

s'Churfirschte HEFTLI



**Alterszentrum Churfürsten
9650 Nesslau**

26. Jahrgang, 1. Ausgabe: April 2023

Inhalt

Inhalt	1
Vorwort.....	2
Gedicht.....	3
Zum Gedenken.....	4
Geburtstage	5
Frühlings-Rezepte	6
Dienstjubiläen und Pensionierungen	9
Porträt Sonja Schmid	11
Auflösung Wettbewerb	15
Rätsel	16
Wettbewerb.....	17
Porträt Bewohnerin: Margrith Grässli	18
Fasnachtsstubete am 20. Februar 2023	22
Seelsorge.....	23
Das Redaktionsteam 2023:	25

Vorwort

«Tradition trifft Innovation»

2023 ist für unsere Institution ein besonderes Jahr: Wir feiern das 10-Jahre-Jubiläum als gemeinnützige, private Stiftung Alterszentrum Churfirстен. Unser Haus schaut jedoch auf eine lange, 90-jährige Vorgeschichte zurück. Sie umfasst die spannende Entwicklung vom 1933 gegründeten traditionellen «evangelischen Altersheim» hin zum innovativen Alterszentrum Churfirsten in seiner heutigen Form. Die ganze Geschichte ist auf unserer Webseite: www.az-churfirsten.ch/de/ueberuns/geschichte.

Über all die Jahre ist es den Verantwortlichen stets gelungen, mit der Zeit zu gehen, die Institution laufend zu vergrössern und mit innovativen Ideen den veränderten Bedürfnissen anzupassen. Jüngstes Beispiel ist der Umbau von 18 Zimmern, die im vergangenen Jahr ein eigenes Bad/WC erhielten. 14 werden als Einzelzimmer, 4 als Doppelzimmer genutzt.



10-Jahre-Jubiläum Stiftung Alterszentrum Churfirsten

Im Jubiläumsjahr 2023 planen wir für alle Anspruchsgruppen passende Anlässe: Zum Start organisierten wir im Januar eine Vernissage «Bildwelten oberes Toggenburg» mit dem einheimischen Fotografen Peter Tanner. Die Freiwilligen IDEM wurden im März zum Vortrag «Validation» und einem feinen Mittagessen eingeladen. Unsere Mitarbeitenden gehen Anfang Sommer in zwei Etappen auf einen Personalausflug. **Am 10. Juni findet unser grosses Jubiläumsfest für alle statt.** Und im Herbst nehmen wir unsere Pensionäre mit auf eine schöne Jubiläumsfahrt mit Zvieri.

Wir freuen uns, gemeinsam mit Ihnen allen unser «10-Jahre-Jubiläum Stiftung AZC» zu feiern. Viel Spass bei der Lektüre des Churfirschteheftli wünscht Ihnen mit frühlingshaften Grüssen

Gabriella Wiss
Geschäftsleiterin

Gedicht

DREI SCHMETTERLINGE

Drei Schmetterlinge fliegen durch die Luft,
sie suchen eine Wiese mit viel Blumenduft.

Ein Blümlein hier, ein Blümlein dort,
sie flattern immer weiter fort.

Sie trinken süßen Blütensaft,
das gibt den bunten Flügeln Kraft.
Und erst wenn sich die Sonne neigt,
und eine kleine Grille geigt,
setzt sich der Schmetterling zur Ruh'
und macht die beiden Flügel zu.

Zum Gedenken

In den vergangenen Monaten und Tagen mussten wir von folgenden Mitbewohnern für immer Abschied nehmen:

27.12.2022	Herr Romolo Grava
04.01.2023	Frau Anny Frischknecht
08.01.2023	Frau Frieda Amacker
16.01.2023	Herr Jakob Rutz



MAN SIEHT DIE SONNE LANGSAM UNTERGEHEN
UND ERSCHRICKT DOCH,
WENN ES PLÖTZLICH DUNKEL IST.

Geburtstage

Herzliche Gratulation zum Geburtstag:

27. April	Scherrer Berta	93
08. Mai	Bleiker Emma	99
04. Juni	Strebel Bernadette	95
05. Juni	Kuratli Walter	80
07. Juni	Buri Emilie	91
07. Juni	Angst Sonja	94
11. Juni	Müller Rita	80
12. Juni	Vogel Erika	81
24. Juni	Bischof Irma	97
02. Juli	Meier Hilda	95
09. Juli	Zwingli Anna	94
12. Juli	Rutz Hildegard	82
20. Juli	Graf Karl	89
28. Juli	Bachmann Gertrud	93
19. August	Gmür Hermann	85
20. August	Meier Jörg	86
25. August	Abderhalden Lotti	82



Frühlings-Rezepte

von Tamara Kielholz, Verpflegung

Rezepte für 4 Personen

Gefüllte Morcheln mit Frühlingsalat

Salatsauce:

- 1/2 TL Senf
- 1 EL Weissweinessig
- 2 EL Rapsöl

Füllung:

- 1 EL Öl
- 1/2 Bund Schnittlauch fein geschnitten
- 1 EL Rosmarin gehackt
- 2 Zweiglein Thymian gehackt
- 1 Bund Petersilie gehackt
- 1 roter Chili
- 1 EL Cognac
- 100 g Mascarpone
- 12 Morcheln
- Salz, Pfeffer



Schnittsalat

- 4 Eier gekocht und geviertelt

Zubereitung

Für die Sauce alle Zutaten in einer kleinen Schüssel verrühren, würzen. Öl warm werden lassen. Kräuter und Chili andämpfen, Cognac dazu giessen, ca. 2 Min. köcheln, auskühlen.

Mascarpone zur Kräutermasse geben, mischen, würzen. Masse in einen Spritzsack mit glatter Tülle (ca. 7mm Ø) geben.

Bratbutter in einer beschichteten Bratpfanne heiss werden lassen, Morcheln rundum bei mittlerer Hitze ca. 3 Min. braten, herausnehmen. Füllung in die Morchelhüte spritzen, die Stiele nicht füllen.

Spargelragout mit Poulet

Öl zum Braten

400 g Pouletbrüstli in Streifen geschnitten

Salz, Pfeffer

100 g Champignons geviertelt

300 g Grüne Spargeln in 3 cm lange Stücke geschnitten

1.5 dl Gemüsebouillon

1.8 dl Saucen-Halbrahm

Zubereitung

Öl in einer beschichteten Bratpfanne heiss werden lassen. Fleisch portionenweise ca. 3 Min. anbraten, herausnehmen, würzen. Bratfett auftupfen.

Evtl. wenig Öl begeben. Champignons und Spargeln ca. 5 Min. braten. Bouillon und Saucenhalbrahm dazu giessen, aufkochen, Hitze reduzieren. Offen bei mittlerer Hitze ca. 10 Min. köcheln, bis die Spargeln knapp weich sind.

Fleisch begeben, würzen, nur noch heiss werden lassen.
Dazu passen: Nudeln oder Reis



Erdbeer-Rhabarber-Pie

350 g roter Rhabarber
500 g Erdbeeren
1 Zitrone
75 g Gelierzucker
1 Päckli Vanillezucker
1 ausgewallter Blätterteig (ca. 32 cm)
1 Ei
1 EL grobkörniger Rohrzucker



Zubereitung

Rhabarber in ca. 2 cm grosse Stücke schneiden. Erdbeeren je nach Grösse halbieren oder vierteln, beides in eine Schüssel geben.

Von der Zitrone die Schale dazu reiben, 1 EL Zitronensaft dazu pressen, Gelierzucker und Vanillezucker daruntermischen, in der vorbereiteten Form verteilen.

Teig entrollen, mit einem Messer in ca. 1½ cm breite Streifen schneiden, ca. 15 Min. in den Tiefkühler legen. Teigstreifen gitterartig auf die Früchte legen, am Rand leicht andrücken. Ei verklopfen, Teig damit bestreichen, Rohrzucker darüberstreuen, ca. 30 Min. kühl stellen. Ofen auf 220 Grad vorheizen.

Backen: ca. 30 Min. in der unteren Hälfte des Ofens. Herausnehmen, etwas abkühlen, lauwarm servieren.

Dienstjubiläen und Pensionierungen

15 Jahre Agnes Holenstein

Am 1. Januar 2008 trat Agnes Holenstein als Fachfrau Gesundheit in unser Alterszentrum ein, wo sie anfänglich 80% im Tagdienst arbeitete. Von 2011 bis 2016 arbeitete sie zu 40% im Tagdienst. Später leistete Frau Holenstein auch Nachtdienst im ganzen Haus. Seit 2022 ist sie mit einem 60% Pensum vermehrt wieder im Tagdienst tätig, springt aber bei Personalengpässen gern auch nachts ein.

Am 1. Januar 2023 feierte Agnes Holenstein ihr 15-jähriges Dienstjubiläum, wozu wir ihr herzlich gratulieren und ihr für die Betriebstreue danken.

Wir schätzen an Frau Holenstein ihre dienstleistungsorientierte Haltung, ihre Flexibilität und ihr offenes Wesen. Unsere Bewohnenden finden in ihr eine kompetente Ansprechperson. Wir freuen uns auf eine weiterhin gute Zusammenarbeit.



5 Jahre Philipp Werz

Am 1. Februar 2018 trat Philipp Werz seine befristete Stelle als Küchenassistent an. Als ausgebildeter Koch EBA wurde Philipp Werz ab dem 1. August 2018 fix als Mitarbeiter Verpflegung angestellt.

Seit 5 Jahren arbeitet Philipp Werz mittlerweile in unserem Verpflegungsteam und ist ein geschätztes Teammitglied. Wir gratulieren Philipp Werz herzlich zu seinem Dienstjubiläum und wünschen ihm für die Zukunft weiterhin viel Freude im Verpflegungsbereich.



Herzliche Gratulation!

Pensionierung Monica Tanner

Am 1.10.2010 nahm Monica Tanner ihre Arbeit als Stv. Leitung Betreuung und Pflege auf. Mehr als zwölf Jahre arbeitete sie in dieser Funktion bis Ende Januar 2023, wo sie ihr Pensionsalter erreicht hat. Monica Tanner gibt ihre Funktion als Stv. Leitung und Betreuung ab.

Sie war eine zuverlässige, flexible und mitdenkende Mitarbeiterin. Sie unterstützte und ergänzte die Leitung Betreuung und Pflege in all den Jahren sehr gut. Als empathische Person pflegte sie einen guten Kontakt zu Bewohnenden und Angehörigen. Durch ihre Arbeit auf den Stationen konnte sie die Nöte und Sorgen der Mitarbeitenden abholen und war ein wertvolles Bindeglied zu Geschäftsleitung und Kader, sowie ein geschätztes Kadermitglied. An Monica Tanners Abschiedsapéro würdigte Marlies Janssen, Leitung Betreuung und Pflege, ihre langjährige Kollegin und erzählte von den Herausforderungen, welche die beiden in den letzten zwölf Jahren gemeinsam zu meistern hatten.

Glücklicherweise wird uns Monica Tanner über die Pensionierung hinaus als Pflegefachfrau HF, Aushilfe, mit einem 20% Pensum unterstützen. Für Arbeitnehmerin und Arbeitgeber ist das eine interessante Situation, wo beide voneinander profitieren. Wir danken Monica Tanner für ihren langjährigen Einsatz für unsere Pensionäre und wünschen ihr, dass sie nun mehr Zeit für ihre persönlichen Bedürfnisse und Ideen genießen kann.



Porträt Sonja Schmid

Leiterin Lingerie



Sonja Schmid war vom 1. November 2021 bis zum 31. Dezember 2022 als Service- und Küchenangestellte im AZC tätig. Auf das neue Jahr wechselte sie die Abteilung und ist nun unsere neue Leiterin Lingerie.

Erzählen Sie uns etwas über Ihren Werdegang

Aufgewachsen bin ich in Sargans zusammen mit meinen jüngeren Geschwistern Karin und Daniel. Wir erlebten eine schöne, sorgenfreie Kindheit auf unserem Bauernhof. Mitarbeit auf dem Hof war gefragt, so waren wir am Heuen oder betreuten Kälbli und andere Tiere. Der Zusammenhalt in unserer Familie war und ist gross. Viel Zeit für Freizeit, wie z.B. die Badi, hatten wir nicht (schmunzelt). Als Erwachsener profitiert man jedoch von einer Jugend auf dem Bauernhof. „Ich weiss, was anpacken ist“ (schmunzelt erneut), „das hilft mir heute!“

Ich lernte Bäckerin-Konditorin. Anschliessend machte ich die berufsbegleitende Ausbildung zur Haushaltsleiterin. 2010-2011 besuchte ich die Hotelfachschule im Belvoirpark Zürich.

Nach meiner Erstausbildung, welche ich 2001 abgeschlossen hatte, war ich bis 2009 als Bäckerin-Konditorin in der Bäckerei Keller in Pfäfers tätig. Dann folgten diverse Anstellungen: Eine Wintersaison als Service- und Barmitarbeiterin im Zinggen-Pub in Alt St. Johann, über den Sommer als Servicefachangestellte im Hotel Central in Weggis. Im Winter zog es mich nochmals ins Zinggen-Pub. Von 2013-2019 arbeitete ich als Teamleiterin Hauswirtschaft im Altersheim Allmend, Bad Ragaz. Zwei weitere Jahre, bis 2020, war ich im Hotel Säntis in Unterwasser als Hotelgouvernante tätig. Danach zog es mich in die Spitalwelt, wo ich bis 2021 als Fachfrau Hauswirtschaft im Spital Wattwil angestellt war. Aufgrund der unsicheren Zukunft des Spitals Wattwil beschloss ich, eine andere Stelle zu suchen. So kam ich ins AZC.

Warum haben Sie sich für den Wechsel in Lingerie entschieden?

Durch meinen beruflichen Hintergrund und meine Erfahrung in der Hauswirtschaft war ich sofort Feuer und Flamme, als ich hörte, dass die Leitung Lingerie neu zu besetzen wäre. Glücklicherweise bekam ich die Stelle. Zudem arbeite ich auch lieber alleine, bzw. in einem kleinen Team mit meiner Mitarbeiterin zusammen. Auch die Arbeitszeiten passen besser zu meiner familiären Situation.

Was sind die Aufgaben einer Leiterin Lingerie?

Als Leiterin Lingerie bin ich, zusammen mit meiner Mitarbeiterin Cansel Süsler, für saubere Wäsche im ganzen AZC zuständig: waschen, bügeln, mangen. Flickarbeiten und kleine Änderungen von Kleidern und Stoffen gehören auch zu meinen



Aufgaben. Die Einhaltung der gesetzlichen Vorschriften bezüglich Hygiene und Sicherheit sind wichtig. Das Bestellen von Waschmitteln, Arbeitskleidern und Küchenwäsche sowie die Budgeterstellung für die Lingerie gehören dazu.



Wie haben Sie sich in Ihre neue Aufgabe als Leiterin Lingerie eingelebt?

Sehr gut! (lacht). Ich fühle mich sehr wohl und habe Freude an meiner Arbeit. Wir arbeiten im Team Unterhalt gut zusammen. Schön, Teil dieses Teams zu sein!

Privates: von Bauernhof zu Bauernhof

Während meiner Zeit in Bad Ragaz, 2013-2019, lernte ich meinen jetzigen Mann kennen. 2017 ging ich an ein vom Verein St. Galler Bauern organisierten Bauernsingle-Treffen mit stündlichem Wechsel von Tisch und Gesprächspartner. Jemand hatte mich dazu überredet, da sie angeblich

zu wenig Frauen hatten... (schmunzelt). Schicksal, meine ich, denn mein letzter Gesprächspartner ist mein heutiger Mann! 2019 zog ich zu ihm auf den Bauernhof in der Nesslauer Laad. Am 22.4.2022 heirateten wir.



Mein Ehemann brachte fünf Kinder mit in die Ehe. Wo die Liebe hinfällt... Als Stiefmama sehe ich mich eigentlich nicht, und ich mische mich nicht in die Erziehung ein. So konnte ich schon vor der Heirat einen guten Kontakt zu allen Kindern aufbauen. Zwei von

ihnen sind bereits erwachsen. Sie freuen sich für Ihren Vater und gönnen ihm sein Glück mit mir. Etwa alle zwei Wochen besuchen uns die jüngeren Kinder. Dann gibt es viel zu tun: Da Liebe bekanntlich durch den Magen geht, verwöhne ich meine Lieben mit gutem Essen sowie feinen Kuchen und Desserts.

„Ich bin angekommen und zufrieden mit meinem Leben! Es passt!“

Der Kreis schliesst sich: Auf einem Bauernhof aufgewachsen und nun mit einem Bauern verheiratet! Auf unserem eher kleinen Betrieb in der Laad haben wir 11 Kühe, 5 Kälber, 4 Rinder, 5 «Galtlig» (Jungrind), 5 Geissen und 2 Katzen. Im Sommer ist mein Mann auf der Alp. In meiner Freizeit helfe ich ihm beim Heuen oder bei den Arbeiten auf der Alp und sogar beim Käsen.

Schöne Momente, sind dann, wenn....

ich den Duft der frischen Wäsche wahrnehme... wenn die Wäsche zusammengelegt im Korb liegt, um zu den Pensionären zu gelangen... wenn ich positive Rückmeldungen erhalte ... Eine Pensionärin arbeitet freiwillig in der Lingerie mit, sie legt Wäsche zusammen. Ich freue mich an diesem schönen Kontakt und dass diese Bewohnerin eine Aufgabe hat, die sie liebt und bei der sie sich gebraucht fühlt.

Schwierige Momente, sind dann , wenn...

Mitarbeiter die Kugelschreiber nicht aus ihrer Arbeitskleidung nehmen (lacht). Aber wir arbeiten daran (schmunzelt). Diese hässlichen Flecken gehen trotz aufwändiger Reinigung praktisch nicht mehr aus. Das kostet Geld und Nerven.

Hobbys

Ich lebe an einem sehr schönen Ort und mag es, Zeit im Garten zu verbringen und bepflanzbare Kugeln zu betonieren. Ich genieße gern Zeit mit der Familie, mit Lesen, Theater spielen und der Pflege von Blumen.



Lebensmotto:
«zufrieden sein, mit dem was man hat»

Interview: Gabriella Wiss

Auflösung Wettbewerb

„Jahreswechsel“

Der Wettbewerb wurde durch unsere LeserInnen mit Bravour gelöst. Von den 36 Teilnehmenden haben 32 Personen alles richtig beantwortet.

1. Auf welchem Kontinent beginnt der Jahreswechsel zuerst?

- Australien/Ozeanien
- Europa
- Nordamerika

2. Wie viele Tage hat ein Schaltjahr?

- 364
- 365
- 366

3. Wann findet der traditionelle «alte Silvester», im Kanton Appenzell, statt?

- Am 31. Dezember des alten Jahres
- Am 13. Januar des neuen Jahres
- Am 1. Januar des neuen Jahres

Die Gewinner wurden ausgelost und die Preise bereits überreicht. Zusätzlich haben wir zwei Trostpreise vergeben.

- | | |
|----------------|--|
| 1. Preis | Suzanne Trautweiler, Neu St. Johann |
| 2. Preis | Gabriele Redd, Nesslau |
| 3. Preis | Margrit Rutz, Gähwil |
| 4. Trostpreise | Emilie Buri, Bewohnerin
Susanne Roos, Mitarbeiterin |

Wir gratulieren den Gewinnerinnen ganz herzlich!

Rätsel

Welches Tier versteckt sich in diesen Wörtern?

Beispiel: DACHSTUHL = DACHSTUHL

Wortversteck:	Lösung:
KEULE	
AUGENSCHMAUS	
WAFFELN	
ZIEGELSTEIN	
THAILAND	
ALLMÄCHTIGER	
GESCHNATTER	
LESELAMPE	
JAHRHUNDERT	
DUSCHWAND	
BLAUSÄURE	
KELCH	
SITZECKE	





Wettbewerb «tierisch»

Name/Vorname

Strasse

PLZ/Ort

Machen Sie mit beim Finden der richtigen Antworten!
Nur eine Antwort pro Frage ist anzukreuzen und es gibt schöne
Preise zu gewinnen.

4. Wie viele Beine hat eine Ameise?

- 8
- 6
- 4

5. Woraus besteht ein Schneckenhaus?

- Holz
- Gesteinsmehl
- Kalk

6. Was tut ein Murmeltier bei Gefahr?

- Es fällt in eine Schockstarre
- Es pfeift
- Es dreht sich im Kreis

Pro Person darf nur **ein** Talon ausgefüllt werden.

Abgabeschluss ist der 11. Juni 2023

Viel Glück!

Die Auflösung erfolgt im nächsten Churfirschte-Heftli



Porträt Bewohnerin: Margrith Grässli

100 + 1 Jahre zu erleben, ist nur wenigen vergönnt.
Eine davon ist Margrith Grässli.

Margrith Grässli trat im Dezember 2022, nach vielen Jahren in der Alterswohnung im Alpenblick, aus gesundheitlichen Gründen in unser Alterszentrum ein. Am 27. März 2023 durfte sie ihren **101. Geburtstag** feiern. Ein guter Grund für ein Porträt, um sie uns allen als Mensch näher zu bringen.

Kindheit und Jugend

Margrith Grässli erblickte am 27. März 1922 in Maienfeld das Licht der Welt. Sie war das vierte und jüngste Kind von Otto und Lina Grauer - Zähler und damit Enkelin des damals bekannten Unternehmers Isidor Grauer, der Degersheim mit dem Auf- und Ausbau der mechanisierten Stickerei ab 1878 zur eigentlichen Branchen-Metropole erhob. Lokal galt der Grossvater von Margrith Grässli als der Stickerei-Industrielle schlechthin und war einer der Mitgründer der Bodensee-Toggenburg-Bahn.



Die Schulzeit und Jugend verbrachte Margrith Grässli in St. Gallen. Für Etikette und schöne Kleider hatte der kleine, naturverbundene Wirbelwind wenig übrig. Bei den Pfadfindern und im Wald fühlte sie sich so richtig wohl. Auf Bäume klettern, Seilbrücken und Strickleitern bauen etc., das entsprach ganz ihrem Wesen, und manch ein Zeitgenosse hätte da ein paar schöne Anekdoten zu erzählen.

Als die Mutter aus gesundheitlichen Gründen eine längere Zeit in Davos verbringen musste, lernte Margrith die Schönheit der Berge schätzen, was in ihrem späteren Leben einen wichtigen Platz einnahm. Aus den anfänglichen Bergwanderungen wurden Hochgebirgstouren, und mit ihrem Bruder Paul erklimmte sie sogar die Dufourspitze.

Eigentlich wäre Margrith gerne Lehrerin oder Ärztin geworden, doch die schwierigen Zeiten in der Stickerei-Industrie erforderten ihr Mitwirken im elterlichen Betrieb in Degersheim. Nach einem zweijährigen Aufenthalt in Neuenburg und einem Jahr Sprachaufenthalt in England startete sie ihr Berufsleben als Näherin, durchlief verschiedene Stufen und übernahm später die Buchhaltung des Unternehmens.

Heirat und Familiengründung

Am 13. Mai 1948 heiratete Margrith Grauer den Pfarrer Ulrich Leonhard Grässli und zog mit ihm nach Bilten, wo aus dem jungen Paar bald eine stolze Familie mit 5 Kindern heranwuchs. Die ersten 4 Kinder kamen im Glarnerland zur Welt. Wie damals üblich, waren es Hausgeburten, unterstützt von einer Hebamme. Das 5. Kind wurde, nach dem Umzug nach Zürich, in einem Spital geboren. Die kinderreiche Familie hatte in Zürich ein Au-Pair-Mädchen, welches die Kinder mitbetreute.



Nebst den Familienpflichten engagierte sich Margrith Grässli als Pfarrfrau. Sie leitete während 35 Jahren den Hilfsverein und die Hauspflege in der Stadt Zürich. Als eines Tages alle ihre Sprösslinge ausgeflogen waren, fühlte sich Margrith Grässli bereit für neue Herausforderungen. So lernte sie Spanisch und Italienisch, machte die Prüfungen als Taxifahrerin und als Reiseleiterin und liess sich zur Atemtherapeutin ausbilden. Dank ihrer Strebsamkeit, der grossen Lebenserfahrung und ihrer ruhigen, sanften Art, vermochte sie viele Leute zu begeistern. Ihre Kurse in Atemtherapie, welche sie jeweils mit sanfter Musik auf der eigenen Gitarre begleitete, fanden rasch Anklang und erstreckten sich vom Zürcher Unterland bis zur Laudinella in St. Moritz.

Rückzugs- und Sehnsuchtsort Tessin

Im Tessinerdorf Sessa, nahe der italienischen Grenze, verbrachte Margrith Grässli nicht nur gerne Freizeit und Ferien, sondern sie verwandelte im Laufe der Jahre ein altes, abgelegenes Tessinerhaus zu einem Garten- und Blumenparadies.



Nach der Pensionierung ihres Mannes entschied sich das Paar, die Stadt Zürich zu verlassen und zügelte nach Gommiswald. Nach dem überraschenden Unfalltod ihres Mannes im Dezember 1992 zog es Margrith Grässli weg von Gommiswald. Zuerst am Sihlsee, dann mitten im Dorf Einsiedeln fand sie ihr neues Zuhause. Hier konnte sie ihre Liebe zur Musik und zur Natur voll und ganz ausleben.

«Älteste Walkerin der Schweiz»: Sportlich und geistig aktiv

Skifahren, Wandern, Walken, Kurse besuchen und vieles mehr, schienen selbst im hohen Alter nicht unmöglich zu sein. So wurde Margrith Grässli mehrfach als älteste Walkerin der Schweiz ausgezeichnet und selbst im 90. Altersjahr wanderte sie mit ihren Kindern etwa auf den grossen Mythen oder den Monte Tamaro im Tessin.

Inzwischen sind aus ihren 5 Kindern 17 Enkel und 23 Urenkel hervorgegangen. Bis im Dezember 2022 hatte Frau Grässli in einer kleinen Alterswohnung im Alpenblick in Nesslau einen wunderschönen Platz für ihren Lebensabend gefunden. Dank der liebevollen Betreuung und Unterstützung durch die in Krummenau wohnende Tochter, Margrith Wickli, war ihr ein hoher Grad an Selbständigkeit geblieben. Jeden Tag nahm Margrith Grässli das Mittagessen als Gast im AZC ein.

Schicksalsjahr 2022 und Umzug ins AZC

Auch als Pensionärin im AZC unternimmt Frau Grässli noch immer ihren täglichen Spaziergang, trifft sich mit Familie und Freunden und setzt sich ans Keyboard, um ihre jüngste Tochter beim Geigenspiel zu begleiten.

Entsprechend darf sich die 101-Jährige mit Stolz über ein aussergewöhnlich vielseitiges und reichhaltiges Leben freuen.

Angekommen und glücklich im AZC

Margrith Grässli fühlt sich – nach eigener Aussage – mit 101 Jahren sehr wohl im AZC. Sie schätzt die individuelle Betreuung und Pflege und geniesst ihr neues Leben. Ebenso mag sie die schöne Aussicht von ihrem frisch renovierten Zimmer auf das «Speermürli».

Margrith Grässli: «Ich bin zufrieden mit meinem Leben, habe eine wundervolle Familie und sozialen Rückhalt. Ich habe immer versucht, das Beste aus meinem Leben zu machen (schmunzelt). Ebenso ist es wichtig, so zu leben, dass man es verantworten kann. Insofern hat mir die Pfadi sehr viel gebracht nach dem Motto: **allzeit bereit!**»

Lebensmotto:
«immer das Beste aus dem Leben machen»



Margrith Grässli mit Gästen anlässlich ihres 101. Geburtstags.

Bericht: Gabriella Wiss

Fasnachtsstube am 20. Februar 2023

Motto: «Winterplausch»



Seelsorge

Gespräche mit dem besten Freund

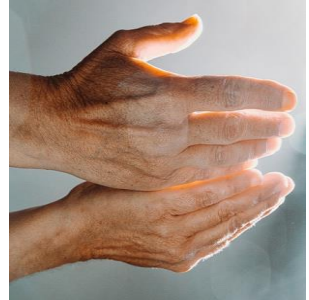
Anders gesagt: Unterhaltung mit Gott.

Gebete gehören zu unserem christlichen Leben wie selbstverständlich dazu. Sei es am Tisch, am Morgen oder am Abend. Für viele bedeutet es, Unterstützung in den schmerzhaften oder traurigen Momenten im Leben. Die Jünger Jesu haben ihn selbst gebeten: «Meister, lehre uns beten.» Und Jesus tut es. Er spricht das Unser Vater und sagt den Jüngern: «SO, sollt ihr auch beten.» Nicht nur „das“, sondern „so“: Mit Lob, Dank und Bitte.



Vor Kurzem kam nach einer Abdankung eine ausländische Frau, die noch sehr gebrochen Deutsch sprach, auf mich zu. Sie sagte sehr überrascht und berührt zu mir: „Ich wusste gar nicht, dass es dieses Gebet auch auf Deutsch gibt. Es ist wortwörtlich so wie in meiner Muttersprache.“

Ja, man denkt oft gar nicht daran, dass auf der Welt, in unzähligen Sprachen, das Unser Vater auf Jesu Empfehlung hin gleich gebetet wird. Es verbindet uns über alle christlichen Konfessionen, Grenzen und Sprachen hinweg. Gleich wichtig, gleich tiefgehend sprechen wir Gott unsere Ehre, unsere Dankbarkeit und unsere Bitten aus.



Aber unsere Möglichkeiten sind noch grösser. Mit «vor-formulierten», in der Kindheit gelernten Texten, lässt sich Gott auch ansprechen, sofern man es aus dem Herzen heraus tut. Aber irgendwann wächst das Gebet aus dem Kindesalter weiter, indem man Gott besser kennt, und ihm entsprechend begegnet.

Ich finde es so schön, wie Kinder miteinander besprechen: Ich möchte mich mit dir ausserhalb von Schule oder Kindergarten treffen, spielen, reden. Sie machen ab. Und mit Freude warten sie auf die gemeinsame Zeit.

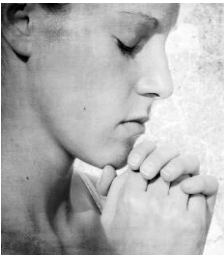
Nicht nur schwere Themen, nicht nur Tragödien im Leben führen die Freunde zum Gespräch zusammen, sondern auch die Freude. Wie gute Freunde oder Eheleute es kaum abwarten können, einander zu erzählen, was seit dem letzten Treffen alles passiert ist, genauso erfreulich und bereichernd ist das Gebet, das Gespräch mit Gott. Wir machen mit ihm ab.



In letzter Zeit habe ich von meinem Dienst her vermehrt die Möglichkeit gehabt, mit und für andere zu beten: Ende Februar das Gebet für die Ukraine, als Antwort auf die schmerzhafteste Erinnerung des ersten russischen Angriffs.

Kurz danach haben wir hier im Alterszentrum eine Gedenkfeier der heimgerufenen geliebten Menschen gehabt.

Die Fasteneröffnungsgottesdienste in Neu St. Johann und Stein, haben ebenfalls die Gelegenheit gegeben, miteinander für die Umwelt und das Essen zu danken.



Am 3. März fand der diesjährige Weltgebetstag statt, diesmal für Taiwan. Die Frauen des Taiwan-Komitees führten uns in ihr Leben und Leiden ein und äusserten ihre Gebetswünsche. In allem gab es ein anderes Anliegen, mit ganz unterschiedlichen Menschen unserer Gemeinde. Wir sassen zusammen, und hörten gemeinsam auf das, was Gott uns zu sagen hat. Und wir teilten mit ihm, was wir ihm zu sagen haben.

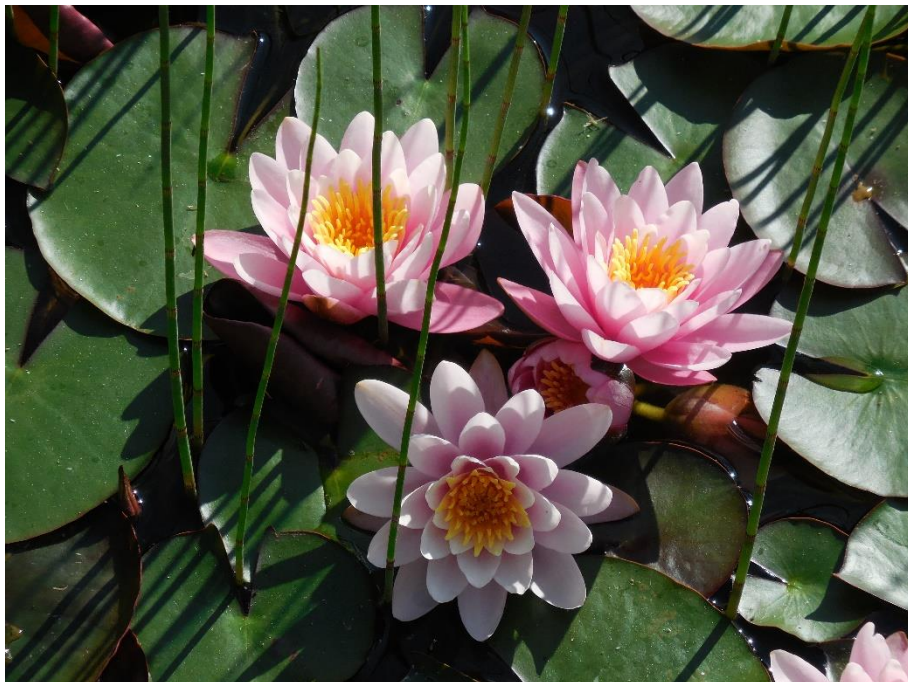
Diese Verbundenheit berührt, bewegt und baut auf. Viele haben das Gleiche als Rückmeldung gegeben: Sie sind nicht «leer» ausgegangen, sie wurden angesprochen, und sie konnten selber etwas sagen.

Welche Anliegen, welche Themen bewegen uns persönlich, die wir mit Gott teilen wollen?

Ich möchte Sie, liebe Leserinnen und Leser, ermutigen: Machen Sie mit Gott ab und verbringen Sie immer mehr Zeit mit Lob, Dank und Bitte. Er ist ein treuer Freund, begleitet uns im Leben und auch darüber hinaus.

Pfarrerin Katalin Schröder, ev.-ref. Kirche

Das Churfürsten-Team und die Redaktion des Churfirschte-Heftli wünscht Ihnen, geschätzte Leserinnen und Leser, eine frohe Frühlings- und Sommerzeit.



Das Redaktionsteam 2023:

Gabriella Wiss
Sabine Schmid

Geschäftsleiterin
Mitarbeiterin Redaktion und Gestaltung



The image features a dark blue background with a silhouette of a printing plant's interior. A dense network of black cables or lines radiates from the top, creating a complex, web-like pattern. Below this, the silhouettes of various printing equipment, including a large machine on the left and several smaller units in the center, are visible. On the right, two figures are standing near a stack of materials. The overall scene is industrial and modern.

pätsch innovativ.

Toggenburger Druckerei

Rietwisstrasse 10

9630 Wattwil

www.toggenburgerdruckerei.ch