



07 bis 09 2026

Senioren-Post

Stiftung für ein glückliches Alter
Hägendorf-Rickenbach



46. Jahrgang



JAHRESRINGE

**Was für den Baum die Jahresringe
sind für den Menschen die Lach- und Kummerfalten.
Welchen von beiden mehr Beachtung geschenkt wird,
bleibt jedem selber überlassen.
Auf jeden Fall sagen sie einem:
„Dieser Mensch hat gelebt.“**

Michael Jörchel

Jahr des Übergangs und der Neuorganisation

Liebe Leserinnen und Leser

2025 war für die Stiftung für ein glückliches Alter Hägendorf-Rickenbach ein Jahr des Übergangs, der Neuorganisation und des gemeinsamen Anpackens. Nur dank dem grossen Einsatz aller Ratsmitglieder, Freiwilligen und Unterstützenden kann die Stiftung den älteren Mitmenschen ein vielfältiges, wertschätzendes und unterstützendes Angebot bieten. Der Verlust von Fr. 2'600.– in der Jahresrechnung ist nicht besorgniserregend. Die Mittel der Stiftung werden zweckgebunden eingesetzt.

Im Juni 2025 übernahm ich das Stiftungspräsidium. Rosmarie Studer wurde als Vizepräsidentin und Verantwortliche für die Website in den Rat gewählt. Daniel Strebel (Rickenbach) ersetzte im September 2025 Patrick Rossi als Vertreter der Einwohnergemeinde Hägendorf. Ein Blick in die Ressorts zeigt, wie viel gute Arbeit 2025 zum Wohl der älteren Bevölkerung geleistet wurde:

Jassen: Monika Beslanovits konnte monatlich eine konstant grosse und treue Gruppe von Jassenden begrüssen. Trotz Punkten, Ranglisten und der jährlichen Krönung des Jasskönigs bzw. der Jasskönigin herrschte im Restaurant Teufelsschlucht stets eine fröhliche und entspannte Atmosphäre.

Wandergruppe: Jeden 2. Dienstag im Monat machte sich eine Wanderschar auf den Weg zu neuen Zielen und interessanten Orten. Jürg Neuhaus und Fritz Vögeli fanden stets schöne Routen und gastfreundliche Restaurants.

Werkgruppe: Die Frauen der Werkgruppe trafen sich regelmässig im Seniorenzentrum oder arbeiteten zu Hause an ihren Produkten. Der Verkauf an der Chilbi und am Weihnachtsmarkt blieb leider hinter den Erwartungen zurück. Dafür wurde die Gruppe am 60-Jahr-Jubiläum des Seniorenzentrums Untergäu im August mit Aufträgen überhäuft. Esther Nünlist kann mittlerweile Socken in die halbe Schweiz liefern.

Fahrdienst: Rolf Krebs und sein Team begleiteten Menschen zu medizinischen und privaten Terminen. Per 1. Januar 2026 wurden die Tarife moderat angepasst. Dringend gesucht werden zusätzliche Fahrerinnen und Fahrer.

Senioren-Post: Dank dem Redaktionseinsatz von Karin Schmid wurden rund 950 Seniorinnen und Senioren aus Hägendorf und Rickenbach viermal jährlich über aktuelle Themen informiert. Durch einen Rückkommensantrag an den Gemeinderat gelang es, den zuvor gekürzten Budgetposten wieder auf den ursprünglichen Beitrag zu erhöhen. Dank vieler Freiwilliger konnten bei der Verteilung Portokosten von rund Fr. 3'000.– eingespart werden.

Website und Archiv: Die Website wurde regelmässig aktualisiert und gut genutzt. Das Archiv wird laufend digitalisiert, eine echte «Regenarbeit», aber wichtig für die Zukunft. Die geleisteten Arbeiten der einzelnen Ressortleiterinnen und -leiter sowie die wertvolle Hintergrundarbeit der Rechnungsführerin Petra Rudolf von Rohr und der Aktuarin Käthi Aschwanden wurden an der Jahressitzung vom 3. Juni 2026 verdankt.

*Beat Meier, Präsident
der Stiftung für ein glückliches Alter
Hägendorf-Rickenbach*

Kontaktadressen

Stiftung für ein glückliches Alter

Präsident

Beat Meier*, Mühlerain 9, 4614 Hägendorf
beat.meier1@bluewin.ch, 079 705 86 87

Vizepräsidentin / Website

Rosmarie Studer*, Wächterweg 4, 4614 Hägendorf
rostuder56@gmail.com, 079 815 29 85

Aktuarin

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

Rechnungsführerin

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

Beisitzer

Daniel Strebel*, Kirchweg 6, 4613 Rickenbach,
daniel_strebel@bluewin.ch, 079 640 77 82

Kontaktadressen

für Dienstleistungen der Stiftung

Autodienst

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

Stellvertretung:

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

Wandergruppe

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

Stellvertretung:

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

Werkgruppe

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

Jassnachmittag

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

Redaktion Senioren-Post

Karin Schmid, Gheidstrasse 18. 4612 Wangen bei
Olten, kariziwa@gmail.com, 079 288 29 93

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

Ein emotionaler Hilferuf – bevor etwas Wertvolles verloren geht!

Manchmal merkt man erst, wie wichtig etwas ist, wenn es kurz davorsteht zu verschwinden. Genau an diesem Punkt stehen wir jetzt.

Unser Fahrdienst für ältere Menschen, für viele ein Stück Freiheit, Würde und Teilhabe, ist in Gefahr. Nicht, weil er nicht gebraucht wird, sondern weil uns die Menschen fehlen, die ihn möglich machen.

Wenn wir niemanden finden, müssen wir aufhören!

Und das bedeutet: Seniorinnen und Senioren, die nicht mehr selber fahren können, bleiben zuhause. Arzt-, Therapie- und Röntgentermine werden verpasst. Einkäufe, Bank und Post, sowie Coiffeurtermine u.v.m. werden zur Hürde. Die Einsamkeit wächst!

Du kannst der Grund sein, warum dieser Dienst weiterlebt!

Wenn du helfen kannst, bitte tue es. Für Menschen, die auf uns zählen, für ein Stück Menschlichkeit, das nicht verloren gehen darf.

Mehr über die Aufgabe erfahren — unverbindlich und offen Kontakt aufnehmen — wir freuen uns über jede einzelne Person.

Rolf Krebs
Leiter Fahrdienst

Beat Meier
Präsident

Die aktuelle Ausgabe der Senioren-Post ist auch auf unserer Website zu finden:

www.gluecklichesalter.ch/Senioren-Post



Diamantene Hochzeit, 60 Jahre verheiratet

- 01.07. Urs und Elvira Widmer, Hägendorf
23.09. Josef und Verena Gamma, Hägendorf

Goldene Hochzeit, 50 Jahre verheiratet

- 29.09. Karl und Ursula Imobersteg, Hägendorf

94. Geburtstag

- 07.09. Irene Maurer, Hägendorf

93. Geburtstag

- 17.07. Ruth Lauper, Hägendorf

92. Geburtstag

- 08.07. Margrit Schütze, Hägendorf
05.08. Priska Moor, Hägendorf

90. Geburtstag

- 20.09. Hubert Kohler, Hägendorf
23.09. Margretha Wyss, Hägendorf

85. Geburtstag

- 07.08. Urs Widmer, Hägendorf
08.08. Irene Kiser, Hägendorf
14.08. Margrit Schöni, Hägendorf
21.08. Marlies Heusser, Hägendorf
27.08. Urs Schärer, Hägendorf
01.09. Susanne Vögeli, Hägendorf
23.09. Theodul Bellwald, Hägendorf
30.09. Ursula Kaufmann, Hägendorf

80. Geburtstag

- 04.07. Bruno Colpi, Hägendorf
05.07. Ursula Anderegg, Rickenbach
19.07. Gertrud Frei, Hägendorf
28.08. Heinrich Lämmli, Hägendorf
05.09. Hanna Bloch, Hägendorf
06.09. Fritz Köchli, Hägendorf
07.09. Frieda Jäggi, Hägendorf
10.09. Urs von Wartburg, Hägendorf
17.09. Hans Suter, Hägendorf

75. Geburtstag

- 23.07. Beatrice Hauser, Hägendorf
01.08. René Kunz, Hägendorf
02.09. Johanna Imobersteg, Hägendorf

70. Geburtstag

- 05.07. Edgar Flück, Hägendorf
15.07. Kata Markovic-Kosic, Hägendorf
20.07. Odette Pfeil, Hägendorf
22.07. Ruth von Arx, Hägendorf
04.08. Peter Gut, Hägendorf
14.08. Hugo Raaflaub, Hägendorf
16.09. Rosmarie Studer, Hägendorf
28.09. Heinz Grimm, Rickenbach

65. Geburtstag

- 06.08. Gabriella Deschenaux, Hägendorf
14.08. Andreas Sigrist, Hägendorf
12.09. Edith Grimm, Rickenbach



Herzlich willkommen im Seniorinnentreff



Nächste Daten:

07. Juli 2026

01. September 2026

Jeweils von 14.00 bis 17.00 Uhr
im **Gemeindesaal Rickenbach**



Singen, Geschichten hören, Kaffee mit Zopf geniessen, gute Gespräche führen.
Danach Lotto spielen und schmackhafte Preise gewinnen.

Haben wir Ihr Interesse geweckt, so freut sich: **Monika Flückiger, Telefon 079 532 19 89.**
Oder kommen Sie einfach beim nächsten Datum vorbei. Wir freuen uns auf Ihr Kommen.

Seniorennachmittag

Jeden 2. Donnerstag im Monat, 14.00 – 16.00 Uhr
im Ref. Kirchgemeindehaus Hägendorf



Gesellige Nachmittage für Seniorinnen und Senioren, die gerne ein ungezwungenes Zusammen-
sein mit abwechslungsreichem Programm inkl. Zvieri erleben möchten. Alle sind herzlich will-
kommen, unabhängig der Konfession.

10. September 2026 Seniorenreise

Senioren-Treff

alle 2 Monate am Mittwoch um 14 Uhr im Ref. Kirchgemeindehaus Wangen bei Olten

26. August 2026 Rosenlotto

Kontakt:

Hägendorf: Andreas Schindelholz (Sozialdiakon), 062 213 85 20 / 076 268 38 60, ref-olten.ch
Wangen: Lisbeth Walder, 079 613 91 17

„Chrampferin“, Kämpferin, Führungsperson und naturver

Im Rahmen seiner Nachfolgeregelung wandte sich der damalige Präsident der Stiftung für ein glückliches Alter, Werner Huber, an Rosmarie Studer. Sie lehnte ein Präsidium ab, da sie sich nicht mehr exponieren wollte. „Ich sagte: Wenn du ein anderes Jöblein für mich hast, kannst du dich bei mir melden“, erinnert sich die pensionierte Alters- und Pflegeheimleiterin. Als das Präsidium mit Beat Meier besetzt werden konnte, war noch Vizepräsidium vakant. Daraufhin stimmte Rosmarie Studer dessen Übernahme zu, allerdings schon damals mit der Einschränkung, Beat Meier zwar zu unterstützen oder zu vertreten, nach seinem allfälligen Abschied das Präsidium aber nicht zu übernehmen.

Offen war nach dem Austritt von Andreas Sigrist zudem das Ressort Website. Die neue Vizepräsidentin erklärte sich auch dazu bereit mit der Bedingung einer Einführung durch Andy Sigrist und, wenn nötig, mit Unterstützung von Marc Nessensohn, Sohn des Stiftungsmitbegründers Robert Nessensohn. Marc Nessensohn betreut Rosmarie und Ruedi Studer seit Jahren regelmässig in Sachen PC. „Ich kann einfach das, was ich brauche, auch beim Handy.“



Natur- und tierliebende „Chrampferin“ mit Führungsqualitäten: Rosmarie Studer-Haller ist Vizepräsidentin der Stiftung für ein glückliches Alter und dort für die Internetseite zuständig.

Von unten nach oben

Rosmarie Studer wuchs in Beinwil am See AG auf. «Ich bin Praktikerin und habe mich von ganz unten nach oben gearbeitet», sagt sie. Nach einem Haushaltsjahr arbeitete sie als Verkäuferin und Kassierin und liess sich zur Büroangestellten ausbilden.

Es folgen Stellen als Alleinsekretärin, Telefonistin und Hilfsbuchhalterin. Nach einem diakonischen Einsatz als Haushälterin bei der Stiftung Best Hope in Herisau, einer Wohn- und Beschäftigungswerkstätte für drogen-süchtige Männer, besuchte

sie die Fachschule für Bäuerinnen und absolvierte ein Praktikum in einem Bauernbetrieb in Frankreich. Anschliessend wirkte sie als stellvertretende Hauswirtschaftliche Betriebsleiterin in einem Bezirksspital.

Führen und „Chrampfen“

«Ich bin eine Führungsperson und eine „Chrampferin“. Ich bin mir nicht zu schade für Ameisenarbeit», sagt sie. Als Sozialdienstverantwortliche und stellvertretende Haushaltsleiterin des Heims Schlössli für Betagte in

. / .

bundener Freigeist mit ausgeprägtem Gerechtigkeitssinn

Pieterlen war Rosmarie Studer von 1986 bis 1989 in einer Leitungsfunktion in einem Alters- bzw. Pflegeheim tätig. In dieser Zeit absolvierte sie die Ausbildung zur Haushaltsleiterin. Ab 1991 leitete Rosmarie, damals noch Haller, das Alters- und Pflegeheim Pasquart Biel, wo sie sich zur Heimleiterin ausbilden liess, und von 1998 bis 2007 das «Thal-Gäu» in Egerkingen.

Arbeitssam bis zum Ende

Von 2007 bis zur frühzeitigen Pensionierung 2018 wirkte sie als Heimleiterin im Wangner Alterszentrum Marienheim. In der Endzeit ihrer dortigen Anstellung absolvierte Studer die Ausbildung zur Auditorin für Qualitätsmanagementsysteme für Altersheime. Bis zu ihrem regulären Pensionierungsjahr 2020 war sie in der Textildesignfirma Trendpunkt von Christian Gehrig im Lager, Eingangsbereich und Versand tätig. Gehrig hatte nach Ruedi Studers Sanitärgeschäftsaufgabe die Liegenschaft im Schluchtweg übernommen.

Immer um Ältere herum

Der Umgang und die Zusammenarbeit mit älteren Menschen ist Rosmarie Studer seit Kindesbeinen gewohnt. „Meine Mutter bekam mich

als jüngstes von 3 Kindern mit 41 Jahren. Ich war immer um alte Leute herum, mit den Eltern, ihren Bekannten.“

Die 69-Jährige charakterisiert sich selbst als sehr naturverbundene Kämpferin, Tierliebhaberin und leidenschaftliche Fotografin.

Gemeinsame Pferdeliebe

Neben der Kämpfernote und dem Fleiss hat Rosmarie Studer ihre Liebe zur Natur und zu den Tieren von ihren Vater übernommen. „Im Gegensatz zu mir hatte er es zwar nicht besonders mit Pferden, er wuchs aber auf einem Bauernhof mit 2 Pferden auf, die das Totenwägelchen zogen.“

Vor knapp 25 Jahren zog Rosmarie zu Ruedi Studer und seinen Kindern aus erster Ehe nach Hägendorf. Die beiden hatten sich während Rosmaries Tätigkeit in Egerkingen durch die gemeinsame Liebe zu Pferden kennengelernt.

Neben Katze Frau Stampfli besitzt Rosmarie Studer heute die beiden Pferde Cobra und Britta, die in einem Stall in Gunzgen untergebracht sind. Bis zu seinem Tod am 26. Februar 2026 genossen Rosmarie und Ruedi Studer die Kutschfahrten auf ihrem Zweispänner durch die Natur (siehe auch Seite 8).

Aktiver Freigeist

Ohne Aktivität könne sie nicht sein, bekennt Rosmarie Studer. „Allerdings mache ich nur das, was ich will. Ich bin ein Freigeist mit sehr ausgeprägtem Gerechtigkeitsgefühl.“ Obwohl als Kassierin beim Verkehrs- und Verschönerungsverein und nun im Stiftungsrat für ein glückliches Alter engagiert, bezeichnet sie sich als „kein Vereinsmensch und Herdentier. Sie ist gerne und oft mit Freundinnen unterwegs. Dazu kreiert sie kunstvolle Scherenschnittbilder, übt sich fleissig im Alphorn- und Saxofonspielen und singt manchmal in Chören mit. „Musik tut mir sehr gut.“

Besonders am Herzen liegt ihr der Kontakt mit ihrer Familie, mit ihren 2 erwachsenen Stiefkindern und 4 Stiefenkelkindern. Stiefsohn Beat Studer wohnt mit seiner Familie auch in Hägendorf und hat die Nachfolge seines Vaters als Brunnenmeister übernommen. Tochter Luzia Weibel lebt mit ihrer Familie in Wilen bei Wollerau. „Das gute Verhältnis zwischen mir, den Kindern und den Enkelkindern ist ein Riesengeschenk“, betont Rosmarie Studer.

Karin Schmid, Redaktorin

„Wir lernten uns durch die Pferde kennen“

Ruedi und Rosmarie Studer hätten am 22. Juni 2026 ihr 25-Jahr-Ehejubiläum gefeiert. Leider konnte der langjährige Bürgerpräsident Hägendorfs dies nicht mehr erleben. Er starb am 26. Februar 2026 in den Ferien in Pontresina. Rosmarie Studer-Haller teilt Erinnerungen.

„Ruedi und ich waren sehr verschieden“, erzählt sie. „Ich war gross, er eher klein. Er war ruhig, überlegt, ich bin ein Wirbelwind, immer spontan. Wir haben uns sehr gut ergänzt.“ Für sie war es mit 45 Jahren die erste Ehe, für Ruedi die zweite. Aus seiner ersten Ehe stammen die beiden Kinder Luzia und Beat.

„Wir lernten uns durch die Pferde kennen. Ich hatte damals mein eigenes Ross. Ruedis Tochter Luzia war auch eine Pferdenärrin wie ich und ermutigte ihn nach seiner Scheidung, etwas zu unternehmen.“ So absolvierte er einen Kurs für das Kutschfahrenbrevet. Mit Rosmaries Pferd begannen sie mit dem Einspannerfahren. Nachdem sich auch Ruedi ein Ross gekauft hatte, brachten sie die Tiere zusammen und fuhren zweispännig. „Seither waren wir jedes Wochenende unterwegs. Am Anfang fuhren wir mit Gesellschaften, aber später nur



Ruedi Studer 2022 mit Ross und Wagen in den Ferien in Herliberg ZH und mit Gattin Rosmarie 2025 in Rom.



noch für uns. Das war unsere Zeit.“ Zu Beginn waren die Pferde in Gunzgen bei Martin Heim untergestellt, heute sind sie bei Beat Ambühl.

Eine weitere grosse Leidenschaft von Ruedi und Rosmarie Studer war das Reisen. „Wir haben zusammen viele Flussfahrten erlebt. Das genoss er. Da kann man einfach sein und aus dem Schiff schauen.“ Auch am Meer verbrachten sie viel Zeit, oft in Ägypten. „Dort lernte Ruedi mit mir das Schnorcheln. Besonders gut gefiel es uns in El Quseir. Ruedi mochte die Berge auch, wir beide gingen aber vor allem ans Wasser.“

Ruedi Studer starb in den Ferien in Pontresina. Tochter

Luzia Weibel und ihre Familie schenken den Eltern dort eine wunderschöne Kutschfahrt zum Geburtstag. „Am nächsten Tag fuhren wir mit einer Zahnradbahn auf den Muottas Muragl, auf dem Ruedi als Kind auf Schulreise war“, erinnert sich Rosmarie Studer. „Da war er schon sehr müde.“

Ruedi, dessen Herz seit 20 Jahren von einem Schrittmacher verstärkt wurde, sass „einfach auf einer Bank, schaute in die Welt hinaus und war glücklich.“ Mit diesem Gefühl verliess Ruedi Studer am selben Abend diese Welt.

Karin Schmid, Redaktorin

Mittagstisch für Seniorinnen, Senioren und Alleinstehende



- Ort:** Katholisches Pfarreizentrum, Hägendorf
- Daten:** jeden **3. Mittwoch** des Monats um 12.00 Uhr
19. August 2026
16. September 2026
- Preis:** **CHF 12.00** Mittagessen mit Mineralwasser, Kaffee und Dessert.
Wein wird zu einem Spezialpreis angeboten.
- Anmeldung:** **Raphaella Imhof**, 062 216 29 85 ab 18.30 Uhr.
Anmeldung bitte 2 Tage im Voraus oder beim vorherigen Mittagstisch.

Das ökumenische Mittagstisch-Team freut sich auf Ihr Kommen.

Einfache und anspruchsvolle Wanderungen durch die Umgebung



Die **Wandergruppe** der Stiftung für ein glückliches Alter trifft sich **jeden 2. Dienstag im Monat** zu einfachen oder auch etwas anspruchsvolleren Wanderungen in der nahen und weiteren Umgebung.
Die Wanderungen sind immer gut vorbereitet und werden von den Wanderleitern begleitet. Details zu den bevorstehenden Wandergruppen wie Treffpunkt, Zeit und Zielort finden Sie auf unserer Website, **[gluecklichesalter.ch/ Dienstleistungen](http://gluecklichesalter.ch/)**, und in den Schaukästen beim Bistro Vögeli-Beck im Dorfzentrum von Hägendorf oder in Rickenbach beim Schulhaus.

Nächste Wanderdaten: **14. Juli / 8. September 2026**

Nähere Auskunft: Wanderleiter: Jürg Neuhaus, 062 216 32 32
Wanderleiter-Stellvertreter: Fritz Vögeli, 062 216 05 92

Anmeldung: juerg.neuhaus@icloud.com oder 062 216 32 32

Anmeldeschluss: in der Regel um 12.00 Uhr am Samstag vor der Wanderung

Vollzeit-Seklehrer, Bürgerammann, Familienmensch und

Seit 40 Jahren erarbeitet und veröffentlicht Hans A. Sigrist jeweils im Abstand von mehreren Jahren die «Hägendörfer Jahrringe». Im März 2026 erschien die neuste, 9. Ausgabe. Aus 16 Artikeln, 188 Bildern, 10 Tabellen und 3 Grafiken layoutete Andrea Schumacher ein 188-seitiges, leserfreundliches, gelungenes Heft. Das Textlektorat übernahm Martin Eduard Fischer. Den Umschlag gestaltete Josef Rippstein. «Wie für alle Hefte erhielt ich auch für diese Ausgabe gute Reaktionen», sagt der 82-jährige Hägendörfer Bürger. „Hägendörfer Sigrist werden bereits im Bernisch-Solothurnischen Urbar von 1426 erwähnt.“

Hans A. Sigrists Interesse an Geschichte war schon immer vorhanden und verstärkte sich während des Lehrerseminars, wo Exkursionen in den Bezirken durchgeführt wurden mit der Aufgabenstellung, in jedem Dorf beispielsweise die Anzahl der Brunnen und ihre Organisation zu erforschen. Das Festhalten der Dorfgeschichte begann Hans A. Sigrist in seiner Zeit als Bürgerammann zwischen 1977 und 1988. In diesen Jahren veröffentlichten viele Gemeinden in der Region ihre Dorfchroniken. So wandte man sich in Hägendorf mit demselben Wunsch an die Bürgergemeinde. «Ich befasste mich mal mit dem Gedanken an eine Chronik, merkte aber bald, dass ich in meinem Vollpensum als Lehrer, als Bürgerammann und mit Familie verplant bin und es nicht schaffe, in nützlicher Frist ein Dorfbuch zu erarbeiten», hält Sigrist fest. «Trotzdem wollte ich etwas machen.»

So entschloss sich Sigrist, der rund 40 Jahre lang – und damit fast sein ganzes Berufsleben – als Sekundarlehrer in Gunzgen wirkte, für ein Konzept, aufgrund dessen die Dorfgeschichte nicht wie üblich chronologisch, also von der Steinzeit bis in die Gegenwart, son-



Seit 40 Jahren als Hägendorfs Dorfhistoriker bekannt: Hans A. Sigrist mit seinen Werken, vorne die neuen „Jahrringe“.

Foto:
Bruno Kissling,
Oltner Tagblatt

dern in thematischer Form nach Sigrists aktuellem Interesse festgehalten werden sollte. „Zum Aufschreiben einer Dorfgeschichte stehen einem vielleicht 100 – 300 Seiten zur Verfügung, auf denen alles Platz haben muss. In der von mir gewählten Form kann ich zu einem Thema alles mir wichtig Erscheinende niederschreiben und illustrieren, ohne mich einschränken zu müssen.“ In den «Jahrringen» sind grundlegende Themen wie Landwirtschaft, Wasser oder Verkehr vertreten. „Mit den Jahren weitete sich das Ganze etwas aus.“

Den grösseren Arbeitsteil für die „Jahrringe“ erledigte Hans A. Sigrist während seiner Zeit als Seklehrer im Vollpensum. Zu Recherchezwecken verbrachte er deshalb viele seiner Schul- und Bildungsurlaube im Solothurner Staats- sowie im Gemeindearchiv. „Dort habe ich mir Auszüge aus den Ratsprotokollen, verschiedensten Quellen (Ratsmanuale, Bechburgschreiben, Urbarien, Gemeinderats- und Versammlungsprotokolle etc.) erstellt. So habe ich mir einen Grundstock angelegt und mir eine Übersicht verschafft, was wo zu finden ist.“ Hans A. Sigrist hat über die Jahre ein Fotoarchiv von rund 2000 Bildern zu Hägendorf aufgebaut.

. / .

(Fortsetzungs-)Dorfchronist in Personalunion

Der Aufwand, an ihn herangetragene Bilder greifbar zu machen, war zu Beginn gross. „Ein Fotograf musste aus den historischen Fotos, die ich erhalten hatte, ein Negativ herstellen. Erst dann konnte ich sie nutzen.“ Dazu legte Sigrist Zeitungsausschnitte in Themenordnern ab mit Angaben über Kontaktpersonen. „Da muss man gut organisiert sein“, sagt der 2-fache Vater und 5-fache Grossvater. „Diese Informationen fliegen einem nicht einfach zu. Auch die künstliche Intelligenz ist da keine Hilfe.“ Inzwischen sind viele Dateien und Daten im Computer abgelegt. „Heute kann ich etwas Erhaltenes einscannen und dann habe ich es.“ Durch die aktuellen technischen Möglichkeiten kostete eine Ausgabe heute nur noch halb so viel wie früher.

Die erste Ausgabe der <Hägendörfer Jahrringe> erschien 1986 zum 950-Jahr-Jubiläum der Gemeinde. Bis dahin existierte deren Geschichte noch nicht in Buch- oder Heftform. Zuvor hatte August Jäggi Texte über den 1. August, die Dorfmusik und einzelne Aufsätze verfasst. Danach publizierte Paul Hofer viele Beiträge über das alte Hägendorf in Zeitungen und leistete damit grossartige Vorarbeit. „Die Bürgerratskollegen haben mich zur Chronik ermutigt. Irgendwann begann ich damit, und nach 5 Jahren hatte ich das Gefühl, dass etwas veröffentlicht werden könnte. Da die Chronik historisch nicht vollständig war, war klar, dass die Sache weitergeht. So entstanden die weiteren Ausgaben.“

Anfänglich erhielt Hans A. Sigrist für die Erarbeitung und Herausgabe der „Jahrringe“ keinerlei Zuschüsse, konnte aber stets Spesen abrechnen. „Weil die Gemeindefinanzen knapp waren und die Einnahmen aus den in den <Jahrringen> veröffentlichten Unternehmensporträts für die Finanzierung der Druckkosten nicht ausreichten, bettelten der dama-

lige Einwohnergemeindepräsident Hugo von Arx und ich bei örtlichen Firmen um Sponsoringelder», erinnert sich Sigrist. Inzwischen sorgt die Einwohnergemeinde jährlich für die Rückstellung eines Fixbetrags zur Finanzierung der nächsten Ausgabe. Auch die Bürgergemeinde hilft mit einem Zuschuss.

Hat Hans A(ugust) Sigrist nie daran gedacht, mit den «Jahrringen» aufzuhören? «Nein, als deren Erarbeitung einmal lief, war klar, dass es weitergeht, weil es mir auch Freude macht. Es ist keine Pflicht. Ich hatte auch nie einen offiziellen Auftrag und auch kein offizielles Honorar. Damit bin ich vollkommen frei, auch in der Themenwahl.» In jedes Heft gehört ein Beitrag über Kunst oder Kunsthandwerk – ein Bereich, von dem Hans A. Sigrist in den «Jahrringen» aber lieber die Finger und andere Autoren schreiben lässt: «In Kunst oder Kunsthandwerk bin ich nicht ausgebildet und will mir nicht die Finger verbrennen.»

Bei den ersten 2, 3 Ausgaben der „Hägendörfer Jahrringe“ lag die Auflage bei 3'000 Exemplar, der Mindestanzahl bei einem Buchdruck. Seither liegt die Auflage bei

1'500. Das erste Heft und noch ein weiteres sind laut Hans A. Sigrist vergriffen. Seit Februar 2026 findet man sie aber im Internet auf einer von der ETH-Bibliothek Zürich in Zusammenarbeit mit der Schweizerischen Nationalbibliothek betriebenen

Plattform für digitalisierte Zeitschriften sowie periodisch erscheinende Publikationen aus der Schweiz oder mit Bezug zur Schweiz. Zugang mit Eingabe [e-periodica.ch](http://e-periodica.eth.ch) oder direkt via Scan des obigen Codes.



Karin Schmid, Redaktorin

Spannende Entdeckungsreise durch Hägendorf

Seit 40 Jahren dokumentiert Hans A. Sigrist die Geschichte von Hägendorf. Die Vernissagesgäste der 9. Hägendorfer Jahrringe füllten die Raiffeisen-Arena bis auf den letzten Platz. Für musikalische Unterhaltung sorgte das Ensemble Bassonobile mit den Einheimischen Max Affolter, Karin Grob, Robert Hiltbrunner und Heidi Pfister.

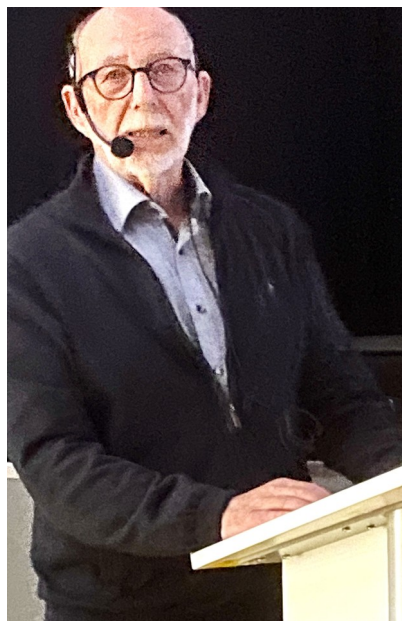


Ein 9. Buch ist laut Andreas Heller (Foto links) nicht selbstverständlich und Ausdruck

einer schier endlosen Ausdauer, vor allem von einem tiefen Verantwortungsgefühl gegenüber der gemeinsamen Geschichte von Hägendorf. Auch diese Ausgabe der „Jahrringe“ erzähle davon, woher die Hägendorfer/-innen kommen, wer sie sind und was das Dorf prägte. In seiner Laudatio zitierte der Einwohnergemeindepräsident einen Ausschnitt aus dem Vorwort von Karola Dirlam: „<Jahrringe zeigen nicht nur das Alter, sie erzählen auch von guten Jahren und schwierigen Zeiten, von Wachstum und Herausforderungen>. Die Bücher von Hans A. Sigrist (Foto rechts) machen sichtbar, was sonst wahrscheinlich unsichtbar bliebe und vergessen ginge – die vielen grossen und kleinen Geschichten, die Hägendorf ausmachen.“

Stimme des Dorfes und der Geschichte

Für ihn als Eisenbahner, der in jüngeren Jahren zuweilen auch ein paar Stunden in Hägendorf arbeitete und dort den Bahnverkehr leiten durfte, sei es unsagbar spannend gewesen, in den neuen „Jahrringen“ von den Anfängen der Bahn bis zum erst gerade umgebauten Bahnhof zu lesen und zu erfahren, wie sehr die Eisenbahn auch Hägendorf prägte, sagte Andreas Heller. „Was man seinerzeit erst mit Skepsis beäugte, stelle sich als Motor der Entwicklung heraus. Die Eisenbahn brachte Hägendorf einiges: Mobilität,



Arbeit und neue Perspektiven. Nur wer die Vergangenheit kennt, hat auch Zukunft.“

Verkehr sei schon lange ein prägendes Thema Hägendorfs. „Hans A. Sigrist lehrt uns in den neuen „Jahrringen“, dass wir dem Thema mit Innovation und Zuversicht begegnen dürfen.“ Die Jahrringe

erzählen aber auch und vor allem von Menschen, vom Dorforiginal Carlo Pestoni, Walter Rupp, Heinrich Merz, der im Sonderbundskrieg für die Tagsatzung und die Schweiz sein Leben liess. Ein weiterer roter Faden ist die Landwirtschaft. Sie steht für die Wurzeln der Menschen. Gleichzeitig zeigt das Buch eindrücklich, wie sich die Menschen und das Dorf verändert haben. Gefallen hat Andreas Heller, wie sich die Geschichten verweben und zeigen, welche Arbeit die Frauen, vor allem die Landfrauen, geleistet haben. Sie waren und sind nicht nur ein Teil des Dorflebens, sondern trugen und tragen mit ihrem Wissen und ihrem Engagement dessen Versorgung und Gemeinschaft.

„Hans A. Sigrist schuf mit seinem Werk etwas, das weit über ein Buch hinausgeht“, hielt Andreas Heller fest. „Er bewahrt Erinnerungen, macht Zusammenhänge sichtbar und gibt dem Dorf und dessen Geschichte eine Stimme. Man kann sich in den Geschichten ein wenig verlieren. Gerade in einer Zeit des Wandels hilft ein Blick zurück, den Weg vorwärts zu finden. Nur wer seine Wurzeln kennt, kann weiter wachsen. Nur wer auch die Vergangenheit kennt, hat auch eine Zukunft. Der neue Band der Jahrringe ist eine spannende Entdeckungsreise durch unser Hägendorf.“

Karin Schmid, Redaktorin



Hägendörfer Seniorinnen und Senioren auf Reisen

Die Einwohner- und Bürgergemeinde sowie die Ludwina Giger-Stiftung Hägendorf luden kürzlich zur alle 2 Jahre stattfindenden Seniorenfahrt ein. Bei noch etwas grauem Himmel versammelten sich rund 150 Seniorinnen und Senioren bei der Raiffeisen Arena in Hägendorf. Dieses Mal ging es mit 3 Reiseautos ins schöne Züribiet. Die Fahrt führte via Zürich, Zollikerberg, Greifensee, Aathal und Pfäffikersee nach Illnau. Bei einem feinen und gemütlichen Mittagessen im Restaurant Rössli konnten sich die Reisenden stärken.

Der Gemeindepräsident Andreas Heller dankte den Teilnehmenden für die geleisteten Dienste zum Wohl der Gemeinde und ehrte die älteste Seniorin, den ältesten Senior und das am längsten verheiratete Ehepaar. Die Zeit verging wie im Flug, und schon bald wurde bei inzwischen sonnigem Wetter die Heimreise in Angriff genommen. Glücklich und zufrieden kehrten alle nach Hägendorf zurück. Ein schöner und geselliger Tag ging zu Ende.

Beatrix Mackuth

Dringend gesucht: Redaktionsbeiträge aus Rickenbach

Liebe Rickenbacher Lesende

Sie halten die aktuelle Ausgabe der Senioren-Post in den Händen. Dieses Magazin wird von der Stiftung für ein glückliches Alter Hägendorf–Rickenbach herausgegeben.

Damit die Senioren-Post noch vielfältiger und lebendiger wird, fänden wir es schön, auch immer wieder Beiträge aus Rickenbach zu veröffentlichen. Willkommen ist alles, was

das Rickenbacher Dorfleben widerspiegelt – sei es ein besonderes Hobby, Erlebnisse aus der Organisation Ü60, Erinnerungen und Geschichten aus früheren Zeiten oder andere spannende Einblicke.

Wenn Sie etwas beitragen möchten, melden Sie sich gerne bei Redaktorin Karin Schmid, kariziwa@gmail.com. Herzlichen Dank!

Beat Meier, Präsident





Rickenbacher Seniorinnen und Senioren im Jura

Der diesjährige Rickenbacher Frühlingsausflug führte 59 Seniorinnen und Senioren zuerst zum Kaffeehalt nach Courtelary zur Firma Camille Bloch. Frisch gestärkt fuhren sie über die sanften Hügel des Jura, durch schmucke Dörfer und tolle Landschaften. Die Stadt Porrentruy

war das Ziel. Im „Bellevue“ wartete ein feines Mittagessen auf die Reisenden. Es war ein wunderschöner Tag, mit bestem Dank an die Einwohnergemeinde Rickenbach.

*Text: Katharina Aschwanden
Foto: Kulturkommission Rickenbach*

Jassmeisterschaft 2026 mit Jahreswertung



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

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

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

Jasstage 2026
06. Juli 2026
17. August 2026
07. September 2026

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

Neue Jasserinnen und Jasser sind jederzeit herzlich willkommen!

„Es ist nicht nötig, dass die Kunden sich genieren – sie

Seit 40 Jahren bietet das Seniorenzentrum Untergäu einen Mahlzeitendienst an. In den letzten Jahren hat das Interesse daran stark zugenommen. Mittlerweile werden im Einzugsgebiet Olten, Untergäu und Gäu bis nach Wolfwil und Oensingen täglich bis zu 180 frisch zubereitete, heisse Mittagessen in Wärmebehältern ausgeliefert. Auf Tour mit Beatrice Stampfli, einer der 12 Mahlzeitendienstfahrer/-innen.

Die Tagestour durchs Untergäu beginnt für Beatrice Stampfli aus Olten gegen 10 Uhr. «Um diese Zeit fahre ich gewöhnlich beim SZU ab. Ziel ist es, dass alle Mahlzeiten spätestens um 12 Uhr abgegeben sind.» Erste Station ist zuvor aber die SZU-Küche. Sorgfältig schöpft das Küchenteam um Küchenchef Willi Hürlimann frisch gekochtes, warmes Essen in Keramikschalen und -teller in verschiedenen Grössen ab, klemmt überall einen Deckel darauf und platziert sie in stabile Wärmebehälter. Deren 12 – pro Person einen – verstaut Beatrice Stampfli im Auto. «Heute habe ich nicht so viele Kundinnen und Kunden.» Durchschnittlich sind es 15 bis 20 Personen pro Fahrer/-in. Die Anzahl der Lieferungen variiert stark. Auf der Tour durch Olten waren es auch schon 28 bis 30.

Beatrice Stampfli hat erst mit 42 Jahren den Fahrausweis gemacht und liefert seit 16 Jahren Mahlzeiten für das SZU aus. «Als meine Kinder in der Lehre waren und über Mittag nicht mehr nach Hause kamen, fragte mich eine Freundin meines Vaters, die Mahlzeitendienst leistete, an, ob ich Interesse an einer Beschäftigung hätte.»

Damals wohnte die heute 69-Jährige noch in Kappel, wo der erste Kunde der Tagestour durch Hägendorf, Kappel und Gunzgen lebt. «Unser freundlicher Herr Spichiger», lächelt Beatrice Stampfli. «Er bekommt das Menü ohne Sauce.» Sie und René Spichiger begrüßen sich wie gute, alte Bekannte. Mit den Fahrer/-innen des Mahlzeitendienstes versteht er sich gut, sagt er. Die Lieferantin



Direkt aus den Pfannen der SZU-Küche in die Schalen und Wärmebehälter (oben) und dank Fahrerin Beatrice Stampfli in die Stube von René Spichiger.

gibt das Lob zurück: «Er hat eine angenehme Art und zeigt uns, dass er uns schätzt.» Seit 4 Jahren nimmt René Spichiger den Lieferdienst von Montag bis Samstag in Anspruch, «seit meine Frau dort lebt. Sie ist eine sehr gute Köchin, ich kann aber nicht kochen». Sonntags isst er mit ihr im SZU. Er habe immer gerne gut gegessen, sagt Spichiger. Eine Zeit lang nahm er seine Mahlzeiten im Restaurant Pöstli in Kappel ein. «Dort war für mich aber immer zu wenig Gemüse dabei.» Das SZU-Essen schmeckt ihm gut, wenn auch – nach einer Lieferung um 10.30 Uhr – in der Mikrowelle aufgewärmt «nicht so gut, wie wenn es direkt aus der Küche kommt».

. / .

sollen die Mahlzeiten einfach geniessen.“

Man könne nicht mit allen Kundinnen und Kunden lange Gespräche führen, erklärt Beatrice Stampfli. „Bei manchen muss man zurückhaltender sein.“ Zu Beginn ist das eine Sache des Abtastens und Kennenlernens. „Es gibt Kunden, die keinen persönlichen Kontakt mit uns wünschen. Dann läute ich an der Tür, lege die neue Warmhaltebox davor und nehme die dort stehende, leere Box mit. Dann wissen sie, dass ich da war. Wenn allerdings jemand nicht aufmacht, der das sonst tut, dann geht man manchmal ums Haus herum und schaut nach. Dann gibt man das in der Küche an.“

Die nächsten Kundinnen und Kunden auf der Liste öffnen zwar die Tür, doch geht bei ihnen die Essenslieferung, je nach aktuellem Wohlergehen des Menschen, ruhiger und schneller vonstatten. Beatrice Stampfli fragt sie, wie es ihnen geht und wo sie die neue Mahlzeitenbox hinstellen soll. Nächster Halt ist bei einem Senior in Gunzgen. „Ein ganz herzlicher Typ“, sagt Beatrice Stampfli. „Er hört aber nicht mehr gut.“ Die Seniorinnen und Senioren lassen die Türe für den Mahlzeitendienst jeweils unverschlossen, damit dieser gleich eintreten kann. „Wenn ich das tue, melde ich mich, damit die Kunden keine Angst haben.“

Das Fahrerteam des Mahlzeitenlieferdienstes SZU besteht aus 12 grösstenteils pensionierten Personen. «Unser Angebot ist für alle gedacht, die anfragen, für Jung und Alt, also auch für jüngere, verunfallte oder psychisch angeschlagene Menschen, die für eine gewisse Zeit oder längerfristig nicht selbst zurechtkommen.» Die Aufträge erhält der Mahlzeitendienst beispielsweise von der Sozialbehörde oder Spitex.

Am Mittwoch erhalten die Kundinnen und Kunden mit ihrer Mahlzeit stets den neuen Menüplan für die nächste Woche zum Ausfüllen. Möchte jemand an einem Tag etwas anderes als das Tagesmenü, kann das genauso angegeben werden wie besondere



*Alice Gasser
aus Hägendorf
schätzt den
Mahlzeiten-
dienst.*

Wünsche. Wer nicht jeden Tag eine Lieferung möchte, kann das Menü auswählen. Das SZU nimmt auch Bestellungen telefonisch, per Mail oder online über seine Internetseite entgegen.

Nächster Halt ist die Hägendorf Industrie: Alice Gasser nutzt den Mahlzeitendienst seit knapp einem Jahr – „seit meinem Wirbelbruch“, sagt sie und wirkt dabei etwas verschämt. Alice Gasser besuchte damals das Fitnesstraining im SZU und erfuhr so von Mahlzeitendienst. An diesem Tag hat sie sich für eine halbe Portion des Ausweichmenüs entschieden. „Wissen Sie, dass Sie uns angeben können, wenn Sie etwas anderes möchten“, erinnert sie Beatrice Stampfli.

Bei der Antwort auf die Frage nach dem Grund des externen Mahlzeitenbezugs wirkte Alice Gasser, als hätte sie ein schlechtes Gewissen, dass sie diese Dienstleistung überhaupt in Anspruch nimmt. Kommt das oft vor? „Es gibt immer wieder neue Kundinnen und Kunden, die sich deswegen zu Beginn komisch vorkommen, sich genieren oder sich dafür sogar entschuldigen“, erklärt Beatrice Stampfli. „Das ist nicht nötig. Sie sollen sich daran erfreuen, dass wir kommen. Klar kostet die Dienstleistung etwas, aber sie sollen die Mahlzeit einfach geniessen.“

Karin Schmid, Redaktorin

Abschied nach 25 Jahren: „Mit einem lachenden einem

2001 begann Greetje Meier als Pflegerin im SZU. Heute ist sie eine beliebte, bewährte Kraft als Leiterin Aktivierung und Tagestreff. Ende September geht sie in den wohlverdienten Ruhestand – nicht ohne sich hier zu verabschieden.

„Seit 25 Jahren arbeite ich im Seniorenzentrum Untergäu. Meine berufliche Reise begann als Pflegerin. Durch Schule und zahlreiche Weiterbildungen durfte ich mich Schritt für Schritt zur diplomierten Pflegefachfrau entwickeln. Lernen, Weiterentwicklung und persönliches Wachstum haben meinen Weg von Anfang an stets begleitet und geprägt.

Durch das Heimleiterehepaar Friedli erhielt ich 2008 die Möglichkeit, das Tagesheim mit aufzubauen und die Leitung zu übernehmen. Gleichzeitig blieb ich weiterhin in der Pflege und Aktivierung tätig und trug die Tagesverantwortung für das gesamte Haus. Beim Wechsel der Zentrumsleitung im Jahr 2014 durfte ich mich dann ganz der Leitung des Tagesheims widmen – eine Aufgabe, die mich mit grosser Freude und tiefem Sinn erfüllt hat. Seit 2020 kam zusätzlich die Leitung der Aktivierung dazu. Für das entgegengebrachte Vertrauen des Zentrumsleiters, Ralph Wicki, war ich sehr dankbar. Es bedeutete mir viel, eine solche Chance zu erhalten.

Der Aufbau des Tagesheims war für mich ein Herzensprojekt. Der Tagestreff wurde zum ersten anerkannten Tagesheim in unserem Kanton. Von den ersten Ideen bis zum lebendigen Alltag, den wir heute erleben dürfen, war es ein Weg voller Engagement, Kreativität und gemeinsamer Kraft – aber auch ein steiniger Weg. Besonders dankbar bin ich dafür, dass ich die Möglichkeit hatte, unzählige Menschen zu begleiten, zu stärken, zu unterstützen und in mein Herz zu schliessen. Diese Begegnungen haben mich bereichert und mir immer wieder gezeigt, wie wertvoll Nähe, Vertrauen und Menschlichkeit sind.

. / .



Unter obigem Motto begleitet, unterstützt und stärkt Aktivierungs- und Tagestreflleiterin Greetje Meier seit 25 Jahren viele Menschen. Ab Herbst wird sie mehr Zeit für ihre Enkelkinder haben (Seite rechts).

weinenden Auge trete ich zurück“

Sehr am Herzen liegt mir auch die Bedeutung von Tagesheimen für Seniorinnen und Senioren – ein Angebot, das noch immer zu wenig bekannt ist, obwohl es so dringend gebraucht wird. Oft erleben wir, dass Unterstützung erst gesucht wird, wenn die Belastung für Angehörige bereits sehr gross ist. Dabei könnten Tagesheime so viel Entlastung, Unterstützung und zusätzliche Lebensqualität schenken. Auch mich belastet es, wenn man gerne helfen und unterstützen möchte, dies jedoch einfach nicht mehr möglich ist.

Über all die Jahre wurde ich von vielen wunderbaren Mitarbeitenden begleitet. Sie waren für mich eine grosse Stütze und ein verlässliches Team. Gemeinsam konnten wir viel bewegen. «Gemeinsam sind wir stark» war nicht nur ein Motto, sondern gelebte Realität. Mit viel Herzblut haben sich alle täglich für das Wohl unserer Tagessgäste sowie unserer Bewohnerinnen und Bewohner eingesetzt.

Ende September werde ich mich nun aus den Leitungsfunktionen Aktivierung und Tagestreff zurückziehen. Ich freue mich darauf, künftig mehr Zeit für meine Hobbys zu haben: Reisen, Velofahren, Wandern und das Zusammensein mit meiner Familie, insbesondere mit meinen beiden Enkelkindern.

Mit einem kleinen Pensum werde ich weiterhin im Hintergrund administrative KVG-Aufgaben im Tagestreff übernehmen, was mir den geschätzten Kontakt zum SZU erhalten wird.

Mit grosser Dankbarkeit blicke ich auf all die schönen und interessanten Jahren, die vielen Begegnungen, Erfahrungen und gemeinsame Momente zurück, die mich



beruflich wie persönlich bereichert und gestärkt haben. Von Herzen danke ich allen, die mich auf diesem Weg begleitet und unterstützt haben. Meiner Nachfolgerin Verena Jegerlehner wünsche ich ebenso viele erfüllende, berührende und schöne Momente, wie ich sie all die Jahre erleben durfte.

*Greetje Meier,
Leitung Aktivierung und Tagestreff*



Seniorenturnen für Frauen und Männer: Ihrer Gesundheit zuliebe!
Erleben Sie mit uns in je einer Gruppe begeisterter Frauen und Männer **jeden Mittwochnachmittag** in der **Turnhalle Oberdorf in Hägendorf** eine interessante Turn- und Gymnastikstunde. Die Turnenden und die Leiterin Ruth Piffaretti freuen sich, wenn sich ihnen noch weitere bewegungsfreudige Seniorinnen und Senioren anschliessen.

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

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

Kontaktadressen: Ruth Piffaretti, Ahornweg 1, 4614 Hägendorf
062 216 30 06, E-Mail: rcpiffaretti@sunrise.ch
Hugo Vögeli-Sinniger, Mühlering 1, 4614 Hägendorf
062 216 25 75, E-Mail: hugo40@hispeed.ch

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, Kontrollen usw.

Grundtaxe: (bei Verordnung durch den Arzt)	CHF 7.00
Zeitaufwand bis zu 1 Stunde ist in der Taxe inbegriffen.	
Zeitaufwand über 1 Stunde pro 1/2 Stunde	CHF 6.00
sowie pro gefahrene Autokilometer (diese Dienstleistungen werden von der Stiftung unterstützt.)	CHF 1.00

Fahrten im Auftrag des Seniorenzentrums Untergäu erfolgen nach speziellem Tarif

Fahrten für Einkäufe, zur Bank/Post, zum Coiffeur	
oder zu anderen Treffpunkten. Grundtaxe:	CHF 12.00
Zeitaufwand pro 1/2 Stunde	CHF 6.00
sowie pro gefahrene Autokilometer	CHF 1.00

Fahrdienst verfügbar:
Montag – Freitag 07.00 – 18.00 Uhr

Stiftung für ein glückliches Alter
Hägendorf-Rickenbach
c/o Rolf Krebs, Leiter Fahrdienst,
Sandrain 6, 4614 Hägendorf



Anmeldung normalerweise mindestens 24 Stunden im Voraus:
Rolf Krebs, Leiter, 062 216 32 82 / 079 211 58 08
Jörg Frey, Leiter Stellvertretung, 079 733 39 91

Freude am Stricken? Werkgruppe sucht fleissige Hände

Haben Sie Freude an Handarbeiten wie Stricken, Nähen und Häkeln? Möchten Sie sich für einen guten Zweck engagieren und haben Lust, Ideen in unsere Gruppe einzubringen? Dann sind Sie bei uns herzlich willkommen.

Anfragen und Aufträge für die fleissige Werkgruppe kommen zwischenzeitlich von weit her. Die Werkgruppe „arbeitet“ auch als Ausrüster für die Power-Mäuse-Fans des EHCO. Wenn Sie lieber von zu Hause aus werken wollen, bringen wir Ihnen das Material vorbei. Treffpunkt für **gemeinsames Werken: Seniorenzentrum Hägendorf SZU, Donnerstag um 14.00 Uhr.**

Daten

09.07.2026	23.07.2026
06.08.2026	20.08.2026
03.09.2026	17.09.2026



Melden Sie sich doch bei der Leiterin Werken, **Esther Nünlist** (Foto), Im Bifang 2, 4614 Hägendorf, 078 790 27 77 / 062 216 17 77, oder kommen Sie einfach vorbei.

Verkaufsort für Werken-Artikel

Die Gruppe Werken der Stiftung für ein glückliches Alter produziert laufend Socken, Schlüsselanhänger und vieles mehr. Auf Anfrage und Auftrag werden Pullover usw. gemäss Wunsch des Bestellers angefertigt. Im **Seniorenzentrum Untergäu in Hägendorf** und im **Restaurant Sternen in Egerkingen** (Foto) steht eine **Vitrine im Eingangsbereich** mit ausgewählten Artikeln. Vor allem die Socken seien ein Renner, sagt Esther Nünlist, Leiterin der Gruppe Werken, in der jeweils 8 – 11 Frauen tatkräftig stricken.

Im Restaurant Sternen kann man übrigens auch sehr gut Mittag- und Abendessen.



Sicher und mit Freude vernetzt und in Bewegung

Regelmässiges Training stärkt und erhält Kraft und Gleichgewicht. Dies unterstützt die Sicherheit im Alltag, aber auch die Lebensqualität. In Bewegung zu bleiben ist leichter in Begleitung. Kontakte und Gelegenheiten entstehen jedoch nicht immer von selbst.

Entlastung von Angehörigen

Eine Tochter berichtete der Pro Senectute: „Ihnen ist gelungen, was mein Bruder und ich bisher nicht geschafft haben: Unsere Mutter hat verstanden, dass auch ihr Wohlbefinden wichtig ist.“ Solche Momente zeigen, wie wichtig Gespräche und Begleitung im Alltag sein können.

Im Tandem in Bewegung und im Gespräch

Pro Senectute vermittelt Seniorinnen und Senioren eine individuelle Begleitperson. Gemeinsam wird regelmässig Zeit verbracht: mit Spaziergängen und Übungen. Dabei sollen persönliche Gespräche nicht zu kurz kommen.

Die Rückmeldungen aus den Bewegungspatenenschaften zeigen der Pro Senectute: Das wöchentliche Treffen wird zu einem



Bewegungsstadium: Die Pro Senectute vermittelt Seniorinnen und Senioren individuelle Begleitpersonen für eine gemeinsame Freizeit.

Eckpunkt im Alltag und ermöglicht Unterwegssein, das allein mit Unsicherheit verbunden oder nicht möglich ist.

Die Pro Senectute freut sich darauf, weitere Personen in der Region oder Gemeinde zusammen bringen zu können.

Netzwerke in der Nachbarschaft

Eine Seniorin erzählte im Beratungsgespräch, wie sie sich in ihrem Quartier organisiert hat. Sie hütet beispielsweise den Hund einer Nachbarin. Diese erledigt im Gegenzug Einkäufe für sie. Weil sie allein

lebt, hat sie sich bewusst ein kleines Nachbarschaftsnetz aufgebaut – ein Musterbeispiel dafür, wie gegenseitige Hilfe den Alltag erleichtert und Sicherheit gibt.

Man sollte sich nicht an Vorzeige-Modellen messen: Aber vielleicht kennen Sie auch eine Nachbarin, die Ihre Pflanzen giessen würde während den Ferien und im Gegenzug froh wäre um eine Mitfahrgelegenheit?

*Pro Senectute
Kanton Solothurn*

www.so.prosenectute.ch

Selbstbestimmung erfordert Eigenverantwortung

Was in jungen Jahren gelernt wurde, kann im Alter umgesetzt werden. Wissen, Können und Erfahrung spielen eine Rolle, damit Eigenverantwortung und Selbstbestimmung im Alter selbstverständlich werden und bleiben.



Quelle: Adobe Stock

Das Vertrauen in die eigenen Fähigkeiten ist zentral für das geistige Wohlbefinden und die erfolgreiche Bewältigung von Herausforderungen, sei es in jungen Jahren oder im Alter.

Aufgrund eigener erworbener Kompetenzen handeln zu können, ist ein Schlüssel für eine positive Lebensgestaltung. Ein förderliches Umfeld und Lebenskompetenzen, welche durch soziale Teilhabe und persönliches Engagement erworben werden, tragen dazu bei, schwierige Lebenssituationen erfolgreich bewältigen zu können. Dies kann auch das Wohlbefinden im Alter steigern.

Selbstverantwortung übernehmen zu müssen bedeutet nicht, auf sich allein gestellt zu sein. Ein effektiver erster Schritt ist bereits, dass man ein Problem erkennt und sich zu unterschiedlichen Themen Hilfe beansprucht.

Pro Senectute ist im Kanton Solothurn die zentrale Anlaufstelle für Altersfragen und Auskunft zu der erfolgreichen Lebensgestaltung im Alter. Neben umfangreichen Sportangeboten, Sprachkursen, Kursen zu Digitalem sowie geselligen Aktivitäten stehen auch Kurse und Beratungen zum Thema Vorsorge oder zu sozialen Themen für sämtliche Seniorinnen und Senioren zur Verfügung. Die Beratung zur Lebensgestaltung umfasst unter anderem die Alltagsgestaltung, Einsamkeit im Alter, die Bewältigung von Lebenskrisen, Besprechung von Beziehungsproblemen oder den Umgang mit Todesfällen. Melden Sie sich bei uns!

Aktuelle Kurse in der Region Olten

Internationale Tänze Olten

Kurs 1:

Jeweils am Mittwoch, 9.30 – 11.00 Uhr

Kurs 2:

Jeweils am Donnerstag, 14.30 – 16.00 Uhr

Christkatholischer Kirchgemeindesaal

Kirchgasse 15, 4600 Olten

Kostenloses Schnuppern ist jederzeit möglich.

1 Sportcoupon pro Lektion.

Café Balance

Jeweils am Montag, 14.00 – 15.00 Uhr

Christkatholischer Kirchgemeindesaal

Kirchgasse 15, 4600 Olten

1 Sportcoupon pro Lektion.

Pétanque-Spieltreff

Jeweils am Dienstag, 13.45 – 16.00 Uhr

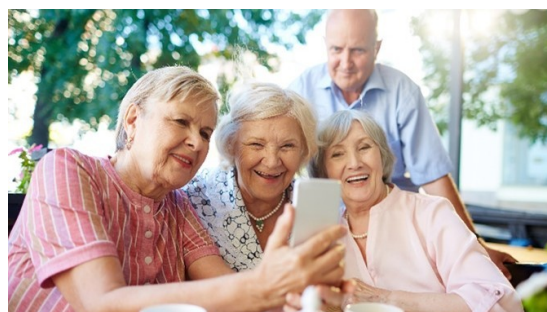
Pétanque-Halle Trimbach

Feldliweg 39, 4632 Trimbach

CHF 6.– pro Lektion

Kulturkreis Olten

Gemeinsam eine aktuelle Ausstellung erleben, einem interessanten Vortrag lauschen oder die kulturellen Angebote der Stadt erkunden – der Kulturkreis bietet jeden Monat ein spannendes Programm.



Quelle: Adobe Stock

Informationen zu Programm und Mitgliedschaft erhalten Sie bei Pro Senectute Fachstelle Olten.

**PRO
SENECTUTE**

GEMEINSAM STÄRKER

Auskunft und Anmeldung:

Pro Senectute Fachstelle Olten

Jurastrasse 20, 4600 Olten

Telefon 062 287 10 20

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