



Martinsblatt



Inhalt

Aktivitäten

Fasching
Rezept
Spaziergänge
Theateraufführung
...

Geschichten

Dorfportrait Schlinig
Pfluagziachn
...

Informationen

Aromapflege
Angehörigentreffen
Heimärzte
...

Mitarbeiter

Fortbildung
Pensionierung
...

Geburtstage	Seite 30
-------------	----------

Neu	Seite 30
-----	----------

Verstorbene	Seite 31
-------------	----------



Martinsheim Mals | Seniorenwohnheim
Öffentlicher Betrieb für Pflege- und Betreuungsdienste
Bahnhofstraße 10, 39024 Mals
0473 843200 | Fax 0473 843201
martinsheim.it | info@martinsheim.it | martinsheim@legalmail.it
instagram.com/martinsheim_mals | facebook.com/martinsheimmals

© 2026 **Impressum Martinsblatt:**

Dreimonatliches Mitteilungsblatt des ÖBPB Martinsheim Mals eingetragen im Register der Druckschriften unter Nr.1/2020 (Landesgericht Bozen)
Herausgeber und Eigentümer: ÖBPB Martinsheim Mals
Verantwortlich im Sinne des Pressegesetzes: Helmut Weirather
Redaktionsleitung: Burgi Pardatscher
Redaktion: Sylvia Fouqueau, Julia Lechthaler, Anja Jochberger, Irene Tripi, Burgi Pardatscher, Lydia Bertignoll, Laura Reinalter
Grafik: Laura Reinalter
Fotos: vom Verfasser oder der Redaktion (wenn nicht anders angegeben)
Titelbild: von Leonie
Druck: Druckerei Kofel, Schlanders

Hausmittel, Naturheilmittel und Rezepte sollten immer mit Vorsicht verwendet und bei bestimmten Erkrankungen vorher mit dem Hausarzt besprochen werden. Die Anwendung erfolgt auf eigene Verantwortung. Jegliche Haftung wird ausgeschlossen.

Liebe Heimbewohnerinnen und Heimbewohner,
liebe Angehörige,
liebe Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter,
liebe Freiwillige und Ehrenamtliche,
liebe Freunde und Förderer des Martinheimes.

Die Kosten für einen Platz im Seniorenheim sind hoch und wie ein solcher Platz finanziert wird, wissen die wenigsten. Ich will hier auch nicht alles genau erklären, sondern vor allem die Kosten aufzeigen, welche die Heimbewohner und die Heimbewohnerinnen direkt übernehmen müssen.

Finanziert wird der Aufenthalt im Heim mittels Tagessatz, welcher sich aus Grundtarif und Einheitsbetrag bzw. Pflegegeld zusammensetzt. Den Einheitsbetrag bzw. das Pflegegeld übernimmt das Land, also wir alle über unsere Steuern. Den Grundtarif bezahlt der Heimbewohner oder die Heimbewohnerin selbst, vorausgesetzt, sie oder ihre Angehörigen/ Kinder verfügen über ausreichend finanzielle Mittel. Ansonsten springt die Allgemeinheit, wieder mittels Steuergeld, ein. Der Grundtarif beträgt im Martinsheim 63 Euro für ein Einzelzimmer und 58 Euro für einen Platz im

Zweibettzimmer pro Tag und damit sind wir im landesweiten Mittelfeld. Es wird auf unterschiedlichen Ebenen, vor allem auf landespolitischer Ebene, immer wieder diskutiert, dass diese Beteiligung des Heimbewohners, der Heimbewohnerin im Vergleich zu den anfallenden Kosten zu gering ist. Weiters ist der gängige Tenor, dass nur diejenigen zur Kasse gebeten werden, die über ausreichend finanzielle Mittel verfügen.

Dieser Argumentation möchte ich mich nicht anschließen, denn auch wenn es einem Heimbewohner oder einer Heimbewohnerin und deren Familie finanziell nicht schlecht geht, bedeutet die Bezahlung des Grundtarifes eine Belastung für die Betroffenen. Alles ist teuer geworden und somit sind auch die Lebenshaltungskosten gestiegen. Die wenigsten sind so vermögend, dass sie diese finanzielle Zusatzbelastung locker schultern. Auch ist der Grund, warum eine Person ins Seniorenheim geht, sicher nicht der, dass es „wenig“ kostet, sondern der, dass die Pflege zu Hause nicht mehr möglich ist.

Wir möchten auf jeden Fall versuchen, unsere Tarife möglichst niedrig zu halten. Leider mussten wir in den letzten Jahren unsere Tarife trotzdem erhöhen. Diese Erhöhung ist aber direkt in die mehr als gerechtfertigte Lohnerhöhung unseres Personals geflossen. Die Teuerungen, die durch die Inflation entstanden sind, haben wir durch Sparen, Anzapfen der Reserven und durch zusätzliche Dienstleistungen finanziert, was nicht unbegrenzt möglich ist.

Auf jeden Fall sind alle im Martinsheim bemüht, unseren Heimbewohnerinnen und Heimbewohnern ein gutes Zuhause und ein würdiges Leben zu ermöglichen – ich danke allen Beteiligten dafür.

Vielen Dank auch im Namen des Verwaltungsrates

Eure Präsidentin
Anita Tscholl



Weihnachts- stimmung mit dem Malser Männerchor

Ein Konzert im Martinsheim

4

In der Weihnachtszeit gab es heuer eine besondere Überraschung für die Bewohnerinnen und Bewohner des Martinsheimes. Der Malser Männerchor erfreute am Dreikönigstag unter der Leitung von Siegfried Flora alle mit Weihnachtsliedern. In jedem Stockwerk stimmten die 18 Sänger bekannte Melodien an, die gar manche Seniorinnen und Senioren mitsangen. Präsidentin Anita Tscholl dankte den Mitgliedern des Männerchores für das gelungene Konzert, das zu einer weihnachtlichen Stimmung im Martinsheim beigetragen hat. Als kleines Dankeschön wurden die Sänger und ihr Chorleiter zu einem Umtrunk eingeladen.



Frühlingserwachen mit Aromapflege

Immunstärkung und Abschied von der Frühjahrsmüdigkeit

Der Winter weicht, doch die Frühjahrsmüdigkeit hält so manchen gefangen. Die ätherischen Öle in der Aromapflege können unseren Körper dazu bewegen, unsere Energien zu wecken. Des Weiteren können sie uns dabei unterstützen, unser Immunsystem zu stärken und bringen so die Frühlingsfreude zurück.

Ätherische Öle wie Zitrone, Eukalyptus radiata und Thymian CT Linalool unterstützen die Abwehrkräfte, reinigen Atemwege und schenken ein Gefühl der Wärme. Gibt man zum Beispiel einen Tropfen des ätherischen Öls der Zitrone mit einem Teelöffel Sahne in Wasser, um sich als Morgenritual damit zu pflegen, so kann dies erfrischend wirken.

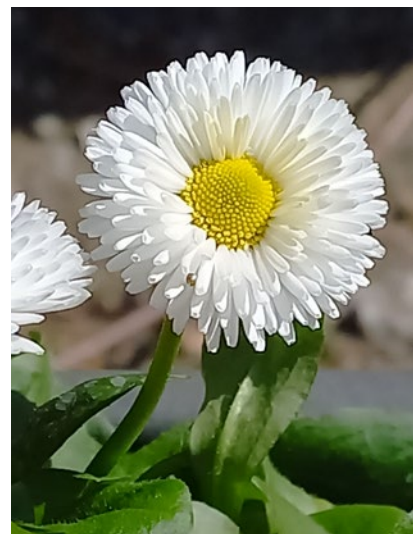
Bei Erkältungen empfiehlt es sich, einen Tropfen Eukalyptus radiata und zwei Tropfen Thymian CT Linalool in 10 ml Pflanzenöl zu mischen und sich damit zweimal täglich den Brustkorb einzureiben.

Zitrusöl wie Orange und Grapefruit regen den Stoffwechsel an und vermitteln ein Wohlgefühl. Rosenöl, Bergamotte und Ylang-Ylang fördern die Bildung von Glückshormonen und unterstützen dabei, Schwermut und Frühjahrsmüdigkeit zu vertreiben. Hierfür verwendet man jene Öle einfach als Raumbeduftung, je nach Vorliebe.

Gerade nach der Zeitumstellung haben viele Menschen Schwierigkeiten einen guten Tag-Schlaf-Rhythmus zu finden. Lavendel fein kann den Körper dabei unterstützen, einen erholsamen Schlaf wiederzufinden. Für ein entspannendes Fußbad vermischt man einen Tropfen Orange oder Bergamotte und drei Tropfen Lavendel fein mit einem Esslöffel Sahne und gibt dies anschließend in warmes Wasser. Nach etwa 10 bis 15 Minuten die Füße gut abtrocknen, warme Socken anziehen und ab ins Bett. So ein Fußbad kann tiefe Entspannung und erholsame Nächte schenken.

Ich wünsche uns allen ein sonniges Frühjahr und Energie für den Start in dieses Jahr.

(Sylvia Fouqueau)





Gertrud Theiner, Erich Zwerger, Josef Heinisch, Maria Klara Noggler



Katja Stocker, Ramona Patscheider

Faschingsfeier

6 Bunt geschmückt präsentierte sich die Bar im Martinsheim am Unsinnigen Donnerstag bei der diesjährigen Faschingsfeier. Unser Moderator Christian führte gekonnt durch das Programm und brachte mit Charme und Witz immer wieder alle zum Lachen. Mit schwungvollen, bekannten Melodien lud Walter mit seiner Ziehharmonika zum Schunkeln, Mitsingen und sogar zum einen oder anderen Tänzchen ein.

Außerdem traten unsere Seniorinnen und Senioren bei der Faschingsolympiade in einem Parcours gegen den Moderator und den Musikanten an. Am Ende standen unsere Bewohnerinnen und Bewohner als verdiente Sieger fest.

Für besondere Begeisterung sorgte heuer Rudi Carell – oder zumindest eine Version von ihm – mit seiner „Herzblatt“-Show. Drei überaus charmante Kandidatinnen beantworteten humorvoll hinter der Trennwand die vom Kandidaten gestellten Fragen. Dies brachte alle zum Lachen und zum Applaudieren. Nach einer Zusammenfassung von Susi wurde das Traumpaar ermittelt. Francesco, der Pizzaiolo aus Neapel, entschied sich für Kandidatin 3, bei der die Hormone nicht nur im Frühling verrückt spielen.

Es war für alle ein fröhlicher Nachmittag voller guter Laune, Musik und schönen Erinnerungen – ein unvergessliches Erlebnis!

(Monika Wolf)



Rita Alton, Berta Patscheider



Beda Sagmeister, Helga Thialer, Katharina Fliri



Beda Sagmeister, Katharina Fliri



Helene Fliri



Monika Wolf, Beda Sagmeister, Franz Gruber, Renate Sprenger



Salvatore Baldari, Karolina Frank, Michaela Moriggl



Monika Wolf, Rosa Thöni



Ida Fabi



Gertraud Platter



Miar derzeiln enk epas fa derhoam

Das „Pfluagziachn“ in Stilfs, ein Faschingsbrauch

Jedes zweite Jahr am Faschingssamstag verfliegt in dem kleinem Bergdorf Stilfs die Ruhe für einen Tag. Das traditionelle "Pfluagziachn" mit seinen Darstellern zieht durch die engen schmalen Gassen. Der Brauch war lange Zeit in Vergessenheit geraten; im Jahre 1992 wurde er wiederbelebt.

Um die Mittagszeit geht es los, nach einem gemeinsamen Gebet startet der Umzug ziemlich am äußeren Ende des Dorfes am „Gomperle.“

Zu den Darstellern, die bei diesem Brauch auch ausschließlich von Männern verkörpert werden, zählen verschiedene Figuren. Der „Arpflug“, der früher zum Setzen der Kartoffeln genutzt wurde, wird von sechs „Ochsen“ und einem „Schimmel“ gezogen. Dazu gehören die Bauernleute mit Bauer und Bäuerin, Altbauer und Altbäuerin, Knecht und Dirn, die Sämänner und die Drescher. Diese sorgen dafür, dass die Landschaft gepflegt wird und das Korn in die Erde kommt. An diesem Tag wird das Korn mit Sägemehl ausgetauscht und unter die Zuschauer in den Gassen geworfen. Neben dem Bauernvolk gibt es das Gesinde und das fahrende Volk. Zum Gesinde gehören die Zusseln (das sind schwarz bemalte, wilde Weiber), Bettler und arme Leute. Das fahrende Volk bilden die Wanderhändler, früher die „Kromer“ genannt, Handwerker, Schuhmacher und Verkäufer. Diese bringen die Ware unter das Bauernvolk und die Zuschauer. An diesem Tag geht so mancher mit neuer Unterwäsche nach Hause. Die Zaungäste werden bemalt, gerußt und geküsst.

Während des Umzugs gerät das Bauernvolk immer wieder mit den anderen Randgruppen in Konflikt. Man hört immer wieder die beiden Schimpfworte „Hura Gsindel“ oder „Hura Bauravolk.“ Auch zwischen den Bauersleuten kommt es zweimal während des Umzugs an gewissen Plätzen zum Streit, ein erstes Mal zwischen Bauer und Bäuerin, da die Ziehtiere ausbüxen. Dieser Streit schaukelt sich so hoch, bis der Bauer der Bäuerin vor allen Zuschauern den Hintern versohlt. Der zweite Streit entsteht, weil der „Ochs“ am Gespann krank wird. Er legt sich hin und dann wird ihm eine frische Schweineblase um den Hals gegeben. Unter den Randgruppen gibt es immer auch ein Ärztepaar. Es heilt den „Ochs“, indem es die Blase zersticht.

Der Höhepunkt des Treibens findet immer auf dem Kirchplatz statt. Dort wird das traditionelle Knödelstehlen abgehalten. Die Bauersleute und die „Tiere“ essen zuerst in Ruhe Knödel mit Kraut. Nach der Mahlzeit wollen auch die Randgruppen etwas zu essen haben und versuchen, etwas davon zu stehlen. Dabei müssen sie den Weg passieren, wo die Dreschmänner mit den Dreschern stehen und auf das Volk einschlagen. Samt Wagen und Knödel liegen die Darsteller oft auf dem Boden und bekommen somit nichts zu essen.



<https://www.vinschgerwind.it>

Das Pfluagziachen geht wie einige alte Faschingsbräuche im Land auf die uralten heidnischen Rituale zurück. Der Winter mit den dazugehörigen Winterdämonen und Geistern wird verjagt und soll für den Frühling Platz machen.

Das Treiben geht bis etwa 17 Uhr. Für die Zuschauer gibt es natürlich auch Knödel und Kraut und Faschingskrapfen und etwas zu trinken. Danach wird in den Gasthäusern noch ausgiebig gefeiert. Jeder und jede sollte den Brauch einmal erlebt haben, darf sich aber nicht scheuen, wenn man dabei etwas verunstaltet wird.

9

In diesem Jahr fand der Brauch wieder statt. Das nächste „Pfluagziachn“ gibt es dann im Jahr 2028.

(Anja Jochberger)



<https://www.vinschgerwind.it>

Hefeherzen

Ein Rezept zum Selbermachen

10



Josefa Mall

Am Vortag des Valentinstages zog der Duft von frischem Hefeteig durch das Tagespflegeheim. Unsere Gäste haben fleißig geknetet, geformt und natürlich auch gelacht und erzählt. Geschickt wurden Herzen geformt, mit Marmelade gefüllt und gebacken. Die fertig gebackenen Herzen wurden dann mit Staubzucker bestäubt. Als die Herzen dann zum Nachmittagskaffee genossen wurden, war eines spürbar: ein kleines Herz aus Hefeteig kann große Freude schenken – besonders dann, wenn es gemeinsam entsteht.

Zutaten:

- 500 g Weizenmehl
- 65 g Zucker
- 30 g Hefe
- 290 ml Milch
- 1 Ei
- $\frac{3}{4}$ TL Salz
- Marmelade nach Wahl

Mehl, Zucker, Hefe, Milch und Salz gut kneten. Den Teig abgedeckt an einem warmen Ort 1 Stunde gehen lassen. Den Teig nach Wunsch formen und nochmals 15 Minuten gehen lassen. Backofen auf 180 Grad vorheizen, Teigstücke mit dem verquirlten Ei bestreichen und je nach Größe der Teigstücke 15 – 20 Minuten backen. Auf einem Kuchengitter abkühlen lassen und frisch servieren.

(Monika Wolf)

Süße Herzen zum Valentinstag





Aschermittwoch

Beginn der Fastenzeit

Der Aschermittwoch ist der erste Tag der Fastenzeit und ein wichtiger Tag im kirchlichen Jahreskreis. Er steht für Besinnung und Neubeginn. An diesem Tag feierte Rosamunde mit unseren Seniorinnen und Senioren eine Wortgottesfeier. Sie wies darauf hin, dass der Aschermittwoch mehr als der Beginn zum Fasten sei. Er sei der Tag des Aufbruchs auf einen Weg, der uns neu zu Gott führt.

Ein zentrales Symbol ist das Aschenkreuz, das auf die Stirn der Bewohnerinnen und Bewohner gezeichnet wurde. Es ist ein Zeichen der Vergänglichkeit und die Aufforderung über das eigene Leben nachzudenken und lädt dazu ein, sich bewusst auf die Fastenzeit vorzubereiten.

(Monika Wolf)





Johanna Weisenhorn, Bernarda Niederfriniger, Salvatore Baldari, Rita Alton, Wilhelmina Felderer

Unterwegs an der frischen Luft

13

Gemeinsame Runden

Regelmäßig zieht es unsere Bewohner und Bewohnerinnen nach draußen. Gemeinsam mit unserem Physiotherapeuten Peter und der freiwilligen Begleitung Claudia unternehmen sie wöchentliche Spaziergänge. Diese gemeinsamen Runden sind eine wunderbare Gelegenheit für Bewegung und Austausch an der frischen Luft.



Schlinig

Ein kleiner Ort mit großer Bedeutung



Schlinig, die höchstgelegene Fraktion der Gemeinde Mals, hat in den letzten Jahrzehnten eine gewaltige Entwicklung erlebt. Auch in dem auf 1736 Metern Meereshöhe gelegenen Dorf hat der Tourismus Einzug gehalten.

Die Geschichte von Schlinig hängt eng mit dem Kloster Marienberg oberhalb von Burgeis zusammen, das übrigens die Hausnummer Schlinig 1 trägt. Im Archiv des Benediktinerklosters findet sich – wie der Heimatkundler Josef Rampold in seinem Vinschgau-Band schreibt – eine Gemeindeordnung aus dem Jahr 1532 für den Ort Schlinig, die interessante Einblicke in die damaligen Rechts- und Wirtschaftsverhältnisse gibt.

Kirchlich wird Schlinig seit vielen Jahrhunderten vom Kloster Marienberg betreut. Erst im 15. Jahrhundert erhielt es eine eigene kleine Kirche. Das dem hl. Antonius Abt geweihte Gotteshaus wurde um 1775 umgebaut und mit einem Turm ausgestattet. Aus dieser Zeit stammt auch der Hochaltar; die beiden Seitenaltäre sind rund 100 Jahre älter. Bemerkenswert ist auch, dass die Orgel in dem kleinen Gotteshaus hinter dem Hochaltar untergebracht werden musste.

Bis vor einigen Jahrzehnten war Schlinig ein bäuerlich geprägtes Dorf. Diesen Charakter hat sich das Dorf mit seinen derzeit rund 170 Einwohnern bis heute bewahrt. Inzwischen hat der Tourismus eine wichtige Bedeutung für den Ort, sei es im Sommer wie auch im Winter.

Im Sommer ist die Sesvenna-Hütte (2256 Meter Meereshöhe) ein Anziehungspunkt für viele Wanderer und Bergsteiger, die die umliegenden Gipfel mit dem markanten Montpitschen (3162 Meter) und dem Piz Sesvenna (3205 Meter) zum Ziel haben. Aber auch der Übergang in die angrenzende Schweiz über die spektakuläre Uina-Schlucht erfreut sich großer Beliebtheit.

Der Deutsche und der Österreichische Alpenverein hatten schon früh die Schönheit der Bergwelt der Sesvenna-Gruppe entdeckt und 1901 am Talschluss die Pforzheimer Hütte errichtet. Mit dem Anschluss Südtirols an Italien nach dem Ersten Weltkrieg wurde sie von der Finanzwache besetzt und nach einem Brand in den 1960er Jahren dem Verfall preisgegeben. 1998 wurde sie vom Staat dem Land Südtirol übergeben und 2009 als „interessantes Beispiel des alpinen Hüttenwesens um 1900“ unter Denkmalschutz gestellt. Der Verein „Cunfin“ engagierte sich für die Sanierung und so beherbergt die Pforzheimer Hütte seit 2015 ein kleines Museum. Darüber hinaus dient sie seit 2024 als Selbstversorgerhaus für Jugendliche.



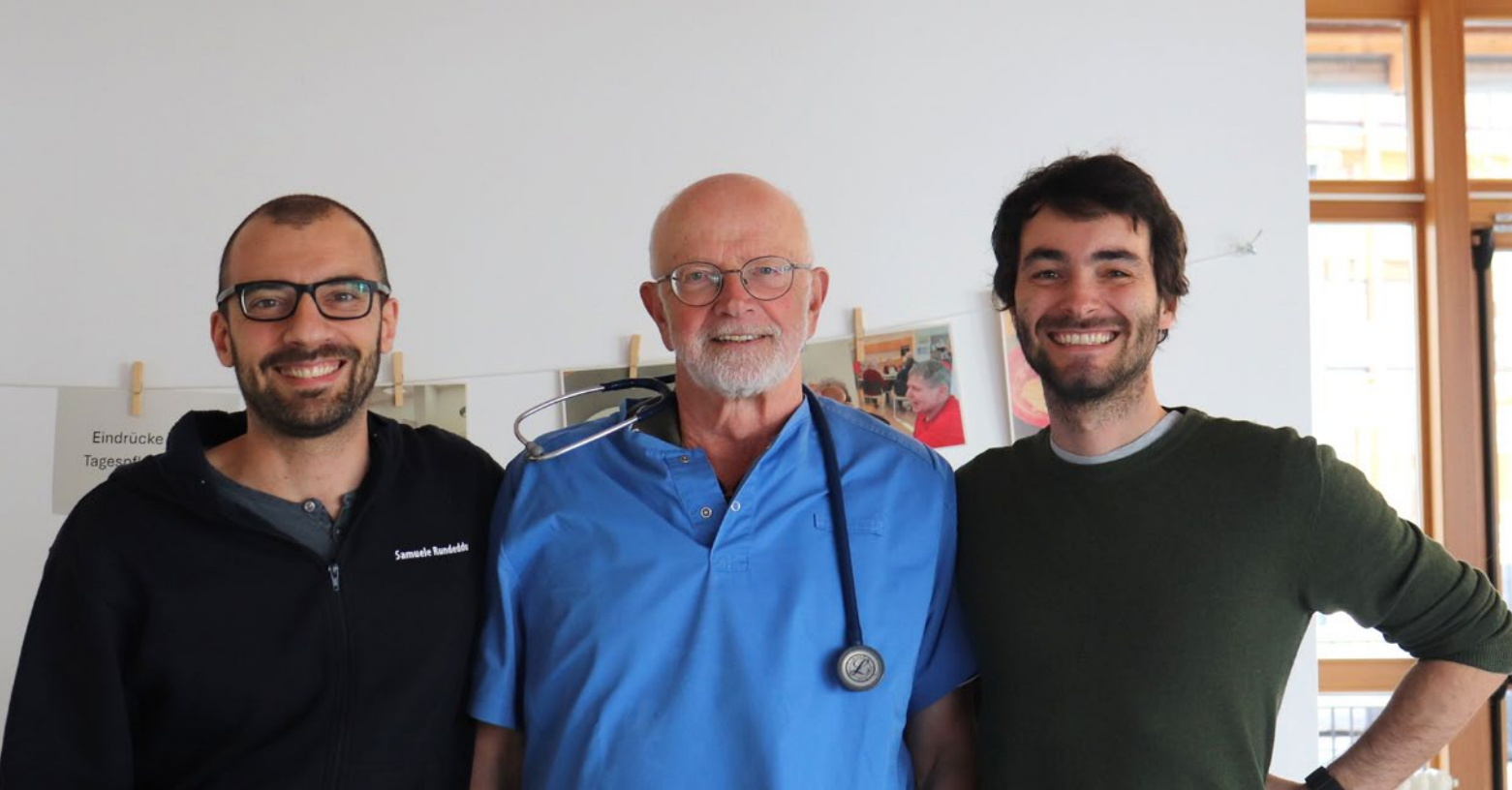


15

In unmittelbarer Nähe der Pforzheimer Hütte wurde in den 1980er Jahren die Sesvenna-Hütte vom Alpenverein Südtirol errichtet, die wie erwähnt ein beliebtes Ziel für Wanderer und Bergsteiger ist. Im Sommer 2025 war die Sesvenna-Hütte allerdings geschlossen. Die Schutzhütte wurde einer gründlichen Sanierung unterzogen, da sie nicht mehr den Anforderungen der Zeit entsprach.

In der Welt des Wintersports hat sich Schlingig als Zentrum des Langlaufsports weit über die Grenzen Südtirols einen Namen gemacht. Der kleine Ort stellte mit Klara Angerer und Thomas Moriggl sogar 2 Olympiateilnehmer und ist nach wie vor ein Anziehungspunkt für den Spitzen-, wie auch für den Breitensport.





Dr. Samuele Rundeddu, Dr. Wunibald Wallnöfer, Dr. Joachim Ruepp

16

Die Heimärzte des Martinsheim

Medizinische Betreuung rund um die Uhr

Bereits seit Dezember 2022 betreut Dr. Joachim Ruepp als Heimarzt unsere Heimbewohnerinnen und Heimbewohner. Im April 2023 stieß Dr. Wunibald Wallnöfer dazu und im Jänner 2025 Dr. Samuele Rundeddu. Dieses 3-köpfige Ärzteteam ist für die medizinische Betreuung unserer unbefristet aufgenommenen Heimbewohnerinnen und Heimbewohner zuständig.

Dabei machen unsere Heimärzte nicht nur vier Mal wöchentlich im Martinsheim Visite, sondern sie übernehmen werktags abwechselnd Bereitschaftsdienste und sind somit für unsere Pflegemitarbeiterinnen und Pflegemitarbeiter auch nachts erreichbar. Durch die kontinuierliche medizinische Betreuung unserer Heimärzte vor Ort kann die Verlegung unserer Heimbewohnerinnen und Heimbewohner ins Krankenhaus in einigen Fällen vermieden werden.

Das Netzwerk der medizinischen Betreuung unserer Heim Gäste umfasst auch den psychiatrischen Dienst und die Memory Klinik Meran, die direkt mit unseren Heimärzten zusammenarbeiten.

Bei Bedarf führen unsere Heimärzte auch Gespräche mit den Heimbewohner*innen und deren Angehörigen.

Sowohl Mitarbeitende als auch unsere Heim Gäste schätzen die professionelle Betreuung und die regelmäßigen Visiten durch unser Ärzteteam.

Das Martinsheim trauert um Hubert Eberhöfer

Eine große Lücke im Martinsheim

Im Jänner mussten wir uns von Hubert Eberhöfer verabschieden, der im Alter von 63 Jahren verstorben war. Das Martinsheim trauert um einen Menschen, der sich auf vielfältige Weise ehrenamtlich engagiert und in das Heimleben eingebracht hat. Trotz seiner vielen Verpflichtungen war Hubert immer wieder mit seiner Gitarre im Martinsheim zu Gast und erfreute die Bewohnerinnen und Bewohner mit seinen Liedern. Er war zur Stelle, wenn es galt, die monatlichen Geburtstagsfeiern musikalisch zu umrahmen und die Gottesdienste zu gestalten. Er lud die Seniorinnen und Senioren zu Singnachmittagen ein und unterstützte die Freizeitbetreuerinnen, wann immer er gebraucht wurde. Hubert Eberhöfer hinterlässt eine große Lücke im Martinsheim.

Möge Gott ihm nun lohnen, was er mit seinem ehrenamtlichen Einsatz Gutes getan hat.

17





Angehörigenabende

Die Partnerschaft zu den Angehörigen pflegen

„Wir pflegen ein partnerschaftliches Verhältnis zu Angehörigen, Bekannten und Freunden unserer Heimbewohner.“

18

Dieser Auszug aus dem Leitbild des Martinsheim macht deutlich, dass für das Martinsheim die Zusammenarbeit mit den Angehörigen zum Wohle unserer Heimbewohnerinnen und Heimbewohner sehr wichtig ist. Angehörige übernehmen eine wichtige ergänzende Rolle zur professionellen Pflege und der regelmäßige Kontakt zu den Angehörigen steigert die Lebensqualität unserer Heimbewohnerinnen und Heimbewohner.

Aufgrund der Bedeutung der Angehörigen für das Wohlbefinden unserer Heimbewohner wurde im Führungskreis des Martinsheim Mals beschlossen, im Frühjahr 2026 einen Angehörigenabend für jeden Wohnbereich zu organisieren, an dem auch Mitarbeitende aus den verschiedenen Tätigkeitsbereichen teilnehmen. Bei diesen Treffen stellen die Mitarbeitenden den Tagesablauf und ihre Aufgaben vor und die Angehörigen haben die Möglichkeit, ihre Fragen und Anliegen vorzubringen. Der Informations- und Gedankenaustausch in gemütlicher Runde soll die partnerschaftliche Beziehung zu den Angehörigen stärken.

Im März fanden bereits die Angehörigen-treffen für die Wohnbereiche Obergeschoss West und Dachgeschoss statt, im April folgen die Treffen für Obergeschoss Ost und Erdgeschoss.

Angehörigenabende

WIR STELLEN UNS VOR...

.... und Zeit für Fragen und einen Austausch in gemütlicher Runde!

IM MÄRZ UND APRIL

Für alle Angehörigen unserer Heimbewohnerinnen und Heimbewohner



Gertrud Theiner, Lidvina Kapeller, Frieda Zischg



Ein besonderes Theatererlebnis

Zurück in die Vergangenheit

Das „Volxteatr Oubrwind Mols“ bereite- te Bewohnerinnen und Bewohnern des Martinsheimes eine besondere Freude. Es lud zu einer Aufführung des Stückes „Stroßnbluat“ von Hans Renz in das Malser Kulturhaus ein. Rund 20 Seniorinnen und Senioren mischten sich unter Kinder und Jugendliche, die zur Schüleraufführung gekommen waren. Jung und Alt verfolgten gespannt das turbulente Geschehen auf der Bühne, wo das Leben und die Ordnung in einem kleinen und abgeschiedenen Bergdorf durch eine Kornrgruppe durch- einandergebracht wird. Zum Schluss gab es viel Applaus für die Darstellerinnen und Darsteller unter der Leitung von Hansper- ter Plagg. Der Theaterbesuch war für die Seniorinnen und Senioren ein besonderes Erlebnis. Ein großes Dankeschön an das „Volxteatr Oubrwind Mols“!



Ein Leben im Dienste des Ehrenamtes

Heinrich Thöni erzählt

20

15 Jahre hat Heinrich Thöni aus Burgeis Dienst an der Bar des Martinsheimes getan und die gleich lange Zeit hat er Essen auf Rädern zu den Seniorinnen und Senioren gebracht, die alleine zu Hause lebten. Das waren die letzten beiden Ehrenämter des 88-Jährigen, der seit dem Spätsommer vergangenen Jahres im Martinsheim lebt.

Heinrich Thöni denkt gerne an die Zeit zurück, als er hinter der Bartheke im Martinsheim war. Kaffee zubereiten und was sonst noch alles zum Bardienst gehört, hat ihm stets Freude bereitet. Als langjähriger Gastwirt des Hotels Kastellatz in Prämajur war er versiert im Umgang mit den Gästen und freute sich, ihnen einen Kaffee oder ein Glasl Wein zu servieren.



„Ich war von 2005 bis 2019 dabei“, berichtet Thöni. Die Corona-Pandemie hat seinen ehrenamtlichen Einsatz abrupt unterbrochen. Als die Bar nach einigen Jahren wieder geöffnet wurde, habe ihn der damalige Präsident Konrad Raffener gebeten, wieder den Bardienst zu übernehmen. „Da habe ich abgelehnt, denn ich war inzwischen ein alter Mann“, meint Thöni.

„Die Leute haben es geschätzt“, erinnert er sich. Diese Wertschätzung hat ihm gutgetan, wie auch die Ehrung, die ihm das Martinsheim für 15 Jahre Dienst an der Bar zukommen ließ. Die entsprechende Urkunde hat einen Ehrenplatz bekommen. Sie hängt neben einer weiteren Urkunde, die Heinrich Thöni für seinen Dienst bei Essen auf Rädern verliehen wurde. Weit über 1.000 Mahlzeiten hat er in 15 Jahren ausgefahren.

Ehrenamtlicher Einsatz hat sein ganzes Leben geprägt. „Schon im Alter von 10 Jahren war ich mit einer schweren Kanne zu den Höfen in Prämajur unterwegs, um die Milch zu messen“, berichtet Heinrich Thöni. Er war 30 Jahre Mitglied des Schliniger Fraktionsausschusses (zu dessen Einzugsgebiet Prämajur gehört), war für die Höfer Alm verantwortlich, war Obmann der örtlichen Genossenschaft, arbeitete in zahlreichen Vereinen (unter anderem beim KVW) mit und war auf politischer Ebene auch in der Südtiroler Volkspartei aktiv. „Meine Frau hat gesagt: du bist immer für die Vereine unterwegs“, erzählt Thöni. Das sei nur möglich gewesen, weil sie ihm den Rücken freigehalten habe. 1963 hatten die beiden geheiratet und in den folgenden Jahren 7 Kinder bekommen. „Jetzt gehen sie schon der Reihe nach in Pension.“ Heinrich Thöni hat auch eine große Enkelschar und zu seiner Freude auch eine kleine Urenkelin.

Bis im Vorjahr lebte er in Burgeis, seit dem Tod seiner Frau im Jahr 2011 alleine. Im vorigen Sommer stürzte er unglücklich bei einem Spaziergang und zog sich einen Oberschenkelbruch zu. In der Folge übersiedelte Heinrich Thöni in das Martinsheim. „Hier wird gut auf mich geschaut“, stellt er fest. Manchmal sind die Tage lang, wenn er aus gesundheitlichen Gründen in seinem Zimmer bleiben muss. Doch wann immer es möglich ist, sucht er die Gesellschaft der anderen Heimbewohner und -bewohnerinnen, denn unter Menschen fühlt sich Heinrich Thöni wohl.





Als Freiwillige hinter der Bartheke

22

Gertraud Niederfriniger koordiniert und packt selbst mit an

Gertraud Niederfriniger leistet einen freiwilligen Dienst im Martinsheim und zwar in der Bar. Dafür sind die Heimbewohnerinnen und Heimbewohner, die Besucherinnen und Besucher und auch die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter sehr dankbar.

Martinsblatt: Seit wann bist du als Freiwillige tätig?

Gertraud: Ich habe immer gesagt, wenn ich in Rente gehe, möchte ich etwas Soziales machen. Als die Corona-Pandemie zu Ende war, hat die Bar im Martinsheim wieder geöffnet und ich begann meinen freiwilligen Dienst.

Martinsblatt: Möchtest du kurz ein wenig erzählen, was genau deine Aufgabe dort ist?

Gertraud: Ich bin im Altersheim in der Bar für die Einteilung der Freiwilligen zuständig.

Martinsblatt: Wie kann man sich das vorstellen? Gibt es dabei besondere Herausforderungen?

Gertraud: Die Bar ist in der Woche 12 Mal geöffnet, vormittags und nachmittags. Am Samstag und Sonntag ist die Bar am Vormittag geschlossen. Ich brauche 12 Personen zum Arbeiten. Im Sommer ist es nicht immer leicht, an allen Tagen Freiwillige zu finden. Auch am Sonntag ist es eher schwieriger.

Martinsblatt: Wie oft kommst du ins Martinsheim und wie gefällt es dir?

Gertraud: Einmal die Woche mache ich Bardienst und bin für die Vertretung zuständig. Mir gefällt es sehr gut, nicht nur die Bewohnerinnen und Bewohner schätzen es sehr, dass die Bar geöffnet ist. Sie ist ein wichtiger Treffpunkt im Martinsheim.

Martinsblatt: Was würdest du jemandem sagen, der überlegt, einen freiwilligen Dienst zu machen?

Gertraud: Der Freiwilligendienst erfüllt mich sehr und ich kann nur jedem und jeder dazu raten, sich ein eigenes Bild davon zu machen.

Fit mit Peter



Ausgangslage:

Aufrechter Sitz, ohne die Rückenlehne zu berühren.
Hände sind auf den Oberschenkeln.



Mit der Nase langsam einatmen und gleichzeitig die Arme nach oben führen, bis an das Bewegungsende. Die Bewegung endet dort, wo der Schmerz beginnt!



Mit dem halbgeöffneten Mund langsam ausatmen, gleichzeitig die Hände wieder langsam und gleichmäßig zurück auf die Oberschenkel bringen.

Diese Übung wiederholen wir 10 Mal.

Danke an das Model Johanna Weisenhorn!

Aktuelles

Komm in unser Team!

Wir suchen jederzeit Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter in der Küche, in der Reinigung und in der Verwaltung und freuen uns über deine Bewerbung.

Freie Plätze im Begleiteten und Betreuten Wohnen

Seniorinnen und Senioren ab 65 Jahren finden im Martinsheim eine altersgerechte und barrierefreie Wohnform. Ihnen wird ein Grundservice geboten, der gegebenenfalls um weitere Dienstleistungen erweitert werden kann.

Evakuierungsübung im Martinsheim

Am 16. Mai findet wieder die große Evakuierungsübung statt. Gemeinsam mit den Feuerwehren der Gemeinde Mals und dem Landesrettungsdienst Weißes Kreuz wird der Ernstfall geprobt.

Das Martinsheim informiert

Zusammenarbeit mit dem Einzugsgebiet

Die Führung des Martinsheimes legt großen Wert auf eine gute Zusammenarbeit mit den Gemeinden in ihrem Einzugsgebiet, nämlich Mals, Graun, Glurns und Taufers. Aus diesem Grund lädt sie deren Bürgermeister bzw. Bürgermeisterinnen sowie die Sozialreferenten und Sozialreferentinnen regelmäßig zu Informationstreffen ein. Das jüngste fand im März statt, bei dem die politischen Vertreter der vier Gemeinden ausführlich über die Erweiterung des Tagespflegeheimes, die Angebote des Seniorenwohnheimes sowie über das Begleitete und Betreute Wohnen informiert wurden. Zudem wurden die Investitionen im Jahr 2026 vorgestellt, an deren Ausgaben sich die vier Gemeinden anteilmäßig beteiligen. Präsidentin Anita Tscholl und Direktorin Roswitha Rinner legten die Personalsituation dar und übergaben den Sozialbericht 2024. Die Vertreter der vier Gemeinden lobten das gute Einvernehmen mit dem Martinsheim, das auch weiterhin auf ihre Unterstützung zählen könne.

25





Maria Magdalene Angerer, Hedwig Kofler, Ingrid Ruffinatscha, Christiane Folie, Siglinde Girardini, Cornelia Habicher

Weiterbildung...

... mit Christiane Folie und ihrem Team

26

Im März trafen sich die einzelnen Wohnbereiche mit Christiane Folie und ihrem Team von der psychosozialen Beratungsstelle der Caritas zu einer wertvollen Fortbildung. Anhand praxisnaher Beispiele erweiterten und frischten die Mitarbeiter und Mitarbeiterinnen des Martinsheim ihr Wissen zum sensiblen Umgang bei Zwangsstörungen und Depressionen auf. Folgetreffen sind im Herbst geplant.

Wir freuen uns schon darauf.

Pensionierung

Abschied einer langjährigen Mitarbeiterin

Über 23 Jahre lang sorgte Marianna Heinisch als Heimgehilfin im Martinsheim für saubere Zimmer und Aufenthaltsräume und zufriedene Gesichter bei Frühstück und Marenden.

Gerne nahm sie sich auch Zeit für einen kurzen Ratscher mit unseren Heimbewohnerinnen und Heimbewohnern.

Mit 31.03.2026 trat Marianna in den wohlverdienten Ruhestand. Wir bedanken uns bei Marianna für ihren jahrelangen Einsatz und wünschen ihr alles Gute!





Nun beginnt eine besondere Zeit

27

Abschied aus dem Dachgeschoss

Der Ruhestand ist eine Zeit, mit Zufriedenheit zurückzublicken und eine Zeit, mit freudiger Erwartung nach vorn zu schauen, eine Zeit, um jeden Tag mit Genuss zu füllen - eine ganz besondere Zeit.

Liebe Ingeburg, nach 12 Jahren hier bei uns im Martinsheim in verschiedenen Wohnbereichen ist es nun endlich Zeit für deinen wohlverdienten Ruhestand. Zuletzt warst du im Dachgeschoss tätig.

Deine Arbeitskolleginnen haben dich an deinem letzten Tag, der früher kam als geplant, überrascht. Am Morgen fandest du Luftballons und Bilder im Haus und zur Pause wurdest du unter einem Vorwand in den Speisesaal gelockt, wo wir, deine Arbeitskolleginnen, für dich eine letzte Pause vorbereitet hatten. Mit Tränen in den Augen hast du dich bedankt und warst sichtlich gerührt von der Überraschung. Eigentlich dachtest du, das wird ein ganz normaler Arbeitstag.

Kurze Zeit später traf sich das Team zu einem gemeinsamen Pizzaessen. Dort wurde der frisch gebackenen Pensionistin eine Orchidee und ein kleines Andenken überreicht.

Liebe Ingeburg, wir werden dich in unserem Team sehr vermissen und wünschen dir für deine Zukunft alles Gute.

Das Team des Dachgeschosses.

Kommen + Gehen

Neue und ehemalige Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter

In letzter Zeit gab es einen regen Mitarbeiterwechsel. Zum einen verließen uns einige, dafür kamen neue Mitarbeiter dazu. Neu im Betrieb sind seit Jänner die Sozialbetreuerinnen Sarah Bernhard aus Schleis, Mirjam Jörg aus Taufers und Marion Johanna Köllemann aus Prad, seit März die Köchin Sara Wallnöfer und seit April die Heimgehilfin Sybille Fabi sowie Gabriel Tappeiner als Pflegehelfer in Ausbildung.

Wir begrüßen die neuen Mitarbeiterinnen herzlich und wünschen ihnen viel Freude bei der Arbeit.



Sarah Bernhard

Zu unserem Bedauern mussten wir folgende Angestellte verabschieden, welche sich neuen Herausforderungen stellen: die Sozialbetreuerin Annemarie Frank, die Verwaltungsassistentin Irene Tripi und die Köchin Agnieszka Galuk, Agnes genannt. Zu unserer Freude wird Agnes in Zukunft aber weiterhin als Freiwillige an der Bar tätig sein. Danke Agnes!

Schweren Herzens mussten wir von zwei weiteren langjährigen Mitarbeiterinnen Abschied nehmen, welche sich in den Ruhestand begaben: die Heimgehilfin Marianna Heinisch aus Mals, und die Sozialbetreuerin Ingeburg Wegmann aus Laas. Wir bedanken uns herzlich bei den ausgeschiedenen Mitarbeiterinnen und wünschen ihnen alles Gute für die Zukunft.



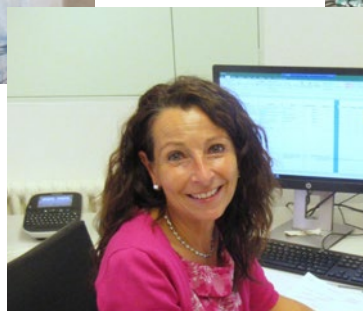
Mirjam Jörg



Annemarie Frank



Agnieszka Galuk



Irene Tripi



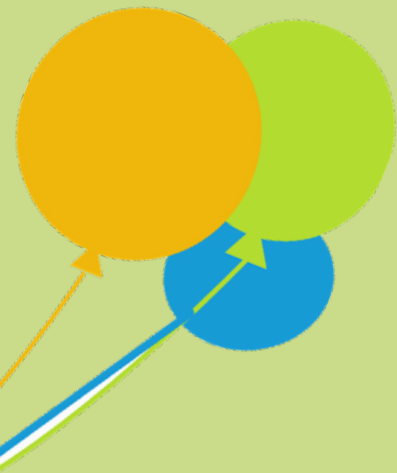
Marion J. Köllemann

Babies

Nachwuchs für unsere Mitarbeiterin

Die Sozialbetreuerin Vera Theiner darf sich über Nachwuchs freuen. Ihr kleiner Janik hat am 25. November das Licht der Welt erblickt. Er war bei der Geburt 50,5 cm lang und wog stolze 3370 Gramm.





Alles Gute zum Geburtstag

Mai 2026

Paulmichl Frieda	11.05.1936	90
Wiesler Rita	13.05.1940	86
Schurl Edith Franziska	15.05.1938	88
Höllrigl Marianna	25.05.1938	88
Thöni Anna	28.05.1929	97

Juni 2026

Telser Elmar Anton	02.06.1959	67
Patscheider Doris	06.06.1940	86
Pegger Barbara	10.06.1938	88
Riedl Karolina	11.06.1958	68
Patscheider Berta	11.06.1938	88
Scisci Mario Antonio	11.06.1946	78
Maurer Benedikta	21.06.1965	61
Thurner Theresia	24.06.1931	

30

Juli 2026

Weiskopf Brigitte	05.07.1933	93
Frank Rudolf	14.07.1939	87
Paulmichl Barbara	17.07.1934	92
Schwarz Reinhardt	18.07.1948	78

August 2026

Platzer Anna	12.08.1924	102
Turina Giovanni	12.08.1950	76
Lettieri Mario	23.08.1944	82
Hofer Anna	29.08.1943	83
Eberhart Richard	29.08.1941	85



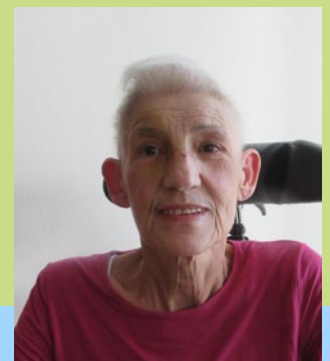
Maria A. Felderer



Josefa C. Maurer



Heinrich Thöni



Karolina Riedl

Grüß Gott

...neue Gesichter:

Wir begrüßen Maria Aloisia Felderer, Josefa Christina Maurer, Heinrich Thöni und Karolina Riedl.

Auch im Betreuten und Begleitet Wohnen gibt es neuen Zuwachs: Berta Fabi, Marianna Kofler, Karl Thöni.

Wir wünschen allen einen schönen Aufenthalt bei uns!

Auf Wiedersehen

Gunsch Josef	verstorben am 13.01.2026
Blaas Maria Theresia	verstorben am 15.01.2026
Eberhöfer Maria	verstorben am 22.01.2026
Item Marlies	verstorben am 25.01.2026
Thöni Albin	verstorben am 10..03.2026

Menschen, die du in deinem Herzen hast,
sterben nie.

Du kannst ihre Anwesenheit verlieren,
ihre Stimme, ihren Duft....

Aber das, was du von ihnen gelernt hast,
das, was sie dir hinterlassen haben,
das wirst du nie verlieren.



Raiffeisen

Mehr Nähe. Mehr Bank.

Heute Vorsorge, morgen Fürsorge.

Raiffeisen Pflegeversicherung

Der Verkaufsförderung dienende Werbemittelung. Vor Vertragsunterzeichnung nehmen Sie bitte prüfende
Einsicht in das über die Webseite www.assimoco.it und bei den Raiffeisenkassen erhältliche Informationsset.

Gute Pflege beginnt mit der richtigen Vorsorge.

Gesundheitliche Einschränkungen im Alter,
durch Unfall oder Krankheit können Pflege
durch Dritte nötig machen.

Die Raiffeisen Pflegeversicherung sichert dir
die bestmögliche Fürsorge und schützt dich und
deine Angehörigen vor finanziellen Belastungen.

Jetzt informieren und vorsorgen!

www.raiffeisen.it/pflegeversicherung

Entwickelt von

Gruppo
Assimoco
ASSIcurazioni MOVimento COoperativo

Vertrieben von Raiffeisen