

dialog

sonnenrainnews



Stiftung/ Editorial
Packsch es
Wänn dich z letschti mal?

Seite 2

Infrastruktur
Steckenbecken
Hmmm – was ist das nun wieder?

Seite 2

Sonnenrain aktiv
Viel unterwegs
Von Märkten, Ferien und Feiern

Seite 2

Personelles
Hygieneschulungen
Grosses Thema in den letzten Monaten

Seite 14

Azubis
Und wieder 5 Profis mehr und in Zukunft auch SozPäd
Lehrabschluss & Neubeginn

Seite 14

Dies und Das & Termine
E tolli Buez findsch bi eus
Vom Recht auf Arbeit

Seite 16

Infrastruktur

Steckbeckenspüler – Was ist das nun wieder?

Unsere sechs neuen **TOPIC 20 Reinigungs- und Desinfektionsautomaten (Topfbeckenspüler)** dienen der hygienischen Reinigung und Desinfektion von Pflegeutensilien wie Bettpfannen, Urinflaschen und Nierenschalen. Die bestehenden Geräte sind 12 bis 14 Jahre alt (Baujahr 2011 und älter) und haben damit das Ende ihrer erwarteten Lebensdauer erreicht. Zudem liegt der Chargenstand mit rund 50 000 Anwendungen deutlich über der Norm, weshalb ein Ersatz notwendig ist. So kam es in letzter Zeit vermehrt zu Störungen und Ausfällen. Aufgrund des Unterstützungsbedarfs unserer Bewohnenden sind



die Steckbeckenspüler für die Sicherstellung einer adäquaten Hygiene unverzichtbar.
In den Kalenderwochen 13 und 14 wurden täglich jeweils ein Ausgussraum von insgesamt sechs Räumen modernisiert.

Im Zuge der Erneuerung wird auch die Raumstruktur sowie die Abläufe optimiert und angepasst. Möbel, Waschbecken sowie Ablageflächen wurden neu positioniert.
Vorher: Ringspülung, fast keine Ablagefläche und Waschbecken im schmutzigen Bereich
Nachher: Keine Ringspülung mehr, mehr Ablagefläche, neu läuft der Prozess vom schmutzigen in den sauberen Bereich. Diese Anpassung verbessert die hygienischen Abläufe deutlich.

Ein herzlicher Dank gilt allen, die an der speditiven Umsetzung beteiligt waren. Wir freuen uns, dass uns die neuen Geräte langfristig zuverlässig unterstützen und für einen störungsfreien Betrieb sorgen.

*Pietro De Rosa,
Leitung Technischer Dienst / Hauswart*

Sonnenrain aktiv

Inko-Schulung – Erste Erfahrung eines Greenhorns, 20. und 21. Januar 2026

Niemand möchte daran denken, geschweige sie denn nutzen – brauchen werden es aber wohl irgendwann die meisten von uns.

Liebe LeserInnen. Waren Sie schon mal an einer Inko-Schulung. Also einer Schulung betreffend Inkontinenzmaterial. Ich habe mir eine Solche zu Gemüte geführt. Am 20. und 21. Januar 2026 wurde unser (fast) gesamtes Personal in die neuen Inko-Materialien und deren Handling eingeführt. Grund war die Umstellung auf neues Material und Support durch unsere neue Partnerfirma IVF Hartmann.



Auch ich liess mir diese Gelegenheit, einem «dezenten Hinweis» unserer Pflegeleitung folgend, nicht entgehen. Und ich habe es nicht bereut. Ich war extrem beeindruckt, was modernes Inkomaterial heute alles kann, wie die Einlagen aufgebaut sind und sie auch wirklich funktionieren. Die Referentin Vanessa hat mit ihrer grossen Power und Engagement für die Sache, Erfahrungswissen als Pflegefachfrau und Fachkenntnissen der Materialien, neben praktischen Nutzungshinweisen auch viele Tipps zur kor-



rekten Pflege weitergeben können. Die Stimmung war trotz dem heiklen Thema Intimbereich locker und interessiert. Und Hand aufs Herz. Wir alle werden irgendwann davon betroffen sein und froh darüber, in unserem Intimgeschäft bestmöglichst ausgestattet und gepflegt zu sein. Danke euch SonnenrainerInnen für euer beherztes mitmachen in der Schulung und die tägliche, professionelle, empathische Pflege. Chapeau wie ihr dies managt.
PS: Selbstversuche sind oft sehr eindrücklich und fördern Verständnis fürs Gegenüber. Mal einen Tag eine solche sichere und entsprechend grossumfängige Einlage zu tragen, hilft garantiert zu neuen Einsichten – sehr empfehlenswert.

Marcel Jenni

Editorial

«Wänn hät's dich z letschti mal packt?»»



Liebe Leserin, lieber Leser

Hat es Sie auch gleich «gepackt», als Sie das Telfoto gesehen haben?!

Ja – so ein Mittsommerbaumtanz geht direkt in die Beine (bei Fussgängern) oder einfach dorthin wo es sich bewegen lässt. Das können die Arme, der Kopf oder auch einfach die Augen sein. Sicher aber das Gehirn. Und – dabei sein ist cool, mittendrin sein noch besser!
Darum geht es doch. Das sind einige unserer Credos; Dabeisein, Teilhaben und Teil davon sein. Damit es auch klappt sind wir gemeinsam kreativ und erfreuen uns am Ergebnis.

Das Leben, das Berufsleben ist herausfordernd. Kaum denkst du, «jetzt hämmers packt» – kommt schon die nächste Hürde oder Auflage, die altbewährtes über den Haufen werfen. So ist da Leben, heisst es dann. Ist dies wirklich so – oder machen wir uns dieses, das Leben, einfach zunehmend komplizierter und schwerer, statt einfacher und leichter. Haben wir nicht die Mittel dazu, uns primär am Guten Leben zu erfreuen. Und die Menschen, die dazu Unterstützung brauchen, gut zu begleiten. Aus meiner Sicht ja. Und so machen wir es im Sonnenrain auch.

Mit diesem Newsletter schicken wir Ihnen wieder eine bunte Vielfalt unserer Tätigkeiten und Erlebnisse. Erleben eben.
Lassen sie sich überraschen, worin wir uns bilden und wie wir dieses gemeinsame Gut umsetzen, was wir so alles unternehmen und woran wir uns erfreuen.

Viel Vergnügen mit unserem Newsletter.

*Für die Stiftung Wohnheim Sonnenrain,
Marcel Jenni, Institutionsleitung*



Sonnenrain aktiv

Fragile Ostschweiz: Vortrag zum Thema TCM, 6. Februar 2026

Auf Einladung von Fragile Ostschweiz begab sich eine Gruppe des Wohnheim Sonnenrain nach St. Gallen, um den Vortrag von Frau Ivana Eberhard, eine sehr sympathische Persönlichkeit, über die Traditionelle Chinesische Medizin (TCM) zu hören. Anwesend waren rund 20 Personen. Es wurde uns erläutert was zum Beispiel mit Akkupunktur behandelt werden kann. Weitere Methoden der TCM ist Schröpfen, verschiedene Massageformen, Akkupressur oder Moxibustion. Dabei wird getrocknetes Beifusskraut (*Artemisia vulgaris*) über

den Akupunkturpunkten oder Arealen abgebrannt. Die Wärme dringt tief ein und löst Blockaden. Es war ein sehr interessanter Abend über diese Art von Medizin gewesen. Unter dieser Website: <https://www.tcm-ie.com/> kann man sich genauer informieren. Fragile Ostschweiz bietet regelmässig verschiedene Themenabende an. Mehr erfahren kann man unter: <https://www.fragile.ch/ostschweiz/>

Daniel Oberholzer



Sonnenrain aktiv

Hygieneschulung im Wohnheim – Sauberkeit mit System, 9. und 30. März 2026

Kürzlich haben unsere Mitarbeitenden an einer spannenden Schulung zum Thema Hygiene teilgenommen. Neben den klassischen Themen wie Händehygiene, Übertragungswege von Keimen und richtigem Verhalten beim Niesen wurde auch eine besonders praxisnahe Frage geklärt: Warum Männer beim Pinkeln besser sitzen sollten. Das Ziel? Spritzer vermeiden, Keime nicht weitertragen – und ein sauberes Umfeld für alle schaffen.

Dies war natürlich nur ein Thema unter Dutzenden, was die Hygiene betrifft. Damit das Gelernte auch gleich verinnerlicht wird, gab es am Ende ein kurzes Quiz, bei dem die cleversten Teilnehmenden mit kleinen Preisen belohnt wurden.

Die Schulung hat einmal mehr gezeigt: Hygiene muss nicht trocken sein! Mit einem Augenzwinkern, viel Praxiswissen und Teamgeist sorgen wir dafür, dass unser Wohnheim sauber, sicher und gesund bleibt – für Bewohnende und Mitarbeitende gleichermaßen.

Maria Wüst



Sonnenrain aktiv

«Unser» Markt in Amriswil, 18. März 2026

Erlebnisbericht: Mit dem Sonnenrain an den Jahrmarkt Amriswil.

Die Sonne meinte es gut mit uns – perfektes Ausflugswetter für den Besuch des Amriswiler Jahrmarkts. Insgesamt machten sich 42 Bewohnerinnen und Bewohner des Wohnheims Sonnenrain auf den Weg, sorgfältig gestaffelt und begleitet von ihren Betreuerinnen und Betreuern.

Wie jedes Jahr bedeutete ein solcher Ausflug eine kleine logistische Meisterleistung: Essensabbestellungen, Geld richten, Medikamente vorbereiten, Lernende instruieren, Shuttledienst koordinieren, mögliche Toilettenstandorte planen – und natürlich flexibel bleiben, denn es kommt bekanntlich immer anders als geplant.

Mein Tag begann gemeinsam mit Kurt und Reto. Wir nahmen den Bus Richtung Amriswil – mit der Hoffnung, dass Kurt's neues GA tatsächlich auf seinem SwissPass hinterlegt war. Reto erhielt sein Billett, und los ging's.

Bevor wir in die Marktgasse einbogen, hatte Kurt noch einen dringenden Halt: Er «plünderte» voller Entschlossenheit sein Konto am Bankomaten – die Vorfreude war spürbar. Reto wiederum war so begeistert, dass er mich mit seinem gesunden Bein fast den Hügel hochzog.

Unser erster Halt war der Magenbrot-Stand. Reto kaufte sich eine Tüte, gerührt vor Aufregung – doch das Magenbrot wurde sorgfältig aufgehoben, kein Stück wurde unterwegs genascht. Kurt hingegen hatte es auf eine ganze Büchse «Saure Zungen» abgesehen. Mit sanfter Mahnung – er wünsche sich ja später auch noch Zigaretten – konnte er zum Einteilen ermuntert werden.

Bald meldete sich bei beiden der Hunger. Eine Cervelat in der Gasse, unter blauem Himmel – ein Moment voller Genuss.

Quer durch die Marktgasse trafen wir immer wieder bekannte Gesichter. Kurt führte kurze Gespräche mit alten Bekannten, während ich mit Reto weiterzog.

Ein notwendiger WC-Besuch führte uns in den Coop.



Während der Code für die regulären Toiletten angeschrieben war, fehlte er ausgerechnet beim Behinderten-WC – also nochmals hoch zur Information. Nicht ganz ideal, aber lösbar.

Weiter ging's zum Sturmfeuerzeug-Stand. Die Bise wehte kräftig – ein gutes Argument für Kurt, sich ein wetterfestes Feuerzeug zuzulegen. Er wollte sogar ein Zweites für einen Freund kaufen, doch der nahm das Telefon leider nicht ab.

Reto lief einer ehemaligen Betreuerin über den Weg. Er genoss die Begegnung sichtlich. Kurz darauf durfte er am Glücksrad drehen. Der Gewinn: keine Limousine, aber immerhin eine Jutetasche.

Beim Stand unseres Ateliers trafen wir auf regen Betrieb, und die Verkäuferin liess sich gerne fotografieren. Ein Marktschreier zog dann Kurt's volle Aufmerksamkeit auf sich. Noch während ich ein Foto machen wollte, hatte Kurt sich einen Putzstein für seine Nikotinfinger aufschwätzen lassen – eine ganze Büchse. Nicht ganz günstig, aber seine Begeisterung war ungebrochen.

Mit der kräftigen Bise bot sich zum Abschluss ein wärmender Snack an: Marroni. Beide griffen bei der Bushaltestelle dankbar zu. An der Bushaltestelle zogen wir ein positives Fazit: Daumen hoch von Reto, ein voller Erfolg! Doch im Bus folgte der kurze Moment der Wahrheit: Kontrolle. Lag Kurt's GA nun tatsächlich auf dem SwissPass – und brauchte ich deshalb kein Begleitbillett? Das GA für Kurt inkl. Fahrberechtigung einer Begleitperson, war noch nicht auf dem SwissPass...

Doch die Kontrolleurin war freundlich und liess es grosszügig gelten.

Mit einem Gefühl von Glück und viel Sonne im Herzen kehrten wir schliesslich nach Hause zurück.

Urs Küng





Sonnenrain aktiv

Tag der Hauswirtschaft, 21. März 2026

Hauswirtschaft ist Herzenssache!

Wusstet ihr, dass der Internationale Welttag der Hauswirtschaft gefeiert wird? Seit 1982 macht der Internationale Verband für Hauswirtschaft am 21. März darauf aufmerksam, dass die Hauswirtschaft weit mehr als nur Kochen und Putzen ist. Hauswirtschaft ist das Fundament, auf dem sich unsere Bewohnenden zu Hause fühlen. Liebe Mitarbeitende aus der Hauswirtschaft, wir möchten diesen Tag nutzen, um DANKE zu sagen! Euer täglicher Einsatz ist ein zentraler Baustein für unser gesamtes Wohnheim. DANKE für eure wertvolle Arbeit und euer Engagement! Mit eurem täglichen Einsatz sorgt ihr nicht nur für Sauberkeit, sondern schenkt unseren Bewohnern mit viel Herz und einem Lächeln ein echtes Zuhause

Mirjam Schneider



Sonnenrain aktiv

Fortbildung Hirnverletzung, 24. März 2026

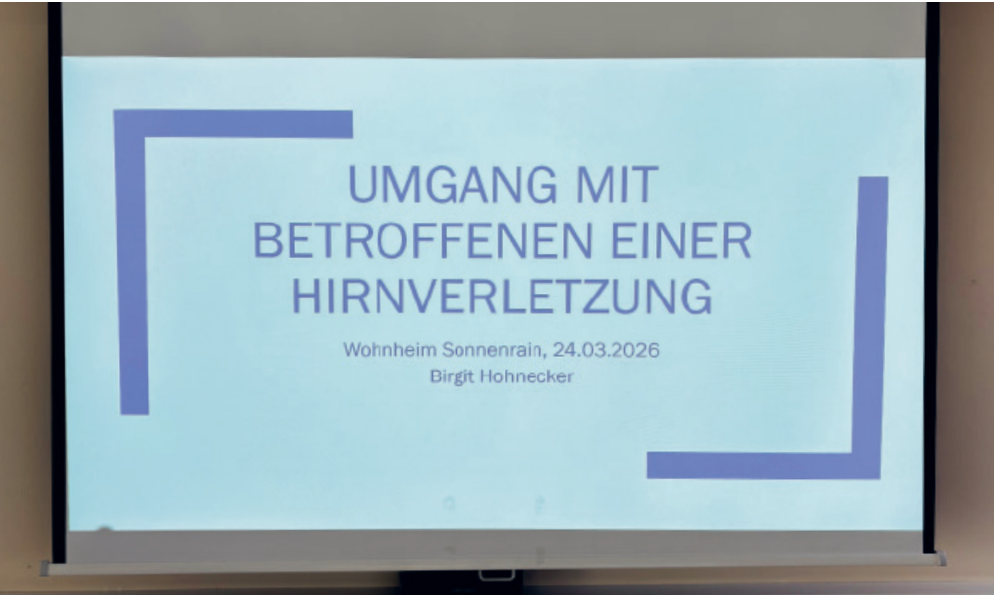
Selbst machen und entscheiden macht den Unterschied

Seit über 10 Jahren bietet das Sonnenrain jährlich einen Grundlagenkurs Hirnverletzung an, insbesondere für neu eingetretene Mitarbeitende, aber auch für Langjährige als Auffrischung. Nebst Grundlagen über das Gehirn und dessen möglichen Verletzungen, Fallbeispielen und Selbsterfahrung durch z.B. sichtfeldeinschränkende Brillen, erlangen die Teilnehmenden Wissen, weshalb es so wichtig ist, die Bewohnenden in sämtliche Handlungen miteinzubeziehen, sei es durch Mitdenken oder aktiver Mitarbeit. Nur durch stetiges Training und Wieder-

holungen, sei dies körperlich und geistig, ist es dem Hirn möglich, verlorene Fähigkeiten neu zu lernen oder Bestehendes zumindest zu erhalten. Beim Frühstücksbuffet zum Beispiel werden Geist und Körper angeregt und trainiert, in dem sich die Bewohnenden zwischen verschiedenen Angeboten entscheiden dürfen und diese, soweit möglich, auch selbstständig an den Tisch bringen. Wird hingegen von den Betreuenden ungefragt ein Confi-Brot auf den Tisch gestellt, wird das Hirn der Bewohnenden wenig aktiviert – es verkümmert und baut noch mehr

ab, was nicht im Sinne einer Förderung ist. Nur mit dieser Einsicht und der Haltung, den Bewohnenden durch Fördern und Fordern Gutes zu tun, anstatt diese als «Mehraufwand» zu sehen, wird eine Betreuung mit hoher Lebensqualität ermöglicht. Sehr schön zu sehen war, wie sich die Kursteilnehmenden sehr aktiv an den Themen beteiligten und viele Fragen stellten, was auch die Dozentin Birgit Hohnacker zu schätzen wusste.

Beat Rimann



Sonnenrain aktiv

Hygiene-Netzwerk Ostschweiz zu Besuch im Wohnheim, 31. März 2026

Ende März fand das Hygiene-Netzwerktreffen von IVF Hartmann im Wohnheim Sonnenrain statt. Bereichsleitungen aus den Bereichen Pflege, Hygiene oder Hauswirtschaft, aus der Ostschweiz sind zusammengekommen, um sich über die neusten Standards auszutauschen, Erfahrungen zu teilen und alte sowie neue Kontakte zu pflegen. Denn Hy-

giene ist viel mehr als nur Hände waschen: Die Hygiene ist laut Weltgesundheitsorganisation (WHO) die Lehre von der Gesunderhaltung und die Gesamtheit der Massnahmen zur Verhütung von Krankheiten, insbesondere durch Infektionsschutz. Sie umfasst Reinigung, Desinfektion und Sterilisation, um gesundheitliche Gefahren in Umwelt, Beruf und Alltag

abzuwehren. Der Nachmittag zeigte, dass alle Gesundheits- und Sozialinstitutionen die gleichen Themen haben und wir voneinander profitieren können.

Mirjam Schneider und Maria Wüst



Sonnenrain aktiv

Video- und Fotoshooting für Jahresbricht 2025, 14. und 15. April 2026

Wie haben es unsere Youngsters erlebt?

Ja – dieser Newsletter enthält viel Personelles. Aber das ist ja auch die wichtigste Ressource für unsere Arbeit. Im Rahmen der Entstehung des Jahresberichts 2025 haben entsprechend viele MitarbeiterInnen mitgewirkt. Neben Interviews über ihre Arbeit und Fotoshootings auf dem roten Sofa haben wir für den Jahresbericht 2025 auch Videos gedreht. Ein spannendes Erlebnis für die Protagonisten. Ich habe die drei Youngsters gefragt, wie sie den Videodreh erlebt haben:



Jaromir, wie hast du dies erlebt?

Ich spiele zwar selbst Konzerte und stand auch schon für eine Rolle im Theater auf der Bühne, aber es ist nochmals anders Freestyle vor einer Kamera über seinen Beruf zu sprechen.

Was war spannend?

Bevor das Shooting begonnen hat, mussten die Kameramänner zuerst alles aus dem Weg räumen, damit das richtige Licht vorhanden ist und keine Schatten entstehen. Es hat mich fasziniert, dass auf so viele Dinge geachtet werden muss.

Was war speziell?

Es hat sich toll angefühlt, einmal etwas Neues zu machen und einen anderen Arbeitsalltag zu erleben.

Wie hast du dich dabei gefühlt?

Im Alltag, vor Angehörigen oder anderen Personen von meinem Beruf zu erzählen, fällt mir eigentlich sehr leicht und ich muss nicht auf die Wortwahl achten, weil es automatisch aus meinem Mund kommt. Vor der Kamera ist es mir jedoch schwergefallen, da ich mich nicht versprechen wollte.

Bleona, wie erging es dir?

Ich habe es spannend gefunden und interessant, da ich so noch nie aufgenommen wurde und es wurde alles professionell gemacht. Ich habe mich wohl gefühlt und wir konnten unsere Ideen auch einbringen.

Mehmet, wie hast du dies erlebt?

Ich habe das Shooting als sehr abwechslungsreich und bereichernd erlebt, da ich den Alltag aus einer neuen Perspektive festhalten konnte.

Was war spannend?

Spannend war es, die richtigen Momente einzufangen und kreativ zu überlegen, wie man alles authentisch darstellen kann.

Was war speziell?

Besonders war die offene und natürliche Art der Foto-/Videografen, die das Shooting sehr angenehm gemacht haben.

Wie hast du dich dabei gefühlt?

Ich habe mich motiviert, konzentriert und stolz gefühlt, einen Beitrag zum Jahresbericht leisten zu können.

Marcel Jenni



Sonnenrain aktiv

Bericht Bewohnerferien Chiemsee, 20. – 26. April 2026

Vom 20. bis zum 26. April 2026 verbrachten wir 7 Tage in der Nähe des Chiemsees. Bei bestem Wetter konnten die Bewohnenden dort ihre wohlverdienten Ferien genießen. Der Chiemsee ist der drittgrößte See Deutschlands und befindet sich in Bayern, nahe der Grenze zu Österreich. Am Montag um 9.30 Uhr begann die Reise in Zihlschlacht und nach etwa 6 Stunden, inklusive Mittagspause, erreichten wir unseren Ferienort. Nach einem leckeren Abendessen in einem lokalen Restaurant ging der Tag dann zu Ende. Der nächste Tag war dem Erkunden der Region gewidmet. Wir fuhren nach Chieming, wo wir dem wunderschönen Seeufer entlangliefen und die Landschaft bewunderten. Danach assen wir zu Mittag und schlossen Bekannt-

schaft mit dem Inhaber des Restaurants, welcher uns für kommenden Samstag zum Cevapcici Essen einlud. Der Tag neigte sich danach schon dem Ende zu und deshalb begaben wir uns langsam wieder in Richtung Hotel. Am nächsten Tag entschieden wir uns die Stadt Salzburg zu besuchen. Dort angekommen liefen wir dem Fluss Salzach entlang und hatten dabei einen atemberaubenden Blick auf die historische Altstadt und die Burg, welche darüber thronte. Wir besuchten den weltberühmten Dom, holten uns eine Verstärkung am Mozartplatz und fuhren mit einer Zahnradbahn zur Burg hinauf. Der Tag war sehr ereignisreich und wunderschön, jedoch waren wir am Ende alle ziemlich müde und so gingen wir zurück. Am Donnerstag unternahmen

wir eine Schifffahrt zur Herreninsel, eine kleine Insel im Chiemsee. Auf ihr besuchten wir das Schloss Herrenchiemsee und sahen spektakuläre Zimmer und Räume, welche mit sehr viel Gold verziert waren. Das Schloss wurde leider nie vollständig fertig gebaut und so sah man auch die Schattenseiten dieses Schlosses.

Am Freitag nahmen wir es gemütlicher und blieben mehrheitlich zu Hause. Wir gingen einkaufen und grillten in unserem Garten, es gab leckeres Fleisch, Käse, Gemüse und vieles mehr.

Samstag war unser letzter, vollständiger Tag. An diesem gingen wir nochmal an die Uferpromenade des Chiemsees. Wir assen Cevapcici und genossen ein letztes Mal die wunderschöne Aussicht. Am Abend war dann Packen angesagt.

Am Sonntag in der Früh machten wir uns bereit für die Abreise. Um 10.00 Uhr war Check-out und danach begaben wir uns auf die Heimreise. Nach einer staufreien Fahrt kamen wir schliesslich wieder beim Wohnheim an. Die Bewohnenden haben in den sieben Tagen sehr viel erlebt und konnten die Ferien gut genießen.

Das Ferienhaus «Behindertengerechte Ferienapartments am Chiemsee» Urlaub f. Alle bietet alles, was es braucht, und ist sehr zu empfehlen.

Swanepoel Jodok



Sonnenrain aktiv

Welthändehygienetag, 5. Mai 2026

Der Welthändehygienetag findet jedes Jahr am 5. Mai statt und erinnert uns daran, dass saubere Hände der einfachste Schutz gegen Infektionen sind. Der 5. Mai (5. 5.) hat Symbolcharakter und steht für die fünf Finger beider Hände. Der einfachste Schutz im Alltag: Regelmässiges Händewaschen mit Seife (ca. 20 Sekunden) oder Desinfizieren schützt vor Grippe, Durchfallerkrankungen und anderen Erregern. Mit dem UV-Test durch Schwarzlicht werden die Benetzungs

zungslücken nach einer Händedesinfektion visuell sichtbar. Die UV-Lampe ist ein einfaches Hilfsmittel, welches regelmässig im Wohnheim Sonnenrain eingesetzt wird.

Händehygiene geht uns alle an – machen Sie mit und schützen Sie sich und Ihre Mitmenschen!

Mirjam Schneider



Sonnenrain aktiv

Schweizer Fussball Cup-Final im ausverkauften Berner Wankdorfstadion zwischen dem FCSG 1879 & FC Stade Lausanne Ouchy, 24. Mai 2026

Danke für dieses aussergewöhnliche Erlebnis!

Am Pfingstsonntag durfte ich gemeinsam mit einem ehemaligen Arbeitskollegen und zwei Bewohnern ein ganz besonderes Ereignis erleben. Wir fuhren zum 101. Schweizer Cup-Finale ins ausverkaufte Wankdorfstadion nach Bern, das überwiegend in Grün erstrahlte. Die Stimmung mit über 20 000 St. Galler Fans liess das Stadion beben, und auch das Wetter hätte nicht besser sein können.

Dass der FCSG nach 57 Jahren zum zweiten Mal in der Vereinsgeschichte den Schweizer Cup gewinnen konnte und wir dieses historische Ereignis live miterleben durften, machte diesen Tag noch unvergesslicher. Dafür danke ich dem FCSG und dem SFV-ASF von Herzen für die hervorragende Kom-

munikation und die immer wieder zur Verfügung gestellten Tickets.

Mit viel Verantwortung und Freude den Bewohnern ein Stück Normalität zu ermöglichen und dabei das Lächeln in ihren Gesichtern zu sehen, hat diesen Tag für mich perfekt gemacht. Solche Momente bleiben in Erinnerung und zeigen, wie wertvoll gemeinsame Erlebnisse sein können. Auf viele weitere unvergessliche Spiele und schöne Begegnungen beim FCSG!

Carmen V. & Pietro D.



Sonnenrain aktiv

«Dett äne am Bergli...», 27. Mai 2026

Bei sommerlichen Temperaturen durften wir im Garten des Wohnheims tierischen Besuch empfangen. «Max» – ein stattlicher Geissbock und seines Zeichens der *Gapra grigia* (graue Bergziege) angehörig – besuchte uns in Begleitung von Mirjam Giger. Zuhause in Hohentannen lebt Max bei Mirjam, gemeinsam mit seiner Zwillingschwester und drei weiteren Geissböcken.

Max entdeckte unsere Hochbeete und dessen Inhalt sehr schnell. Salbei, Pflücksalat und Radiesli mundeten ihm ausgezeichnet. Grundsätzlich ein Kompliment an alle, die im Garten mitarbeiten. Aber eigentlich ist unser Gemüse für anderes geplant. Wir zeigten Max die Blumenwiese und er war damit ebenfalls zufrieden. Während er diese «määhähte», erzählte uns Mirjam über die Rasse *Gapra grigia*:

Um ein Haar wäre sie von der Bildfläche verschwunden. Ende der 90er Jahre startete Pro Specie Rara mit den letzten grauen Ziegen aus dem Tessin und den Bündner Südtälern das Rettungsprojekt «*Gapra grigia*». Die graue Farbe der Ziegen war auf den felsigen Alpen ein Vorteil, da sie Jungtiere vor Raubtieren schützte. Schön sind sie immer noch. Der italienische Name wurde von Beginn an auch in

der Deutschschweiz angewandt – eine Hommage an die Heimat der stolzen Grauen.

Ziegen sind (meist) gut gelaunt, frech, neugierig und sehr unternehmungslustig. Sie gehen mit uns Menschen eine echte und tiefe Verbindung ein. (vgl. Mirjam Giger, 2026)

Max und seine Zwillingschwester sind aus dem Tierpark Kreuzlingen zu Mirjam gekommen. Das Wandern ist nicht nur des Müllers Lust, sondern auch die von Max und seinen Kollegen. Mirjam bietet Ziegenwanderungen im Raum Hohentannen an. Als Packgeiss begleitet Max Mirjam regelmässig in die Bündner Berge zum Zweitstall, wo sie das Gebirge geniessen.

Wir fragten uns, ob Max bei diesen sommerlichen Temperaturen unter seinem Fell nicht zu warm hätte und schwitzen würde. Mirjam erklärte uns, dass Ziegen nicht schwitzen, sondern die Temperatur über ihre Hörner regulieren würden. Wir selbst kühlten uns an diesem Nachmittag mit einer feinen Glace ab. Und Max durfte dabei eine für ihn kulinarisch neue Erfahrung machen – er liess sich ein Schoggiglace samt Holzstengeli schmecken. Und es schmeckte ihm, denn wir mussten danach unsere Glaces in Sicherheit bringen, weil er bei jedem Mal probieren wollte.

Während dem Besuch durften wir Max auch füttern und streicheln. Geduldig und ruhig liess er sich auf uns ein, genoss die feinen Grasbüschel und Zweige, die wir ihm reichten und markierte Präsenz. Als Abschluss stimmten wir gemeinsam das Lied «Dett äne am Bergli» an und verabschiedeten uns damit von unseren Besuchern.

Geissenbesuche sind sehr empfehlenswert:
www.geissgada.com

Manuela Cocciolo



Sonnenrain aktiv

Mittsommer-/ Maibaum aufrichten, 28. Mai 2026

Trotz strömenden Regen wurde der Anlass durchgezogen. Die Bewohner durften im trockenen MZR Platz nehmen und von dort aus dem Ritual zuschauen. Mit geöffneter Fensterfront hatte man einen direkten Blick auf das Geschehen. Allerdings waren die beiden Herren, die den Baum gestellt hatten, schneller als wir schauen konnten. Wahrscheinlich wollten sie möglichst schnell wieder ins Trockene. Auf jeden Fall war der Baum platziert, aber wir leider noch nicht ...

Den gestellten Maibaum im Sichtfeld, begaben wir uns zum Ursprung dieses Rituals / Tradition: «Maj» hat nichts mit dem Monat Mai zu tun, sondern geht auf das altertümliche Verb *maja* («mit Blumen schmücken») zurück.

Die Mittsommer-/ Maibaum Tradition ist eng verbunden mit der Wende vom Winter zum Sommer, dem Erwachen der Natur und dem kollektiven Sinn für Gemeinschaft. So haben wir nun mit einem eigenen Maibaum, ein Sinnbild für die Gemeinschaft im Sonnenrain. Einen Baum auszusuchen, zu bearbei-

ten und schmücken, ist eine gemeinschaftliche Tätigkeit (Handwerker, Familien, Vereine). So wurde der Sonnenrain-Maibaum von den Bewohnern, die das Holzatelier besuchen, gemeinsam gestaltet und traditions-gemäss mit bunten Bändern und Girlanden geschmückt.

Wenn der Maibaum steht, folgt eine feierliche Zeremonie mit Musik und Tanz, bei der der Baum offiziell eingeweiht wird. Diese Zeremonie fand einige Tage später an unserem Heimfest statt (mehr dazu im Bericht «Mittsommerfest»). Mit folgendem Gedicht wurde das Maibaum-stellen abgeschlossen. Kurz darauf, hörte es auf zu regnen ...

«De Maibaum grüsst im Sonnenschein, lädt zum Bleiben und Tanzen ein. Bunte Bändern flattern im Wind, Menschen in guter Stimmung sind. Es hält kein Fuss mehr still im Takt, weil Freude alle Herzen packt.»

Manuela Cocciolo



Sonnenrain aktiv

Mittsommerfest im Sonnenrain, 20. Juni 2026

Hej hej Sonnenrain! Köttbullar, Rock’n’Roll und ein Hauch von Schweden

Dieses Jahr stand unser Sommerfest unter einem schwedischen Stern im Zeichen von Mittsommer – und es war, um es kurz zu machen: Eifach nu guet! Bei strahlendem Sonnenschein verwandelte sich das Wohnheim in ein kleines Open-Air-Festival mit skandinavischem Flair.

Die Highlights:

- Der «Summerkontakt» steht: Pünktlich um 11.00 Uhr gab Institutionenleiter Marcel Jenni den Startschuss. Direkt danach übernahm unsere legendäre Heimband Wheelchairs die Bühne. Bandleader Urs Kugler schiffte uns im gelben U-Boot ein, Annemarie Hohl verzauberte alle mit ihrem berühmten «Sommerjodel» und das Solo-Highlight «Ich suchen Summerkontakt» hat definitiv das Eis gebrochen.
- Köttbullar & Zimtschnecken: Kulinarisch ging es ab nach Schweden. Am Grill gab es Köttbullar «med potatisstavar» (Fleischbällchen mit Pommes), dazu kühle Drinks und am Nachmittag duftende Kanelbullar (Zimtschnecken) in der Kaffeestube.
- Nach dem tollen Konzert der Stadtmusik Bischofszell wurde es rituell: Beim traditionellen Mittsommerbaum-Ritual tanzten Mitarbeiter, Bewohner, Angehörige und Gäste gemeinsam um den geschmückten Baum.

Bunt, bunter, Sonnenrain: Die Attraktionen

Um das Leben etwas bunter zu machen, gab es spannende, aber vor allem kreative Stationen für gross und klein

- «Das Leben ist zu kurz für langweilige Haare»: Am Flecht- und Schminkstand wurden reihenweise Blumenkränze gewebt und Gesichter bunt gezaubert.
- DIY & Kreativität: Beim «Sunne gfange» wurden wunderschöne Sonnenfänger aus Holz und Glas gebastelt. Die begehrten Produkte aus unserem Atelier gingen am Marktstand weg wie warme Semmeln (oder eben Zimtschnecken).
- Die Challenge: Wer am Glücksrad nicht abgeräumt hatte, konnte seine Treffsicherheit beim Büchsenwerfen beweisen.

Hinter so einem Erfolg steht natürlich ein starkes Team. Daher ein grosses Dankeschön an alle, die ihren Teil zu einem so grossartigen Anlass beigetragen haben. Egal ob Orga Team, Aufbau, Abbau oder Standbetreuung. Um 16.00 Uhr war der schwedische Traum für dieses Jahr vorbei. Wir sagen: Tack så mycket (vielen Dank) an alle Gäste und Bewohnenden für diesen unvergesslichen Tag. Auf ein Neues!

Eure Redaktion (Sandra Rebholz & Marc Haltiner)







Sonnenrain aktiv

Bewohnerferien FHC Juni 2026 in Österreich (Tirol / Hopfgarten)

Montag: Am Montag trafen die Mitarbeitenden ein und nahmen sich zuerst Zeit für einen Kaffee, um den genauen Ablauf kurz zu besprechen. Die ersten Bewohnerinnen und Bewohner waren schon wach und hatten ihre Koffer gepackt. Das Gepäck wurde zusammen mit den Rollstühlen und Gehhilfen auf beide Autos verteilt. Gegen 10.30 Uhr ging es dann los in Richtung Bergwelt. Unterwegs legten wir an einer Raststätte einen Zwischenhalt für Toilettengänge und einen kleinen Snack ein. Gegen 16.00 Uhr kamen wir wohlbehalten im Hotel an, welches sich an einer Traumlage befindet. Alle bezogen ihre Zimmer und machten vor dem Abendessen eine Siesta. Bis auf ein älteres Ehepaar waren wir über die ganze Zeit die einzigen Hotelgäste und wurden von Melanie (Servicekraft) stets zuvorkommend bedient.

Dienstag: Der Dienstag begann am Frühstücksbuffet, das eine reichhaltige Auswahl bot. Danach legten wir einen Ruhetag ein und genossen das herrliche Wetter am Pool mit Blick auf die wunderschöne Bergwelt. Gemeinsam spielten wir Spiele oder verbrachten die Zeit mit guten Gesprächen. Zum Abendessen trafen wir uns alle auf der Terrasse und genossen ein hervorragendes 4 bis 5-Gänge-Menü, das wir jeweils am Morgen auswählen durften. Wir waren alle begeistert und satt. Bald darauf zogen sich alle auf ihre Zimmer zurück und die Mitarbeitenden besprachen gemeinsam den vergangenen sowie den nächsten Tag.

Mittwoch: Am Mittwochmorgen wurden die Bewohner gefragt, was sie in den folgenden Tagen gerne unternehmen möchten. Ausser SiMa konnte sich niemand entscheiden. Sie ging mit mir an die Rezeption und suchte verschiedene Prospekte heraus. Diese schaute sie danach gemeinsam mit PaS an, um zu sehen, was möglich wäre – ganz nach dem Motto: Der Berg ruft! Da es über die ganzen Tage ziemlich heiss war, gönnten wir uns ein feines

Eis im Grünen. Zur Abkühlung ging es anschliessend nochmals in den Pool.

Donnerstag: Am Donnerstag ging SiMas Wunsch in Erfüllung. Alle anderen waren einverstanden, dass wir mit den Bussen nach Brixen im Thale fuhren, um von dort mit den 4er-Gondeln auf den Berg zu schweben. Es war ein besonderes Erlebnis. Im Bergrestaurant gab es ein feines, kaltes Plättli oder je nach Lust und Laune auch ein Eis. Wir genossen die herrliche Aussicht, und auf Wunsch wurden Fotos von den Bewohnern gemacht.

Ziemlich müde und von der Wärme etwas erschöpft trafen wir uns im Hotel erst wieder zum Abendessen. Dort wartete ein ganz besonderer Moment auf uns: ein Grillabend mit anschliessendem Schlagerkonzert der Juniorwirtin Bianca. Alle waren begeistert von ihrer Musik; mit wenigen Ausnahmen schunkelten und sangen wir kräftig mit.

Freitag: Für den Freitag nahmen wir uns nichts vor. Es sollte ein gemütlicher Ausklang («Chilltag») werden, bevor es wieder nach Hause ging. Gut gelaunt schwammen einige im Pool, entspannten bei guter Musik auf der Liege oder spielten UNO. Da SiMa noch ein Käppli kaufen wollte, machten wir ein «Ladys-Shopping» und besorgten gleichzeitig Proviant für die Heimfahrt.

Samstag: Am Samstag kamen alle Bewohner gut gelaunt zum Frühstück. Einige wollten noch gar nicht nach Hause, weil es ihnen im Urlaub so gut gefallen hatte – sie schwärmen heute noch davon. Dies zeigt einmal mehr: Man muss nicht jeden Tag etwas unternehmen – weniger ist oft mehr! Die Heimfahrt brachten wir mit nur einem kurzen Halt hinter uns. In der WG wurden wir schliesslich von unseren zwei daheimgebliebenen Mitarbeiterinnen herzlich empfangen.

Es war eine ganz tolle Woche. Die Bewohner waren entspannt und glücklich und die Bergluft hat uns allen sichtlich gutgetan.

Eveline Braun



Personelles und Ausbildung

Herzlichen Glückwunsch zum erfolgreichen Lehrabschluss, 1. Juli 2026

Juhuuu geschafft, ein wichtiger Meilenstein ist geschafft. Mit einer kleinen Feier ehrten wir die Auszubildenden, die mit viel Elan und Durchhaltevermögen den Abschluss bestanden haben. Mit Stolz und grosser Freude blicken wir auf die erfolgreichen Lehrabschlüsse in diesem Jahr zurück. Unsere frischgebackenen Berufsleute haben ihre Ausbildung mit Bravour gemeistert und können ihr Fähigkeitszeugnisse entgegennehmen.

Hinter unseren erfolgreichen Absolventinnen und Absolventen liegen intensive Jahre voller neuer Erfahrungen, praktischer und theoretischer Herausforderungen sowie persönlicher Weiterentwicklung. Sie haben Durchhaltevermögen bewiesen, Fachwissen aufgebaut und sind zu wertvollen Stützen in unseren Teams herangewachsen.

Wir gratulieren herzlich zu diesem grossartigen Erfolg:

Sandra Klien	Fachfrau Betreuung EFZ
Adia Domingues	Fachfrau Gesundheit EFZ
Brigitte Steinemann	Fachfrau Gesundheit EFZ
Tesfalem Habtemariam	Fachmann Gesundheit EFZ
Marion Siegfried	Fachfrau Hauswirtschaft EFZ



Ein besonderer Dank gilt auch unseren Bildungsverantwortlichen und Berufsbilderinnen sowie den gesamten Teams in den Bereichen. Mit viel Herzblut, Geduld und Fachkompetenz haben sie unsere Lernenden auf dem Weg zum erfolgreichen Abschluss begleitet und gefördert.

Auf dem weiteren Berufsweg wünschen wir den neuen Fachpersonen alles Gute, viel Freude und spannende Herausforderungen im Berufsleben.

Mirjam Schneider, BL FM



Personelles und Ausbildung

Ein weiterer Meilenstein im Bildungsbereich vom Wohnheim Sonnenrain

Ab August bieten wir erstmals die Möglichkeit, das Studium der Sozialpädagogik im Wohnheim Sonnenrain zu absolvieren. Darüber freuen wir uns ganz besonders.

Mehmed Sivic ist bereits seit längerer Zeit bei uns tätig und hat erfolgreich die Aufnahmeprüfung bestanden. Nun startet er im August als erster Studierender und freut sich darüber, von Anfang an dabei zu sein. Wir gratulieren ihm herzlich und wünschen ihm einen erfolgreichen Start.

Als Bildungsverantwortliche freue ich mich sehr darauf, mein Wissen und meine Erfahrungen weiterzugeben und Mehmed Sivic, während seinem Studium begleiten zu dürfen. Die individuelle Förderung von Menschen mit Potenzial liegt mir besonders am Herzen. Es ist mir wichtig, attraktive und vielfältige Ausbildungsmöglichkeiten zu schaffen und Auszubildende auf ihrem beruflichen Entwicklungsweg bestmöglich zu unterstützen.

Mit dieser Erweiterung leisten wir als Wohnheim einen wichtigen Beitrag zur Ausbildung qualifizierter Fachpersonen im Sozial- und Gesundheitsbereich. Gleichzeitig eröffnen wir unseren Mitarbeitenden zusätzliche Möglichkeiten zur fachlichen und persönlichen Weiterentwicklung.

Lourdes Gonzalez, Bildungsverantwortliche



Personelles und Ausbildung

Tschüss nach 30 Jahren

28 Jahre in derselben Institution tätig zu sein, bedeutet weit mehr als eine lange Betriebszugehörigkeit. Es bedeutet, Veränderungen mitzuerleben, Entwicklungen mitzutragen, Beziehungen aufzubauen und über viele Jahre Verantwortung für Menschen zu übernehmen.

Ausschnitt aus der Rede: «An unzähligen Bewohnenden-Ferien nahmst du teil, hast dazu eigene Ferien und deinen Hochzeitstag verschoben, ach ist das geil! In der Küche bist du der Chef, da bist du legendär, wer deine Pouletschenkel isst, trägt danach eine Knoblauchfahne, mit Gewähr! Die Mitarbeitergespräche mit dir können schon mal länger dauern,

nach drei Stunden ist die Teamleitung schon mal zu bedauern. Doch eins ist klar, das schleckt weg kein Geiss, Marko ist der Mann, der alles weiss. Nun ist es soweit, und dies ist sicherlich kein Hohn, mit Dir, Marko, geht eine Sonnenrain-Legende in Pension. Zu deinem neuen Lebensabschnitt öffnet sich nun die Schranke, für alles, was du geleistet hast, sagen wir dir herzlich Danke!

Für den neuen Lebensabschnitt wünschen wir ihm Gesundheit, viele schöne Erlebnisse, Zeit für persönliche Interessen und vor allem die Möglichkeit, den Ruhestand in vollen Zügen zu geniessen.»

Dein Sonnenrain-Team



Dies und Das & Termine

Ausfahrt mit den tollen Porsches, Ferraris und Aston Martin, 8. August 2026

Es war eine Ausfahrt, wie man sie sich nicht besser vorstellen kann. Heute Samstag, 8. August, konnten alle Bewohnerinnen und Bewohner des kleinen und schönen Wohnheims Sonnenrain in Zihlschlacht mit einer ganzen Reihe von edlen und pittoresken Fahrzeugen unterwegs sein. Es war eine spannende Ausfahrt!

Um 14 Uhr ging es los, die Fahrer der Rennboliden: Lamborghini, Porsche, Ferrari, Aston Martin, Mercedes – nahmen uns Bewohnende des Wohnheims Sonnenrain mit auf eine Fahrt, die es in sich hatte. Elegant und schnell brausten und düsten die erfahrenen Fahrer mit ihren schnellen Fahrzeugen durch das Hinterland von Zihlschlacht-Sitterdorf und kreuzten viele bekannte Stationen, darunter auch das bekannte Schloss Hagenwil, wo ja jeweils Festspiele stattfinden! Es war wunderschön, im offenen Fahrzeug den Wind zu spüren, und es war fantastisch, seine Seele buchstäblich baumeln zu lassen. Wir unterhielten uns mit den Fahrern über ihre Passion, die grossen Luxus-Karossen, und erfuhren viel Wissenswertes über den Wert und die Ausstattung dieser Rennboliden! Es war eine amüsante Ausfahrt, die keinen Wunsch offen liess. Wir freuen uns schon auf die Ausfahrt im nächsten Jahr!

Marc Haltiner



Recht auf Arbeit

Dieses Recht gilt für alle Menschen – alle Menschen. Du suchst eine betreute Tagesgestaltung/-struktur mit Gleichgesinnten und wo Rücksicht auf deine Hirnverletzung genommen wird. Genau das ist unser Job. Interessiert? – dann melde dich ungeniert bei uns. Wir freuen uns auf dich.



**E tolli Buez
findsch bi üs!**

Vielfältige, sinnvolle und wertschöpfende Ateliersarbeiten und Betreute Tagesgestaltung für Tagesaufenthalter.



Unser Angebot für eine begleitete Tagesgestaltung

**Sie suchen eine sinnvolle Tagesstruktur mit Begleitung/Unterstützung?
Wir bieten Ihnen eine betreute Tagesgestaltung im Rahmen von vielfältigen Ateliersarbeiten. Ob drinnen in den Atelierräumen oder draussen im Therapiegarten, wir finden das Richtige für Sie. Wir sind spezialisiert auf die Zusammenarbeit mit Menschen mit Hirnverletzungen.**

Die Abbildungen auf der Vorderseite zeigen nur einen Teil der möglichen Arbeiten.

Standorte
Zihlschlacht und Kreuzlingen

Voraussetzung
IV-Rente und/oder Kostenübernahmegarantie.

Interessiert?
Freie Plätze finden Sie per QR-Code, auf unserer Website oder mit einem Anruf bei uns.



Wohnheim Sonnenrain
Hohentannerstrasse 2
8588 Zihlschlacht
071 555 39 39
info@sonnenrain.ch
sonnenrain.ch

Save the date



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

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, 19. Dezember 2026

Weihnachtsfeier mit Angehörigen

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

Legate: Wir beraten Sie gerne.

Per Banküberweisung:
IBAN CH76 0070 0110 0007 9648 6

Per Twint:



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