



SENIOREN – POST



APRIL 2020

STIFTUNG FÜR EIN GLÜCKLICHES ALTER
HÄGENDORF – RICKENBACH

40. JAHRGANG



Foto R. Rippstein

Springbock-Antilope in Namibia

Manche Männer bemühen sich lebenslang, das Wesen einer Frau zu verstehen.

Andere befassen sich mit weniger schwierigen Dingen z. B. der Relativitätstheorie.

Albert Einstein

geb. 14. März 1879 gest. 18. April 1955



Stiftung für ein glückliches Alter Hägendorf-Rickenbach

Postfach 304
4614 Hägendorf

www.gluecklichesalter.ch

Glück entsteht oft durch Aufmerksamkeiten
in kleinen Dingen.

Willhelm Busch,
dt. Schriftsteller



Liebe Seniorinnen und Senioren
Liebe Leserinnen und Leser

Unsere Welt wird immer hektischer und durch Gewalt und Terror stark beeinflusst, In den «sozialen» - ist dieser Name überhaupt berechtigt? - Medien jagen sich Fake-News und das Unpersönliche nimmt überhand. Und dabei «verhunzt» noch unser Sprachgut. Aktuell kommen fast stündlich neue Meldungen über Riesengewinne, Millionen-Boni, neue Rekorde – ja, man stirbt sogar beim «Kuchen-Wettessen». Wenn wir nicht aufpassen, wird unsere Aufmerksamkeit in die falschen Bahnen geleitet und wir geben dann vor durch die Hektik zeitlich so absorbiert worden zu sein, dass eben für die echte Aufmerksamkeit keine Zeit mehr bleibt. Aufmerksam bedeutet für mich «wach vieles verfolgen», «am Leben teilnehmen» und sich «anderen Menschen zuwenden». Wir müssen nicht eitel sein, um Aufmerksamkeit für unsere Person/unsere Gedanken zu erwarten, doch schenkt man uns keine Aufmerksamkeit wird das Leben eintönig oder gar eingleisig. Dies möchten wir uns selbst nicht wünschen, aber wir müssen dies auch bei Mitmenschen bedenken und eben «aufmerksam» ihnen begegnen. Orientieren wir uns nicht immer nur an Daten – mit Valentinstag, Muttertag und etwa «Black-Friday» haben wir schon viele Vorgaben – und bleiben wir lieber aufmerksam, um zu bemerken, wenn eine kleine Aufmerksamkeit bei einem Mitmenschen nötig oder mehr als angebracht erscheint. Echte Aufmerksamkeit beweist sich aber nicht durch die Grösse allein sondern durch den Inhalt.

Damit wären wir im zweiten Teil des Zitats «in kleinen Dingen» angekommen. Suchen wir nicht oft zu weit und verwerfen einen Gedanken der Aufmerksamkeit, weil er uns ja wieder absorbiert. Planen ist schon gut, aber dabei «verlieren» wir Zeit, die dann für das direkte Wirken fehlt. Daher plädiere ich eher für spontane Aufmerksamkeit, die auch aus Emotionen ausgelöst wird, denn bei Planen und Hinausschieben verliert der Gedanke an Wichtigkeit und es ist dann plötzlich nicht mehr Aufmerksamkeit, sondern Erinnern an verpasste Chancen und schon bald «Rechtfertigung». Streben wir also nicht immer den «grossen Wurf» an, sondern schon «in kleinen Dingen» bereiten wir Freude und Glück.

Diese Betrachtung ist/wäre unvollständig, wenn wir uns nicht auch noch dem Begriff «Glück» näher annehmen. Unser Glück kann den Ursprung nicht im grossen Lottogewinn haben, sondern kann im Kleinen keimen und zum grossen Glück werden. Sei es in der Liebe, in der Familie oder im Berufsleben, Glück muss erkannt und für uns richtig eingeordnet werden. Ja sogar «Glück im Unglück» begleitet unseren Lebensalltag. In Erkenntnis, dass Glück ein Gefühl ist, das in uns wirkt und sehr oft von aussen «ausgelöst» wird, müssen wir auch bereit sein, «Glück zu empfangen. Unser Anspruch an Glück muss aber realistisch bleiben, denn «Luftschlösser» sind oft nicht auf solidem Boden begründet.

Bedenken wir aber, dass Glück nicht einfach so entsteht, wenn wir voll Erwartung still mit uns selbst beschäftigt in einer Ecke sitzen und hoffen, das Glück wird uns schon «finden».

Aus dem Stiftungsrat

Nein, vielmehr müssen wir den Mitmenschen die Gelegenheit bieten, uns zu treffen um die Aufmerksamkeit auszulösen. Im Umkehrschluss müssen/dürfen wir aber auch auf andere Menschen zugehen und Ihnen Aufmerksamkeit schenken. Erst nach dem Begründen der Aufmerksamkeit kann definiert werden, ob eben schon in kleinen Dingen Glück bereitet werden kann.

In diesem Sinne wünsche ich Ihnen jetzt schon Glück durch Aufmerksamkeit in kleinen Dingen und viel Vergnügen bei der Lektüre unserer Seniorenpost.

Werner Huber, Präsident der Stiftung

Aus dem Stiftungsrat

Wir verabschieden Robert Grossenbacher als Chauffeur Badefahrten und danken herzlich für die vielen unfallfreien und unterhaltsamen Fahrten nach Bad Ramsach. Walter Husi wird da diese Lücke schliessen. Darüber hinaus sind wir aber immer wieder froh, wenn sich Interessierte – auch für den Fahrdienst Einkauf/Arztbesuche – bei unserem Leiter Fahrdienst Rolf Krebs melden.

Im Formulardienst ist das Ausfüllen der Steuererklärungen im Zentrum des Geschehens. Janine Schulze und Werner Huber unterstützen Sie gerne oder kommen Sie mit dem neuen System Anhieb gleich zurecht. Wenn Sie diese Zeilen lesen, ist der Abgabetermin schon nah; also rasch erledigen oder sicher nicht die Eingabe für die Fristverlängerung verpassen.

Für immer Abschied mussten wir von Eri Belart aus Rickenbach nehmen. Wir bewahren ihr ein ehrendes Andenken und denken vor allem an ihre Dienstleistungen im Fahrdienst und ihr sehr erfolgreiches Jassen in unserem Kreis.

Die Administration unserer Stiftung wird durch uns selbst tief gehalten, aber Stiftungsaufsicht und Handelsregister bitten auch um Aufmerksamkeit. In diesen Tagen sollten wir wieder in allen Bereichen aktuell sein.

Der Corona-Virus lässt auch uns nicht verschont. Das Werken fällt momentan aus, bitte zuhause weiterarbeiten, unser Verkauf läuft gut. Die März-Termine beim Jassen und bei der Wandergruppe mussten abgesagt werden, wir hoffen auf die April-Termine.

Werner Huber
Präsident der Stiftung für ein glückliches Alter Hägendorf-Rickenbach



Die aktuelle Ausgabe der Senioren-Post ist ab sofort wieder auf unserer Homepage zu finden:

www.gluecklichesalter.ch/Senioren-Post

So können sich Angehörige von Seniorinnen und Senioren, die nicht in Hägendorf oder Rickenbach wohnen, über unsere Angebote informieren.

Kontaktadressen der Stiftung

Präsident	Huber Werner *	Postfach 304 4614 Hägendorf Mail-Adresse: wh.h@bluewin.ch	079 332 84 24
Vize-Präsidium	Sigrist Andreas *	Bachstrasse 10 4614 Hägendorf Mail-Adresse: sigan@gmx.ch	079 483 02 04
Sekretärin/Aktuarin	Möri Marianne *	Langenbruckstrasse 7 4614 Hägendorf	062 216 38 47
Rechnungsführerin	Rudolf von Rohr Petra *	Wächterweg 7 4614 Hägendorf	079 381 23 75
Beisitzer	Aschwanden Katharina * EWG Rickenbach	Ferchweg 5 4613 Rickenbach	062 216 32 39
	Rossi Patrick * EWG Hägendorf	Hagrain 10 4614 Hägendorf	079 138 80 39

Kontaktadressen für die Dienstleistungen der Stiftung

Autodienst	Krebs Rolf *	Sandrain 6 4614 Hägendorf	062 216 32 82 079 211 58 08
<i>Stellvertretung</i>	Frey Jörg	Sandgrube 4 4614 Hägendorf	079 733 39 91
Badefahrten	Husi Walter	Lindenweg 28 4614 Hägendorf	079 838 93 47
im Wechsel mit	Krebs Rolf *	Sandrain 6 4614 Hägendorf	062 216 32 82 079 211 58 08
	Sauter René	Ernetweg 1 4614 Hägendorf	062 216 61 73
	Vogt Martin	Bahnweg 1A 4614 Hägendorf	079 193 01 28
Formulardienst Steuern	Huber Werner *	Mail-Adresse: wh.h@bluewin.ch	079 332 84 24
Wandergruppe	Neuhaus Jürg *	Wächterweg 12 4614 Hägendorf	062 216 32 32
<i>Stellvertretung</i>	Vögeli Fritz	Bachstrasse 35 4614 Hägendorf	062 216 05 92
Werkgruppe	Nünlist Esther *	Im Bifang 2 4614 Hägendorf	062 216 17 77 078 790 27 77
Jassnachmittag	Beslanovits Monika *	Kirchrain 12 4614 Hägendorf	079 222 44 00
	Bloch Hanni	Langenbruckstr. 11 4614 Hägendorf	062 216 39 30
Seniorenpost und Homepage	Rippstein Rudolf	Oberer Rolliring 15 4614 Hägendorf	062 216 30 20

* Mitglieder des Stiftungsrates



Wir gratulieren herzlich zur / zum

Eiserne Hochzeit	18. Mai	Frau und Herr Rosa und Othmar Moser Fridhag 15, 4614 Högendorf
	27. Mai	Frau und Herr Nelly und Pius Hossli Fridgasse 44, 4614 Högendorf
Goldenen Hochzeit	08. Mai	Frau und Herr Ursula und Hans Kellerhals Eigenheimweg 4, 4614 Högendorf
	22. Mai	Frau und Herr Erika und Rudolf Rippstein Oberer Rolliring 15, 4614 Högendorf
	27. Mai	Frau und Herr Silvia und Josef Rötheli Bachstrasse 21A, 4614 Högendorf
96. Geburtstag	12. April	Herr Sales Hodel Eigenheimweg 5, 4614 Högendorf
94. Geburtstag	15. April	Herr Emil Spörri Im Herzel 1, 4614 Högendorf
	26. April	Frau Elsa Beer Thalackerweg 11, 4614 Högendorf
93. Geburtstag	20. Mai	Herr Vahid Delkic Wendelinweg 2, 4613 Rickenbach
	27. Mai	Frau Ruth Leuenberger Bodenmattstrasse 29, 4614 Högendorf
	08. Juni	Frau Maria Gehrig Thalackerweg 11, 4614 Högendorf
92. Geburtstag	23. April	Frau Anna Leibundgut Thalackerweg 11, 4614 Högendorf
	23. Mai	Frau Ruke Muhaxhiri Solothurnerstrasse 15, 4614 Högendorf
91. Geburtstag	30. Mai	Frau Annamarie Wyss Am Brotkorb 3, 4614 Högendorf
90. Geburtstag	17. April	Frau Melanie Schneider Am Brotkorb 5, 4614 Högendorf
	04. Mai	Frau Elisabeth Barmettler Bahnweg 7, 4614 Högendorf
	25. Mai	Frau Frida Feer Ringstrasse 1B, 4614 Högendorf
	25. Mai	Herr Peter Wyss Terrassenstrasse 9, 4614 Högendorf
	26. Mai	Frau Blanda Hodel Eigenheimweg 3, 4614 Högendorf
	04. Juni	Frau Marianne Schärer Thalackerweg 11, 4614 Högendorf
	05. Juni	Frau Klara Rötheli Bahnweg 5, 4614 Högendorf
85. Geburtstag	13. April	Herr Domenico Castellano Bahnweg 5, 4614 Högendorf
	24. April	Frau Josefa Gaugler Thalackerweg 11, 4614 Högendorf
	28. April	Herr Max Näf Bühlstrasse 16, 4614 Högendorf



Wir gratulieren herzlich zur / zum

85. Geburtstag	15. Mai	Herr Josef Gut Höhenweg 10, 4614 Hägendorf
	19. Juni	Herr Hansruedi Fiechter Rebgutstrasse 13, 4614 Hägendorf
	22. Juni	Herr Claus Nettelstroth Weinhaldenfeld 9A, 4614 Hägendorf
80. Geburtstag	03. April	Herr Hugo Vögeli Mühlerring 1, 4614 Hägendorf
	04. April	Herr Franz Kohler Lärchenweg 9, 4614 Hägendorf
	19. April	Frau Ida Sutter Bahnweg 5, 4614 Hägendorf
	06. Mai	Frau Sylvia Baumgartner Gässli 11, 4614 Hägendorf
	09. Mai	Herr Gerhard Schnorbus Allmendstrasse 16, 4613 Rickenbach
	24. Mai	Herr Anton Vögeli Vogelberg 25, 4614 Hägendorf
	28. Mai	Frau Elisabeth Rötheli Bahnhofstrasse 8, 4614 Hägendorf
75. Geburtstag	04. April	Frau Sigrid von Mühlener Dünnerstrasse 13, 4614 Hägendorf
	04. April	Frau Christine Vögeli Chänzeliweg 3, 4614 Hägendorf
	20. April	Frau Franziska Jacober-Hasler Kirchweg 10, 4613 Rickenbach
	25. April	Herr Erhard Flury Bachstrasse 30, 4614 Hägendorf
	30. April	Frau Thesia Nedunkanal-Mar Langenbruckstrasse 17, 4614 Hägendorf
	04. Mai	Frau Verena Zimmerli Dünnernstrasse 11, 4614 Hägendorf
	12. Mai	Herr Walter Leisi Rebhalde 15, 4614 Hägendorf
	16. Mai	Frau Andrée Leisi Rebhalde 15, 4614 Hägendorf
	18. Mai	Frau Irene Graber Bachstrasse 20, 4614 Hägendorf
	24. Mai	Frau Alice Leuenberger Sandgrube 28, 4614 Hägendorf
	31. Mai	Frau Anna Strub Im Ziegelfeld 5, 4614 Hägendorf
	08. Juni	Frau Rosmarie Rötheli Grossmattstrasse 12, 4614 Hägendorf
	22. Juni	Frau Maria Efisia Ligi Unterer Rolliring 5, 4614 Hägendorf
	24. Juni	Herr Johann Franzelli Bachstrasse 21A, 4614 Hägendorf



Wir gratulieren herzlich zur / zum

70. Geburtstag

- 10. April** Frau Antonia Baur
Eichweg 5, 4614 Hägendorf
- 13. April** Herr Angelo Caneri
Weinhaldenfeld 13, 4614 Hägendorf
- 20. Mai** Herr Hysen Shala
Oeliweg 2, 4614 Hägendorf
- 20. Mai** Frau Lilli Roth
Fridgasse 11, 4614 Hägendorf
- 27. Mai** Frau Bedrije Percuku
Solothurnerstrasse 39, 4614 Hägendorf
- 02. Juni** Frau Anna Blaauw
Ringstrasse 12, 4614 Hägendorf
- 10. Juni** Herr Urban Kiefer
im Wiesengrund 15, 4613 Rickenbach
- 11. Juni** Herr Jürg Roth
Fridgasse 11, 4614 Hägendorf
- 13. Juni** Frau Katharina Salzmann
Bodenmattstrasse 21, 4614 Hägendorf
- 15. Juni** Frau Mara Vidovic
Im Ziegelfeld 8, 4614 Hägendorf
- 17. Juni** Herr Peter Nussbaum
Oltnerstrasse 14, 4614 Hägendorf
- 19. Juni** Herr Manfred Fuchs
Lindenweg 23A, 4614 Hägendorf
- 27. Juni** Herr Heinz Müller
Fridgasse 9, 4614 Hägendorf
- 27. Juni** Herr Werner Held
Rebgutstrasse 22, 4614 Hägendorf

65. Geburtstag

- 05. April** Herr Ueli Bichsel
Sandgrube 24, 4614 Hägendorf
- 05. April** Herr Markus Pfister
Bachstrasse 5, 4614 Hägendorf
- 06. Mai** Herr Werner Märki
Bodenmattstrasse 29, 4614 Hägendorf
- 13. Mai** Herr Krstivoje Mitrovic
Mühlerain 25, 4614 Hägendorf
- 20. Mai** Herr Rudolf Meister
Im Herzel 6, 4614 Hägendorf
- 01. Juni** Herr Qurim Gashi
Bahnhofstrasse 3, 4614 Hägendorf
- 02. Juni** Herr Gjon Bibaj
im Wiesengrund 4, 4613 Rickenbach
- 07. Juni** Herr Viktor Krasniqi
Lentschacker 5, 4614 Hägendorf
- 10. Juni** Frau Maja Borner
Kirchrain 5, 4614 Hägendorf
- 10. Juni** Herr Hamdi Parduzi
Dünnernstrasse 21, 4614 Hägendorf





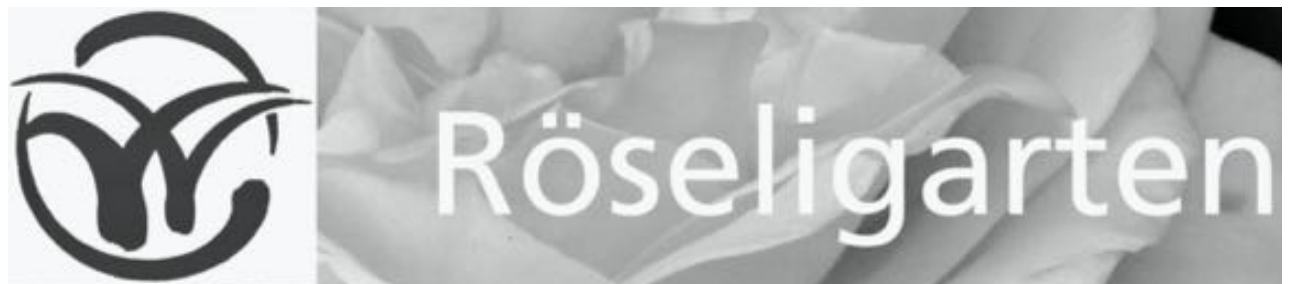
Wir gratulieren herzlich zur / zum

26. Juni

Frau Katharina Lichtensteiger
Fridgasse 7, 4614 Hägendorf

*Ein Geburtstag und Hochzeitsjubiläum sind wohl ohne Frage, die schönsten aller Ehrentage.
Drum möchten wir keine Zeit verlieren und zu diesem Anlass gratulieren.*

Kath. Frauengemeinschaft
Hägendorf-Rickenbach



Seniorinnentreff „Röseligarten“

Jeden ersten Dienstagnachmittag des Monats im katholischen Pfarreizentrum Hägendorf

Herzlich willkommen im Seniorinnentreff „Röseligarten“

- Alle Frauen aus Hägendorf und Rickenbach, unabhängig von Alter und Konfession, sind im Röseligarten herzlich willkommen.
- Jeden ersten Dienstagnachmittag des Monats treffen sich die Seniorinnen um 14.00 Uhr, Blutdruckmessen ab 13.30 Uhr, im katholischen Pfarreizentrum zu einem geselligen Beisammensein.
- Der Röseligarten läuft seit seiner Entstehung nach einem traditionellen Muster ab:
- Zuerst wird eine Geschichte vorgelesen, dann wird gesungen und es werden Spiele gemacht. Gestärkt mit einem Kaffee und einem Stück Zopf werden dann jeweils mehrere Gänge Lotto gespielt.
- Ein Fahrdienst sorgt dafür, dass auch Frauen, die nicht mehr so gut zu Fuss sind, problemlos an den Treffen teilnehmen können.

Haben wir ihr Interesse geweckt, dann melden sie sich bei

Marlis Loser Telefon 062 216 29 16, oder bei **Monika Flückiger** Telefon 079 532 19 89, oder kommen Sie einfach zu einem der nächsten Treffen.

Wir freuen uns auf Ihr Kommen.

Mittagstisch für Seniorinnen, Senioren und Alleinstehende



- Ort:** Katholisches Pfarreizentrum, Hägendorf
- Datum:** Nächster Mittagstisch: 15. April 2020, 12.00 Uhr
- Weitere Daten:** 20. Mai, 17. Juni, Juli kein Mittagstisch,
19. August, 16. September
21. Oktober, 18. November, 16. Dezember
- Preis:** Mittagessen mit Mineralwasser, Kaffee und
Dessert Fr. 10.--
Wein wird zu einem Spezialpreis angeboten.
- Anmeldung** Aus organisatorischen Gründen benötigen wir Ihre Anmeldung **neu bei:**
Frau Frau Raphaela Imhof, Tel.: 062 216 29 85
(abends ab 18³⁰ Uhr)
- Bitte 2 Tage im Voraus oder beim vorherigen Mittagstisch.**

Für Ihr leibliches Wohl sind besorgt, die Köchinnen

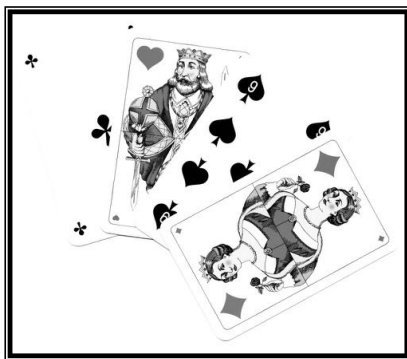
Monika Flückiger (neu Leitung), Marianne Möri, Martina Peier, Juanita Flury, Vreni Bangerter, Edith Colpi, Alice Gasser, Maria Ligi, Gianna Saner, Raphaela Imhof, Claudia Richiedei, Aneliese Frey und Gabi Kunz.

Kath. Frauengemeinschaft Hägendorf-Rickenbach und Frauen des ref. Pfarrkreises Hägendorf

Fahrdienst durch die Betagtenstiftung Ludwina Giger und der Stiftung für ein glückliches Alter.

Jassmeisterschaft 2020 mit Jahreswertung

Für **alle** Einwohner/-innen von Hägendorf & Rickenbach



Jasstag ist jeweils der 1. Montag (wenn kein Feiertag) des Monats
im **Seniorenzentrum Untergäu,**
Bölchen- und Sonnenbergsaal,
von 13³⁰ bis ca. 17⁰⁰ Uhr

**Die Teilnahme ist gratis und
auch für jüngere Jasserinnen und Jasser!**

Jasstage 2020:

**6. April, 4. Mai, 8. Juni, 6. Juli, 3. August,
7. September, 5. Oktober**

Finale: Montag, 2. November 2020 um 13.30 Uhr
(Berechtigt zur Schlussrunde ist, wer mindestens 4 Jassresultate aufweist)

Rangverkündigung und freies Jassen: Montag, 7. Dezember 2020

Jassleiterinnen: Monika Beslanovits, Kirchrain 12, 4614 Hägendorf
Hanni Bloch, Langenbruckstrasse 11, 4614 Hägendorf

Tel.: 079 222 44 00
Tel.: 062 216 39 30

Neue Jasserinnen und Jasser sind herzlich willkommen!



Die Badefahrten sind für die Teilnehmerinnen und Teilnehmer nebst einem sehr gesunden, immer auch ein geselliger Anlass. Ein Treffen unter Gleichgesinnten, was das Badeerlebnis natürlich noch stärkt.

Unser Bus kann nach Bad Ramsach auch durch Senioren, die nur wandern wollen, benutzt werden. Vorrang haben aber Badegäste und die Wanderfreudigen müssen sich für die Rückkehr zur vereinbarten Zeit einfinden.

Kontaktadressen:

im Wechsel:

Husi Walter	Lindenweg 28, 4614 Hägendorf	079 838 93 47
Krebs Rolf	Sandrain 6, 4614 Hägendorf	062 216 32 82 079 211 58 08
Sauter René	Ernetweg 1, 4614 Hägendorf	062 216 61 73
Vogt Martin	Bahnweg 1A, 4614 Hägendorf	079 193 01 28

WANDERGRUPPE

DER STIFTUNG FÜR EIN GLÜCKLICHES ALTER



Die Wandergruppe trifft sich

jeden 2. Dienstag im Monat

Treffpunkt, Zeit und Zielort gemäss Anschlag in den Schaukästen beim Bistro Beck Vögeli im Dorfzentrum Hägendorf und in Rickenbach. **Zu den gegebenen Zeiten finden Sie die Details zu den bevorstehenden Wanderungen auch auf unserer Homepage!**

www.gluecklichesalter.ch

Nähere Auskunft bei Wanderleiter: Jürg Neuhaus, Tel. 062 216 32 32
Stellvertretung: Vögeli Fritz, Tel. 062 216 05 92

Wanderdaten 2020:

14. April, 12. Mai, 9. Juni, 14. Juli, 8. September,
13. Oktober, 10. November und

8. Dezember 2020 Jahresabschluss/Adventsfeier

Fahrdienst für Seniorinnen und Senioren



Geschenkidee für Seniorinnen/innen

Für Fahrten zum Arzt, Therapie oder für den Einkauf können Sie den Seniorinnen und Senioren Gutscheine schenken.



Bestellungen mit Angabe des gewünschten Gesamtbetrages, mind. Fr. 50.--, an den Fahrdienst melden und mit Zahlungsschein bezahlen.

Adresse:

Stiftung für ein glückliches Alter
c/o Rolf Krebs, Leiter Fahrdienst
Sandrain 6
4614 Hägendorf Tel.: 062 216 32 82

Der Fahrdienst steht allen älteren Einwohnerinnen und Einwohnern von Hägendorf und Rickenbach zur Verfügung

Sind Sie nicht oder nicht mehr mobil? Können Sie infolge Unfall, Krankheit, Operation usw. nicht mehr selber fahren oder haben Sie momentan niemand der mit Ihnen fahren kann, so rufen Sie uns an.

Unser Fahrdienst steht Ihnen zur Verfügung für Fahrten zum Arzt, Zahnarzt, in die Therapie, zum Röntgen, in die Augenklinik, für Spitalein- und/oder -austritt, Nachkontrollen, usw.

Für diese Fahrten berechnen wir:

Grundtaxe (bei Verordnung durch den Arzt) Fr. 4.00
Der Zeitaufwand bis zu einer Stunde ist in der Taxe inbegriffen.

Zeitaufwand über 1 Stunde pro ½ Stunde Fr. 6.00
sowie pro gefahrenen Autokilometer Fr. -.80

(Diese Dienstleistungen werden von der Stiftung unterstützt)

Fahrten im Auftrag des Seniorenzentrums Untergäu nach speziellem Tarif.

Fahrten für Einkäufe, zur Bank – Post, Coiffeur oder andere Treffpunkte, usw.

Grundtaxe Fr. 10.00
Zeitaufwand pro ½ Stunde Fr. 5.00
sowie pro gefahrene Autokilometer Fr. -.80

Der Fahrdienst steht von Montag – Freitag jeweils von 07.00 – 18.00 Uhr für Einsätze zur Verfügung.

Anmeldung:

Bitte im Normalfall mind. 24 Std. im Voraus.

Leiter: Krebs Rolf
Sandrain 6
4614 Hägendorf

062 216 32 82
079 211 58 08

Stellvertreter: Frey Jörg
Sandgrube 4
4614 Hägendorf

079 733 39 91



Rufen Sie uns an,

wir helfen Ihnen, wenn Sie einen Fahrdienst benötigen!

Werken für die Stiftung 2020

Jeweils um 14.00 Uhr im Bölchensaal im Seniorenzentrum Untergäu

Wochentag	Datum		
Donnerstag	02. April	13. August	17. Dezember
Donnerstag	16. April	27. August	
Donnerstag	30. April	10. September	
Donnerstag	14. Mai	24. September	
Donnerstag	28. Mai	08. Oktober	
Donnerstag	18. Juni	22. Oktober	
Donnerstag	02. Juli	05. November	
Donnerstag	16. Juli	19. November	
Donnerstag	30. Juli	03. Dezember	

Chilbi 2019: Standverkauf 28. – 30. August 2020
Weihnachtsmarkt Standverkauf 21. – 22. November 2020

An diesen Nachmittagen oder auf Anmeldung bei Esther Nünlist, Tel.-Nr. 078 790 27 77, können Sie auch ausserhalb Chilbi und Weihnachtsmarkt bei uns Waren kaufen.



Hast du Freude an Handarbeiten wie Nähen, Stricken, Häkeln usw. und möchtest du dich für einen guten Zweck engagieren, dann bist du bei uns richtig. Hast du zudem Lust, deine Ideen in einer Gruppe einzubringen, dort auch neue Ideen aufzunehmen und in der Runde auszutauschen, dann melde dich bei der

Werkleiterin: Nünlist Esther, Im Bifang 2, 4614 Hägendorf
Tel.-Nr. 078 790 27 77

In eigener Sache



Unsere Stiftung, die **Stiftung für ein glückliches Alter** gilt als eine vom Steueramt des Kantons Solothurn infolge Gemeinnützigkeit von der Steuer befreite jur. Person. Diese Steuerbefreiung wurde unserer Stiftung aufgrund von § 90 Gesetzgebung über die Staats- und Gemeindesteuern gewährt.

Danach sind von der Steuerpflicht befreit, juristische Personen, die öffentliche oder gemeinnützige Zwecke verfolgen, für den Gewinn und das Kapital, die ausschliesslich und unwiderruflich diesen Zwecken gewidmet sind.

Durch diese Steuerbefreiung können nachgewiesene freiwillige und unentgeltliche Zuwendungen an unsere Stiftung vom Spender in seiner Steuererklärung bis zum gesetzlichen Maximalbetrag vom Einkommen abgezogen werden.

Spenden zu Gunsten der **Stiftung für ein glückliches Alter** können auf das Konto Nr. 10.352.01 bei der Raiffeisenbank Untergäu, Hägendorf, gemacht werden. Jede finanzielle Unterstützung ist uns stets willkommen und sei herzlichst verdankt.

Kontoangaben: IBAN CH66 8094 7000 0010 3520 1
Postcheck-Kto.: 46-349-9 Raiffeisenbank Untergäu

Einzahlungsscheine können bei der Rechnungsführerin unserer Stiftung bezogen werden. Adresse und Telefon-Nummer finden Sie auf Seite 4 der Senioren-Post.

SUDOKU

Wie löst man ein Sudoku?

Die Grundregeln zur Lösung eines Sudokus sind ganz einfach:

- In einigen dieser Felder sind schon zu Beginn Ziffern zwischen 1 und 9 eingetragen. Typischerweise sind 22 bis 36 Felder von 81 möglichen vorgegeben.
- Ziel des Spiels ist es nun, die leeren Felder des Puzzles so zu vervollständigen, dass in jeder der je neun Zeilen, Spalten und Blöcke jede Ziffer von 1 bis 9 genau einmal auftritt.
- In jeder Reihe, Spalte und Unterquadrat dürfen die Zahlen nur einmal vorkommen.

Tipp:

Man sollte die Zahl erst in ein Feld schreiben wenn man sicher ist, dass keine andere Zahl in dieses Feld eingesetzt werden kann; Sudoku heisst nicht umsonst „die einzige Zahl“.

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

Lösung Seite 30

Quiz

1. Als «Afro-Look» bezeichnet man ...?
2. Wie heisst ein röhrenförmiges Kleidungsstück, in das man die Hände von beiden Seiten hineinsteckt?
3. Fräulein war früher die förmliche Anrede für ...?
4. Wie bezeichnet man die absichtliche Störung eines wirtschaftlichen oder militärischen Ablaufs?
5. Was ist ein Monokini?
6. Wer warnte früher die Bürger vor Feuer, Feinden und Dieben?
7. Wie nennt man eine Bewegung, bei der man sich mit den Armen einhackt und sich hin und her bewegt?
8. Ein sogenannter «toter» Briefkasten ist ein Versteck für ...?
9. Um welche Uhrzeit beginnt die Basler Fasnacht?
10. Welches nordische Land prägt den Namen eines grob gestrickten Pullovers?
11. Was ist eine in vielen Kulturen bekannte Ausdrucksform für Zuneigung zwischen zwei Menschen?
12. Wie heisst das grösste Volksfest der Welt?
13. Was versteht man unter Kondolenz?
14. Ein Kleidungsaccessoire, welches in die äussere Brusttasche gesteckt wird, nennt man ...?
15. Welches männliche Tier gilt als Tier der Schönheit und der Eitelkeit?
16. Wer bringt angeblich Glück?
17. Was hat die Justitia im Mittelalter und in der Neuzeit vor den Augen?

Lösung Seite 30

Unterwegs in Australien

Ausschnitte aus meinem Reise-Tagebuch (Teil IV, Sidney – Uluru - Sidney)

Gleich nach der Landung am Airport Connellan, welcher grössenmässig an Bern Belp erinnert und noch relativ jung ist, fuhren wir mit unserem Mietauto direkt zum etwa 15 Minuten entfernten Wahrzeichen der Aborigines, zum Uluru, oder touristisch „Ayers Rock“. Seit wenigen Wochen darf man das heilige Felsmassiv nun auch nicht mehr besteigen. Ich selber stand zum ersten Mal vor diesem sehr imposanten und eindrucklichen „Touristenmagnet“ und genoss den Anblick einige Minuten in mich gekehrt.



Wie an vielen Orten auf dieser Welt bezahlt man auch hier eine Nationalparkgebühr, damit man die sehr gut beschilderten und unterhaltenen Strassen und Wanderwege benutzen darf. Urs fuhr mich in verhaltenem Tempo zuerst einmal rund um den ganzen Uluru herum, natürlich mit einigen Stopps zum Fotografieren. An einigen Stellen darf oder sollte man allerdings weder anhalten und teilweise auch die Kameras ausgeschaltet lassen. Wir respektierten diese von den Aborigines aufgestellten Regeln, befinden wir uns doch hier an ihrem heiligsten Ort. Auf einem markierten Parkplatz stellten wir unser Auto dann ab und wanderten spontan zum Mutitjulu Waterhole. Dass es hier ein solches Wasserloch gibt, kann man sich noch auf dem Parkplatz stehend, kaum vorstellen. Der Hin- und anschliessende kurze Rundweg zurück zum Parkplatz dauerte vielleicht eine Stunde. Die meisten Lebewesen welchen wir hier begegneten waren, neben einigen kleinen Vögeln, massenhaft Fliegen.

Nun wurde es Zeit unsere Unterkunft aufzusuchen, machte sich doch wieder einmal ein kleiner Hunger bemerkbar. Wir hatten ein Zimmer im Emu Walk Apartments gebucht, welches sich dann als 1½-Zimmer-Wohnung herausstellte, also gross genug für uns beide. Ein leichter Regen setzte ein, als wir uns etwas in der Anlage umsahen. Diese nasse Zwangspause nutzten wir dann in einem von jungen Aborigines geführten Bistro, um einen Kaffee mit süsser Beilage zu geniessen. Auch kleine Souvenirläden und sogar eine Post gab es hier. Mit T-Shirts und Ansichtskarten verliessen wir die „Shoppingmeile“. Urs besuchte noch kurz die Post und dann reservierten wir im Restaurant Arrnguli im Emu Walk einen Tisch fürs Nachtessen.



Unterwegs in Australien

Ja und dieses Dinner war dann sensationell gut, wenn auch nicht das Günstigste. Die Sonne zeigte sich nochmals und wir wollten deren Untergang beim Uluru miterleben. Deshalb gab's heute kein Dessert, es hiess die Kamera fassen und los mit dem Auto Richtung Uluru. Doch die Sonne wartete nicht auf uns und wollte ohne uns untergehen. Dafür beobachteten wir bereits den Vollmond am Horizont aufsteigen und damit wollten wir nun ihn ins Visier, resp. Objektiv nehmen. Urs fuhr uns aus dem Nationalpark hinaus, Richtung Westen dem Lasseter Hwy entlang bis zur Abzweigung Stuart Hwy und dort nach Norden, immer schön dem Vollmond und Alice Springs entgegen. Nach etwa 70 Kilometer Autofahrt durch unbewohnte Landschaft parkierten wir auf einem Ausstellplatz, wo bereits mehrere Camper zur Übernachtung standen. Es war zwischenzeitlich dunkel geworden und wir beobachteten nun eine Zeitlang den leicht bewölkten Himmel zusammen mit dem Vollmond, welcher hervorschaute, um sich gleich wieder zu verstecken. Das spannende an diesem Ort war aber eigentlich die absolute Ruhe. Kaum ein Geräusch drang an unsere Ohren.



Spät in der Nacht kamen wir dann durch diese unbewohnte Gegend in unsere Unterkunft zurück und sanken erneut mit vielen Eindrücken im Kopf in einen tiefen und festen Schlaf.



Am folgenden Tag machten wir einen Ausflug zu den Olgas, The Kata Tjuta Landscape, einer Felsenformation etwa 60 Kilometer vom Uluru entfernt. Darum haben wir richtig ausgeschlafen und das Morgenessen genossen, damit wir die geplante Wanderung gut überstehen konnten. Im Emu Walk übernachteten übrigens auch noch andere Schweizer Touristen, eine Reisegruppe aus der Westschweiz.

So fuhren wir dann los und erreichten nach etwa 40 Minuten den Parkplatz und Ausgangspunkt. Diese Felsenformation ist schon von weitem gut zu erkennen. Neben uns hatte es nur 3 andere Autos, also viel Betrieb oder Gegenverkehr mussten wir auf dem Wanderweg nicht

befürchten. Die Wanderschuhe gut geschnürt und die Wasserflaschen im Rucksack verstaut ging es dann los.

2017 konnte Urs mit seinem damaligen Reisebegleiter diese Tour nicht machen, da man nur bis 36°C den Weg begehen soll. Ok, wir hatten nur knapp 31°C und dazu leichte Bewölkung, also konnte es losgehen. Der Full Circuit wurde mit 7.4 Kilometer und 4h Wanderzeit signalisiert. Dabei begann der Walk ins Valley of the Winds flach und der Pfad war sehr gut ausgebaut. Dann stieg es langsam an und nach einigen Minuten erreichten wir zuerst den Karu Lookout und dann eine Gabelung. Nach rechts ging es via Karingana Lookout zum Full Circuit, nach links wäre es



Unterwegs in Australien



einfach andersrum gegangen. Was war einfacher oder schlauer? Wir entschieden uns für rechts und stellten nach der Wanderung fest, damit wählten wir aus unserer Sicht die bessere Variante.

Irgendwann erreichten wir dann den höchsten Punkt dieser Rundwanderung. Wir befanden uns wie in einer Klus zwischen zwei Golas und die Sicht zurück zum Aufstieg und nach vorne gegen den bevorstehenden Abstieg war wild und spannend zugleich. Die Vegetation dagegen ist dort sehr karg, einzelne kleine Eukalyptusbäume und Sträucher wechselten sich ab. Das Klima hier scheint der Pflanzen- und Tierwelt wohl einiges abzuverlangen.

Wir schwitzten zwar recht stark, tranken auch fleissig aus unseren Wasserflaschen, die warme Luft und die tiefe Luftfeuchtigkeit hielt unsere Shirts aber mehrheitlich trocken. Nach einem Gipfelfoto ging es dann nach unten Richtung Talboden.



Als wir dann auf der anderen Seite wieder unten in der Ebene ankamen, zogen aus Südwesten dunkle Gewitterwolken auf. Der Wanderweg führte in einer Schlangenlinie von den Golas Süd ostwärts in die Ebene hinaus und dann begann es kaum spürbar zu regnen. Zuerst sahen wir uns erwartungsvoll um und überlegten natürlich, wo wir uns unterstellen könnten. Nach einigen hundert Meter entdeckten wir dann eine

„Bushaltestelle“, oder war dies eine Fata Morgana? Es war dann tatsächlich ein Rastplatz mit einem etwa 1'000 Liter fassenden Wasserbehälter, woraus Wanderer trinken, resp. ihre Wasserflaschen auffüllen konnten. Dort machten wir dann auch eine kurze Pause, der rieselnde Regen wollte aber nicht abklingen, worauf wir uns entschlossen weiterzuwandern. Gemäss den Angaben vor Ort sollte es noch 1.6 Kilometer bis zum Parkplatz sein, oder noch etwa ½h wandern. Allerdings hatten wir die Zeitrechnung ohne den vor uns liegenden Aufstieg zur anfangs beschriebenen Verzweigung gerechnet.

So brauchten wir dann noch gut 1h bis zur Weggabelung, wo wir uns ja vor über 3h für rechts entschieden hatten. Dabei kam uns ein asiatisches Paar von oben entgegen und wir waren froh, dass wir in die Gegenrichtung marschierten, sahen wir doch schon bald unser Ziel vor Augen. Nach

einer weiteren ½h standen wir dann zufrieden neben unserem Mietauto. Auf dem Parkplatz stand dann noch ein anderes auffälliges Fahrzeug.



Zurück im Ressort lud ich dann Urs zu einem Kaffee mit Beilage ein und übergab ihm dazu mein Portemonnaie. Urs brachte mir dann nebst dem obligaten Coffee-Milk, ein Blätterteiggebäck mit Feigenfüllung, welches mir sehr gut schmeckte. Nach kurzer Auffrischung mit Dusche in unserem Zimmer machten wir uns ein weiteres Mal auf zum Uluru, um ihn noch in den letzten Sonnenstrahlen zu sehen. Leider machten uns dieses Mal ein paar unfreundliche Wolken einen Vorhang vor die Sonne und wir zogen wieder ohne Sonnenuntergangfotos vom Uluru ab. Mit dem bei der Ankunft erhaltenen Getränke-Voucher sassen wir schon bald in der Bar und tranken noch ein Schlumberbier vor dem zu Bett gehen.

Unterwegs in Australien

Vor dem gestrigen Einschlafen entschieden wir uns noch spontan früh aufzustehen, um vielleicht noch wenigstens den Sonnenaufgang beim Uluru zu beobachten. Doch in der Nacht hatten wir sehr starken Niederschlag, worauf wir uns dann auf die zu erwartende Schlammschlacht nicht mehr einlassen wollten und uns lieber etwas länger mit dem Kopfkissen abgaben.

Gut ausgeschlafen genossen wir das Morgenessen an diesem Rückreisetag nach Sidney. Kurze Zeit später erreichte mich dann ein weiterer Notruf aus der Heimat. Mein Skoda-Geschäftswagen habe Alarm geschlagen und fehlendes Motorenöl angezeigt. Die darauf von meiner Frau aufgesuchte Werkstatt verkaufte ihr dann allerdings das teuerste Schmiermittel, das der Skoda bis dahin zum Arbeiten bekam.

Die Fahrt vom Emu Walk Apartments zum Airport Connellan nutzten wir dann aber trotzdem nochmals mit einem kurzen Abstecher zum Uluru. Dieser Anblick wird mir ewig in schöner Erinnerung bleiben.



Vor Ort stellte Urs mit Schrecken fest, dass er sein Handy im Zimmer an der Steckdose ladend vergessen hatte. Nun hiess es aber tempo Teufel zurück ins Hotel. Das Handy war bereits vom „Zimmermädchen“ an der Rezeption abgegeben worden. Mit Handy fuhren wir nun etwas entspannter zum Flughafen. Das Check-In lief dann schon fast familiär ab, hier auf diesem kleinen Airport.

Um etwa 13.00h startete dann unser Flieger zurück nach Sidney. Der rund 3-stündige Rückflug war dann sehr angenehm und ruhig. Die Sicht am Fenster auf die Landschaft von Australien war sehr schön und beim Landeanflug konnte ich die Opera und die auffällige Eisenbrücke beim Hafen sehr gut erkennen. Unsere einzige Reisetasche war bei unserer Ankunft am Förderband bereits am Runden drehen und so erreichten wir schon bald mit der U-Bahn die Station am Hafen, ganz in der Nähe vom Marriott-Hotel, wo wir erneut die Zimmernummer 06, aber diesmal „nur“ im 19. Stock beziehen konnten. Die Sicht auf die Oper und die Hafeneinfahrt war wiederum einfach toll und gerade bei unserer Ankunft fuhr das Kreuzfahrtschiff Celebrity SOLSTICE ein.



Das Nachtessen genossen wir dann gleich gegenüber der Anlegestelle der Celebrity SOLSTICE, in der italienischen Trattoria Valentine. Die von mir bestellte Tomatensuppe hatte dann allerdings Beilagen in Form von Crevetten, welche ich aber tapfer herunterschluckte.

Dafür entsprach die Pizza vollumfänglich den Erwartungen, dünner Teigboden mit üppiger Beladung.

Nach einem Schlumberbier in einer gemütlichen Hafenbar kehrten wir müde und erneut mit vielen Bildern im Kopf ins Hotel zurück und sanken dann sofort in einen tiefen und festen Schlaf.

Andy Sigrist

Bericht vom Stiftungsrat der Theresien-Stiftung

Geschätzte Leserinnen und Leser

Der Stiftungsrat führte im Sommer 2017 ein Strategieseminar durch. Die Strategie/Vision hat den Zeithorizont 2040 und basiert auf dem zusammengefassten Stiftungsurkundlichen-Auftrag: «Betreibt ein Altersheim und stellt nach Möglichkeit ein erweitertes Angebot für Dienstleistungen im Bereich Wohnen und Leben im Alter zur Verfügung».

Das hat den Stiftungsrat bewogen, eine Veränderung in der Organisationsform innerhalb der Stiftung vorzunehmen.

Der Stiftungsrat hat in Zusammenarbeit mit Dr. jur. Arthur Häfliger die Planungsarbeiten vorangetrieben, und im Juni 2019 innerhalb der Theresien-Stiftung eine Aktiengesellschaft (AG) gegründet. Die Seniorenzentrum Untergäu AG führt das Seniorenzentrum Untergäu operativ.



Warum wählte der Stiftungsrat dieses Vorgehen?

Eine Stiftung besteht grundsätzlich aus Vermögen, welches nur der Stiftung gehört. Organ der Stiftung ist der Stiftungsrat, über den der Stifter oder die Stifterin gewisse Vorschriften erlässt, wie auch über den Zweck der Stiftung.

Eine Stiftung ist aber grundsätzlich nicht geeignet, um ein Unternehmen zu führen. Der Betrieb von Altersheimen, Spitälern und Pflegeorganisationen ist sehr komplex und muss nach betriebswirtschaftlichen Grundsätzen geführt werden. Für eine solche betriebswirtschaftliche Führung eines Unternehmens ist die Aktiengesellschaft eine geeignetere Form. Das Aktienrecht ist auch so konzipiert, dass es Regeln über die Führung, Organisation, Verantwortung, Revision etc. des Unternehmens vorgibt.

Dies ist der Grund, weshalb in den letzten Jahren immer mehr Betriebe im Pflegebereich von Stiftungen in Aktiengesellschaften umgewandelt wurden, oder dass Stiftungen die Führung des Betriebs in eine Aktiengesellschaft auslagerten.

Die Organisationsform Aktiengesellschaft stellt dabei sicher, dass ein Unternehmen nach betriebswirtschaftlichen Grundsätzen geführt wird und operativ selbständig ist. Der Verwaltungsrat (der vom Stiftungsrat bestimmt wird) gibt dafür die Strategie vor. Eine solche Lösung ist unseres Erachtens auch deshalb erforderlich, weil unser Betrieb immer mehr in Konkurrenz zu privatwirtschaftlichen Betrieben steht, die professionell geführt und «gemanagt» werden. Im Organigramm wird neu die AG aufgeführt, und aus der ehemaligen Verwaltungskommission wurde neu der Verwaltungsrat gebildet. Die AG ist eine Non-Profit-Organisation, das heisst, eine nicht-gewinnorientierte Organisation wie die meisten gemeinnützigen, sozialen Institutionen. Das Aktienkapital ist und bleibt im Besitz der Stiftung und kann nicht veräussert werden.

Steigen nun die Kosten für die Bewohner?

Für die Pensionärinnen und Pensionäre, für die Angehörigen und die Mitarbeitenden hat sich nichts Wesentliches geändert. Auch der Verwaltungsaufwand wird durch die Änderung der Organisationsform nicht grösser und der Stiftungszweck bleibt unverändert.

Aus dem

Bedarfsabklärung für die Angebotserweiterung des Seniorenzentrums Untergäu

In den letzten Tagen hatten Sie die Gelegenheit, diesbezüglich einen Fragebogen auszufüllen. All denjenigen, die sich die Zeit genommen haben um diesen Fragebogen auszufüllen danken wir ganz herzlich.

Aufgrund der Rückmeldungen werden wir den Bedarf-Trend erkennen und können diesen in künftige Planungsarbeiten miteinbeziehen. Die Absicht besteht, das Angebot für Dienstleistungen im Bereich «Wohnen und Leben im Alter» beim Seniorenzentrum Untergäu zu erweitern. Es ist noch nichts Konkretes geplant, darum können wir zum heutigen Zeitpunkt weder Aussagen zum Volumen noch zum Zeithorizont einer Realisierung machen. Wir werden Sie auf dem Laufenden halten.

Im Namen des Stiftungsrates

Pius Müller

Präsident

Theatergruppe Seniorenzentrum Untergäu

Die Theatergruppe des Seniorenzentrums Untergäu lädt zum Schwank von Lukas Bühler unter dem Titel

„Chuehflade und Computerstress“ ein.

Auf dem Hof von Lisi und Leni Bürli wird alles moderner. Die Schwestern nehmen an einem geheimen Projekt „Electronic Farmers“ teil. Damit das Projekt Anklang bei der Prüfungskommission findet, muss beim Besuch der selbigen alles perfekt klappen – denn nur so profitieren auch Lisi und Leni finanziell davon. Als dann die Kommission eintrifft, geht trotzdem noch einiges schief. Und dass auch noch der spezielle Roboter fehlt, macht die Sache noch viel heikler. So muss dann Leni in die Rolle des Robonators 2000 schlüpfen und widerwillig alle Aufträge erledigen. Da ein solch geheimes Projekt von Nutzen sein kann, weiss auch die zwielichtige Frau Emmenegger. Sie möchte die Software und die Baupläne stehlen. Doch da hat sie die Rechnung ohne Lisi und den „Leni-Nator 2000“ gemacht.



Das Seniorenzentrum Untergäu und die Theatergruppe heissen Sie, geschätzte Bewohnerinnen und Bewohner des SZU, zusammen mit allen Theaterfreunden aus nah und fern herzlich willkommen, wenn es dann wieder heisst:

Vorhang auf und viel Vergnügen!

Spieldaten:

Samstag, 18. April 2019	14.30 Uhr	und	19.30 Uhr
Sonntag, 19. April 2019	14.30 Uhr		
Samstag, 25. April 2019	14.30 Uhr	und	19.30 Uhr

Spielort:

Tüfelschluchtssaal Seniorenzentrum Untergäu
Thalackerweg 11, 4614 Hägendorf

Freier Eintritt. - *Die Theatergruppe freut sich auf zahlreiche Zuschauer.*

Aus dem

Einige Impressionen aus dem Alltag im Tagestreff

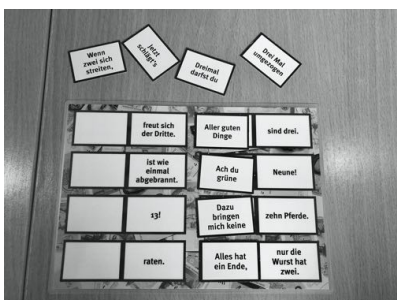
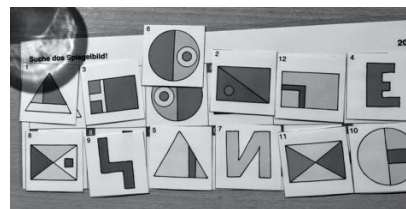
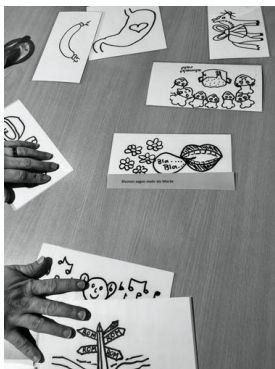
Unter dem Motto „Vielseitig wie das Leben“

Bewegungsübungen: Übungen für Feinmotorik



Handmassage, Sich selber spüren

Gedächtnis



Sprichwörter, Wer ist wer..., Farbdomino.....etc.

Basteln/ Gestalten

Jahresorientiert



Kochen = Gesamtwerk der Sinnesanregung



Miteinander den Alltag erleben bei verschiedenen Aktivitäten mit Rücksicht auf die Bedürfnisse unserer Gäste.

Greetje Meier

Leiterin Tagestreff

Tagestreff Seniorenzentrum Untergäu

In jeder Ausgabe unserer Seniorenpost sind Hinweise oder Aktivitäten des Tagestreffs beschrieben. Sowohl bei Angehörigen aber auch bei potenzieller Kundschaft sind jedoch oft «Vorbehalte» zu hören/spüren. Darum betrachte ich für einmal beide Seiten, die von einem Besuch des Tagestreffs profitieren können oder «betroffen» sind.

Ich sollte in den Tagestreff - aus Sicht von «Betroffenen»

Ältere Mitmenschen mit mehr oder weniger Familien - oder auch Freundschafts-Verbindungen verfügen oft nicht mehr über viele soziale Kontakte und die reduzierten Eigen-Aktivitäten lassen den Alltag zuweilen eintönig oder sogar einsam werden. Nicht mehr geforderte Glieder und Hirnzellen verlieren Funktionen und beschleunigen das Altern. Der Gedanke an den Tagestreff wird vorschnell verworfen, denn man kann es sich nicht vorstellen im hohen Alter noch neue Bekanntschaften bewältigen zu können. Oft ist auch eine gewisse «Scham» herauszuhören, wenn gewisse Funktionen – körperlich oder geistig – in einem neuen Kreis offen zu Tage treten. Da darf man aber im Tagestreff rasch spüren, dass Jede/Jeder seine «Bresten» hat und das einfühlsame Personal nicht «Schwächen» präsentiert, sondern auf die vielfältigen «Stärken» individuell aufbaut. Hatte man bis anhin z.B. den Mahlzeitendienst und ass allein zuhause, wird das gemeinsame Mittagessen – ja mit Nachservice und Dessert – zum Erlebnis. Auch das gewohnte «Nickerchen» gehört – wenn gewollt – zum Programm. Während des ganzen Tages sind hilfreiche Hände für die Tagestreff-Gäste da und mit Spielen/Singen und einfachen Bastelarbeiten geht die Zeit schnell vorbei und am Abend kann man auf einen «belebten» Tag zurückblicken. Die Schwellenangst – ist dies die Vorstufe zum Altersheim? – darf das Denken nicht bestimmen, sondern der Wille zu einem «Tag in Gemeinschaft» muss der Antrieb sein.

Der Tagestreff als Entlastung für die Pflegenden

Es ist durchaus löblich, älteren Mitmenschen möglichst lange den Aufenthalt im Eigenheim oder der Wohnung zu ermöglichen, doch sind die Anforderungen manchmal recht hoch. Es besteht auch die Gefahr, dass sich «Pflegende» selbst überfordern und dadurch mit der Gesundheit Schwierigkeiten bekommen. Es ist also überaus legitim auch an die Entlastung der Angehörigen zu denken und darum den Tagestreff zu nutzen. Die erzielte Entlastung gibt Kraft und Zeit für Besorgungen oder ganz einfach Freizeit, die verbleibende Pflege gewinnt sicher. Nie darf davon gesprochen werden, dass Angehörige «abgeschoben» werden, sondern die erzielte Entlastung ist für beide Seiten ein Gewinn.

Oft wird auch das Finanzielle vorschnell als «Killerkriterium» eingesetzt, doch lassen Sie sich über die Kosten – es beteiligen sich Gemeinde und Krankenkasse daran – orientieren. Die Anzahl der Besuche Tagestreff pro Woche kann für 1 – 5 Tage festgelegt werden, womit auch Flexibilität ermöglicht wird.

Jeder Mensch ist frei und kann selbst bestimmen, wie der Lebensabend gestaltet werden soll. Auf jeden Fall sollte man den «Schnupper-Tag im Tagestreff» nicht zu weit hinausschieben. Man kennt dann schon die Betreuenden und allenfalls auch andere Besucher. Tagestreff – eine Win-Win-Situation, die neue glückliche Momente/Erfahrungen bereiten kann und dem Lebensabend neue Inhalte geben. So können «Tagestreff-Tage» zu den glücklichen Tagen im Alter werden. Greetje Meier und ihr Team heisst Sie willkommen.

Wer ist wer?
Erkennungsspiel aus dem Tagestreff



Die aktuelle Ausgabe der Senioren-Post ist ab sofort wieder auf unserer Homepage zu finden:

www.gluecklichesalter.ch/Senioren-Post

So können sich Angehörige von Seniorinnen und Senioren, die nicht in Hägendorf oder Rickenbach wohnen, über unsere Angebote informieren.

Dr Mäxu, mi Spiukamerad u Wachung

Es rächt markants Tier isch das gsi, mit ere breite Bruscht u scharche Bei, emene länge Schwanz u Lampiohre, wo über üse Burehof, d'Oberematt g'wachtet het. Nei, kei Rasshung, Bruscht u Pfote wiss, der Körper u d'Ohre ganz liecht besch, d'Rändli vo der Schnouze u um d'Ouge brünlech.

G'fouget het er uf's Wort, do het's de nüt gä. „Chum dahäre, sitz, gang lue zur Schtross füre ob öpper chunnt, mach Lut. Los! – g'hörsch öppis?“ Es lises ruure isch de zur Antwort cho. Nume isch er trurig worde wenn er a d'Chötti het müesse, de isch si Schwanz ache g'hanget un er isch i sire Chischte verschwunde. Mängisch het er si Freiheit äbe missbrucht u isch über Nacht uf Erkundigstur gange u de der anger Morge dräckig u nass cho grüesse, wie wenn nüt passiert wär. „So so! bisch ume go fagante du Luser, söttisch doch afe wüsse das de nid z'wit vom Hus ewägg darfsch,“ het er de z'ghöre übercho. Verschtange het er eim guet, u dass er de drufache zur Schtrof a d'Chötti het müesse, doch isch die Zrächtwysig gli ume vergässe gsi.

Ja dä Mäxu isch vo viune Lüt schwär g'schoche worde, wiu er guet g'hüetet het, bsungers wenn er a der Chötti het müesse si. Aber er isch mi bescht vierbeinig Kamerad i mire Chinderzit gsi, u mängs luschtigs Erläbnis han i mit ihm teilet.

Es si gäng öppe Husierer derhär cho, söttig wo's hei nötig g'ha öppis z'verdiene, aber o dere wo fräch si gsi wie d'Schpatze. Eine isch cho, wo Schteine gäge Mäxu g'schosse het. Der Vatter het ihm g'seit: „Pass uf! u mach das nümme, dä Hung vergisst das nid u s nöchscht mou we de ume chunsch kennt er di!“ U würklech, dä Husierer isch ömu ume cho, der Mäxu a der Chötti geit chlei uf d'Site, wien er's im Bruch g'ha het, für dise z'tüsche u wartet bis er der Mänu ma erreiche. Säube chunnt langsam em Hus zue, der Mäxu isch mit parne Sätz bin ihm u schpringt ne a. Dä flügt mitsamt sim Köfferli hingerts i die dornige Brombeeri, wo mer vor em Hus g'ha hei. Der Vatter isch zuefäuig i der Wärbude hinger gsi, het dä Schpektaku mitübercho, u rüeft der Mäxu zrug. Dä Husierer het g'wätteret wie ne Rohrschatz: „Soucheib, verdammte Köter!“ het si Hosebode g'lüpft u zupft, u won er sech ume Gartenegge verzoge het, rüeft ihm der Vatter no: „I ha der's g'seit, chasch d'Dörn säuber us em Hingere zieh, wenn i di wär, i chäm nümme!“

S liebschte wo der Mäxu g'ha het, isch gsi, wenn er i sis Gschir het chönne schlüffe, für a däm vierrederige Charli z'zieh, wo mer äxtra g'chouft hei, für chlineri Wareliferinge chönne z'füere. Er het nid möge warte bis i uf em Wägeli g'hocket bi u's los gange isch ume Gartenegge. Dört isch es de öppe wäge überhöhter Gschwindigkeit zu re Umlärete cho, u bi churze Hose zu g'schundtne Chnöi bim Schofför.

Einisch het me mi o mit eme Bündtu Weize uf Aarbärg i d'Müli g'schickt. Dür die schtrube Löcher vo der grienete Schtross han i gäng a mene Schtrick häufe zieh oder ha hinger g'schtosse. Bi der Beckerei Zürcher het's e Brunne g'ha. I ha mi Begleiter usgschiret, dass er het chönne Wasser lappe, u bi i d'Beckerei für zwänzg Rappe go nes schöns Weggli choufe. Das hei mer de zäme teilet. Dä Modus het scho mi grösser Brueder Werner vor mier i'gführt g'ha. Wenn i's nid so g'macht hätt, wär i vo mim Zugtier aus Wagelänker nüm g'schetzt worde.

Es Gwitter isch am Jura noh zoge. Wo mer ufe Heiwäg gange si isch es blauschwarz worde im Wätterloch u het scho blitzet u donneret. Mier hei is bi mene Burehus unger's Vordach verzoge u do isch es gli losgange. Wie het das g'chlepft, u g'schiffet was ache möge het, mier beid hei g'schlotteret vor Angscht wie aschbigs Loub. Es isch lang gange bis das Wätter verbi gsi isch, d'Bise het s Gwöuch gäng ume zrug drückt. Wasser het's jetz gnue g'ha uf em Wäg u mier hei um d'Glungge ume müesse kurve mit em Wägeli. Vermisst hei si nis längschstens deheime, aber me isch denn nid grad so schützig worde die zwe go z'sueche.

Mier hei i de Haubzuckerrüebe gäng ganz schöne Höitlisalat übercho, dä het me de g'luegt z'verchoufe, föif oder acht Rappe s Schtück, we der Handu guet gsi isch. Der Wäber-Wutz z'Töiffele, e Gmüeshändler wo aube mit Ross u Wägeli uf Bieu g'fahre isch mit sire War, het is dä Salat abgchouft. Für e Transport hei mer e grosse Grichuchorb brucht, dört drinne het's, we me guet tischelet het, für öppe fufzg Salatchöpf Platz g'ha. Dä Chorb het me uf e Hundswage bunge, u der chliner Bueb, das het mi betroffe, u der Hung hei Töiffele zue müesse dä Salat go

Dr Mäxu, mi Spiukamerad u Wachung

füere. Bim Brunne beid no einisch chlei Wasser suffe, der Hoger uf ume Poschtcher brav zieh, s Dorf ab s Gschpann hingerha, was gisch was hesch z'dürus übere Länggrabe de erschte Hüser vom Nachberdorf zue. Vo dört ungerdüre em Moos noh, ume der Schtutz uf, u's nöchschte Schtrössli rächts hingere. Bim Wäber hei mer usglade. Der Mäxu het d'Läue usegschtreckt u längi Lätsche lo fahre. Es het denn e grosse Brunne g'ha unger ere mächtige Linge bim Hus, wo mer hei chönne der Durscht lösche, de si mer mit em lääre Chorb ume heizue. Ja das isch e rähti Reis vo guet zwe e haub Schtung gsi.

Der Mäxu het fürs Läbe gärn g'muset. Da bin i natürlech o derbi gsi. Mit sire Nase het er sini Läckerbisse g'schmöckt, het mit de schtarche Pfote u Chraue dranne i d'Töiffi g'chratzet, mit der Schnure Grasmöcke wägbisse u se furtbängglet. I bi drnäbe g'hocket oder g'chnöilet u ha g'luegt was do fürechunnt. Plötzlech flügt näbscht Schteine, Härd u Gras o fiins Schtrou umenang u chlini Müsli lige verzatteret am Bode. Das si zarti Häppli gsi für e Mäxu, aber si hei mi glich duret. Jetz het's aber nach no meh g'schmöckt, Mäxu grabt witer, der Museschluf nimmt e Rank, der Mäxu chert sis Hingere gäge mi, u scho han i e ganzi Sauve Härd im Gsicht. I ha de druf verzichtet ne bi sire Lochete witer z'beobachte.

Der Werner het im Handorgele-Klub z'Töiffele mitgmacht u äbe a mene Sunntig, wenn er derzue cho isch, chlei d'Taschte vo sim Inschtromänt g'chutzelet. Das isch de mängisch z'viu gsi für üse Mäxu. Plötzlech het er Werner's Musig mit Gsang afo begleite, und zwar i fürchterliche Hüütön. Das het mi de aube no g'lächeret un i ha o probiert Tön wie der Mäxu vo mer z'gä, u ihn dermit no a'gmacht witerzhüüle. S Müeti isch de meischtens cho u het g'seit: „Höret de öppe uf lärmidiere dier Süchle!“

O der Winter het isch schöni Erläbnis brocht. We d'Schneescht guet treit het, han i mi Kolleg a gross Davoser Schlitte a'gschpannet, bi büchlige druf g'läge u de isch es los gange. Es si öppe Chräie umegfloge u die het Mäxu nid so möge. De han i: „Gs-gs-gs!“ g'macht, un är isch mit Gebäu loszoge, so dass i mi fescht ha müesse häbe am Schlitte. Einisch het der Mäxu uf flotter Fahrt auwäg plötzlech Buchweh übercho, er schtoppet abruppt, lüpft der Schwanz, u scho het's fürchterlech g'schtunke uf mire Zöttuchappe u uf de Häntsche u de Schlittescheieli. Da hei mer üsi Winterexpedition abbroche, i ha der Mäxu usgschiret, die parfümierte Teile uf e Schlitte g'leit, d'Finger im Schnee abputzt, g'schlotteret vor Cheuti, u bi schnäu heizue. Mi Begleiter het no e fröhlechi Rundi zoge mit sine Chräie u sech keis Bitzli um mi Situation kümmeret. Im warme Shtau am Wasserhane mit em Schtumpeschluch dranne han i mit viu Wasser die unschöne Schpure vo üsere gemeinsame Winterfröid verwässeret. D'Chüe hei d'Gringe näbenume g'ha u dere Schpitzerei verschtunet zuegluegt. Nach ere witere Nachbehandlig vo der Chappe u de Händsche, wo d'Muetter no mit Schteifeus Seife g'macht het, un ere Tröchnigszyt, si die Sache ume isatzbereit gsi.

Nid wit vo der Oberematt gäge Hagneckkanau zue het's e Bodesänkig g'ha, s Möösli het mer re g'seit. Dört am Rand obe si e ganzi Reihe urauti Eiche g'schtange. Für so eini umzmache het me so lang drumume g'lochet bis si umgheit isch. De het me der Shtamm mit ere grosse Bomsagi vom Shtock trennt, i dä iche bohret u ne mit Schedit usenanger g'schprängt. Das Shtockhouz isch vo räschtlechem Härd u Schteine putzt worde, zu Schitli versaget u brucht für dermit z'heize u z'choche. Zrugglibe isch es grosses Loch im Bode.

Wo der Schleipf für e Mäxu u mi ume guet gsi isch, hei mer de Chräie üsi Ufwartig g'macht. Dasmau bin i uf em Schlitte g'hocket, dass i mit de Füess chönn schpere, wenn der Mäxu öppe wider sött e Notbrämsig müesse mache. Das isch hüscht u hot gange, so wies die schwarze Gwaaggine i der Luft wöue hei, meischtens han i d'Ouge, d'Bruscht u d'Zöttuchappe vou Schnee g'ha u nümme g'wüsst wo's eigentlech düre geit. Plötzlech het d'Schneedeche unger isch lo goh, mier si z'lochab u drufabe zuedeckt gsi wie i're Lawine. Unger mier un em Schlitte het der Mäxu g'weisset u g'weberet, i ha nüt me g'seh u Angscht übercho, o d'Naselöcher si verschtöpft worde. Mäxu het der Schlitte unger mer wäg zoge u isch der erscht gsi wo sech dobe g'schüttlet het. Dä Schnee isch ganz pouverig gsi, un i ha de gli g'merkt, dass mer i mene riesige Shtockloch si g'landet, wo d'Bise der Schnee dri g'wäit het. Müesam han i probiert ufe z'gogere, aber weni Haut g'funge un es isch lang gange bis i mi use g'schaffet ha.

Dr Mäxu, mi Spiukamerad u Wachung

Schpöter wo der Schnee wägg gsi isch, bin i das Loch go a'luege u ha g'schtunet wie töif me het müesse pickle u grabe bis die grossi Eich gheit isch. Vo de Escht, em Schtamm u vom Schtock isch nüt meh ume gsi, nume no ne breite runde Waum Ärde obe um's riesige Loch.

Gäng no, wenn i s Hundswägeli ha füre gno, isch der Mäxu cho z'schpringe u het Fröid g'ha, dass er ume chönn cho zieh. Aber es isch aube nid lang gange, het er der Chopf la hange u nümme möge. Meh u meh isch er umegläge, me het ne nümme a d'Chötti bunge, un ihm d'Freiheit g'lo. Sicher isch er öppe chlei uf d'Löitsch gange, aber das het men ihm gönnt.

Einisch a mene Abe, es isch gäge Herbscht zue gange, mier hei grad i's Bett wöue, chesslets lut der Oberemattwäg uf. D'Muetter, der Werner un ig, schpringe use go luege was das sig. Der Mäxu isch i sim Hus u winslet gar grüsli. I schtüpfe mit em Fuess a öppis wo lärmet. Werner macht Liecht u do gsei mer was trurigs do gscheh isch. A're länge Schnuer, si i Abschtäng lääri Konsärvebüchse a'gmacht gsi, u am Schwanz vom Mäxu a'bunge. Dä het g'schlotteret vor Angscht, u mier hei ne fascht nid us der Chishte bracht für die Schnuer z'löse, är het nid emou wöue Wasser lappe. Wär cha ächt so öppis himutrurigs mache, die verdammte Cheibe! Tagelang isch das Tierli no umegläge, bis es sech chlei erhout het. Er isch nümme der glich gsi, mi Mäxu, no gäge üs isch er fascht misströjisch worde, es het is dunkt, er ghör nümme rächt.

Do chunnt einisch der Pöschtlter u hautet mit sim Velo vor em Hundshus. D'Brämse gigse, Mäxu isch wahrschinlech drinne verchlüpft, schpringt use u bisst mit auer Chraft i's Velorad. Är lot erscht goh, won ihm d'Luft zum Mul us pfift. „Dä Soucheib“ seit der Pöschtu. Bim Velohändler Bärger isch dä Schade repariert worde. Der Vatter het schpöter no g'seit: „Dä Hung het doch no müesse Rach näh a däm sim Velo, wiu er ne gäng g'nekt het u: „Grrr, grrr“ g'macht, wenn er ume Gartehag dervo isch u sech i Sicherheit g'wähnt het.“ Nei, der Pöschtlter het er nid möge liede, üse Mäxu.

Vo denn ewäg het's böset mit ihm. Är het nümme wöue frässe, u o uf's Schtrichle het er nümme reagiert. Mues er ächt no lide u Schmärze ha, das isch üsi Frag gsi. Meh aus füzäche Johr het das Tier üses Hei g'hüetet u häufe schaffe. „I cha dä Hung eifach nid erschiess“, seit der Vatter, un i ha lut use brüelet bi däm Gedanke. Der Morge isch de gli cho wo der Mäxu d Bei g'schtreckt het. I der Mitti vo der Obschtboumreihe nid wit vom Klaröpfuboum hei mer ne begrabe. Das isch e trurige Tag gsi, aber der Vatter seit: „I gange de morn uf Baggwiu für nes nöis Tierli go luege, dört züchtet eine Sennehüng.“

Der Arno e verschpiute junge Kärli het Izug g'haute bi üs. Schue, Schtifu u Chleider het me i Sicherheit müesse bringe, süsch sy si verrufpt worde. E nöji Hunde Erziehig het a'gfange. S chline Hundswägeli aber het usdinet g'ha, der Arno het nümme lehre zieh.

Fritz Mathys

Haben sie Bedarf? – wir können vermitteln
(079 332 84 24)

- Transport-Rollstuhl – wenig gebraucht
 - Rollator – noch gut nutzbar
-

Wenig anspruchsvolle Dialoge

Prolog: Die nachfolgend aufgeführten Gespräche bekommen Sie möglicherweise zu hören, wenn Sie wieder mal Verwandte oder Bekannte besuchen, am Stammtisch oder beim „Kaffichränzli“ sitzen. Besonders unterhaltsam sind an verwandtschaftliche Beziehungen erinnernde Erklärungen. Sie bilden das Hauptthema meiner heutigen „Gschichtli“. Wenn mir mein alter Schulkollege Emil schildert: „'s Franz-Seppe Kläris Muetter Elise hed z' Luzärn e ledigi Tante gha ...“ verstehe ich spätestens bei „Elise“ nicht mehr, von wem Emil eigentlich redet. - Alle Namen sind frei gewählt; sie stehen in keinem Zusammenhang mit den Gesprächen.

Warum schreibe ich Dialekt? Es wäre für mich tatsächlich einfacher gewesen, mich der Schriftsprache zu bedienen. Diese Dialoge würden jedoch an „Salz“ - an Reiz - verlieren.

Sicher haben Sie beim Lesen meiner früheren Texte schon gemerkt, dass ich bei der direkten Rede keine Anführungs- und Schlusszeichen setze, Ich finde dieses Gekritzel im Normalfall unnötig. Die indirekte Rede kennt auch keine speziellen Zeichen.

Ueli, du weisch doch no, em Egger Kari sy Frau - d' Vrenä - isch d' Cusine vo der Hueber Kläre ehrem Maa – em Hausi selig – gsi.

He klar! Dä isch doch im 2. Wäutchrieg acht Tag ir Chischte gsi, wöu er emene prüssisch – ond vermuetlich au bruun – aghuuchte Offizier ächt vaterländisch 's Mösch potzt heig.

Aber der Hausi hed ehm das nach-em Chrieg zuggzaut. Er heig ne wäge betrüegerische Macheschafte während der Gränzbsetzig yklagt.

Rächt hed er gha! Vo dene egozentrische Protze muess me sech ned aues lo biete.

Eg erinnere me no guet a-nes Gspräch e-mene chlyne Dörfli a der Aare: 's Karli-Länze Käthis Muetter Frieda hed z' Bärn obe e Brüeder gha – der Baschi. Dä het sym Neffä Hörbi synerzyt finanziöu ghoufe, e der Stadt es Beizli uufztue. Es isch lang guet gloffe. Aber med der Zyt hed de Hörbi afo trinke. Es esch so wyt cho, as er vor-em Konkors gstande esch. - Doch do isch e Nichte vom Baschi – 's Annegret – iigsprunge. Di jungi, gschaffigi Frau het dä Betreeb weder uf „Vordermaa“ brocht. Es isch e wahri Freud gse! D' Annegret esch ebe ledig ond tüchtig gse, es hed ehre kei Maa driigfunke(!).

Jo, - aber ei Nachtöu werd das au ha: Wer übernimmt spöter das Lokau, wenn keini Nochkomme do si?

Em Beck Pfischer a der Mittlere Gass si emmer weder Schmöuzbrötli gschtöhle worde, woner uf em Ladetisch em-ene Chörbli präsentiert hed. - Do hed der Pfischer einisch zwöi med-ere Sagmäumeschig bache ond si schön obedruuf gleit.

Dasch aber e Heisse!

Nei – gar ned, gli drufabe hed Pfischer en unschöne Telefonaruef vom Rüdüsüli Chrischtian gha. Jetz het er aber sofort gwüsst, wär d' Diebin esch. Er hed em Rüdüsüli groote, es syg zu sym eigene Vortöu, wenn er e-dere Aaglägeheit schwygi – ond er hed dä Maa uufklärt.

Du Vroni, weisch du, wo-me di gueti, anti Öpfusorte Boskoop no chönnt uuftrybe? Si eigne sech uusgezeichnet för Öpfuchüechli. - Bsonders chüschtig esch au es Zvieri im Winter med -ämene Boskoop, Baumnüess ond ämene heisse Getränk oder ämene Schnäppli.

Wenig anspruchsvolle Dialoge

Vellecht fengsch di Sorte by-mene Buur, wo no auti Hochstamm bäum pflegt. Aber ess bitte ned z'vöu Öpfu. Eg meine ned wäge Adam und Eva em Paradiis – nei, wäge de Peschtiziid. En Obschtbuur hed mer – ohne rot zwärde – gseit, er heig syni Bäüm das Johr 12-mau gschrützt. 'S meischte wärdi vom Räge weder abgwäsche. Der Räscht blybi haut e-der Frucht (das hat er aber bloss still für sich gedacht).

Jo weisch – euse Körper gwöhnt sech haut a mängs, - d' Mönschheit vermehrt sich ömu no gäng.

Jetzt isch doch letschte Herbscht Franze Sepps Toni med sym Greti uf-ne Kulturreis uf Bali. Aber

d' Gmeinstüür heige si ned zaut.

Jo – du chasch haut ned beides ha. Diä glaube doch no a Samichlaus und meine, nach dene Negativzeise vo de Banke, chöme secher baud au d' Negativstüüre. Würd heisse, du chämsch do use über. Haha!

Chrigu, hesch du Meyerhanse Guschtis Kläre ehri Schweschter - 's Bethli - au no könnt?

Eigentli ned würklech. Ehrä Name han-i früener öpe ghört, aber se könnt – nei .

Stöu dir vor, die hed mit föifesebezgi no mau ghürote. Er isch aber erscht achtesächzgi.

Jo nu – keis Problem – das ged einewäg nüt me.

Hausi, was seisch du zur Hürot vo Tante Käthis Sohn Franz sym Junge – em John – mit dere Anschelina?

Es het haut jede sy eige Gschmack. Eg mesche-mi do ned y.

Ebä – ond es ged jo au Type med-ere Gschmacksverstimmig.

Weisch Rüedu, där aut Veehändler Rinderchnächt isch vor emene haube Johr gstorbe. Magsch di no erinnere, wenn dä by-mene Buur uftaucht esch? Das si damaus no Zyte gse! Med Handschlag hed me der Handu „unterschrybe“. Do het's kei Papier bruucht med Chly-drucktem.

Jo – und es hed klappet. So Abmachige hei goute ond si yghaute worde. Potz Donner ond Doria!!

Fritz, jetzt mues eg der doch öpis verzöue: Vor paar Tage han eg der Amerikaner Jonny weder einisch gseh. Er esch immer-no der glych unbekümmeret Abentüürer. Alleini hed är e Trip i Urwald vo Papua-Neuguinea ndernoh.

Dä spennt doch völlig! Er hät jo chönne im Chochtopf vo Kannibale lande.

Ne nei, er syg by de Mönschfrässer nümme gfrogt. Diä syge hüt verwöhnter as mer Schwyzer. Diä nähme nume-no U45-er wägem zartere Fleisch. Zudäm gäbs by dene au

Wenig anspruchsvolle Dialoge

immer meh Vegetarier.

Gspräch us em Ämmitau:

Du Ueli, won-eg no e chlyne Bueb be gse, hei mer z' Truebschache es Dorforiginau gha. Me hed ehm nume der „Joggi vor Hengere Egg“ gseet. Du chasch mer secher no brechte, wär dä Joggi eegentlech gse esch.

Jah – we söu eg der das erchläre? Es esch ned eso eefach, as dus verstoosch, wöu du scho lang ume z' Bärn nede läbsch. - Chönnt hesch du secher no d' Gärber Vrene u ehre Maa – der Hans-Sepp. Dä wederume hed e Schwöschter ghäbe – d'Elise Egger uf der Vordere Egg. Die desume hed e ledigi Stiefschwöschter ghäbe – d'Babette of der Hengere Egg. O die Babette hed e unehleche Bueb ghäbe – e Jakobli. Me mungglet, Vater seg der Chüejer Franz vor Moosaup bem Obere Grabe gse. Sicher wees das aber kener.

Dä Jakob esch de später – e chly verwahrlost – eds Börgerheem vo Truebschache cho. Em Dorf hed-me däm komische Chutz eefach der „Joggi vor Hengere Egg“ gseet.

Kleiner Satire-Dialog:

Bethli, das esch würllich lieb, as du meh weder einisch bsuechs.

Jo weisch, i dere schnäuläbige Zyt isch haut gly weder es Jöhrli ume.

Trinksch lieber es Kaffi oder e Tee?

Mach der keini Umständ. Es Glas Hahneburger esch mer rächt.

Öpis Warms ond es Gützi derzue esch doch würllech 's Minimum. Weisch, eg ha ne Kaffiautomat vor „Jura“, dem Härstouer, wo sech der Rotscher Federer med Wärbig no es paar guet-beleiti Znünibrötli cha verdiene. - Muesch entschoudige, Bethli, mys Mariächäferli süüfzt ond zitteret. Mues es rasch tröschte; es duuret gwüss ned lang.

Wer wotsch du tröschte??

Ebä, 's Mariächäferli - mys Händy haut. - („Lueg, mys Liebe, es esch jo aus guet usecho, mer hei e suuberi Lösig gfunde – bisch froh –, tue di schön brav beruehige und freu-di weder!“)

Vroni, bruuchs du vellecht Höuf, - hesch öpe Fieber oder bruuchs gar der Dokter??

Worum meinsch ...? - Weisch, 's Chäferli hed mir am Morgä müesse e schlemmi Nachricht übermettle; jetz isch es truurig. So nes Grät hed ebe au es Gschpüri – meh as mänge Mönsh. Es mues jo ständig Freudigs, Truurigs, Gschäftlichs ond Privats wytermäude. So öpis fahrt y. Das beschäftiged 's Chäferli; so Sache fliesse au a ehm ned eifach ab. So-nes Grät füuht haut, was es wyterleited. Entsprächend reagiert äs ebe de.

Vroni lueg, das med dym Mariächäferli mues eg mer mou e auer Rueh überleggä. - Doch han eg der no gar ned gseit, as eg höt no e wechtigä Termin ha. Drum han eg di em Vorbywäg rasch chönne cho bsueche. Aber eg muess jetz unbedengt med em Drüüzug wyter. - Läb- wou ond mach-s guet! - (Leise für sich: Gueti Besserig! Möglichscht rasch ond radikau!)

Roland Wyss-Giezendanner

Lösung Sudokku

Lösung Sudoku:

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

Verkauf von Handarbeitsprodukten der Werkgruppe

Ausserhalb der Chilbi und dem Weihnachtsmarkt können die von unseren Frauen mit viel Herzblut produzierten Waren auch

während den Werknachmittagen im
Seniorenzentrum Untergäu
(Bölgchensaal – Daten Seite 13)

oder direkt bei
Esther Nünlist, Tel.-Nr. 078 790 27 77

bezogen werden.

Lösungen Quiz:

1. Frisur
2. Muff
3. Unverheiratete Frau
4. Sabotage
5. Weiblicher Badeanzug
6. der Nachtwächter
7. Schunkeln
8. Geheime Nachrichten
9. 4 Uhr
10. Norwegen
11. Händchenhalten
12. Oktoberfest
13. Beileidsbekundung
14. Einstecktuch, auch oft Pochette genannt
15. der Pfau
16. der Schornsteinfegen oder Kaminfeger
17. eine Augenbindel

Macht Ihnen das Jassen Spass?

Wenn ja, so kommen Sie zum monatlichen Jassnachmittag. Die Teilnahme ist gratis und ohne Altersbeschränkung. Also auch Jasserinnen und Jasser, die noch nicht im Seniorenalter sind, heissen wir herzlich willkommen.

Oder macht Ihnen das Wandern Spass?

Einmal im Monat eine rund zweistündige Wanderung in geselliger Atmosphäre? Sie tun etwas für Ihre Gesundheit. Scheuen Sie sich nicht, sich beim Wanderleiter anzumelden.

Die genauen Daten finden Sie auf den Seiten 8 und 9 in dieser Senioren-Post!

Zum Schmunzeln

Zwei Beamte sitzen zusammen im Zimmer. Fragt der eine: «Was hältst du davon, wenn wir uns ein Aquarium kaufen?». – Meinst du nicht, das bringt zu viel Hektik ins Büro?

«Mami, ist bald Mittag?, fragt Klein-Eva.- «Nein». – «Dann geht mein Magen vor».

Eine alte Dame wird in der U-Bahn kontrolliert. «Sie haben da eine Kinderfahrkarte», stellt der Kontrolleur fest. Erwidert die alte Dame: «Da können Sie mal sehen, wie lange ich auf diese U-Bahn gewartet habe.»

Ein Franzose, ein Engländer und ein Schweizer treffen sich.

Engländer: "Wir sind vielleicht komisch! Wir schreiben 'school' und sagen 'scul!'"

Franzose: "Wir sind noch komischer! Wir schreiben 'peugeot' und sagen 'pöscho!'"

Schweizer: "Wir sind am komischsten! Wir schreiben 'Wie bitte?' und sagen 'Hää?!'"

Zehn Jahre lang betet Herbert jedes Wochenende: 'Lieber Gott, lass mich doch bitte diesmal in der Lotterie gewinnen.' Immer vergeblich. Als er es eines Tages wieder versucht, ist plötzlich sein Zimmer in strahlende Helligkeit getaucht, und eine tiefe Stimme sagt verzweifelt: 'Gib mir doch eine Chance, Herbert. Kauf dir um Himmelswillen endlich ein Los.'

Was macht ein Schotte mit einer Kerze und einem Spiegel?
Er feiert den zweiten Advent!

Drei Kandidaten melden sich bei der Wiener Kriminalpolizei zum Aufnahmetest an. Der Prüfer bittet den ersten herein und legt ihm ein Foto vor: "Was fällt ihnen an diesem Mann auf?" Der Kandidat betrachtet das Bild und sagt dann: "Der hat nur ein Ohr." "Das ist eine Profilaufnahme", knurrt der Kommissar und entlässt den Kandidaten. Der zweite Kandidat kommt herein, auch er sagt, als ihm das Foto vorgelegt wird: "Der Mann hat nur ein Ohr." Sichtlich genervt knurrt der Kommissar wieder: "Das ist eine Profilaufnahme." Der dritte Kandidat kommt und betrachtet das Bild. Nach einiger Überlegung sagt er: "Das ist ein Kontaktlinsenträger." Der Kommissar schaut in den Unterlagen nach und sagt dann, sichtlich überrascht: "Stimmt, sie sind aufgenommen. Aber wie sind Sie darauf gekommen?" "Also", sagt der Kandidat, "mit nur einem Ohr könnte er schwerlich Brillenträger sein."

Was ist das Gegenteil von THEOLOG? Lösung: Theo sagt die Wahrheit.

Lehrer: 'Erwin, wie viele Kinder seid Ihr denn zu Hause?' Schüler: 'Wir sind sechs Knaben, und jeder von uns hat eine Schwester!' Lehrer: 'Da seid ihr ja zwölf Kinder!' Schüler: 'Nein, Herr Lehrer, bloß sieben.'

Treffen sich ein Bayer und ein Österreicher zum Schneckensammeln im Wald. Sie verabreden sich zu einem Treffen nach einer Stunde und trennen sich. Nach der Stunde kommt der Bayer zurück, den Korb voll bis an die Kante mit Schnecken. Der Korb des Österreichers ist leer. Fragt der Bayer: 'Was hast denn die ganze Zeit gemacht?!' Darauf der Österreicher: 'I soooaaaas ah niit. Siehst a Schneckn, bückst di... huschhusch, sans furt..'

Ein Schotte zum Taxifahrer: "Was kostet eine Fahrt zum Hauptbahnhof?"

"10 Pfund, Sir."

"Und das Gepäck?"

"Das ist natürlich frei."

"Okay", sagt der Schotte, "dann fahren Sie schon mal mit dem Gepäck los. Ich komme zu Fuß nach."

"Ihr Wagen ist überladen! Ich muss Ihnen den Führerschein abnehmen", sagt der Polizist zu dem LKW-Fahrer.

"Sie scherzen wohl! Der Führerschein wiegt doch höchstens fünfzig Gramm!"

Lehrabschlussprüfung. Der Prüfer versucht den Kandidaten ein wenig zu beruhigen. "Sie brauchen wirklich keine Angst vor unseren Fragen haben..."

Prüfling: "Habe ich auch nicht - nur vor meinen Antworten!"

Die Kuh eines ostfriesischen Bauern ist krank. Besorgt fragt er seinen Nachbar: "Was hast du denn damals deiner Kuh gegeben als sie so krank war?" - "Ich habe der Kuh damals Salmiak-Geist gegeben", sagt dieser. Gesagt, getan. Als der ostfriesische Bauer eine Woche später seinen Nachbarn besucht, trauert er: "Meine Kuh ist tot." Darauf dieser: "Meine damals auch."



Für Adressetikette

Wir freuen uns die Stiftung für ein glückliches Alter Hägendorf – Rickenbach zu unterstützen und beraten die Seniorinnen und Senioren in unseren Apotheken in Hägendorf und Olten sehr gerne.



toppharm

Apotheke Drogerie Hägendorf

Unsere Dienstleistungen, Analysen und Mietartikel

Service
Wochen-Dosiersystem
Dienstleistungen
Allergie-Check
Blutdruck-Messung
Blutdruck Check Plus (+EKG & Gespräch)
Blutzucker-Messung
Darmkrebs Vorsorge
Diabetes-Check (HbA1c)

Gen-Analysen-Ernährung
Gesundheitsprogramm Hypertonie
Herz-Kreislauf-Check
Impfausweis überprüfen
Mietartikel
Babywaage
Elsa-Kissen
Gehstöcke und Krücken
Neues Teefachgeschäft

Topberatung mit Persönlichkeit!

Dienstleistung mit kompetenter Beratung ist unser Motto!

toppharm
Apotheke zum Kreuz
www.kreuz.apotheke.ch

toppharm
Apotheke & Drogerie Hägendorf
www.apo-dro.ch