



Zentrum
Artos
Interlaken

Gemeinsam erleben

Artos Kurier

01/20



Auftakt

Neues Jahr – neuer Auftritt

Doch, Sie halten den Artos Kurier in den Händen – er kommt nun aber in einem neuen Design und Layout daher. Mehr zum überarbeiteten visuellen Auftritt finden Sie auf Seite 11. Mit den Heimferien im Zentrum Ländli in Oberägeri stand im August ein spezieller Jahreshöhepunkt in der Agenda. Diese Ferienwoche konnte nur dank unserer treuen Spender und Gönner durchgeführt werden – Herzlichen Dank! Auch die Angebote der Physio SPArtoS sind ein aussergewöhnliches Plus für unsere Heimbewohnerinnen und Heimbewohner und ermöglichen ihnen, aktiv etwas für ihr Wohlbefinden und die Gesundheitsförderung zu tun.

Liebe Leserin, lieber Leser, auch das neue Jahr wird bestimmt wieder viele Herausforderungen mit sich bringen. Gerade deshalb wünsche ich Ihnen, dass Sie sich an den sonnigen Momenten und den positiven Erlebnissen erfreuen können. Danke für Ihr Interesse am Zentrum Artos.



Mario Saladin



*Staunen über
schöne Entdeckungen
beim Zoobesuch.*



Bericht Bewohnerferien 2019

Ferien im Ländli

Am 24. Auguscht gö 8 Begleiter mit 14 Heimbewohner uf u dervo vorhär hei si vom Chef gnue Informatione übercho.

Mitemne chline Car u zwöine Bus
hei mer üs ufgmacht fröhlech u mit Genuss.

Mir hei am Sunntigmorge Predigt nid guet verstange
u die wo nid si cho, si eifach chli umeghange.

Hie nähme mir vom Ässe zue
aber mir finge ou chli üsi Rueh.

Es paar Froue si am Namitag ga bade
u nächer müed gsi wine Flade.

Am Mäntig simer gange i Zoo
u alli si da drüber froh.

Im Zoo da isches würklech dr Hit
dr H. macht sogar e Elefante-Ritt.

Di anderi Gruppe isch deheime blibe:
spiele, verlüre, lisme, rede – i chönt ä ganze Roman ufschribe.

Am Zyschtig het die zwöiti Gruppe anderi Tier gseh:
Schildkröte, Pinguine, Frösche, Pony u no vii meh.

Am Namitag hei mer Charte gschribe,
a aui die, wo hei müesse deheime im Artos blibe.

A de Äbete heimer nümme chöne ufhöre mit Singe u Lache
u no bercho süessi Sache.

Am Donschti nachem Zmorge hei mer e Film gluegt,
das Heidi tuet üs eifach guet.

Lotto spiele das düe mer eifach gärn
u üsi Ouge lüchte wine Stärn.

Schad, isch die schöni Wuuche scho verbi
u mir mache üs uf d'Heireis gli.

Zum Glück isch niemer worde ärnsthaft chrank
u drum säge mir für all das Schöne Gott Lob und Dank.

Cornelia Wälti



Gemütliches Plaudern im Ländli.



Auch eine kleine Schifffahrt durfte natürlich nicht fehlen.



Glück und viel Spass beim Lotto spielen.



Klartext

Vater ist auf Deck!

Vor Jahren war ein Kapitän mit einem Schiff auf der Überfahrt von Liverpool nach New York. Dieses eine Mal hatte er ausnahmsweise seine ganze Familie mitgenommen, um ihnen einen Eindruck von der riesigen Stadt mit ihren Wolkenkratzern zu vermitteln. Eines Nachts, als alle schliefen, erhob sich ein gewaltiger Sturm. Das Schiff wurde hin- und hergeworfen. Krachend fiel alles durcheinander. Viele der Fahrgäste stürzten aus ihren Kojen und begannen sich anzuziehen. Jedermann an Bord war sich bewusst, dass unmittelbare Gefahr bestand.

Auch das achtjährige Töchterchen des Kapitäns war inzwischen aufgeschreckt worden. «Was ist passiert?», rief es mit weinerlicher Stimme. Die Mutter versuchte, es zu trösten und erklärte ihm, dass das Schiff in einen heftigen Sturm geraten sei. «Ist Vater auf Deck?», wollte die Kleine wissen. «Ja, Vater ist auf Deck», konnte die Mutter trösten, woraufhin sich das Kind zurück in sein Kissen kuschelte und trotz der tosenden Gewalten in wenigen Augenblicken wieder einschlieff.

Ist es nicht auch in unserem Leben manchmal so, dass wir in kleinere oder grössere Stürme und Un-

sicherheiten geraten? Vielleicht wird auch unser Lebensschiff hin- und hergeworfen, so dass einiges ins Wanken gerät. In solchen Momenten wird uns schnell bewusst, wie wenig wir doch selber im Griff und unter Kontrolle haben.

Doch genau in diesen Situationen dürfen auch wir die kindliche Gewissheit haben: «Vater war und ist immer auf Deck!» Und das Kostbarste ist: Unser Gott wird auch in Zukunft auf Deck bleiben!

Weltweit nehmen die Stürme und Katastrophen zu. Tag für Tag hören, sehen und lesen wir von schlimmen Nachrichten, so dass einem Angst und Bange werden könnte. Gott sei Dank dürfen wir jedoch wissen, dass der himmlische Vater immer auf Deck ist und das Ruder in der Hand hält!

So können wir gestärkt mit der tröstlichen Gewissheit ins neue Jahr gehen, dass Gott mit uns ist. Und dieses, wie Dietrich Bonhoeffer schon schrieb, am Abend und am Morgen und ganz gewiss an jedem neuen Tag!

Maja Bolliger, Majorin, Heilsarmee Interlaken

Angebot für Heimbewohner

Physiotherapie, Fitness, Wellness. Dies alles offeriert die Physio SPArtos sowohl Hotelgästen, Einheimischen und Heimbewohnenden. Die Physio SPArtos ist ein Treffpunkt für alle Generationen. Ihre spezifischen Angebote für unsere Heimbewohnenden sind ein besonderer Pluspunkt bei der Auswahl des Pflegeplatzes.



Älterwerden ist nicht notwendigerweise eine Belastung und verringert nicht unbedingt die Fähigkeit eines Menschen seinen Beitrag zur Gesellschaft zu leisten. Wir wünschen uns ein langes Leben bei guter Gesundheit. Es geht dabei nicht um das Lebensalter, sondern wie man gesund altert. Nur so kann die gewünschte Lebensqualität beibehalten und die Unabhängigkeit bewahrt werden. Wichtig ist es aktiv zu bleiben, in jedem Alter. Wer sich bewegt, trainiert die Muskulatur und Koordination. Neben dem reduzierten Risiko für Stürze, wird durch körperliche Aktivität auch die Knochendichte erhöht und so die Gefahr eines Bruchs verringert. Mit einem gesunden Lebensstil sinkt das Risiko an Altersproblemen wie Herz-Kreislauf-Erkrankungen, Diabetes oder Osteoporose. Leider können nicht alle Altersbeschwerden verhindert werden und es sind Anpassungen notwendig um trotz Einschränkungen aktiv zu bleiben.

Fitness

Mit dem «Fitness für Heimbewohner» steht den Heimbewohnenden an drei Tagen pro Woche während je anderthalb Stunden der Fitnessraum für das selbständige Training mit Betreuung gratis zu Verfügung. Die Trainingsmöglichkeiten im Fitnessbereich der Physio SPArtos sind vielseitig. Die Kraftgeräte bieten ein personalisiertes Trainingsprogramm mit Abwechslung sowie hohen Trainingserfolgen und die Ausdauergeräte zeigen einen optimalen Bewegungsablauf auf. Der SensoPro Trainer mit seinem kompletten Koordinationstraining ist geeignet für unterschiedliche Zielgruppen jeden Alters.

Gangsicherheit und Dividat Senso Training

In zwei Gruppen findet ein Gangsicherheitstraining mit den Schwerpunkten Kraftaufbau, Koordinationstraining und Gleichgewichtsverbesserung in der Physio SPArtos statt. Auch dieses Angebot ist frei für die Heimbewohnenden, gleich wie das Dividat Senso Training zu zwei ausgewählten Zeiten. Das Dividat Senso Training ist ein kognitiv-motorisches Training. In diesem Konzept wird eine physische Aktivität an eine kognitive Aufgabe gekoppelt. Gemäss aktuellen Forschungsartikeln verbessert dies die Gangstabilität am effektivsten.

Physiotherapie

Für Physiotherapie muss ein Heimbewohner nicht ausser Haus, sondern kann diese bequem in den Räumlichkeiten vom Zentrum Artos in Anspruch nehmen. Das Team der Physio SPArtos ist spezialisiert auf Beckenbodenphysiotherapie, Manuelle Therapie und Bewegungstherapie. Die Therapeuten und Trainer haben viel Erfahrung und Einfühlungsvermögen, gerade auch in der Arbeit mit älteren Menschen.

Wellness

Nach Anmeldung stehen den Heimbewohnenden auch die Wellness-Angebote wie Fango, verschiedene Massagen und das Spa mit Sauna, Dampfbad, Infrarotkabine und Whirlpool offen. Diese Leistungen müssen jedoch separat selbst bezahlt werden.

Die Physio SPArtos heisst die Heimbewohnenden herzlich willkommen, berät und begleitet sie gerne.

Blick hinter die Kulissen

Das Zentrum Artos als Ausbildungsstätte

Gut ausgebildete Fachkräfte sind für einen Betrieb wichtig und so ist uns unser Beitrag zu deren Ausbildung ein grosses Anliegen. Während den (meist) jungen Menschen viel Know how mit auf ihren Weg gegeben werden muss, ist die Begleitung auch für den Betrieb sehr wertvoll: Frische Ideen kommen hinzu und man ist dazu angehalten, selbst auf dem neusten Stand zu bleiben.

In der Pflege, der Küche, beim Zimmerdienst, an der Reception und beim Technischen Dienst... in allen Bereichen unseres Betriebes können junge, interessierte Menschen eine Lehre absolvieren. Vanessa Ritschard, unsere Lernende an der Reception, hat Stimmen von Lernenden im Artos eingefangen und stellt sich auch gleich selbst vor.

Tabea Bieber Lernende Küche

Für welche Lehre hast du dich entschieden und wie bist du auf diesen Beruf gestossen? Ich habe mich für die Lehre als Koch entschieden. Nachdem ich bereits viele Berufe geschnuppert habe, bin ich erst auf den Koch aufmerksam geworden. Ich fand die Tätigkeiten als Koch am spannendsten.

Weshalb empfiehlst du anderen das Artos als Lehrbetrieb? Da es ein grosser Betrieb ist, lernt man viele verschiedene Arbeiten kennen. Man hat unterschiedliche Meinungen und Ideen, von welchen ich profitieren kann.

Welche Arbeiten gefallen dir besonders gut, welche weniger? Es gibt nicht etwas Bestimmtes, was mir besonders Spass macht. Was ich jedoch toll finde, ist die grosse Abwechslung der verschiedenen Tätigkeiten hier im Artos.

Selina Wanner Lernende Pflege

In welchem Bereich des Artos absolvierst du deine Ausbildung? Im Bereich Fachfrau Gesundheit auf der Abteilung Flieder-Clematis im Pflegezentrum.

Was war dein bisher schönstes Erlebnis während deiner Lehrzeit? Schwierig zu sagen, ich würde jedoch die Bewohnerferien am Ägerisee nennen. Das intensive Kennenlernen der Bewohner in einem fremden Umfeld war eine sehr schöne Erfahrung, welche den persönlichen Kontakt gestärkt hat.

Was macht dir bei deiner Arbeit besonders Mühe? Ich habe am meisten mit dem Zeitdruck zu kämpfen. Der grösste Teil unserer Arbeit dreht sich rund um die medizinische Versorgung. Weil alles dokumentiert werden muss, verringert sich die individuelle Zeit mit den Heimbewohnern.

Vanessa Ritschard Lernende Reception

Welche Lehre machst du? Ich absolviere die 3-jährige Berufslehre Kauffrau HGT an der Reception.

Deshalb habe ich mich für das Artos als Lehrbetrieb entschieden: Das Artos ist ein sehr angenehmer und freundlicher Ort für die Ausbildung. Die verschiedenen Bereiche, welche miteinander verknüpft sind, machen die Arbeit zu etwas ganz Besonderem. Die Koordination und das viele Wissen, welches benötigt wird, hat mich sehr angesprochen.

Welche Aufgaben sind an der Reception zu erledigen? Mein Alltag bringt sehr viele verschiedene Arbeiten mit sich. Als meine Haupttätigkeiten würde ich das Zufriedenstellen der Gäste, das Check-in/Check-out und die Auskunft an unsere Kunden bezeichnen. Wir erledigen jedoch auch vielseitige administrative Aufgaben wie Buchungen, Mails und Telefonate.

Angela Feller Lernende Service

Welche Ausbildung hast du gewählt? Ich habe mich für die Lehre als Restaurantangestellte im Service entschieden.

Welche Aufgaben hast du? Was machst du alles während einem Tag oder einer Woche? Meine Tage und Wochen sind relativ ähnlich aufgebaut. Das Tischaufdecken, das Servieren der Speisen bis hin zur Gästebetreuung gehören zu meinem Berufsalltag. Speziell im Artos kümmere ich mich um Hotelgäste und die Bewohner des Pflegezentrums.

Welche Tätigkeit macht dir am meisten Freude? Ich mag besonders gerne den Gästekontakt aller Art. Oft entstehen spannende Gespräche zwischen den Gästen und dem Servicepersonal, dies macht die Arbeit sehr abwechslungsreich. Auch die Zusammenarbeit im Team hier im Artos entspricht meinen Vorstellungen.





Blick ins Hotel

Kurse im Hotel

Sing- und Musizierwochen, Malkurse, Bibelwochen, kreatives Handarbeiten – unser bereits vielfältiges Kursangebot wird mit einem Bibliodrama-Wochenende um ein neues, spannendes Angebot ergänzt.

Nahrung für die Seele – Bibliodrama

Auf eine spielerische Art, die nicht einfach Spiel ist, wird Begegnung mit dem biblischen Wort möglich. Das Bibliodrama bietet die Chance, in der biblischen Botschaft einen Platz einzunehmen und daraus spielerisch Erkenntnisse fürs eigene Leben zu gewinnen.

Für das Mitspielen braucht es keine besonderen Talente oder Kenntnisse. Voraussetzung ist die Bereitschaft und Neugier, sich auf Neues einzulassen.

Sie übernehmen eine Rolle im biblischen Text und erleben dabei, dass der Text auch heute mit Ihnen zu tun hat. Das biblische Wort spricht hier und jetzt in Ihr Leben hinein.

Am Wochenende vom 28. und 29. März 2020 bietet Gunnar Wichers, Pfarrer der Evangelisch-methodistischen Kirche und Bibliodramaleiter in Ausbildung dieses Seminar unter dem Titel «Nahrung für die Seele» zum ersten Mal an.

Das Bibliodrama – ein Spiel-Raum, in dem sich ein biblischer Text und Ihr Leben heilsam berühren. Sind Sie dabei?

Weitere Informationen zu diesem und anderen Kursen finden Sie auf unserer Webseite www.hotel-artos.ch unter Angebote, Preise – Themenwochen und Kurse. Vielleicht hat es auch ein interessantes Thema für Sie dabei? Wir freuen uns auf Ihre Reservation!

Zum Weitersagen

Neuer visueller Auftritt

Die Präsenz im Internet wird auch fürs Zentrum Artos immer wichtiger. Viele Hotelgäste informieren sich nur noch über diesen Kanal, und auch für zukünftige Heimbewohner und interessierte Angehörige ist die Homepage zum wichtigsten Ort geworden, um sich über die Angebote des Pflegezentrums ein Bild zu machen.

Im Zusammenhang mit der Optimierung unserer Internetseite haben wir uns Gedanken gemacht über den Gesamtauftritt des Zentrums Artos und zusammen mit einer Agentur ein neues Logo entworfen. Wobei, ganz neu ist es auch nicht. In einer etwas vereinfachten und abstrakteren Form findet sich auch im neuen Logo die Sonne, der Berg und die Seen. Farblich unterscheiden sich die vier verschiedenen Bereiche Hotel, Pflege, Wohnungen und die Physio SPArτος.

«Gemeinsam erleben» steht neu unter dem Zentrumslogo. Das Zentrum Artos steht für das gemeinsame Unterwegssein, die verschiedenen Generationen, die unterschiedlichen Angebote, Gäste und Mitarbeitende aus allen Regionen der Welt. Das Zentrum Artos soll verbinden und auch erlebbar sein. Alle Menschen, die bei uns ein- und ausgehen, sollen die Artos-Atmosphäre erleben, herzlich und wertschätzend behandelt werden sowie professionelle und persönliche Dienstleistungen erhalten.

Unsere Adresse artos.ch bleibt gleich. In Kürze wird die neue Seite online sein – wir sind gespannt auf Ihre Reaktionen.



Schaukasten

Ausstellung von Rita Hänni

Vom 9. November 2019 bis am 29. Januar 2020 schmücken Gemälde von Rita Hänni die Wände im Eingangsbereich vom Zentrum Artos. Malen bedeutet für Rita Hänni ein Farben und Formenspiel – phantasievolles Experimentieren mit verschiedensten Materialien – Ausdruck momentaner Gefühle und Empfindungen, von Lebensfreude und der Leichtigkeit des Seins. Und so lebt sie ihre Kreativität mit vorwiegend abstrakter Mischtechnik auf der Leinwand aus. Kommen und schauen Sie selbst!

Die Ausstellung dauert noch bis am 29. Januar 2020. Die Besichtigung ist zu bestimmten Zeiten eingeschränkt, Informationen erhalten Sie unter Tel. 033 828 88 44.

Eröffnung nächste Ausstellung:

Aquarelle von Hannelore Wüthrich, Beatenberg
Freitag, 7. Februar 2020 um 17 Uhr



Genuss pur! Zmörgele im Hotel Artos

Alles was das Herz begehrt, bietet unser Frühstücksbuffet jeden Samstag von 8 bis 11 Uhr. Verschiedene Artos-Haus-Brote, Gipfeli und Brötchen, Konfitüren, Honig, Aufschnitt, Käse, Röstli und Rührei können Sie im Hotel Artos geniessen. Kaffee, Tee, warme und kalte Milch sowie Fruchtsäfte gehören wie Joghurt und Früchte selbstverständlich dazu. Lassen Sie sich am schön gedeckten Tisch in unserem hellen Speisesaal «Seerose» verwöhnen.

Preise

CHF 18.– für Erwachsene

CHF 1.– für Kinder pro Altersjahr

Wir freuen uns auf Ihre Reservation:

Tel. 033 828 88 44; mail@artos.ch



Impressum

Zentrum Artos Interlaken
Alpenstrasse 45
CH-3800 Interlaken

Telefon 033 828 88 44
mail@artos.ch
www.artos.ch

