



Senioren – Post

Stiftung für ein glückliches Alter



Juli 2020

Hägendorf – Rickenbach

40. Jahrgang



Täglicher Frühstücksgast während den Corona-Zeiten

Foto: Rudolf Rippstein

W

ir leben in einem gefährlichen Zeitalter.

Der Mensch beherrscht die Natur, bevor er gelernt hat, sich selbst zu beherrschen.

Albert Schweitzer
Deutsch-französischer Arzt, Philosoph, ev. Theologe
(1875 – † 1965)*

Stiftung für ein glückliches Alter Hägendorf-Rickenbach



Postfach 304
4614 Hägendorf

www.gluecklichesalter.ch

Nicht jeder kann Grosses vollbringen. Aber die kleinen Dinge können wir mit viel Liebe tun.

Mutter Teresa
Ordensschwester & Missionarin



Liebe Seniorinnen und Senioren
Liebe Leserinnen und Leser

CORONA

Dieses Wort begleitet uns Alle aktuell und wohl noch einige Zeit. Ja, es wird unser Leben und unser Verhalten mit diesem Virus bestimmen. Ich reihe mich mit diesen meinen Gedanken nicht ein bei den unzähligen selbsternannten Spezialisten. Ganz abgesehen davon, dass wir Alle im Rückblick genau wissen, welche Massnahme oder eben Nicht-Einleiten einer Massnahme richtig gewesen wären. Aber im Umkehrschluss wissen wir auch nicht und können es schon gar nicht belegen was ohne/mit einer bestimmten Massnahme passiert wäre. Das Feld der Knochenarbeit – ja, so bezeichne ich die Erforschung des Virus und einer möglichen Bekämpfung mit Impfung – überlassen wir mit Vorteil den vielen Forschungs-Instituten auf der ganzen Welt. Eines ist mir aber jetzt schon klar, dass wir bis zur Lösung des Problems Vorsicht – ich meine nicht Angst sondern Respekt – walten lassen müssen. Man darf auch davon ausgehen, dass sich auch Viren «anpassen» und neue Angriffsfläche auf uns Menschen finden, also Prüfungen – wie sie uns jetzt auferlegt wurden – immer wieder in unser Leben treten.

Darum müssen wir den Lernprozess aufnehmen und unsere Zukunft angehen. Dabei hilft mir das obenstehende Leitwort bei meinen Gedanken und ich blicke auch dankbar auf die letzten Wochen zurück. Das Bewerten von Grossem und Kleinem kann jeder Mensch für sich selbst an die Hand nehmen. Durften nicht gerade unsere Altersgruppe – wir dürfen uns nicht «ausgegrenzt» fühlen – in dieser schwierigen Phase auch kleine Dinge erfahren, die mit viel Liebe erfüllt unseren Alltag prägten. Viele jüngere Mitmenschen habe sich spontan bereit erklärt in die Bresche zu springen und kleine Dinge des Alltags für uns zu erledigen/besorgen. Die dabei ausgelösten Begegnungen – immer mit dem vorgeschriebenen Abstand – haben neue Nähe geschaffen und vielen Menschen gezeigt, dass sie nicht allein sind. Meine/unsere Post oder die Kommissionen nahmen dann einfach einen anderen Weg, doch wir konnten wenigstens im eigenen Heim unseren fast gewohnten Alltag leben. Wir müssen uns gegenseitig nichts vormachen, Einiges hat uns gefehlt – keine Besuche oder Treffen mit Angehörigen (ja auch Enkelkindern) oder gemütliche Stunden im Bekanntenkreis – doch weitgehend ging es doch noch gut. Diese Seniorenpost weist denn auch auf die vielfältigen Auswirkungen auf unser Leben und damit auch unsere Stiftungs-Arbeit hin. Eine besonders anspruchsvolle Situation hatte unser Seniorenzentrum zu bewältigen. Hinter uns verschlossenen Türen musste Vieles umorganisiert werden und viele kleine Dinge wurden mit Liebe getan und wurden damit zu etwas Grossem. Da erwachte in vielen dienstleistenden Menschen «die Mutter Teresa».

Menschliche Kontakte via Brief oder Telefon kamen wieder in Mode. Skypen mit den Angehörigen und den Enkelkindern eröffnete neue Möglichkeiten. Selbst die von mir immer wieder kritisch beobachteten «Social-Medien» brachten Leben in unseren Alltag. Dabei schien es mir immer wichtig, dass der Humor auch nicht zu kurz kam. Die richtige Mischung zwischen Ernsthaftigkeit und Humor findet da auch Heinz Hodel aus Kloten mit seinem Gedicht in dieser Ausgabe der Seniorenpost.

Aus dem Stiftungsrat

Im Gegensatz zu anderen Regionen – gar nicht so weit von uns entfernt – mussten wir uns anpassen, waren aber gut versorgt und konnten aufeinander zählen. So kann jeder für sich CORONA trotz allem auch noch positive Seiten abgewinnen. Dabei dürfen wir nicht die Augen verschliessen, dass viele Menschen stark betroffen wurden und vor allem die Aufarbeitung der Krise uns noch viele Jahre – auch finanziell – beschäftigen wird.

In der verfügbaren Zeit dachte ich auch immer an unsere Stiftung und was da passierte oder vorgesehen hätte werden müssen. Es liegt in der Natur der Sache (ich meine an unserem Alter), dass wir recht rasch zu einfachen oder oft vielfachen Risiko-Patienten mutierten und unsere Treffen nicht mehr stattfinden konnten. Helfen konnten wir auch nur beschränkt, denn unser gesamtes Team steht im «kritischen Alter». Meine Ressortleitungen haben rasch geschaltet und alle Situationen gemeistert; immer mit der Vorfreude, dass wir bald wieder durchstarten können. Mit dem Stiftungsrat will ich die Möglichkeit prüfen, ob wir die Verbindung zwischen Jung und Alt wieder- beleben wollen/können um bei zukünftigen - wir hoffen nicht, aber sie kommen dennoch – Ereignissen rasch helfend eingreifen können.

Unser Dank geht darum an alle Menschen, die anscheinend nichts absolut Grosses - was heisst dies schon? - geleistet haben aber durch die Summe vieler kleiner Dinge mit viel Liebe «Grosses» erreicht haben. Die dabei geschaffenen «Strukturen» müssen ebenso wie Schutzmasken für zukünftige Epidemien/Pandemien bewahrt werden. Oder wir nehmen sogar positive Aspekte der Corona-Zeit in unseren neuen Alltag hinüber und pflegen neue Kontakte.

Werner Huber, Präsident der Stiftung

Aus dem Stiftungsrat

Im ersten Halbjahr des neuen Jahres gilt es auch immer sich über das abgelaufene Jahr Rechenschaft abzulegen und dies auch gegenüber der Stiftungsaufsicht zu dokumentieren. Ohne der entsprechenden Sitzung des Stiftungsrates – ich stelle mir vor, dass wir uns wirklich persönlich treffen - vorgreifen zu wollen, möchte ich doch vor allem die finanzielle Situation beleuchten. Erinnern wir uns, dass die Stiftung vor 40 Jahren ein Starkapital von rund CHF 115 000.- zur Verfügung hatte. Glücklicherweise dürfen wir unser Kapital einsetzen und nicht nur die Vermögenserträge. Wir erfreuen uns immer noch einer soliden Finanzlage, doch wir nehmen jederzeit Ihre Spende direkt oder in Form eines Legats entgegen. Danke für die bisherigen und zukünftigen Zuwendungen. Die Werkgruppe hat sich zunehmend zum Einnahmen-Renner entwickelt, Danke für die Sachspenden und das Wirken zuhause und am regelmässigen Treff. Wir verkaufen laufend, melden Sie sich, damit unser Lager nicht überläuft. Alle anderen Ressorts halten sie an die Vorgaben und bieten doch viel. Im Fahrdienst haben wir wohl ein Defizit, wollen aber nicht alles auf die Kunden überwälzen ausser es gelingt Therapiefahrten weiter zu belasten. Petra Rudolf von Rohr hat trotz deponierter Rücktrittserklärung auch diese Rechnung gewissenhaft geführt und dokumentiert. Danke Petra.

Haben Sie Interesse die Nachfolge von Petra anzutreten? – ich warte auf Ihren Telefonanruf.

Werner Huber

Präsident der Stiftung für ein glückliches Alter Hägendorf-Rickenbach

Rechtschreibung:

Da geht man einmal leichtfertig in eine Kneipe und
schon kommt man leicht fertig wieder raus.

Kontaktadressen der Stiftung

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

Kontaktadressen für die Dienstleistungen der Stiftung

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

* Mitglieder des Stiftungsrates



Wir gratulieren herzlich zur / zum

Eisernen Hochzeit	03. September	Frau und Herr Hilde und Werner Huber Nellenacker 23, 4614 Hägendorf
Diamantenen Hochzeit	26. August	Frau und Herr Rosmarie und Kurt Hofstetter Kohlholzweg 3, 4614 Hägendorf
	03. September	Frau und Herr Doris und Peter Borner-Lanz Bergstrasse 20, 4613 Rickenbach
97. Geburtstag	15. September	Frau Helene Aerni Eigasse 2, 4614 Hägendorf
96. Geburtstag	05. August	Frau Greti Curty Thalackerweg 11, 4614 Hägendorf
95. Geburtstag	07. September	Frau Maria Peier Thalackerweg 11, 4614 Hägendorf
92. Geburtstag	16. August	Herr Urs Studer Rolliweg 17, 4614 Hägendorf
80. Geburtstag	16. Juli	Frau Leonie Buschbaum-Schöch Allmendstrasse 12, 4613 Rickenbach
	27. Juli	Herr Helmut Huettisch Spitzacker 2, 4614 Hägendorf
	23. August	Herr Paul Imobersteg Bodenmattstrasse 29, 4614 Hägendorf
	30. August	Frau Ursula Gloor Oberer Rolliring 5, 4614 Hägendorf
	21. September	Herr Walter Wyss Spitzenrüti 17, 4614 Hägendorf
75. Geburtstag	05. Juli	Herr Hans Kellerhals Eigenheimweg 4, 4614 Hägendorf
	06. Juli	Herr Paolo Saracino Bahnweg 1A, 4614 Hägendorf
	08. Juli	Herr Heinz Eng Bahnweg 3B, 4614 Hägendorf
	10. Juli	Herr Heinrich Borner Geech 3, 4614 Hägendorf
	27. Juli	Frau Verena Ryter Chänzeliweg 3, 4614 Hägendorf
	06. August	Frau Berta Grepper Kirchweg 4A, 4614 Hägendorf
	12. August	Herr Kurt Beck Hinterfeld 8, 4613 Rickenbach
	07. September	Frau Brit Evers Allerheiligenstrasse 14, 4614 Hägendorf
	26. September	Frau Anna Sutter Bodenmattstrasse 33B, 4614 Hägendorf
70. Geburtstag	11. Juli	Frau Erika Richiger Fridgasse 24, 4614 Hägendorf



Wir gratulieren herzlich zur / zum

70. Geburtstag

05. August	Frau Ursula Berger Mühlering 19, 4614 Hägendorf
11. August	Frau Margrit Horak Bodenmattstrasse 19, 4614 Hägendorf
12. August	Herr Franjo Vidovic Bühlstrasse 30, 4614 Hägendorf
25. August	Frau Lucia Covella Am Brotkorb 11, 4614 Hägendorf
29. August	Frau Ruth Meier-Beck Austrasse 13, 4613 Rickenbach
16. September	Herr Earl Porcioncula Chänzeliweg 6, 4614 Hägendorf
26. September	Frau Brigitte Kaiser Kohlholzweg 6, 4614 Hägendorf
29. September	Herr Florin Gutweniger Rütiring 7, 4614 Hägendorf

65. Geburtstag

07. Juli	Herr Kurt Schärer Austrasse 3, 4613 Rickenbach
26. Juli	Herr Willi Hänggi Kirchrain 9A, 4614 Hägendorf
27. Juli	Frau Maja Bracher Lindenweg 9A, 4614 Hägendorf
28. Juli	Herr Jean Claude Waeber Nellenacker 4, 4614 Hägendorf
01. August	Frau Heidi Loosli Nellenweg 23, 4614 Hägendorf
03. August	Frau Susanna Thalman Rolliweg 7, 4614 Hägendorf
04. August	Frau Anna Hunziker Industriestrasse West 1C, 4614 Hägendorf
05. August	Herr Peter Zuber Lehenweg 22, 4614 Hägendorf
06. August	Frau Sonja Hürlimann Kirchweg 25, 4614 Hägendorf
11. August	Herr André Hurni Terrassenstrasse 11, 4614 Hägendorf
12. August	Herr Markus Bitterli Kohlholzweg 14, 4614 Hägendorf
01. September	Herr Bajram Salcaj Eigasse 1, 4614 Hägendorf
04. September	Herr Johann Cina Im Herzel 1, 4614 Hägendorf
17. September	Frau Susanne Bärfuss-Colombi Juraweg 1, 4613 Rickenbach
28. September	Herr Mihill Gega Industrie West 21, 4614 Hägendorf

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

Kath. Frauengemeinschaft
Hägendorf-Rickenbach



Röseligarten

Seniorinnentreff „Röseligarten“

Jeden ersten Dienstagnachmittag des Monats im katholischen Pfarreizentrum Hägendorf

Herzlich willkommen im Seniorinnentreff „Röseligarten“

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

Haben wir ihr Interesse geweckt, dann melden sie sich bei

Marlis Loser Telefon 062 216 29 16,

oder bei

Monika Flückiger Telefon 079 532 19 89,

oder kommen Sie einfach zu einem der nächsten Treffen.

Wir freuen uns auf Ihr Kommen.

Mittagstisch für Seniorinnen, Senioren und Alleinstehende



Ort: Katholisches Pfarreizentrum, Hägendorf
Datum: Nächster Mittagstisch: 19. August 2020 2020, 12.00 Uhr
Weitere Daten: Juli kein Mittagstisch,
 16. September, 21. Oktober,
 18. November, 16. Dezember

Preis: Mittagessen mit Mineralwasser, Kaffee und
 Dessert Fr. 10.--
 Wein wird zu einem Spezialpreis angeboten.

Anmeldung: Aus organisatorischen Gründen benötigen
 wir Ihre Anmeldung **neu bei:**

Frau Frau Raphaela Imhof, Tel.: 062 216 29 85
 (abends ab 18³⁰ Uhr)

Bitte 2 Tage im Voraus oder beim vorherigen Mittagstisch.

Für Ihr leibliches Wohl sind besorgt, die Köchinnen:

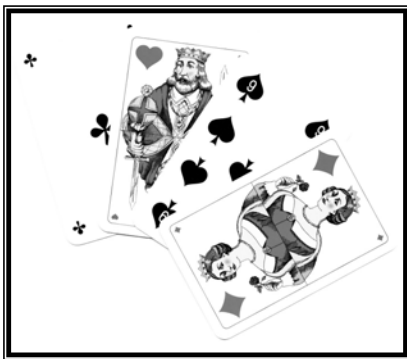
Monika Flückiger (neu Leitung), Marianne Möri, Martina Peier, Juanita Flury,
 Vreni Bangerter, Edith Colpi, Alice Gasser, Maria Ligi, Gianna Saner, Raphaela Imhof,
 Claudia Richiedei, Aneliese Frey und Gabi Kunz.

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

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

Jassmeisterschaft 2020 mit Jahreswertung

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



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

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

Jasstage 2020:

**6. Juli, 3. August,
 7. September, 5. Oktober**

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

Rangverkündigung und freies Jassen: Montag, 7. Dezember 2020

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

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

Neue Jasserinnen und Jasser sind herzlich willkommen!

Badefahrten der Stiftung für ein glückliches Alter



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

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

Kontaktadressen:

im Wechsel:

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

nach

Bad Ramsach

Mit dem Bus des Seniorenzentrums Untergäu

Jeden Donnerstag

08.00 Uhr ab Seniorenzentrum Hägendorf

08.05 Uhr ab Schulhaus Oberdorf

08.10 Uhr ab Kapelle Rickenbach

Fahrtkosten: Fr. 4.-- pro Person für die Fahrt nach Bad Ramsach und zurück. Das Geld wird vom Chauffeur eingezogen.

Eintritt Bad: Fr. 12.-- pro Person. Für den Eintritt ist jede Teilnehmerin und jeder Teilnehmer selbst besorgt.

WANDERGRUPPE

DER STIFTUNG FÜR EIN GLÜCKLICHES ALTER



Die Wandergruppe trifft sich

jeden 2. Dienstag im Monat

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

www.gluecklichesalter.ch

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

Wanderdaten 2020:

14. Juli, 8. September,
13. Oktober, 10. November und

8. Dezember 2020 Jahresabschluss/Adventsfeier

Bitte die aktuellen Informationen zu den Corona-Vorschriften beachten!

Fahrdienst für Seniorinnen und Senioren



Geschenkidee für Seniorinnen/innen

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



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

Adresse:

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

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

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

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

Für diese Fahrten berechnen wir:

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

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

(Diese Dienstleistungen werden von der Stiftung unterstützt)

Fahrten im Auftrag des Seniorenzentrums Untergäu nach speziellem Tarif.

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

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

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

Anmeldung:

Bitte im Normalfall mind. 24 Std. im Voraus.

Leiter: Krebs Rolf
Sandrain 6
4614 Hägendorf

062 216 32 82
079 211 58 08

Stellvertreter: Frey Jörg
Sandgrube 4
4614 Hägendorf

079 733 39 91



Rufen Sie uns an,

wir helfen Ihnen, wenn Sie einen Fahrdienst benötigen!

Werken für die Stiftung 2020

Jeweils um 14.00 Uhr im Bölchensaal im Seniorenzentrum Untergäu

Wochentag	Datum	
Donnerstag	02. Juli	05 November
Donnerstag	16. Juli	19. November
Donnerstag	13. August	17. Dezember
Donnerstag	27. August	
Donnerstag	10. September	
Donnerstag	24. September	
Donnerstag	08. Oktober	
Donnerstag	22. Oktober	

Chilbi 2020: kann aus aktuellen Gründen nicht durchgeführt werden.

Weihnachtsmarkt Standverkauf 21. – 22. November 2020

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

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

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



In eigener Sache



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

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

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

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

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

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

SUDOKU

Wie löst man ein Sudoku?

Die Grundregeln zur Lösung eines Sudokus sind ganz einfach:

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

Tipp:

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

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

Lösung Seite 26

Quiz

1. Welche Bronzeskulptur schenkte die Sowjetunion der UNO am 4. Dez. 1959?
2. Von wem stammt der berühmte Satz: «I have a dream»?
3. Wodurch wurde der «Circus Maximus» in Rom berühmt?
4. In welchem Gewässer starb Ludwig II. von Bayern?
5. Wie lautete der ursprüngliche Name des Nord-Ostsee-Kanals?
6. Von wem stammt das Zitat «Ich weiss, dass ich nichts weiss»?
7. Wann war der erste Mensch im Weltall?
8. Was bedeutet der Buchstabe "F" im Namen von John F. Kennedy?
9. Welcher Aufstand fand 1847 in Berlin statt?
10. In welcher Stadt begann "Al Capone" mit dem organisierten Verbrechen?
11. Welches Musikinstrument war untrennbarer Gefährte des Gauchos?
12. In welchem Staat wurde ab Mitte des 18. Jahrhunderts der Begriff "Manchesterkapitalismus" geprägt?
13. Durch was wurde der Koloss von Rhodos im Jahr 226 v. Chr. in Griechenland zerstört?
14. Buffalo Bill war ein berühmter ...?
15. Wann ist der Nationalfeiertag in den USA?
16. Wer war der erste Mensch, der seinen Fuss auf den Mond setzte?
17. Von welchem Land war Olof Palme bis zu seinem Tod Ministerpräsident?
18. Von wem wurde Hanns-Martin Schleyer 1977 entführt?
19. Welchen Beinamen hatte der berühmte indische Widerstandskämpfer Gandhi?
20. Wann war der Angriff der japanischen Streitkräfte auf "Pearl Harbor"?

Lösung Seite 26

Unterwegs in Australien

Ausschnitte aus meinem Reise-Tagebuch (Teil V, Sidney – Blue-Mountains)

Nach der Rückreise vom Uluru nach Sydney genossen wir den Abend im Hafenviertel und vielen dann in unserem Hotelzimmer einmal mehr in einen tiefen Schlaf. Gut ausgeruht und voller neuem Tatendrang besuchten wir dann erneut zum Morgenessen die VIP-Lounge des Hotels Marriott. Dort herrschte allerdings etwas Stress, waren doch die wenigen Angestellten mit dem grossen Andrang gelinde gesagt überfordert oder am Anschlag. Dadurch liessen wir uns nicht beirren und setzten uns zu anderen Leuten an einen Tisch. Heute war noch das zweite Mal Kleider waschen angesagt. Unser Sauberkleiderbestand ging erneut langsam zur Neige, weshalb wir nach kurzer Internetrecherche durch meinen Bruder Urs die Laundry Sterling an der Bondi Junction aufsuchten. Dies bedeutete, Rucksack packen, U-Bahn fahren und noch ein gutes Stück zu Fuss laufen.

Der aufgesuchte Waschsalon war klein aber entsprach den hohen Anforderungen von Urs. Für insgesamt 32 AUS\$ hatten wir schon bald wieder frisch gewaschene und sorgfältig zusammen gelegte Wäsche im Gepäck. Die Wartezeit begannen wir im nah gelegenen Cousin Jacks, wo es feine Milkshakes gab. Dann zurück in die Laundry und die Wäsche aus der Waschmaschine in den Tumbler umladen, um dann sogleich in die andere Richtung der Strasse entlang die Wartezeit vom Wäschetrocknen bei einem feinen Kaffee zu überbrücken. Teilweise findet man auch in dieser Stadt sehr spezielle Hochhäuser, wie das begrünte auf dem Foto rechts.

Mit der frisch gewaschenen Wäsche ging es dann zurück ins Hotel Marriott. Auf der Fahrt in der U-Bahn erzählte uns ein älterer Fahrgast im kurzen Gespräch, dass die Fahrt mit der Fähre zum Vorort Manley ein Muss ist und die Aussicht fantastisch sei. Wir merkten uns den Tipp, kam bei mir doch sogleich die Fähre in New York, von Manhattan nach St. Georg in den Sinn, von welcher man auch eine hervorragende Sicht auf Manhattan, die Freiheitstatue und die Verrazano-Narrows Bridge hat.



der kleine herzige Kerl, ein Beutelsäuger, am selben Ort in einer Nische auf einem Dachbalken. Gemäss Wikipedia wird das Possum in Australien gerne mit dem Opossum aus Amerika verwechselt, welches aber zu den Beuteltieren gehört. Die Vögel im Park liessen sich meist ohne Scheu fotografieren und einem sehr nahe herankommen. Der Weg aus dem Botanischen Garten führte uns dann erneut an der wirklich imposanten Oper vorbei, zurück zum Fährhafen.

Nach kurzem um-/einsortieren der Wäsche im Hotelzimmer machten wir uns auf zum Botanischen Garten von Sydney. Beim Eingang im Park fand gerade eine Trauung im Grünen statt, welche wir natürlich, wie auch viele andere Zaungäste, kurz beobachteten. Die Pflanzenvielfalt in diesem Botanischen Garten ist gross, alles ist sehr schön angepflanzt und gepflegt. Urs wollte mir dann im Restaurantbereich das auch im letzten Jahr gesehene Possum zeigen. Und tatsächlich lag





und alle Bars und Restaurants im Freien waren voll mit Leuten. Es herrschte eine ausgelassene Feststimmung.

Mein Rucksack am Rücken wurde langsam aber sicher schwerer und schwerer, befanden sich darin doch bereits mehrere gekaufte Honiggläser aus dem Botanischen Garden sowie einige weitere Souvenirs. Die Rückfahrt zurück nach Sydney-Harbour, es war eine gemütlich langsam fahrende Fähre, genossen wir dann, sitzend im Innern des Schiffes. Zurück im Hotel Marriott zogen wir dann lange Hosen über und warfen noch einen Pulli über die Schultern, wurde es später am Abend jeweils doch etwas frisch. Unser

etwa 30-minütige Spaziergang zum Hard Rock Café, wo wir unser Nachtessen zum zweiten Mal einnehmen wollten, führte uns erneut über die Fußgängerbrücke Pyrmont Bridge zum Tumbalong-Harbour, wo man übrigens verschiedenste Fisch- und andere Restaurants besuchen kann. Das HRC war wiederum sehr gut besucht und wir mussten deshalb in der Bar auf einen freien Tisch warten. Das Warten hat sich aber gelohnt, das Scotch-Filet mit Gemüse-Beilagen schmeckte uns beiden hervorragend.



schöne Ecken und Orte, welche man besuchen und anschauen kann.

Während des Essens begann es zu regnen und wir sahen uns beide schon, ohne Schirme unterwegs, Pudelnass im Hotel ankommend. Doch wenn Engel reisen, der Regen hatte ein Erbarmen mit uns und wir kamen, nach kurzem Stopp beim Mövenpick-Eisstand, trocken in unsere Unterkunft zurück.

Noch einmal genossen wir die wunderschöne Stimmung im Hafen von Sydney.

Am folgenden Tag, es war Sonntag der 4. Februar 2018, hiess es Abschied nehmen vom schönen Sydney. Wer diese wunderbare Stadt besucht, sollte genügend Zeit dafür reservieren. Es gibt so viele

Von Sydney aus planten wir mit einem Mietwagen in etwa 6 Tagen nach Melbourne zu fahren. Die Hertz-Mietstation lag leider etwas weit weg vom Hotel Marriott, und unsere Koffer waren ja zwischenzeitlich etwas schwerer geworden, weshalb wir uns ein Taxi winkten und uns dorthin chauffieren liessen. Den Mietwagen, ein Toyota RAV4, übernahmen wir dann im 6. UG eines Parkhauses, welches ausgebaut war wie eine Höhle mit Betonstützen.

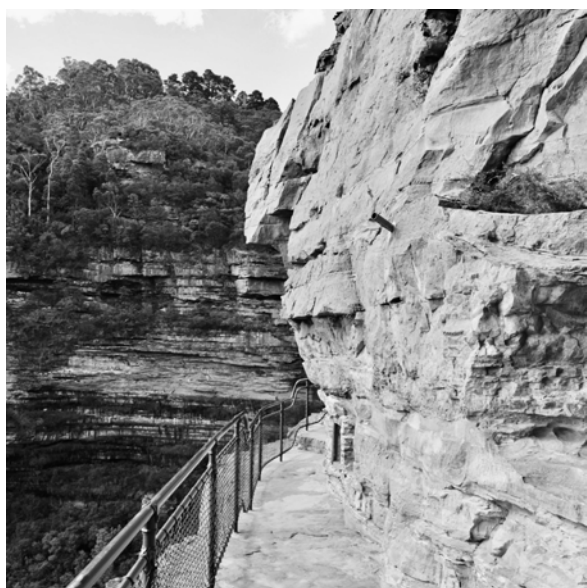
Unterwegs in Australien

Die Fahrt aus der Stadt vollbrachte Urs fast ganz ohne Zielführung, weil ich einige Zeit dazu verwendete, das fahrzeuginterne Navigationsgerät zu starten, erneut zu starten, erneut zu starten, um irgendwann festzustellen, dass das von Urs mitgenommene Gerät einiges besser und vor allem einfacher zu bedienen war.



Die Strasse aus Sydney hinaus führte am Stadtrand über eine imposante, 8-spurige Brücke. Die Distanz von Sydney nach Katoomba, das Ziel unserer 1. Etappe, beträgt etwa 100km. So genossen wir die Landschaft und unterwegs kehrten wir noch bei einer Bäckerei ein, wo Urs früher auch schon einmal eine Pause machte. Es hat sich definitiv gelohnt, das Zitronentörtchen war fantastisch. Die Weiterfahrt auf der Autobahn oder Schnellstrasse (auf jeden Fall stets 4-spurig) war kurzweilig und Urs dachte immer wieder laut an die Verkehrspolizei, respektive an ihre hinterhältige Art, wie sie auf seinen früheren Reisen Tempobussen einzutreiben pflegten. Am frühen Nachmittag trafen wir dann bereits in Katoomba bei den Blue Mountains ein.

Den ersten Halt machten wir beim Echo-Point mit Sicht auf die Three Sisters. Die Blue-Mountains erinnerten mich sofort an die Grand Canyons, nur halt komplett bewaldet und nicht ganz so tief. Der erste Spaziergang führte uns von der Aussichtsplattform Echo-Point, wo es nur so wimmelte von Touristen, nach links zum Ein-/Abstieg zu den Three Sisters. Der Weg führt über eine Treppe sehr steil nach unten und über eine kleine Brücke zur ersten der drei Felsen. Das Panorama war faszinierend und die Sicht bei bestem Wetter ebenfalls traumhaft. Beim Rückmarsch zweigten wir noch einmal kurz zu einem anderen Aussichtsplatz ab, von wo ebenfalls eine tolle Sicht in die Blue-Mountains sowie auf die schroff abfallenden



Felswände genossen werden konnte. Die Weiterfahrt Richtung Osten entlang diesem riesigen Felsenband führte uns nach Wentworth Falls, zu den gleichnamigen Wasserfällen. Der Spaziergang hinunter zum Wasserfall war bereits eine kleine Mutprobe, ging es doch auf einem schmalen Weg der Felswand entlang. Auf halbem Weg, man konnte den kaum Wasser führenden Wasserfall wunderbar bestaunen und fotografieren, kehrten wir dann um. Eine Gedenktafel erinnert an den Erbauer dieser Wege, an Captain James Murray, welcher vor über einhundert Jahren zusammen mit 4 Wegmachern diese Routen anlegten.

Am folgenden Tag planten wir eine mehrstündige Wanderung auf dem Talboden der Blue Mountains, den Weg des Federal Pass-Cooks Crossing. Diesen Wanderweg konnte Urs im 2017 leider nicht

begehen, da sein damaliger Reisepartner nicht schwindelfrei war. Ich war ja gespannt.

Unterwegs in Australien

Langsam hungrig besuchten wir auf der Fahrt zu unserem Nachtlager ein kleines Bistro. Zur angenehmen Überraschung spielte in diesem Bistro eine Band live Irisch geprägte Musik. Urs bestellte uns an der Theke Spagetti Bolognese mit Chnolibrot und dazu ein feines Bier. Anschliessend fuhren wir zuerst zu unserem Motel und checkten dort ein.



Dann ging es gleich weiter zum Hargraves Lookout, wo wir den Sonnenuntergang bestaunen konnten. An diesem exponierten und sehr abgelegenen Ort wurde es dann allerdings sehr rasch kühl, ja wir zwei waren nur mit kurzen Hosen und Shirts unterwegs.

Die Abendstimmung an diesem Lookout war sehr eindrücklich. Auf der Rückfahrt sprang plötzlich ein kleines Känguru vor uns auf die Strasse. Wir waren natürlich sofort hellwach und tatsächlich sahen wir etwas weiter vorne bei einem landwirtschaftlichen Gebäude einige Lamas und ein richtig grosses Känguru. Leider wollte sich dieses nicht

fotografieren lassen, weshalb ich mich vergeblich zu Fuss und mit der Kamera bewaffnet aus dem Auto und Richtung Weide schlich.

Bei einer Tankstelle deckten wir uns noch mit Getränken sowie Snacks ein und fuhren dann zurück zu unserem nahegelegenen Motel in Katoomba. Dieses lag direkt an der steilen und kurvigen Hauptstrasse. Dies mussten die Chauffeure jeweils mit ihren grossen Lastwagen berücksichtigen, was beim Verzögern mit der Motorbremse ein sehr markantes Geräusch verursacht.

Trotz nächtlicher Bremsgeräuschen konnten wir ausschlafen und starteten den neuen Tag in einem nahen Einkaufscenter. Wir kauften Fidschi-Wasser sowie Bananen für die bevorstehende Wanderung ein. Eigentlich wollten wir dort nur rasch einkaufen, die Essecke mit der Möglichkeit zum „Zmörgele“ war dann aber zu verlockend.

Gestärkt fuhren wir anschliessend direkt zur Senic World Bahn, womit wir rasch auf den Talboden der Blue Mountains fahren wollten. Ja und wer hat sie erfunden, die steilste Standseilbahn der Welt, die Senic World Bahn? Die Schweizer natürlich. Die Infrastruktur bei dieser Bahnanlage darf sich übrigens sehen lassen. Ein grosses Parkhaus lässt die Besucher ihre Autos gratis abstellen und die insgesamt drei Bahnen sowie die Kiosk- und Restauranteinrichtung sind in einem sehr guten Zustand.

Mittels der Wirklich sehr steilen Standseilbahn mit 152° Gefälle fuhren wir nach kurzer Warte- und Anstehzeit in den Abgrund. Die Fahrt dauerte nur etwa 3 Minuten. Von der Talstation aus führten die Wege in verschiedene Richtungen. Urs wollte mit mir ja die bereits erwähnte Federal-Pass-Route begehen. Leider



mussten wir aber feststellen, dass dieser Weg wegen Felsabbrüchen bis auf weiteres teilweise gesperrt ist. Schade, aber wir Bergler kennen diese Situationen ja bestens aus unserer Heimat. Der rund 10 km lange Federal Walk, die Alternativroute, führte uns durch Wälder und entlang von Felswänden. Dann kam der Punkt, von wo es entweder über den steilen Anstieg zum Dardanelles Pass via Giant Staiway, über 900 Treppenstufen und 90 Minuten aufwärts aufs Plateau, oder einem leichteren Weg zurück zur Senic World Bahn, ging. Was glaubt ihr liebe Leserin, lieber Leser, welchen Weg wir zwei unter die Wanderschuhe nahmen?

Im Teil VI meines Reiseberichtes erfahrt ihr es.

Andy Sigrist

Corona Virus - Bitte draussen bleiben!!!

Ein allseits gefürchteter Virus, den wir mit viel Energie, Zuversicht und Mut bislang vor unseren Türen gestoppt haben.

Wohl in weiser Voraussicht wurden Ende Januar 2020 alle Mitarbeitenden aus Küche, Service, Pflege, Hauswirtschaft und Verwaltung des Seniorenzentrums (SZU) durch eine externe Firma an einer Hygieneschulung ausgebildet. In den Köpfen der Mitarbeitenden war der Norovirus, welcher im Winter 2018 das SZU heimsuchte, noch fest eingepägt. Alle fürchteten sich vor einem erneuten Befall. Niemand rechnete zu diesem Zeitpunkt damit, dass die Schweiz kurze Zeit später von einer viel einschneidenderen Pandemie befallen wird.

Genau einen Monat nach der Hygieneschulung wurde in der Schweiz bei der ersten Person das Coronavirus COVID-19 nachgewiesen. Die Führung des SZU reagierte auf der Stelle und es wurden sofort sämtliche Eingänge des SZU mit Desinfektionsspendern und den Plakaten des Bundesamtes für Gesundheit (BAG) betr. den Schutzempfehlungen ausgestattet. Wer das SZU betreten wollte, hatte sich ab sofort die Hände gut zu desinfizieren. Alle externen Anlässe, wie z.B. Geburtstagsfeiern, Generalversammlungen, Mütter- und Väterberatung, Jassnachmittage der Stiftung für ein glückliches Alter und viele mehr mussten leider unverzüglich abgesagt werden.

Da sich das Virus weiter ausbreitete und für die ältere Bevölkerung eine Gefahr darstellte, wurde am 9. März 2020 im SZU ein allgemeines Besuchsverbot erlassen und das Restaurant Insieme wurde bis auf weiteres geschlossen. Zu Besuch bei den Pensionärinnen und Pensionären waren nur noch die direkten Bezugspersonen der Priorität 1 zugelassen. Gerade richtig zum Freitag den 13. verhängte der Bundesrat ab dem 16. März 2020 einen landesweiten Lockdown. Somit waren wir gezwungen, ab dem 16. März 2020 ein grundsätzliches Besuchsverbot auszusprechen. Diesem Entscheid Folge zu leisten fiel uns schwer und schmerzte uns extrem. Waren und sind doch die Besuche für unsere Pensionärinnen und Pensionäre eine grosse Abwechslung zum Heimalltag. Die Verhängung des Lockdowns war auch für die Mitarbeitenden ein tiefgreifender Entscheid, konnten oder durften die Kinder ab diesem Datum nicht mehr zur Schule. Für viele war dies eine logistische Herausforderung, konnten die Kinder doch nicht mehr durch die Grosseltern betreut werden und die Kindertagesstätten waren auch nicht mehr in der Lage, die Kinder entsprechend zu versorgen. Zum Glück konnten wir innert eines Tages in einem praktisch ungenutzten Lagerraum eine SZU-eigene kostenlose Kindertagesstätte einrichten. Die Räumlichkeiten wurden durch die Mitarbeitenden des Tagestreffs und der Hauswirtschaft unverzüglich gereinigt sowie liebevoll und kindergerecht eingerichtet, so dass die Mitarbeitenden ihre Kinder bereits am 17. März 2020 sicher umsorgt wussten.



Zum gleichen Zeitpunkt verfügte der Kanton die Schliessung des Tagestreffs. Dies hatte bei den Besuchern der Tagesstätte die gleiche Wirkung wie viele andere Restriktionen, entfiel doch die tageweise oder regelmässige Entlastung der Angehörigen. Die Mitarbeitenden der Tagesstätte pflegen den Kontakt zu den Tagestreffbesuchern wöchentlich mit liebevollen Worten per Briefpost.

Ab dem 16. März 2020 liefen die Telefone heiss. Viele ältere Leute aus der Region bestellten unseren Mahlzeitendienst. Dank den täglich frisch zubereiteten Mahlzeiten, welche in speziellen Warmhaltebehältern ausgeliefert werden, konnte die Verpflegung der zusätzlichen Kunden gewährleistet werden. Für das Küchenteam war dieser - trotz allem sehr erfreuliche - Ansturm ebenfalls eine logistische Herausforderung. Innert kurzer Zeit galt es zusätzliche Wärmeboxen zu organisieren. Das Team der Mahlzeitenfahrer/innen wurde aufgestockt, so dass unter Einhaltung der notwendigen Schutzmassnahmen alle Bestellungen rechtzeitig ausgeliefert werden konnten.

Trotz aller Vorsichts- und Schutzmassnahmen klagte Ende März eine Pflegemitarbeiterin über Symptome; leider bewahrheitete sich der Verdacht und sie wurde positiv auf COVID-19 getestet und in Quarantäne versetzt. Das mittlerweile ins Leben gerufene Pandemie-Team handelte unverzüglich und separierte alle Mitarbeitenden der betroffenen Wohngruppe von den anderen Angestellten; die Znüni- und Mittagspausen wurden in einem separaten Raum eingenommen. Die Pensionärinnen und Pensionäre waren von dieser Separierung nicht betroffen. Unglücklicherweise zeigte nur wenige Tage später eine Pensionärin ebenfalls Symptome. Sofort wurde auch dieser betroffene Bewohnertrakt isoliert. Alle Bewohnerinnen und Bewohner dieses Ganges durften über das Wochenende ihre Zimmer nicht verlassen und mussten ihre Mahlzeiten allein im Zimmer einnehmen. Aber auch hier haben alle super reagiert und sich in die Situation geschickt. Zum Glück hat sich der Verdacht nicht erhärtet und die betroffene Person wurde negativ auf COVID-19 getestet. Die Isolation des betroffenen Traktes konnte wieder geöffnet werden und die Pensionärinnen und Pensionäre durften sich wieder frei im Haus bewegen. Die Separierung des Personals wurde für die nächsten paar Tage aufrechterhalten.

Für unsere Pensionärinnen und Pensionäre waren alle getroffenen Massnahmen zum Teil nur schwer nachvollziehbar. Sind doch ein Grossteil unserer Bewohnerinnen und Bewohner sehr agil



und mobil. Der tägliche Spaziergang ins Dorf war nun plötzlich nicht mehr möglich. Ein kurzer Plausch über den Gartenzaun mit Freunden und Bekannten gab es leider auch nicht mehr. Zum Glück konnten wir die Parkanlage rund um das SZU mit Hilfe der Gemeinde Hägendorf absperren, so dass sie sich hier zwar etwas eingeschränkt aber doch frei bewegen konnten. Das schöne und milde Wetter im April hat viel dazu beigetragen, dass die Stimmung nicht ganz den Tiefpunkt erreichte. Entsprechend schwierig waren dann auch die Ostertage. Diese Tage werden im Normalfall für Besuche von Familie und Bekannten genutzt. Dank der modernen Kommunikation konnte kurz vor Ostern ein Tablet in Betrieb genommen werden, mit welchem sich die Bewohnerinnen und Bewohner mit ihren Lieben via Videotelefonie (Face-Time) in

Aus dem

Verbindung setzen konnten. Dies war für alle ein grosses Ereignis. So fanden es die Grosskinder und Urgrosskinder lustig, dass sich s'(Ur)Grossi oder der (Ur)Grosspapi plötzlich mit so "coolen" Medien befassten. Auch bei der älteren Generation war die Freude gross, dass sie dank dieses kleinen Gerätes so nah bei den Angehörigen waren. Für das Seelenwohl an Ostern sorgten süsse Überraschungen vom COOP und der SBB.



Das Aktivierungsteam änderte das Betreuungsangebot, indem sie die Pensionärinnen und Pensionäre zu Gemüse-, Früchte-, Brot- und Saftmärkten einlud. Bei schönem Wetter fanden diese Anlässe unter den fantastisch blühenden Glyzinien im Garten statt.



Spielte das Wetter mal nicht so mit, wurden auf den einzelnen Wohngruppen Kegelspiele durchgeführt. Zur allgemeinen Freude unterhielten die Damen des Aktivierungsteams die Bewohnerinnen und Bewohner jeweils am Dienstag vor dem Nachessen mit einem lustigen Sketch oder anderen Darbietungen. Damit sich die Pensionärinnen und Pensionären auch optisch wohl-



fühlten, ist das Aktivierungsteam kurzfristig als „Gwaför“ eingesprungen. Die Freude der

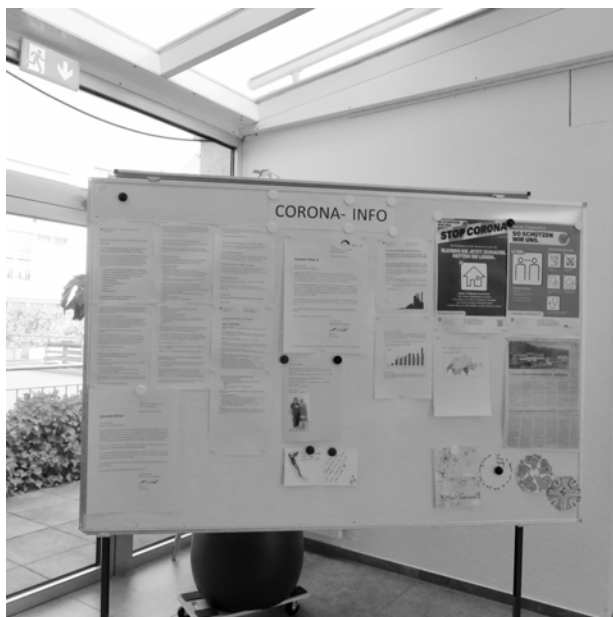
Aus dem

Damen war sehr gross; v.a. wenn sie nach dem „Gwaförbesuch“ mit Komplimenten überhäuft wurden.

Anfangs Mai wurde eine Besucher-Box installiert. Dadurch hatten die Pensionärinnen und Pensionäre die Möglichkeit, ihre Angehörigen und Bekannten während jeweils 20 Minuten zu sehen. Dieses Angebot wurde ebenfalls rege genutzt und machte den Alltag auch wieder etwas abwechslungsreicher.



An dieser Stelle möchten wir uns herzlich für all die kleinen und grossen Aufmerksamkeiten, die wir aus der Bevölkerung entgegennehmen durften, bedanken. Diese Zeichen von aussen zauberten bei vielen ein Lächeln ins Gesicht. Die Anteilnahme zeigte den Pensionärinnen und Pensionären, dass die Unterstützung und Solidarität von aussen gross sind. Wir sind stolz, dass wir es bis heute geschafft haben, das Virus vor der Tür zu lassen. Dies war und ist nur deshalb möglich, weil wir alle am gleichen Strick gezogen und uns bemüht haben, möglichst alles daran zu setzen, dass unsere Pensionärinnen und Pensionäre sowie alle Mitarbeitenden geschützt werden.



Gefangen.

Ja, ja, verstehen tu ich s schon:
„Du bleibst zuhause!“ sagt mein Sohn.
„Ab heute bring ich dir dein Futter,
vom Osterhasen bis zur Butter.“

Heinzi, längst befehlsgewöhnnt,
fand zwar, dass dieses schrecklich tönt.
Doch nach des Bundes klugem Rat,
folgt er der Weisung in der Tat.

Seit letzten Montag, ohne Pause,
sitzt dieser Heinz ab jetzt zuhause.
Er träumt für sich ohne zu bellen,
von aufgefüllten COOP-Gestellen.

Er träumt wie Frischback-Brote riechen
die eben aus dem Ofen kriechen.
Zuhause ist der Duft verrochen
und Heinzis Traum in Nichts
zerbrochen.

Im Geist, auf wundersame Weise,
seh ich die Fische auf dem Eise,
die so gekühlt, zu uns geraten,
bald in meiner Pfanne braten.

Doch alles dies, wie ich es träume,
sind schlussendlich nur noch Schäume.
Denn wie gesagt, seit ich zuhause
hat die Wirklichkeit jetzt Pause.

Denn das höchste der Gefühle
sind für mich die Balkonstühle.
Darauf sitzen, Blicke schweifen,
jetzt lern ich “Ruhe“ zu begreifen!

Doch ihr wisst, zu viel davon,
mit der Zeit nervt das halt schon!
Weil Bewegung bei mir rarer,
nervt mich jeder Velofahrer.

Warum darf der und ich darf nicht?
Das wär doch gut für mein Gewicht.
Schuld ist halt, wie ich jetzt grad denk,
mein abgenütztes Hüftgelenk.

Das tut seit einem halben Jahr,
nicht wie es sollte, ist mir klar.
Da bleibt nur noch mit Messer wetzen,
das Hüftgelenk schnell zu ersetzen!

Corona-Virus und noch die Huft,
treibt Heinzis Nerven in die Luft.
Bald gehn mir meine Hobbys aus.
Ich putz nicht jeden Tag mein Haus!

Schwimmbad geschlossen, Beizen zu!
Ich weiss bald nicht mehr was ich tu.
Ich kann nicht täglich Geschichten
schreiben,
die ungelesen im Computer bleiben.

Gedicht von Heinz Hodel, Kloten

Auch die Zeitung, immer dünner,
für meine Psyche auch kein
"Gwünner"!
Von vorn bis hinten Viren-Gschwätz;
wie das bald nervt? Oha-Lätz!

Dann denk ich aber, im Spital,
das ausgepowerte Personal,
kennt Langeweile sicher nicht,
arbeitet mehrmals Schicht um Schicht.

Die würden gern, statt so zu schwitzen,
wie ich es tu: Auf dem Balkon sitzen!
Die würden Velofahrer schätzen
und applaudieren auf den Plätzen.

Auch wenn mal Ungemach hienieden:
„Ach Heinz, sei doch mal zufrieden!“
Du wirst gepflegt, liegst an der Sonne.
Geniess doch ruhig diese Wonne.
Du kannst nicht immer alles haben,
auch wenn die Nerven Salto schlagen!

Äntschi vo Chlöte



**Theatergruppe
Hägendorf-Rickenbach**

Wie uns die Theatergruppe Hägendorf-Rickenbach mitteilte, wird wegen der Corona-Epidemie in diesem Jahr keine Aufführung durchgeführt.

Die Theatergruppe dankt für das Verständnis für diese leider notwendige Massnahme und freut sich aber auch, Sie als Publikum im nächsten Jahr wieder begrüßen zu dürfen.



**Höckeler-Zunft
zu Hägendorf**

Haben sie Bedarf? – wir können vermitteln

(079 332 84 24 Werner Huber)

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

Chueflade und Computerstress

Theatergruppe des Seniorenzentrums Untergäu

Auch bei der Theatergruppe des Seniorenzentrums Untergäu hat Corona die geplante Aufführung im April 2020 nicht zugelassen. Bis zur bundesrätlichen Entscheidung haben wir die Proben für das Lustspiel intensiv ausgeführt und mussten dann kurz vor den Aufführungen absagen. Da wir mit dem Stück schon recht gut vertraut sind, haben wir uns entschieden, das Theaterstück im Herbst aufzuführen. Die Theatergruppe des SZU wird nach den Sommerferien die Proben wieder aufnehmen.

Das Team der Theatergruppe freut sich, Ihnen mit dem bäuerlichen Schwank in einem Akt von Lukas Bühler

«Chueflade und Computerstress»

einen humorvollen Nachmittag bzw. Abend zu bieten.

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

Vorhang auf und viel Vergnügen!

Spieldaten:

Samstag,	7. November 2020	14.30 Uhr	und	19.30 Uhr
Sonntag,	8. November 2020	14.30 Uhr		
Samstag,	14. November 2020	14.30 Uhr	und	19.30 Uhr

Spielort:

Tüfelsschlucht-Saal Seniorenzentrum Untergäu
Thalackerweg 11, 4614 Hägendorf



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

www.gluecklichesalter.ch/Senioren-Post

Wegen Corona unterbrochen – bald wieder möglich

Seit Jahren leitet Ruth Piffaretti das Turnen der Seniorinnen und Senioren. Leider gab es jetzt wegen Corona einen Unterbruch, doch bald wird die gemeinsame körperliche Ertüchtigung in der Gruppe wieder möglich sein. Natürlich – da ja vom Alter her alle «Risikopatienten» sind – mit dem nötigen Abstandhalten und unter Beachtung der BAG-Hygiene-Vorschriften.

Letzthin erfuhr die Betagtenstiftung Ludwina Giger, Hägendorf, dass eine Investition beim Turnen der Frauen und der Männer ansteht. Unkompliziert wurde der erforderliche Kredit gesprochen und nebst den individuellen Dresses bringen die neu angeschafften Bälle zusätzlich Farbe in die regelmässigen Treffen. Fühlen Sie sich auch angesprochen, im Kreise von Seniorinnen und Senioren mitzuturnen.

Die Betagtenstiftung Ludwina Giger Hägendorf und die Stiftung für ein glückliches Alter Hägendorf-Rickenbach wünschen einen guten Neustart.



Militärsuppe

Warum nur, so frage ich mich immer wieder, hat uns Kindern die Militärsuppe so gut geschmeckt?

Es war gegen Ende des Zweiten Weltkrieges und in den Jahren unmittelbar danach. In unserem kleinen Dorf war öfter Militär einquartiert. Die Soldaten schliefen im Saal des Restaurants „Zum Sankt Urs“. Gleich hinter der Eingangstür befand sich ein Holzgestell zum Einstellen der Karabiner, der sogenannte Gewehrrechen. Mitten durch den Saal führte ein breiter Gang. Zu beiden Seiten waren die persönlichen Effekten der Soldaten streng nach militärischer Vorschrift auf der Planke - einem starken Brett - deponiert. Der Becher mit der Zahnbürste rechts aussen, die Borsten nach rechts gerichtet. Das musste genau so sein, sonst hätte es Ärger gegeben mit dem Feldweibel. - Es war kein buntfarbener Haufen; die Soldaten hatten ja alle dieselbe Ausrüstung wie Tornister, Helm, Patronentaschen, Zeltplane, Brotsack, Gamelle ... das meiste in feldgrau. Die Ausgangsuniform hing an einem Kleiderbügel, die Schuhe standen - stets sauber geputzt und eingefettet - auf dem Boden.

Hinter dieser kleinen „Barrikade“ befanden sich die Schlafplätze. Auf dem Boden lag Stroh wie bei uns zu Hause im Viehstall - bloss eine etwas höhere Schicht. Diese Art Schlafstätte habe ich in den Verlegungswochen der Rekrutenschule und im ersten Wiederholungskurs selber noch miterlebt. Darum verzichte ich gerne auf die heute angebotenen Abenteuerferien mit Schlafen im Stroh. - Im Militär erhielten wir später Schaumgummimatten als Schlafunterlage.

Die alte Waschküche des Bauernhofes Wyss wurde als Soldatenküche eingerichtet. Der Küchenchef wusste wohl aus Erfahrung, welche Menge er für eine Kompanie kochen musste, doch ganz genau liess sich das nie berechnen. Meist blieb - zur Freude von uns Dorfkindern - etwas übrig. Es war nämlich Brauch, dass wir die Reste abholen durften. Mit einem Milchkesselchen in der Hand mussten wir uns artig vor der Küchentür in einer Kolonne hinstellen. Es kam ab und zu vor, dass der Küchenchef ein Lied hören wollte. Damals wurde eben noch gesungen. - Was die Fassmannschaft nach der Verpflegung der Soldaten zurückbrachte und in der Küche nicht weiterverwendet werden konnte, wurde an uns verteilt. Meistens war es Suppe. Zur Abwechslung gab es hin und wieder Käseschnitten. Die waren besonders beliebt. War der Chef gut aufgelegt, spendete er schon mal etwas, das er in seiner Küche noch hätte verwerten können. - Selten kam es auch vor, dass nichts übrig blieb. Da waren wir Kinder dann sehr enttäuscht und trotteten betrübt von dannen.

Warum wir diese Militärsuppe so geliebt haben, ist mir heute unbegreiflich. Als ich nämlich später selber Dienst leisten musste, wollte sie mir selten richtig schmecken. Für uns Kinder hatte sie damals wohl irgendwie den Beigeschmack von etwas „Exotischem“.

Unser jugendlicher Enthusiasmus ging so weit, dass wir sogar selber Militärsuppe kochten. Jedes Dorf hatte früher irgendwo ausserhalb eine Mülldeponie. In unserer Abfallgrube fand ich einmal den emaillierten blechernen Innenteil eines alten Backofens. Da ich gleich einen Verwendungszweck erkannte, schleppte ich ihn nach Hause. Grossvater schnitt oben eine Öffnung aus. Ich legte einen alten Ofenrost darüber, stellte eine grosse, leere Blechbüchse darauf und füllte Wasser ein. Meine Kameraden rüsteten Gemüse, das wir uns aus dem Garten besorgt hatten. Der Ofen wurde eingeheizt. Bald brodelte eine wohl seltsame Brühe. Doch nach dem Kochen genossen wir sie. Jedenfalls wagte niemand, etwas einzuwenden. - Als es einmal zu regnen begann, legte ich eine schützende Eternitplatte oben auf das Ofenloch. Durch die Hitze zersprang die Platte plötzlich explosionsartig. Splitter wie von einer Granate wirbelten durch die Luft. Zum Glück wurde durch diesen „feindlichen Angriff“ niemand verletzt. - „Lang ist's her!“

Roland Wyss-Giezendanner

Lösung Sudoku:

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

Verkauf von Handarbeitsprodukten der Werkgruppe

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

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

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

bezogen werden.

Lösungen Quiz:

1. Schwerter zu Pflugscharen
2. Martin Luther King
3. Wagenrennen
4. Im Starnbergersee
5. Kaiser Wilhelm-Kanal
6. Sokrates
7. 1961
8. Fitzgerald
9. Kartoffelrevolution
10. Chicago
11. Die Gitarre
12. Grossbritannien
13. Erdbeben
14. Bisonjäger
15. 4. Juli
16. Neil Armstrong
17. Schweden
18. RAF
19. Mahatma
20. 7. Dezember 1941

Macht Ihnen das Jassen Spass?

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

Oder macht Ihnen das Wandern Spass?

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

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

Zum Schmunzeln

Nach der Gerichtsverhandlung sagt der Anwalt zu seinem Klienten: "Tut mir leid, Herr Schulte, dass ich nicht mehr für Sie erreichen konnte."

"Das macht nichts, Herr Rechtsanwalt, diese fünf Jahre genügen mir vollkommen."

Vorsitzender zum Zeugen: "Erkennen Sie in dem Angeklagten den Mann wieder, der Ihnen Ihr Auto gestohlen hat?"

Der Zeuge zögernd: "Nach der Rede des Verteidigers bin ich mir nicht mehr sicher, ob ich überhaupt jemals ein Auto besessen habe."

Der Rechtsanwalt unterhält sich mit dem Mandanten. "Haben Sie dem Schuldner Ihre Rechnung vorgelegt?"

"Aber ja, er meinte, ich solle mich damit zum Teufel scheren."

"Aha, und was taten Sie dann?"

"Ich kam natürlich eiligst zu Ihnen, lieber Herr Anwalt!"

"Das haben wir gleich", sagte der Anwalt und meinte das Geld seines Mandanten.

"Ich wollt mit dir nur ein Glas auf meine Gesundheit trinken, und du bist schon beim zehnten!"

"Ich weiss. Du siehst heut halt ziemlich schlecht aus.""

Der Wirt zum Gast: "Du hast gestern einen Schnaps zu wenig bezahlt."

"Wie sich das rumspricht! Als ich gestern nach Hause fuhr, meinte der Polizist, ich hätte wohl einen Schnaps zu viel getrunken!"

Der Chef zur Sekretärin: "Sie sind eine schöne Frau." "Leider kann ich Ihnen dieses Kompliment nicht zurückgeben", meint diese darauf. Der Chef: "Machen Sie's doch einfach wie ich: Lügen Sie."

Ein älteres Ehepaar beobachtet im Park ein junges Liebespaar. Plötzlich sagt die Frau: "Paul, ich glaube er will ihr einen Heiratsantrag machen. Pfeif doch mal, damit er gewarnt ist."

Antwortet er: "Warum sollte ich? Bei mir hat ja damals auch keiner gepfiffen!"

Es klingelt an der Tür. "Guten Tag, ich bin der Klavierstimmer."

"Aber ich habe Sie doch gar nicht bestellt!"

"Sie nicht, aber ihre Nachbarn!"

"Nadine, warum kommst du zu spät?", fragt der Lehrer.

"Ich bin mit dem Velo zur Schule gekommen.", erklärt diese.

"Aber das ist doch kein Grund.", tadelt der Lehrer.

"Doch, da vorne steht auf einem Schild: 'Achtung Schule! Langsam fahren!'."

Im Mathematikunterricht. Die Lehrerin sagt: "Schau mal, Marie... Ich schenke dir heute zwei Goldhamster und morgen schenke ich dir noch mal zwei. Wie viele Goldhamster hast du dann?"

"Fünf."

"Wieso fünf?"

"Na, einen habe ich doch schon selbst daheim!"

Der Lehrer fragt Fritzchen: "Wo wurde der Friedensvertrag von 1918 unterschrieben?"

Nach längerem Nachdenken kommt die Antwort: "Unten rechts!"

Der Geschichtslehrer in der Schule: "Wie heisst die griechische Göttin der Rache?"

Meldet sich Paulchen heftig: "Rachitis, Herr Lehrer!"

"Findest du nicht, dass mir die Gurkenmaske zu einem besseren Aussehen verholfen hat?", fragt sie.

"Gewiss, Schatz, ich frage mich nur, warum du sie wieder abgenommen hast?"

Ruft der Vater in der Disco an: "Sagen Sie bitte meiner Tochter, sie soll sofort nach Hause kommen! Ich werde mit ihren Schularbeiten nämlich nicht allein fertig

In einer Hand eine Tüte Pommes, in der anderen Hand ein Würstchen, will Paul in den Bus steigen.

"Aber, aber", wehrt der Fahrer ab, "das ist doch hier kein Speisewagen!"

"Das weiß ich", erklärt Paul, "drum hab ich mir mein Essen ja auch mitgebracht!"

"Unsere Bank scheint kurz vor der Pleite zu stehen. Heute habe ich einen Scheck über 800 Franken vorgelegt, und sie mussten zugeben, dass er nicht gedeckt ist!"



Für Adressetikette

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



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

toppharm

Apotheke Drogerie Hägendorf

Unsere Dienstleistungen, Analysen und Mietartikel

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

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

Topberatung mit Persönlichkeit!

Dienstleistung mit kompetenter Beratung ist unser Motto!

toppharm

Apotheke zum Kreuz
www.kreuz.apotheke.ch

toppharm

Apotheke & Drogerie Hägendorf
www.apo-dro.ch