

s'Churfirschte HEFTLI



**Alterszentrum Churfirsten
9650 Nesslerau**

29. Jahrgang, 1. Ausgabe: April 2026

Inhalt

Inhalt	1
Vorwort	2
Gedicht	3
Zum Gedenken	4
Geburtstage	5
Frühlings-Rezepte	6
Dienstjubiläen	9
Porträt Mitarbeiterin: Brigitte Steinbacher.....	11
Bewohnerstyling	16
Rätsel.....	17
Auflösung Wettbewerb	18
Wettbewerb Glücksbringer	19
Porträt Bewohnerin: Lucretia Schnell.....	20
Glücksbringer.....	24
Seelsorge	27
Tag der offenen Tür	28
Das Redaktionsteam 2026.....	29



Vorwort:

«Frühlingsgefühle»

Wenn die Tage wieder länger werden, die ersten warmen Sonnenstrahlen die Natur wachküssen und zarte Blüten Farbe in den Alltag bringen, hält der Frühling Einzug – leise, aber voller Kraft. Diese besondere Jahreszeit weckt nicht nur die Natur zu neuem Leben, sondern berührt auch uns Menschen: Sie schenkt Hoffnung, Leichtigkeit und neue Energie.

Auch in unserem Alterszentrum ist der Frühling spürbar. Er zeigt sich in offenen Fenstern, im Duft frischer Blumen, im Lachen bei gemeinsamen Aktivitäten und in den vielen kleinen Momenten, die das Miteinander bereichern. Erinnerungen an vergangene Frühlinge werden wach, Geschichten werden geteilt, und zugleich entstehen neue, wertvolle Augenblicke.

Mit dieser Publikation laden wir Sie ein, an diesen Frühlingsgefühlen teilzuhaben. Sie erhalten Einblicke in unseren Alltag, lernen Menschen kennen, die unser Haus prägen, und entdecken, wie vielfältig und lebendig das Leben in unserem Alterszentrum ist.

Der Frühling erinnert uns daran, dass jeder Abschnitt des Lebens seine eigene Schönheit und Bedeutung hat. Gerade im Alter gewinnen Begegnungen, Achtsamkeit und gemeinsames Erleben eine besondere Tiefe. Diese Werte tragen unser tägliches Handeln und machen unser Alterszentrum zu einem Ort der Geborgenheit und des respektvollen Miteinanders.

Wir wünschen Ihnen beim Lesen dieser Publikation viele berührende Momente, ein Lächeln hier und da – und vielleicht auch ein Stück Frühlingsgefühl im Herzen.

Gabriella Wiss (GL AZC)

Gedicht

Er ist endlich da

Sieh nur, wie schön die Blumen blühen,
die Sonne schickt ihr warmes Licht.
Die Wiese leuchtet grün und hell,
der Frühling zeigt nun sein Gesicht.

Ein Schmetterling fliegt froh vorbei,
die Vögel singen leis und klar.
Ein Entenpaar zieht ruhig seine Bahn,
man spürt: Der Frühling ist nun da.

Ringsum erblüht die ganze Welt,
als ob heut ein besonderer Tag.
Von nah und fern hört man Gesang –
der Frühling ist da, wie man ihn mag.



Zum Gedenken

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

17. Dezember 2025	Frau Hulda Knaus
06. Januar 2026	Herr Ernst Hefti
08. Januar 2026	Frau Alice Litscher
01. Februar 2026	Frau Anna Feurer
05. Februar 2026	Frau Margaretha Hüberli
03. März 2026	Herr Hansruedi Bolt
17. März 2026	Frau Rösli Huser
23. März 2026	Herr Jakob Frei
25. März 2026	Herr Gert Vögtle

**Das einzig Wichtige im Leben sind die Spuren der
Liebe, die wir hinterlassen, wenn wir gehen.
(Albert Schweitzer)**



Geburtstage

Herzliche Gratulation zum Geburtstag

07. Mai	Lucretia Schnell	62
08. Mai	Emma Bleiker	102
11. Mai	Annemarie Keller	86
19. Mai	Ruth Bürge	90
25. Mai	Walter Bolt	80
08. Juni	Päuli Strasser	90
12. Juni	Erika Vogel	84
15. Juni	Emma Näf	99
22. Juni	Elisabeth Turra	81
23. Juni	Gottlieb Egli	97
05. Juli	Margrit Wittenwiller	80
15. August	Rosmarie Huser	88
19. August	Hermann Gmür	88
20. August	Alice Kuhn	62
22. August	Hilda Breitenmoser	86
23. August	Alfred Gerber	95
23. August	Heinrich Schiess	90
25. August	Lotti Abderhalden	85



Frühlings-Rezepte

Von Naomi Schönenberger, Stv. Leitung Verpflegung

***** Alle Rezepte sind für 4 Personen berechnet *****

Spargel-Rucola-Salat mit Zitrone und Parmesan

Zutaten:

400 g grüner Spargel
70–80 g Rucola
40 g gehobelter Parmesan
2 EL geröstete Pinienkerne (optional)
3 EL Olivenöl
1–2 EL frisch gepresster Zitronensaft
1 TL Honig
Salz und frisch gemahlener Pfeffer



Zubereitung:

- Die holzigen Enden vom Spargel abschneiden. Spargel schräg in 3–4 cm lange Stücke schneiden.
- In einer Pfanne 1 EL Olivenöl erhitzen und den Spargel 4–5 Minuten bissfest anbraten. Leicht salzen und danach etwas abkühlen lassen.
- Für das Dressing Zitronensaft, Honig, Salz und Pfeffer verrühren.
- 2 EL Olivenöl unterrühren.
- Rucola auf Teller verteilen. Den lauwarmen Spargel darauf geben.
- Dressing darüber geben, Parmesan hobeln und zusammen mit den Pinienkernen darüberstreuen.

Heidelbeerrisotto mit Burrata

Zutaten:

320 g	Risottoreis
1	kleine Zwiebel oder Schalotte
2 EL	Butter
1 EL	Olivenöl
150 ml	Weisswein
ca. 1 l	Gemüsebouillon, warm
200–250 g	Wilde Heidelbeeren (frisch oder tiefgekühlt)
70 g	geriebener Parmesan
4 Kugeln	mini Burrata
Salz und Pfeffer	
Optional: etwas Zitronenschale oder Thymian	

Zubereitung:

- Zwiebel fein hacken. Butter und Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und die Zwiebel glasig dünsten.
- Risottoreis dazugeben und kurz mitrösten.
- Mit Weisswein ablöschen und einkochen lassen.
- Nach und nach warme Bouillon zugeben und unter Rühren köcheln lassen, bis der Reis cremig und al dente ist (ca. 18 Minuten).
- Heidelbeeren kurz vor Schluss unterrühren und leicht zerdrücken, damit sie Farbe und Aroma abgeben.
- Parmesan unterrühren, mit Salz und Pfeffer abschmecken.
- Die Burrata erst beim Servieren auf das fertige Heidelbeerrisotto geben und leicht aufreissen, damit die cremige Mitte über das Risotto läuft.



Zitronen-Mascarpone-Creme mit Erdbeeren

Zutaten:

250 g	Mascarpone
150 g	Griechischer Joghurt oder Naturjoghurt
2–3 EL	Zucker oder Honig
1	Bio-Zitrone (Schale + Saft)
250 g	Erdbeeren
4 EL	zerbröselte Amaretti
50 g	Minze

Zubereitung:

- Mascarpone, Joghurt, Zucker, Zitronenschale und 1–2 EL Zitronensaft glattrühren.
- Erdbeeren in kleine Stücke schneiden.
- In Gläser schichten: zuerst Amaretti, dann Creme, dann Erdbeeren.
- Mit etwas Zitronenschale oder Minze garnieren und 10–20 Minuten kaltstellen.



**VIEL SPASS BEIM NACHKOCHEN
UND „EN GUETE“!**

Dienstjubiläen



20 Jahre Vreni Wirth

Am 2.2.2026 feierte Vreni Wirth ihr 20-jähriges Dienstjubiläum im AZC als Mitarbeiterin Service/Küche. Wir gratulieren Vreni Wirth herzlich zu diesem langjährigen Firmenjubiläum und bedanken uns für ihre treuen Dienste zum kulinarischen Wohl unserer Bewohner.

Ursprünglich begann Vreni Wirth am 1.2.2006 mit einem 50-60% Penum, damals noch unter der Leitung von Lio Favazzo. Ab 1. Januar 2008 wurde Vreni Wirth mit einem fixen Penum von 60% angestellt und arbeitet bis heute in diesem Penum. Vreni Wirth arbeitet im Servicedienst im Speisesaal und je nach Dienstplan auch in der Küche.

Durch ihre ruhige und freundliche Art ist sie sowohl bei Bewohnern als auch bei Mitarbeitenden sehr beliebt. Vreni Wirth ist es wichtig, die Bedürfnisse unserer Pensionäre zu erfüllen und sie zeigt ein grosses Einfühlungsvermögen im Umgang mit unseren Pensionären und ihren Angehörigen.

Wir freuen uns sehr, Vreni Wirth, bei uns im Verpflegungsteam zu haben und gratulieren herzlich zu 20 Jahren Dienstjubiläum. Auf eine weitere gute, vertrauensvolle Zusammenarbeit!

**Herzliche Gratulation und
herzlichen Dank an alle
Jubilarinnen!**



20 Jahre Hildegard Brunner-Fehr

Seit 20 Jahren wirkt Hildegard Brunner-Fehr mit einem Kleinpensum im Werken und hat auch das Pilotprojekt kreatives Malen im Herbst 2024 anfänglich gut begleitet. Hildegard Brunner-Fehr ist ausgebildete Lehrerin im kreativen Bereich und bringt ihr Wissen seit Februar 2006 gezielt ein. Sie kennt die Pensionäre genau und kann jeden individuell einschätzen und betreuen. Wir danken Hildegard Brunner-Fehr für ihren tollen Einsatz, ihr Engagement und gratulieren ihr herzlichst zu 20 Jahren Dienstjubiläum

- im Wissen darum, wie wichtig die Aktivierung Werken für unsere Pensionäre ist. Auch künftig zählen wir gerne auf ihre geschätzte Mitarbeit.

35 Jahre Vreni Bösch-Scherrer

Im März 1991 trat Vreni Bösch-Scherrer im Alterszentrum als Pflegehelferin für den Nachtdienst mit einem Kleinpensum ein. Diese Betriebstreue ist bemerkenswert und wir gratulieren Frau Bösch-Scherrer ganz herzlich zu diesem 35-Jahre-Dienstjubiläum. Wir schätzen Frau Bösch-Scherrer sehr und danken ihr für ihre engagierte Arbeit in all den vielen Jahren zum Wohl unserer Pensionäre. Sie trägt auch künftig entscheidend dazu bei, dass sich unsere Pensionäre auch in der Nacht gut aufgehoben fühlen.



5 Jahre Katarzyna Hartmann

Katarzyna Hartmann durfte per 24.3.2026 ihr 5-jähriges Dienstjubiläum feiern. Seit März 2021 arbeitet Katarzyna als Pflegehelferin im OG Speer und hat sich gut ins Pflegeteam integriert. Sie pflegt einen höflichen und humorvollen Umgang mit unseren Pensionären. Wir danken Katarzyna Hartmann für ihren wertvollen Einsatz, ihr Engagement für unsere Pensionäre und gratulieren ihr zu 5 Jahren Dienstjubiläum. Auch künftig zählen wir gerne auf ihre geschätzte Mitarbeit.

Porträt Brigitte Steinbacher Stationsleitung EG



Brigitte Steinbacher trat am 1. September 2020 ihre Stelle als Fachfrau Gesundheit EFZ im AZC an. Aufgrund ihrer guten Leistungen wurde sie befördert und ist seit dem 1. Januar 2024 Stationsleitung EG.

Im folgenden Interview gewährt sie uns Einblicke in ihr Berufsleben und verrät uns auch Privates.

Erzähle mir etwas über deinen Werdegang

Kindheit und Jugend



Meine Mutter war liebevoll um die Kinderschar mit einer älteren Schwester, um mich und meinen Zwillingenbruder sowie um 2 jüngere Schwestern. Obwohl wir Kinder einen weiten

Geboren bin ich am 7.4.1971 und auf einem idyllischen Bauernhof im Krimberg bei Mosnang aufgewachsen. Mein Vater war Bauer, der im Winter jeweils auf dem Bau arbeitete, um das Familieneinkommen aufzubessern. Meine Mutter kümmerte sich als Familien-



Schulweg von 3 km pro Weg hatten, den wir zu Fuss, mit dem Velo oder im Winter mit dem Schlitten zurücklegten, genossen wir eine glückliche und schöne Kindheit (lacht). Damals gab es noch keine Schulbusse und der Schulweg ging Hügel rauf und runter. Die Primarschule besuchte ich in Mosnang, die Oberstufe dann in Bütschwil. Es gab eine öffentliche Sekundarschule, die jedoch primär den Buben vorbehalten war. Die meisten Mädchen gingen in die Mädchen-Sekundarschule zu den Klosterfrauen. Die Lehrperson war streng, aber gerecht. Die Buben waren ganz in der Nähe und so bestanden die Klosterfrauen von der Mädchensek auf getrennte Pausen (schmunzelt). Dieser Plan ging jedoch nicht ganz auf, da der «unerwünschte» Kontakt im gemeinsamen Postauto auf dem Schulweg stattfand.

Ein sehr katholisches Umfeld prägte meine Jugend. Nach der Sekundar absolvierte ich ein bäuerliches Haushaltslehrjahr in Bichwil bei Oberuzwil auf einer Hühnerfarm mit 2000 Tieren. Ein weiteres Jahr machte ich ein Praktikum: sechs Monate im Spital Wil sowie sechs Monate in einem



privaten, von Klosterfrauen geführten Pflegeheim in San Nazarro im Tessin. Im Tessin hatte ich anfangs Mühe mit der Sprache und goutierte auch den damaligen Umgang mit den Bewohnern nicht, konnte mich aber nicht wehren. Damals wurden die Bewohner schlecht behandelt, teils fixiert und mit Schlafmitteln oder Aufputschmitteln versorgt. So was wäre heutzutage undenkbar!

Wie bist du eigentlich zum Pflegeberuf gekommen?

Ich mag Babies sehr. Für mich war schon als Jugendliche sonnenklar, dass ich etwas mit Kindern machen wollte. So konnte ich nach meinem Praktikum mit 18 Jahren endlich die Ausbildung als Kinderpflegerin machen. Im Lauf meines Lebens habe ich eigene Kinder bekommen und konnte dort meine «Gefühle» ausleben. So entdeckte ich später während meiner Arbeit im Spital, wie spannend und sinnvoll die Alterspflege ist. Aber alles schön der Reihe nach!

Berufliche Laufbahn

In St. Gallen im Tempelacker und im Spital Wattwil absolvierte ich von 1989-91 die Ausbildung zur Kinderpflegerin. Meinen damaligen Mann lernte ich bereits 1989 in der Lehre im Spital Wattwil kennen, als ich im Personalhaus wohnte. Nach der Lehre arbeitete ich einige Zeit im Pflegeheim Kronenwies in der Langzeitpflege bis 1992. Danach hatte ich das Bedürfnis etwas anderes zu machen. Es folgten Einsätze im Hotel Schäfle in Wattwil, wo ich am Buffet und im Service Erfahrung sammeln konnte. Dann ging ich als Bäckereiverkäuferin nach Ganterschwil bis im Jahr 1997.

Familiengründung

1998 kam mein Sohn Michael zur Welt, 2 Jahre später im 2000 meine Tochter Sara und im 2002 erblickte meine Tochter Nadia das Licht der Welt. Michael lernte Tiefbauzeichner und studiert aktuell Informatik, Sara ist Filialleiterin bei Christ Schmuck und meine Jüngste, Nadia, trat in meine Fussstapfen und arbeitet heute als FaGe/Berufsbildnerin im



AZC (schmunzelt: offenbar habe ich ihr doch was von mir mitgegeben, was meine Liebe zur Pflege angeht).

Geglückter Wiedereinstieg nach Familienzeit

Nach der Familienphase wandte ich mich 2007 wieder dem Beruf zu. Von 2007 bis 2018 arbeitete ich als Pflegehelferin im Spital Wattwil, da ich mich nach so langer Pause unsicher fühlte. Von 2018 bis 2020 konnte ich dann die verkürzte Ausbildung als FaGe machen. Im 2020 kam ich dann ins AZC, zuerst als FaGe, bald danach durfte ich die Stationsleitung übernehmen. Privat gab es auch einen Neuanfang, da mein Mann und ich uns auseinandergelebt hatten und uns trennten.

Was sind deine Aufgaben als Stationsleitung EG?

Als Stationsleiterin bin ich für die operative Führung zuständig in Bezug auf die Bedürfnisse unserer Pensionäre, der Mitarbeitenden und der interdisziplinären Zusammenarbeit mit anderen Stationen. So gewährleiste ich mit meinem Team eine professionelle Pflege und bin verantwortlich für den Pflegeprozess. Auch das Umfeld für Lernende bei uns muss stimmen. So unterstütze und begleite ich die Auszubildenden, mein Assistenz- und Fachpersonal, Sorge für eine wohnliche Atmosphäre und ein den Bewohnern angepasstes Wohnumfeld. Auch Administratives und Organisatorisches fallen in meinen Aufgabenbereich. Zum Beispiel leite ich Rapporte und Teamsitzungen, führe Mitarbeitergespräche und bereite Arztvisiten vor, kümmere mich um alle Termine unserer Bewohner und führe Gespräche mit ihren Angehörigen. Auch das Erfassen und Pflegen der Daten in unserer Pflege-EDV ist an Aufwand nicht zu unterschätzen.

Wie hast du dich in deine neue Aufgabe als Stationsleitung eingelebt?

Lacht: ganz gut. Ich lerne immer wieder etwas Neues, erhalte gute Unterstützung von der Pflegeleitung und deren Stv. Im Weiteren durfte ich die Führungsausbildung «Leadership» SBK machen. Dafür bin ich sehr dankbar und fühle mich besser gerüstet für meine anspruchsvolle Führungsaufgabe.

Was gefällt dir besonders im AZC?

Es ist eine mittelgrosse Institution, wo im Vergleich zum Spital, die Betreuung und Pflege der Bewohner im Vordergrund stehen. Man lernt die Bewohner gut kennen und begleitet sie auf ihrem letzten Lebensabschnitt. Ebenso schätze ich die interdisziplinäre Zusammenarbeit mit der GL und dem Kader aus anderen Bereichen. Es ist ein Miteinander.

Was sind besonders schöne Momente?

Wenn sich unsere Bewohner wohl fühlen, die neu umgebauten Stübli geniessen können und ein gutes Arbeitsklima herrscht.

Was sind besonders schwierige Momente?

Wenn ich manchmal nicht allen Bewohnern gerecht werden kann. Wenn viel los ist bei Notfällen, oder Personal erkrankt ist und ich Prioritäten setzen muss. Das ist schwer für mich, da das Wohl der Bewohner für mich im Zentrum steht.

Auch unerwartete Todesfälle sind, obwohl ich damit umgehen kann, teils schwierig für mich und mein Team. Da gilt es auch, Sorgen und Ängste im Team anzugehen.



Hobbies

Lesen, Geselligkeit mit Freunden und Familie, meinen Garten und Sitzplatz genießen...
Kunstharz giessen....

Meinen Mini-Cooper mag ich sehr (schmunzelt). Erst im reiferen Alter konnte ich mir diesen Traum erfüllen und mit meinem eigenen Auto «umhercruisen». Das ist ein Gefühl von Freiheit.

Lebensmotto

Überlegt: schwierige Frage. Wichtig ist mir eine gute Worklife-Balance finden und halten.

Eine gute interkulturelle Kompetenz entwickeln ist für mich und meine Arbeit wichtig, da wir im Team unterschiedliche Kulturen haben und gegenseitiges Verständnis und Verstehen ohne Vorurteile wichtig sind.

Lebensmotto
«Leben und leben lassen»

Interview: Gabriella Wiss

Bewohnerstyling

Vorher



Nachher



Am 27.3.2026 offerierte das AZC ein Bewohnerstyling für Päuli Strasser. Catherine Hübner, Visagistin/Stylistin (früher beim Ostschweizer Fernsehen tätig) verpasste unserer Bewohnerin ein dezentes und personengerechtes Styling mit einem feinen Tages-Makeup, Hairstyling und lackieren der Fingernägel. Nicht nur Päuli Strasser war begeistert, sondern auch alle Mitbewohner und das AZC-Personal.

Am Tag der offenen Tür am 13. Juni 2026 von 11-16 Uhr werden auch weitere Bewohnerinnen davon profitieren können. Lebensqualität schaffen, bedeutet auch Achtsamkeit mit sich selbst und eine optische Veränderung bringt eine Stärkung des Selbstbewusstseins. Wie heisst es so schön: fare una bella figura – in jeder Lebenslage. Dies ist bei Päuli Strasser wahrlich gelungen!

Rätsel

Passende Paare

Finden Sie die passenden Paare und verbinden Sie diese mit einer Linie.

Bäcker	Krankenhaus
Friseur	Einkauf
Polizei	Kälte
Restaurant	Reifen
Schwimmbad	Blaulicht
Schule	Bügel
Badezimmer	Bäume
Supermarkt	Hitze
Kühlschrank	Speisekarte
Wald	Traktor
Sommer	Dusche
Ärzte	Tafel
Bauernhof	Sprungbrett
Kleiderschrank	Brot
Auto	Schere



Auflösung Wettbewerb «Skifahren»



Der Wettbewerb wurde durch unsere Leser und Leserinnen mit Bravour gelöst. Von den 53 Teilnehmenden haben 50 alles richtig beantwortet.

1. Wo beginnt die Geschichte des Skifahrens?

Skandinavien

2. Wo wurde der 1. Skilift gebaut?

Schwarzwald

3. In welchem Jahr fand die erste Skiweltmeisterschaft statt?

1931

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

- | | |
|------------|--|
| 1. Preis: | Frau Priska Bieri, Mitarbeiterin |
| 2. Preis | Frau Margrit Wittenwiller, Bewohnerin |
| 3. Preis | Frau Katarzyna Hartmann, Mitarbeiterin |
| Trostpreis | Frau Maya Kuster, Bewohnerin |
| Trostpreis | Herr Andreas Meier, Gast |

Wir gratulieren den GewinnerInnen herzlich!



Wettbewerb «Glücksbringer»



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

Kleiner Tipp: die Lösungen finden Sie auf den Seiten 24-26 😊

1. Welche 3 Glücksbringer sind bei uns häufig vertreten?

- ☐ Hufeisen, Marienkäfer, Kaminfeger
- ☐ Hufeisen, Glücksknoten, Kaminfeger
- ☐ Hufeisen, Marienkäfer, Masken

2. Welches Glückssymbol ist in China beliebt?

- ☐ Kleeblatt
- ☐ Kaminfeger
- ☐ Glücksknoten

3. Weshalb ist das vierblättrige Kleeblatt ein Glücksbringer?

- ☐ Weil es selten vorkommt
- ☐ Weil es besonders schön ist
- ☐ Weil es oft vorkommt

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

Abgabeschluss ist der 15. Juni 2026. Viel Glück!

Die Preisträger werden persönlich informiert.



Porträt Bewohnerin: Lucretia Schnell

Am 26. Juli 2024 trat Lucretia Schnell
- aus gesundheitlichen Gründen - in
unser Alterszentrum ein.

Kindheit und Jugend

Lucretia Schnell wurde 1964 in Oberwinterthur geboren. Der Vater war Vertreter im Aussendienst und die Mutter Familienfrau. Sie lebten in einem Block in Oberwinterthur, direkt neben der Badi, wo Lucretia am liebsten war und gerne mit anderen Kindern spielte. Lucretia ist das jüngste von 3 Kindern, ihre Brüder sind 10 und 15 Jahre älter als sie. Nach der Primar- und Sekundarschule machte sie eine 4-jährige Ausbildung zur Maschinenzeichnerin bei Sulzer in Winterhur. Besonders spannend fand Lucretia das Werkstattpraktikum, wo sie am liebsten in der Schmiede war. Sie hatte eine angenehme Lehrzeit, war aber manchmal - gemäss eigenen Aussagen - zu wenig fleissig.

Winterthur



Berufsleben

Nach der Lehre arbeitete Lucretia Schnell in verschiedenen Betrieben auf ihrem Beruf. 1990 erlernte sie einen neuen Beruf, Desktop Sachbearbeiterin, was ihr grosse Freude bereitete. Vorausgegangen war eine 1-jährige berufsbegleitende Handelsschule in Winterthur, welche sie als Beste bestand. Sie lacht: «ich war halt ein Spätzünder». Nun konnte Lucretia ihr erlerntes Wissen und ihr Talent in Layout und Typographie ausleben und erstellte Bedienungsanleitungen für verschiedene Maschinen. Bis im 2001 arbeitete sie in ihrem Beruf.

Darauf folgte ein dreimonatiger Englisch-Aufenthalt in Neuseeland. Auf dem Heimweg wurde sie jedoch krank und musste sich in ärztliche Behandlung begeben. Es folgten Aufenthalte in der Psychiatrie, wo zuerst eine Depression, später eine behandelbare paranoide Schizophrenie diagnostiziert wurde. Mit dieser psychotischen Störung fiel es ihr schwer, ihren Arbeitsplatz zu behalten bzw. einen neuen Job zu finden, weswegen Frau Schnell mit 37 Jahren eine IV-Rente zugesprochen bekam.



Privates

Lucretia hatte in der Liebe leider kein grosses Glück. Ihre Freundschaften hielten nie lange. Bis zu dem einen Mann, der in ihr Leben trat. Mit diesem 38 Jahre älteren Partner, der sie beschützte und ihr treu war, lebte sie 23 Jahre zusammen. Bis zu seinem Tod im 2023 wohnten sie in Nesslau.

Schicksalsschlag nach Tod des langjährigen Partners

Nach dem Tod ihres langjährigen Partners und Beschützers brach sie zusammen und unternahm in der Psychiatrie Wil einen Suizidversuch. Beim Sturz aus dem Fenster verletzte sich Lucretia sehr schwer, nebst verschiedenen Brüchen war auch ihr Lendenwirbel eingebrochen. Sie kam im Juli 2024 zuerst auf die Wohngruppe, wo sie aufwändige und intensive Pflege bekam. Später konnte sie dann auf eine andere Abteilung wechseln. Das Gehen fällt ihr immer noch schwer, doch sie macht gute Fortschritte und arbeitet bewusst an ihrer Mobilität.

Zum Glauben gefunden nach Suizidversuch

Nach dem Suizidversuch konnte sie nicht mal selbst zügeln und die Wohnung auflösen. Somit gibt es auch keine Fotos mehr von früher, die wir in diesem Porträt einbauen könnten. Insofern gibt es ein davor und danach, was auch sehr schmerzlich für Frau Schnell ist.

Lucretia Schnell fand im Glauben an Jesus Christus neue Hoffnung und Lebenssinn. Sie schloss sich der freien Christengemeinde an, die sie regelmässig besuchen. Jeden Tag liest sie in der Bibel und betet.

Wie gefällt es Ihnen im AZC?

Ich werde hier gut behandelt und die Pflege unterstützt mich in meiner Rehabilitation. Vom Rollstuhl aus ein paar Meter mit dem Rollator zu gehen, fördert meine Mobilität und gibt mir Selbstvertrauen. Ebenso konnte ich dank guter Unterstützung mit Hilfe von Nikotinplastern mit dem Rauchen aufhören, was mein Budget schont.

Kennen Sie das Churfirstenheftli?

Das lese ich regelmässig und bin so bestens informiert, was im AZC läuft.

Was ist Ihr Lieblingsessen?

Schmunzelt: eigentlich ist Spaghetti Bolognese mein Favorit, aber zum Geburtstag wünsche ich mir jeweils Kalbsleberli mit Rösti.



Hobbies

In meinen früheren Leben Schwimmen, Lesen, Stricken, in die Ferien fahren.... Jetzt mag ich es beschaulicher und lese gerne in der Bibel.

Lebensweisheit:

«Ich bin der Weg, die Wahrheit und das Leben, niemand kommt zum Vater, denn durch mich».

(Johannes Evangelium Kapitel 14, Vers 6)

Bericht: Gabriella Wiss



Glücksbringer



Seit jeher wünschen sich Menschen Glück, Gesundheit und Schutz. Ein Glücksbringer soll dabei helfen. Viele von uns kennen solche kleinen Symbole noch aus der Kindheit oder aus besonderen Momenten im Leben. Glücksbringer gibt es in allen Kulturen der Welt. Schon vor sehr langer Zeit trugen Menschen Amulette oder kleine Talismane bei sich. Sie glaubten, dass diese Gegenstände Glück bringen und vor Unglück schützen können.

Bekannte Glücksbringer:

Hufeisen

Hufeisen gelten seit Jahrhunderten in vielen Kulturen als Glücksbringer. Diese Tradition stammt vermutlich aus dem Mittelalter, als Eisen als wertvoll und magisch galt. Hufeisen wurden oft an Türen gehängt, um das Haus und seine Bewohner vor bösen Geistern zu schützen. Die Form des Hufeisens, ein nach oben offenes U, soll das Glück "auffangen" und im Haus halten.

Vierblättriges Kleeblatt

Das vierblättrige Kleeblatt ist ein bekannter Glücksbringer, insbesondere in irischen und allgemein westlichen Kulturen. Die Seltenheit eines vierblättrigen Kleeblatts in der Natur macht es zu einem Symbol für Glück. Jedes Blatt hat auch eine eigene Bedeutung: Hoffnung, Glaube, Liebe und natürlich Glück.

Glücksmünze

Eine Glücksmünze ist ein weit verbreiteter Glücksbringer. Die Tradition besagt, dass das Finden einer Münze auf der Straße Glück bringt. In einigen Kulturen ist es auch üblich, Glücksmünzen in Brieftaschen oder Geldbeuteln aufzubewahren, um finanziellen Wohlstand anzuziehen.

Glücksschwein

Das Glücksschwein ist ein Symbol für Wohlstand und Überfluss und stammt aus der germanischen Tradition. Das Schwein wurde als Glücksbringer angesehen, weil es ein Zeichen für Fülle und Wohlstand war.

Kaminfeger

In vielen westlichen Kulturen gelten Kaminfeger als Glücksbringer. Dieser Glaube stammt aus Zeiten, in denen das Heizen mit Holz und Kohle üblich war und ein sauberer Schornstein vor Hausbränden schützte.

Marienkäfer/Glückskäfer

Glückskäfer oder Marienkäfer werden in vielen Kulturen als Glücksbringer angesehen. Besonders in der christlichen Tradition Europas galten sie als heilige Tiere, die Glück bringen und vor Unglück schützen.

Vergleich mit asiatischen, afrikanischen und amerikanischen Kulturen

In China ist das Glückssymbol der rote Glücksknoten, der für Verbindung und Schutz steht. In Afrika werden Amulette und Masken genutzt, die spirituelle Kräfte besitzen und Schutz vor Unglück bieten sollen. In den amerikanischen Kulturen sind es oft Tierkreiszeichen oder bestimmte Pflanzen, die Glück bringen. Trotz unterschiedlicher Symbole verbindet diese Kulturen das gemeinsame Streben nach Schutz, Wohlstand und Glück durch sichtbare Zeichen und Rituale.

Die psychologische Wirkung von Glückssymbolen auf das menschliche Verhalten

Studien zeigen, dass das bloße Tragen oder Zeigen eines Glückssymbols positive Effekte auf das menschliche Verhalten haben kann. Diese Effekte sind oft placeboartig, weil sie das Selbstvertrauen stärken und eine optimistische Grundhaltung fördern. So kann das Tragen eines Glücksbringers wie eines Amuletts tatsächlich das Gefühl von Sicherheit und Erfolg erhöhen, was sich wiederum in realen Situationen positiv auswirkt.

Viele Menschen nutzen Glückssymbole bewusst, um in Prüfungen, bei wichtigen Gesprächen oder sportlichen Wettkämpfen ihre Motivation zu steigern. Das bekannte Beispiel ist der Glücksbringer im Sport, der den Spielern das Gefühl von Kontrolle und Zuversicht vermittelt. Diese symbolische Unterstützung kann die eigene Leistungsfähigkeit verbessern, da sie das mentale Selbstvertrauen stärkt.

Psychologische und kulturelle Gemeinsamkeiten trotz Unterschieden

Obwohl die Symbole kulturell unterschiedlich sein können, zeigen Studien, dass Menschen weltweit ähnliche emotionale Reaktionen auf bestimmte Zeichen haben. Das Gefühl von Sicherheit, Hoffnung und Erfolg ist universell, was die Kraft der Glückssymbole und ihre Fähigkeit unterstreicht, Menschen über kulturelle Grenzen hinweg zu verbinden.

Bedeutung von Ritualen und Symbolen im heutigen Lebensstil

Heutzutage sind Rituale wie das Anzünden von Kerzen bei wichtigen Ereignissen oder das Tragen eines Glücksarmbands Teil unseres Alltags. Sie dienen nicht nur der Tradition, sondern auch der Stärkung des persönlichen Wohlbefindens und der positiven Erwartungshaltung. Solche Symbole und Rituale haben eine beruhigende Wirkung und fördern das Gefühl, das Glück aktiv beeinflussen zu können.

Ob alt oder neu – Glücksbringer geben vielen Menschen ein gutes Gefühl. Sie stehen für Hoffnung, Zuversicht und den Wunsch nach einem glücklichen Leben.



Seelsorge

Glück und Segen

Haben Sie auch schon in eine Geburtstagskarte geschrieben: *«Ich wünsche dir Glück und Segen auf all deinen Wegen»*? Glück und Segen gehören irgendwie zusammen, ergänzen und verstärken sich.

Im Psalm 21 steht von einem König, der auf Gott vertraut: *«Du kamst ihm entgegen mit Segen und Glück, setztest auf sein Haupt eine goldene Krone. Leben erbat er von dir, du gabst es ihm, langes Leben für immer und ewig. Gross ist sein Ruhm durch deine Hilfe, du verleihst ihm Hoheit und Pracht. Du machst ihn zum Segen für immer, beglückst ihn mit Freude vor deinem Angesicht.»* Glück und Segen sind verbunden mit Gesundheit, Erfolg, mit Ruhm und Ehre. Aber nicht nur. Der König selbst wird zum Segen, zum Glück für seine Untertanen und ihm selbst zur Freude.

Im Neuen Testament finden sich die sogenannten Seligpreisungen im Matthäus-Evangelium. Man kann sie als Glückwünsche Jesu am Beginn der Bergpredigt sehen. In dieser Predigt sagt Jesus Schwachen, Trauernden und Verfolgten Gottes Nähe zu. Es geht um Barmherzigkeit, Frieden und Sanftmütigkeit. Jesus kehrt menschliche Vorstellungen von Glück und Erfolg um. Arme werden vor Gott glücklich geheissen, selig. Ihnen ist das Himmelreich verheissen.

Das griechische Wort «makarios» kann glücklich oder gesegnet bedeuten. Deshalb gibt es nebst dem traditionellen *«Selig sind die ...»* auch die Übersetzung: *«Glücklich sind die Trauernden, denn sie werden getröstet werden.»* Die Seligpreisungen machen Mut, dass man trotz Schwierigkeiten im Leben, doch (wieder) selig, glücklich sein kann. Jesus will sagen: Mit Gott könnt ihr alles überstehen und trotz allem sogar mehr Freude am Leben haben als die reichen, erfolgreichen und mächtigen Menschen. Gott tröstet und stärkt die Armen, Trauernden, Sanftmütigen, Friedfertigen, die Hungernden...

In diesem Sinne können wir alle immer wieder für einen Moment glücklich sein – auch wenn uns das Leben zuweilen übel mitspielt.

Herzliche Grüsse
Esther Schiess, ref. Pfarrerin

Tag der offenen Tür

Das Alterszentrum Churfirsten lädt Sie herzlich ein zum

«Tag der offenen Tür» am Samstag, 13. Juni 2026

Programm von 11.00 bis 16.00 Uhr

Schaffen neuer Wohnqualität durch Ausbau
Stübli und Renovation Gänge

Es erwartet Sie ein attraktives Festprogramm:

- **Führungen** durch unsere neuen Stübli und Gänge
- Bewohnerstyling
- Gemütliche **Festwirtschaft** für jeden Geschmack
- Musikalische Unterhaltung:
11.30 – 12.15 Uhr Männerchor Laad
13.00 – 16.00 Uhr Country Music mit Wolf
- Hüpfburg für Kinder



Das Churfirsten-Team und die Redaktion des Churfirschte-Heftli wünschen Ihnen, geschätzte Leserinnen und Leser, eine schöne Frühlingszeit.



Das Redaktionsteam 2026:

Gabriella Wiss
Yvonne Keller

Geschäftsleiterin
Mitarbeiterin Redaktion und Gestaltung

s'Churfirschte
Wohnen im Alter

pätsch innovativ.



Toggenburger Druckerei

Rietwisstrasse 10

9630 Wattwil

www.toggenburgerdruckerei.ch