

**Titel-Thema:
Das Gute
von Corona**



Mehrsicht

**Ausgabe 13
Oktober 2020**

MARTIN STIFTUNG

Impressum:

- Chefredaktion:** Cinzia Sartorio
- Redaktionsmitglieder:** Miriam Eckert, Silvio Furler, Pascal Rüegg, Ursi Singer, Pascale Sträuli, Gabriela Theiler, Kathia Tschan, Ursula Weber
- Gestaltung:** Oola Text und Grafik + carmadesign Grafik und Design
- Druck:** Dapp GmbH, Seuzach
- Auflage:**
- Druck: 110 Exemplare
 - Elektronische Version: Kann abonniert werden über redaktion.mehrsicht@martin-stiftung.ch
- Erscheinungsweise:** 5 Ausgaben pro Jahr, jeweils im Januar, April, Juli, Oktober und Dezember
- Kontakt Redaktion:** redaktion.mehrsicht@martin-stiftung.ch

Mehrsicht-Redaktorinnen und Redaktoren schreiben ihre Texte selber. Sie vertreten dabei ihre Meinung. Eine eigene Meinung zu haben ist wichtig. Deshalb ändern wir den Inhalt nicht.

Falls ein Text schwierig zu verstehen ist, schreiben wir diesen in leichter Sprache. Das tun wir, damit möglichst viele Menschen in der Martin Stiftung den Text lesen und verstehen können.



Inhaltsverzeichnis

Wer kommt, wer geht



Neue Gesichter 4
Übertritt 5
Glückwünsche 6
Auf Wiedersehen 7

Vorhang auf!



3 Fragen an 20
Zirkus Knie 22
Stiftung Wunderlampe 26
Neue Masken-Pflicht 27

Thema



Das Gute von Corona 28
Ursi Singer 32
Silvio Furler 33
Ursula Weber 34
Pascale Sträuli 35
Pascal Rüegg 36
Wasserblumen-Sommer-Spass 36
Wie gehe ich mit Sorgen um 37

Erlebnisse



Selfie Hotel 39
Ausflug Phönix 41
Reisebericht, WG Cinquanta 42
Reisebericht, Dezentrales Wohnen 44
Reisebericht, Sommervögel 46
Ausstellung Tutanchamun 49

Lesen und denken



Meine Meinung 52
Wettbewerb 53
Rätsel 54

Agenda



Termine 55



Wer kommt, wer geht?

Neue Gesichter

Herzlich willkommen in der Martin Stiftung



Corinne Brunner

arbeitet seit September
im Atelier und Seniorenclub Rütibühl.



Franziska Frei

arbeitet seit August
in der Klienten-Administration.



Debora Meile

ist seit September Praktikantin
auf der Wohngruppe Cinquanta.



Talia Neil

macht seit August ein Praktikum
bei der Wohngruppe Rubin.



Cristiana Pereira Mateus

ist seit September Praktikantin
im Seniorenatelier.



Wer kommt, wer geht?

Übertritt

Wir wünschen allen eine gute und erfolgreiche Zeit am neuen Ort!



Manuela Dettwiler

hat im August vom Dezentralen Wohnen in der Strehlgasse ins Wohnhaus Mariahalde gewechselt.



Margrit Jakob

wohnt seit Ende August in der Wohngruppe Topas, vorher lebte sie auf der Wohngruppe Sommervögel.



Jolanda Guglielmetti

wechselte Anfang August von den Sommervögeln zur Wohngruppe Rubin, Ins Wohnhaus Rütibühl in Meilen.



Elisabeth Lippuner

übernimmt ab November die Abteilungs-Leitung vom Feinen Martin.



Wer kommt, wer geht?

Herzlichen Glückwunsch

zum Abschluss



Till Gadola von der Wohngruppe Seeblick hat sein Diplom „Bachelor of Science in Social Work“ erhalten.



Pia Lips von der Wohntrainings-Gruppe Stäfa hat ihr Studium als Sozialpädagogin HF abgeschlossen.



Wer kommt, wer geht?

Auf Wiedersehen

Jenny Haab



Liebe Jenny

Du hast deine Ausbildung bestanden.
Herzliche Gratulation von der ganzen
Gruppe Seeblick!

Du hast mit einigen Bewohnerinnen
schöne Schattenbilder gemacht.
Diese hängen im 2. Stock im Esszimmer.
Du hast sie in der Ausbildung gemacht.
Du warst lange nicht sicher,
ob uns die Bilder gefallen.
Doch! Wir finden die Bilder alle ganz toll!

Du machst eine kurze Pause
nach der Schule.
Da kannst du dich erholen.
Zum Glück kommst du
danach wieder zu uns.

Wir freuen uns,
wenn du im November
wieder bei uns arbeitest.

**Alles Gute und liebe Grüsse
von deiner Gruppe Seeblick!**



Wer kommt, wer geht?

Auf Wiedersehen

Till Gadola



Lieber Till

Wir gratulieren dir herzlich zum Abschluss der Ausbildung in Luzern.

Hast du gut gemacht!

Leider verlässt du uns Ende Oktober 2020.

Du bist jung und fit, das hat uns sehr gefallen.

Du hast zum Beispiel die Gruppen-Ferien im Melch-Tal mitorganisiert.

Dort hast du begleitet, gekocht und Fussball gespielt.

Du kannst schnell denken.

Du hast das Team und die Bewohner gut unterstützt.

Du hast auch gesagt, wenn du mit etwas nicht einverstanden warst.

Für deine Zukunft wünschen wir dir alles Liebe und Gute.

Privat wünschen wir dir auch tolle Partys für deine Erholung.

Deine Bewohner/-innen und das ganze Team Seeblick.



Wer kommt, wer geht?

Auf Wiedersehen

Daniela Rüegg



Ernst zeichnete:



Liebe Daniela

Renate sagt: «Ich habe mich gefreut, wenn du den Hund mitgebracht hast.»

Deborah hatte grosse Freude, mit dir Kartoffelsäckli zu machen. «Ich habe 1000 Dübelschächteli gemacht», sagt Lukas.

Marcel hat mit dir gerne Taschen und Karten gemacht.

Christine sagt:

«Der Gruppen-Ausflug in die Vogelwarte war schön.

Auch habe ich mit dir viel gestrickt.» Gabriela machte mit dir Strick-Strick. Auch die Karten waren schön.

Jasir sagt:

«Du bist eine nette Frau.»

Das Team sagt, vielen Dank für deine Kreativität und für dein Engagement für die Martin Stiftung.

Alle sagen dir:

«Geniesse deine Frühpension!»

Mitarbeitende und Team Atelier



Wer kommt, wer geht?

Auf Wiedersehen

Beatrice Furter



15 Jahre hast Du das Wäscherei-Team bereichert. Du hast uns immer wieder die Arbeiten zugeteilt, die wir mochten. Danke! Gemeinsam haben wir viele schöne Sachen in der Natur und auf dem See gesehen. Du hast uns bei unseren Vorhaben unterstützt und begleitet. Du hast recherchiert, ausprobiert und alles abgezählt.

In letzter Zeit konnte man Dich in der Wäscherei der Unot sehen. Das hat Barbara sehr gefreut. Sie sagt: «Danke für die tolle gemeinsame Zeit». Ende September gehst Du in Deine wohlverdiente Pension. Wir wünschen Dir von Herzen alles Gute. Wir wünschen Dir schöne Erinnerungen an die Zeit mit uns. Wir wünschen Dir viele schöne Erlebnisse, in Deiner neu gewonnenen Freizeit.

**Das wünscht Dir das Wäscherei-Team
Barbara & Sereina**



Wer kommt, wer geht?

Auf Wiedersehen

Willi Zürcher



Lieber Willy

Du warst vom 11. März 2019 bis zum 31. August 2020 bei uns in der Werkstatt Bindschädler. In dieser Zeit haben wir dich schätzen gelernt. Du mochtest deine Arbeit. Es war dir wichtig, immer alles richtig zu machen.

Bei dir wussten wir, woran wir sind. Du warst immer offen und ehrlich. Wenn du nicht arbeiten konntest, hast du dich immer abgemeldet. So wussten wir, wie es dir geht und wo du bist.

Vielen Dank für deine gute Arbeit, die du für uns gemacht hast. Wir hoffen, dass du uns nicht vergisst und mal zu einem kleinen Schwatz und einem Kaffee kommst.

Wir wünschen dir alles Liebe und Gute. Bis bald!

**Herzlichst dein
Werkstatt-Team Bindschädler**



Wer kommt, wer geht?

Auf Wiedersehen

Charly Ochsner



Lieber Charly

Wir danken dir für deine gute Arbeit.
Wir schätzen dich als guten Kollegen.
Dein Humor und die lässigen Sprüche
werden uns fehlen.

Deine Freundlichkeit haben wir immer
sehr geschätzt.

Bleib wie du bist!

Für deinen nächsten Lebens-Abschnitt
wünschen wir dir viel Glück.

Wir wünschen dir gute Gesundheit
und gutes Gelingen für deine
nächsten Lebensziele.

Alles Gute und Liebe für deine Zukunft.

Herzlichst

deine Werkstatt im Bindschädler.



Wer kommt, wer geht?

Auf Wiedersehen

Karin Bachmann



Liebe Karin

Im November 2018 bist du als Nachfolgerin von Lukas Gisler zu unserem Team gestossen. Du hast dich im Leitungs-Team mit viel Herzblut engagiert.

Du hast damit intensive und wertvolle Diskussionen ausgelöst. Für dich stand das Wohl der Bewohnerin und des Bewohners immer im Zentrum. Und es war dir wichtig, die Wohngruppen-Teams und deren Leitungen zu unterstützen.

Zusammen mit dem Leitungs-Team danke ich dir herzlich für deine engagierte Arbeit und wünsche Dir privat und beruflich viel Glück und Erfolg!

Jürg Hofer



Wer kommt, wer geht?

Auf Wiedersehen

Jolanda Guglielmetti



Liebe Jolanda

Von Deinem geliebten Studio
im Bindschädler 4
bist Du auf die
Gruppe Sommervögel gekommen.

Das ist jetzt gut vier Jahre her.
Wir haben gestritten,
uns wieder versöhnt.
Wir haben viel Spass gemacht
und gelacht.
Du hast uns oft gezeigt,
was du brauchst,
damit es Dir gut geht.

Es war eine schöne Zeit mit Dir!
Dafür wollen Dir alle
Sommervögel Danke sagen.
Nun hast Du Dich entschieden,
ins Unot zu zügeln.

Wir wünschen Dir
für Deine Zukunft alles Liebe.
Aber so ganz lassen wir Dich nicht los.
Immerhin kommst Du jeden Mittwoch
in den zweiten Stock zum Zmittag.

Deine Sommervögel



Wer kommt, wer geht?

Auf Wiedersehen

Joel Maag



Lieber Joel

Nach 2 Jahren auf den Sommervögeln bist Du nach Stäfa weitergezogen. Dort wirst Du Dein Studium beenden. Wir wollen Dir danken für die bereichernde Zeit mit Dir.

Mit Deinem Alphorn hast Du uns viele schöne Momente geschenkt. Stets haben wir die Zusammenarbeit mit Dir geschätzt.

Viel durften wir voneinander lernen. Auch die Bewohnerinnen und Bewohner haben Dich in ihre Herzen geschlossen. Wir wünschen Dir alles Gute für Deine Zukunft.

Und wenn Du magst, komm doch mal auf einen Kaffee vorbei!

Deine Sommervögel



Wer kommt, wer geht?

Auf Wiedersehen

Margrit Jakob



Liebe Margrit

So viele Jahre
warst du bei uns Sommervögeln.
Du hast eine grosse Ruhe
in die Gruppe gebracht.

Nun wohnst Du seit ein paar Wochen
im Unot.
Wir werden Dich nicht vergessen.

Und wir freuen uns,
Dich mal besuchen zu kommen.

Für Deine Zukunft wünschen wir
Dir alles Liebe!

Deine Sommervögel



Wer kommt, wer geht?

Auf Wiedersehen

Pia Maria Lips



Liebe Pia

Auch wir gratulieren Dir herzlich zum erfolgreichen Abschluss. In den letzten knapp 2 Jahren konnten wir in Stäfa von Deiner Mitarbeit profitieren. Herzlichen Dank für Deinen grossen Einsatz und für Deine einfühlsame und kompetente Begleitung der Bewohnerinnen und Bewohner.

Wir werden Dich vermissen mit Deiner überlegten und zugleich tatkräftig zupackenden Art. Wir erinnern uns an gemeinsam gemeisterte Herausforderungen. Zum Beispiel an hektische Abende, wenn es Konflikte gab. Wir denken auch gerne zurück an Ferien von Kroatien bis Davos. Auch in der mühsamen Corona-Zeit hast Du Ruhe und Humor behalten. Wir freuen uns jetzt mit Dir, dass Du eine attraktive neue Stelle hast. All unsere guten Wünsche begleiten Dich auf dem Weg zu neuen Horizonten!

WL und Team Stäfa



Wer kommt, wer geht?

Auf Wiedersehen

Michelle Herpich



Liebe Michelle

Du hast bei der Wohngruppe Seeblick fast ein Jahr lang gearbeitet.

Wir haben dich ins Herz geschlossen. Wir hätten dich sehr gerne behalten. Du hast viel mit Humor gearbeitet. Manchmal warst du auch streng, aber nicht zu sehr.

Du zügelst in einen anderen Kanton. Dort wirst du leben und eine Ausbildung machen. Wir wünschen dafür viel Glück und Erfolg.

Komm doch wieder zu uns, wenn wir eine Aushilfe brauchen! Alles Liebe und Gute!

Deine Seeblicker



Wer kommt, wer geht?

Auf Wiedersehen

Karin Mühlbeck



Liebe Karin

Du gehst zurück nach Deutschland.
Das hat uns sehr überrascht.
Wir verlieren ein
wichtiges Team-Mitglied.
Wir verstehen aber, dass du wieder
bei deiner Familie sein möchtest.
2007 hast du bei der
Wohngruppe Seestern begonnen,
die heisst jetzt «Mariahalden».
Ab 2013 kam der Wechsel zu
«Feuerstein», die heisst jetzt «Seeblick».

Wir haben alle rasch gemerkt,
dass du sehr schnell arbeiten kannst.
Du hast auch eine grosse Ausdauer!
Du hast einen grossen Sinn für Humor.
Wir haben alle viel zusammen gelacht.
Du bist eine gute Kollegin,
dir fällt immer etwas ein,
auch in schwierigen Situationen.
Du hast ein grosses Herz.
Im Dezember 2020 verlässt du uns.

Wir alle vom «Seeblick» sagen bye-bye.
Wir wünschen alles Liebe und Gute.
Vergiss uns nicht. Besuch uns bitte,
wenn du mal in der Schweiz bist!

Deine Wohngruppe Seeblick



Vorhang auf!

3 Fragen an

Cinzia Sartorio, Verantwortliche Marketing & Kommunikation



Foto: Torvioll Jashari

Das Herbst-Fest fällt aus.

Du musst nichts vorbereiten.

Wie fühlst du dich?

Für mich hat das zwei Seiten.

Ich bin etwas traurig.

Es ist immer ein so schönes Fest,
mit einer so guten Stimmung.

Das fehlt mir.

Dafür kann ich zum ersten Mal
seit vielen Jahren
im September Ferien machen.

**Bist du schon am Vorbereiten
für das Herbstfest 2021?**

Ich bereite nicht alleine vor.

Wir haben ein OK.

Wir treffen uns das ganze Jahr
immer einmal im Monat.

Seit April treffen wir uns nicht mehr.

Wir haben aber schon viel vorbereitet.

Was heisst OK?

Das heisst Organisations-Komitee.

Im Komitee kommen Leute zusammen.

Wir planen alles gemeinsam.

Im OK vom Herbstfest sind Franziska
Romanin, Daniel Scheiwiller,
André Seewer, Miriam Eckert und ich.



Vorhang auf!

3 Fragen an

Jolanda Guglielmetti, Bewohnerin der Martin Stiftung



Foto: Miriam Eckert

Dieses Jahr ist kein Herbst-Fest.

Wie ist das für dich?

Schade.

Dieses Jahr gab es kein Frühlings-Fest, keine Chilbi und auch kein Herbstfest.

Ich verstehe die Entscheidung.

Aber wir Schweizer sind ein Volk, das gerne Feste feiert.

Was machst du dem Samstag, wenn jetzt kein Herbst-Fest ist?

Ich bleibe auf Balkonien, wo ich nicht viele Leute treffe.

Draussen sind immer sehr viele Menschen unterwegs.

Ich werde fernsehen und einen Zopf backen.

Was wünschst du dir anstelle vom Herbst-Fest?

Ich fände eine Alternative zum Herbst-Fest toll.

Es könnte Musik gespielt werden vor der Martin Stiftung.

Das ist auflockernd.

Ich wünsche mir die Sängerin Beatrice Egli.



Vorhang auf!

News

Zirkus Knie in Zürich im Herbst



Der Zirkus Knie ist jetzt wieder auf Tournee in der Schweiz. Vom 14. Oktober bis 4. November ist er in Zürich.

Wegen dem Corona-Virus gibt es ein Schutz-Konzept:

www.knie.ch/circus/coronavirus

Die Redaktionsgruppe fasste ein Interview mit Fredy Knie zusammen. Es war im Tages-Anzeiger am 6. Mai 2020 und hatte den Titel «Jetzt müssen wir vorwärts schauen».

Wie geht es dem Zirkus Knie?

Normalerweise wäre der Zirkus im Sommer auf Tournee. Doch die Artisten und die Angestellten sitzen im Winter-Quartier in Rapperswil fest. Das ist schlimm.

Doch die Artisten sagen, in unseren Heimat-Ländern ist es momentan noch viel schlimmer. Zirkus-Menschen kommen ja aus der ganzen Welt. Jetzt sind sie dankbar, dass sie hierbleiben können.

Es ist hart für einen Zirkus, wenn er nicht auf Tournee gehen darf. Der Zirkus verdient nichts. Trotzdem muss er Löhne bezahlen und Tiere füttern.



Deshalb hat der Zirkus Knie Kurz-Arbeit angemeldet. Bei Kurz-Arbeit bekommt man Geld vom Staat.

Fredy Knie weiss aber noch nicht, ob das bewilligt wird.

Jetzt hat der Zirkus aber noch genug Geld. Er hat Reserven.

Er kann die Artisten und Angestellten bezahlen.

Wie geht es denn Fredy Knie in dieser Situation?

«Auf Deutsch gesagt: Sch.....!» sagt er. Aber die ganze Welt sitzt im selben Boot. Auch der Zirkus muss vorwärts schauen. Jammern hilft nicht. Wir hoffen einfach auf bessere Zeiten. So eine Situation hat es ja noch nie gegeben.



Der Zirkus wurde 1919 gegründet. Damals war es eine Freiluft-Arena. Es herrschte die Spanische Grippe. Der Zirkus musste damals 3 Monate schliessen.

Seither haben sie immer gespielt. Damals gab es noch nicht viele Flugzeuge. Heute fliegen die Menschen auf der ganzen Welt herum.

So verbreitet sich der Virus schnell. Im letzten Jahr feierte der Zirkus sein 100-Jahr Jubiläum.



Es war finanziell sein bestes Jahr.
Dieses Jahr wird finanziell
das schlechteste Jahr.

Fredy Knie leidet unter den harten
Massnahmen des Bundes-Rates.
Aber er hat grosse Achtung
vor diesen Leuten.

Er findet, dass sie einen super Job
machen. Er möchte diese Arbeit
nicht machen müssen.

Man kann es ja nie allen recht machen.

Der Zirkus hat auch Corona-Vorschriften
und sie funktionieren gut.

Normalerweise kommt Fredis Familie
zu ihm zum Essen. Das machen sie nun
nicht. Auch die Zirkus-Leute
essen nicht zusammen.

Sie essen jetzt in 3 Schichten.
in ihren Wohn-Wagen.

Fredy Knie meint, dass die Tiere
nichts von Corona merken.

Sie haben Auslauf und
sind gut beschäftigt.

Auch die Artisten müssen
irgendwie fit bleiben.

Sie gehen in den Fitness-Raum.
Sie gehen joggen.



Im Herbst startet der Zirkus wieder. 2 Wochen vor Beginn werden die Artisten ihre Nummern einüben. Wenn der Zirkus startet, gibt es ein Schutz-Konzept. Alle Leute werden 1,5 Meter auseinander sitzen. Beim Rein- und Raus-Gehen und in der Pause müssen alle Besucher eine Maske tragen. Es wird überall Desinfektions-Mittel geben.

Fredy Knie glaubt, dass Eltern mit ihren Kindern und junge Leute bestimmt in den Zirkus kommen. Es ist wichtig zu zeigen: Er ist noch da, der Zirkus!



Fotos: Zirkus Knie



Vorhang auf!

News

Stiftung Wunderlampe erfüllt Franziska Primus einen Wunsch



«Was machst du in der Freizeit?»

Das fragte Fränzi Primus die Moderatorin Kiki Maeder vom Happy-Day-Team vom SRF.

Das Video-Telefonat war am 11. September.

Die Stiftung Wunderlampe organisierte es.

Fränzi Primus wünschte sich von der Wunderlampe ein Treffen mit Kiki Maeder. Sie schaut die Sendung Happy Day immer im Fernsehen, auch an ihrem Geburtstag, am 2. Mai.

«Kiki fand ich immer sympathisch. Ich wollte sie gerne live erleben», sagt Fränzi. Das war aufregend. Kiki war auch bei sich zuhause. Sie erzählt von ihren Hobbies, den 2 Kindern, ihren Job. Und sie hat eine Überraschung: Sie lädt Fränzi und 3 Freunde in ihr Fernseh-Studio ein. Den Termin machen sie noch aus.

Text: Miriam Eckert

Screenshot: Fränzi Primus

Die Stiftung Wunderlampe erfüllt kranken Kindern und Menschen mit Behinderung ihre Herzens-Wünsche. Alle Bewohner der Martin Stiftung konnten im Frühling Wünsche sagen. 20 Bewohnerinnen haben das gemacht. Nun gehen einige Wünsche in Erfüllung.



Vorhang auf!

News

Neue Masken-Pflicht in der Martin Stiftung



Immer mehr Menschen in der Schweiz haben das Corona-Virus. Deshalb gibt es in der Martin Stiftung eine neue Regel seit dem 11. September. Wir tragen jetzt alle eine Maske. Wir, das sind alle Besucher, Bewohnerinnen, Mitarbeitende und Fachpersonen.

Die Masken-Pflicht gilt vor dem Feinen Martin und Grünen Martin, in den Läden, auf den Fluren, auf den Treppen und auch auf den Wohn-Gruppen. Wir tragen die Maske überall, wo sich Menschen begegnen. Der Abstand zu anderen Menschen muss mindestens 1,5 Meter sein.

Das Masken-Tragen klappt sehr gut. Es machen alle mit.

Das ist toll.

So können wir uns und andere vor dem Corona-Virus schützen. Jetzt können der Herbst und die Erkältungs-Zeit kommen. Wir sind vorbereitet.

Text und Foto: Miriam Eckert



Thema

Corona-Virus

Die guten Seiten der Corona-Zeit



Die guten Seiten der Corona-Zeit

Corona ist eine schlimme Sache.
Aber es gab auch viel Gutes.
Wir sollten das Gute behalten.

Wir waren alle meistens zu Hause.
Es ist gemütlich, zu Hause zu sein.
Einige von uns haben mehr gelesen.
Bücher sind etwas Schönes.
Einige von uns haben mehr telefoniert.
Es war schön, viel Zeit
für Freunde zu haben.
Einige von uns haben zu Hause
Partys gefeiert. Das war toll!
Einige von uns waren aber auch
zu viel zu Hause.
Das war manchmal langweilig.

Das Home-Office war auch echt gut.
Zuhause arbeiten ist viel ruhiger.
Zu Hause gibt es auch keinen
nervigen Chef.
Man ist viel mehr mit den
WG-Kolleginnen zusammen.
Das ist schön.
Dafür fehlen die Arbeits-Kollegen.
Die kleinen Begegnungen mit ihnen
sind eben auch sehr schön.



Während Corona haben die Menschen weniger eingekauft.
Es ist gut,
weniger zu konsumieren.
Das gibt auch weniger Abfall.
Es ist auch gut,
alle Sachen in der Schweiz einzukaufen.
Das sollte so bleiben,
auch wenn die Grenzen offen sind.
Wir sind auch weniger gereist,
nach Zürich oder nach Rapperswil.
Das sollte auch so bleiben.
Das tut der Umwelt gut.

Die Menschen sind nicht mehr geflogen.
Am Himmel war es ruhig.
Morgens um 6 Uhr kam kein Flugzeug.
Wir konnten besser schlafen.
Und die Luft war besser.
Wir könnten alle weniger fliegen.
Niemand stirbt daran.
Das würde uns auch ruhiger machen.

Es tut den Menschen gut,
ruhiger und weniger gestresst zu sein.

Viele Menschen haben einander
in der Corona-Zeit
Hilfe angeboten.
Es war ein gutes Gefühl
zu wissen, dass Hilfe da ist,
wenn man sie braucht.



Das gab Sicherheit.
Das sollte unbedingt weitergehen.

Uns allen wurde auch klar,
wie wichtig Freiheit ist.
Wir hatten es so gut hier,
in der Schweiz.
Wir durften selbst entscheiden.
Wir durften auch
nach draussen gehen.
Wir durften das machen,
was für uns richtig war.
Und wir wurden ernst genommen.
In Amerika und Brasilien war das ganz
anders.
Dort regieren solche Macho-Typen.
Das ist nicht schön.
Zum Glück leben wir in der Schweiz.

**Gruppentext, aufgeschrieben von
Kathia Tschan**

Fotos: Unsplash



Ich nehme aus der Krise die Ruhe mit.
Das ist schön.

Es gibt jetzt Dinge,
die mir nicht mehr so wichtig sind.
Privat und bei der Arbeit.
Zum Beispiel sind mir meine Chefs
nicht mehr so wichtig.

Zu Hause koche ich jetzt mehr.
Ich lese auch mehr.
Das ist sehr gemütlich.
Es ist viel leichter geworden,
den Fernseher einmal abzuschalten.

Ich möchte aber auch noch
Dinge verbessern.
Ich möchte gerne mehr
spazieren gehen und
besser auf meine Gesundheit achten.

Text: Ursi Singer



Es war Corona.

Wir mussten zu Hause bleiben.

Aus dieser Zeit nehme ich viel mit.

- Ich verbringe den Abend zu Hause
- Ich lese mehr
- Ich komme ohne Konzerte aus!
- Ich treibe mehr Sport
- Ich verbringe mehr Zeit mit Kollegen
- Ich knüpfe und pflege mehr soziale Kontakte

Ich habe gelernt,
meine Zeit anders zu nutzen.

Es gibt keine Konzerte, keine Discos
und keine anderen Veranstaltungen.

Die Moral dieses Textes ist also:

Man kann die Zeit zu Hause und
in der nahen Umgebung

sinnvoll zu nutzen, ohne auszugehen.

Text: Silvio Furler



Ich habe in der Corona-Zeit
mehr Ruhe gelernt.

Ich habe die Ruhe auf der
Gruppe Phönix genossen.

Wir haben auch viel
miteinander geredet.

Wir haben über das Corona-Virus
geredet.

Das war gut.

Und zum Glück geht es allen gut.

Aber eigentlich war mir langweilig.

Ich wäre gerne reisen gegangen.

Ich hätte gerne mehr Freiheit gehabt.

Wenigstens konnte ich
alle Tage spazieren gehen.

Jetzt kann ich zum Glück
wieder reisen und

wieder ins Senioren-Atelier gehen.

Text: Ursula Weber



Ich habe gemerkt,
was mir im Leben wichtig ist:
meine Kolleginnen und meine Familie.

Ich finde es so schön,
dass wir wieder abmachen
und aufeinander zugehen können.

Es ist auch schön,
dass die Familie zusammenhält.
Es ist ein schönes Gefühl,
mit der Familie fein essen zu gehen
oder den Sonnen-Untergang zu sehen.

Ich gehe gerne mit meinem Bruder
bummeln, Glacé schlecken und shoppen.
Mit meinen Kolleginnen genieße ich
die Mittags-Pause.

Es ist schön,
das zu haben, was man hat.
Und damit zufrieden zu sein.

Wir müssen noch Abstand halten.
Aber das geht auch.
Es wäre auch sehr schön,
wieder Vertrauen und
Sicherheit zu haben.

Text: Pascale Sträuli



Ich war 2 Monate zuhause.
Ich habe meine Freiheit genossen.
Es war gut für mich,
nicht eingesperrt zu sein.
Ich war viel draussen am Spazieren.
Ich hatte keine Angst,
krank zu werden.
Wenn ich sterben muss,
dann muss es sein.

Ich hatte an Wilhelm Tell gedacht.
Tell hat für die Freiheit gekämpft.
Ich hatte auch
an den Land-Vogt Gessler gedacht.
Gessler hatte das Volk geknechtet.
In der Martin-Stiftung
bin ich mir so vorgekommen:
Geknechtet, als ob wir dort
im Gefängnis wohnen würden.

Deshalb bin ich nach Hause gegangen.
Wir sind ein freies Volk.
Wir dürfen selber entscheiden
wohin wir gehen
und was wir machen wollen.
Ich lebe hier nicht im Gefängnis.

Text: Pascal Rüegg



Thema

Corona-Virus

Sommer-Spass trotz Corona



Bei heissen Temperaturen hat die Wohngruppe Zirkonia um die Wasserblume getanzt.

Es wurde viel gelacht.
Die gute Musik machte viel Freude.

So hatten wir trotz der Corona-Situation ein tolles Erlebnis am Wochenende.

Ganz nach dem Motto:
Sommer,
Sonne,
Glücklich sein.



Text und Fotos: Wohngruppe Zirkonia



Thema

Corona-Virus

Wie gehe ich mit Sorgen um



Corona macht mir Sorgen.
Damit muss ich umgehen lernen.

Ich will abmachen und
ich will bei Freundinnen übernachten.
Aber das geht ja nicht.
Manchmal denke ich auch
an Disco und Party.
Ich würde gerne in den Ausgang gehen.
Wieso geht das eigentlich nicht?

Ich lerne,
auch einfach zu Hause
in der WG in Stäfa
Spass zu haben.
Dort wohne ich schon
seit mehr als 3 Jahren.
Es gefällt mir sehr gut.
Wir können nämlich gut
miteinander Quatsch reden.
Das ist auch schön.

Jetzt mache ich also einfach «nur»
mit meinen WG-Kolleginnen ab.
Ich würde aber so gerne
nach Zürich Hard-Brücke gehen.

Ich würde auch sehr gerne
wieder in ein Plus-Sport-Lager gehen.



Ganz ohne Sorgen
möchte ich es einfach geniessen.
Ich schwimme und turne doch so gerne.
Besonders gerne gehe ich
zu Wett-Kämpfen und Turn-Anlässen.
Dort sehe ich weitere
Kollegen und Kolleginnen.
Wir halten dort auch Abstand.

Wenigstens kann ich
am Wochen-Ende zu meiner Familie.
Wir waren im Klön-Tal und in Flims.
Ich war in Berg-Seen schwimmen.

Jetzt lerne ich auch,
vorwärts zu schauen
und mir keine Sorgen zu machen.
Das ist besser,
als mir die Haut aufzukratzen.
Ich lerne, das Positive zu sehen,
auch wenn es nur klein ist.
Irgendwie geht es ja allen gleich.

Text: Pascale Sträuli

Fotos: Unsplash



Unterwegs

Selfie-Hotel



Das Selfie-Hotel ist in einem Hotel.

In jedem Zimmer gibt es eine andere Kulisse.

Man kann sich dort selbst fotografieren, also von sich selbst ein Selfie machen.

Wir gingen zu zweit nach Zürich.

Wir mussten zur Lager-Strasse.

Leider führte der Weg dazu über die Lang-Strasse.

An der Lang-Strasse wird man nicht gerne mit einer Freundin gesehen.

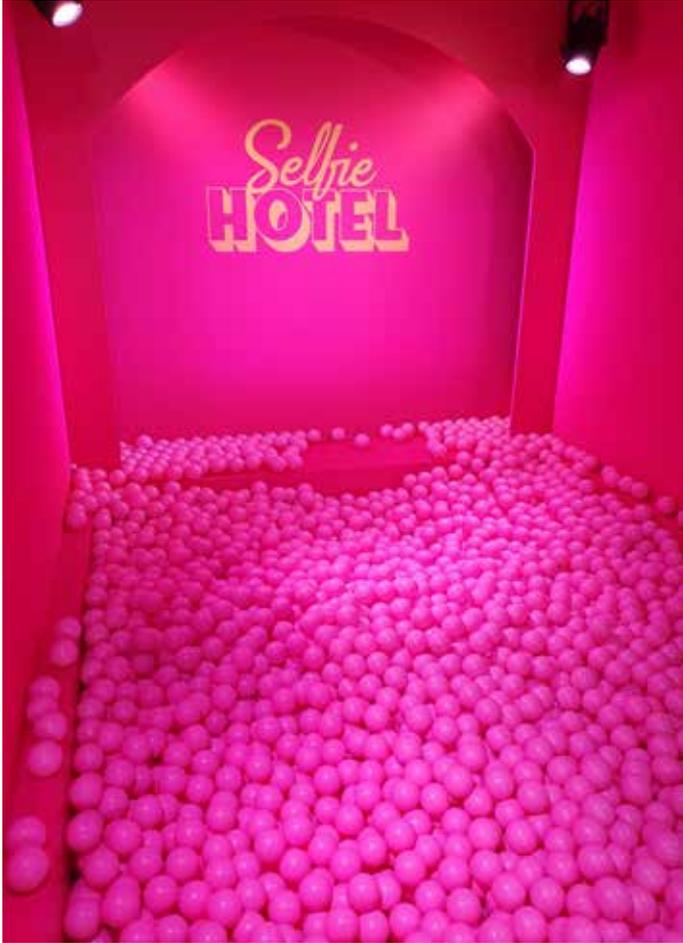
Im Hotel bekamen wir einen Patch und ein Tür-Schild auf dem stand: «Bitte nicht stören».

Wenn an einer Zimmer-Türe kein Schild hing, war das Zimmer frei.

So war man immer ungestört.

Jedes Zimmer hatte ein anderes Thema.

Es gab ein Zimmer zum Thema Strand, zwei Zimmer mit vielen Ballonen und ein Zimmer mit einem Bad voll mit Bällen.



Dieses Hotel war nicht gerade billig.
Aber es war ein tolles Erlebnis.

Die Zeit dafür war begrenzt.
Man hatte nur 3 Stunden Zeit.
Das reichte aber völlig.
Man braucht niemals
3 Stunden für alles.

Wenn man einmal etwas erleben will,
sollte man sich
einen Besuch im Selfie-Hotel leisten.
Es ist einmalig und schön.

Leider war es in Zürich nur
bis Ende September.
Aber bestimmt wird es
wieder ein Selfie-Hotel
an einem anderen Ort geben.

Text und Fotos: Silvio Furler



Unterwegs

Ausflug Phönix



Andres Bolliger macht gerade ein Praktikum bei uns. Ein halbes Jahr schafft er auf der Gruppe Phönix. Dass ihr es wisst.

Im August sind wir am Samstag mit dem Auto nach Stäfa gefahren. Dabei waren Susanne Regel, Melanie Cina, Gina Bardea, Marco Trösch, Brigitte Büsinger und Ursula Weber.

Es gibt 2 Routen zum Risi-Boden: Eine kurze Route für Susanne und Birgit. Eine längere Route für Melanie, Gina, Ursula, Marco und Andres.

Am Schluss sind wir alle zusammen am Ziel angekommen. Wir hatten eine tolle Aussicht. Wir haben gemeinsam Znacht gegessen. Es gab Bratwurst und Bürli. Später gab es noch Fruchtsalat. Es war lässig und lustig miteinander. Zu Hause sind alle müde und zufrieden. Ein super Nachmittag.

Text: Ursula Weber

Foto: Marco Troesch



Reisebericht

Wohngruppe Cinquanta besucht das Berner Oberland



Am Montag, 17. August, ging es los nach Boltigen.

Wir waren unterwegs mit 2 Bussen und einem Caddy. Alle Ausflüge haben die Bewohner selbst geplant und entschieden.



Es gab Schiff-Rundfahrten auf dem Thuner-See, Einkaufs-Touren in Thun und Interlaken, einen Ausflug zum Blau-See, Spaziergänge zu Wasserfällen, Zugfahrten nach Spiez und wunderbare Abendessen mit Pizza oder Spaghetti-Plausch.



Am letzten Abend gab ein Abschieds-Essen direkt am See in Spiez. Allen hat es sehr gefallen. Wir haben uns aber auch auf die Martin Stiftung gefreut.



Am Samstag, 22. August, kamen wir glücklich und froh zurück in die Heimat.

**Text und Fotos:
Wohngruppe Cinquanta**



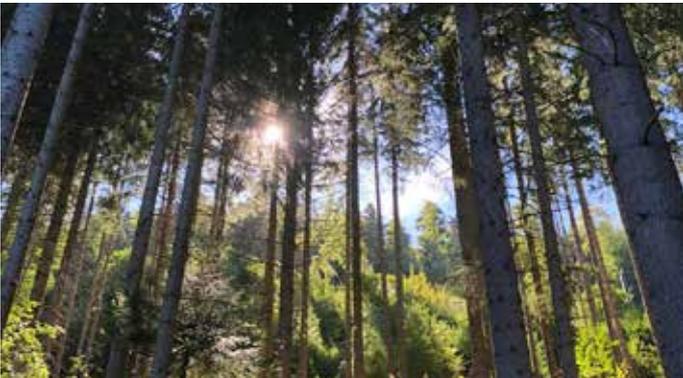
Erlebnisse





Reisebericht

Gruppen-Ferien vom Dezentralen Wohnen am Titi-See



Am Montag, 24. August, fuhren wir mit dem Zug von Zürich zum Titi-See ins Hotel Waldeck. Das Gepäck brachten wir auf unsere Zimmer. Nach dem Abendessen gingen wir schlafen.

Am Dienstag gab es feines Frühstück mit Käse, Brötli, Joghurt, Eiern, Schoggi-Milch, Orangen-Saft und mehr. Es gab eine grosse Auswahl. Danach sind wir ins Bade-Paradies gegangen. Es gab tolle Rutsch-Bahnen und ein Sprudel-Bad. Das war mega lässig.

Am Mittwoch machten einige von uns einen Spaziergang um den Titi-See. Das war sehr schön. Die anderen spielten Mini-Golf. Manuela und Andrea badeten im Titi-See. Das war schon ein bisschen kühl, aber sehr schön. Am Abend gab es indisches Essen. Das war sehr fein.



Erlebnisse



Am Donnerstag-Morgen sind wir nach Freiburg im Breisgau gefahren. Wir haben die Stadt angeschaut. Und das Münster. Der Ausflug war sehr schön. Es hat allen gefallen.



Am Freitag, 28. August, fuhr unser Zug nach Zürich zurück. Das Wetter war nicht mehr so schön. Es hat geregnet. Dann ist auch noch unser Zug ausgefallen. Wir mussten eine andere Zug-Verbindung nehmen. Wir sind aber trotzdem alle gut in der Schweiz angekommen.



Die Ferien waren sehr schön. Das Wetter war am Anfang sehr gut mit viel Sonne.

Ab und zu hatte es Wolken-Felder. Das Hotel Waldeck hat uns sehr gut gefallen.



Text: Manuela Vogt

Fotos: Gruppe Dezentrales Wohnen



Reisebericht

Gruppen-Ferien in Werthenstein auf dem Bauernhof



Wir waren wieder in Werthenstein auf dem Bauernhof.

Wir: Das sind 9 Bewohnerinnen und Bewohner von Montana, den Sommervögeln und Cinquanta und 5 Begleiterinnen und Begleiter.

Auf unserem Bauernhof geht es ruhig und gemütlich zu. Alle dürfen das tun, was sie am liebsten mögen.

Beat badet gerne im Sprudelbad. Herrmann sitzt am gerne auf dem Sofa. Charlie fängt jeden Tag 100 Fliegen mit der Fliegenklatsche. Gabriela mag es, zu basteln. Esther hilft in der Küche mit. Erika, Miriam und Margrit schätzen die Ruhe und das gemütliche Beisammensein. Und Nadine fräšt den ganzen Tag mit dem Go-Kart durch die Gegend.

Jeden Morgen gibt es einen Brunch mit Müesli, Brot, Zopf, Konfitüre, Fleisch, Eiern, Käse, Kaffee und Ovomaltine. Die Eier holen wir selber aus dem Hühnerstall.



Zum Zvieri gibt es Kuchen oder Wähe oder Fruchtsalat. Wir bereiten alles selber zu. Zum Znacht gibt es Lasagne oder Reis mit Gemüse oder Fleisch vom Grill oder Kartoffelsalat. Das Gemüse holen wir frisch aus dem Garten und wir kochen zusammen.



Ihr findet, dass das langweilig tönt? Dann wart ihr noch nie auf unserem Bauernhof!

Am Samstag war Spiele-Abend.

Am Sonntag war Disco mit Tanzen angesagt.

Am Montag mussten wir die Hühner einfangen.

Sie waren aus ihrem Stall ausgebrochen.

Am Dienstag durften wir beim Melken der Kühe helfen.



Am Mittwoch hat Bauer Franz die zwei Kamele spazieren geführt.

Das Weibchen heisst Bibi und ist eigentlich ein Dromedar.

Es kommt aus der Wüste.

Das Männchen heisst Dago.

Dago ist ein Trampeltier.

Er stammt aus der Mongolei.



All diese wunderbaren Tiere!

Es gibt auch Kühe, Schweine, Ziegen,



Hühner, Katzen, Hasen, Esel und Babu, den freundlichen Hund. Sie alle sind die Stars auf unserem Bauernhof.

Am Donnerstag sind wir mit dem Traktor gefahren.

Und am Freitag?

Am Freitag hiess es Abschied nehmen. Für ein ganzes Jahr.

Aber wir werden wiederkommen!



Text: Sommervögel

**Fotos: Myriam Nietlispach
und Kim Steinemann**





Unterwegs

Ausstellung Tutanchamun



**Die Ausstellung ist beim
Bahnhof Oerlikon
in der Halle 622 Zürich.
Die Adresse ist
Therese-Giehse-Strasse 10.
Die Ausstellung endet am
1. November 2020.
Internetseite mit mehr Infos:
<https://tut-ausstellung.ch>**

Tut-Anch-Amun war ein Pharao.
Ein Pharao ist ein König.
Pharaonen gab es vor vielen Jahren
im alten Ägypten.

Das Grab von Tutanchamun
wurde 1922 entdeckt.
Im Grab hatte es viele Schätze.
Diese sind sehr wertvoll.

In der Ausstellung wird
das Grab von Tutanchamun nachgebaut,
genauso wie in Wirklichkeit.

Das Grab besteht aus
verschiedenen Grab-Kammern.
In jeder Kammer ist wieder
eine Kammer.

Ich habe mich beim Entdecken gefühlt
wie ein Archäologe.
Jede Kammer ist voller Kostbarkeiten.
Ich kam aus dem Staunen nicht heraus.

Es hat Kästchen und Kisten.
Es hat goldene Schreine,
die grösser sind als ein Auto.
Und alles aus purem Gold!
In den Schreinen werden
wertvolle Sachen oder



Teile von Toten aufbewahrt.
In einem Schrein liegt der Sarkophag.
Der Sarkophag ist ein Sarg.
Er ist aus Stein.
In diesem Sarkophag liegen
wieder 4 Säрге
und erst im vierten Sarg
liegt die Mumie des Pharaos.



Eine Mumie ist ein toter Mensch.
Man nimmt die Organe
aus der Leiche.
Dann wird der Körper einbalsamiert.
Man wickelt ihn mit Balsam in Tücher.
Man sieht noch seine Gestalt.
So wird der Tote haltbar.



Die Mumie von Tutachamun trägt
eine goldene Toten-Maske.
Er hat auch sein Zepter,
den Regierungs-Stab, in der Hand.
In einigen Schreinen sind
Gefäße aus Alabaster.
Das ist ein besonderer Gips.



In diesen Gefäßen sind
kleine goldene Säрге.
In diesen kleinen Särgen sind
die Organe von Tutanchamun.
Auch sie sind in Leinen einbalsamiert.



Es gibt auch grössere kleine Särge.
In ihnen sind Kinder,
die tot geboren wurden.
Es sind die Tot-Geburten vom Pharao.
Das sind ganz kleine Mumien.

Im Grab hat es auch schöne Skulpturen.
Die Skulpturen stellen den König dar.
Sie stellen auch Diener von ihm dar.
Auch sein Thron ist im Grab und
alle seine Möbel.

In der letzten Grab-Kammer
sind auch Gefässe
mit Schminke und wertvollen Ölen.
Sie haben die Form von
Löwen, Stein-Böcken oder sogar
einem Pharao, der auf einem Schiff sitzt.
Und fast alles ist aus Gold.
Ich habe nur noch gestaunt.
Es war so schön!

Text und Fotos: Pascal Rüegg



Meine Meinung

US-Wahlen 2020



Es wird Zeit,
dass Donald Trump
das Amt des Präsidenten abgibt.
Sein Benehmen ist eine Katastrophe.
Er ist eine Witz-Figur.
Man kann ihn doch einfach
nicht mehr ernst nehmen.

Darum wird es Zeit für eine Frau!

Joe Biden möchte Präsident werden.
Er hat eine Vize-Präsidentin.
Sie käme für mich
als Präsidentin in Frage.
Joe Biden ist 77 Jahre alt.
Er ist doch einfach zu alt
für diesen Job.
Das Weisse Haus
ist doch kein Alters-Heim!

Darum Kamala Harris als Präsidentin!

Text: Ursi Singer

Foto: Wikimedia Commons



Wettbewerb

Gutschein-Gewinner beim Feinen Martin



Der Feine Martin hatte einen Wettbewerb in der letzten Mehrsicht. Viele Menschen der Martin Stiftung machten mit. Das ist toll.

Stefanie und Daniel losten die Siegerinnen aus. Das war spannend.

Der Zufall wollte: Es haben nur Frauen gewonnen. Die Gewinnerinnen sind:

1. Platz: Andrea Tschäppeler
2. Platz: Stephanie Sennhauser
3. Platz: Sabrina Schulthess und Ramona Steinebrunner

Die Preise sind Gutscheine für einen Einkauf beim Feinen Martin

Herzlichen Glückwunsch!

Das Team vom Feinen Martin

Fotos: Zum Feinen Martin, WTG Stäfa, Gabriela Theiler

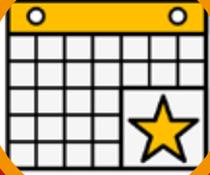


Lesen und denken

Rätsel

Finde 5 Unterschiede





Termine

Mehr Infos gibt es auf www.martin-stiftung.ch > News + Events



Wanderung mit den Naturfreunden

Wann: 3. oder 4. Oktober
9 bis ca. 17 Uhr



Dank- und Segensgruppe

Wann: immer freitags
12.40 - 12.55 Uhr

Wo: Sitzungszimmer 2. Stock, Bindschädler 10

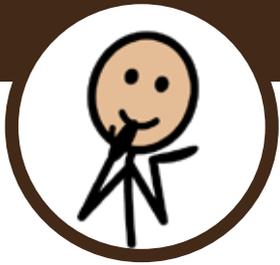


Kerzenziehen

Wann: November

Dieser Anlass ist leider abgesagt.

Wegen Corona finden alle anderen Anlässe leider nicht statt.



Die Redaktion dankt von Herzen:



VERENA BOLLER STIFTUNG

Erscheinungsdatum nächste Mehrsicht:

11. Dezember 2020	Redaktionsschluss: 27. November 2020
22. Januar 2021	Redaktionsschluss 8. Januar 2021
23. April 2021	Redaktionsschluss 9. April 2021
23. Juli 2021	Redaktionsschluss 9. Juli 2021



- Beiträge bitte an **redaktion.mehrsicht@martin-stiftung.ch**
- Texte als Word-Datei, in Anlehnung an die Leichte Sprache
- Fotos als JPG-Datei, in guter Auflösung (mind. 1 MB), als separaten Anhang (nicht in Word-Datei integriert)

Martin Stiftung
Im Bindschädler 10
CH-8703 Erlenbach

Telefon +41 43 277 44 44
Fax +41 43 277 44 45
kontakt@martin-stiftung.ch
www.martin-stiftung.ch

ANDERS MIT AUSSICHT