

Momo-News

Oktober 2025



Es herbstet

Liebe Bewohnende der Stiftung
Haus Momo, liebe Kita-Eltern
und liebe Angehörige

Der Wind eilt von irgendwo nach überall,
wirbelt und tost und pfeift und windet,
spielt mit dem Laub. «Es herbsteleet», liess
eine Bewohnerin bei uns am Empfang ver-
lauten. Tatsächlich! Auch bei uns im Momo
stehen die Zeichen auf Herbst! Gerade erst
noch haben wir das Gartenfest gefeiert
und den blühenden Garten genossen. Nun
verfärbt sich das Grün. Auch die Dekora-
tion im Momo ist auf Wind und Wetter ge-
trimmt. Alles ist in Bewegung.

Es freut mich, Sie über folgende Entwick-
lungen in der Stiftung Haus Momo zu in-
formieren:



Ausbau des Aktivierungsangebotes



Gerne möchten wir Sie über einige Änderungen und Neuerungen im Rahmen unserer Aktivierungsangebote informieren. Da wir unser Team mit mehreren neuen Mitarbeiterinnen verstärken dürfen, freuen wir uns darauf, künftig zusätzliche Gruppenangebote einzuführen, die sich an den Wünschen unserer Bewohnenden orientieren. Geplant sind beispielsweise eine **Backgruppe** und eine **Gartengruppe** sowie neu **Tonen in Einzeln** und **Virtual Reality-Brille**.

Auch die **Ausflugsgruppe** wird neu saisonal gestaltet: IM HERBST UND FRÜHLING werden wir wöchentliche Ausflüge anbieten. WÄHREND DES HOCHSOMMERS werden hingegen andere Angebote wie eine Sommerbar, ein grosser Lottomatch oder generationenübergreifende Aktivierungssequenzen stattfinden. IM WINTER gibt es traditionell viele andere Angebote im Haus, wie beispielsweise gemeinsames Guetzli-Backen, Geschichten-Hören oder andere stimmungsvolle Aktivitäten, sodass die Ausflüge in dieser Zeit bewusst in den Hintergrund treten.

Die saisonalen Ausflüge werden nicht mehr stockwerkweise, sondern in gemischten Gruppen durchgeführt, um die Vernetzung und den Austausch unter den Bewohnenden zu fördern.



Veranstaltungen

Rückblick - Veranstaltungen im September

Ausflüge ans Rheinbord



«Gestert het dr Turnus mitem 1.Stock gändet und si no es letzmol (für das Joor) an Rhy. Sie heis sehr gnosse. Usserdem isches dr letzti Usflug mit Karin Ruf gsi, was es bsunders Gfühl gsi isch.»

Tschüss Karin!

Am 23. September haben wir Karin Ruf intern verabschiedet. Wir trafen im Mehrzweckraum zusammen, Personal aus allen Abteilungen, die Institutionsleitung und natürlich: Karin Ruf! Nach über zwei Jahrzehnten fällt es schwer sich zu verabschieden. Karin hat die Aktivierung und auch das Momo mitgeprägt. Die Bewohnenden standen für sie immer an erster Stelle. Sie hat angepackt. Und sie hat dafür gesorgt, dass auch andere anpacken. Ob Mitarbeitende oder Bewohnende. Statt vieler Worte liess sie ihre Handlungen für sich reden. So auch beim Abschied: Sie hat uns aufgefordert mit ihr einen Kreistanz auszuüben. Aktivierung eben! Elia Blockey spielte auf der Handorgel, während wir unter der Führung von Lukas Hartmann das Tanzbein schwingten. Was für ein Gaudi!

Liebe Karin, vielen Dank für deinen langen Einsatz! Es war schön mit dir zu arbeiten, von dir zu lernen und durch dich aktiviert, ja, bewegt zu werden! Wir wünschen dir für die Zukunft alles Gute und freuen uns, wenn du uns mal einen Besuch abstatte.

Foto: Karin im Einsatz am «Movement»



Movement

Am Freitag und Samstag, 5. Und 6. September, fand die Veranstaltung «Movement» statt. Sie wurde durch das Studio-Klangraum realisiert. Mit dabei war unsere Aktivierung. Bei dem Anlass handelte es sich um eine Führung im Rollstuhl. Dabei wurden die Augen verbunden, sodass die übrigen Sinne stärker angesprochen werden. Wir haben für Sie gesammelt, was die Bewohnerinnen zur Sinnesreise sagten:

„Ich hatte das Gefühl als käme ich von einer langen Reise zurück“

„Für mich war es eine Bereicherung, aber es braucht Vertrauen“

„Man ist am gleichen Ort und jeder empfindet etwas Anderes“

„Die Musik schien fern, und plötzlich ganz nah.“

„Ich hatte nie Angst während der Reise.“

„Es ist schon ein komisches Gefühl, wenn man nichts sieht. Man braucht Vertrauen.“



Jassen

Am 10. September fand im Café Momo der Jass-Nachmittag statt. Vielen Dank an alle, die mit dabei waren! Wir freuen uns auf ein andermal!

Ausblick - Veranstaltungen im Oktober

Mi., 8. Oktober, 10 Uhr **Gottesdienst im Momo** mit
Pfarreiseelsorgerin Anne Lauer

Do., 30. Oktober, 15 Uhr **Heimführung** für interessierte
Seniorinnen und Senioren

25. Okt. bis 11. Nov. Ausflüge an die **Herbstmesse**

Regelmässig stattfindende Veranstaltungen:

montags	09:45–11:00	Gedächtnistraining	3. Stock	Jessica Lauber
	09:45–10:45	Eurythmie	Turnsaal	Elia Blockey
	14:30–16:00	Malen	Werkraum	Karin Ruf
dienstags	09:45–11:00	Handarbeiten	Werkraum	Karin Schaub
	14:00–16:00	Backgruppe	Werkraum	Christiane Plüss
mittwochs	09:45–11:00	Männerriege	3. Stock	Jessica Lauber
	14:30–16:00	Aktivierung	EG	Sara Rotonda
donnerstags	09:45–11:00	Bewegung mit Kita	Turnsaal	Elia Blockey
	14:30–15:30	Kinonachmittag	Turnsaal	Karin Schaub
freitags	09:45–13:00	Kochgruppe	Werkraum	Anna Gass
	09:45–10:45	Aktivierungsgruppe	Erdgeschoss	Karin Ruf
	15:00–16:00	Bewegungsgruppe	Turnsaal	Anna Gass

Wissensschatz: Gleichgewicht

Die Physiotherapie informiert zum Thema Gleichgewicht und Sturzprofilaxe:

Unser Gleichgewicht wird von verschiedenen Faktoren beeinflusst, ein wichtiger Teil ist das Gleichgewichtsorgan. Es befindet sich im rechten und linken Innenohr.

Verschiedene Krankheiten, z.B. Arthrose in Hüfte oder Knie, aber auch bestimmte Medikamente können das Gleichgewicht so beeinflussen, dass Störungen auftreten. Die Störungen des Gleichgewichts mit den daraus resultierenden Gangstörungen sind häufig der Grund dafür, warum ältere Menschen ein hohes Sturzrisiko haben. Sie können beim Stolpern nicht so rasch reagieren und verfügen oft auch nicht mehr über die Muskelkraft, den Sturz abzufangen. Das Verletzungsrisiko steigt.

Nutzen Sie unseren Gleichgewichtsparcours im Momo Garten und verbessern Sie Ihr Gleichgewicht.

Unser Gleichgewichtsparcours ist ein gemeinsames Projekt von Tamaris Klingenberg, Heimleitung und Beatrice Bippus, Physiotherapie Momo. Er besteht aus einem einfacheren und einem schwierigeren Bereich. Die unterschiedlichen Materialien des Weges dienen dazu, Ihr Gleichgewicht zu trainieren. Der einfachere Bereich ist ohne Treppe. Wir empfehlen Ihnen, mit diesem anzufangen. Zuerst vorwärts gehen, dann an Ort stehen bleiben. Man kann auch die Augen schliessen, somit fällt ein Sinnesorgan weg und es wird schwieriger, das Gleichgewicht zu halten. Fortgeschrittene können auch rückwärts oder seitwärts laufen.

Wir empfehlen Ihnen den Gleichgewichtsparcours immer mit einer Hilfsperson zu nutzen.

Bitte beachten Sie, dass die Nutzung unseres Gleichgewichtsparcours auf eigenes Risiko erfolgt.



Aus dem Leben von

Florian Obert und **Beatrice Bippus**
im Momo seit Mai 2025 (Florian) bzw. 2010 (Bea)

Diesen Monat stellen wir Ihnen im Interview gleich zwei Personen vor: Bea Bippus und Florian Obert! Sie bieten gemeinsam Physio-Therapie in der Stiftung Haus Momo an.



Was war euer bisheriger Werdegang?

Bea: Ich hatte als Kind schon selbst Erfahrung mit der Physiotherapie, und daraus gestaltete sich dann auch mein Berufswunsch. 1990-93 habe ich dann die Ausbildung abgeschlossen und danach in verschiedenen Praxen und Kliniken in Basel-Stadt und Aarau gearbeitet. In Aarau war ich unter anderem als Sportphysiotherapeutin tätig und habe den TV Suhr, Nationalliga A im Handball betreut. Im Jahr 2000 habe ich mich dann selbstständig gemacht und habe in einer Praxis an der Dornacherstrasse als selbständig arbeitende Physiotherapeutin einen Platz gefunden.

Florian: Ich habe im 2002 meine Ausbildung zum Physiotherapeuten abgeschlossen. 2003 habe ich dann im Felix Platter-Spital gearbeitet und war danach in verschiedenen anderen Kliniken tätig, wie zum Beispiel der Schmerzklinik in Basel oder dem Paraplegikerzentrum in Nottwil.



Wie seid ihr zum Momo gekommen?

Bea: Als ich in der Praxis an der Dornacherstrasse war, hatte ich zwei Pflegefachfrauen aus dem Momo als Patienten. Die Beiden haben mich dann gefragt, ob ich nicht Lust

hätte, im Momo Hausbesuche anzubieten. So kam ich später mit Isabelle Wassermann ins Gespräch und nach einem Jahr, in dem ich nur Hausbesuche im Momo machte, wechselte ich dann ganz hierher.

Florian: Ich bin über eine gemeinsam bekannte Physio- und Boeger-Therapeutin zum Momo gestossen. (Anmerkung d. Redaktion: die Boeger-Therapie ist eine Therapieart, die sich auf das Lösen von Narben und Faszien spezialisiert.)

Habt ihr eine besondere Spezialisierung?

Bea: Ich habe viele Weiterbildungen in alle möglichen Richtungen absolviert.

Florian: Ich bin unter anderem auf manuelle Therapie spezialisiert, also den eigenen Bewegungsapparat. Dazu kommt noch MTT (Medizinische Trainingstherapie), Kinesiotape sowie die soeben erwähnte Boeger-Therapie.

Was motiviert euch bei der Arbeit?

Bea: Der Mensch selber! Die Möglichkeit, den Menschen beim Gesundwerden zu unterstützen und ihm Mut zu machen, ihm neue Möglichkeiten zu bieten und alte, verlorengegangene Fähigkeiten wiederzuerwecken bedeutet mir sehr viel.

Florian: Dass jeder Tag neue, wechselnde Herausforderungen bringt. Freundliche, aufgestellte Mitarbeiter sowie Bewohner und Patienten sind für mich ebenfalls eine grosse Motivation, ebenso die Erfolge, die ich mit meinen Patienten erzielen kann und ihre Zufriedenheit.

Was ist euch besonders wichtig – im Leben wie auch bei der Arbeit?

Bea: Mir ist es wichtig, mit einem Lächeln durchs Leben zu laufen. Freundlichkeit und Rücksichtnahme sind für mich ebenfalls sehr wichtige Fähigkeiten. Ich versuche, stets mit einem offenen Herzen und viel Aufmerksamkeit gegenüber Mensch, Tier und Pflanze zu leben.

Florian: Für mich ist es wichtig, freundlich, aufgestellt und offen zu sein, aktiv nach Lösungen zu suchen und den Moment zu achten und schätzen.

Wie würdet ihr das Momo beschreiben?

Bea: Das Momo war für mich immer wie eine Oase der Ruhe. Ich komme morgens aus dem lauten, stressigen Strassenverkehr zur Arbeit und bin sofort entspannt – eben wie in einer Oase.

Florian: Ein schön gelegenes und übersichtliches APH mit freundlichen Bewohnern und Mitarbeitern.



Was sind eure Ziele für die Physiotherapie im Momo? Gibt es Ideen oder Neuigkeiten, die ihr gerne einbringen möchtet?

Bea: Bis jetzt war die Physiotherapie Momo vor allem für Bewohner*innen und Mitarbeiter*innen da. Nun möchten wir uns auch für Externe beziehungsweise das Quartier öffnen. Die Menschen sollen die Physio Momo sehen, erkennen und nutzen können. So war ich letztens zum Beispiel im Gespräch mit einer Angehörigen, der gar nicht bewusst war, dass auch Aussenstehende das Angebot nutzen können. Mir ist wichtig, dass sich dies ändert.

Florian: Das Angebot der Physio Momo mit unter anderem der Boeger-Therapie zu erweitern, ist mein Ziel.



Was begeistert euch ausserhalb der Arbeit? (Hobbies etc. – ev. umschreiben oder Frage herausnehmen)

Bea: Die Natur! Ich gehe sehr gerne im Wald spazieren und geniesse die Pflanzen und die Ruhe. Auch Pilze sammeln gehe ich im Herbst sehr gerne. Ich sammle aber nur zwei Sorten, da ich mir bei diesen sicher bin, dass sie geniessbar sind. Ansonsten bin ich immer von gutem Essen zu begeistern. Zum Glück ist mein Mann ein begeisterter Koch, denn das Kochen liegt mir nicht so – da würde ich eher zum Backblech greifen.

Florian: Auch ich gehe sehr gerne mit kleinen Auszeiten in der Natur Energie tanken. Die Vielfältigkeit der Natur ist ein wichtiger Ruhe- und Energiepol für mich.



Was begeistert euch? Was ist eure Leidenschaft?

Bea: Ich konnte meine Leidenschaft zum Beruf machen – die Physiotherapie!

Florian: Kleine Dinge im Leben zu schätzen. Menschen mit positiver Ausstrahlung. Die Vielfältigkeit und Schönheit der Natur.



Basierend auf eurer Erfahrung aus der Physiotherapie, was ratet ihr uns zu tun oder zu unterlassen?

Bea: Achtet gut auf euren Körper! Es ist wichtig, Warnsignale wahr- und ernstzunehmen. Oft ist der Körper schlauer als wir und gibt uns schon sehr früh Bescheid, wenn etwas nicht stimmt. Was ich auch für sehr wichtig halte, ist, Zeit für Ruhe zu finden. Einfach einmal Innehalten und Nichtstun, eigene kleine Ruhe-Oasen suchen, einen Weg zur inneren Entspannung finden.



Welches Motto habt ihr?

Florian: Mein Motto ist: Bleibe gesund, aber mach auch was dafür! Bewegung ist wichtig für eine positive Lebensqualität.

Bea: «Jeder ist ein Genie! Aber wenn du einen Fisch danach beurteilst, ob er auf einen Baum klettern kann, wird er sein ganzes Leben glauben, dass er dumm ist.» – Albert Einstein (1879-1955)

Informationen zur Physiotherapie finden Sie auf der Website:

<https://www.physio-momo.ch/>

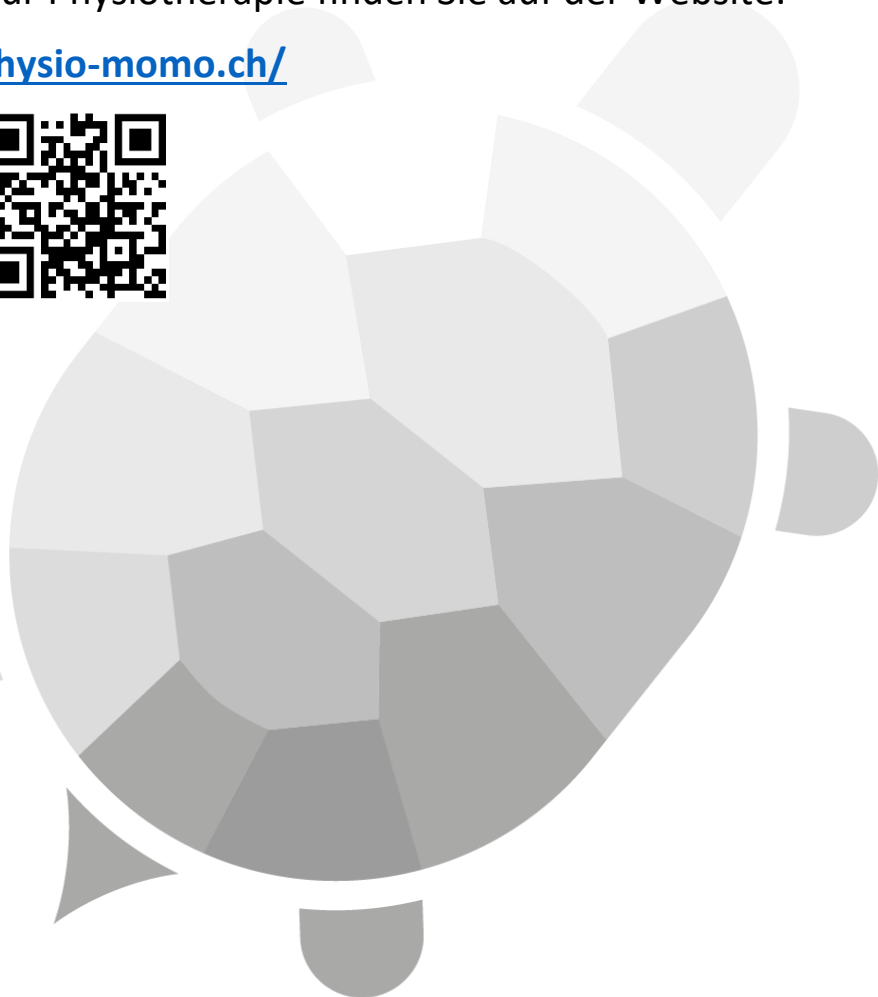


Kontakt:

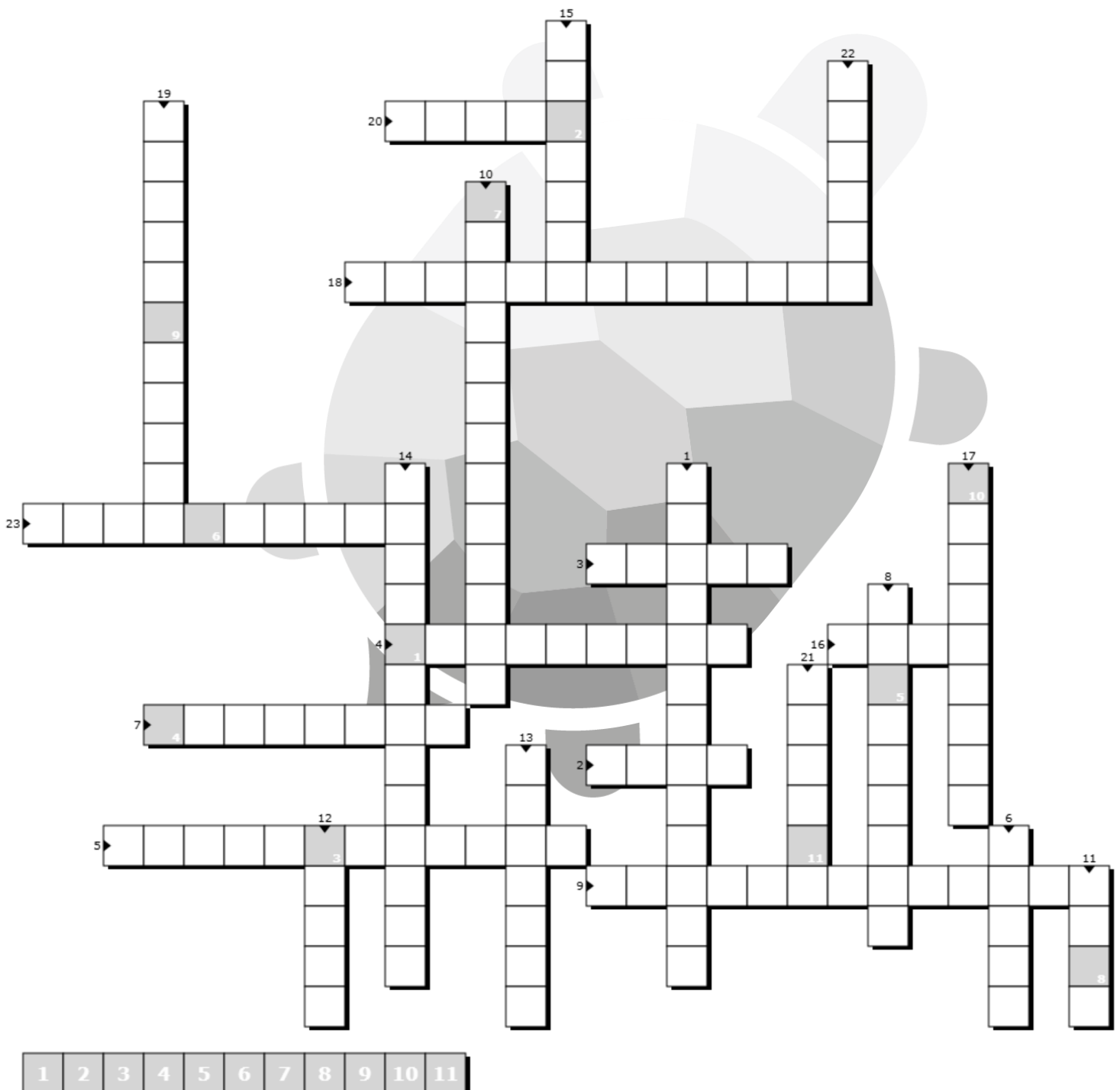
Beatrice Bippus

Florian Obert

Tel. 076 335 17 51



Kreuzworträtsel



Fragen zum Kreuzworträtsel

1. Fest zum Dank für Garten- und Ernteerträge
2. Weht das Laub von den Bäumen
3. Versteckt sich im Herbst hinter Nebel und Wolken
4. Gruseliges Fest, ursprünglich aus Irland stammend
5. Manche Tiere halten dies über die kalten Monate
6. Heftiger Wind
7. Bedecken im Herbst den Boden
8. Haben eine stachelige Schale
9. Laternen, die Kinder im November für einen traditionellen Umzug schnitzen
10. Mit diesem Instrument wird die Basler Herbstmesse eingeläutet
11. Stacheliges Tier
12. Dieses Wetter erlebt man oft im Herbst
13. Lässt man bei windigem Wetter steigen
14. Tier, das im Herbst gerne Futter für den Winter vergräbt
15. Man kann ihn aushöhlen und eine Kerze hineinstellen
16. Werden im Herbst kürzer
17. In diesem Monat fängt der Herbst an
18. Vertreibt Vögel vom Feld
19. Wenn es regnet, sollte man dies dabei haben
20. Wachsen im Herbst im Wald
21. Ziehen im Herbst gegen Süden
22. Diese Beere wird im Herbst geerntet und oft zu einem beliebten Getränk weiterverarbeitet
23. Diese Süßigkeit ist eine Schweizer Spezialität und an der Herbstmesse sehr beliebt

Lösungswort: Herbstmesse

- | | |
|-----|---------------|
| 13. | Drachen |
| 14. | Eichhörnchen |
| 15. | Kurbis |
| 16. | Tage |
| 17. | September |
| 18. | Vogelscheuche |
| 19. | Regenschirm |
| 20. | Pilze |
| 21. | Vogel |
| 22. | Traube |
| 23. | Rahmtäfel |

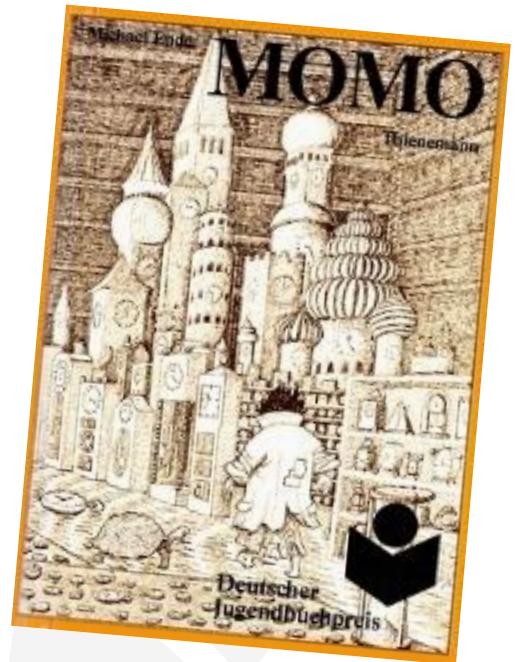
- | | |
|-----|---------------|
| 1. | Erntedankfest |
| 2. | Wind |
| 3. | Sonne |
| 4. | Halloween |
| 5. | Winterschlaf |
| 6. | Sturm |
| 7. | Blaetter |
| 8. | Kastanien |
| 9. | Raebeliechti |
| 10. | Maessgloeggli |
| 11. | Igel |
| 12. | Regen |

Lösungen:

Unser Buchtipp:

«Momo» von Michael Ende

Ob jung, ob alt, Pflegeheim, Kita, oder Mitarbeitende: Momo muss man einfach kennen! Die Stiftung Haus Momo ist benannt nach dem Buch «Momo» von Michael Ende. Der Untertitel lautet: «Die seltsame Geschichte von den Zeit-Dieben und von dem Kind, das den Menschen die gestohlene Zeit zurückbrachte.» Das Werk erschien 1973 und gewann bereits 1974 den Deutschen Jugendbuchpreis. Den Verfasser, Michael Ende, kennen Sie vielleicht schon von «Jim Knopf und Lukas der Lokomotivführer» und «Die unendliche Geschichte».



Momo ist ein junges Mädchen, das zwar etwas verlaust aussieht, aber ein grosses Herz und immer ein offenes Ohr für die Menschen in ihrem Umfeld hat. Sie ist eine richtig gute Zuhörerin. Schwierig wird das mit dem Zuhören erst, als Momo auf Kassiopeia trifft. Kassiopeia ist eine Schildkröte. Die kann nicht reden, sodass das Zuhören nicht ganz einfach ist. Momo nimmt sich der Herausforderung trotzdem an. Sie gibt sich alle Mühe auch dieser neuen Freundin zuzuhören. Als es darauf ankommt, können sich die beiden verständigen. Genau das ist Momos Gabe. Sie kann Zuhören und die Leute dazu bringen wieder zu träumen, zu reden und zu erblühen.

Ganz anders als Momo sind die ominösen Herren im grauen Anzug. Sie sind Agenten der Zeitsparkasse, die alles in Zahlen verpacken. Sparen sollen die Menschen! Und zwar Zeit! Was der Sache nicht dient, muss weg. Bis nichts als grauer Alltag, Asche und Staub übrig bleiben. Was gut und was schlecht ist, wissen angeblich nur sie. Kein Wunder, dass Momo sich dagegen auflehnt! Sie organisiert einen Aufstand der Kinder. Das Ringen zwischen der strengen Welt der Erwachsenen und der bunten der Kinder beginnt.

Aber darüber, über die Zeitblumen oder den Meister Hora dürfen wir hier noch nichts verraten. Das Buch will schliesslich gelesen werden! Da wollen wir nichts vorwegnehmen! Viel Spass bei der Lektüre.

Eine schöne Herbstzeit!

T. Klingenberg

Tamaris Klingenberg
Institutionsleitung



Impressum

Herausgeber:	Stiftung Haus Momo, Bruderholzstrasse 104, 4053 Basel
Website:	www.momobasel.ch
Kontakt:	Telefon: 061 367 85 85; Email: info@momobasel.ch
Zustellung:	Bewohnende, Angehörige der Kita, Mitarbeitende und Freunde der Stiftung.
Redaktionsschluss:	Dienstag, 28. Oktober 2025; 12:00 Uhr.