

# TABEA BLATT

Dienstag, 30. Juni 2026

## HAUSZEITUNG HAUS TABEA

Liebe Bewohnerinnen und Bewohner

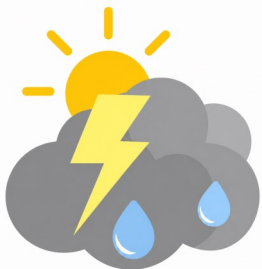
Heute ist Dienstag und bereits der letzte Tag im Juni. Der Juni wurde nach der römischen Göttin Juno benannt. Sie galt als Beschützerin der Ehe und Familie. Bis heute zählt der Juni in vielen Ländern zu den beliebtesten Monaten zum Heiraten.

Herzliche Grüsse  
Flurin Truog  
Gesamtleiter

---

## Wetter von morgen

---



Am Mittwoch, 1.7. ist es wechselhaft. Am Vormittag fällt zunächst noch Regen, vereinzelt sind Gewitter möglich. Ab dem Mittag wird es etwas freundlicher, es bleibt aber zeitweise bewölkt.

Morgens etwa 19 bis 23°C

Mittags etwa 24 bis 25°C

Nachmittags bis etwa 25°C, teils bewölkt

Abends sinken die Temperaturen auf etwa 18 bis 21°C.

---

---

# Aktivierungsangebot

---



## **Kunstprojekt - Malen**

10:00 Uhr, Haus A, 3. Stock, Raum 3.01

## **Spiritualität**

10:00 Uhr, Haus C, 5. Stock, Nische

14:30 Uhr, Haus C, 5. Stock, Nische

## **Rätselclub**

14:30 Uhr, Haus A, 3. Stock, Raum 3.01

---

# Türanpassungen

---

Ab morgen, Mittwoch, 01. Juli, sind folgende Türen nur noch mit Badge zugänglich:

- Ein-/Ausgang A0 bei der Terrasse der Cafeteria, Haus A
- Ein-/Ausgang C1 Neudorf, neben der Apotheke, Haus C
- Ein-/Ausgang B1 neben dem Garten für Menschen mit Demenz, Haus B

Der Haupteingang bleibt weiterhin offen und ist zwischen 8:00 und 19:30 Uhr für alle auch ohne Badge zugänglich.

---

# Ein Tag im Leben...

---



Bei ihrer früheren Tätigkeit als Fachangestellte Gesundheit wuchs in **Noemi Kistler** der Wunsch, mehr Zeit für den persönlichen Austausch mit den älteren Menschen zu haben. Nach der dreijährigen Ausbildung zur dipl. Aktivierungsfachfrau kann sie diesen Wunsch heute im Haus Tabea leben.

Ihr Arbeitstag beginnt um 08.00 Uhr, meistens aber mit einer ruhigen Tasse Tee schon etwas früher. Danach stehen vielfältige Aktivierungsangebote auf dem Programm. Sie richten sich nach dem Tagesrhythmus der Bewohnenden und sprechen Körper, Geist und Seele an.

Ein Beispiel ist die Themengruppe auf der alterspsychiatrischen Abteilung. Mit vertrauten Gegenständen und Themen aus dem Alltag entstehen Gespräche, Erinnerungen und oft auch gemeinsames Lachen.

Die Nähe zu den Bewohnenden empfindet Noemi als Privileg. Zum Ausgleich treibt sie Sport: Früher spielte sie Unihockey auf Nati-A-Niveau, heute Streethockey bei den Horgenberg Hammers und fährt Gravel Bike.

---

# Rätsel des Tages

---

	7				6			
3					1			
					9	5	8	6
				9				2
2		3	8	5				9
	6	4						
			4			8	9	
			3			4	1	
	8	5				6		

## Lösung von gestern:

- Die Weltgesundheitsorganisation empfiehlt Erwachsenen, täglich möglichst nicht mehr als 25 bis 50 g freien Zucker zu konsumieren. Eine 500-ml-Flasche Coca-Cola enthält rund 53 g Zucker. Deshalb hat **Matthias Kluge** entschieden, seinen Konsum zu reduzieren, obwohl er Coca-Cola sehr gerne trinkt.
- **Andreas Schaefer** geht fast täglich im Zürichsee schwimmen und tut damit etwas Gutes für seine Gesundheit.

