

JOURNAL

2 · 2026

STIFTUNG HALDEN · WOHNEN & LEBEN IM ALTER

Wie Knospen, die sich wagen,
trägt jedes Alter sein eigenes Erblühen.
Der Frühling fragt nicht nach dem Alter -
er schenkt jedem sein kleines Wunder.

Impressionen finden Sie aktuell unter:
<https://halden.ch/news>

Geschätzte Leserinnen und Leser

Ein Blick auf das Alter, der Mut macht: In dieser Ausgabe erzählt ein freiwilliger Helfer von seinen Beweggründen, sich ehrenamtlich zu engagieren. Mitarbeitende geben Einblick in ihren Berufsalltag, zudem verabschieden wir zwei langjährige Teammitglieder in den Ruhestand.

Wenn man die Medien verfolgt, könnte man meinen, das Alter bestehe vor allem aus Kosten, Krankheiten und schwierigen Schicksalen. Auch beim Thema Fachkräftemangel dominieren oft eher negative Schlagzeilen. Deshalb setzten wir in dieser Ausgabe bewusst einen anderen, positiven Fokus.

Peter Ammann, freiwilliger Helfer, erzählt aus seinem Leben

Peter schenkt unseren Bewohnenden Flexibilität und Freiheit. Als freiwilliger Fahrer ist er in unserem Alltag eine wichtige Stütze. Im Portrait ab Seite 4 gibt er uns persönli-

che Einblicke in sein Leben, teilt Erfahrungen, Gedanken und seine Motivation, sich ehrenamtlich zu engagieren.

Zwei Mitarbeitende, zwei Berufsbilder

Die Suche nach Mitarbeitenden hat sich stark verändert. Früher reichte oft ein Inserat oder eine Empfehlung – heute braucht es neue Wege, viel Präsenz und Geduld. Gute Fachkräfte wollen gefunden, aber auch überzeugt werden. Umso mehr freuen wir uns, wenn Menschen den Weg von sich aus zu uns finden. Zwei unserer Mitarbeitenden haben sich direkt bei uns beworben und sind heute nicht mehr aus unserem All-



Jean-Marc Meuwly im Gespräch mit einer Bewohnerin.

tag wegzudenken. Im Interview erzählen Rosalia Gmünder und Gaspar Domingos, was sie an ihrer Arbeit begeistert und wie sie ihre Zeit ausserhalb der Stiftung Halden verbringen, zu lesen ab Seite 8.

Pensionierung Eva Jäger und Jean-Marc Meuwly

Ende März durften wir zwei Mitarbeitende in den Ruhestand verabschieden.

Eva Jäger war während fast 17 Jahren in der Cafeteria und im Office tätig. Mit ihrer ruhigen, verlässlichen und kompetenten Art war sie eine tragende Stütze im Team. Auch in hektischen Momenten hat sie stets den Überblick behalten und für Stabilität gesorgt. Umso erfreulicher ist es, dass sie uns weiterhin tageweise unterstützt.

Liebe Eva, von Herzen danke für deine Treue, dein Engagement und deine wertvolle Arbeit für unsere Bewohnenden, Gäste und das gesamte Team.

Jean-Marc Meuwly arbeitet seit dem 1. Juli 1998 in unserer Küche – mit Leidenschaft, Können und viel Herzblut. Über all die Jahre hat er unzählige Menschen mit seinen Gerichten verwöhnt. Seine Saucen, seine «Leberli à la minute» und sein unverwechselbarer Stil bleiben in bester Erinnerung. Ebenso sein Westschweizer Charme und seine herzliche Art.

Lieber Jean-Marc, wir freuen uns schon jetzt auf deine Besuche bei uns in der Cafeteria!

Euch beiden ein grosses und herzliches Dankeschön für eure langjährige Treue und euren täglichen Einsatz für die Stiftung Halden. Für euren neuen Lebensabschnitt wünschen wir euch viele schöne Momente, Gesundheit und Zeit für alles, was euch Freude bereitet.

ESTHER HELG

VORSITZENDE DER GESCHÄFTSLEITUNG



Jean-Marc Meuwly



Eva Jäger

Unterwegs für andere: Peter Ammann schenkt Mobilität und Zeit

Mit seinem freiwilligen Fahrdienst bringt Peter Ammann Bewohnende sicher ans Ziel – und schenkt dabei weit mehr als nur Fahrten: Zeit, Gespräche und ein Stück Freiheit.

Wenn Peters weisser BMW auf den Platz rollt, wissen wir genau, unsere Bewohnenden gehen «auf Reisen». Vor etwa einem Jahr hat Peter Ammann seine Tätigkeit als freiwilliger Fahrer hier im Halden aufgenommen. Ob Arzt- oder Spitalbesuche, zum Einkaufen oder zum Treffen mit alten Bekannten und Freunden, Peters Fahrdienst entlastet sowohl Pflegende als auch Angehörige sehr. Zu moderaten Preisen kann seine Dienstleistung am Empfang, oder am Wochenende bei der Pflege gebucht werden und schenkt so unseren Bewohnenden ein Stückchen Freiheit.

Lieber Peter, stell dich bitte kurz vor: Im Juni werde ich 82 Jahre alt. Ich bin im Kron-

tal, St.Gallen mit vier Brüdern und einer Schwester aufgewachsen und habe früher aktiv beim FC Brühl Fussball gespielt. Meine Frau und ich waren 50 Jahre lang glücklich verheiratet und haben drei Kinder. Unser mittlerer Sohn ist leider im Alter von 56 Jahren viel zu früh an Schilddrüsenkrebs gestorben. Mittlerweile bin ich Opa von zwei Enkelkindern und Uropa von vier Urenkeln.

Beruflich war ich immer im Verkauf tätig. Erst als Verkaufsleiter für die Firma Electrolux Schweden, danach bei der Firma Grossenbacher Elektro. Das Herumreisen wurde mir mit der Zeit zu viel, darum habe ich gewechselt. Bei Grossenbacher war ich 35 Jahre als Verkaufsleiter tätig und habe



noch weit über meine Pension hinaus (bis 75 Jahre) zu einem Teilzeitpensum gearbeitet.

Warum hast du dich für ein freiwilliges Engagement entschieden? Meine Frau war an Alzheimer erkrankt. Ich habe sie fünf Jahre lang gepflegt, und vor zwei Jahren ist sie dann verstorben. Danach wollte ich noch etwas Sinnvolles in meinem Leben machen. Meine Nichte ist in der forensischen Psychiatrie in Wil tätig und brachte mich auf die Idee, mich sozial zu engagieren. Ich wohne in der Nähe und habe mir gedacht, dass ein Fahrdienst eine gute Unterstützung für die Bewohnenden ist. So können sie wieder mobiler sein.

Welche Erfahrungen hast du mit unseren Bewohnenden gemacht und was schätzt du an deinen Fahreinsätzen? Nur positive. Mich interessieren die Gespräche und die verschiedenen Schicksale. Während den Fahr-

ten komme ich mit den verschiedensten Bewohnenden in Kontakt, und man kommt sehr schnell ins Gespräch. So entstehen auch schöne private Kontakte.

Was hast du sonst noch für Hobbies? Ich bin ein sehr geselliger Mensch und Mitglied von verschiedenen «Stämmen», wie etwa dem Morgenstamm des Tennisclubs, dem Gartenstamm usw. Zwei Mal in der Woche trainiere ich bei Physiofit. Viel Freizeit habe ich nicht mehr, da ich mich auch noch um meine eigene Firma Ammann-Consulting kümmere. Dort berate ich meine «alten» Kunden vor allem beim Kauf von Haushaltsgeräten, Küchen usw.

Vielen Dank Peter, für das spannende Gespräch. Wir wünschen dir weiterhin viel Spass bei deinem wertvollen Engagement.

INTERVIEW JEANETTE HAHN

Ausblick Anlässe Mai bis August 2026

Fr und Sa	15. und 16.05.26	Mantrailing (Suchspiel Mensch/Hund)
Mittwoch	20.05.2026	HV Freundeskreis
Donnerstag	28.05.2026	Information zur eidg. Abstimmungsvorlage
Mo bis Fr	01.–05.06.26	Tandemwoche
Mo bis Fr	08.–12.06.26	Tandemwoche Verschiebedatum
Mittwoch	25.06.2026	Quartierstamm
Freitag	03.07.2026	SOMMERFEST
Freitag	31.07.2026	1. Augustfeier mit Grillen am Mittag
Freitag	31.07.2026	Nachmittags musikalische Unterhaltung
Donnerstag	13.08.2026	Grillfest Bewohnende



Erzählen – erkennen – erraten: Thema Alter

Aktivierung, die verbindet: Mit Geschichten, Gesprächen und gemeinsamen Momenten wird das Thema Alter lebendig – berührend, inspirierend und oft mit einem Lächeln im Gesicht.

Stimmungsvoll arrangiert, passend zum jeweiligen Thema empfängt Regula Dumelin, Aktivierungsfachfrau, die Bewohnenden wöchentlich im Mehrzweckraum (gemäss Aktivierungsplan). Anbei ein kleiner Einblick in das Thema «Alter». Es werden Geschichten erzählt, Gegenstände gezeigt und über verschiedenste Themen gesprochen, erzählt und gelacht. Jeder ist herzlich willkommen!

Weisheit des Alters

Ein 92-jähriger Mann beschloss nach dem Tod seiner Frau, ins Altersheim zu gehen. Die Wohnung schien ihm zu gross, und er wollte für seine letzten Tage auch noch ein

bisschen Gesellschaft haben, denn er war geistig noch vital. Im Heim musste er lange in der Halle warten, ehe ein junger Mann zu ihm kam und mitteilte, dass sein Zimmer nun fertig sei. Er bedankte sich und lächelte seinem Begleiter zu, während er, auf seinen Stock gestützt, langsam neben ihm herging.

Bevor sie den Aufzug betraten, erhaschte der Alte einen Blick in eines der Zimmer und sagte: «Mir gefällt es sehr gut.» Sein junger Begleiter war überrascht und meinte, er habe doch sein Zimmer noch gar nicht gesehen.

Bedächtig antwortete der alte Mann: «Wissen Sie, junger Mann, ob ich den Raum

mag oder nicht, hängt nicht von der Lage oder der Einrichtung, sondern von meiner Einstellung ab, wie ich ihn sehen will. Und ich habe mich entschieden, glücklich zu sein. Diese Entscheidung treffe ich jeden Morgen, wenn ich aufwache, denn ich kann wählen. Ich kann im Bett bleiben und damit hadern, dass mein Körper dies und jenes nicht mehr so reibungslos schafft – oder ich kann aufstehen und dankbar sein für alles, was ich noch kann. Jeder Tag ist ein Geschenk, und solange ich meinen Mund öffnen kann, will ich Gott danken für all die glücklichen Stunden, die ich erleben durfte und noch erleben darf.

Er drehte sich zum Pfleger um und meinte: «Sie sind noch jung, doch nehmen Sie sich den Rat eines alten Mannes zu Herzen. Deponieren Sie alles Glück, alle Freude, alle schönen Erlebnisse als Erinnerungen auf einem Spezialkonto, um im Alter über einen

Schatz zu verfügen, von dem Sie zehren können. Es liegt an Ihnen, wie hoch die Einlagen auf dem Konto sind. Ich verrate Ihnen noch zwei einfache Tricks, mit denen Sie ihr Konto rasch wachsen lassen können: Hegten Sie in Ihrem Herzen nur Liebe und in ihren Gedanken nur Freude. In dem Bewusstsein, so ein Konto zu besitzen, verliert die Zukunft ihre Ungewissheit und der Tod seine Angst.».

Der junge Mann hatte staunend zugehört und bedankte sich nun mit leuchtenden Augen. Drückte den Arm des Alten und meinte: «Vielen Dank, soeben habe ich ein Erinnerungs-Konto bei meiner Bank eröffnet, und dieses Gespräch ist die erste Einlage.» Mit diesen Worten öffnete er die Tür zum neuen Zimmer. Mit einem Schmunzeln sagte der alte Mann: «Mir gefällt es sehr gut.»

***VERFASSER UNBEKANNT**



Zwei neue Gesichter im Halden: Mit Herz, Kompetenz und Leidenschaft

Mit viel Engagement, Erfahrung und Freude an der Arbeit bereichern Gaspar Domingos und Rosalia Gmünder das Halden. Im Interview erzählen sie von ihrem vielseitigen Berufsalltag, ihrem persönlichen Werdegang und davon, was ihre Arbeit für sie besonders macht. Ein Einblick in zwei spannende Persönlichkeiten, die den Alltag im Halden aktiv mitgestalten.

Im Februar 2024 hat Gaspar Domingos die Stelle als Leiter Reinigung und Stv. Leitung Technischer Dienst angetreten. Rosalia Gmünder verstärkt als Köchin das Küchenteam seit Dezember 2025. Gerne stellen wir Ihnen Gaspar und Rosalia in folgendem Interview näher vor.

Gaspar, du bist bereits seit über zwei Jahren hier im Halden. Möchtest du uns durch deinen Arbeitsalltag führen?

Gaspar Domingos: Mein Arbeitsalltag gestaltet sich sehr unterschiedlich. Ich führe ein achtköpfiges Team (Reinigung und Wä-

scherei) und bin stellvertretender Leiter Technischer Dienst. Im Alltag helfe ich oft den Bewohnenden bei technischen Problemen (Internet, Handy) und übernehme Führungsaufgaben, wie das Erstellen von Dienstplänen und Merkblättern. Ebenso gehört das Leiten von Sitzungen, sowie das Bestellen und Bereitstellen von Material dazu. Kein Tag ist wie der andere und voller Überraschungen 😊. Das macht meine Arbeit sehr spannend, denn ich weiss nie, was mich erwartet.

Rosalia, du bist praktisch noch in der Eingewöhnungsphase. Wie gefällt es dir hier und wa-



rum hast du dich für die Arbeit in einer Heimküche entschieden?

Rosalia Gmünder: Die Arbeit in einer Heimküche ist etwas ruhiger und planbarer als in einem Saisonbetrieb. Trotzdem empfinde ich sie als sehr abwechslungsreich. Jeden Tag kochen wir ein anderes Menü. Mir gefällt es hier sehr gut, die Eingewöhnungsphase ist so gut wie abgeschlossen und ich weiss langsam, wie der Hase läuft.

Welchen Rucksack bringt ihr bereits mit?

Gaspar Domingos: Mein ursprünglicher Beruf ist gelernter Bodenleger. Ich habe lange für Stadler Rail gearbeitet. Das war gegenüber dem regulären «Baugewerbe» eine richtige «Luxusarbeit». Ich habe die Bodenbeläge von Zügen ausgestattet und hatte somit viel Platz zum Arbeiten. Es war geordnet, sauber, trocken, strukturiert und warm. Da ich aber ein sehr sozialer Mensch bin und weiss, was ich kann, war mir schnell bewusst, dass ich so mein Potenzial nicht ausschöpfen kann. Statt Militärdienst habe ich Zivildienst im Migrationsamt St.Gallen geleistet. Dort konnte ich meine erlernten fünf Sprachen (Portugiesisch, Deutsch, Französisch, Spanisch und Englisch) sehr gut einsetzen. Im Migrationsamt hat es mir so gut gefallen, dass ich mich dort als Betreuer mit Integrationscharakter im Asylzentrum beworben habe. Meine Hauptaufgaben waren die Strukturierung des Tagesablaufs, das Vermitteln der deutschen Sprache und der Schweizer Bräuche, unserer Werte und unseres Lebensstils. In dieser Zeit absolvierte ich den Lehrlingsausbildungskurs sowie die Handelsschule. Nach vier Jahren habe ich mich für die Stelle im Halden beworben. Hier habe ich parallel die «Leadership» Ausbildung zum Teamleiter absolviert.

Rosalia Gmünder: Mein Rucksack ist gut gefüllt. Meine Lehre als Köchin habe ich auf dem Säntisgipfel absolviert. Danach arbeitete ich in vielen Restaurants in der Ost-

schweiz und im Graubünden. Nach etlichen Saisonstellen, die jeweils mit mindestens zwei Stellenwechseln pro Jahr verbunden waren, wollte ich sesshaft werden.

Was gefällt euch besonders an eurer Arbeit?

Gaspar Domingos: Die Vielfältigkeit macht es aus. Ich habe Menschen um mich, lerne ständig Neues dazu, kann mich einbringen und mein Wissen einsetzen. Meine Arbeit erachte ich als sehr sinnvoll, sie ist aber physisch und psychisch nicht so belastend wie die Arbeit im Asylheim. Mir gefällt das Arbeitsklima hier auch sehr gut.

Rosalia Gmünder: Mir gefällt, dass die Arbeit in einer Küche sehr abwechslungsreich ist. Ich arbeite gerne mit verschiedenen Lebensmitteln und schätze das Kochen und Backen gleichermassen. Sehr gerne kreierte ich feine Desserts oder Salate.

Wie lebt ihr privat? Habt ihr Hobbies und wie verbringt ihr eure Freizeit?

Gaspar Domingos: Ich bin Papi von zwei Söhnen (fünf und sieben Jahre alt) und seit zehn Jahren verheiratet. Meine Kids halten mich auf Trab. In meiner Freizeit spiele ich Fussball (oder schaue Fussball im TV). Früher war ich Juniorentainer des FC Uzwil. Die Bibel finde ich sehr interessant und ich lese oft und viel. Meine Frau und ich tanzen auch sehr gerne. Vor allem lateinamerikanische Tänze wie Salsa, Bachata und Merengue. Das liegt mir im Blut, denn ich wurde in Angola (Zentralwestafrika) geboren und bin mit sechs Jahren in die Schweiz gekommen.

Da meine Söhne beide als Hobby Leichtathletik und Schwimmen haben, gehe ich oft mit ihnen joggen, schwimmen oder wir üben den Sprint. Vom Charakter her bin ich sehr extrovertiert. Gerne treffe ich mich mit Freunden und interessiere mich allgemein sehr für die Menschen in meinem

Lesen Sie bitte weiter auf Seite 11.



Umfeld. Auch zu meiner Heimat Angola pflege ich eine sehr enge Bindung.

Rosalia Gmünder: Meine Freizeit verbringe ich mit sportlichen Aktivitäten wie Skifahren, Wandern, Velofahren oder im Fitnesscenter. Auch meinen Garten halte ich gerne in Schuss. Mit meiner Mutter habe ich eine Wohngemeinschaft gegründet, nachdem

ich das Haus von ihr übernommen hatte. Ansonsten bin ich liiert und habe noch zwei «Gottibuben» (elf und acht Jahre alt).

Herzlichen Dank für das spannende Interview und weiterhin viel Freude bei eurem Wirken.

INTERVIEW JEANETTE HAHN

Kurz und knapp ...

Lieblingsessen?

Rosalia Wild
Gaspar Reis mit Poulet

Was magst du gar nicht?

Rosalia Meerrettich
Gaspar Machtmissbrauch

Lieblings-Ferien-Destination?

Rosalia Schweiz
Gaspar Karibik

Was wolltest du als Kind werden?

Rosalia Floristin
Gaspar Rapper

Welche Superkraft hättest du gerne?

Rosalia Tintenfischarme, um mehrere Aufgaben gleichzeitig erfüllen zu können.
Gaspar Die Fähigkeit, das Ganze Leid auf dieser Erde zu beenden.

Jubiläen und Pensionierungen

JUBILÄUM 10 JAHRE

Daniela Bozhinoska, Eintritt am 1.4.2016

JUBILÄUM 5 JAHRE

Nick Schaar, Eintritt am 1.2.2021

Joachim Huber, Eintritt am 1.4.2021

**Wir gratulieren herzlich
zum Jubiläum und danken
für die geleistete Arbeit.**

PENSIONIERUNG

Am 31.3.2026

Eva Jäger, Mitarbeiterin Cafeteria

Jean-Marc Meuwly, Koch

**Wir wünschen euch alles Gute
für die bevorstehende Zeit**

**Feiern beginnt
immer im Jetzt.**



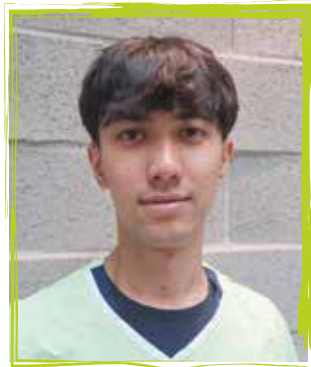
Eintritte Mitarbeitende

Herzlich willkommen
im Haldenteam!

Name, Vorname	Eintritt	Beruf
Büttler Andrea	01.01.2026	Fachperson Gesundheit, Nachtdienst
Mohammadi Yahya	05.01.2026	Praktikant Pflege, ab Sommer 2026 Lernender AGS
Kola Daniela	01.02.2026	Mitarbeiterin Reinigung
Gebhard Jennifer	01.03.2026	Mitarbeiterin Wäscherei



Andrea Büttler



Yahya Mohammadi



Daniela Kola



Jennifer Gebhard

Austritte Mitarbeitende

Name, Vorname	Austritt	Beruf
Helbling	Lena Solveig	20.01.2026 Praktikantin Pflege & Betreuung
Gutermann	Daniela	31.01.2026 Mitarbeiterin Wäscherei
Peric	Zlatinka	31.01.2026 Mitarbeiterin Reinigung
Zürcher	Jessica	28.02.2026 Pflegehelferin SRK
Jäger	Eva	31.03.2026 Mitarbeiterin Cafeteria
Meuwly	Jean-Marc	31.03.2026 Koch
Ebolu	Ebwa	30.04.2026 Pflegehelferin SRK
Mehmeti	Aferdita	30.04.2026 Mitarbeiterin Wäscherei

Weiterbildungen Team

- 1x1 der palliativen Geriatrie
- interRAI LTCF Koordinator/innen
- interRAI LTCF Supervisor/innen
- Kinaesthetics Peer Vertiefungstag



Eintritte Betagtenheim

Name	Vorname	Eintritt
Bahns	Margrit	04.02.2026
Gerung	Regula	27.02.2026
Scheuber	Priska	31.03.2026

Austritte Betagtenheim

Name	Vorname	Austritt
Carvajal	Ofir	22.01.2026 †
Plaza	Gloria	30.01.2026 nach Hause
Holderegger	Maria	19.02.2026 †
Nater	Violette	11.03.2026 †
Gantenbein	Maria	17.03.2026 †
Keller	Adrian Giovanni	28.03.2026 nach Hause
Kunz	Ruth	13.04.2026 †
Reinhardt	Peter	16.04.2026 †

Eintritte Betreutes Wohnen

Name	Vorname	Eintritt
Meiner	Christina	16.01.2026





Stiftung
HALDEN
WOHNEN & LEBEN IM ALTER

Impressum JOURNAL Stiftung Halden

Stiftung Halden · Wohnen & Leben im Alter

Oberhaldenstrasse 23, 9016 St. Gallen, Tel. 071 282 38 38

Spendenkonto: IBAN CH75 0900 0000 1546 4725 4

info@halden.ch, www.halden.ch

Redaktion: Jeanette Hahn und Esther Helg | Fotos: Stiftung Halden

Layout: SeeDesign GmbH, www.seedesign.ch