

fläcke  
matte



**AKTIV**



Informationen für Bewohner  
Bewohnerinnen Fläckematte

# AKTIV zum Glück

Nicht Erfolg ist der Schlüssel zum Glück, sondern Glück ist der Schlüssel zum Erfolg. Wenn du gerne tust, was du tust, wirst du auch erfolgreich sein. Zitat: Albert Schweizer

Der Schlüssel zum Herzen der Menschen wird nicht unsere Klugheit, sondern unsere Liebe sein. Zitat: Hermann Bezzel

Mit dem Kulturkonzept Fläckematte sorgen wir für Abwechslung und Nahrung für Körper, Geist und Seele. Das Konzept umfasst folgende sieben Planungselemente:

1. Religiöse, spirituelle Kultur
2. Traditions-Kultur
3. Weltliche, musische und theatralische Kultur
4. Kulinarische Kultur
5. Kommunikations-Kultur
6. Dienstleistungs-Kultur
7. **Aktivierende** Kultur

AKTIV nimmt den Punkt sieben auf. Herzlichen Dank für das gegenseitige Vertrauen und für die Bereitschaft beim Zusammenfügen von Geben und Nehmen das Beste zu wollen. Wir hoffen, dass wir in diesem Sinne oft zueinander finden.

DANKE!

## **LIEBE BEWOHNER, BEWOHNERINNEN**

Ich grüsse Sie mit **AKTIV** ganz herzlich. Gerne wünsche ich Ihnen im Namen vom ganzen Team Fläckematte einen guten Aufenthalt und freue mich, wenn Sie sich bewegen lassen und an den Angeboten aktiv teilnehmen.

Heimleiter Noldi Hess

## **MOTTO**

Die Fläckematte will in Partnerschaft Geben und Nehmen in Einklang bringen. Die Gäste dürfen wählen, ob sie aktiv sein wollen oder nicht. Die Fläckematte will mit einem soliden Angebot die Helfenden wie auch die Bewohner und Bewohnerinnen inspirieren. Aktiv nach dem richtigen Mix von Musse und Aktivität suchen, heisst Beziehungen zu wagen und zu pflegen. Es heisst aber auch, Angebote prüfen, annehmen oder ablehnen.

## **GENERELLE FLÄCKEMATTE ZIELE**

- Wir wollen unsere Angebote verlässlich gestalten.
- Wir wollen Beziehungen pflegen, abwechslungsreiche Kultur gestalten, Fachwissen in allen Disziplinen aktualisieren, einbringen und weitervermitteln.
- Wir wollen die Fläckematte pflegen und funktional im Schuss halten.
- Wir wollen Rückmeldungen für unsere Entwicklung nutzen.

## BESCHÄFTIGUNG, GEDÄCHTNIS- TRAINING



Beim Bau des Münsters in Freiburg wurden drei Steinmetze nach ihrer Arbeit gefragt. Der erste antwortete: «Ich behaue Steine» Der zweite entgegnete: «Ich verdiene Geld» Der dritte überlegte und sprach: «Ich baue am Dom»

**Dienstagnachmittag 13:30 – 16:00 Beschäftigung**

**Dienstagnachmittag 14:00 – 16:00 Gedächtnistraining**

**Donnerstagvormittag 09:00 – 11:00 Beschäftigung**

# FITNESS



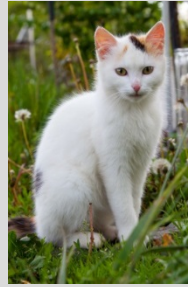
Die Kunst der Lebensführung besteht darin, jeweils mit soviel Dampf zu fahren, wie gerade da ist.

**THEODOR FONTANE**

**Jeden Tag selbständig oder ab 16:00 Uhr mit Begleitung möglich.**

**Fitnessraum 1.OG**

## GARTEN, TIERE



Die Freude am Kleinen ist die edelste Freude. Es gehört ein königliches Herz dazu.

Ohne Freude, ohne Erheiterung kann das Menschenherz nicht sein.

**ADOLPH KOLPING**

**Allzeit möglich und sehr gesund!**

# SINGEN



Es kommt immer darauf an,  
egal wie und wo man marschiert,  
dass man allerorts die Musik des Lebens hört.

**THEODOR FONTANE**

**Jeweils jeden zweiten Mittwochnachmittag**

**15:00 - 16:00 Uhr**

**Im Mehrzweckraum Parterre**

# MÄRCHEN



Man sagt, Aberglaube, Angst, Misstrauen und Bosheit seien ansteckend; das ist wahr, aber auch Hoffnung kann anstecken.

**ILJA EHRENBURG**

**Jeweils am ersten Montagnachmittag im Monat**

**15:00-16:00 Uhr**

**Mehrzweckraum Parterre**



# BEWEGUNG



Sei wie der Bambus.

Beuge und biege dich anmutig, wie der Wind es will, und du wirst niemals brechen.

**JAPANISCHE WEISHEIT**

**Jeweils am Dienstagvormittag**

**10:15-11:00 Uhr**

**Mehrzweckraum Parterre**

# KAPELLE



Ich habe mich stets auf jeden neuen Tag gefreut, in der Hoffnung, dass er mir Gelegenheit zu einem neuen Anlauf geben und vielleicht auch einmal ein kleines Wunder für mich bereithalten möge.

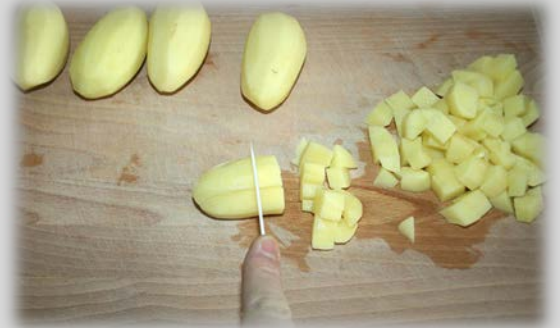
**JOHN BOYNTON PRIESTLEY**

**Jeweils am Freitagvormittag**

**10:15-11:00 Uhr**

**Kapelle Parterre**

# RÜSTEN IN DER KÜCHE



Es findet sich immer etwas zum Freuen, zum Lernen, zum Tun.

**JOHANN WOLFGANG VON GOETHE**

**Jeweils an Werktagen vormittags**

**08:30-09:30 Uhr**

**Küche Parterre**