



Senioren-Post



Stiftung für ein glückliches Alter
Hägendorf-Rickenbach

Januar–März 2024

44. Jahrgang



*Sonne, Mond und Sterne, alles liegt
in weiter Ferne, doch das Gute,
das ist ganz nah –
ein glückliches und schönes neues Jahr*!
(Unbekannt)*

** ~~365~~ Tage
366 Tage*

Stiftung für ein glückliches Alter Hägendorf-Rickenbach



Postfach 304
4614 Hägendorf

www.gluecklichesalter.ch

Der Präsident der Stiftung hat das Wort

Liebe Seniorinnen und Senioren
Liebe Leserinnen und Leser

Ihnen/Euch ist es wohl bekannt, dass ich in den letzten Jahren immer recht kritisch zu diesen Festtagen meinen Kommentar abgab und zum Nachdenken herausforderte.

Doch ich kann ja nicht Sie/euch zum Nachdenken auffordern, ohne selbst meine Gedanken zu formulieren und zu ordnen.

Festtage früher

Für Familien war das Weihnachtsfest fast ein «Ritual», man pflegte nahezu immer gleich zu feiern und auch das aufgetischte Gericht entsprang einem alten Rezept von Grosi. Die Hektik der Einkäufe wurde durch die wirtschaftliche Situation eingeschränkt, und oft bastelte man im Familienverbund selbst gegenseitig Geschenke. Ein gemeinsamer Anlass war dann auch das Abholen des Weihnachtsbaums im Dorf oder direkt im Wald. An Heiligabend lenkte dann der Vater die Jungmannschaft mit einem kurzen Spaziergang ab, und bei der Heimkehr wurde freudig konstatiert, «das Christkind» ist schon da gewesen, angesichts der Päckli unter dem Baum auch für die Kinder durchaus nachvollziehbar.

Eine vorgelesene Weihnachtsgeschichte und gemeinsames Singen – Grossvater brummelte auch mit – formten die Stimmung für das Übergeben und Auspacken der «Gschänggli». Zufrieden legte man sich danach ins Bett und dachte über das Christkind nach. Wir stellten auch fest, dass es wieder so schön war und wir dies auch nächstes Jahr wieder so feiern sollten.



Festtage in der Neuzeit

Letztthin glaubte ich festzustellen, dass sich die Wege von Osterhase und Samichlaus fast kreuzen und damit eigentlich das ganze Jahr «Vorweihnachtszeit» ist. Online ziehen uns die Geschenke früh in den Bann und spätestens am «Black Friday» gehen die Schnäppchen weg. Fast vergessen worden wäre dann die Reservation der Waldhütte, muss doch für den «Weihnachts-Event» die richtige «Location» zur Verfügung stehen. Alle leben den «Move», sogar Opa ist mehr als gecrasht, weil ihm die Zähne statt der üblichen Tabakpfeife beim Mitsingen aus dem Mund gerutscht sind. Als Familie nehmen wir die «Challenge» Weihnachten an, und sicher lautet dann das Gesamturteil «amazing». Natürlich nach den obligaten Zwischenrufen «mega» oder sogar «mega krass», «cool» und weiteres mehr. In dieser Stimmung fühlen wir uns «geflasht» und wir suchen schon nach neuesten Ideen für das nächste Jahr. Doch Achtung, zuerst muss noch der Umtausch der wegen «fehlender interner communication» doppelt oder falsch eingekaufter Geschenke organisiert werden.

Zusammenfassend kann man für die in diesem Abschnitt beschriebene Neuzeit-Weihnacht feststellen, dass die «Performance» gepasst hat.

Selbstverständlich überlasse ich Ihnen die Interpretation und Organisation der Festtage und hoffe, dass beide Arten – oder bietet sich auch hier wie oft ein Kompromiss an? – den Weg zum Ziel ebnen. In der Schweiz haben wir ja nicht nur vier Landessprachen, sondern von Kanton zu Kanton – ja sogar von Tal zu Tal – braucht es fast Vielsprachigkeit oder Dolmetscher. Die oben angewandten

Worte im «modernerem Teil» führen auch zu Grenzen zwischen Jungen und noch nicht älteren Menschen. Mindestens kommunizieren wir ja hier noch mit Worten und nicht nur mit «Symbolen», die das Austauschen von Nachrichten beschleunigen, aber auch viele Interpretationsmöglichkeiten zulassen.



Damit kann ich auch den Link zu Neujahr leichter herstellen, denn allenfalls müssten wir uns überlegen, unsere Worte/Symbole abzugleichen. Ich schlage nicht gleich einen «megacoolen» Sprachkurs vor.

Ich verlasse mich darauf, dass Jung und

Alt den Weg finden, sich gegenseitig verständlich zu begegnen.

Meine Zeilen sollen aber auch wachrütteln für tiefere Überlegungen, denn mit den Ausdrucksweisen stehen ja angesichts der aktuellen Weltlage nicht so wichtige Fragen an. Doch wir müssen erkennen, dass ernste Situationen nur durch gegenseitige und vor allem verständliche Kommunikation angegangen oder sogar gemeistert werden können.

Denken wir doch in diesen Tagen auch an die vielen Kriege und Hungersnöte, die eigentlich vor unserer Haustüre «stattfinden». Klagen ist überhaupt nicht angezeigt, denn dies wäre auf sehr hohem Niveau, wenn ich mir vor Augen führe, dass gewisse Leute für Weihnachts-Einkäufe etwa den gleichen Betrag einsetzen, der dem Jahreseinkommen in ärmsten Ländern entspricht.

In diesem Sinne wünsche ich Ihnen nachdenkliche/nachdenkende Feiertage und Ihnen/euch Allen Glück und Gesundheit für die kommende Zeit.

Aus dem Stiftungsrat

Helferessen im SZU vom 25. Oktober 2023

(siehe auch Bericht auf unserer Website:
www.gluecklichesalter.ch/Seniorenpost)

Die Helferinnen und Helfer, von welchen die meisten still im Hintergrund für die Stiftung agieren, wurden zu einem feinen Nachtessen ins Seniorenzentrum Untergäu in Hägendorf eingeladen. Ein gemütlicher Abend mit Gedankenaustausch und einigen Anekdoten aus dem Alltag ging viel zu schnell vorüber. Werner Huber als Präsident der Stiftung, aber auch der Zentrumsleiter Ralph Wicki und der Präsident des Verwaltungsrates, Pius Müller, verdankten die grosse Arbeit, welche alle An- und auch die Abwesenden für die Stiftung, aber in erster Linie für die vielen älteren Menschen in Hägendorf und Rickenbach, stets vollbringen.

Diesen Dank möchte ich hiermit auch noch in der «Seniorenpost» ausgesprochen haben.

Verteilung der «Seniorenpost» in Rickenbach

Irene Hartmann hat sich so weit erholt, dass die Verteilung der «Seniorenpost» im unteren Dorfteil wieder in ihre Hände gelegt werden kann. Katharina Aschwanden hat mich und Gisela für den oberen Dorfteil entlastet. Das «neue Team Hartmann/Aschwanden» sorgt also dafür, dass Sie die «Seniorenpost» wie gewohnt im Briefkasten finden.

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

Kontaktadressen der Stiftung für ein glückliches Alter

Präsident

Werner Huber*, Postfach 304, 4614 Hägendorf,
wh.h@bluewin.ch, Tel. 079 332 84 24

Vizepräsident und Website

Andy Sigrist*, Bachstrasse 10, 4614 Hägendorf,
sigan@gmx.ch, Tel. 079 483 02 04

Sekretärin/Aktuarin

Katharina Aschwanden*,
Ferchweg 5, 4613 Rickenbach, Tel. 062 216 32 39

Rechnungsführerin

Petra Rudolf von Rohr*,
Wächterweg 7, 4614 Hägendorf, Tel. 079 381 23 75

Beisitzer

Patrick Rossi*, Einwohnergemeinde Hägendorf,
Hagrain 10, 4614 Hägendorf, Tel. 079 138 80 39

Kontaktadressen für die Dienstleistungen der Stiftung

Autodienst

Rolf Krebs*, Sandrain 6, 4614 Hägendorf,
Tel. 062 216 32 82, Tel. 079 211 58 08

Stellvertretung:

Jörg Frey, Sandgrube 4, 4614 Hägendorf,
Tel. 079 733 39 91

Formulardienst und Steuern

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

Wandergruppe

Jürg Neuhaus*, Wächterweg 12, 4614 Hägendorf,
Tel. 062 216 32 32

Stellvertretung:

Fritz Vögeli, Bachstrasse 35, 4614 Hägendorf,
Tel. 062 216 05 92

Werkgruppe

Esther Nünlist*, Im Bifang 2, 4614 Hägendorf,
Tel. 062 216 17 77, Tel. 078 790 27 77

Jassnachmittag

Monika Beslanovits*, Kirchrain 12, 4614 Hägendorf,
Tel. 079 222 44 00

Hanni Bloch, Langenbruckstr. 11, 4614 Hägendorf,
Tel. 079 838 93 47, 062 216 70 17

Redaktion «Seniorenpost»

Angela Huber, Wendelinweg 6a, 4613 Rickenbach,
huber-angela@bluewin.ch, Tel. 076 584 40 48

* Mitglieder des Stiftungsrates der Stiftung
für ein glückliches Alter Hägendorf-Rickenbach



Röseligarten

Kath. Frauengemeinschaft
Hägendorf-Rickenbach

Herzlich willkommen im Seniorinnentreff «Röseligarten»

Jeden ersten Dienstagnachmittag des Monats im katholischen Pfarreizentrum Hägendorf.

- 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 (Blutdruckmessungen 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 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

Monika Flückiger, Tel. 079 532 19 89, oder kommen Sie einfach zu einem der nächsten Treffen.

Wir freuen uns auf Ihr Kommen

Fahrdienst für Seniorinnen und Senioren

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 Spital- ein- und/oder -austritte, Nachkontrollen usw.

Grundtaxe (bei Verordnung durch den Arzt) Fr. 4.–

Der Zeitaufwand bis zu einer Stunde ist in der Taxe inbegriffen.

Zeitaufwand über 1 Stunde pro ½ Stunde Fr. 6.–

sowie pro gefahrenen Autokilometer Fr. 1.–

(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.–

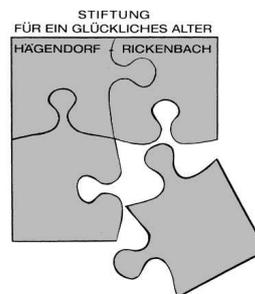
sowie pro gefahrene Autokilometer Fr. 1.–

Fahrdienst verfügbar: Montag–Freitag, 7.00–18.00 Uhr

Anmeldung normalerweise mind. 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



Stiftung für ein glückliches Alter
Hägendorf-Rickenbach
c/o Rolf Krebs, Leiter Fahrdienst
Sandrain 6, 4614 Hägendorf
Tel. 062 216 32 82, Mobil 079 211 58 08



DANKE

Walter Husi

Walter Husi hat ab Oktober 2020 die Nachfolge von Rudolf Rippstein angetreten. Er brachte vom Beruf her viel Wissen ein und hat mit Freude und Akribie 14 Ausgaben der «Seniorenpost» mit Herzblut erschaffen. Was wirklich eine tolle Leistung ist. DANKE!

Wir wünschen Dir, lieber Walter, herzlich alles Gute.

Als ich die letzte Ausgabe der «Seniorenpost» im Wendelin Rickenbach in den Briefkasten gelegt hatte, glaubte ich nicht an die kurzfristige Lösung für den Radaktionsposten. Doch schon am anderen Tag bekam ich das E-Mail von Angela – und ging natürlich direkt auf Angela Huber zu. Sie hat Erfahrung in der Bearbeitung und Gestaltung von Texten und vor allem viel Enthusiasmus. Lassen wir sie starten und unterstützen wir sie durch Lieferung von Beiträgen jeder Art.

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



Willkommen

Angela Huber

*Angela Huber, Redaktorin
«Seniorenpost» ab 2_2024*

Seit März 2023 wohne ich in Rickenbach. Ich bin in die fantastische Überbauung «Wendelin Süd» eingezogen – und angekommen!

Als Baslerin, 71-jährig, verwitwet, ist meine Leidenschaft das Wohnen, die Katzen und generell das Organisieren.

So bin ich auch nach meiner Pensionierung immer wieder als «Springerin» im Sekretariat, in der Buchhaltung und wo immer Not ist, tätig. Das hält mich fit und geistig wach.

Als ich in der «Seniorenpost» las, dass eine Redaktorin gesucht wird, musste ich nicht lange überlegen!

Ich freue mich, etwas Kreatives für die Seniorinnen und Senioren in Rickenbach und Hägendorf zu gestalten. Dabei bin ich jedoch auf Ihre Hilfe angewiesen, da ich ja eine «Auswärtige» bin.

Zögern Sie bitte nicht, mir Geschichten und Episoden aus den beiden Gemeinden zu erzählen. Sodass auch ich ein Teil von Rickenbach und Hägendorf werde.

*Herzlich
Angela Huber*

Bilder: Angela Huber/zVg

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».

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

Lösung Seite 22

Quiz

1. In welcher Schweizer Stadt wird am 4. Mai 2024 der renommierteste Kleinkunstpreis im deutschen Sprachraum, der mit 6000 Euro dotierte «Salzburger Stier 2024», u.a. an Dominik Muheim. vergeben?
2. Wann findet in der Schweiz der jährliche Sirenentest statt?
3. Welcher Kanton entsendet, erstmals, einmalig in der Schweiz, alles Frauen in National- und Ständerat?
4. Wie heisst das Wort des Jahres 2023?
5. Wie heisst der Schutzpatron der Schützen – auch der Brunnen, Sterbenden, Eisenhändler, Töpfer, Gärtner, Gerber, Bürstenbinder, Soldaten, Kriegsinvaliden, Jäger, Waldarbeiter usw.
6. Wo findet nach 2016 endlich wieder die regionale Gewerbeausstellung «Rexpo» statt?
7. Wo treffen der raue Atlantische Ozean und der warme Indische Ozean aufeinander?
8. Wie heisst eine der renommiertesten Kulturveranstaltungen der Schweiz, 17.–24.1.2024 in Solothurn?
9. Welches Jubiläum feiern im Jahr 2024 die Schweizer Jugendherbergen?
10. Welches ist mit einer Jahresproduktion von 460 Mio. Flaschen der weltweit meistverkaufte Schaumwein?
11. Wer ist im Jahr 2024 Bundespräsident/Bundespräsidentin, nach Alain Berset (SP, Freiburg)?
12. An welchem Tag wird jährlich der Internationale Frauentag (Weltfrauentag) gefeiert?
13. Wie heisst die amerikanische Pop- und Country-Sängerin, Gitarristin, Songwriterin, Musikproduzentin und Schauspielerin, die am 9. und 10. Juli 2024 erstmals in der Schweiz auftritt?
14. Welches ist im Kanton Solothurn der steilste Pass und die sechststeilste Passstrasse der Schweiz?
15. Welches ist zusammen mit dem amerikanischen Bison der letzte Vertreter der Gattung Bison und das grösste Landsäugetier, das heute in Europa vorkommt?
16. Welches ist die südlichste und welches die nördlichste Gemeinde im Kanton Solothurn?
17. Wo finden vom 26. Juli bis 11. August die Olympischen Sommerspiele 2024 statt?
18. An welchem Tag ist auf der Nordhalbkugel der meteorologische (im Gegensatz zum astronomischen) Frühlingsanfang?

Lösungen Seite 22



1. Januar–31. März 2024

Wir gratulieren herzlich

Diamantene Hochzeit, 60 Jahre verheiratet

23. Januar: Anton und Margrith Vögeli, Hägendorf
26. März: Jörg und Ursula Ludin, Hägendorf

99. Geburtstag

20. Januar: Maria Hüsler, Hägendorf

98. Geburtstag

16. Februar: Walter Sommer, Hägendorf

96. Geburtstag

23. Februar: Ottilie Haefeli, Hägendorf

94. Geburtstag

5. März: Heinrich Hodel, Hägendorf

92. Geburtstag

4. Februar: Maria Meier, Hägendorf
7. Februar: Erika Hodel, Hägendorf
11. März: Lucie Peier, Hägendorf

91. Geburtstag

19. Januar: Eugen Stierli, Hägendorf
20. März: Kurt Rötheli, Hägendorf
28. März: Ruth Hänggi, Hägendorf

90. Geburtstag

4. Januar: Eva Nessensohn, Hägendorf
6. März: Anita Spichiger, Hägendorf

85. Geburtstag

26. Februar: Edmund Kissling, Hägendorf
4. März: Jörg Ludin, Hägendorf
18. März: Maria Lenzin, Hägendorf

80. Geburtstag

9. Januar: Rosmarie Horri, Hägendorf
13. Januar: Kurt Stutz, Hägendorf
19. Januar: Verena Thomale, Hägendorf
30. Januar: Serafina Donatiello, Hägendorf
10. März: Elsbeth Bögli, Hägendorf
22. März: Christian Menet, Hägendorf
30. März: Raymonde Grossenbacher, Hägendorf

75. Geburtstag

13. Januar: Alfons Jauch, Hägendorf
17. Januar: Rosmarie Roth, Hägendorf
24. Januar: Christina Walther, Hägendorf
27. Januar: Rita Sägesser, Hägendorf
8. Februar: Hanna Bösiger, Hägendorf
20. Februar: Arnold Walther, Hägendorf
2. März: Magdalena Bachmann, Hägendorf
20. März: Gabriela Knöpfel, Hägendorf
22. März: Ursula Roschi, Hägendorf

70. Geburtstag

5. Januar: Angelina Salamoni, Hägendorf
19. Januar: Judith Schneeberger, Hägendorf
20. Januar: Rosmarie Kamber, Hägendorf
28. Januar: Susanne Nydegger, Hägendorf
4. Februar: Gabriela Kunz, Hägendorf
9. Februar: Margherita Laganà, Hägendorf
21. Februar: Beatrix Flück, Hägendorf
28. März: Jörg Borer, Rickenbach SO.

65. Geburtstag

7. Januar: Pia Moser, Hägendorf
12. Januar: Hans-Peter Bättig, Hägendorf
22. Januar: Maria Louisa Jäggi, Hägendorf
3. März: Maria Theresia Sommer, Hägendorf
27. März: Roger Deiss, Hägendorf

In eigener Sache

*Liebe Leserinnen und Leser
Liebe Jubilarinnen und Jubilare*

Kommen Ihnen diese Seiten nicht auch komisch vor – Sie sind nicht allein, auch uns bewegt dies.

Seit über 40 Jahren erhielten wir von den Gemeinden gute Daten, die uns die Gestaltung dieser Seiten ermöglichte. Zunehmend war von Datenschutz – sind wir nicht alle durch Natel und Social-Media «durchsichtig»? – die Rede und die Gemeinden mussten sogar Einwilligungen bei jedem einzelnen zu Jubiläen einholen.

Das Produkt – wir beschuldigen nicht die Gemeinden; sie setzen nur Vorschriften durch – sehen Sie jetzt. Wir können nur die Daten veröffentlichen, die uns zur Verfügung gestellt werden. So stehen wir vor der gleichen Situation, wie wenn man mit gekochten Spaghetti Mikado spielen sollte.

Sagen/schreiben Sie uns Ihre Meinung, wie Sie mit den gekürzten Daten umgehen können oder ob diese Form gar nicht mehr dient.

Danke für Ihre Rückmeldung

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

Mittagstisch für Seniorinnen, Senioren und Alleinstehende im katholischen Pfarreizentrum in Hägendorf

in der Regel jeden 3. Mittwoch im Monat um 12.00 Uhr



**Daten: 17. Januar
21. Februar
20. März**

Preis: Fr. 12.–, Mittagessen mit Mineralwasser,
Kaffee und Dessert,
Wein wird zu einem Spezialpreis angeboten.

**Anmeldungen bitte an Raphaela Imhof,
Telefon 062 216 29 85, abends ab 18.30 Uhr.**
Anmeldung bitte 2 Tage im Voraus oder beim
vorherigen Mittagstisch.

Euer Mittagstisch-Team

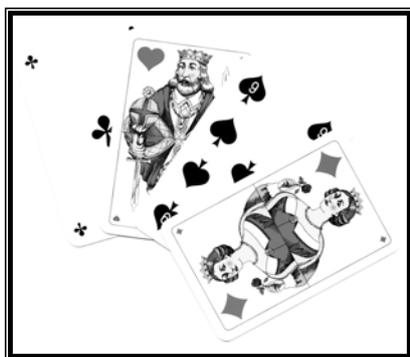
Monika Flückiger, Leitung Küche; Vreni Bangerter, Edith Colpi, Annelies Frey, Raphaela Imhof, Gabriela Kunz, Sigrid Mohrmann, Marianne Möri, Ursula Moser, Martina Peier, Claudia Richiedei, Gianna Saner.

**Katholische Frauengemeinschaft Hägendorf-Rickenbach und
Frauen des reformierten Pfarrkreises Untergäu**

Wer einen Fahrdienst benötigt, gibt dies bitte bei der Anmeldung Raphaela Imhof bekannt.

Jassmeisterschaft 2024 mit Jahreswertung

Für alle Einwohnerinnen und Einwohner von Hägendorf und Rickenbach



Jasstag ist jeweils der 1. Montag des Monats
(wenn kein Feiertag) im

Gasthof Teufelsschlucht, Hägendorf

von 13.30 bis zirka 17.00 Uhr.

Das erste Jassen 2024 findet am 15. Januar statt!

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

Jasstage 2024: Montag, 15. Januar (Start 2024)

Montag, 5. Februar

Montag, 4. März

Jassleiterin: Monika Beslanovits, Kirchrain 12, 4614 Hägendorf, Tel. 079 222 44 00

***Wir heissen neue Jasserinnen und Jasser
herzlich willkommen!***

Beteiligung stieg um über 20 Prozent!

Am Montag, 4. Dezember 2023, fand die Rangverkündung und der gemütliche Teil des Jassens statt. Der Stiftung für ein glückliches Alter Hägendorf-Rickenbach danken wir für die immer grosszügige Unterstützung.

Die Jassrunden fanden im Gasthof Teufelsschlucht statt, wo wir immer willkommen waren. Wir danken Christian Aegerter und seinem Team für die immer sehr freundliche Bedienung.

Die vier besten Resultate während des Jahres und das Finalresultat zählen, um einen Gutschein des Hägendorfer Gewerbes zu erhalten.

40 Finalteilnehmende fanden den Weg in die «Teufelsschlucht». Auch durften alle Jasserinnen und Jasser, die an der Rangverkündung teilnahmen, einen «Grüttibänz», immer schön verpackt vom Vögeli Beck, mit nach Hause nehmen.

Erfreulicherweise war die Jassbeteiligung um gut 20 Prozent höher als im letzten Jahr.

Rangliste

1. Roger Schmid	20'457 Punkte	21. Kurt Wiedemann	19'570 Punkte
2. Hanni Bloch	20'400 Punkte	22. Lotti Frey	19'563 Punkte
3. Maria «Sabine» Meier	20'222 Punkte	23. Andy Leuenberger	19'507 Punkte
4. Hans Rohr	20'160 Punkte	24. Kurt Hofstetter	19'485 Punkte
5. Lea Oesch	20'117 Punkte	25. Ueli Brechbühl	19'473 Punkte
6. Ernst Ryter	20'099 Punkte	26. Verena Ryter	19'438 Punkte
7. Rosmarie Fritz	20'085 Punkte	27. Monika Wicki	19'427 Punkte
8. Heinz Beck	20'035 Punkte	28. Ludwina Ardenghi	19'341 Punkte
9. Heinz Grimm	19'985 Punkte	29. Eva Nessensohn	19'330 Punkte
10. Kurt Beck	19'983 Punkte	30. Barbara Flückiger	19'307 Punkte
11. Pia Moser	19'979 Punkte	31. Romy Kündig	19'288 Punkte
12. Gerhard Vögeli	19'977 Punkte	32. Marcel Henzi	19'284 Punkte
13. Hanspeter Franzelli	19'922 Punkte	33. Marianne Möri	19'199 Punkte
14. Brigitte Pasamontes	19'828 Punkte	34. Silvia Rötheli	19'186 Punkte
15. Robert Brügger	19'752 Punkte	35. Marti Oester	19'103 Punkte
16. Hedi Brügger	19'739 Punkte	36. Charlotte Ritter	18'836 Punkte
17. Robert Wagner	19'721 Punkte	37. Rösly Suter	18'665 Punkte
18. Ruth Lüthi	19'690 Punkte	38. Margrit Studer	18'489 Punkte
19. Susi Vögeli	19'657 Punkte	39. Erna Vögeli	18'199 Punkte
20. Marianne Schafer	19'584 Punkte	40. Franz Ferri	17'949 Punkte

Am Montag, 15. Januar 2024, um 13.30 Uhr beginnen die neuen Spielrunden. Das Jassteam würde sich auf neue Jasserinnen und Jasser freuen. Das AHV-Alter muss nicht erreicht sein, auch jüngere Spielerinnen und Spieler sind herzlich willkommen.

Die neuen Jass-Daten entnehmen Sie bitte der «Seniorenpost» links auf Seite 8 und auf der Website www.gluecklichesalter.ch unter «Senioren-Post», Dienstleistungen.

Das Jassteam wünscht allen gute Gesundheit und einen guten Rutsch ins 2024.



Monika Beslanovits
Hanni Bloch

Sie gewannen die Jassmeisterschaft 2023: 1. Roger Schmid (Mitte),
2. Hanni Bloch (rechts) und 3. Maria «Sabine» Meier.

Bild: Walter Husi

Die anderen liefen Schlittschuh, und jene, die keine Schlittschuhe hatten, die rutschten eben auf der Schuhsohle mehr oder minder geschickt herum.

Valeria hatte zwar ihre Schlittschuhe angezogen, aber sie starrte nur auf das Eis, sah Elfen und Feen und Lianen und wilde Tiere in den Kratzspuren, welche die Schlittschuhe der anderen hinterliessen.

Sie sass auf einem Baumstrunk, den sie mit ihren Handschuhen zuerst vom Schnee gereinigt hatte. Aber sie wollte nicht mehr auf den glitschigen Untergrund, seit sie die Woche zuvor auf die Hand gefallen war. Dennoch die Schlittschuhe nicht zu tragen, wäre undankbar gegenüber ihrer lieben Mutter gewesen.

Kurz sah sie über den Teich und sah die junge Schar, die zu ihrem Vergnügen hierhergekommen waren. Ja, die Leute hier waren jung, das mittlere Alter war, obschon zurzeit vieles still stand, wohl mit wichtigerem Geschäft betraut, und die ganz Alten je nachdem wie sie konnten, ebenfalls noch beim Werke oder hinter dem Ofen.

Die anderen auf dem See beachteten Valeria meistens nicht. Das war ihr recht. Was geschieht denn, wenn Mädchen wie sie beachtet werden? Eine Gruppe von Idioten kommt vielleicht, greift nach ihrer Kappe, und sagt, lasst uns sehen, wer sie weiter werfen kann, und am Ende landet die Kappe auf einem Baum, und sie könnte sehen, wie sie ihre Kappe wieder kriegt.

Ein paar ungeschickte Mädchen vielen nach ein paar Meter jeweils hin, aber lachten sich jedes Mal dermassen schief ob sich selbst, dass sie nachher Mühe hatten, wieder aufzustehen, um wieder hinzufallen. Valerie wusste nicht, ob sie diese Mädchen seltsam oder bewundernswert finden sollte. Ja, sie konnten wohl auf dem Eis nicht grad viel, aber sie schienen weder Schmerzen noch Kapitulation zu kennen, dafür gute Laune und in ihrer Gruppe auch Kameradschaft.

Ein paar andere Kinder spielten mit Holzlatten, die am Rande des Sees herumlagen, so etwas wie Hockey mit einem niemals ausgereiften Apfel als Puck. Die meisten Hockeyaner waren Jungs, aber es waren auch einige Mädchen dabei, und vor einem, das Socken als Handschuhe trug, schienen sie besonders Angst zu haben.

Es gab auch immer Gruppen, die Wettläufe machten.

Und da waren noch die Ambitionierten, die versuchten besonders elegant zu sein, wovon sich aber die Hälfte eher lächerlich machten, als wirklich anmutig zu schweben.



Ein Mädchen mit roten Haaren, das nicht sehr viel mit den anderen redete, und ihr Gegenstück, eine Blonde, die besonders viel und besonders laut mit allen redete, wovon das Gesagte allerdings für Valeria kaum einen Sinn zu ergeben schien, machten sich äusserst gut.

Die Blonde konnte gut Pirouetten und die Rote sprang; sie war äusserst leicht, so dass es höchst verwunderlich schien, dass der Wind sie in der Luft nicht gleich davontrug.

Bei den Figurenläufem waren fast nur Mädchen, zwei Jungs waren auch dabei. Der eine schaute drein als hätte er Verachtung für die ganze Welt, der andere schien auf sich selbst konzentriert zu sein.

Jedenfalls nahm Valeria an, dass die beiden sie ebenso wenig wahrnehmen würden, wie der Rest des bunten Volkes auf dem See, und sie begann wieder damit, die Spuren auf dem Eis mehr zu betrachten als die Leute, die sich darauf bewegten.

Es schien ihr, die Welt der realen Leute sei nicht für sie gemacht, während die Welt, die nur eine Mischung aus den Spuren auf dem Eis und ihrer Phantasie war, ein Refugium nur für sie alleine wäre.

Einer der Eisläufer, der in sich gekehrte Junge, verliess gerade den See. Er zog seine Schlittschuhe aus, und wechselte sie gegen Stiefel. Dann ging er an Valeria vorbei und sagte leise: «Hat dir gefallen, was ich heut' für dich aufs Eis gezeichnet hab.»

Sie sah zu ihm hoch, wollte irgendetwas sagen, oder zumindest lächeln, aber er war schon am Weitergehen.

Auch sie zog nun die Schlittschuhe aus und ging nach Hause. Den in sich gekehrten Jungen sah sie nie wieder. Aber das Wissen, dass jemand einmal für sie, nur für sie, eine ganze Welt auf ein Stück des gefrorenen Sees gezeichnet hatte, begleitete sie wie eine zum Trost geschenkte Umarmung hinein ins hohe Alter, ein ganzes Leben lang.

Cornelia A. J. Studer

Das gefrorene Herz

Ein Rückstand Schnee,
im Reif bestückten Gras,
liegt als gefrorenes Herz.

Die Zeitung von gestern,
auf dem alten Kaffeetisch,
mehr Kälte ist gemeldet.

Ich blicke nach draussen,
auf das gefrorene Herz,
ziehe daraus die Schlüsse.

Autorin:
Cornelia A. J. Studer
Im Wiesengrund 2
4614 Hägendorf

Dank an die vielen Helferinnen und Helfer



Die Helferinnen und Helfer, von welchen die meisten still im Hintergrund für die Stiftung für ein glückliches Alter Hägendorf-Rickenbach agieren, wurden zu einem feinen Nachtessen ins Seniorenzentrum Untergäu in Hägendorf eingeladen.

Ein gemütlicher Abend mit Gedankenaustausch und einigen Anekdoten aus dem Alltag ging viel zu

schnell vorüber. Werner Huber als Präsident der Stiftung, auch der Zentrumsleiter Ralph Wicki und Pius Müller, Präsident des Verwaltungsrates Seniorenzentrum Untergäu Betriebs AG, verdankten die grosse Arbeit, welche alle An- und auch die Abwesenden für die Stiftung, aber in erster Linie für die vielen älteren Menschen in Hägendorf und Rickenbach, stets vollbringen.

Andy Sigrist

Werken für die Stiftung 2024

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 oder 062 216 17 77.

Die Werkgruppe trifft sich **im Seniorenzentrum, jeweils um 14 Uhr.**

Die nächsten Termine: Donnerstag, 4. Jan. Donnerstag, 18. Jan.
Donnerstag, 1. Febr. Donnerstag, 15. Febr. Donnerstag, 29. Febr.
Donnerstag, 14. März Donnerstag, 28. März

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

Details zu den bevorstehenden Wanderungen wie Treffpunkt, Zeit und Zielort finden Sie auf unserer Website,

<https://www.gluecklichesalter.ch> Dienstleistungen,

und in den Schaukästen beim Bistro Vögeli-Beck im Dorfzentrum von Hägendorf oder in Rickenbach beim Schulhaus.

Nähere Auskunft beim

Wanderleiter

Jürg Neuhaus

Tel. 062 216 32 32

Wanderleiter
Stellvertreter

Fritz Vögeli

Tel. 062 216 05 92

Anmeldung an:

juerg.neuhaus@icloud.com oder Tel. 062 216 32 32

Anmeldeschluss

ist in der Regel um 12 Uhr am Samstag vor der Wanderung.

100. Geburtstag unserer Bewohnerin

Am 15. September 2023 feierte unsere Bewohnerin Helena Aerni ihren 100. Geburtstag. Die gesamte Familie sowie das Fernsehteam Tele M1 feierten diesen besonderen Tag mit ihr.



Die Jubilarin umringt von ihren Urgrosskindern

Text und Bild: Greetje Meier



Auch die Regierung, vertreten durch (hintere Reihe v. l.) Staatsschreiber Andreas Eng, Landesweibel Fritz Unterländer und Vize-Landammann des Jahres 2023, Peter Hodel, statteten der Jubilarin einen offiziellen Besuch ab. – Rechts von Peter Hodel Familienmitglieder der Jubilarin: links Schwiegersohn Konrad Beyeler und Sohn Christoph Aerni; vorne v. l. Sohn André Aerni und rechts der Jubilarin Tochter Ruth Beyeler sowie Schwiegertochter Anita Aerni.

Text: Greetje Meier, Bild: Mike Fehlmann

Herzlichen Glückwunsch

und Tagestreff

Unsere Clowns waren erfolgreich!

Nach zwei Jahren Praktikum im Seniorenzentrum Untergäu haben «Plüplü» und «Pappardella» die Clownprüfung erfolgreich absolviert, herzliche Gratulation! Dies ist eine bemerkenswerte Leistung, die ihr unermüdliches Engagement und ihre Hingabe für ältere Menschen zeigt. Die Zeit, die unsere Bewohnerinnen und Bewohner mit ihnen verbringen durften und die bleibenden Erinnerungen daran, werden allen sicherlich noch so manches Schmunzeln ins Gesicht zaubern.

Wir wünschen «Plüplü» und «Pappardella» viel Erfolg und alles Gute in ihrer beruflichen Zukunft!



*Feiern die bestandene Clownprüfung: «Plüplü» (vorne links) und «Pappardella» mit Bewohnerin Lydia Grossen, hinten rechts Greetje Meier (Leitung Alltagsgestaltung/Aktivierung und Tagestreff) und Jonas Lappert (stv. Leiter Tagestreff).
Text: Greetje Meier, Bild: zVg*

Hilfe bei Formularen und Steuererklärungen

Von der Wiege bis zur Bahre, schleift der Schweizer Formulare.

Immer wieder, und immer mehr, werden wir von Behörden und Dienstleistern mit Formularen konfrontiert. Regelmässig flattert uns die Steuererklärung ins Haus.

Wir wissen, dass viele ältere Mitmenschen über sehr gute Computer-Kenntnisse verfügen und sich daher weitgehend zurechtfinden.

Sollten Sie aber trotzdem Mühe haben, wenden Sie sich an unseren Formuldienst. Wir sind gerne für Sie da und freuen uns, Ihnen beim Ausfüllen jeglicher Formulare behilflich zu sein.

Stiftung für ein glückliches Alter Hägendorf-Rickenbach

Werner Huber, Hinterfeld 2, 4613 Rickenbach, 079 332 84 24, oder wh.h@bluewin.ch

Ausflug nach Sempach

An einem herrlichen Herbstmorgen brachen wir mit unseren Bewohnerinnen, Bewohnern und Tagesgästen zu einem schönen Ausflug auf, begleitet von strahlendem Sonnenschein und fröhlichen Gesichtern. Unsere Reise führte uns vorbei an grünen Feldern und sanften Hügeln. Das Ziel war das charmante Restaurant «Wirtschaft zur Schlacht» in Sempach. Es erwartete uns ein leckeres Mittagessen, das alle Sinne verwöhnte. Die köstlichen Gerichte liessen unsere Gaumen vor Freude tanzen.



Nach dem Essen genossen wir einen entspannten Verdauungsspaziergang zur idyllischen Kapelle in der Nähe. Die ruhige Atmosphäre und die tolle Aussicht luden zum Verweilen ein.



Anschliessend verwöhnten wir uns mit einem Kaffee und einer verlockenden Nachspeise. Die Gespräche waren angeregt und ermunternd und wir genossen die Gesellschaft miteinander.

Der Rückweg führte uns durch Ortschaften wie Nottwil, Zell, St. Urban und Rothrist. Unterwegs gab es viele Gelegenheiten, die Schönheiten der Natur zu bewundern und an den alten und neuen Erinnerungen festzuhalten.

Unser Ausflug war ein Erfolg! Die strahlenden Gesichter der vielen Teilnehmerinnen und Teilnehmer spiegelten die Freude und Dankbarkeit für diesen besonderen Tag wider.

Text und Bilder: Greetje Meier

Erntedankfest im Seniorenzentrum Untergäu

Am Erntedankfest war der musikalische Teil mit Katharina Rickli ein wahrer Höhepunkt. Es wurde gesungen, getanzt und sogar geschunkelt! Die Stimmung war fröhlich und ausgelassen, und die Musik sorgte für beste Unterhaltung.



Für alle Besucherinnen, Besucher, Tagesgäste sowie Bewohnerinnen und Bewohner gab es zum Anstossen feinen Traubensaft und erfrischenden Apfelsaft. Diese Köstlichkeiten waren eine willkommene Wohltat an diesem warmen Herbsttag. Darüber hinaus wurde leckerer selbstgebackener Kuchen serviert, darunter die beliebte «Rüebliorte» und der verlockende Zucchettikuchen. Und nicht zu vergessen die «Biirewähe», die ebenfalls grosses Lob erhielt.

Insgesamt war das Erntedankfest mit Katharina Rickli ein gelungenes und unterhaltsames Ereignis!

*Text und Bilder: Greetje Meier, Leiterin
Alltagsgestaltung, Aktivierung und Tagestreff.*

Zukunftstag 2023

«Dürfen wir nächstes Jahr wiederkommen?»

Der diesjährige Zukunftstag war ein voller Erfolg. Die Teenager durften in den Pflegeabteilungen sowie in der Küche mithelfen und konnten kostbare Eindrücke sammeln. Nach dem Mittag gab es diverse Spiele mit Jung und Alt, die alle begeisterten.



Die Rückmeldungen der jungen Leute waren ebenfalls durchwegs erfrischend. Hier einige Auszüge: «Es war so schön zu sehen, wie alte Menschen glücklich sind.» «Es war megacool mit den alten Leuten.» «Ich bin dankbar, dass ich hier sein durfte.» «Dürfen wir nächstes Jahr wiederkommen?»

Diese Aussagen stimmen uns doch positiv für die Zukunft!

Text und Bild: Anna Di Lisi

*Es ist das Schicksal jeder Generation,
in einer Welt unter Bedingungen leben
zu müssen, die sie nicht geschaffen hat.*

John F. Kennedy (* 29. Mai 1917 in Brookline, † 22. November 1963 in Dallas, Texas)

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 auch die Ambulante Betreuung an.

Tagestreff

Dies unter dem Motto «Vielseitig wie das Leben»

- Tagesbetreuung bringt Abwechslung, entlastet die Angehörigen und soziale Kontakte entstehen.
- Mit feinen Essen und gemeinsamen Aktivitäten halten Sie sich fit.

Der Tagestreff richtet sich an Personen, die auf Unterstützung und Betreuung angewiesen sind (alleinstehende, betagte, physisch oder psychische Kranke, körperliche oder geistig behinderte Menschen oder Menschen mit Demenz). Er ermöglicht die tageweise oder regelmässige Entlastung der Angehörigen.

**Seniorenzentrum Untergäu SZU, Thalackerweg 11, 4614 Hägendorf
Leiterin Tagestreff: Greetje Meier, Telefon 062 209 45 44 / 062 209 45 45**

Liebe Seniorinnen und Senioren

Hätten Sie Lust, mit einem Beitrag den Leserinnen und Lesern der «Seniorenpost» Freude zu bereiten? – Wie zum Beispiel mit einer Geschichte oder einem Gedicht, so wie auf den Seiten 10/11. – 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 bitte bei:



- **Werner Huber, Präsident der Stiftung für ein glückliches Alter Hägendorf-Rickenbach
Hinterfeld 2, 4613 Rickenbach, Telefon 079 332 84 24, wh.h@bluewin.ch**
- **Angela Huber, Redaktion «Seniorenpost», Wendelinweg 6a, 4613 Rickenbach,
Telefon 076 584 40 48, huber-angela@bluewin.ch**

*Vormittags war's, gen Ende Jahr, da traf ein Mann ein Dromedar.
«Ja, guten Morgen – du bist doch – gell, vermut' ich, eine Art Kamel?
Mit nur einem Höcker, klar, wie's halt so ist beim Dromedar.»
Das Dromedar blieb steh'n verstört, das hatte es noch nie gehört,
dass es ein Kamel sein soll, fand es aber nicht so toll.*

Urs Boner, Laupersdorf

Kurse in der Region Olten

Fitness und Gymnastik

Schnäggehalle, **Boningen**:

jeweils Dienstag, 17.00–18.00 Uhr.

Turnhalle 57, **Gretzenbach**:

jeweils Mittwoch, 14.00–15.00 Uhr.

Turnhalle Frohheim, **Olten**:

jeweils Mittwoch, 15.30–16.30 Uhr.

Pfarrsaal St. Marien, **Olten**:

jeweils Donnerstag, 14.00–15.00 Uhr.

Mehrzweckhalle **Starrkirch**:

jeweils Mittwoch, 13.30–14.30 Uhr.

Pfarreisaal, **Trimbach**:

jeweils Montag, 9.00–10.00 Uhr.

Wandern, Velotouren, E-Bike-Herztouren

Details siehe: www.so.prosenectute.ch/outdoor



Im Café Balance bietet sich allen Seniorinnen und Senioren die Möglichkeit, sich zu Musik zu bewegen.

In Lektionen wird gezeigt, wie man sich rhythmisch so bewegen kann, dass einerseits die Muskeln gestärkt und andererseits die Seele harmonisch mitschwingen kann. Aus der Wissenschaft ist bekannt, dass Bewegungsabfolgen zu Musik auch die Gleichgewichts- und Reaktionsfähigkeit trainieren. Dies ist wichtig, um im Alltag Stürzen vorzubeugen.

Zeit: Jeweils Montag, 14.00–15.00 Uhr.

Ort: Christkatholischer Kirchgemeindesaal, Kirchgasse 15, Olten.

Sportcoupons

Bestellung bei der Fachstelle Olten oder E-Mail an: info@so.prosenectute.ch

Auskunft und Anmeldung

Pro Senectute Kanton Solothurn,
Laura Wanzenried, Telefon 032 626 59 70,
laura.wanzenried@so.prosenectute.ch

Qi Gong

Jeweils Mittwoch, 9.00–10.00 Uhr
Kursraum Qiart, Jurastrasse 17, Olten.

Pétanque

jeweils Dienstag, 13.45–16.00 Uhr,
Pétanque-Halle, Feldliweg 39, Trimbach.

Kulturkreis

Einmal im Monat, Olten

Bildungskurse

Kursraum Pro Senectute, Jurastrasse 20, Olten:
Englisch, Einsteiger Vertiefung,
jeweils Montag, 14:30–15:30 Uhr

Haben Sie Freude am Tanzen?

Zu Musik aus aller Welt lernen Sie verschiedene Tänze kennen. Tanzen macht Spass, trainiert die Koordination, das Gleichgewicht, die Orientierung und fordert den Geist heraus.

Kursort: Saal der christkatholischen Kirchengemeinde, Kirchgasse 15, 4600 Olten.

Daten

- jeweils **Mittwoch**, 9.30–11.00 Uhr,
10. / 17. / 24. / 31. Januar
14. / 21. / 28. Februar
13. / 20. / 27. März
- jeweils **Donnerstag**, 14.30–16.00 Uhr,
11. / 18. / 25. Januar
1. / 15. / 22. / 29. Februar
7. / 14. / 21. / 28. März

Mitbringen

Bequeme Kleidung, Trinkflasche, Tanz- oder Gymnastikschuhe.

Sportcoupons

Bestellung bei der Fachstelle Olten oder E-Mail an: info@so.prosenectute.ch

Auskunft und Anmeldung

Pro Senectute Kanton Solothurn
Laura Wanzenried
laura.wanzenried@so.prosenectute.ch
Telefon 032 626 59 70

**PRO
SENECTUTE**

GEMEINSAM STÄRKER

Auskunft und Anmeldung

Pro Senectute, Fachstelle Olten
Jurastrasse 20, 4600 Olten
Telefon 062 287 10 20
olten@so.prosenectute.ch

HAST DU FREUDE AM STRICKEN...

... oder an Handarbeiten wie Nähen, 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 dich in einer fröhlichen Frauenrunde auszutauschen, dann melde dich bei der

Werkleiterin der:

**Stiftung für ein glückliches Alter
Hägendorf-Rickenbach**

Esther Nünlist, Im Bifang 2, 4614 Hägendorf
Tel.-Nr. 062 216 17 77 – 078 790 27 77



Wir freuen uns, neue Gesichter in unserem Kreis begrüßen zu dürfen.



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 in Hägendorf eine interessante Turn- und Gymnastikstunde.

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.chg

Das Wirken für die Stiftung

Alle Helferinnen und Helfer der Stiftung arbeiten uneigennützig zum Wohle der Seniorinnen und Senioren der Einwohnergemeinden Hägendorf und Rickenbach, um so kostenneutrale Dienstleistungen anzubieten. Damit die Stiftung auch in Zukunft ihre kostengünstigen Dienstleistungen anbieten kann, ist sie auf Mitarbeit und Einnahmen angewiesen.

- Ihr Interesse am Mitwirken im Helfer-Team können Sie direkt den Ressortleitungen oder über unser Formular **[www.gluecklichesalter.ch Kontakt](http://www.gluecklichesalter.ch)** an uns melden.
- Wollen Sie die «Stiftung für ein glückliches Alter Hägendorf-Rickenbach» ideell oder materiell unterstützen? Schreiben Sie uns mittels dem Formular unter **[www.gluecklichesalter.ch Kontakt](http://www.gluecklichesalter.ch)**. Danke.

Das Wintertheater beginnt



Grossvaters Meier Laune ist heute grau. Sie ist wie das Wetter dieses Spätherbsttages: weissschwarz, hell-dunkel, sonnig-schattig, warm-kalt, wundervoll-grässlich . . .

Gegensätze. Das Leben besteht daraus. Und der Tag heute scheint von diesen Gegensätzen besonders geprägt zu sein. Die wärmende Sonne des späten Herbstes hat sich über Nacht verabschiedet und einer trüben, feuchten Kühle Platz gemacht. Die gute Laune scheint sie mitgenommen zu haben. Griesgrämig sind die Mienen der Menschen. Übel-launig. Unfroh. Jeder blafft jeden an, man sieht auch Tränen.

«Das Wintertheater beginnt!», murmelt Grossvater Meier. «Man muss sich daran gewöhnen.»

Und wie immer, wenn er seine gute Laune vermisst, ist er in den Wald gegangen. Duster ist es auch hier, kühl und nass. Nebelschwaden umschmiegen Bäume und Büsche. Es ist, als wollten sie sie wie Schleier vor diesem unwirtlichen Tag schützen.

Grossvater Meier steht oben am Berg und schnauft. Der Aufstieg ist ihm schwerer gefallen als sonst. Erschöpft lehnt er sich an den Stamm einer verkrüppelten Eiche, die hier über dem alten Steinbruch ein karges Dasein fristet. Er blickt in die fahlbraune Baumkrone und lauscht dem Gesang der wenigen Blätter, die von der Macht der Herbststürme verschont geblieben sind. Deren Stimmen klingen hart und rau. Wenn sie im Wind einander berühren, klackert es leise. Klack, klack! Der Herbst hat sie

gehärtet, die Sonne hat sie ausgetrocknet. Sie flüstern nicht mehr im Wind, sie klackern.

«Die Blättermelodie des späten Herbstes», murmelt Grossvater Meier, und irgendwie gefällt ihm dieses «Klack, klack!».

Er fühlt sich besser nun und ruhiger und er spürt, wie sich die schlechte Laune verabschiedet.

«Die Winterzeit ist auch schön», klackern die Blätter ihm zu.

Grossvater Meier nickt. Er denkt an den wärmenden Eintopf, der auf dem Herd schmurgelt, an gebratene Steinpilze mit Petersilie und frischem, noch warmem Schwarzbrot, an Pfefferminztee und Apfelkuchen mit Zimt, an Honigkerzen und Kaminfeuer, an zart wirbelnde Schneeflocken und die leise Musik des nahenden Winters . . . und er fängt an, sich zu freuen.

«Ihr habt recht», ruft er zu den Blättern hinauf.

Die erröten im Schein eines flüchtigen Sonnenstrahls und lächeln ihm in ihrem gelb-rost-rot-braunen Gewand für einen kurzen Moment zu.

«Bald!», raunen sie ihm mit einem Klackern, das wie ein Lachen klingt, zu. «Der Schnee, er kommt bald.»

«Na, dann», sagt Grossvater Meier und lacht auch. «Bis bald. Und ich, ich komme wieder.»

Und mit einem freundlichen Gefühl der Vorfreude macht er sich auf den Heimweg, der heimischen Wärme und Gemütlichkeit entgegen.

© Elke Bräunling

Lösung Sudokku

Lösung Sudoku:

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

Verkauf von Handarbeitsprodukten der Werkgruppe

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

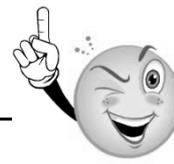
Esther Nünlist,
Im Bifang 2, 4614 Hägendorf, Tel. 078 790 27 77,
gekauft werden.

Lösungen Quiz:

1. Im als Kabarett- und Literaturhauptstadt bezeichneten Olten, veranstaltet von Radio und Fernsehen SRF in Zusammenarbeit mit den Oltnen Kabarett-Tagen.
2. Immer am ersten Mittwoch des Monats Februar, im Jahr 2024 am 7. Februar.
3. Basel-Stadt: 4 Nationalrätinnen Sibel Arslan (Basta/Grüne), Katja Christ (GLP), Patricia von Falkenstein (LDP), Sarah Wyss (SP) und SR Eva Herzog (SP).
4. Seit 2019 wird das Wort des Jahres in den vier Landessprachen gewählt: Monsterbank (deutsch), décombres (franz.), GTP (it.), Solarexpress (rätoromanisch).
5. Sebastian (Sebastiano = ital.), war röm. Soldat, † um 288 in Rom, seit dem 4. Jahrhundert Heiliger der kath. und orthodoxen Kirchen.
6. Vom 7. bis 9. Juni 2024 in der Raiffeisen-Arena in Hägendorf, ein Hauptsponsor ist die Gastregion Adelboden-Lenk.
7. Am Cape Point (dt. Kap-Spitze), ist ein Kliff am Südende der Kap-Halbinsel in Südafrika, etwa zwei Kilometer östlich vom Kap der Guten Hoffnung!
8. Solothurner Filmtage, 59. Ausgabe, Auswahl aktueller Schweizer Produktionen: Spiel- und Dokumentarfilme, Experimentalfilme, Kurz- und Animationsfilme.
9. 100-Jahr-Jubiläum; 28. April 1924 gründeten Vertreter von Jugendverbänden in Zürich die «Zürcherische Genossenschaft zur Errichtung von Jugendherbergen».
10. Prosecco, muss mindestens einen Anteil von 85 % der Glera-Traube enthalten.
11. Viola Amherd, Die Mitte (*1962 in Brig VS), seit 2018 im Bundesrat.
12. Am 8. März; erstmals fand der Frauentag am 19. März 1911 statt, 1921 auf 8. März festgelegt, 1975 wählte auch die UN den 8. März.
13. Taylor Swift (*13.12.1989), die Tickets für ihren Auftritt im Letzigrund-Stadion in Zürich waren im Vorverkauf am 13. Juli 2023 innert 30 Minuten ausverkauft.
14. Mit einer durchschnittlichen Steigung von 13,1 Prozent die Balmbergstrasse auf der Nordseite, auf deren steilsten 100 Meter 23,1 Prozent.
15. Der europäische Wisent (Bison bonasus); das Projekt «Wisent-Thal» in Weltschenrohr will herausfinden, ob der Wisent als Wildtier in der Region tragbar ist.
16. Messen (1410 Einw.), Bezirk Bucheggberg (2010 Fusion der Gemeinden Balm bei Messen, Brunnenthal, Messen und Oberramsen), ist das südlichste Dorf im Kanton Solothurn, Bättwil (1146 Einw.) im Bezirk Dorneck das nördlichste.
17. Paris, nach 1900 und 1924 zum 3. Mal in der französischen Hauptstadt.
18. In der Meteorologie liegt der Frühlingsanfang wie bei allen Jahreszeiten an einem Monatsanfang, hier am 1. März (astronomisch im 2024 am 20. März).

Die aktuelle Ausgabe der «Seniorenpost» ist auch auf unserer Website zu finden:

<https://www.gluecklichesalter.ch/Senioren-Post>



Ein Autofahrer biegt falsch ab. Ein Polizist sieht es und schimpft: «Haben Sie denn die Pfeile nicht gesehen?» Der Autofahrer: «Wieso, gibt es hier Indianer?»

Die vierte Klasse ist wieder sehr laut. Der Rektor läuft über den Flur und stösst mit Patrick zusammen. «Was machst du denn hier?» – «Ich bin vom Umweltschutz», antwortet Patrick. «Wie bitte?» – «Ja, ich muss schauen, ob die Luft rein ist.»

«Herr Ober, was können Sie mir denn heute Gutes empfehlen?» «Wir haben flambierten Salat, dazu flambiertes Schnitzel, als Dessert flambiertes Glacé.» «Oh, warum ist denn alles flambiert?» «Unserere Küche brennt.»

Die Mutter seufzt: «Was soll man bloss zu deinem Zeugnis sagen?» «Was du sonst auch immer sagst: Hauptsache, man ist gesund!»

«Was sind Sie von Beruf?»
«Zauberkünstler.»
«Zauberkünstler?»
«Ja, ich zersäge Mädchen.»
«Haben Sie auch Geschwister?»
«Ja, zwei Halbschwwestern . . . »

«Was kostet dieser Hund?» «Hundert Franken.»
Wie wäre es mit der Hälfte?» «Tut mir leid, ich verkaufe nur den ganzen.»

«Angeklagter, warum haben Sie bei Ihrer Verhaftung einen falschen Namen angegeben?» «Ach, ich war so wütend, dass ich mich selbst nicht mehr kannte.»

«Ich habe es satt, mit einem derart geizigen Mann wie dir verlobt zu sein. Hier hast du den Ring zurück.» «Und wo ist das Papier, in das er eingewickelt war?»

«Um acht Uhr hätten Sie hier sein sollen», knurrt der Chef. «Wieso, war was Besonderes los?»

«Herr Doktor, ich habe immer Kopfschmerzen, Bruststiche, Magenbrennen. Meine Füsse und Beine tun mir weh. Dazu kommt noch Ohrensausen. Sagen Sie, was fehlt mir denn?» – «Was soll Ihnen fehlen, Sie haben ja alles.»

«Wollen Sie Ihren Kaffee schwarz?» «Wieso? Gibt es ihn auch in Blau oder Grün?»

Zwei Männer kommen aus dem Spielkasino. Sie haben alles verloren. Alles? Nein, von den beiden sonst nackten Herren trägt der kleinere noch die Un-

terhose. «Das gefällt mir so an dir», bemerkt der grössere, «du weisst immer, wann du aufhören musst.»

Ein Grosi bringt einem Buschauffeur oft Erdnüsse in einer transparenten Plastiktüte mit. Der Buschauffeur bedankt sich jedes Mal. Aber nach ein paar Monaten wundert er sich und fragt: «Liebe Dame, warum bringen Sie mir immer Erdnüsse mit? Wollen Sie die nicht selber essen?» Da sagt das Grosi: «Ach, junger Mann, ich bin alt, meine Zähne sind nicht mehr so gut. Ich mag nur die Schokolade drumherum.»

Thommy ist schon fünf Jahre alt und hat noch nie ein Wort gesprochen. Plötzlich fragt er einmal bei Tisch laut und deutlich: «Wo ist denn der Zucker?» Die Mutter fängt aus lauter Freude an zu schluchzen. Der Vater sagt übergelukkig: Thommy, du kannst ja sprechen. Warum um Himmels willen hast du denn noch nie etwas gesagt?» Thommy antwortet mürisch: «Bis jetzt war ja immer alles in Ordnung.»

«Herr Ober, Sie haben einen Druckfehler auf der Speisekarte!» – «Wo denn?» – «Bei 'Kaltes Poulet' ist das 'K' zu viel.»

«Mein Mann ist bei der Polizei.» – «Meiner auch, sie habe ihn gerade abgeholt.»

5 von 6 Personen finden russisches Roulette völlig ungefährlich.

Im Kaffee plaudern zwei junge Damen über ihre Freunde. Eva beklagt sich: «Bei jedem Rendezvous schenkt er mir einen Strauss mit verwelkten Rosen.» «Tja,» sagt ihre Freundin, «dann versuch doch mal, nicht zu spät zum Rendezvous zu erscheinen.»

Grosi zum Enkel: «Zum Geburtstag darfst du dir ein schönes Buch aussuchen.» Enkel: «Dann wünsche ich mir dein Sparbuch.»

«Na, Julia, wie hat dir dein erster Kirchenbesuch gefallen?» – «Toll, vor allem weil alle 'Hallo Julia' gesungen haben.»

Vier Uhr früh. Ein Mann lässt sich im Taxi nach Hause fahren und jammert: «Mensch, wäre ich bloss eine Maus.» – «Wieso das denn?» – «Dann hätte meine Frau jetzt Angst vor mir!»



Für Adresstikette



IHR ANSPRECHPARTNER

für Gesundheit und Wohlbefinden

Bei allen Fragen rund um Gesundheit und Wohlbefinden nehmen wir uns gerne Zeit für Sie und beraten Sie individuell und ganzheitlich.

Unsere Dienstleistungen:

- Blutdruck messen
- Spagyrikberatung
- Blutzucker messen
- Darmkrebsvorsorge
- Herzcheck
- Inkontinenzberatung

Sollte es Ihnen nicht möglich sein, persönlich bei uns vorbei zu kommen, liefern wir nach erfolgter Beratung unseren Stammkund*innen die Artikel oder Medikamente gerne nach Hause.

Wir freuen uns, Sie bei uns begrüßen zu dürfen.
Ihr Team der DROPA Drogerie Apotheke Hägendorf


GANZ SCHÖN GESUND!
**DROGERIE
APOTHEKE**

Solothurnerstrasse 1, 4614 Hägendorf
Telefon 062 209 60 50
dropa.haegendorf@dropa.ch