



## «Langlebigkeits-Markt»



Roger Stutz

Immer mehr Menschen leben immer länger und damit wächst auch der «Langlebigkeits-Markt» rasant.

Dieser Wandel treibt die Medizin von einer reaktiven «Medizin 2.0»,

einem Krankheitsmanagement, hin zu einer präventiven «Medizin 3.0». Bisher stand die Behandlung bestehender Krankheiten im Vordergrund. Mit Fortschritten in Genomik, künstlicher Intelligenz und personalisierter Medizin verändert sich der Fokus hin zur Vorbeugung und Verlangsamung des Alterungsprozesses.

Medizin 3.0 zielt darauf ab, nicht nur einfach länger zu leben, sondern mehr gesunde Lebensjahre zu gewinnen. In einer Welt von «Health is the New Wealth» (Gesundheit ist der neue Reichtum) werden neue Technologien, Diagnostik und regenerative Medizin zentral. Sie ermöglichen es, Gesundheitsdaten kontinuierlich zu überwachen, präzise zu intervenieren und funktionsgestörte Zellen, Gewebe und Organe wiederherzustellen. Diese Entwicklung wird nicht nur die individuelle Lebensqualität verbessern, sondern auch die Gesundheitskosten insgesamt senken.

«Langlebigkeit» wird daher nicht nur als ein medizinisches und wissenschaftliches Ziel angesehen, sondern auch als ein bedeutender wirtschaftlicher Faktor mit enormem Potenzial für Unternehmen und Investoren. Die Zukunft der Medizin liegt in der Verlängerung der Gesundheitsspanne – ein Versprechen, das der gesamten Gesellschaft zugutekommt.

Roger Stutz  
Betriebskommission

## Bye-Bye Provisorium

Ende Januar 2020 wurde das Provisorium für Tagesbetreuung und Büros errichtet – schon damals war der riesige Kran, der die Container über das Alterszentrum hob, ein spektakulärer Anblick.

Anfang September 2024 war es dann so weit: Der Kran wurde wieder aufgebaut und die Container, welche 4,5 Jahre lang unsere Räumlichkeiten waren, wurden durch die Luft gehoben.



Ein bisschen Wehmut erfasste mich, als ich «mein Büro» am langen Kranarm baumeln und über das Dach von Haus Dorf entschwinden sah... Aber das war schnell vorbei: Die neuen Räumlichkeiten im Haus Mitte sind wunderschön geworden.

Alle haben ihren Platz gefunden, sind sich am Einrichten und die kürzeren Wege sind für die Bewohnenden und die Zusammenarbeit der Mitarbeitenden eine Erleichterung. Also: Bye-Bye Provisorium – herzlich willkommen im Haus Mitte!

## Mir wärded elter

Wie gaht die Ziit doch schnäll verbi,  
ich bi doch grad erscht 80 gsi.  
Bisch nüd ellei, s'gat allne glich,  
das uf und ab macht s'Läbe rich.  
Doch nüd studiere, z'fride si,  
statt d'Wulche gseh, de Sunneschi!

Spezielli Reise hämer gmacht  
mit Schiff und Flug, au na Znacht  
Chällereie bsuecht mit guetem Wii  
es bsunders Ässe au debi.  
Doch jetzt mir bruched nüme vill,  
en Usflug uf de Pfannestiel.

So viele tuet mer glatt vergässe,  
mit de Junge chasch di nüme mässe.  
Doch glaub ich, ich gseh das scho richtig  
s'isch nüme alls dänn gar so wichtig.

Frögsch d'Änkel wägem Internet  
sie sind ja alli super nett

«ach Grömi, bis jetzt nüd jaluus  
da chunsch Du halt grad gar nüd druus.

Statt «Facebook» lies ich gueti Gschichte  
so han ich dänn au öppis z'brichte  
E guets Buech, dänn bin ich glüeckli,  
vom Kafi na e grosses Schlüeckli!

Tango tanze und im Walzer-Schritt  
das macht halt d «Pumpi» nüme mit  
I Gedanke schwelge, uf em Stüeli sitze  
du bisch o.k., tuesch au nüd schwitze  
Nüd eine dreht sich nach dir um  
du laufsch gradus, es bitzli chrum  
uf's Komplimänt wartisch vergäbe,  
s'wär doch so wichtig für dis Läbe.  
Luegsch dänn in Spiegel, chachs begrife  
mer tüend halt eifach nuna rife.  
Luegsch dänn na gnauer, alles Falte  
me ghört halt wüerkli zu de Alte.  
Statt jammere, am Hergott danke  
die Tage näh, und au di chranke  
mit liebe Mänsche elter wärde,  
was gits na Schöners uf der Erde!

Hedwig Kübler  
Bewohnerin im Alterszentrum

## Zum Erntedank

Mein Vater war sieben, als der Zweite Weltkrieg ausbrach. Oft hat er mir erzählt, wie schwer die Zeit während und nach dem Krieg war. Nahrung war knapp und jedes freie Stück Land wurde genutzt, um Gemüse, vor allem Kartoffeln, anzupflanzen. Dankbar zu sein für das tägliche Brot war damals eine Selbstverständlichkeit. Heute haben wir von allem mehr als genug. In solchen Zeiten vergisst man leicht, dass letztlich alles eine Gabe von oben ist, und mit dem Vergessen schwindet auch die Dankbarkeit. Im Buch Deuteronomium heisst es: «Und wenn du gegessen hast und satt geworden bist und prächtige Häuser gebaut hast und sie bewohnst, wenn deine Rinder, Schafe und Ziegen sich vermehren und Silber und Gold sich bei dir häuft und dein gesamter Besitz sich vermehrt, dann nimm dich in Acht, dass dein Herz nicht hochmütig wird und du den Herrn, deinen Gott, nicht vergisst.» (Dtn. 8,12-14).

Die Bibel lädt uns an vielen Stellen ein, dankbar zu sein. Dankbarkeit hat viele positive Effekte. Das haben sogenannte Dankbarkeits-

forscher herausgefunden. Unter anderem hat Dankbarkeit einen positiven Einfluss auf unsere Gesundheit, sie steigert die Vitalität, lindert körperliche Beschwerden und verbessert den Schlaf. Und sie bringt Freude in unser Leben. Von Karl Barth, dem bekannten Schweizer Theologen, stammt der Satz: «Sich freuen heisst, ausschauen nach Gelegenheiten zur Dankbarkeit.» Die Dankbarkeit führt weg vom Kreisen um uns selbst. Sie macht das Leben reich und führt uns hin zum anderen und letztlich zum ganz Anderen, zu Gott.

Das ermunternde Gedicht von Christine Gruber-Reichinger bringt das schön zum Ausdruck:

*Sag doch einfach mal DANKE.  
Danke,  
ein kurzes Wort, nur wenige  
Buchstaben  
aber doch so wichtig, so bedeutsam.  
Ein Danke  
macht die Welt heller  
macht das Leben erst reich  
eröffnet neue Wege  
schafft Beziehung  
lässt aufleben  
tut gut  
erfüllt mit Freude  
Dankbarkeit ist die Sprache des  
Herzens,  
der Schlüssel zum Glück,  
und ihr Grund ist der Glaube.*

Walter Breitenmoser  
katholischer Seelsorger



Die weiteren Aktivierungsangebote hängen jeweils als Wochenprogramm aus.

**Mittwoch, 2. Oktober**

**14.30 - 15.30 Uhr**

Tanznachmittag  
Livemusik mit Tony  
Festsaal

**Montag, 7. Oktober**

**10.00 - 10.30 Uhr**

Gottesdienst mit allen Sinnen  
Pfarrerin Eva Rüschi  
Festsaal

**Dienstag, 8. Oktober**

**18.30 Uhr**

Erzählabend  
Wohngruppe F3, Loggia Nord

**Mittwoch, 9. Oktober**

**Zeit folgt im Wochenprogramm**

Cheminée-Höck  
mit Musik ab CD  
Cheminée-Ecke

**Montag, 14. Oktober**

**10.00 - 10.45 Uhr**

Katholischer Wochengottesdienst  
Pfarrer Beat Auer  
Festsaal

**Mittwoch, 16. Oktober**

**14.15 - 15.30 Uhr**

Stubetä  
Festsaal

**Montag, 21. Oktober**

**10.00 - 10.45 Uhr**

Reformierter Wochengottesdienst  
Pfarrer Johannes Keller (Pfungen)  
Festsaal

**Mittwoch, 23. Oktober**

**14.30 - 15.30 Uhr**

Sing-Plausch  
Festsaal

**Montag, 28. Oktober**

**10.00 - 10.45 Uhr**

Ökumenischer Gedenkgottesdienst  
Pfarrerin Eva Rüschi und  
Pfarrer Beat Auer  
Festsaal



Ob «Fiirabig-Höck» an einem schönen Spätsommerabend draussen im Rondell oder Geburtstagsfeier für Bewohnerinnen und Bewohner – es geht eigentlich weniger um den Anlass an sich, sondern darum, mit Menschen Zeit zu verbringen, Gespräche zu führen und die Gesellschaft zu genießen.



## Herzliche Gratulation

Severin Koch arbeitet seit dem 1. März 2022 im Alterszentrum im Geeren. Er begann als stellvertretender Leiter Küche und hat im August 2023 die Teamleitung Küche übernommen.

Im Juni 2022 begann er seine Weiterbildung zum eidg. dipl. Leiter Gemeinschaftsgastronomie, welche er im Frühjahr 2024 abschloss. Im Sommer durfte er sein hart erarbeitetes Diplom entgegennehmen.

Wir gratulieren an dieser Stelle ganz herzlich zum Erfolg!



## «AZiG next Topmodel» – ein Blick hinter die Kulissen

Mitte September bot sich im AZiG ein ungewohntes Bild: Ein Fotografen-Team setzte jeden Winkel ins richtige Licht, damit wir unsere Fotos auf der Website und in den Broschüren mit professionellen Aufnahmen nach der Erweiterung und Sanierung aktualisieren können.

Während für diesen Zweck Fotos benötigt werden, auf denen es hauptsächlich um die Räumlichkeiten und die Atmosphäre geht und

die Personen nicht wirklich gut erkennbar sind, entstanden während der Fotosessions zusätzlich wunderbare Aufnahmen, die zeigen, wie fotogen unsere Bewohnerinnen und Bewohner sind und wie viel Spass wir dabei hatten.

Ein Gesicht, das lacht und strahlt, ist wunderschön. Und wem das Leben Lachfalten eingepägt hat, der muss ein netter Mensch sein.

Bezugnehmend auf das Gedicht von Frau Kübler: Ein Kompliment, das ganz ehrlich gemeint ist und von Herzen kommt.

Vielen Dank an alle, die mitgemacht haben! Die «Models», welche einen Abzug des Fotos von sich haben möchten, dürfen sich gerne bei mir melden.

*Andrea Furrer  
Assistentin des Geschäftsführers*



*Koordination der nächsten Aufnahmen mit den drei Fotografen von Mood Studios.*



*Der richtige Blickwinkel ist wichtig und erfordert auch mal ein paar Turnübungen.*



*Ein Kuchen, der mit solcher Freude gebacken wird, muss einfach lecker schmecken.*



*Die drei sympathischen Damen aus dem Haus Feld beobachteten und kommentierten die Aufnahmen sehr interessiert und erhielten von den Fotografen den liebevollen Übernamen «die Gang».*



*Ganz egal, wo wir Aufnahmen machten, ob im Haus Dorf, im Verbindungsgang oder im Haus Feld - der Mitarbeiter vom Transportdienst war immer schon vorher dort.*



*Trotz all der wunderbaren Portraits, die «so nebenbei» entstanden sind, wurden natürlich auch die Aufnahmen gemacht, die eigentlich geplant waren.*



*Das lustige Jassgrüppi war eines der High-lights der Fotosession.*



*Ein so fröhlicher Besuch bringt auch an einem trüben Tag ein bisschen Sonnenschein.*



*Eigentlich ging es um eine Rückenansicht - aber das Foto vom Rückweg auf dem «Laufsteg» wurde noch schöner.*



*An der freundlichen Begrüssung am Empfang kommt keiner vorbei.*



*... bei einem so herzhaften Lachen muss der letzte Stich beim Jassen wirklich gut gewesen sein.*

# Christine Looser im Gespräch mit Werner Seifert

**Werner Seifert wohnt noch nicht lange bei uns im Alterszentrum im Geeren. Als er mir kürzlich aus seinem Leben erzählte, fand ich das so spannend, dass ich ihn für dieses Bewohnerportrait angefragt habe.**

**Herr Seifert fragt mich, wo er denn beginnen soll - und schon sprudelt es nur so von Geschichten.**

Also, ich bin ja ein Zwilling. Ich habe noch eine Schwester. Wissen Sie, Zwillinge sollte man nie trennen. Meine Schwester verstarb leider schon sehr früh. Wir hatten eine sehr tiefe Verbindung, sie fehlt mir heute immer noch. Ich habe keine anderen Geschwister. *(Bei diesem Satz rollen ein paar Tränen über die Wangen von Herrn Seifert.)*

*Sie wurden in der DDR geboren?*

Ja, ich bin 1939 in Chemnitz in Ostdeutschland geboren (1953 wurde die Stadt Chemnitz auf Beschluss der DDR-Regierung in «Karl-Marx-Stadt» umbenannt).

Gerade einen Tag nach unserer Geburt wurde mein Vater als tot erklärt. Er wurde nie gefunden. Ich habe meinen Vater also nie gekannt, meine Schwester und ich wuchsen ohne Vater auf. Aber der Opa war da für uns und war auch mein Vater. Mein Vater hatte einen Dachdeckerbetrieb mit 7 Angestellten, bevor er eingezogen wurde. Ich wollte den Betrieb gerne weiterführen. Der Staat erlaubte es mir aber nicht. Opa machte noch mit 65 Jahren den Dachdeckermeister neben seiner Bäckerei, damit uns der Betrieb nicht weggenommen wurde.

Ich ging bereits mit 5 1/2 Jahren in die Schule und mit 13 habe ich meine Lehre als Schwerlastwagen- und Schleppermechaniker begonnen. Wir waren oft sehr schmutzig und gestunken haben wir. Zum Reinigen benutzten wir immer Diesel und Sägemehl.

*Wie kann ich mir das vorstellen?*

Den Diesel haben wir benutzt, um das Oel wegzubringen und mit dem Sägemehl wischten wir dann den Diesel ab. Heute weiss man, dass das nicht gut ist für die Haut, aber damals hatten wir nichts anderes.



Ich weiss noch, was ich mit meinem ersten Zahntag gemacht habe. Pro Tag habe ich 1 Mark erhalten. Mit dem ersten Zahntag habe ich mir eine Bratwurst gekauft. Die habe ich so sehr genossen. Meine Mutter war natürlich gar nicht erfreut darüber. Sie sagte: «Der Zahntag kommt nach Hause.»

Meine Schwester lernte schon jung einen Burschen kennen und zog nach Stuttgart. Sie arbeitete dort in einer Fabrik. Plötzlich war sie einfach nicht mehr da... Sie schickte uns immer wieder Kaffee und Kakao, da dachte ich mir, da kann doch etwas nicht stimmen, das kann ich mir nicht leisten.

Meine Schwester konnte noch offiziell aus der DDR ausreisen. Die Mauer stand da noch nicht. Ich konnte meine Schwester einmal in Stuttgart besuchen. Da sah ich, was sie alles kaufen konnten und wie adrett sie gekleidet war. Daraufhin entschloss ich mich, auch «abzuhauen».

*Konnten Sie mit jemanden über Ihre Gedanken zur Flucht sprechen? Sie waren da ja erst 17 Jahre alt.*

Nein, das konnte ich nicht riskieren, nicht einmal mit meiner Mutter. Ich wusste, dass man erwischt werden kann und dass ich meine Familie nie mehr sehen werde. Ich wollte aber zu meiner Schwester, das war mein Ziel.

*War Ihre Flucht eine Nacht- und Nebelaktion?*

Eigentlich nicht. Ich habe von einem russischen Major ein Schreiben erhalten. Mit diesem kam ich gut vorwärts. Ich reiste mit dem Bus und Zug bis zur Grenze.

Zuvor habe ich mir in Berlin eine Zeiss-Fotokamera gekauft. Ich wusste, dass ich die bei Bedarf gut für Geld tauschen oder für einen »speziellen Dienst« einsetzen konnte. Die Kamera verkaufte ich für ein Flugticket von Berlin nach Hannover. Das Geld reichte zwar nicht, aber irgendwie hat es dann trotzdem geklappt mit dem Ticket.

Als ich in Stuttgart angekommen bin, konnte ich bei meiner Schwester wohnen. Am Tag nach meinem Einzug hatte ich schon eine Arbeit in einer Garage. Mein Chef fragte mich, wo ich gerne eine Lehre machen würde. Da sagte ich ihm, dass ich mit 17 Jahren bereits ausgebildet bin. Darum konnte ich direkt mit der richtigen Arbeit beginnen. Das hat mir viel Freude bereitet.

*Wie wurden Sie im Westen aufgenommen?*

In Stuttgart nicht so gut. Da hörte ich oft: «Schau, das ist auch wieder einer von Drüben.»

*Herr Seifert, hatten Sie die Möglichkeit, einmal in die Ferien zu gehen?*

Früher in der DDR konnten wir nur in östlicher Richtung und natürlich in der DDR reisen.

Als ich dann in Stuttgart war, konnte ich einmal in der Schweiz Ferien machen. Das hat mir so gefallen, dass ich kurzerhand in Winterthur bei der Garage Erb angefragt habe, ob sie Arbeit haben. Dort blieb ich dann bis zu meiner Pensionierung. Damals war die Erb Garage noch ein kleiner Betrieb.

*Sie haben mir erzählt, dass Sie später dann in Winterthur Ihre Frau kennengelernt haben.*

Nach dem Kino ging ich mit einem Freund ins Restaurant. Da habe ich meine spätere Frau gesehen. Ich sagte zu meinem Freund: «Das ist meine Frau». Für eine Flasche Wein organisierte er ein Treffen und sie sagte sofort zu.

Wir wollten heiraten, aber da hat mir die DDR einen Strich durch die Rechnung gemacht. Ich hatte ja überhaupt keine Papiere, benötigte aber meine Geburtsurkunde zum Heiraten. Auf einem Schweizer Amt wurde mir aber geholfen und ich erhielt von der BRD einen Pass.

*Mit Ihrer Frau haben Sie vier Söhne grossgezogen?*  
Ja, und alle wohnen in Seuzach.

*Haben Sie auch Enkelkinder?*  
Nein, von unseren Söhnen hat keiner geheiratet.

*Hatten Sie nebst Ihrer Arbeit und der Familie Zeit für ein Hobby?*  
Oh ja, diese Zeit muss man sich nehmen. Mein grosses Hobby war die Modelleisenbahn. Ich lag tagelang unter dem Tisch und habe Drähte zusammengelötet. Jedes einzelne Haus ist beleuchtet. Das war eine grosse Freude, den Zügen zuzuse-

hen, wie sie durch die Landschaften und Häusergruppen fahren. Die ganze Anlage steht immer noch bei mir zu Hause.

Als Kinder sind wir manchmal heimlich auf der kleinen Sprungschanze in Hammerobenwiesenthal heruntergesprungen. Das durften wir eigentlich nicht, denn das war Sperrzone. Aber wir waren jung und wollten auch unseren Spass haben.

*Wie war es so mit der Musik, welche Musik hat Ihnen gefallen?*

Leider gab es in der DDR nur Musik in deutscher Sprache. Es gab keine englischen Texte und wenn die Musik zu westlich war, wurde sie verboten. Wir hatten auch keine Antenne auf dem Dach. Das war auch verboten, damit wir keine anderen Sender hören konnten.

*Herr Seifert, Sie haben so eine spannende Lebensgeschichte und es gäbe noch viel mehr zu erzählen.*

*Es ist für mich nicht nur ein Blick in die Vergangenheit, es ist vielmehr auch das Bewusstsein, dass sehr viele Menschen in Ihrem Alter mit ganz anderen Voraussetzungen, Verboten und Verzicht aufgewachsen sind.*

*Als letzte Frage: Sie haben einen Wunsch frei. Was würden Sie sich wünschen?*

Zurückspringen. Ich möchte so gerne noch einmal meine Familie sehen. Es gibt viele Verwandte, die ich nie gesehen habe. Meine Familie, die ich früh verlassen habe, sie fehlt mir immer noch.

*Lieber Herr Seifert, ich danke Ihnen herzlich für den Einblick in Ihr Leben und die sehr berührenden Geschichten, die Sie mir erzählt haben. Danke, dass wir diese veröffentlichen dürfen.*

*Christine Looser  
dipl. Aktivierungsfachfrau*

## Besuch von den Lamas

In Rätterschen leben sieben Lamas. Die gutmütigen Tiere aus den süd-amerikanischen Anden sind sich zwar eher an Lama-Trekkings ge-

wohnt, aber Geronimo und Sancho sind zwei besonders sanftmütige Tiere, mit denen Bruno Schalch auch Besuche in Alterszentren macht.

Mitte September waren die beiden hier im AZiG und kaum einer kam an den beiden vorbei, ohne das kuschelige Fell zu streicheln...



## Bewohnende - Willkommen

22. August: **Alfred Eisenegger**, Seuzach
27. August: **Alfred Pieren**, Hettlingen
3. September: **Kurt Koster**, Seuzach
4. September: **Christa Metzger**, Winterthur
6. September:  
**Marie Sprenger**, Seuzach  
**Heinz Peter Döbeli**, Seuzach
12. September:  
**Rosamarie Giger**, Seuzach  
**Charlotte Landolt**, Seuzach
18. September: **Paula Morf**, Andelfingen
20. September: **Nelly Pieren**, Hettlingen
23. September: **Ernst Wiesendanger**, Attikon
25. September: **Erich Mannhart**, Seuzach

## Bewohnende - wir gratulieren

6. Oktober: **André Lattion**, Seuzach 91 Jahre
14. Oktober: **Elisabeth Seematter**, Seuzach 81 Jahre
18. Oktober: **Christian Hans-Joachim Fischer**, Rickenbach 72 Jahre
19. Oktober: **Gebhard Tanner**, Seuzach 90 Jahre
24. Oktober: **Barbara Leimbacher**, Seuzach 96 Jahre

## Bewohnende - auf Wiedersehen

27. August: **Ida Achermann**, Winterthur, Austritt
14. September: **Elisabeth Bichsel**, Andelfingen, Austritt
23. September: **Lydia Baldauf**, Neftenbach, Austritt



## Wir nehmen Abschied

31. August: **Klara Rütimann**, Rickenbach, verstorben  
**Erika Walt-Wehrli**, Seuzach, verstorben
2. September: **Marianne Hagmann Sebbach**, Seuzach, verstorben
12. September:  
**Dora Julia Habegger-Ackermann**, Seuzach, verstorben  
**Alfred Lutz**, Dinhard, verstorben

## Mitarbeitende - Willkommen

24. September: **Dr. med. Beat Gloor**, Arzt (ab 01.11.2024 Leitung Ärztlicher Dienst)
1. Oktober:  
**Ina Käppler**, Personalsachbearbeiterin/ Lohnbuchhaltung/Stv. Leitung Personal  
**Lisa Gomringer**, Fachfrau Gesundheit, WG F2  
**Janina Loinig**, dipl. Pflegefachfrau HF, WG F EG  
**Christine Lutkat**, stv. Teamleiterin Nachtdienst  
**Sylvia Wehner**, Pflegehelferin, Nachtdienst

## Wir gratulieren zum Diplom Pflegefachfrau HF

Dominique Hagenbucher arbeitet seit 2011 bei uns im Geeren als Fachfrau Gesundheit. 2020 entschloss sie sich, ab dem Herbst das Studium Pflege HF im berufsbegleitenden Studium in Angriff zu nehmen. Gegen Ende des Studiums absolvierte sie ein Praktikum im KSW, um ihre Kompetenzen auf dem Weg zur diplomierten Pflegefachfrau HF zu vertiefen und festigen. Im Sommer 2024 erhielt sie das wohlverdiente Diplom.



*Dominique Hagenbucher*



*Janina Loinig*

Janina Loinig beendete bei uns im Alterszentrum im Geeren die Ausbildung zur Fachfrau Gesundheit im Sommer 2021. Das Vollzeitstudium Pflege HF begann sie im Herbst 2021 im Universitätsspital Zürich. Für das 2. und 3. Ausbildungsjahr wechselte sie wieder zurück in das AZiG. Im Herbst 2024 konnte Janina Loinig ebenfalls ihr Diplom als Pflegefachfrau HF entgegennehmen.

Wir gratulieren Janina Loinig und Dominique Hagenbucher herzlich zum bestandenen Abschluss und freuen uns, dass beide diplomierten Pflegefachfrauen HF bei uns im Geeren angestellt sind.

