



# Haus Tabea Kompass

**Wichtige Informationen rund ums Haus**

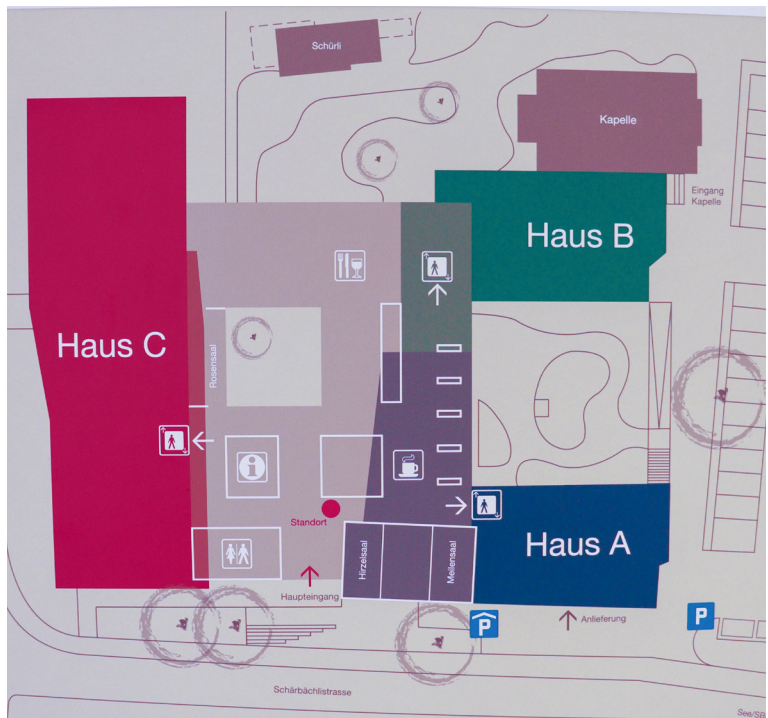
**HAUSTABEA**  
LEBEN IM ALTER



# Inhalt

|                             |    |
|-----------------------------|----|
| Räumlichkeiten              | 2  |
| Verpflegung & Mahlzeiten    | 5  |
| Aktivitäten                 | 7  |
| Besuch                      | 9  |
| Ruf- und Alarmierungssystem | 11 |
| Schliesssystem              | 12 |
| Post                        | 13 |
| Wäsche                      | 15 |
| TV                          | 17 |
| Telefon                     | 17 |
| Internet                    | 17 |
| Zimmerausstattung           | 18 |
| Coiffeur                    | 19 |
| Fusspflege                  | 19 |
| Physiotherapie              | 19 |
| Ansprechpersonen            | 21 |





## Räumlichkeiten

Das gesamte Haus Tabea Areal wird unterteilt in die drei Häuser A, B und C, die über das Erdgeschoss alle miteinander verbunden sind.

## Orientierung

Beim Haupt- und Terrasseneingang befindet sich je ein Übersichtsplan, der Orientierung bietet. Im Bereich des Haupteingangs finden Sie einen interaktiven Bildschirm, auf dem Sie nützliche Informationen abrufen können.



## **Empfang**

Unser Empfangsteam unterstützt Sie bei diversen Fragen und Anliegen. Am Empfang können Sie auch kleine Artikel wie Batterien, Briefmarken oder Karten erwerben. Öffnungszeiten:

MO bis FR: 08.00 Uhr – 12.00 Uhr  
13.00 Uhr – 17.00 Uhr

## **Speisesaal**

Im Speisesaal genießen Sie in ruhiger Atmosphäre frisch zubereitete Mahlzeiten aus unserer Küche. Jede Bewohnerin und jeder Bewohner hat einen festen, namentlich gekennzeichneten Sitzplatz.

## **Cafeteria**

Die Cafeteria lädt zu Begegnungen, Gesprächen und einem gemütlichen Kaffee oder einer kleinen Pause ein.

Öffnungszeiten:

10.00 Uhr – 12.00 Uhr und 14.00 Uhr – 17.00 Uhr

## **Rosensaal**

Direkt neben dem Speisesaal befindet sich der Rosensaal, ein Ort für gemeinsame Aktivitäten und Begegnungen. Mit Ihrem Besuch können Sie hier auch ein Mittagessen genießen.

## **Garten & Terrasse**

Die Terrasse vor der Cafeteria bietet Platz für Treffen im Freien und dient auch als Raucherbereich. Das Serviceteam bedient Sie dort gerne während der warmen Jahreszeit. Der Garten beim Ausgang bei der Kapelle lädt mit gemütlichen Sitzplätzen und tierischer Gesellschaft zum Verweilen, Beobachten und Entspannen ein.

## **Kapelle**

Die Kapelle der EMK ist ein Ort des Innehaltens und der Gemeinschaft. Hier finden Gottesdienste und Veranstaltungen wie Konzerte und Vorträge statt.



# Verpflegung & Mahlzeiten

Bei uns sollen Sie sich auch beim Essen rundum wohl und gut umsorgt fühlen. Unser Speisenangebot wird im Haus täglich frisch zubereitet. Wir legen viel Wert auf regionale und saisonale Produkte.

## **Essenszeiten**

|              |                       |
|--------------|-----------------------|
| Frühstück:   | 07.30 Uhr – 09.30 Uhr |
| Mittagessen: | 12.00 Uhr             |
| Abendessen:  | 17.30 Uhr             |

Eine Woche im Voraus erhalten Sie den Menüplan für die kommende Woche. Das Serviceteam wird Sie jeweils am Vortag nach Ihrem Menüwunsch fragen.

Am Mittag stehen Ihnen täglich zwei Menüs, Fleisch und Vegetarisch, zur Auswahl, von Montag bis Freitag zusätzlich ein Wochenhit. Die Menükomponenten können frei kombiniert werden. Dazu werden Salat, Apfelmus und die Tagessuppe serviert.

Am Wochenende wird das Mittagessen mit einem Dessert ergänzt. Zum Abendessen werden von Montag bis Freitag zwei Menüs, süß und salzig, sowie das Buffet angeboten, am Wochenende stehen ein Menü sowie das Buffet zur Auswahl.

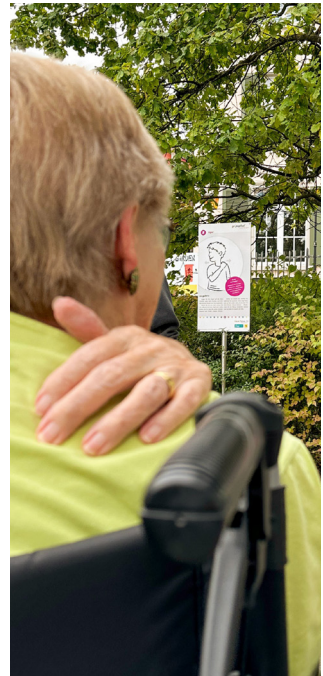
Möchten Sie Ihre Mahlzeit einmal nicht im Speisesaal einnehmen, dann können Sie dies mit einer Vorlaufzeit von einer Stunde dem Service melden und Sie erhalten die Mahlzeit ins Zimmer serviert. Dafür wird ein Zuschlag von CHF 8.50 pro Mahlzeit verrechnet.

Bei gesundheitlichen Anforderungen an Ihre Ernährung werden Ihre Mahlzeiten individuell von unseren Diät-köchinnen und Diätköchen zubereitet.



# Aktivitäten

Wir bieten Ihnen eine Vielzahl abwechslungsreicher und wohltuender Aktivitäten an, die von unserem Aktivierungsteam organisiert und begleitet werden. Alle Aktivitäten und Veranstaltungen finden Sie im Wochenprogramm. Es ist gut sichtbar in allen Aufzügen, in den Etagen und am Empfang ausgehängt.



## Zeitungen & Spiele

In der Cafeteria stehen Ihnen Tageszeitungen und Zeitschriften zur Verfügung. Auch diverse Gesellschaftsspiele sind erhältlich. Wenden Sie sich dafür bitte an unsere Service-Mitarbeitenden.

## Andacht & Gottesdienst

Jeweils am Mittwoch um 10.00 Uhr laden wir Sie herzlich zur Andacht ein und am Sonntag um 10.00 Uhr findet in der Kapelle ein Gottesdienst statt, der allen Bewohnenden offensteht, unabhängig von der Konfession.





## **Besuch**

Besuche sind bei uns jederzeit gern gesehen und tragen viel zur Lebensqualität unserer Bewohnenden bei. Der Haupteingang ist täglich von 08.00 Uhr bis 19.30 Uhr geöffnet. Sollten Ihre Besucher später eintreffen, können sie die Nachtglocke betätigen – wir öffnen ihnen gerne.

Besucher haben die Möglichkeit, im Rosensaal gemeinsam mit Ihnen das Mittagessen einzunehmen. Wir bitten dafür um eine Reservation bis spätestens am Vortag unter: 044 718 44 80



Bitte beachten Sie, dass auf dem Areal nur wenige Besucherparkplätze zur Verfügung stehen. Weitere (kostenpflichtige) Parkmöglichkeiten finden Sie an der Neudorfstrasse sowie im Parkhaus Leue-Huus.

Hunde sind bei uns grundsätzlich in der Cafeteria willkommen. Wir bitten darum, sie auf dem gesamten Areal an der Leine zu führen.



## **Ruf- und Alarmierungssystem**

### **Armbanduhr – Hilfe auf Knopfdruck**

Beim Eintritt erhalten Sie Ihre persönliche Armbanduhr. Mit einem einfachen Knopfdruck können Sie jederzeit Unterstützung via Assistenzruf oder Alarm von den Pflege-mitarbeitenden anfordern. So ist Hilfe jederzeit erreichbar.

# Schliesssystem

Unser Haus ist mit einem elektronischen Schliesssystem ausgestattet.

Ihr persönlicher Salto-Schlüssel öffnet:  
Ihr Zimmer, Ihren Briefkasten sowie die  
Aussentüren.





## Post

### Ihr persönlicher Briefkasten

Beim Empfang befindet sich für jede Bewohnerin und jeden Bewohner ein eigener Briefkasten. Sie können ihn ganz bequem mit Ihrem Zimmerschlüssel öffnen. So bleibt Ihre Post jederzeit geschützt und gut erreichbar.

## Posteingang

Für Bewohnende, die ihre administrativen Angelegenheiten nicht mehr selbst erledigen, sammeln wir die Post am Empfang. Ihre Betreuungsperson kann diese regelmäßig während den Empfangsöffnungszeiten abholen. Auf Wunsch und gegen Gebühr senden wir Ihre Post auch etwa alle zwei Wochen direkt an Ihre Betreuungsperson weiter.



## Postaufgabe

Für ausgehende Post steht ein deutlich beschrifteter Briefkasten auf der Rückseite des Empfangs zur Verfügung. Dieser wird wochentags jeweils um 16.00 Uhr geleert und Ihre Sendungen werden zuverlässig zur Post gebracht.

# Wäsche

## Ihre persönliche Kleidung

Ihre private Kleidung wird beim Eintritt mit einem Namensetikett versehen, damit alles eindeutig zugeordnet werden kann. Auch neue Kleidungsstücke geben Sie bitte am Empfang zur Beschriftung ab, bevor Sie sie tragen. So bleibt Ihre Garderobe vollständig und gut sortiert. Verschmutzte Kleidung können Sie einfach in dem dafür vorgesehenen Wäschesack bei Ihnen im Zimmer deponieren.

Die Privatwäsche wird in unserer haus-eigenen Wäscherei gewaschen. Ihre saubere Wäsche bringen wir Ihnen wöchentlich wieder ins Zimmer zurück.

## Frottee- und Bettwäsche

Frottee- und Bettwäsche wird vom Haus Tabea zur Verfügung gestellt.

Die Bettwäsche wird alle zwei Wochen oder nach Bedarf gewechselt.

Der Wechsel der Frotteewäsche findet wöchentlich oder nach Bedarf statt.



## **TV**

Zur standardmässigen Zimmerausstattung gehört kein Fernseher. Aber Sie können gern Ihr eigenes Gerät mitbringen oder auf Wunsch eines bei uns mieten. Die Anschlüsse dafür sind bereits vorhanden, sodass Sie alles unkompliziert nutzen können.

## **Telefon**

Wenn Sie ein Telefon wünschen, stellen wir Ihnen gegen eine monatliche Mietgebühr gerne eines zur Verfügung. Die Telefonnummer ist dabei immer fest dem Zimmer zugewiesen.

Bei Fragen können Sie am Empfang oder bei der Pflege Unterstützung durch unseren Technischen Dienst anfordern.

## **Internet**

Wenn Sie einen Internetzugang möchten, richten wir diesen gegen eine einmalige Aufschaltgebühr gerne für Sie ein. Zudem steht im ganzen Haus ein Gäste-WLAN zur Verfügung, das per Zugangscode für 12 Stunden genutzt werden kann.



## **Zimmerausstattung**

Die Zimmer sind standardmässig mit einem Pflegebett, einem Pflege-Nacht-tisch sowie einem geräumigen Schrank inklusive Safe ausgestattet.

## **Coiffeur**

Im 3. Stock vom Haus B befindet sich unser hauseigener Coiffeursalon. Ob Haarschnitt oder einfache Pflege. Ihren Termin können Sie bequem am Empfang vereinbaren.



## **Fusspflege**

Unsere Fusspflegerin kommt regelmässig ins Haus und empfängt Sie im 4. Stock vom Haus C. Sie sorgt für gepflegte Füsse und Fussnägel und berät Sie zur Fussgesundheit. Termine organisiert das Pflegeteam gern für Sie.



## **Physiotherapie**

Die Physiotherapeutinnen und -therapeuten von Physio Schenk behandeln Sie regelmässig direkt im Haus. Sie helfen, die Beweglichkeit zu erhalten oder Schmerzen durch gezielte Therapie zu lindern. Unser Pflegeteam koordiniert die Termine.





# Ansprechpersonen

Für medizinische und pflegerische Fragen steht Ihnen die Stationsleitung zur Verfügung. Bei ihrer Abwesenheit übernimmt die tagesverantwortliche Pflegefachperson. Unsere Pflegeabteilungen sind rund um die Uhr erreichbar:

A1/B1: 044 718 45 20

B2: 044 718 45 30

B3: 044 718 45 40

C2: 044 718 45 50

C3: 044 718 45 60

C4: 044 718 45 70

C5: 044 718 45 80

## Allgemeine Fragen

Bei allen anderen Anliegen hilft Ihnen unser Empfangsteam gerne weiter und verbindet Sie mit der passenden Fachperson.

044 718 44 44

MO bis FR 08.00 Uhr – 12.00 Uhr und  
13.00 Uhr – 17.00 Uhr



## **Psychologische Unterstützung**

Eine Psychologin ist regelmässig im Haus und bietet Unterstützung für Bewohnende und Angehörige. Die Kontaktaufnahme erfolgt über die Pflege Mitarbeitenden. Im Bereich Alterspsychiatrie arbeiten wir eng mit den Fachpersonen des Sanatoriums Kilchberg zusammen.

## **Seelsorge**

Der Seelsorger der Evangelisch-methodistischen Kirche ist fast täglich im Haus und nimmt sich gerne Zeit für persönliche Gespräche, spirituelle Begleitung und Unterstützung in schwierigen Lebenssituationen. Auch Angehörige dürfen sich jederzeit an ihn wenden.

Seelsorger EMK, 044 718 44 29





Sich willkommen fühlen.  
Zuhause sein.

---



**Alterszentrum Haus Tabea**

Schärbächlistrasse 2 – 8810 Horgen

T 044 718 44 44 – [www.tabea.ch](http://www.tabea.ch)