbefinden der uns anvertrauten Menschen zu erreichen.

Im Namen des Stiftungsrates:
Marie-Kathrin Saladin-Echle

Personelles

Future Day Vibes! Nationaler Zukunftstag im Sonnenrain: Einblicke und Begegnungen, 14. November 2025

Heute durften wir vier engagierte Schülerinnen und Schüler zum Nationalen Zukunftstag im Sonnenrain willkommen heissen! Sie erhielten einen spannenden und praxisnahen Einblick in verschiedene Berufsgruppen unserer Institution.

Von der Technik bis zur Pflege.

Der Vormittag stand ganz im Zeichen des Learning by Doing. Hauswirtschaft: Es wurde die Bedienung der Scheuersaugmaschine geübt – sauber und effizient! In der Pflege konnten die Jugendlichen verschiedene Hilfsmittel hautnah erleben. Mit viel Spass übten sie das Rollstuhlfahren, die Blutdruckmessung und die Bedienung des Patientenlifts sowie des Pflegebetts.

Nach der Pause gab es einen weiteren Höhepunkt: Die Jugendlichen lernten fünf unserer Bewohnenden kennen. Gemeinsam spielten sie Klassiker wie Montagsmaler und Memory. Die Verbindung war sofort da! Unsere jungen Gäste und die Bewohnenden verstanden sich auf Anhieb gut und motivierten sich gegenseitig bei den Spielen. Es war ein eindrücklicher Zukunftstag, der mit vielen glücklichen Gesichtern zu Ende ging. Wir freuen uns über so viel Interesse an unseren Berufsfeldern und bedanken uns herzlich bei allen Teilnehmenden für diesen wunderbaren Tag!

Sandra



WG Freihofcity in Kreuzlingen

Umzug von Zihlschlacht in die WG Freihofcity in Kreuzlingen

Ein mutiger Schritt in eine selbständigere Wohnform – Fazit nach 5 Monaten

Marcel: Lieber Thomas. Herzlichen Dank für deine Bereitschaft für das Interview. Wir sitzen hier im Wohnzimmer deiner Dreier-WG im 1. Stock der Freihofcity. Seit wann bist du nun in der FHC und wie geht es dir hier?

Thomas: Mache ich sehr gerne. Ich bin seit Juni 2025 in der FHC und wir haben es sehr gut zusammen. Ich würde sagen es ist eine 4-Sterne-WG. Mindestens. In der oberen Wohnung leben wir zu dritt. Ich habe mich schnell eingelebt. Und erst seit ich hier bin realisiert, wie gross Kreuzlingen ist. Ich kannte es von früher nur vom Durchfahren. Ich bin begeistert, so nah am Zoll zu wohnen und dadurch sehr schnell in Konstanz zu sein. Leider gibt es das Londonpub, wo ich früher oft war, nicht mehr. Dafür können wir auch mal nach Konstanz einen Coupe essen oder in Kleinvenedig flanieren gehen.

Marcel: Was hat dich dazu bewogen umzuziehen?

Thomas: Ich habe schon eine Zeit lang «gestürmt», in eine weniger betreute Wohnform wechseln zu können. Als ich erfahren habe, dass ein Zimmer frei wird, habe ich sofort reagiert und mich beworben. Hier in der FHC kann ich ein selbständigeres Leben üben. Ich muss viel mehr selbst machen. Dies im Gegensatz zum Sonnenrain, wo einem viel abgenommen wird. Das mag für andere die mehr Unterstüt-

zung brauchen als ich stimmen, für mich war es zu viel. Im Wohnheim war ich mit der Zeit eher unterfordert. Hier in der FHC kann ich zeigen, dass ich einen Haushalt führen und selbständiger leben kann.

Marcel: was ist anders als im Wohnheim in Zihlschlacht?

Thomas: Es bedeutet klar mehr Arbeit, weil man selbständiger ist. Wir helfen bei der Wohnungsreinigung und natürlich im eigenen Zimmer, wir machen die Wäsche selbst und alles Kochen einmal in der Woche. Bei mir ist dies am Sonntagabend. Ich koche eher Hausmannskost wie zum Beispiel Käseschnitten oder Wurstsalat. So wie ich es früher auch gemacht habe. Meine Möbel habe ich natürlich auch mitgenommen und auch klar: meine LP's. Seit kurzem auch meine Gitarre, da ich auch hier in Kreuzlingen bei Josha die Musiktherapie besuchen kann.

Marcel: was schätzt du besonders hier und was würdest du optimieren?

Thomas: Vom Wohnort bin ich sehr begeistert – es ist sehr ruhig hier. Vor allem in der Nacht. Man merkt gar nicht, dass man in einer Stadt wohnt. Es ist ein richtiges Wohnquartier mit Familien, Kindern, alten Leuten und auch Einkaufszentren in der Nähe. Gefällt mir sehr gut.



Optimieren? Wir haben hier in der Wohnung nur einen TV. Was ich aber eigentlich gut finde. Wir müssen uns auf ein Programm einigen. So schaue ich halt auch mal nicht fern. Ich lege ja oft meine Schallplatten auf, was nicht alle wirklich toll finden. Egal was ich spiele, ein Mitbewohner findet immer es sei Klimpermusik. Seine Vorliebe für Schlager ist halt nicht mein Stil. Aber wir haben es gut zusammen – ich habe meine Mitbewohner im Griff. (Lacht).

Marcel: du bist ja auch im Atelier tätig. Was machst du da?

Thomas: Ich habe schnell festgestellt, dass die Produkte sehr ähnlich sind wie in Zihlschlacht. Ist sehr interessant und ich habe auch neues gelernt. Zum Beispiel weben mit einem Webekamm. Dabei mache ich Bänder für Schlüsselanhänger. Dann produziere ich Kerzen. Gerne auch mit Bienenwachs. Hier gibt es die Möglichkeit «Engelkerzen» zu produzieren, was etwas Geduld braucht. Dann machen wir im Atelier auch die Feuermäuse. In Zihlschlacht haben wir auch mit Holz gearbeitet. Aber das vermisse ich

nicht. Mir ist einfach Abwechslung wichtig. Passanten schauen oft durchs Fenster rein und «gwundern» was wir hier so alles produzieren.

Marcel: Welche Ziele hast du für deine Zukunft?

Thomas: Ich habe immer noch das gleiche grosse Ziel, von einer eigenen Mietwohnung, selbständigem Leben und einem Studium an der Pädagogischen Hochschule, so kann ich später als Chemielehrer tätig sein.

Wegen meiner Epianfälle wurde mir mein Führerausweis entzogen – hier möchte ich klären, ob ich diesen wieder erwerben kann.

Marcel: Fazit nach vier Jahren Zihlschlacht und 5 Monate FHC?

Thomas: Für alle, die freier, selbständiger leben und dies mal ausprobieren möchten, würde ich die FHC empfehlen. Das bedeutet zwar mehr Arbeit und Verantwortung. Man bewegt sich auch mehr. Der Fuss-

weg in das Atelier dauert 20 Minuten. Und ich habe gelernt wie ein Strassenkreisel abgebaut und wieder neu gebaut wurde.

Wir haben gute Mitarbeitende da – gerade Pascal als Leiter der WG und Lydia im Atelier.

Marcel: Thomas – Herzlichen Dank für das offene Gespräch.

Weihnachtsfeier im Wohnheim Sonnenrain, 20. Dezember 2025

Am Mittag durften die Bewohnenden des Wohnheims Sonnenrain gemeinsam mit ihren Angehörigen, Freunden und Bekannten eine fröhliche und stimmungsvolle Weihnachtsfeier in der Turnhalle der Rehaklinik erleben.

Viel Lachen, herzliche Gespräche und das Zusammensein machten den Anlass zu einem besonderen Moment des Miteinanders.

Für das leibliche Wohl sorgten die Köche der Rehaklinik mit einem liebevoll zubereiteten Mittagessen und einem köstlichen Dessert, das bei allen grossen Anklang fand.

Musikalisch begleitet wurde der Anlass von den Romis Örgeli, deren Musik eine warme, festliche und fröhliche Atmosphäre verbreitete.



Ein besonderes Dankeschön geht an Mirjam und ihrem Team, die die Turnhalle liebevoll dekoriert und so eine wunderschöne weihnachtliche Stimmung geschaffen haben.

Dank des grossen Engagements aller Mitarbeitenden und der Teilnahme der Gäste, wurde dieser Weihnachtsmittag zu einem rundum gelungenen und herzlichen Anlass.

M. Haltiner & M. Wüst



Fliegender Kastanienbaum – gibt es nur im Sonnenrain, 23. Dezember 2025

Als vorweihnachtliche Überraschung kam bei uns nicht ein Engel, sondern ein Kastanienbaum geflogen. Echt wahr! Wer's nicht glaubt – schaut sich die verlinkten Videos an. So lernen Bäume fliegen. Da hat manch ein Zaungast gestaunt. Und wir wissen jetzt, wie all die grossen Bäume in die Schlossparks gelangten (!). Nun freuen wir uns auf eine baldige Ernte «Heissi Marroni».



Verlinkung zu Marronibaum lernt fliegen in drei Teilen.



Heute schon gefreiwilligt? – Freiwilligenarbeit als unerlässliches Engagement zum Wohle aller!

Erfahrungsbericht – Freiwilligen Einsatz im Wohnheim Sonnenrain

Seit August 2007 besuche ich als Freiwillige Bewohnerinnen und Bewohner im Wohnheim Sonnenrain. In den ersten Jahren war ich jeweils bei zwei verschiedenen Personen mit meinen, in der Blindenführhundeschule Allschwil ausgebildeten Sozial-/Therapiehunden im Einsatz. Von Beginn weg habe ich D., zuerst mit meinem Labrador Aragon, danach mit meiner Boston Terrier Hündin Mayflower besucht. Nachdem meine beiden Sozialhunde pensioniert wurden, führe ich seit Ende 2018 meine Besuche ohne Vierbeiner durch.

Zu Beginn war es für D. wie auch mich ungewohnt, ihn ohne Hund zu besuchen. Mittlerweile haben wir uns aber gut damit arrangiert. Er freut sich über mein Erscheinen am Montagnachmittag und macht dies meistens mit Blickkontakt und Begrüssungslachen kund. Je nach Witterung unternehmen wir schöne Spaziergänge in und um Zihlschlacht herum, gehen ab und zu in die Bäckerei, in den Blumen – oder Volg-Laden für einen kleinen Einkauf. Bei schlechtem

Wetter besuchen wir das Café im Park und machen auf dem Rückweg manchmal Halt in Raum der Stille. Er mag es sehr, wenn ich ihm Lieder vorsinge.

Wir beide kennen uns nun seit 18 Jahren und ich persönlich geniesse die gemeinsame Zeit mit D. nach wie vor sehr. Ich verstehe seine Art und Weise zu kommunizieren immer besser. Es gibt Besuche, bei welchen D. sehr kommunikativ ist und mir viel «erzählt», an anderen ist er eher ruhig und lässt seinen Kopf mehr hängen. Ich denke, das hängt, wie bei uns auch, von seiner Tagesform ab. Auf unseren Rundgängen erzähle ich ihm aus meinem Alltag, von unseren Ferien oder wir besuchen diverse Tiere – Hühner, Ziegen, Kühe, Pferde – oder ich mache ihn auf schöne Blumen, Bäume und Wolkenbilder aufmerksam. Spannend ist es auch, den Fortschritt von diversen Baustellen verfolgen zu können oder die saisonalen Dekorationen der Häuser zu bestaunen. Bei diesen Besuchen begegne ich auch anderen BewohnerInnen und habe Kontakt mit dem Pflegeper-

sonal und andern Mitarbeitenden des Wohnheims. Ich fühle mich im Wohnheim Sonnenrain wohl und schätze den dort gelebten respektvollen und empathischen Umgang mit den Menschen, welche zum Teil seit vielen Jahren dort leben, sehr. Durch mein freiwilliges Engagement im Wohnheim Sonnenrain erlebe ich, dass das unser Leben «über Nacht» durch einen Unfall oder Krankheit völlig auf den Kopf gestellt werden kann. Und auf der anderen Seite, dass es mit der im Wohnheim gestalteten Alltag trotz allem möglich ist, individuell ein so weit wie möglich selbstbestimmtes Leben zu führen.

Nun verabschiede ich mich für rund 6 Monate, mein Mann und ich unternehmen eine lang geplante Reise nach Nordamerika und freue mich aber, im Frühling 2026 meine wöchentlichen Besuche bei D. wieder aufzunehmen.

Nicole Fischer

benevol Thurgau – Gemeinsam für gelebtes Engagement

benevol Thurgau ist die Fachstelle für Freiwilligenarbeit im Kanton Thurgau. Wir fördern und vernetzen Freiwillige, Organisationen und Gemeinden, bieten Aus – und Weiterbildungen an und setzen uns für die gesellschaftliche Anerkennung des freiwilligen Engagements ein. Durch persönliche Beratung, Vermittlungsplattformen und praxisnahe Angebote unter-

stützen wir Menschen, die sich freiwillig engagieren möchten. Als Verein mit einem starken Netzwerk begleiten und beraten wir auch unsere Partnerorganisationen – wie das Wohnheim Sonnenrain – damit Freiwilligenarbeit gezielt, wirkungsvoll und mit Freude umgesetzt werden kann.

Engagiere dich freiwillig und werde Teil einer grossen Gemeinschaft!

www.benevol.ch



Termine 2026

Save the date

Reservieren Sie sich folgende Anlässe – es lohnt sich! Weitere Infos folgen.

20. Juni 2026

Mittsommerfest Sonnenrain
e tierisch gueti Sach

17. – 21. November 2026

Kerzenziehen im Sonnenrain
für Kerzenliebhaber*innen

5. Dezember 2026

40. Trogener Adventsmarkt
das Sonnenrain ist mit seinem Stand vertreten.
Ein Besuch lohnt sich unbedingt.

12. Dezember 2026

Weihnachtsfeier mit Angehörigen

Neues Spendenprojekt: «Es tierisch guets Projekt»

Tiere tun soooooo gut – das wissen wir alle.
Aber was tun, wenn es keine in der Nähe hat?
Zum Zuschauen, Schmunzeln, Füttern, Reden, Streicheln,
dafür Sorgen, Misten, Eier greifen, Bart kraulen usw.

Ja klar – «Das Sonnenrain legt tierisch zu!»
Sie wollen uns unterstützen und zum Beispiel unser Projekt mitfinanzieren? Gerne geben wir Ihnen Auskunft zum Projektstand und – Verlauf.
Marcel Jenni – Institutionsleitung
Bianca Witschard – TL Betreute Tagesgestaltung

Den Projektbeschrieb
finden Sie hier:



Impressum

Konzept und Inhalt
Wohnheim Sonnenrain, Hohentannerstrasse 2, Postfach 18, 8588 Zihlschlacht;
T 071 555 39 39; www.sonnenrain.ch, info@sonnenrain.ch

Redaktionsteam
M. Haltiner, D. Oberholzer, G. Böglin, B. Witschard, M. Jenni

Layout und Druck
Brüggli Admedia, Romanshorn

Autor*innen:
jeweils unter dem Text vermerkt

Rechte an Bild und Text:
Alle Autor*innen und Fotograf*innen treten der Stiftung das Recht auf Text und Foto ab.

Datenschutz: alle Menschen auf den Fotos sind mit der Veröffentlichung (Print und Online) explizit einverstanden.

Auflage: 400 Stück



Spenden

Geldspenden kommen direkt unseren Bewohnenden zugute.
Wir finanzieren damit Aktivitäten und Hilfsmittel, die ohne Ihre monetäre Unterstützung nicht möglich wären.

Projektfinanzierungen: Sie interessieren sich für die (Mit-)Finanzierung von Projekten. Gerne informiere ich Sie, was wir am planen sind:
Marcel Jenni, institutionsleitung@sonnenrain.ch

Zeitspenden: Ein Gewinn für unsere Bewohnenden wie auch für Sie. Sie möchten sich als Freiwillige*r Helfer*in engagieren.
Super – bitte nehmen Sie Kontakt mit uns auf:
Aziz Keyrouz, aziz.keyrouz@sonnenrain.ch

Per Banküberweisung:
IBAN CH76 0070 0110 0007 9648 6



Per Twint:

