



Senioren-Post

Stiftung für ein glückliches Alter
Hägendorf-Rickenbach



Juli 2021

41. Jahrgang



*Sommer –
Blick in neue
Normalität*

Stiftung für ein glückliches Alter Hägendorf-Rickenbach



Postfach 304
4614 Hägendorf

<https://www.gluecklichesalter.ch>

Wenn einem alles gegen den Strich geht,
sollte man einen Punkt machen.

Unbekannt

Liebe Seniorinnen und Senioren
Liebe Leserinnen und Leser

In den letzten Monaten waren wir alle gefordert, um der Pandemie Herr zu werden. Dabei traten in der Bevölkerung grosse Meinungsverschiedenheiten auf, die leider auch in ungerechtfertigten und persönlichen Angriffen/Bedrohungen mündeten.

Wenn ich mir gewisse Voten/Schriftstücke in Erinnerung rufe, dann komme ich eben zum obenstehenden Leitwort.

- | | |
|--|--|
| <i>– es gibt gar keine Corona</i> | <i>– es sterben Hunderttausende Menschen</i> |
| <i>– warum schränkt mich der Bundesrat ein</i> | <i>– die Massnahmen sollten viel strenger umgesetzt werden</i> |
| <i>– ich will meine Grundrechte</i> | <i>– warum werden Demonstrationen nicht geduldet</i> |
| <i>– braucht es eine Task-Force wissenschaftlich</i> | <i>– sind Fakten oder Lobby-Arbeit entscheidend</i> |
| <i>– die Alten waren besonders gefährdet</i> | <i>– die Alten haben bei Impfungen weniger Nachwirkungen</i> |
| <i>– meine Enkelkinder warten auf mich</i> | <i>– was passiert mit CORONA in der Schule</i> |
| <i>– Maske bringt überhaupt nichts</i> | <i>– mit Maske schütze ich auch Mitmenschen</i> |
| <i>– Home-Working muss sein</i> | <i>– es gibt viele Berufe ohne Möglichkeit zu Home-Working</i> |
| <i>– soll ich mich impfen lassen</i> | <i>– welche Vorteile habe ich als geimpfte Person</i> |
| <i>– wir bauen uns neue Schulden auf</i> | <i>– es gibt neben Nutzniessern auch Betrug</i> |

Dieser Katalog von Meinungen liesse sich beliebig erweitern, und bewusst habe ich nicht ein Pro und Contra darüber platziert. So individuell sind die Empfindungen in diesen Fragen. Die Fülle der – oft gegensätzlichen – Informationen lässt einem unsicher werden, was gilt denn da und – angepasst – in welchem Kanton stehe ich im Moment, wird zum Lotto in einem föderalistischen System. Damit möchte ich mich keineswegs dem Föderalismus entsagen, aber wieviel mag es noch ertragen in einer so von Mobilität gesteuerten Zeit. Denn es gibt zwischen den Familien-Wohnsitzen und dem Wohn- und Arbeitsort doch immer Kantons Grenzen.

Da geht einem dann plötzlich «Alles gegen den Strich» und man verstrickt sich in Widersprüchen oder stellt Eigeninteressen in den Vordergrund. Doch die eigene Freiheit endet dort, wo die Freiheit anderer Mitmenschen tangiert ist.

Nun ist angebracht, einen Punkt zu machen. Doch genau jetzt müssen wir genau überlegen was

Aus dem Stiftungsrat

dies bedeutet. Heisst dies «Punkt fertig» oder nutzen wir das Setzen des Punktes für eine Denkpause und Neuorientierung? Bringen wir unsere Erfahrungen der vergangenen Monate ein und positionieren uns in Eigenverantwortung im täglichen Leben, immer im Bewusstsein, mit dieser oder einer neuen Pandemie zukünftig konfrontiert zu sein.

«Alt oder Jung» – wo bleibt dabei das mittlere Alter? – darf in dieser Frage –, ja sogar generell –, nicht die Auseinandersetzung mit der Problematik prägen, sondern nur gemeinsam müssen/können wir die Herausforderungen in solchen Situationen annehmen.

Im gegenseitigen Verständnis schaffen wir den Schritt in die neue – wohl angepasste – Normalität, was auch schon Generationen vor uns nach Seuchen und Kriegen suchen/finden mussten.

Genesen, geimpft, mehrfach getestet oder in Herdenimmunität müssen wir uns zurechtfinden. Oberstes Ziel muss immer das Gesamte sein. Dabei müssen wir uns auf Ratgeber vertrauensvoll verlassen können, denn Meinungen von über acht Millionen selbsternannten Corona-Spezialisten gehen wirklich gegen den Strich.

Danke für Ihre Aufmerksamkeit und Ihre eigene Positionierung, wann ein Punkt – danach geht es immer weiter – gemacht werden soll. **«Bliibet gsund»**.

Werner Huber, Präsident der Stiftung

Aus dem Stiftungsrat

Wir sehen wieder etwas deutlicher, und die engagierten Ressortleitungen sind daran, sorgfältig und vor allem die Sicherheit einschliessend unsere Dienstleistungen wieder «hochzufahren».

Jassen startet wieder im Juli – wir geniessen Gastrecht im Restaurant Teufelsschlucht.

Wandern dürfte mit der Wiedereröffnung der Gastrobetriebe auch wieder möglich sein.

Badefahrten müssen wir neu positionieren mit Rücksicht auf Verfügbarkeit Fahrzeuge.

Website ist weit fortgeschritten – ja bereits aufgeschaltet – dank grossem Engagement von Andy Sigrist. Er ist nun darauf angewiesen, dass diese Website besucht wird und Anregungen/Ideen zu ihm gelangen.

Zukunftsprojekt

Nicht erst CORONA hat uns vor Augen geführt, dass ältere Mitmenschen immer weniger Kontakte haben und oft vereinsamen. Heute gilt es darum, ein neues «Projekt» zu lancieren. Doch zuerst muss Bedürfnis seitens der älteren Mitmenschen und vor allem bereit gestellte Ressourcen – sprich Helferinnen und Helfer der Stiftung – gut abgeklärt sein. Ganz so Neuland betreten wir damit nicht, denn bereits funktioniert so ein «Tandem», auf Abruf oder nach fester Abmachung treffen sich zwei Menschen.

Bereits haben wir mit Nadja Studer – willkommen im Team – eine neue Ansprechpartnerin, die auf ihren ersten Einsatz in diesem Projekt «wartet». Melden Sie sich beim Präsidenten oder über Kontakt in der Website.

Weitere Informationen über dieses Projekt und die ganze Stiftungstätigkeit erhalten Sie mit der nächsten Ausgabe. Für die Lektüre der vorliegenden Ausgabe wünschen wir Ihnen viel Vergnügen.

Werner Huber

Präsident der Stiftung für ein glückliches Alter Hägendorf-Rickenbach

Kontaktadressen der Stiftung

Präsident	Huber Werner *	Postfach 304 4614 Hägendorf E-Mail: wh.h@bluewin.ch	079 332 84 24
Vizepräsident Homepage	Sigrist Andreas *	Bachstrasse 10 4614 Hägendorf E-Mail: sigan@gmx.ch	079 483 02 04
Sekretärin/Aktuarin	Aschwanden Katharina *	Ferchweg 5 4613 Rickenbach	062 216 32 39
Rechnungsführerin	Rudolf von Rohr Petra *	Wächterweg 7 4614 Hägendorf	079 381 23 75
Beisitzer	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
<i>im Wechsel mit:</i>	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	Langenbruckstrasse 11 4614 Hägendorf	062 216 39 30
„Seniorenpost“	Husi Walter	Lindenweg 28 4614 Hägendorf	062 216 70 17 079 838 93 47

* Mitglieder des Stiftungsrates



1. Juli–30. September 2021

Wir gratulieren herzlich zur / zum

Goldenen Hochzeit
50 Jahre verheiratet

16. Juli

Franz und Christine Bütschli
Kirchrain 27, 4614 Hägendorf

3. September

Alfred und Klara Grimbichler
Langenbruckstrasse 10, 4614 Hägendorf

98. Geburtstag

15. September

Helene Aerni
Eigasse 2, 4614 Hägendorf

97. Geburtstag

5. August

Greti Curty
Thalackerweg 11, 4614 Hägendorf

96. Geburtstag

7. September

Maria Peier
Thalackerweg 11, 4614 Hägendorf

93. Geburtstag

16. August

Urs Studer
Rolliweg 17, 4614 Hägendorf

85. Geburtstag

6. Juli

Johanna Haller
Oberer Rolliring 3, 4614 Hägendorf

20. September

Hubert Kohler
Lärchenweg 7, 4614 Hägendorf

23. September

Margretha Wyss
Terrassenstrasse 9, 4614 Hägendorf

80. Geburtstag

7. Juli

Nevzat Göcmen
Dünnernstrasse 17, 4614 Hägendorf

7. August

Urs Widmer
Schützenweg 9, 4614 Hägendorf

8. August

Irene Kiser
Industriestrasse West 1C, 4614 Hägendorf

14. August

Margrit Schöni
Am Brotkorb 2, 4614 Hägendorf

21. August

Marlies Heusser
Buchenweg 6, 4614 Hägendorf

27. August

Urs Schärer
Mühlerain 12, 4614 Hägendorf

1. September

Susanne Vögeli
Unterer Rolliring 13, 4614 Hägendorf

10. September

Peter Frey
Lehenweg 19, 4614 Hägendorf

19. September

Werner Poggio
Mühlering 17, 4614 Hägendorf

23. September

Theodul Bellwald
Bahnweg 3A, 4614 Hägendorf



1. Juli–30. September 2021

Fortsetzung:

Wir gratulieren herzlich zum

80. Geburtstag

25. September Ingrid Schnorbus-Koch
Allmendstrasse 16, 4613 Rickenbach

30. September Ursula Kaufmann
Fridhag 16, 4614 Hägendorf

75. Geburtstag

4. Juli Bruno Colpi
Amselweg 8, 4614 Hägendorf

5. Juli Ursula Anderegg-Eggenschwiler
Hinterfeld 12, 4613 Rickenbach

13. Juli Margrith Baumann
Fridgasse 5, 4614 Hägendorf

19. Juli Gertrud Frei
Kohlholz 18, 4614 Hägendorf

25. Juli Elisabetha Schärer
Dünnerstrasse 11, 4614 Hägendorf

28. August Heinrich Lämmli
Rolliweg 10, 4614 Hägendorf

5. September Hanna Bloch
Langenbruckstrasse 11, 4614 Hägendorf

6. September Fritz Köchli
Bahnweg 3B, 4614 Hägendorf

7. September Frieda Jäggi
Bühlstrasse 21, 4614 Hägendorf

8. September Josef Huser
Solothurnerstrasse 17, 4613 Rickenbach

10. September Urs von Wartburg
Terrassenstrasse 10, 4614 Hägendorf

17. September Hans Suter
Nellenacker 11, 4614 Hägendorf

20. September Carmela Garonfolo-Cianci
St. Laurentiusstrasse 20, 4613 Rickenbach

70. Geburtstag

1. Juli Kamal Mohyealdin
Grossmattstrasse 7b, 4614 Hägendorf

11. Juli Ulrich Brechbühl
Rebgutstrasse 9, 4614 Hägendorf

23. Juli Beatrice Hauser
Lärchenweg 21, 4614 Hägendorf

28. Juli Peter Eichholzer
Solothurnerstrasse 17, 4613 Rickenbach

1. August René Kunz
Vogelberg 28, 4614 Hägendorf



1. Juli–30. September 2021

Fortsetzung:

Wir gratulieren herzlich zum

70. Geburtstag

- 3. August** Imer Kalludra
Grossmattstrasse 9c, 4614 Hägendorf
- 5. August** Peter Bracher
Lindenweg 33, 4614 Hägendorf
- 12. August** Anna Frey
Lehenweg 19, 4614 Hägendorf
- 16. August** Rosmarie Borner-Studer
Gartenstrasse 11, 4613 Rickenbach
- 28. August** Ursula Schneider
Lehenweg 6, 4614 Hägendorf
- 2. September** Johanna Imobersteg
Bodenmattstrasse 29, 4614 Hägendorf

65. Geburtstag

- 5. Juli** Edgar Flück
Sandrain 5, 4614 Hägendorf
- 15. Juli** Kata Markovic-Kosic
Bodenmattstrasse 7, 4614 Hägendorf
- 20. Juli** Odette Pfeil
Im Ziegelfeld 13, 4614 Hägendorf
- 22. Juli** Ruth von Arx
Kirchweg 20, 4614 Hägendorf
- 28. Juli** Helmut Nadig
Langenbruckstrasse 23, 4614 Hägendorf
- 4. August** Mara Vidovic
Bühlstrasse 30, 4614 Hägendorf
- 14. August** Hugo Raaflaub
Breitenweg 16, 4614 Hägendorf
- 14. September** Adelbert Zurbriggen
Mühlegasse 10b, 4613 Rickenbach
- 16. September** Rosmarie Studer
Wächterweg 4, 4614 Hägendorf
- 28. September** Heinz Grimm
Allmendweg 1, 4613 Rickenbach

«Jeder, der sich die Fähigkeit erhält, Schönes zu erkennen, wird nie alt werden.»

(Franz Kafka)

Kath. Frauengemeinschaft
Hägendorf-Rickenbach



Röseligarten

Seniorinnentreff „Röseligarten“

Jeden ersten Dienstagnachmittag des Monats.

Wegen der weiterhin unberechenbaren Corona-Situation können wir den Ort des Treffens erst später in geeigneter Form bekanntgeben. Vielen Dank für das Verständnis.

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, 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
- Daten:** jeweils am 3. Mittwoch des Monats um 12.00 Uhr
(ausgenommen im Juli)
18. August 2021
15. September 2021
- Preis:** Mittagessen mit Mineralwasser, Kaffee und Dessert Fr. 12.–.
Wein wird zu einem Spezialpreis angeboten.
- Anmeldung:** Aus organisatorischen Gründen benötigen wir bitte Ihre Anmeldung:
Frau Raphaela Imhof, Tel. 062 216 29 85
(abends ab 18.30 Uhr)
- Anmeldung bitte 2 Tage im Voraus oder beim vorherigen Mittagstisch.**

Für Ihr leibliches Wohl sind besorgt die Köchinnen:

Monika Flückiger (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.

Katholische Frauengemeinschaft und Frauen des reformierten Pfarrkreises Hägendorf
Fahrdienst durch die Betagtenstiftung Ludwina Giger und der Stiftung für ein glückliches Alter

Jassmeisterschaft 2021 mit Jahreswertung

Für **alle** Einwohnerinnen und Einwohner von Hägendorf und Rickenbach



Wir starten wieder mit unseren Jassrunden!

Jasstag ist jeweils der 1. Montag (wenn kein Feiertag) des Monats im **Gasthof Teufelsschlucht Hägendorf** von 13.30 bis zirka 17.00 Uhr

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

Jasstage 2021: Montag, 5. Juli
Montag, 2. August
Montag, 6. September

Vorbehältlich eventuell neuer Bestimmungen durch die Behörden und der Einhaltung der vorgeschriebenen Regeln.

Jassleiterinnen: Monika Beslanovits Kirchrain 12, 4614 Hägendorf Tel. 079 222 44 00
Hanni Bloch Langenbruckstrasse 11, 4614 Hägendorf Tel. 062 216 39 30

Neue Jasserinnen und Jasser sind herzlich willkommen!

Werken für die Stiftung 2021

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

Zurzeit trifft sich die Werkgruppe in der Regel vierzehntäglich um 14.00 Uhr bei Esther Nünlist privat:

Donnerstag, 8. Juli

Donnerstag, 19. August

Donnerstag, 30. September

Donnerstag, 22. Juli

Donnerstag, 2. September

Donnerstag, 5. August

Donnerstag, 16. September

An diesen Nachmittagen oder auf Anmeldung bei Esther Nünlist, Tel. 078 790 27 77, können Sie die von unseren Frauen mit viel Herzblut produzierten Waren auch ausserhalb des Weihnachtsmarktes und der Chilbi kaufen.

Zusätzlich besteht die Möglichkeit, im Hotel Egerkingen direkt neben dem Eingang zum Restaurant Handarbeitsprodukte käuflich zu erwerben.



WANDERGRUPPE

DER STIFTUNG FÜR EIN GLÜCKLICHES ALTER



**Die Wandergruppe trifft sich
grundsätzlich jeden 2. Dienstag im Monat**

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

<https://www.gluecklichesalter.ch>

Nähere Auskunft beim

Wanderleiter:

Jürg Neuhaus Tel. 062 216 32 32

Wanderleiter Stellvertreter:

Fritz Vögeli Tel. 062 216 05 92

Wanderdaten 2021:

Aufgrund der anhaltend schwierigen Corona-Situation bitte die aktuellen Wanderdaten den Anschlägen in den Schaukästen (siehe oben) und von unserer Website entnehmen: www.gluecklichesalter.ch.

Bitte die aktuellen Informationen zu den Corona-Vorschriften beachten!



Möchten Sie diese Dienstleistung wieder?

Seit Jahren gehörten am Donnerstagmorgen die Badefahrten nach Bad Ramsach zum Dienstleistungsangebot der Stiftung für ein glückliches Alter.

Wegen der Coronapandemie mussten wir diese Fahrten einstellen. Und nun ergibt sich ein

neues Problem

Der Kleinbus des Seniorenzentrums Untergäu steht uns zustandshalber nicht mehr zur Verfügung und eine Neuanschaffung wird hinterfragt.

Unsere Fragen

- Hat jemand in Hägendorf oder Rickenbach selbst einen Kleinbus für den Transport von mindestens sieben Personen, mit oder ohne Fahrerin/Fahrer?
- Wie wären die Bedingungen für eine Miete? (Versicherung würde durch Stiftung geregelt.)

Der Präsident und der Leiter Fahrdienst nehmen gerne Ihre Rückmeldungen entgegen:

• Werner Huber, wh.h@bluewin.ch
079 332 84 24

Postfach 304, 4614 Hägendorf

• Rolf Krebs, krebs.rolf@bluewin.ch
062 216 32 82, 079 211 58 08
Sandrain 6, 4614 Hägendorf

Sagen Sie uns auch, wie wichtig Ihnen diese Dienstleistung ist. Und/Oder: Haben Sie eine Lösung für die Wiederaufnahme der Fahrten? Der Stiftungsrat nimmt sich dieser Frage nun an.

Fahrdienst für Seniorinnen und Senioren

Geschenkidee für Seniorinnen und Senioren

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

	Gutschein Fahrdienst Fr. 10.- Nur für Fahrten durch den Fahrdienst Gutschein Nr. eingelöst, Datum
--	---

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

Adresse:

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

Fahrdienst für alle älteren Einwohnerinnen und Einwohner von Hägendorf und Rickenbach

für Fahrten zum Arzt, Zahnarzt, in die Therapie, zum Röntgen, in die Augenklinik, für Spitalein- und/oder -austritte, Nachkontrollen usw.

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

erfolgen nach speziellem Tarif.

Fahrten für Einkäufe, zur Bank/Post, zum Coiffeur oder zu anderen Treffpunkten:

Grundtaxe Fr. 10.-

Zeitaufwand pro ½ Stunde Fr. 5.-

sowie pro gefahrene Autokilometer Fr. -.80

Fahrdienst verfügbar: Montag–Freitag, 7.00–18.00 Uhr

Anmeldung, mindestens 24 Stunden im Voraus:

Rolf Krebs, Leiter, Tel. 062 216 32 82, Mobil 079 211 58 08

Jörg Frey, Leiter Stv., Mobil 079 733 39 91

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“.

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

Lösung Seite 22

Quiz

1. Wann wurde der erste elektronische Brief, also eine E-Mail, verschickt?
2. Wie heisst der neue Headcoach beim EHC Olten, dem Nachfolger von Fredrik Söderström?
3. Wann wurde die erste Zahnradbahn Europas eingeweiht?
4. Wen zeichnet das Bundesamt für Kultur mit dem Schweizer Grand Prix Musik 2021 aus?
5. In welchem Schweizer Kantonsparlament stellen erstmals die Frauen die Mehrheit?
6. Wo steht die Bronzestatue «Charging Bull», symbolisiert finanz. Optimismus und Erfolg?
7. Wann starb Napoleon Bonaparte, als Kaiser Napoleon I.?
8. Wie hiess die erste vom Papst heiliggesprochene Frau, die sich vor rund 1000 Jahren bei der Kirche St. Mangen in St. Gallen in einer Zelle auf Lebzeiten einmauern liess?
9. Wohin wollte Christoph Kolumbus eigentlich, als er 1492 Amerika entdeckte?
10. Wann wurde das Solothurnische Kantonsspital Olten gegründet (30 Betten)?
11. Wie heisst das Sturmtief, das am 13. März 2021 Windspitzen mit über 100 km/h brachte?
12. Welcher Begriff ist seit Corona bekannt, wurde 2020 in CH zum Wort des Jahres gewählt?
13. Welche Neuheit präsentierte Heinrich Hempele 1896 in der Oltner «Bierhalle zur Krone»?
14. Wer hat am 22. Mai 2021 am 65. Eurovision Song Contest in Rotterdam für die Schweiz den 3. Rang geholt?
15. Der Kanton Solothurn ist seit dem 25. April 2021 der vierte Kanton mit einer Frauenmehrheit in der Regierung (3 Frauen, 2 Männer), neben welchen andern drei Kantonen?
16. Wann gab es in der Schweiz autofreie Sonntage?
17. In welchen sieben Kantonen gibt es reine Männerregierungen?
18. Welche Anrede wird für einige Angehörige der britischen Königsfamilie benutzt?

Lösung Seite 26

Unterwegs in Australien

Ausschnitte aus meinem Reise-Tagebuch (Teil IX, Melbourne–Schweiz)

Der Besuch auf der Insel Tasmanien wird mir von dieser Australienrundreise ganz besonders in Erinnerung bleiben. Einerseits ähnelt die Landschaft etwas dem Schweizer Mittelland mit «Hügeln» bis etwa 1500 m ü. Meer, andererseits ist Tasmanien im Vergleich zum Rest von Australien sehr grün, und riesige Wälder wechseln sich mit Seenlandschaften ab. Ja und die Wombats in den Cradle Mountains haben mich an die Murmeltiere in unseren Bergen erinnert.

Die Fahrt vom Hafenviertel zum Hobart International Airport verlief dann sehr ruhig, wir beide waren mit unseren Gedanken beim Erlebten der vergangenen Tage. Das Check-in und die Passkontrolle am Flughafen passierten wir ohne Schwierigkeiten und so stiegen wir schon bald in unseren Flieger, welcher uns wieder aufs Festland bringen soll. Festland? Australien selber ist ja eigentlich auch eine Insel . . .

Wie schon die Anreise, war auch der Rückflug mit Virgin Australia nach Melbourne kurz und ruhig. Bald nach dem Start passierten wir erneut diesen wunderschönen Strand im Norden von Tasmanien. Dann ging es hinaus über die Bass-Strasse, eine etwa 300 km lange Überwasser-Flugstrecke bis nach Melbourne. Die Landung in Melbourne verzögerte sich dann um einige Flugrunden, was jedoch dank Fensterplatz keineswegs langweilig war.



Am Airport Melbourne angekommen, holte Urs dann zuerst den in der Gepäckaufbewahrung beim Emirate-Schalter deponierten Koffer mit den mehrheitlich flüssigen Köstlichkeiten ab. Die Fahrt vom Airport ins Stadtzentrum von Melbourne macht man entweder mit einem Taxi oder mit dem offiziellen Bus bis zu dessen Endstation. Wir wählten den Bus und mussten dann trotzdem noch das Taxi nehmen. Der Taxifahrer meinte dann, dass wir für die insgesamt bezahlten 50 AUD auch direkt vom Airport mit dem Taxi zum Hotel Marriott gebracht worden wären. Man merke es sich.

Im Hotel Marriott, an der Exhibition Street/Lonsdale Street, wurden wir dann äusserst freundlich empfangen und sogleich zu einem Glas Weisswein eingeladen. Den Alkohol lehnten wir dann aber ab und bezogen rasch in der obersten Etage das Zimmer Nr. 1002.

Auf die Frage, wo ein gutes Steakhouse zu finden sei, schlug uns der Concierge das Restaurant Rare vor und reservierte für uns auch gleich einen Tisch.

Vor dem Nachtessen gab es in einer Bar im Emporium noch ein Bier zum Apéro. Das Emporium ist ein grosses Shoppingcenter, welches sich über mehrere Strassen und Stockwerke erstreckt.



Pünktlich sind wir dann um 18.00 Uhr im Restaurant eingetroffen. Das Rare Steakhouse Downtown war dann den zwei Kilometer langen Marsch zu Fuss mehr als wert. Das Lokal ist nicht ganz einfach zu finden, erst recht nicht mit einer vollen Blase. Das Steakhouse liegt in einer kleinen Seitengasse, und die Eingangstüre ist damit nicht leicht einsehbar. Das Ambiente in den Räumen war dann aber sehr einladend, mit auffällig hohen und hellen Räumen. Auch die Bedienung war sehr freundlich und hilfsbereit, wenn auch noch lernfähig. Die Bestellung des Essens erfolgte dann «lehrbuchmässig» und war einmal mehr köstlich. Wir genossen zuerst einen Garden-Salat mit einem Eye-Filet, und zum Dessert gabs eine Pavlova mit Passionsfrucht und Strawberry's (siehe Bild links).

Unterwegs in Australien

Den Rückweg ins Hotel Marriott nahmen wir dann gemächlich unter die Füße, auch zur Schonung der vollen Bäuche. Dabei bestaunten wir noch Dies, Das sowie Jenes und kamen dann auch noch an einem monumentalen Bau vorbei. Was für ein Zweck das Gebäude genau hat, fanden wir leider an diesem Abend nicht heraus. Zu müde waren die Beine, denn das Gebäude stand auf einer Anhöhe. War es vielleicht eine Botschaft?



In unserem Hotelzimmer war dann bereits alles auf Nacht und Schlafen eingerichtet. Zusätzlich stand noch eine Flasche Rotwein bereit, falls uns noch danach gelüsten sollte. Die Flasche wanderte dann aber in den Koffer mit den Köstlichkeiten und ging mit uns zurück nach Europa. Eigentlich wollten wir am nächsten, an unserem letzten Tag in Australien, mit einem Doppeldeckerbus Melbourne erkunden. Urs suchte fieberhaft und schlussendlich vergebens nach Angeboten mit deutschen Kommentaren. So entschieden wir, selber und zu Fuss loszuziehen.

Nach wiederum sehr gutem Schlaf in den weichen «Marriott»-Betten, besuchten wir für das Breakfast die Lounge, welche im 9. Stock des Hotels eingerichtet war. Gut gestärkt, mussten wir dann langsam ans Packen für die lange Heimreise denken. Wir wollten alle Flaschen unbedingt heil nach Hause bringen, insbesondere die sechs Flaschen Fidschi-Beer Premium, weshalb dafür auch noch ein Badetuch vom «Marriott» erhalten musste. Einpacken von heiklen Waren ist sich ja Urs berufsbedingt gewöhnt. So war schon bald alles ordentlich eingepackt und Abreisefertig. Unser Abflug war auf 21.00 Uhr terminiert, somit stand noch der ganze Tag zur Verfügung.

Nach der Packschlacht wollten wir uns die Füße vertreten und nahmen den Weg zur vor wenigen Tagen in allen Schlagzeilen gewesenen Rod Laver Arena. «Unser» Roger Federer gewann da seinen 20. Grand Slam-Titel, leider fand die Feier ohne uns statt. Diese Sportstätte hat schon etwas Mystisches an sich und die vielen Statuen der Siegerinnen und Sieger rund um den Eingangsbereich sind sehr beeindruckend. Bei unserem Besuch wurde die Arena gerade für ein Konzert eingerichtet.



Unterwegs in Australien

Im einzigen offenen Restaurant in dieser riesigen Sportanlage tranken wir dann einen Coffee mit Beilage. Auf einem Grossbildschirm wurde allerlei Sportliches und Kulturelles angezeigt, auch ein Konzert von Céline Dion am 8. August 2018. Urs wollte gleich wieder einen Flug buchen.

Wir spazierten dann bei sehr angenehmen Temperaturen gemütlich zurück zum Hotel Marriott und sahen auch noch kurz bei einer Kunstgalerie rein (also Urs, ich durfte mit meinem Rucksack nicht hinein). Wir waren uns danach einig, Sydney hat uns besser gefallen, oder war unser Aufenthalt hier einfach zu kurz?

Um 16.00 Uhr mussten wir dann unser Zimmer mit der Nummer 1002 (mehr als 1001 Nacht . . .) endgültig räumen und abgeben. Trotzdem waren wir noch einiges zu früh, kam uns doch der Chauffeur von der Fluggesellschaft Emirates mit seiner Limousine erst um 17.30 Uhr abholen. Privatchauffeur, werden Sie denken? Ja, diesen Service hatten wir zusammen mit dem Business-Ticket nach Hause ohne Aufpreis mitgebucht. Den Rückflug von Melbourne über Dubai zurück nach Mailand dauerte zusammen beinahe 24 Stunden, und wir wollten möglichst ausgeruht und entspannt zuhause ankommen. Mit solchen Zielsetzungen lohnt es sich, Business-Class zu buchen.

So verweilten wir also noch über eine Stunde in der Bar vom Hotel Marriott und beobachteten, nun mit einem Glas Weisswein, das geschäftige Treiben in der Lobby von diesem sehr schönen Hotel. Unser Fahrer war unpünktlich, was Urs sogleich dazu veranlasste, bei der Fluggesellschaft Emirates nachzufragen. Kurz vor sechs Uhr fuhr dann unser Abholservice vor. Wir waren zu Dritt, mit dem Fahrer gerechnet, hatten jedoch drei grosse Koffer und je auch noch ein Handgepäck dabei. Der Mercedes Benz Vito mit Business-bestuhlung war aber gross genug und sehr luxuriös eingerichtet. So fuhren wir bequem Richtung Airport. Wir hatten erneut und bewusst genügend Zeit eingeplant, wollten wir doch vor dem Abflug die Business-lounge von Emirates in Ruhe geniessen (siehe Bild rechts).



Diesen top ausgestatteten «Wartesaal» konnten wir dann sogar noch etwas länger als geplant geniessen, wurde uns doch etwa eine Stunde vor dem geplanten Abflug mitgeteilt, dass unsere Crew teilweise in einem Hotellift stecken geblieben sei und sich dadurch der Start verzögere. Uns war dies egal, die Lounge von Emirates liess keine Wünsche offen.



Nebenbei konnten wir dann auch noch den letzten Sonnenuntergang in Australien bestaunen und unsere Gedanken flogen nochmals durch die vergangenen fünf sehr schönen und erlebnisreichen Wochen.

Unser Flugzeug, ein Airbus A380-800, stand schon lange bereit. Der Einstieg ins Oberdeck des Doppelstockfliegers erfolgte direkt aus der Lounge über



einen eigenen Zugang.

Die freundliche Begrüssung und Sitzplatzeinweisung in der Businessclass tröstete uns dann etwas über den Abschied aus Australien hinweg. Oder wurden wir nur abgelenkt? Vielleicht war es auch der angebotene Apéro vor dem Abflug.

Unterwegs in Australien

Der 14,5-stündige Flug von Melbourne nach Dubai startete dann bei klarem Himmel kurz vor 23.00 Uhr. Die Business-Klasse im Emirates-Airbus A380-800 war nicht voll besetzt und unsere beiden Plätze in der oberen Etage dieses Riesenfliegers liess keine Wünsche offen. Wir reisten von Australien mit einem weinenden und einem lächelnden Auge ab.



Kurz nach dem Abflug von Melbourne wurden wir dann mit einem feinen Nachtessen verwöhnt, welches wirklich sehr gut zubereitet und serviert wurde. Unsere Esstische erhielten weisse Tücher und die Weinkarte war auch nicht ohne. So genossen wir die erste Zeit unseres Rückfluges Richtung Europa.

Bevor wir uns dann für einige Stunden hinlegten, es war zwischenzeitlich einiges nach Mitternacht, wollten wir noch die Bar des Airbusses A380 aufsuchen. Neben uns waren auch noch ein deutscher Geschäftsmann sowie ein Engländer zu Gast. So genossen wir ein oder zwei Schlummerdrinks bei kurzweiligem Geplauder. Der

deutsche Fluggast schien übrigens ein ähnliches «Reisefüdl» wie Urs zu sein, fliegt er doch beruflich ebenfalls dauernd in der ganzen Welt umher. So gingen die ersten Stunden unserer langen Rückreise vorbei wie im Fluge . . .

Zurück an unseren Sitzplätzen wurden uns dann auch noch bequeme Matratzen überbracht, womit die flach gelegten Sitze zu einem angenehmen Doppelmeterbett wurden. Zusammen mit den erhaltenen Daunendecken stand einem ruhigen und «tüüfe» Schlaf nichts mehr im Weg.

Nach ungefähr sieben Stunden erholsamen Träumens erwachten Urs und ich dann wieder. Mit wuscheligen Haaren machten wir uns auf zur Toilette, und bald waren wir wieder Business-Like. Kurz darauf wurde uns ein feines Morgenessen serviert, genauso zusammengestellt wie am Vorabend von uns bestellt. So kamen wir kurz vor Sonnenaufgang in Dubai an und beeilten uns, um erneut die Businesslounge bei Emirates anzusteuern. Die Lounge im Heimatflughafen soll die grösste weltweit sein, und es fehlte wirklich überhaupt an nichts. Urs reservierte sich sogar ein Badezimmer, welches er dann allerdings nach vollendeter Dusche nicht so sehr loben konnte. Es sei sehr schwülwarm und das Abtrocknen äusserst aufwändig gewesen.

Der Weiterflug nach Mailand, erneut mit einem Emirates-Airbus A380-800, startete dann pünktlich. Nach kurzweiligen weiteren sechs Stunden Flug landeten wir sanft auf dem Aeroporto di Milano-Malpensa, wo wir fünf Wochen vorher zusammen ans andere Ende der Welt gestartet sind. Also,



ganz zuhause waren wir ja noch nicht. Wiederum mit einer Emirates-Limousine, nun mit einem Mercedes Benz S-Modell, wurden wir wiederum von einem Chauffeur bis zum Bahnhof nach Lugano gefahren. Hier erwarteten uns unsere Partnerinnen sehnsüchtig, das Wiedersehen war sehr herzlich. Die Heimfahrt über die Gotthard-Autobahn führte uns kurzerhand in tiefste Winterlandschaften, erhielt doch der Süden der Schweiz am Vorabend sehr viel Neuschnee. Nach fast 30°C in Melbourne holten uns die hier herrschenden -5°C relativ rasch in den normalen Alltag zurück.

Ich hoffe, liebe Leserinnen und Leser, dass euch mein Reisebericht gefallen hat und freue mich auf jedes Feedback.

Andy Sigrist

P. S. Ich werde übrigens in Kürze den ganzen Bericht, mit einigen Bildern zusätzlich, zum Nachlesen auf unserer Homepage aufschalten.

Website _____ <https://www.gluecklichesalter.ch>

Die Stiftung für ein glückliches Alter Hägendorf-Rickenbach hat eine neue Website

Seit Januar 2011 präsentiert sich die Stiftung für ein glückliches Alter Hägendorf-Rickenbach mit einer eigenen Website im Internet, also bereits seit über zehn Jahren.

Da die Weiterentwicklung und Wartung der bisherigen Website vom Anbieter nicht mehr lange gewährleistet wird, musste die Website komplett auf einem neuen Format aufgebaut werden. Sollten Sie beim nächsten Mal mit dem bisherigen Link nicht direkt auf die neue Website gelangen, bitte in Ihrem Browser den Verlauf löschen und wieder mit <https://www.gluecklichesalter.ch>

neu einwählen, damit sollte es dann wieder klappen.

Die Stiftung für ein glückliches Alter Hägendorf-Rickenbach will Sie mit der Website auch online mit allen Informationen rund um unsere Dienstleistungen versorgen. Hier werden alle notwendigen Informationen, wie Zweck der Stiftung, Namen und Adressen der Mitglieder des Stiftungsrates sowie der Ressortleitun-

gen, zusammengefasst. Weiter sind alle Termine von Anlässen zu finden, die durch die Stiftung für die Seniorinnen und Senioren aus Hägendorf und Rickenbach durchgeführt, mitgetragen oder unterstützt werden.

Über viele der Anlässe werden Alben mit Fotos der entsprechenden Veranstaltungen gezeigt. Aber auch alte Postkarten und Bilder aus Hägendorf aus der ersten Hälfte des letzten Jahrhunderts laden zum Verweilen ein; interessante Objekte zeigen die Veränderungen zum heutigen Ortsbild von Hägendorf auf.

Wir hoffen, dass Sie sich auch auf der neuen Website rasch wieder zurechtfinden. Konstruktive Feedbacks sind wie immer sehr willkommen. Bei Fragen oder Problemen helfen wir gerne weiter.

Andy Sigrist
Website-Verantwortlicher
Mobil 079 483 02 04
E-Mail sigan@gmx.ch



Sicherheit, Zufriedenheit und Ruhe . . .

. . . dies sind unsere Hauptanliegen. Alle Pensionärinnen und Pensionäre erhalten Begleitung und Unterstützung im täglichen Leben, sofern sie dies wünschen. Sie haben Anspruch auf individuelle Pflege, Betreuung und Begleitung. Unsere unterschiedlichen Einzelzimmer, die schöne Parkanlage sowie die ausgewogene Ernährung vermitteln tägliches Wohlbefinden. Ein vielfältiges und kulturelles Angebot prägt das Gemeinschaftsleben.

Pflege ist Vertrauenssache

Im Mittelpunkt unserer Arbeit steht der Mensch. Seine Zufriedenheit und Geborgenheit ist unser Ziel. Das Seniorenzentrum Untergäu bietet seine Dienste sowohl noch selbstständigen als auch pflege- und betreuungsbedürftigen Personen an. Dafür steht ausgebildetes Personal rund um die Uhr zur Verfügung.

Sicherheit trotz Corona

Dank einer sehr hohen Impfquote bei den Mitarbeitenden, Pensionärinnen und Pensionären sowie der Möglichkeit zur Nachimpfung, ist das Seniorenzentrum Untergäu ein sicherer Ort. Wesentlich tragen auch die gute Hygiene und die erfahrenen Mitarbeitenden dazu bei. Dies ist die Gelegenheit für interessierte Personen, das Seniorenzentrum Untergäu besser kennen zu lernen.

Wir bieten auch Kurzaufenthalte im Anschluss an einen Spitalaufenthalt oder zur Entlastung von Angehörigen an. Während eines vorübergehenden Aufenthalts in einem unserer grossen, möblierten Einzelzimmer können der Heimalltag und die vielfältigen Dienstleistungen unverbindlich kennen gelernt werden.

Aktivierung bringt Abwechslung in den Alltag

Durch die unterschiedlichsten Angebote schafft das Seniorenzentrum Untergäu für die Pensionärinnen und Pensionäre eine bedürfnisgerechte und vielseitige Tages- und Wochenstruktur mit Aktivitäten wie Turnen, Gedächtnistraining, Kochen, Backen, Singen, Vorlesen, Basteln, Fitness usw. Daneben finden regelmässige Veranstaltungen wie Konzerte, Darbietungen und katholische und ökumenische Andachten statt. Die Aktivierung leistet einen Beitrag zu Erhaltung und Verbesserung der physischen, emotionalen, geistigen und sozialen Fähigkeiten der Pensionärinnen und Pensionären.

Gastlichkeit steht im Zentrum

Ziel allen Wirkens des Heims war und ist, entsprechend dem Leitbild den Pensionärinnen und Pensionären jederzeit ein echtes Daheim zu bieten, in welchem Gemeinschaft, aber auch Individualität möglich sind.

Sie benötigen persönliche Unterstützung und/oder Hilfe? Wollen aber so lange wie möglich zu Hause bleiben! Eine Herausforderung, welche viele ältere Menschen bewegt!

Aus diesem Grund bietet das Seniorenzentrum Untergäu szu die ambulante Betreuung an.

Tagestreff

Dies unter dem Motto
«Vielseitig
wie das Leben»

- Tagesbetreuung bringt Abwechslung, entlastet die Angehörigen und soziale Kontakte entstehen.
- Mit feinem Essen und gemeinsamen Aktivitäten halten Sie sich fit.
- Ein Tag im Tagestreff kostet maximal 76 Franken (inkl. Mittagessen und Zwischenmalzeit). Besuche von halben Tagen sind ebenfalls möglich.

Momentan haben wir freie Plätze und würden uns freuen, wenn Sie ein unverbindliches Gespräch suchen. Gerne bieten wir Ihnen einen kostenlosen Schnuppertag an.

Weitere Infos oder Einblicke finden Sie auf unsere Homepage unter www.szuntergaeu.ch.

Gerne berät Sie Frau Greetje Meier in einem persönlichen Gespräch.

Greetje Meier

Leiterin Alltagsgestaltung (Tagestreff/Aktivierung)

Tel. 062 209 45 44, greetje.meier@szuntergaeu.ch

Turnen

Förderung der Beweglichkeit der grossen und kleinen Gelenke. Geh- und Haltungsschulung. Verbesserung der Blutzirkulation in den Extremitäten. Anregung des gesamten Kreislaufsystems.



Backen

Das Backen weckt bei Seniorinnen und Senioren andere Erinnerungen als etwa das Kochen. Kochen zählt zu den alltäglichen Routineaufgaben, die insbesondere werktags unter Zeit-

druck zu erfüllen sind. Mit Backen hingegen assoziieren die meisten unserer Tagesgäste mit Sonn- und Feiertagen, an denen die Familie gemütlich und entspannt zusammenkommt.



Zudem führt Backen zu schnellen Erfolgen; die Seniorinnen und Senioren können ihre Produkte noch am gleichen Tag verkosten.

Backen folgt einem bestimmten Rhythmus, etwa beim Kneten der Zutaten oder beim Auswallen des Teiges. Die Bewegungen werden gleichförmig und immer in derselben Geschwindigkeit durchgeführt.



Aus dem

Basteln

Kreativ sein, hält geistig und körperlich fit, verbessert die Augen-Hand-Koordination, macht Spass und fördert den Gruppenzusammenhalt.

- Reaktivierung vertrauter Handlungen
- Motivierende Erfolgserlebnisse

- Abwechslung im Alltag, gute Stimmung und mehr Lebensfreude.
- Training von Körper und Geist
- Gemeinsame Erlebnisse und Gesprächsthemen

Andrea Hug *Leitung Bewohneradministration*
Greetje Meier *Leiterin Alltagsgestaltung*



Seniorenturnen für Frauen und Männer Ihrer Gesundheit zuliebe!



Erleben Sie mit uns, in je einer Gruppe von begeisterten Frauen und Männern, jeden Mittwochnachmittag in der Turnhalle Oberdorf eine interessante Turn- und Gymnastikstunde. Die Turnenden und die Leiterin, Ruth Piffaretti, würden sich freuen, wenn sich ihnen noch weitere bewegungsfreudige Seniorinnen und Senioren anschliessen würden.

Frauen: 13.45 bis 15.15 Uhr (während den Schulferien kein Turnen)

Männer: 15.30 bis 16.30 Uhr (während den Schulferien kein Turnen)

Kontaktadressen: Ruth Piffaretti, Ahornweg 1, 4614 Hägendorf
Tel.-Nr. 062 216 30 06
E-Mail rcpiffaretti@sunrise.ch

Hugo Vögeli-Sinniger, Mühlering 1, 4614 Hägendorf
Tel.-Nr. 062 216 25 75
E-Mail hugo40@hispeed.ch

Liebe Seniorinnen und Senioren

Hätten Sie Lust, mit einem Beitrag den Leserinnen und Lesern der «Seniorenpost» Freude zu bereiten? Dann greifen Sie zur Feder oder starten Sie Ihren Computer – Sie dürfen aber auch Ihre altbewährte Schreibmaschine benutzen – und bringen Sie Ihren Text zu Papier. Eine kleine Bedingung müssen wir aber stellen: Die Texte dürfen nicht mit kommerzieller oder politischer Werbung versehen sein. Sie dürfen auch nicht die Ehre von Mitmenschen verletzend abgefasst sein. Die Texte und allfällige mitgelieferte Bilder, Skizzen oder Cliparts dürfen nicht einem Copyright unterliegen. Wenn Sie eine Geschichte aus früheren Zeiten oder auch etwas Aktuelles zu erzählen haben, so melden Sie sich bei:



- Werner Huber, Stiftungspräsident, Tel. 079 332 84 24, wh.h@bluewin.ch
- Walter Husi, «Seniorenpost», Tel. 079 838 93 47, walter-husi@bluewin.ch

Lesen Sie die Lesergeschichte «*«Teddybär 1.4» lässt grüssen*» Seite 23!

«Teddybär 1.4» lässt grüssen

Selbst als gestandener Chauffeur, angestellt in Egerkingen, bekam ich weiche Knie, wenn Jonny Hills Song «Ruf Teddybär 1.4» aus dem Lautsprecher ertönte. Ich dachte an die vielen behinderten Kinder, die gerne mal in einem Lastwagen mitfahren würden. Spontan platzierte ich ein Zeitungsinserat – und erhielt einige Anfragen! Das Schweizer Fernsehen drehte für die Sendung «Schweiz aktuell» sogar einen Film. Unvergesslich die Szene, wie ich einen Jungen in den Truck hievte. Seine Augen strahlten, Beteiligte wischten sich verstohlen eine Träne ab. Was für ein Kontrast, der riesige Truck, beladen mit einem Ungetüm von Trax, daneben die Menschen, voller Emotionen. Auch für mich ein berührender Moment, als ich den Jungen seiner Mutter zurückbrachte. Ohne Worte. Mir schien, Jonny Hills Text in ihren Augen lesen zu können: «Den schönsten Tag in seinem Leben habt ihr meinem Kind gegeben. Niemals mehr kann ich vergessen, wie ihr zu meinem Jungen ward. Ich danke euch . . . und allzeit gute Fahrt!»

«Das kam der Polizei spanisch vor»

Einmal war ich mit einem Transport in Derendingen. Zwei junge Leute kamen mit einer alten Frau im Rollstuhl zu mir und sagten, ihre Mutter träume schon lange, in einem Lastwagen mitfahren zu dürfen. Wir vereinbarten, am Samstag ans Trucker-Festival nach Kloten zu fahren. Strahlende Augen, unvergessliche Eindrücke! Nach diesem für alle einmaligen Tag ging es wieder heimwärts. Den Rollstuhl platzierten wir auf der Sattelkupplung. Dieser «Transport» kam einer Aargauer Polizeipatrouille spanisch vor . . . Kontrolle! Diese ergab, dass ich zu wenig Ruhezeit hatte, was eine Busse nach sich zog. Kam dazu: Wir sassen zu viert in der für zwei Personen zugelassenen Lastwagenkabine! Die Polizei drückte beiden Augen zu: «Weiterfahren!»

Fussbremse versagte ihren Dienst!

Bei einem Transport nach Dänemark hatte ich 24 Tonnen Flachstahl der Firma von Roll geladen. Von Gerlafingen ging die Fahrt auf die Autobahn Richtung Deutschland. Bis nach Frankfurt war die Strasse praktisch flach. Aber dann kam der Auto-bahnabschnitt der A7 vom Kirchheimer Dreieck nach Kassel und weiter nach Göttingen, die sogenannten «Kasseler Berge»! Enge Kurvenradien sowie steile



Anstiege und Gefällstrecken bis zu sieben Prozent standen dem schweren Gefährt – und mir – bevor!

Mit 100 Stundenkilometer kommt man «angeflogen»! Dann geht es bergabwärts, den Verlauf der Autobahn kann man nicht mehr sehen! Sofort Motorbremse einschalten, Fussbremse und runterschalten. Und nochmals: Motorbremse, Fussbremse, runterschalten. Einige Male – bis plötzlich die Fussbremse keine Wirkung mehr zeigte – überhitzt! Sofort Motorbremse! Fast wirkungslos! Mein Gefährt wurde immer schneller! Wieder hinaufschalten. Und jetzt, zum Glück – die Autobahn steigt im Tal wieder an! «Sonntagsgang» rein, das heisst Leerlauf. Geschafft, ich atmete tief durch. Aber, o je, jetzt tauchte die Polizei auf! «Du warst mit 125 Stundenkilometern unterwegs», stellten die Polizisten lapidar fest. «Kostet 20 D-Mark.» Nochmals atmete ich tief durch. Glück gehabt!

Peter «Pedro» Krahemann

Äntschs Bundesfeier

Eigentlich wollte ich ihn schon mehrmals in den letzten Tagen wieder treffen im Äntschberg. Aber er liess mich jeweils im Stich. Hatte er sich letzte Woche beim Spritzen der Rebstöcke gegen die Schädlinge eine Magenverstimmung geholt?

Heute hatte ich Glück. Ich überraschte ihn zwischen den Rebstöcken, als er gerade eine noch grüne Traubenbeere zwischen den Fingern zerdrückte und prüfend die Zunge mit ihrem wohl noch allzu herben Saft anfeuchtete. „Pass auf deine Zähne auf“, überraschte ich ihn scherzend, „sonst hast du dann nur noch Stummel im Mund.“ Er schaute sich um, grinste und nickte:

„Wird ein guter Jahrgang, wenn uns die Sonne noch etwas verwöhnt bis im September.“

Wir setzten uns auf die nahe Holzbank und staunten beide stumm in den bewölkten Morgenhimmel.

„Das war ein schöner 1. August“, brummelte er neben mir in seinen Bart hinein.

Mir war nicht klar, welchen 1. August er meinte.

„Der Calmi-Rey-Plausch auf dem Rütli oder der Klotener im Festzelt?“ fragte ich zurück.

„Ja, der auf dem Rütli war wohl mehr bereits eine Wahlveranstaltung oder ein Fernduell mit Calmis Lieblingsgegner Bundes-Christofel,“ knurrte er, „Jedenfalls hat sie diesmal gepunktet, trotzdem man ihr noch fast mit einem Bomben-Ur-Knall den Marsch geblasen hat, hihihih . . .!“

Sein Lachen erschreckte selbst die Vögel, die zwischen den Rebstöcken nach Insekten suchten.

„Ich war halt an der Feier im Festzelt in Kloten“, unterbrach ich sein nicht enden wollendes Gekicher.

„War auch dort. War eine ziemlich rote Angelegenheit“, knurrte er herausfordernd.

„Warum denn rot?“ schaute ich ihn fragend an. Der Schalk blickte aus seinen Augenwinkeln: „Die Fahnen rot, die Uniform der Musik rot, die

Ansprache rot, die roten Köpfe der vielen Gäste vom Festwein und schlussendlich noch die roten Köpfe der Bratwurst-Grillmannschaft!“

Wieder schüttelte es ihm vom Lachen fast die Mütze vom Kopf ob seines gelungenen Witzes.

„Habe dich aber gar nicht gesehen an der Feier“, tadelte ich ihn, „warum hatten denn die Grillmänner rote Köpfe?“

Er schaute mich herausfordernd an: „Glaubst du, ich komme in Kloten an ein Fest, dass mich jedermann sieht? Du bist der Einzige, der das kann. Das ist ein grosses Privileg von dir, mich sehen zu können. Das, seit ich dich damals im Jörenhölzli beim Cervelatbraten kennengelernt habe.“

Eine längere Pause folgte, in der wir beide am



Himmel einen Milan verfolgten, der ruhig seine Kreise zog.

Nach einiger Zeit grinste er mir ins Gesicht: „Wahrscheinlich hat die Grillmannschaft rote Köpfe gekriegt, als sie die Bratwürste zählte. Habe ihnen nämlich still und leise zwei davon vom Grill geklaut, als sie sich in einer kleinen Pause zugestohlet haben.“

„Du kleiner Lump, das werden sie dir wohl...“ Ich drehte meinen Kopf zu ihm herum. Er hatte sich aber bereits wieder einmal in Nichts aufgelöst!

Heinz «Äntsch» Hodel

Morgenschwimmen

Wie lange habe ich dieses schon fast philosophische Gefühl vermisst, am Morgen im Freibad in Klotten meine Längen im Wasser zu ziehen. Allzulange hat mich mein lädiertes, inzwischen ersetztes Hüftgelenk daran gehindert, mich im Wasser schwimmend physisch und psychisch zu erholen. Jetzt aber, repariert und wiederhergestellt, genieße ich diese für mich fast wieder neue Art des Schwebens im Wasser mit einem wirklichen Glücksgefühl. Bin ich morgens der erste Schwimmer, was selten und eher nur bei relativ schlechtem Wetter und weitgehender Windstille der Fall ist, dann zeigt sich das Wasser wie ein Spiegel. Dann steige ich, fast mit einem schlechten Gewissen, nur zögernd ins Wasser, um ja die spiegelglatte Oberfläche nicht allzu heftig zu stören.

Es kommen bei mir Erinnerungen an vergangene Jahre zurück, an denen das Buschwerk rings um das Schwimmbecken Heimstätte für ein Entenpaar war, das dort seinen Nachwuchs aufzog. Damals konnte man noch vom Hallenbad frühmorgens ins Freibad hinauswechseln, was meist nur wenige taten. Und es konnte vorkommen, dass die Entenmutter, oder hin und wieder der -vater, mit mir gemeinsam seine Runden drehte, wenn auch mit notwendigem Abstand im Wasser. Stillschweigende Übereinkunft, dass wir uns unsere Ruhe gönnten! Nur am Anfang jeweils ein kurzes, protestierendes Geschnatter, dass sich da ein ungebeter Mensch erlaubte, ins Entenrevier einzudringen. Das legte sich aber jeweils schnell, wenn man dabei ruhig blieb und gleichmässig seine Längen absolvierte.

Heute wäre sowas nicht mehr möglich, denn aktuell sperrt ein Corona-Schutzgitter das Schwimmbassin rund herum gegen zu viele Schwimmer ab. Man begrenzt vorschriftsgemäss die Anzahl Badegäste im Wasser und zählt jeden ein- und austretenden Schwimmer genauestens. Da hat es keinen Platz mehr für

den Entennachwuchs, schon gar nicht für Gebüsch, um auf einem Nest Eier auszubrüten. Dennoch, in dem von Waldbäumen umgebenen Schwimmerbecken ist es ein grosses Vergnügen, so früh die ersten Sonnenstrahlen im Wasser zu geniessen, die sich durch das Laub der Buchen oder die Nadeln der Tannenbäume hindurch im Wasser spiegeln. Es glitzert die Oberfläche meistens wie Kerzenlicht am Christbaumschmuck an Weihnachten. Dazu das herrliche Gezwitzcher der Vögel, das dann einige Zeit später von Kinderlachen und dem Schwatzen um die Grillstellen herumstehender Eltern zum Verschwinden gebracht wird. Diese frühe, mystische Stimmung, zusammen mit dem erfrischenden Gefühl des noch kühlen Wassers um den eigenen Körper, kann kaum gebührend korrekt beschrieben werden. Es treibt einen manchmal fast dazu, ein passendes Gebet zu sprechen. Mir kommen dann die Bilder aus Geographiesendungen im Fernsehen in den Sinn, wenn um die Azoreninseln Pottwale ihre Bahnen ziehen. Wobei ich bitten möchte, jetzt keinen ungebührlichen Vergleich zwischen mir und Pottwalen zu ziehen, bzw. zu belächeln!

Aber allzu lange kann ich dieses Vergnügen jeweils nicht geniessen. Denn wenn das Wetter einigermaßen günstig ist, dann dauert dieser sinnliche Zustand der Stille nicht lange. Ich bin nicht der einzige Schwimmgast, der diese frühen Schwimmstunden schätzt. Die Kenner der Situation lieben diese Zeit auch und wollen sich einige dieser wunderbar ruhigen Minuten gönnen, bevor die Masse der sonnenhungrigen Badegäste Liegestühle, Taschen mit Grillfleisch und Getränken anschleppt, gefolgt von einer Schar laut gestikulierender Kinder. Diese stürmen sofort die Wasser-Rutschbahn vom hohen Turm am Rand des Kinderbeckens. Zeit für mich, aus dem Wasser zu steigen und für die nächsten Platz zu machen. Dann bis morgen wieder, um Punkt neun Uhr!

Heinz «Äntschi» Hodel



Lösung Sudokku

Lösung Sudoku:

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

Verkauf von Handarbeitsprodukten der Werkgruppe

Ausserhalb des Weihnachtsmarktes können die von
unseren Frauen mit viel Herzblut
produzierten Waren bei der Werkleiterin

Esther Nünlist,
Im Bifang 2, 4614 Hägendorf, Tel. 078 790 27 77,
gekauft werden.

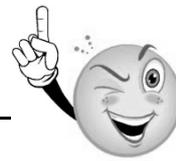
Lösungen Quiz:

1. Vor 50 Jahren 1971, der Amerikaner Ray Tomlinson, der seitdem als Erfinder der E-Mail gilt.
2. Lars Leuenberger, vergangene Saison coachte er den EHC Biel.
3. Vor 150 Jahren am 21. Mai 1871 die Rigibahn.
4. Der mit 100'000 Franken dotierte Preis wird am 17. September 2021 in Lugano Stephan Eicher (Münchenbuchsee BE) verliehen.
5. Seit 18.4.2021 im Kt. Neuenburg, 58 % v. 100 Sitzen (SO = 31 %).
6. Touristenattraktion im Bowling Green Park im Financial District in Manhattan, New York City.
7. Vor 200 Jahren am 5. Mai 1821 (geboren am 15. August 1769).
8. Wiborada, am 2. Mai 926 durch die einfallenden Ungarn ermordet.
9. Beim Versuch, Indien (bzw. Ostasien) durch Überquerung des Atlantischen Ozeans zu erreichen, stiess er auf Amerika.
10. 1880; 1967 Einweihung Neubau KSO (447 Betten, 160 chirurg. Betten), 2000 Inbetriebnahme KSO-Erweiterung (280 Betten).
11. Luis
12. systemrelevant; etliche wollen, meinen und behaupten, in der Krise für das System wichtig und essenziell zu sein.
13. Der Besitzer der Kronenhalle (oben an der Mühlegasse) zeigte vor 125 Jahren den Kinematographen («lebende Photographie»).
14. Gjon Tears, Broc FR mit albanisch-kosovarischer Abstammung.
15. Zürich (4 Frauen, 3 Männer), Thurgau (3, 2), Waadt (5, 2).
16. 1956 aufgrund der Suezkrise und 1973 aufgrund der Ölkrise.
17. In den Kantonen Aargau, Luzern, Uri, Graubünden, Appenzell Ausserrhoden, Tessin, Wallis (seit 1. Mai 2021).
18. His/Her Royal Highness, Seine/Ihre Königliche Hoheit.

Spenden – grosse und kleine willkommen! – zu Gunsten der **Stiftung für ein glückliches Alter** können auf das Konto Nr. 10.352.01 bei der Raiffeisenbank Untergäu, 4614 Hägendorf, gemacht werden:

IBAN CH66 8094 7000 0010 3520 1, Postcheck-Konto 46-349-9, Raiffeisenbank Untergäu, 4614 Hägendorf

Einzahlungsscheine können bei der Rechnungsführerin unserer Stiftung bezogen werden.
Adresse und Telefonnummer finden Sie auf Seite 4 der „Seniorenpost“.



«Herr Doktor, ich kann die Wahrheit vertragen, sagen Sie mir doch bitte ganz ehrlich, was fehlt mir?» – «Nun ja, offen gesagt: Sie trinken, Sie essen und Sie rauchen zu viel, Sie haben zu wenig Schlaf und viel zu wenig Bewegung.» – «Aha. Könnten Sie mir das bitte ins Lateinische übersetzen, damit ich meine Frau darüber informieren kann?»

Der gestresste Schuldirektor geht zum Zahnarzt. Dieser verkündet: «Sie brauchen eine Krone.» Darauf der Direktor: «Endlich mal jemand, der das erkennt.»

«Papi, wie schreibt man Sex, mit x oder mit ks?» «Mit x.» – «Papi, wie schreibt man Sperma, mit b oder mit p?» «Mit p.» – «Papi, wie schreibt man Vorhaut, mit t oder mit d.» «Ja, sapperlot, was schreibst du da für einen Aufsatz mit acht Jahren in der zweiten Klasse?» «Unser Lehrer hat gesagt, wir sollen als Hausaufgabe einen Aufsatz über unseren Hund schreiben.» «So, dann lies doch mal vor.» «Unser Hund ist sex Jahre alt und wenn wir mit ihm fortfahren, sperma ihn hinten rein, damit es ihn beim Bremsen nicht vorhaut.»

«Heute stand in der Zeitung, dass 35 Prozent aller Frauen fremd gehen.» «Was für unnütze Infos, ich brauche Bilder, Namen, Adressen und Telefonnummern.»

Jemand klopft vorsichtig an die Türe. «Wer ist da?» «Die Liebe Deines Lebens.» «Lüg nicht, Bier kann nicht sprechen.»

Was ist die gefährlichste Jahreszeit? Der Sommer: Die Sonne sticht, die Salatköpfe schießen, die Bäume schlagen aus und der Rasen wird gesprengt.

Heisser Sommertag, die Luft flimmert, im Hühnerhof ist alles ruhig, kein Federvieh, nichts draussen, alles ist im Schatten, so heiss ist es. Plötzlich ein Krach, der Hühnerschlag wird aufgerissen, raus rennt der Hahn, rast über den Hühnerhof und schreit: «Ich habe mich geirrt, ich habe mich geirrt!» Gleich darauf geht die Türe wieder auf, watschelt eine Ente raus und sagt: «Das macht doch nichts, das macht doch nichts.»

Streiten sich ein Chirurg, ein Architekt und ein

Politiker, welches der älteste Beruf der Welt sei. Chirurg: «Gott hat Adam eine Rippe entnommen und damit Eva erschaffen. Dies war die erste Operation. Also ist Chirurg der älteste Beruf». Architekt: «Bevor Gott Adam geschaffen hat, hat er aus dem Chaos die Welt erschaffen. Also ist der älteste Beruf der des Architekten.» Daraufhin der Politiker lässig: «Und wer, glaubt ihr, hat das Chaos geschaffen?!»

Familie Meier fährt in die Ferien. Jeden Abend werden sie von Mücken geplagt. Eines Abends sieht Herr Meier Glühwürmchen und denkt sich: «Mist, jetzt kommen die Viecher schon mit Laternen.»

Der Kollege fragt: «Wie war's in den Ferien?» «Genau wie im Büro. Man sass herum, tat nichts und wartete auf das Mittagessen.»

Ein Sonntagsjäger präsentiert seiner Frau stolz einen prachtvollen Hasen. Sie fragt: «Und was bedeutet das Schild hier am Ohr: 19.50?» – «Das? Äh . . . das ist die exakte Schuss-Zeit.»

Sagt der Zahnarzt zur Patientin: «Es wird heute wohl ein wenig weh tun. Beissen Sie einfach die Zähne zusammen und machen Sie den Mund weit auf.»

Meine Frau bat mich, ihr den Lippenbalsam zu reichen. Ich gab ihr versehentlich Superkleber. Sie spricht immer noch nicht mit mir.

Eine Maus wird von einer Katze verfolgt. Die Maus rennt auf eine Weide und sagt zur erstbesten Kuh: «Rette mich!» Die Kuh antwortet bereitwillig: «Stell dich hinter mich!» Die Maus gehorcht und die Kuh lässt einen Fladen fallen. Doch leider guckt noch der Mäuseschwanz heraus. Die Katze sieht ihn, zieht die Maus aus dem Fladen und frisst sie auf. Was lehrt uns die Geschichte?

1. Nicht jeder, der dich bescheisst, ist dein Feind. 2. Nicht jeder, der dich aus der Scheisse zieht, ist dein Freund. 3. Wenn du schon in der Scheisse sitzt, zieh wenigstens den Schwanz ein.



Für Adresstikette

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.



Wir heissen Sie auch in unserem neuen Teefachgeschäft in Hägendorf herzlich willkommen.

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