

Rückblick: Tanznachmittag

Mit Spannung und grosser Vorfreude haben wir die Tage bis zum 27.01.2026 gezählt: Unser erster grosser Tanznachmittag mit Luca Di Felice und vielen Taxi Dancers stand unmittelbar bevor. Zahlreiche helfende Hände bereiteten alles mit viel Sorgfalt vor - Tische wurden dekoriert, Stühle gestellt, Getränke bereitgestellt und jedes Detail noch einmal geprüft.

Als es 14.00 Uhr war, füllte sich das Müli Café Schritt für Schritt mit erwartungsvollen Gesichtern. Die ersten Bewohnenden sicherten sich die besten Plätze, bevor es um 14.30 Uhr endlich losging. Schon nach den ersten Liedern war klar: Dieser Nachmittag wird etwas ganz Besonderes.

Es wurde gesungen, getanzt, gelacht und geklatscht – und die Atmosphäre war warm, lebendig und einfach zauberhaft. Viele Lieder konnten textsicher mitgesungen werden; manche Melodien weckten Erinnerungen, andere sorgten für echte Überraschungsmomente. Die Taxi Dancers schenkten Sicherheit, Schwung und ganz viel Aufmerksamkeit, sodass wirklich jede und jeder nach Lust und Möglichkeiten dabei sein konnte. Zwischendurch blieb Zeit für kurze Gespräche, ein Glas Wasser oder einen Kaffee, ein Stück Gebäck und das Staunen darüber, wie schnell Musik Brücken baut. Man sah leuchtende Augen, entspannte Schultern, ein mutiges Aufstehen, ein spontanes Mitwippen am Platz – und immer wieder dieses gemeinsame Lachen, das den Raum erfüllte.



Die Zeit verging wie im Flug, weil sich alles leicht anfühlte: ein Miteinander, das trägt, und ein Rhythmus, der verbindet. Ein besonders berührender Höhepunkt folgte zum Abschluss: Jede Bewohnerin erhielt eine Rose, die Luca persönlich überreichte. Die Freude und Rührung waren deutlich sichtbar – kleine Gesten, die lange nachklingen und echte Erinnerungen schaffen.

Auch organisatorisch war es ein Gemeinschaftswerk: vom Aufbau über die Begrüssung bis zur Begleitung auf die Tanzfläche. Die Musik reichte von Klassikern bis zu Evergreens, so dass für jede Generation etwas dabei war. Wer nicht tanzen wollte, genoss die Stimmung vom Tisch aus, sang mit oder klatschte im Takt – und wurde genauso mitgenommen.

Besonders schön war zu spüren, wie sich die Bewohnenden gegenseitig ermutigten: «Komm, nur ein Lied!» – und plötzlich drehte sich ein Paar nach dem anderen. Nach dem letzten Refrain blieb das Leuchten in den Gesichtern, als wäre der Raum voller Musik. Dieser Nachmittag zeigte, wie viel Lebensfreude gemeinsame Momente schenken. Für uns! Für diesen wunderbaren Anlass und die unbezahlbaren Augenblicke bedanken wir uns von Herzen bei allen Beteiligten – und ganz besonders bei Luca di Felice. Die Unterstützung aus allen Bereichen war grossartig und einfach perfekt.

Die Fotos brauchen keine Worte: Wir sind zufrieden, dankbar und tief berührt. Ein herzlicher Dank gilt dem Team Aktivierung.



Guckloch: Lotto Match

Am 31. Dezember 2025 startete im Mülimatt der erste Silvester-Lottomatch. Bereits um 14.30 Uhr füllte sich der Mehrzweckraum rasch bis auf den letzten Platz. Rund 40 Bewohnende nahmen teil und verfolgten gespannt jede gezogene Zahl.

Es wurde gelacht, mitgefiebert, Daumen gedrückt und bei jedem «Lotto» begeistert applaudiert. Die liebevoll vorbereiteten Preise sorgten für zusätzliche Freude, so dass am Ende niemand leer ausging – ein Glücksspiel schaffte sogar vier Lottos. Der fröhliche Nachmittag zeigte einmal mehr, wie wertvoll gemeinsame Erlebnisse sind. Ein herzliches Dankeschön an alle Helfenden für die tolle Unterstützung.



Weisch no? Omas Rezepte

„Fastenwähe“

Zutate:

- 500 g Weissmehl
- 1TL Salz
- 20 g Hefe
- 3 dl Milch, lauwarm
- 40 g Butter, weich
- 1 Ei zum Bestreichen
- Kümmel oder Salz



Mehl und Salz mischen. Die Hefe in der lauwarmen Milch auflösen und zusammen mit der Butter zum Mehl geben. Alles zu einem weichen, geschmeidigen Teig kneten. Zugedeckt an einem warmen Ort etwa 1 Stunde aufgehen lassen.

Den Teig in Portionen teilen, zu Rollen formen und leicht flach drücken. Zu ovalen Ringen legen und in der Mitte vier kurze Schlitze einschneiden – so entsteht die typische Fastenwähen-Form.

Mit Ei bestreichen, Kümmel darüberstreuen und bei 200 Grad ca. 15–20 Minuten goldbraun backen.

En Guete!

Leben und Arbeiten im Mülimatt – das Portrait: Natascha Belarbi (Leiterin Aktivierung)

Natascha, wie war Dein beruflicher Werdegang?

Ich habe vor vielen Jahren meine Lehre als Zahnarztgehilfin erfolgreich abgeschlossen. Über 20 Jahre habe ich dann auf diesem Beruf gearbeitet und mochte den Kontakt zu den Patienten immer sehr. Gefühlt schon immer hatte ich einen guten Draht zu älteren Menschen und suchte dann einen Weg, dies zu meinem Beruf machen zu können. Somit bot sich die Gelegenheit, den SRK-Kurs als Pflegehelferin mit anschliessendem Praktikum zu absolvieren. Nach dem Praktikum folgte die Festanstellung und kurze Zeit später durfte ich notfallmässig in der Aktivierung mithelfen, da es einen längeren Engpass in der Institution gab. Nach wenigen Tagen war klar, was ich in Zukunft machen wollte....

Es folgte die dreijährige Ausbildung in der LeA Schule in Thun (Schule für Lebensbegleitung im Alter) mit anschliessender Weiterbildung Teamleiter bei Curaviva in Bern. Nach einem kurzen Zwischenstopp im GRITT bin ich nun im Mülimatt gelandet und happy, meine Leidenschaft und mein Herzblut zum Beruf machen zu können.

Welche Aufgaben hast Du und das Team Aktivierung?

Für mich hat die Aktivierung verschiedene Aufgaben. Wir versuchen, den Bewohnenden eine Tagesstruktur zu bieten. Das wöchentliche Angebot soll möglichst viele verschiedene Bedürfnisse abdecken. Im Fokus stehen immer Bewohnende und ihre Tagesverfassung. Sie sollen situationsgerecht gefördert und gefordert werden. Sie sollen Spass haben und fühlen, dass sie erwünscht und willkommen sind. Nicht alle Bewohnenden wollen an den Aktivitäten teilnehmen. Die Wünsche und Gewohnheiten sind wichtig und richtig und sollen respektiert werden.

Die Aktivierung kann ein wertvolles Bindeglied zwischen Pflege, Roomservice und Bewohnenden sein. Es entstehen viele persönliche Ge-

spräche in den Angeboten zwischen der Aktivierung und den Bewohnenden. Auch in Krisensituationen kann es Aufgabe der Aktivierung sein, zu unterstützen oder Hilfe anzubieten. Ich verstehe es als selbstverständlich, auch in schwierigen Situationen im Miteinander die besten Lösungen zu finden.

Natürlich sind wir auch für verschiedene Anlässe zuständig und stehen in enger Zusammenarbeit mit Gisela Studer, Emmanuelle Carron und Emanuel da Silva. Die gute Zusammenarbeit ist ein wichtiger Bestandteil, damit die Planung

nehmen. Ich wollte die Chance nutzen, neuen Wind ins Mülimatt zu bringen, eine engere interdisziplinäre Zusammenarbeit mit allen Bereichen zu fördern und jegliche Unterstützung zu bieten, die meinem Team und mir zur Verfügung stehen. Auch die Einarbeitung mit den nun fast 30 freiwilligen Mitarbeitenden benötigte etwas Zeit. Die vielen Terminierungen und Einsätze fordern mich noch immer. Es ist grossartig, so viel Unterstützung fürs Mülimatt zu erhalten und den Bewohnenden mit dem Freiwilligen-Einsatz «Extra-Zeit» zu schenken.

Ich durfte ein Team übernehmen, das alles mitträgt, jegliche Ideen unterstützt und sehr gut mit meiner «sehr fordernden Art» umgehen kann. ☺

Welche Aufgaben machst Du am liebsten?

Für mich sind die Begegnungen mit den Bewohnenden die schönsten Momente. Ein Lächeln, ein Winken oder Augenzwinkern sind unbezahlbar und wertvoll. Es zeugt von beidseitigem grossen Vertrauen. Es sind auch die Grossanlässe, die ich von Herzen mag. Zu sehen, wie Musik oder Tiere die Herzen aller berühren können, sind pure Glücksmomente.

Meine Hobbies:

Privat war Handball viele Jahre meine grosse Leidenschaft. Als Spielerin, als Spieler-Trainerin einer Damenmannschaft und zum Schluss Trainerin eines Juniorenteams habe ich viel Zeit in den verschiedenen Turnhallen in der ganzen Schweiz verbracht. Eine

Zeit, die ich trotz körperlichem Verschleiss nicht missen möchte. Heute begleite ich meine beiden Söhne zu vielen Fussball- und Handballspielen und bin als treuer Fan wieder quer durch die Schweiz unterwegs.

Seit einiger Zeit bin ich nur noch mit ein bisschen TRX-Training und Nordic Walking unterwegs und suche meine Grenzen an verschiedenen 50-km-Läufen (und ich bin nicht die Einzige im Mülimatt). Vielleicht erklärt dies für manchen meinen schnellen Schritt....



und Organisation gut funktionieren. Auch die Unterstützung des technischen Dienstes ist von grosser Bedeutung. Die verschiedenen Anlässe sollen Abwechslung, Freude und Emotionen in den Alltag bringen. Ganz nach dem Motto: „Man kann dem Leben nicht mehr Tage geben, aber den Tagen mehr Leben.“

Welche Herausforderungen boten sich im letzten Jahr?

Ich durfte im vergangenen Oktober die Leitung der Aktivierung und der Freiwilligenarbeit über-

Brennpunkt - Weihnachts-Schreibwerkstatt

Im Dezember verwandelte sich das Mülimatt in eine kleine Weihnachtswerkstatt voller Wärme, Begegnungen und besonderen Augenblicken. Bewohnende, Mitarbeitende, Angehörige und Gäste waren eingeladen, zu Stift und Karte zu greifen und ihren Mitmenschen mit persönlichen Worten eine Freude zu bereiten. An den Standorten in Haus A und Haus B standen Tische mit Karten, Stiften und allem nötigen Material bereit – und schon bald glühten im ganzen Haus die Stifte.

Was als einfache Idee begann, entwickelte sich rasch zu einem echten Herzensprojekt. Bereits in der ersten Woche wurden zahlreiche Karten geschrieben, und bis Ende Dezember kamen beeindruckende **280 Weihnachtskarten** zusammen. Mit tatkräftiger Unterstützung unserer Bewohnenden wurden sie persönlich im Haus verteilt. Täglich waren «Postboten» unterwegs und sorgten dafür, dass jede Botschaft ihren Weg fand. Die Wirkung war deutlich spürbar: Strahlende Gesichter, leuchtende Augen und immer wieder berührende Momente zeigten, wie viel ein paar ehrliche Worte bewirken können. Ein kurzer Gruss, ein Lächeln oder eine kleine Aufmerksamkeit machten den Alltag heller und liessen den Zauber der Adventszeit im ganzen Mülimatt lebendig werden.

Die Schreibwerkstatt hat einmal mehr gezeigt, wie wertvoll Achtsamkeit, Wertschätzung und kleine Gesten im Miteinander sind. Oft sind es gerade die einfachen Dinge, die grosse Freude schenken und Menschen verbinden. Im Namen des MüliBLATTS wird dem Team Aktivierung ein herzliches Dankeschön für diese wundervolle und herzvolle Idee ausgesprochen, die so viele besondere Momente ermöglicht hat.

