



Deutsche Ausgabe 03-2026

EDITORIAL



Aus Loslassen entsteht Neues

Veränderung bedeutet immer wieder Neugier.

Liebe Leserinnen und Leser

Der Herbst hat seine ganz eigene Art, uns zu zeigen, dass Veränderung zum Leben gehört. Die Blätter verfärben sich, fallen zu Boden und machen Platz. Die Natur hält nicht fest. Sie lässt los – und schafft damit die Voraussetzung dafür, dass später wieder Neues entstehen kann.

Auch die Casa s. Martin hat in den vergangenen zwei Jahren viel losgelassen. Gewohntes wurde hinterfragt, manches verändert, einiges neu aufgebaut. Nicht immer war dieser Weg einfach. Veränderung bedeutet auch Unsicherheit, manchmal Reibung und immer wieder den Mut, Vertrautes hinter sich zu lassen.

Wenn ich heute durch unser Haus gehe, sehe ich vieles, das neu entstanden ist. Strukturen wurden geklärt, Verantwortlichkeiten neu geordnet, die Pflege und ihre fachliche Entwicklung gestärkt, die Ausbildung aufgebaut, neue Menschen sind zu uns gekommen und haben Verantwortung übernommen. Auch in vielen kleinen Dingen des Alltags hat sich die Casa s. Martin weiterentwickelt.

Das alles ist entstanden, weil viele mitgetragen, mitgedacht, angepackt, ausgehalten und immer wieder neu begonnen haben. Dafür bin ich dankbar.

Nun steht auch für mich das Loslassen an. Ende Oktober gebe ich die Leitung der Casa s. Martin weiter. Ich tue dies mit dem guten Gefühl und gleichzeitig mit dem Wissen, dass Entwicklung niemals abgeschlossen ist.

Ich muss nicht wissen, wie alles weitergeht. Ich vertraue, dass andere aufnehmen, weiterdenken und daraus wieder etwas Eigenes und Neues entstehen lassen.

Mut, Offenheit und Vertrauen

Ich wünsche der Casa s. Martin, ihren Bewohnerinnen und Bewohnern, den Mitarbeitenden und allen Menschen, die mit unserem Haus verbunden sind, den Mut, Bewährtes zu bewahren, die Offenheit, Neues zuzulassen, und das Vertrauen, dass Veränderung immer eine Chance in sich trägt. Und ich sage von Herzen Danke. Für das Vertrauen, für das gemeinsame Unterwegssein und für all das, was wir miteinander bewegen konnten.

Anna Jäger
Heimleitung
im Oktober 2026



INTERN

Zwei Frauen – ein Übergang

Anna geht, Heike kommt

Ende Oktober übergibt Anna Jäger die Leitung der Casa s. Martin an Heike Kausemann. Ein guter Moment, die beiden gemeinsam an einen Tisch zu setzen. Was nimmt Anna mit? Worauf freut sich Heike? Was möchten beide der Casa s. Martin mit auf den Weg geben? Wir haben nachgefragt.

Anna, wenn du auf deine Zeit in der Casa s. Martin zurückblickst: Was kommt dir als Erstes in den Sinn?

Anna: *Bewegung. Als ich kam, war vieles im Umbruch. In den vergangenen zwei Jahren ist unglaublich viel entstanden, geklärt und neu aufgebaut worden. Das war nicht immer bequem, aber es war eine intensive und wertvolle Zeit. Und vor allem: Das alles war nur möglich, weil viele Menschen bereit waren, mitzugehen und Verantwortung zu übernehmen.*

Heike, du stehst genau am anderen Ende: Was geht dir durch den Kopf, wenn du an deinen baldigen Start am 1. November denkst?

Heike: *Vor allem Vorfreude und Respekt vor dieser neuen Aufgabe. Ich freue mich darauf, die Casa s. Martin, die Bewohnerinnen und Bewohner und natürlich die Mitarbeitenden persönlich kennenzulernen. Gleichzeitig ist mir bewusst, dass ich eine grosse Verantwortung übernehme. Ich möchte mir zunächst Zeit nehmen, zuzuhören, zu verstehen und die Menschen dort abzuholen, wo sie stehen.*

Heike, worauf freust du dich besonders, bei deinen neuen Aufgaben?

Heike: *Auf die Menschen und auf die Begegnungen im Alltag. Ich freue mich darauf, gemeinsam mit dem Team die Casa s. Martin weiterzuentwickeln und dabei Bewährtes zu erhalten, aber auch neue Ideen einzubringen. Und natürlich bin ich gespannt darauf, die Casa und ihre ganz eigene Atmosphäre kennenzulernen.*

Anna, was wirst du vermissen?

Anna: *Die Menschen. Ganz klar. Viele Begegnungen, Gespräche, gemeinsames Lachen – und wahrscheinlich auch ein bisschen das Romanische um mich herum. Und diese besondere Casa s. Martin, die mir in den vergangenen zwei Jahren sehr ans Herz gewachsen ist. Und nicht zu vergessen ist die starke regionale Kultur.*

Anna, was möchtest du Heike übergeben – ausser Schlüsseln, Passwörtern und einem ziemlich vollen Terminkalender?

Anna: *Vertrauen. Nicht meines – sondern das Vertrauen darauf, dass hier sehr viele engagierte Menschen arbeiten, die etwas bewegen wollen. Und vielleicht auch den Mut, nicht alles so weiterzumachen, nur weil wir es bisher so gemacht haben. Heike soll ihren eigenen Weg gehen und ihre eigenen Akzente setzen.*

Heike, gibt es etwas, das du von Anna unbedingt wissen möchtest, bevor sie geht?

Heike: Ich würde gerne von Anna wissen, was sie nach diesen zwei intensiven Jahren als besonders wichtig für die Casa s. Martin empfindet. Was sollte ich unbedingt bewahren – und wo sieht sie vielleicht noch Themen, bei denen es sich lohnt, genauer hinzuschauen? Ihr Blick von innen und ihre Erfahrungen sind für mich sehr wertvoll.

An euch beide: Was macht für euch gute Führung aus?

Anna: Klarheit, Verbindlichkeit und den Menschen etwas zuzutrauen. Führung bedeutet für mich auch, Entscheidungen zu treffen – gerade dann, wenn sie nicht einfach sind. Und gleichzeitig immer wieder zuzuhören und bereit zu sein, die eigene Sicht zu hinterfragen.

Heike: Für mich bedeutet gute Führung, Orientierung und Sicherheit zu geben und gleichzeitig Vertrauen entgegenzubringen. Ich möchte Menschen ernst nehmen, zuhören und ihnen Verantwortung zutrauen. Mir ist wichtig, offen und klar zu kommunizieren und auch in schwierigen Situationen ansprechbar zu bleiben. Und ich glaube, dass gute Führung immer auch bedeutet, gemeinsam mit dem Team zu lernen und sich selbst weiterzuentwickeln.

Heike, was sollen die Bewohnerinnen und Bewohner und die Mitarbeitenden nach deinen ersten Wochen über dich sagen?

Heike: Ich würde mir wünschen, dass sie sagen: Sie nimmt sich Zeit, sie hört zu und sie ist für uns da. Und vielleicht auch, dass sie mit Herz und Klarheit führt und man mit ihr offen sprechen kann. Ich möchte zunächst Vertrauen aufbauen und zeigen, dass mir die Menschen und die Casa s. Martin wirklich wichtig sind.

Anna, und was würdest du gerne hören, wenn in einem Jahr jemand über deine Zeit in der Casa s. Martin spricht?

Anna: Vielleicht ganz einfach: Es ist etwas weitergegangen. Nicht: Anna hat dies oder jenes gemacht. Sondern dass wir gemeinsam Dinge in Bewegung gebracht und eine gute Grundlage für die nächsten Schritte geschaffen haben.

Jetzt wird es persönlich. Fünf kurze Fragen an beide Heimleiterinnen:

Berge oder See?

Anna: See

Heike: Berge und Seen 😊

Planen oder spontan entscheiden?

Anna: Planen – und dann durchaus spontan entscheiden.

Heike: Planen – aber flexibel bleiben, wenn das Leben einen anderen Plan hat.

Kaffee oder Tee?

Anna: Espresso

Heike: Kaffee – am liebsten schwarz

Frühaufsteherin oder Nachteule?

Anna: Frühaufsteherin

Heike: Frühaufsteherin

Ein Wort, das die Casa s. Martin für dich beschreibt?

Anna: Unterwegs

Heike: Aufbruch

Und zum Schluss: Ein Satz an die jeweils andere?

Anna an Heike: Ich wünsche dir, dass du die Casa s. Martin mit Neugier kennlernst, deinen eigenen Weg findest und dabei ganz viel Freude an den Menschen hier hast.

Heike an Anna: Danke, Anna, dass du mir die Casa s. Martin mit so viel Engagement übergibst. Ich wünsche dir für deinen weiteren Weg alles Gute und viele spannende neue Begegnungen. Ich nehme gerne deinen Rucksack mit den Erfahrungen und Erkenntnissen entgegen – und werde ihn mit meinen eigenen Erfahrungen und Ideen weitertragen.

Und dann wechselt der Stuhl...

Am 1. November 2026 übernimmt Heike Kausemann die Leitung der Casa s. Martin. Anna Jäger verabschiedet sich Ende Oktober aus ihrer Funktion als Institutionsleiterin ad interim.

Die eine geht mit einem gut gefüllten Rucksack weiter, die andere kommt mit ihrem eigenen an.

Und die Casa s. Martin? Die bleibt unterwegs.







Junge Theatertalente treffen auf Lebenserfahrung

«Dapertut»

Das «Junge Theater Graubünden» war zu Besuch in der Casa s. Martin. Im Rahmen seines Sommerferienkurses in Trun sammelte es Inspiration für das Bühnenfestival «DAPERTUT» zum Thema Zeitreise.

Mit Neugier, spannenden Gesprächen und persönlichen Erinnerungen entstanden berührende Begegnungen zwischen den Generationen, ein besonderer Moment für unsere Bewohnerinnen und Bewohner.

Ausschnitte aus dem Austausch und den Gesprächen wurden während dem Kulturfestival «DAPERTUT» in Trun in ein Theaterstück eingeflochten und aufgeführt.

Einige unserer BewohnerInnen konnten vor Ort mit dabei sein und der Hauptprobe beiwohnen. Ein herzliches Dankeschön an das «Junge Theater Graubünden», Kursleiterin Angela Collenberg, unseren Bewohnerinnen und Bewohnern und unserer Aktivierung Crista Pelican für diesen inspirierenden Austausch.





AROMAPFLEGE

Wohlbefinden gezielt unterstützen

Was ist ihr Lieblingsduft?

Aromapflege ist seit vielen Jahren ein Thema in der Casa s. Martin und hat ihren Platz in unserem Pflegealltag. Umso mehr freuen wir uns, dass vier unserer Mitarbeitenden ihr Wissen in einem Kurs vertieft und erweitert haben. Damit können bestehende Erfahrungen weiterentwickelt und neue Erkenntnisse gezielt in die tägliche Pflege einfließen.

Aromapflege ergänzt unsere pflegerischen Möglichkeiten auf besondere Weise. Ätherische Öle werden bewusst und fachgerecht eingesetzt. Im Mittelpunkt steht immer der Mensch mit seinen individuellen Bedürfnissen und seiner Lebensqualität.

Aromapflege unterstützt eine ressourcenorientierte Pflege mit der Frage: Was stärkt diesen Menschen? Was gibt ihm Sicherheit? Was tut ihm gut? Vertraute Düfte, Rituale und achtsame Berührungen können Geborgenheit schaffen und vorhandene Ressourcen ansprechen.

Auch in der Palliative Care kann Aromapflege einen wertvollen Beitrag leisten. Sie schafft Raum für wohlthuende, individuelle Momente der Zuwendung und kann Ruhe und Entspannung unterstützen.

Düfte berühren. Sie wecken Erinnerungen, schaffen Vertrautheit und sind manchmal eng mit der eigenen Lebensgeschichte verbunden. Deshalb

beginnt Aromapflege für uns mit dem achtsamen Wahrnehmen: Was mag dieser Mensch? Was tut ihm gut? Was schenkt ihm einen wohltuenden Moment? Selbstbestimmung und eine fachgerechte Anwendung sind dabei selbstverständlich.

Aromapflege ist damit weit mehr als «ein angenehmer Duft». Sie ist eine weitere Möglichkeit, den Menschen in seiner Individualität wahrzunehmen und ihm achtsam zu begegnen.

Wir freuen uns sehr, dass unsere vier Mitarbeitenden ihr Wissen auf diesem Gebiet vertieft haben und dieses nun wieder in unser Haus und in die Teams tragen. So bleibt vorhandenes Wissen lebendig, entwickelt sich weiter und kommt dort an, wo es hingehört: bei unseren Bewohnerinnen und Bewohnern.

**Wir gratulieren unseren Absolventinnen
herzlich: Lisa Caduff, Anka Duhova, Claudia
Hendry und Claudia Venzin.**

Übrigens: Mein Lieblingsduft ist die Rose. Ganz einfach, weil ich ihren Duft mit wunderschönen Erinnerungen und vertrauten Gefühlen verbinde. Dass er ganz nebenbei auch Entspannung und Ruhe unterstützt, macht ihn für mich besonders.



ÖFFENTLICHER ANLASS

Eintritt ins Pflegeheim

Was kann ein Heimeintritt auslösen?

Was bedeutet der Eintritt in ein Pflegeheim tatsächlich? Ist er eine Krise? Eine neue Herausforderung? Oder ist es der Beginn eines neuen Lebensabschnitts?

Wenn sich die Lebenssituation verändert, braucht es eine Entscheidungsfindung. Es braucht Verständnis, Perspektiven und Menschen, die begleiten.

Zu diesem Thema referiert Claudia Venzin, Entwicklung Pflege der Casa s. Martin, am **Dienstag, den 20. Oktober 2026 um 19.00 Uhr** in der Cafeteria der Casa s. Martin.

Anschliessend folgt ein kleiner Apéro, ein gemütliches Zusammensein und ein Austausch mit der Referentin persönlich sowie den Besucherinnen

und Besuchern. Wir freuen uns auf viele Interessentinnen und Interessenten und einen bereichernden Abend.

Zu diesem Anlass sind alle herzlich Willkommen.

CSM

HERZLICH WILLKOMMEN

ÖFFENTLICHER ANLASS

20. OKTOBER 2026, 19.00 UHR

**EINTRITT INS PFLEGEHEIM:
HERAUSFORDERUNG? KRISE?**

Casa s. Martin, Via sogn Martin 17, 7166 Trun
081 929 32 00, www.casasmartin.ch



Claudia Venzin arbeitet als Entwicklung Pflege in der Casa s. Martin und bringt ein breites Wissen und eine jahrzehntelange Erfahrung in vielen Bereichen der Pflege mit.



PERSPEKTIVEN AUF DEM TELLER

Am runden Tisch mit dem Chefkoch

Bewohnende und Mitarbeitende sagen, was ihnen schmeckt.

Seit Mai führt Arnold Capaul unsere Küche. Wer neu in ein Haus kommt, bringt seine Erfahrungen, Ideen und natürlich auch seine eigene Perspektive mit. Gleichzeitig gilt es, die Casa s. Martin und vor allem die Menschen, die hier leben und arbeiten, kennenzulernen.

Und wo könnte man damit besser beginnen als beim Essen?

Denn Essen ist etwas sehr Persönliches. Was für die einen unbedingt auf einen guten Menüplan gehört, darf für andere gerne etwas seltener vorkommen. Essen ist Genuss und Gewohnheit, weckt Erinnerungen, vermittelt ein Stück Heimat. Essen ist etwas, worauf man sich jeden Tag freuen darf.

Zuhören, bevor man verändert

Arnold wollte deshalb wissen: Wie wird unser Essen eigentlich erlebt? Was schmeckt? Was fehlt? Und was dürfte vielleicht auch einmal anders sein? Bei einem Küchenstamm holte er die Rückmeldungen unserer Bewohnenden direkt ab. Gleichzeitig fragten wir auch unsere Mitarbeitenden nach ihren Erfahrungen mit dem Menüangebot.

Jene Mitarbeitenden, die regelmässig essen, haben sich beteiligt.

Arnold Capaul ist seit Mai für die Gastronomie zuständig und bereitet mit seinem Team täglich feine, ausgewogene Speisen zu.



Die erste Botschaft ist erfreulich: Es schmeckt. 90% der Befragten sind mit unserem Menüangebot zufrieden oder sehr zufrieden. Niemand bezeichnete sich als eher nicht zufrieden oder nicht zufrieden.

Auch die handschriftlichen Kommentare sprechen eine deutliche Sprache: «Tip top!», «Wird sehr gut gekocht! Danke!», «Geschmack ist jedes Mal sehr gut» und sogar ein «Cuschina super!» finden sich auf den Fragebogen.

Mehr Abwechslung darf sein: saisonal, regional, leichter und auch einmal vegetarisch. Maluns, Capuns und Apfelküchlein stehen genauso auf der Wunschliste wie, Suppen, Gemüse und Früchte. Und beim Fleisch gilt für einige: Es darf auch einmal weniger sein.



Zwei Perspektiven – erstaunlich nah beieinander

Besonders spannend für Arnold: Die Rückmeldungen der Bewohnenden am Küchenstamm und jene der regelmässig bei uns essenden Mitarbeitenden decken sich in wesentlichen Punkten.

Das ist eine wertvolle Rückmeldung für einen Küchenchef, der erst seit einigen Monaten bei uns ist und noch dabei ist, die Institution, ihre Menschen und ihre kulinarischen Gewohnheiten kennenzulernen. Die Botschaft aus beiden Perspektiven: Das Essen schmeckt.

Und Arnolds Perspektive?

Sie wird sich in den kommenden Monaten weiterentwickeln. Zuhören gehört dazu. Ausprobieren auch. Bewährtes erhalten ebenso. Und vielleicht kommt auch einmal etwas auf den Teller, das überrascht.

Unterschiedliche Perspektiven widersprechen sich nicht. Manchmal ergeben sie zusammen erst das ganze Bild. Und am schönsten ist es sowieso, wenn man sich selbst eine Meinung bilden kann.

Gluschtig geworden?

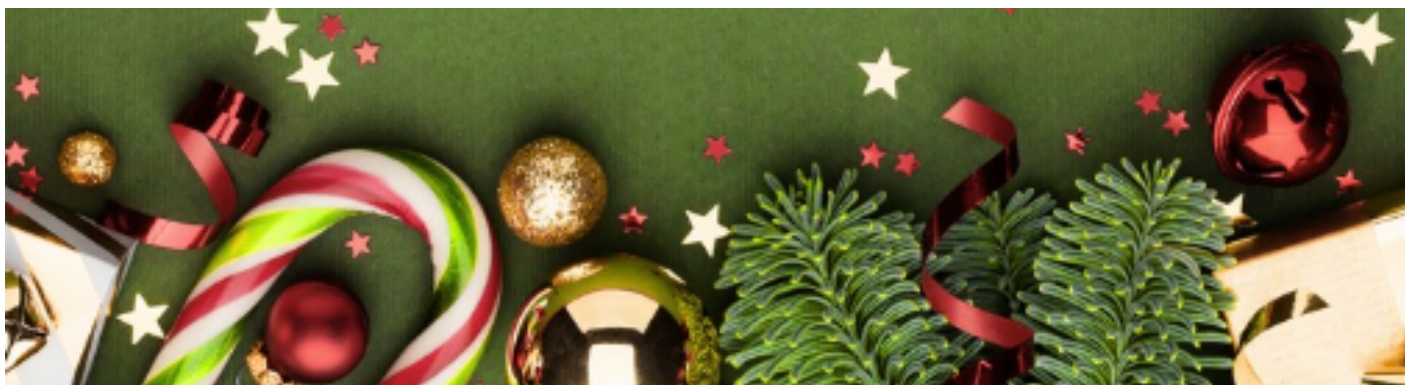
Dann kommen Sie doch einmal zum Mittagessen vorbei! Unser Mittagstisch ist nicht nur für unsere Bewohnenden und Mitarbeitenden da – auch externe Gäste sind herzlich willkommen.

Vielleicht gibt es gerade Capuns oder Maluns. Vielleicht einen feinen Braten, etwas Leichtes oder eine süsse Versuchung. Was Arnold und sein Küchenteam aktuell auftragen, verrät der Menüplan auf unserer Website: www.casasmartin.ch.

Und wer weiss: Vielleicht entdecken auch Sie Ihr neues Lieblingsgericht bei uns.

Wir freuen uns auf Sie – bien appetit!





ADVENTSMARKT

Handgemacht? Regional? Besonders?



Crista Pelican ist unsere Aktivierungsfachfrau und die Initiantin und Verantwortliche des 1. Adventsmarkts der Casa s. Martin.



Für den **Samstag, 12. Dezember 2026 von 16.00 bis 21.00 Uhr** plant Crista Pelican und das Casa s. Martin Team in Trun einen gemütlichen Adventsmarkt.

Mit diesem Anlass möchten wir in Trun einen weihnachtlichen Ort der Begegnung schaffen. Um dieses Vorhaben umsetzen zu können, laden wir Vereine, Gruppen und Einzelpersonen ein, mit ihren Produkten dabei zu sein.

Wir freuen uns sehr auf Ihre Kontaktaufnahme per Mail an info@casasmartin.ch.





WILLKOMMEN UND ABSCHIED

«Jedem Anfang wohnt ein Zauber inne.»

Ende Oktober geht eine Übergangszeit in der Casa s. Martin zu Ende. Gleichzeitig beginnt ein neues Kapitel.

Die befristete Anstellung von Anna Jäger endet Ende Oktober 2026. Während ihrer Zeit in der Casa s. Martin durfte vieles entstehen, sich verändern und weiterentwickeln. Nun ist der Moment gekommen, die Verantwortung weiterzugeben.

Am **1. November 2026 übernimmt Heike Kausemann** die Leitung der Casa s. Martin. Wir heissen sie herzlich willkommen und wünschen ihr einen guten Start und viel Freude an ihrer neuen Aufgabe.

Willkommen und Abschied gehören zusammen. Deshalb werden wir diesen Übergang gemeinsam begehen. **Am 2. November feiern wir mit unseren Bewohnerinnen und Bewohnern sowie den Mitarbeitenden. Heike heissen wir Willkommen und verabschieden Anna.**

Beide begleiten unsere besten Wünsche, Heike für einen gelungenen Start und Anna für ihren weiteren Weg.

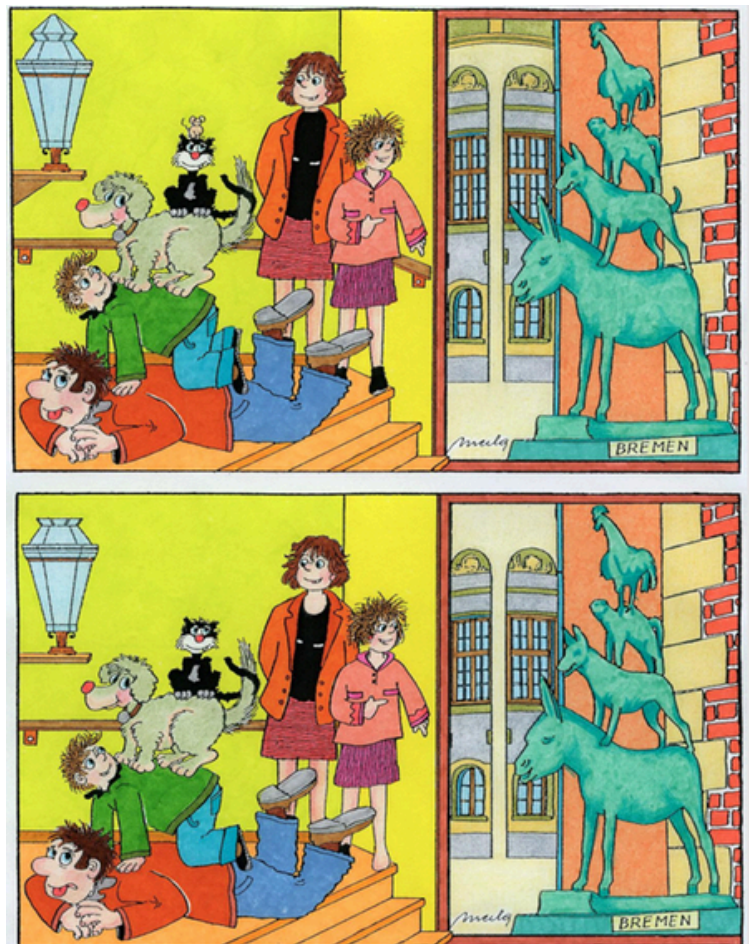
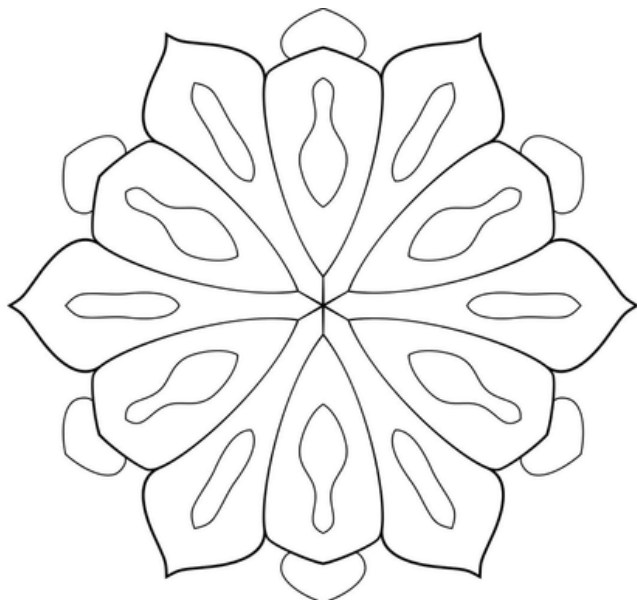
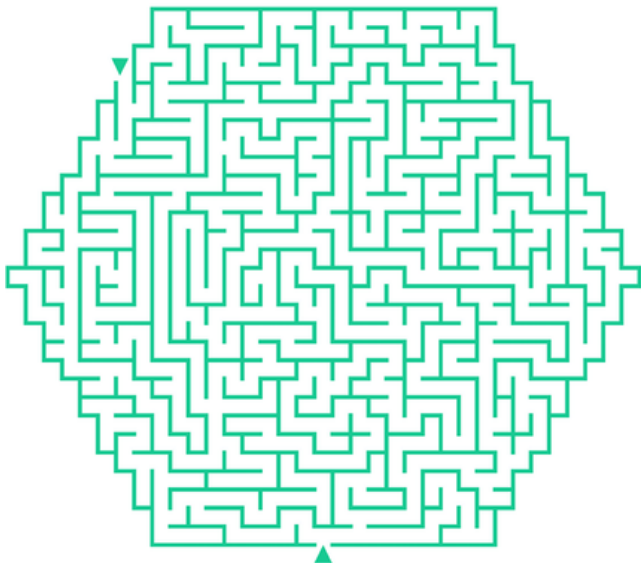
Der Zauber des Übergangs: Das Eine darf weiterziehen, damit das Neue seinen Platz findet. Oder wie im Titel von Hermann Hesse zitiert: «Jedem Anfang wohnt ein Zauber inne.»



BUNA LUNA



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



Der Dumme fragt, der Weise überlegt, der Kluge schweigt.

Konfuzius