

1 | 2026

Grashalm



vier wiesen

mis dihei – erfrischend anders

4 | Ausbildungsplatz

Ruth Hildinger
Marc Peter

8 | WG-Alltag

WG Honiggras
WG Lavendel
WG Malve
Tagesstätte Bienenhaus

19 | Agenda

Ausblick



Willkomme
i mim Dihei





Liebe Leserin, lieber Leser

In dieser Ausgabe schauen wir auf diverse Anlässe des vergangenen Jahres, respektive auf den Jahreswechsel zurück.

In den ersten beiden Berichten wird vier wiesen von zwei unserer Mitarbeitenden als Ausbildungsplatz vorgestellt.

Dann dürfen wir Peter, unseren neuesten Bewohner auf der WG Honiggras, kennenlernen.

Mit dem nächsten Artikel wechseln wir zur WG Lavendel, wo über Atemtherapie und Bewegung berichtet wird und wir dürfen mit einer Bildcollage an ihrer Adventszeit teilhaben.

Ausserdem zeigt uns die WG Malve mit ihrem Bericht und den Fotos, was für ein gemütliches und genussvolles Weihnachten sie zusammen erleben durften und die Tagesstätte Bienenhaus nimmt uns mit zu ihrem Weihnachtsessen im Ziegel oh Lac.

Zu guter Letzt möchten wir uns an dieser Stelle für Ihre treue Unterstützung bedanken. Gerne rechnen wir auch in diesem Jahr wieder mit Ihnen.

Und nun wünsche ich Ihnen viel Spass beim Lesen des 1. Grashalms 2026.

Natascha Inauen, Institutionsleiterin





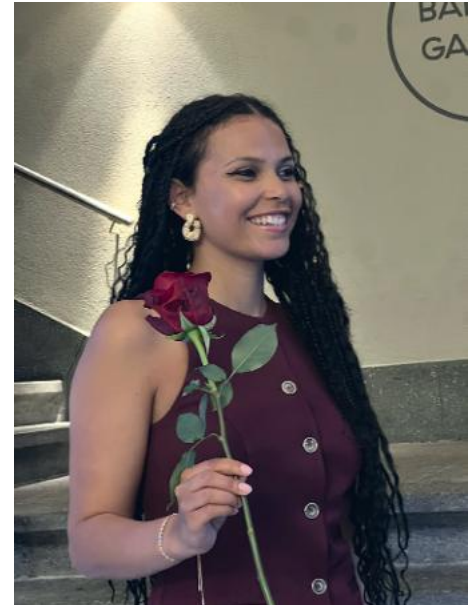
Ausbildungsplatz als Sozialpädagogin

Auf der Wohngruppe Malve hatte ich die Möglichkeit, von 2021 bis 2024 meine dreijährige Ausbildung als Sozialpädagogin HF zu machen. In dieser Zeit konnte ich die theoretischen Inhalte aus dem Studium in der Praxis anwenden und vertiefen. Besonders geschätzt habe ich, dass mir genügend Freiraum gegeben wurde, um eigene Erfahrungen zu sammeln und Verantwortung zu übernehmen. Die

Arbeit mit den Bewohnenden habe ich als sehr bereichernd erlebt, da jede Person mit ihren individuellen Fähigkeiten, Bedürfnissen und Persönlichkeiten den Alltag geprägt hat. Durch die tägliche Begleitung konnte ich lernen, flexibel auf unterschiedliche Situationen einzugehen und die Selbstständigkeit, sowie die Teilhabe der Bewohner/-innen zu fördern.

Mein Praxisbegleiter war eine grosse Unterstützung, genauso wie auch das Malve-Team. Es waren alle offen und hilfsbereit. Bei Fragen konnte ich mich stets an sie wenden. Umso mehr hatte es mich gefreut, dass ich nach der Ausbildung als Festangestellte bleiben konnte.

Ruth Hildinger



Ein Ausbildungsplatz in den vier wiesen –

Hohe Eigenverantwortung mit fairen Benefits

Der Verein vier wiesen bietet auf insgesamt drei Grosswohngruppen zwischen ein und zwei Ausbildungsplätze an. Diese sind: Fachperson Betreuung EFZ, Sozialpädagogik HF und Sozialbegleitung.

Der Einstieg erfolgt meist durch ein Praktikum. Anhand diesem wird ersichtlich, ob sich die Person für die entsprechende Ausbildung und unseren Arbeitsalltag eignet.

Vier wiesen setzt viel auf Eigenverantwortung. So werden früh Kompetenzen an die Auszubildenden überge-



Die Arbeit mit den Auszubildenden bereitet mir grosse Freude.

ben, um das Lernfeld möglichst weit zu öffnen. Dies geschieht beispielsweise in Form von autonomen Arbeiten, (begleitete) Bezugspersonenarbeit, Organisieren von Ferienlager, aktivem Mitbestimmungsrecht an Sitzungen, usw.

Jede auszubildende Person wird von einem Praxisanleitenden während der

gesamten Ausbildung begleitet. Es finden regelmässig Sitzungen statt. Diese dienen als Gefäss für Lernfragen, Schwierigkeiten im Arbeitsalltag, Diskurse über Thematiken des Schulstoffs und dem gemeinsamen Erarbeiten und Auswerten von Praxiszielen für den Transfer.

In den vier wiesen durfte ich, nebst



den Praktika, zwei Ausbildungen geniessen. Ich schloss zunächst den Fachmann Betreuung EFZ und gleich anschliessend das HF-Diplom zum Sozialpädagogen ab. Einige Jahre später folgte der Praxisanleiter mit Branchenzertifikat. Die verschiedenen Ausbildungen helfen mir, die Situationen der Auszubildenden besser zu verstehen, da ich diese selbst miterlebt habe. Bis vor kurzem begleitete ich zwei Studierende und zwei Personen im Praktikum. Momentan ist es ein Studierender Sozialpädagogik HF.

Rückblickend merke ich, wie wichtig es ist, eine gewisse Portion an mentaler Reife in unserer täglichen Arbeit mitzubringen. Wie bereits erwähnt, ist ein autonomes Arbeiten gefordert. Es müssen innert kurzer Zeit rasch Ent-

scheidungen gefällt werden und man begleitet bis zu acht Bewohner/-innen in einer Schicht. Wichtig dabei ist in diesem Zusammenhang die transparente und enge Zusammenarbeit. Somit ist eine stetige Kommunikation mit den Fachpersonen im Team aber auch im schulischen Kontext essenziell, um die Ausbildung erfolgreich zu meistern. Die Arbeit mit den Bewohner/-innen in unserer Institution erfordert viel Feingefühl und auch eine gewisse Offenheit bei Konflikten. Der Spiegel wird einem oft und sofort hingehalten, was die eigene Reflexion anregt.

Um diese Anforderungen täglich mit grossem Engagement und Freude zu meistern, bietet vier wiesen allen Mitarbeitenden mindestens sechs Wochen Ferien. Die meisten Schul-

tage werden als normale Arbeitszeit angerechnet und es wird darauf geachtet, dass der Schichteinsatzplan fair ist. So bekommt man nach einer Blockwoche idealerweise die Wochenenden frei und hat keinen Pickettdienst.

Die Arbeit mit den Auszubildenden bereitet mir grosse Freude.

Besonders dann, wenn ich meine Erfahrungen und mein Wissen weitergeben darf und wenn die Studierenden kleinere oder grössere Erfolge meistern. Es freut mich zudem, wenn ich nach deren Abgang hin und wieder etwas von ihnen höre. Ich versuche die individuellen Lernbedürfnisse wahrzunehmen und zu behandeln, bin aber auch beharrlich bei Lernfeldern, die aus unserer Sicht «einfach



sitzen müssen». Diese Funktion erfordert viel Feingefühl, Empathie und Mut zur Lücke. Denn auch als ausgereifter Fachmann ist man nie die «allwissende Gottheit». Mein Vater, der während seiner arbeitstätigen Zeit bis zu elf Lernende begleitet hat, pflegte immer zu sagen: «Siehe es als eine Teamarbeit an und lass dir keinen Zacken aus der Krone fallen, wenn auch du noch offene Lernfragen hast». Dieser Satz ist mir bis heute geblieben und diesen versuche ich oft zu verinnerlichen. Denn es ist immer wieder erfreulich, neue Erkenntnisse oder neuvermittelten Schulstoff zu erfahren. So lernt man nie aus, bleibt à jour und kommt weiter. Die Funktion als Agogische Leitung ist aber auch nicht eine vollumfängliche Verantwortung. So sind es auch die Auszubil-

denden, die ihre Leistung erbringen und sich bei Bedarf die nötige Hilfe einholen müssen.

Eine kollegiale Beziehung zu den Auszubildenden schafft Vertrauen. Aber auch die nötige Distanz ist ein wichtiger Bestandteil einer gelungenen und professionellen Zusammenarbeit.

Besonders im sozialen Bereich soll der eigene Stolz zweit- wenn nicht drittrangig sein.

Marc Peter
WG Kornblume



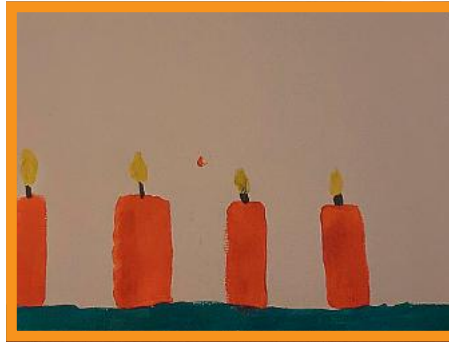
WG Honiggras

Peter Der reisende Künstler

Mein Name ist Peter Suter und seit Juli letzten Jahres wohne ich in der 4er Wohngruppe Honiggras. Suter, der Name dürfte ihnen bekannt vorkommen, denn mein



Bruder Jakob Suter, der leider letztes Jahr verstarb, wohnte vor mir in der vier wiesen, u.a. auch auf der WG Honiggras. Geboren 1969 in



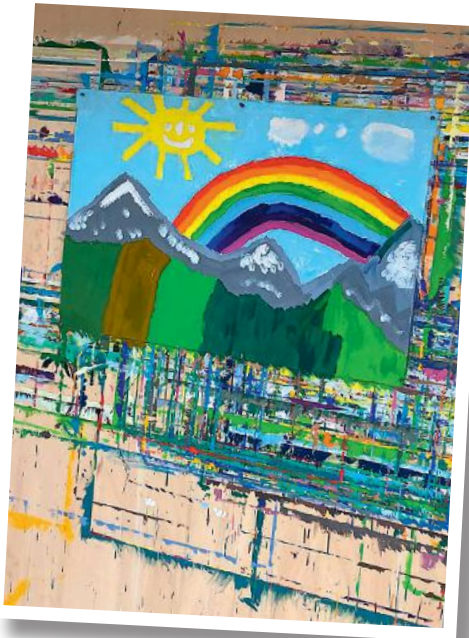
Zürich, bin ich dann in Wollishofen und in Schwamendingen (Auzelg), zusammen mit meinem Bruder und meiner Schwester aufgewachsen. Anschliessend gab es etliche Stationen in meinem Leben. So ging es über Bern, Zollikerberg, Hirzenbach, Küssnacht, Umiken, Hausen, Brugg und wieder zurück nach Schwamendingen. Es war mein Wunsch wieder hier zu leben. Wie es meine Lebensstationen erah-

nen lassen, ist eine meiner Leidenschaften das Reisen. Ob mit Tram, Postauto oder der Bahn, ich bin gerne Unterwegs, entdecke Neues oder besuche Bekanntes.

Eine weitere Leidenschaft von mir sind Bilder. Unterwegs mit meiner Handykamera oder auch zu Hause knipse ich Alltagssituationen und teile sie auf mei-



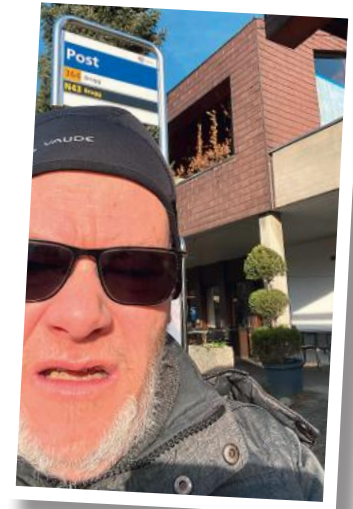
nem Status. Was mit auch viel Freude macht, ist das Malen. Wöchentlich gehe ich in einem Atelier in Uster malen. Dies macht mir grossen Spass



und ich träume bereits von einer eigenen Ausstellung. Meine Arbeitsstelle habe ich bei der Stiftung Altried. Im Memphis in Dübendorf



arbeite ich im Hauswirtschaftsdienst. Auf der Wohngruppe Honiggras habe ich mich gut eingelebt und geniesse nebst der Gesellschaft mit meinen Mitbewohnern und Mitbewohnerinnen auch meine Freiheiten, um meinen Leidenschaften nachzugehen.





Atem und Bewegung in der WG Lavendel

Seit November 2025 besuche ich als Atemtherapeutin die WG Lavendel regelmässig. Wir machen zusammen «Atem und Bewegung», was ein Bereich in der Atemtherapie ist.

Mein Name ist Judith Franken, ich arbeite als diplomierte Atemtherapeutin Middendorf® und führe eine Atempraxis in Uster.

In meinem Beruf begeistert mich der Umgang mit verschiedenen Menschen und das Eingehen auf individuelle Problemstellungen.

Die WG Lavendel formulierte als Ziel: «Wir möchten gesund durch den

Winter kommen». In «Atem und Bewegung» geht es um das Bewusstmachen und Kräftigen des Körpers sowie der Atmung. Die Förderung der Beweglichkeit, die Verbesserung der Körperhaltung – dies alles trägt wesentlich dazu bei, dass sich die Atmung verbessern kann.

Meine Gruppe ist sehr motiviert und es gibt viel zu lachen – auch in einem guten Sinn über sich selbst. Das entspannt. Es geht nicht darum, sich mit den anderen zu vergleichen, sondern jeder bringt seine eigenen Ressourcen und Stärken mit, die es zu entdecken gilt. Ich bin immer wieder begeistert und berührt zu sehen, wie sie ihren Körper erleben und was für einen guten Einfluss dies auf die Psyche hat. Es kehrt Ruhe ein, Entspannung, ganz bei sich selbst sein. Und sie formulie-



ren dies auch entsprechend.

Ich greife gerne aktuelle Problemstellungen auf, wie z.B.: «Aufstehen aus dem Stuhl, das kann ich nicht mehr ohne Armlehne». Dies ist eine wichtige Bewegung im Alltag, wie oft sind bei Stühlen im öffentlichen Bereich (Spital,



Bahnhof, Bank etc.) keine Armlehnen vorhanden, deshalb üben wir dies und ich zeige, was dabei hilfreich ist. Diese Übung kann im Alltag dann selbst geübt werden und siehe da – plötzlich geht das Aufstehen wieder flüssig und die Kraft dazu ist da. Die Verbesserung von Beweglichkeit und Gleichgewicht hilft, im Alltag sicher auf den Beinen zu sein und vergrößert den Bewegungsradius. Dies zu erleben, motiviert dann auch.

Für mich ist sehr wichtig, dass Verena (Betreuerin der WG Lavendel) mitmacht. Sie kennt jeden Einzelnen der Gruppe sehr gut, weiss wie er/sie sich bewegt oder etwas nicht geht, und sieht dadurch die Fortschritte viel besser. Im Austausch sprechen wir darüber, was wir sehen und worauf wir in einem nächsten Schritt achten

können. Ich freue mich jedes Mal auf meinen Besuch in der WG Lavendel, es ist sehr viel Motivation, Offenheit, Neugier und Humor da. Es ist schön

zu erleben, wie sie sich auf die Atemtherapie einlassen wollen und sie dadurch positive Erlebnisse machen können.

Judith Franken







Weihnachtszeit

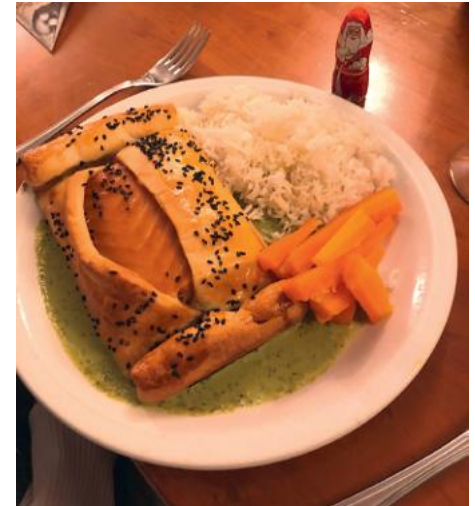
Mit einem Weihnachtsbasteln Mitte November hielt der Geist von Weihnachten bereits früh Einzug in der WG Malve. Mit viel Freude malten einige Bewohner/-Innen schöne, weihnachtliche Fensterbilder die dann im Dezember unsere Fenster zierten. Zur weihnachtlichen Stimmung gehörten natürlich auch ein schöner Adventskranz und ein wunderbar festlicher Christbaum, der uns täglich erfreute. Am 16. Dezember fand dann unser Weihnachtsfest statt, welches ebenfalls mit viel Freude erwartet wurde.



Was gibt es wohl zu Essen? Welche Lieder werden wir singen? Und die Geschenke?

Mit einem gemütlichen Apéro im

Stübli starteten wir in den Abend und wurden dann zu einem tollen Dinner gebeten. Gemüsecrèmesuppe als Vorspeise, gefolgt von Lachsfilet im Teig auf Basilikumschaum mit Karotten und Reis. Gekonnt zubereitet und wunderschön angerichtet.



Mit vollen Bäumen und mit erwartungsvollen Gesichtern wurde gesungen und getanzt, einer Weihnachtsgeschichte gehorcht und natürlich Geschenke ausgepackt.



Was kann das noch toppen? Das Dessert! Zubereitet von unserem WG-eigenen Top-Kochteam, Larissa und Ruth. Ein selbstgemachter Apfelstrudel mit Vanillesauce und Glace mit einem Hauch von Goldstaub und einem

selbstgemachten Schoko-Guetzli. Das klingt nicht nur phänomenal, das war auch phänomenal.

Bis spät in den Abend dauerte unser schönes Weihnachten 2025. Wir werden uns sicher noch lange und gerne daran erinnern.





Weihnachtsessen mit dem Bienenhaus

Das vergangene Jahr war von zahlreichen Herausforderungen begleitet. Neben den beunruhigenden Ereignissen in der Welt hatten wir auch den schmerzlichen Verlust nahestehender Menschen zu verkraften.

Vor diesem Hintergrund entschieden wir uns im November des letzten Jahres, auf den traditionellen Weihnachtsbrunch sowie die Neujahrs-Sup-

pe für alle zu verzichten. Stattdessen organisierten wir ein Weihnachtsessen ausschliesslich für die Teilnehmenden der Tagesstätte Bienenhaus. Unsere Wahl fiel auf das «Ziegel oh Lac», da wir wussten, dass das dortige Personal alle Menschen, auch diejenigen mit «spezielleren» Bedürfnissen, herzlich willkommen heisst.

Gemeinsame Ausflüge mit der gesamten Gruppe sind in den letzten Jahren zunehmend seltener geworden. Gründe dafür waren unter anderem die immer unterschiedlicher werdenden Interessen sowie die zunehmenden Mobilitätseinschränkungen einzelner Personen.

Umso schöner war es, wieder einmal



gemeinsam unterwegs zu sein. Insgesamt war es ein sehr gelungenes Erlebnis – vielleicht ergibt sich im neuen Jahr wieder häufiger eine solche Gelegenheit.

Markus Zaugg





Ihre Spende macht glücklich

Empfangsschein

Konto / Zahlbar an
CH75 0900 0000 8001 7381 5
Verein vier wiesen
Luchswiesenstrasse 26
8051 Zürich

Zahlbar durch (Name/Adresse)

Währung Betrag

CHF

Annahmestelle

Zahlteil



Währung Betrag

CHF

Konto / Zahlbar an

CH75 0900 0000 8001 7381 5
Verein vier wiesen
Luchswiesenstrasse 26
8051 Zürich

Zahlbar durch (Name/Adresse)

Möchten Sie lieber mit TWINT spenden?

Jetzt mit TWINT spenden!

 QR-Code mit der TWINT App scannen

 Betrag und Spende bestätigen



Danke für Ihre Spenden

Für die grosszügige Unterstützung von Mitgliedern, Gönnern und Freunden danken wir ganz herzlich.

Seit 1. September 2023 ist das neue Datenschutzgesetz in Kraft. Darum dürfen wir ohne Genehmigung der Spender/-innen keine Namen mehr veröffentlichen. Aus diesem Grund verzichten wir künftig auf diese Liste.

Nach wie vor sind wir aber auf Ihre Unterstützung angewiesen. Wir danken Ihnen also ganz herzlich, wenn Sie weiterhin an uns denken und uns mit kleinen und grossen Spenden unterstützen!

Ausblick

In nächster Zeit finden einige kleinere und grössere, interne und öffentliche Anlässe statt. Nebenstehend finden Sie die entsprechenden Daten:

28. März

**Osterstand vor der Migros Rigiplatz
von 9.00 bis 16.00 Uhr**

Verkauf von selbstbemalten Ostereiern und Produkten aus unserem Bienenhaus.

3. Juni

**GV vier wiesen 19.30 Uhr im Gemeinschaftsraum
Stefanshof**


vier wiesen
wie d'hal - erfrischend anders



Impressum

Herausgeber:

vier wiesen

Luchswiesenstrasse 26

8051 Zürich

Tel 044 325 26 66

info@vierwiesen.ch

vierwiesen.ch

Spendenkonto: 80-17381-5

Druck:

wizadruck, 8051 Zürich

Erscheinungsweise: 3 x jährlich

vier wiesen Grashalm ist das offizielle Publikationsorgan für Mitglieder und Gönnerinnen/Gönner des Vereins vier wiesen. Der Abonnementspreis ist im Mitgliederbeitrag sowie im Spenden-/Gönnerbeitrag von mind. CHF 5.– enthalten.

