



Lasst uns den Herbst begrüßen,
der uns den süssen Augenblick
der Früchte schenkt.

**Lasst uns das warme Gold des Lichts geniessen,
das mit dem starken Duft der Wälder uns umfängt.**

*Carl Peter Fröhling (*1933),
Dr. phil., deutscher Germanist,
Philosoph und Aphoristiker*



«FREUDE IST DIE EINFACHSTE FORM DER DANKBARKEIT»

Karl Barth

Liebe Seniorinnen und Senioren
Liebe Leserinnen und Leser

In der angespannten Corona-Zeit von Freude zu schreiben und dies gleich noch mit Dankbarkeit zu verbinden, macht für mich durchaus viel Sinn.

Ist Ihnen zuweilen die Freude vergangen, wenn gewohnte Aktivitäten nicht mehr ausgeführt werden konnten, Besuche von Freunden und Bekannten – ja sogar bei den Enkelkindern – nicht mehr möglich oder sogar verboten waren? Mussten Sie auch einige Reiseträume begraben und nur wehmütig in den Prospekten blättern? Ja, da konnte einem die «Freude vergehen». Doch seien wir ehrlich, wenn Corona auch Einschränkungen mit sich brachte, durfte man auch Freude erleben. Dabei musste man aber zuerst die eigenen Ansprüche an den Begriff «Freude» neu definieren. Nicht Lotto-Sechser mit Reichtum oder besondere Anlässe waren die Auslöser, sondern plötzlich wurden scheinbar kleine Dinge im Leben zur Freude. Denken wir nur an die vielen jüngeren Mitmenschen, die sich rasch organisierten und den älteren Semestern tägliche Besorgungen abnahmen. Selbst nicht so geübte Ältere setzten sich ans Skype und erlebten neue Kommunikationsformen in Familie und Vereinen.

Wenn es auch gewohnungsbedürftig war, Freude macht es doch, auch wenn wir zuweilen das Gewohnte herbeisehnten. Doch es wird noch einige Zeit gehen, bis wieder alles wie früher war, oder wollen wir wirklich nur «das Alte» zurück?

Neue Freuden erleben und für sich und sein Umfeld neue Wege begehen, kann doch auch freudige Gefühle auslösen und macht uns auch stark für kommende Herausforderungen.

Zeigen wir aber auch gegen innen und aussen Freude als Zeichen der Dankbarkeit, ein freudiges Lachen oder Zunicken, ja auch Worte werden zur «einfachsten Form der Dankbarkeit». Dabei denke ich vor allem an die vielen Helferinnen und Helfer und ebenso Berufsleute, die uns in der schwierigen Zeit über die Runden geholfen haben. In Spitälern wurde grosse Arbeit geleistet und der Detailhandel wie auch die Hofläden sicherten unsere Versorgung. Diese Aufzählung ist keineswegs abschliessend, jeder Mensch hat seine «Freudengeber» erkannt und wird sich entsprechend verhalten.

Da dürfen/müssen wir ganz einfach Freude haben und Dankbarkeit aussprechen.

Im Nachhinein wissen wir alle – und vor allem die Verantwortlichen –, was besser hätte gemacht werden können. Es steht jedem Menschen das Recht zu, Dinge im Leben zu kommentieren, aber all die Meinungen «selbsternannter Spezialisten» haben die Sache nicht unbedingt leichter gemacht, ja sogar zu Verunsicherung geführt.

Die Freude über die positiven Erfahrungen – trotz menschlichen und wirtschaftlichen Auswirkungen – und die Dankbarkeit müssen überwiegen. Denn dann können wir in Selbstverantwortung – wir schauen nicht nur für uns, sondern schützen auch Mitmenschen – kommende Herausforderungen annehmen und gemeinsam bewältigen.

Werner Huber, Präsident der Stiftung

Aus dem Stiftungsrat

Am 20. August 2020 wurde im Stiftungsrat Rückblick auf das vergangene Jahr gehalten, und wir durften feststellen, dass alle Aktivitäten der Stiftung gut liefen. Doch Stillstand wäre Rückschritt, und so haben wir auch unsere Ziele für das nicht eben leicht gestartete Jahr 2020 überprüft. Während die Werkgruppe nun privat bei Esther Nünlist wirkt, konnte das Jassen wieder neu gestartet werden. Vorläufig nutzen wir die Räume des Restaurants Teufelsschlucht, wo die Corona-Vorschriften gut umgesetzt werden können. Die Wanderungen sind auch wieder gut organisiert, wobei fast von «Sternwanderungen» in naher Umgebung gesprochen werden kann.

Im Fahrdienst galt es, «Risikopersonen» als Chauffeure von «Risikopatienten» weitgehend zu trennen, was Rolf Krebs sehr gut gelang. Immer wieder taucht die Frage auf, wann an Therapiefahrten Beiträge der Krankenkasse geltend gemacht werden können. Bitte klären Sie dies mit Ihrer Krankenversicherung ab und teilen Sie uns dies bei der Bestellung der Fahrten mit, damit wir die Rechnungsstellung anpassen können.

Personelles

Nachdem schon Robert Nessensohn bei der «Seniorenpost» auf seine Hilfe zählen konnte, übernahm dann Rudolf Rippstein für die Oktober-Ausgabe 2002 die Verantwortung. Mit seiner beispiellosen Genauigkeit und grossem Engagement «füllte» er in dieser Zeit wohl über 2100 Seiten mit interessanten Inhalten. Ja, selbst als er gesundheitliche Probleme hatte, waren seine Gedanken bei «seiner Seniorenpost»; keine Ausgabe fiel aus und die Termine wurden exakt eingehalten. Ehrlicherweise muss ich gestehen, dass er dabei oft auf mich warten musste, obwohl er im Krankenbett den Laptop in Reichweite hatte. Bis Ende Jahr wird er uns noch unterstützen und bestehende Kontakt weitervermitteln. Herzlichen Dank Ruedi.

Die vorliegende Ausgabe der «Seniorenpost» ist ein Gemeinschaftswerk von Rudolf Rippstein und seinem Nachfolger Walter Husi, die zusammen einen nahtlosen Übergang sichern. Walter Husi bringt seine vielfältigen Erfahrungen aus dem Berufsleben ein. Guten Start, Walti.

Die Verantwortung für die Homepage nimmt ab sofort unser Vize Andy Sigrist wahr. Die bisherige Version läuft aus und Andy wird versuchen, wieder eine gefällige Informations-Plattform für Sie zu schaffen. Es ist dabei wichtig – ihm wie mir –, Daten zu liefern, dann sind wir immer aktuell.

Im Verteilteam treten Walter und Dorli Zmoos kürzer, und Monika Parra ist mit dieser Ausgabe schon auf Tour zu Ihnen.

Den Daten zum Mittagstisch kann entnommen werden, dass Gritli Hänggi nach siebzehn Jahren die Verantwortung weitergegeben hat. Für das grosse Engagement und die tolle Zusammenarbeit bedanken wir uns.

Bei allen «Personalwechseln» rufe ich immer wieder in Erinnerung, nicht dem Vergleichen von Alt und Neu zu verfallen, sondern mit Freude und Dankbarkeit erkennen, dass alle Mitwirkenden durchaus Bewährtes pflegen, aber auch neue Ideen einbringen.

Gerade die vorstehend aufgeführten Personalien, aber auch weitere anstehende Wechsel, zeigen klar auf, dass der Bedarf für Ihre Mithilfe immer gefragt ist. Machen Sie darum auch Kolleginnen und Kollegen vor dem AHV-Alter Mut, den Lebensabend durch sinnvolle Beschäftigung in unserer Stiftung zu bereichern. Rufen Sie mich einfach an: 079 332 84 24.

Viel Vergnügen bei der Lektüre unserer «Seniorenpost».

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

Kontaktadressen der Stiftung

Präsident	Huber Werner *	Postfach 304 4614 Hägendorf E-Mail: wh.h@bluewin.ch	079 332 84 24
Vize-Präsidium Homepage	Sigrist Andreas *	Bachstrasse 10 4614 Hägendorf E-Mail: 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
<i>im Wechsel mit:</i>	Krebs Rolf *	Sandrain 6 4614 Hägendorf	062 216 32 82 079 211 58 08
	Sauter René	Ernetweg 1 4614 Hägendorf	062 216 61 73
	Vogt Martin	Bahnweg 1A 4614 Hägendorf	079 193 01 28
Formulardienst Steuern	Huber Werner *	Mail-Adresse: wh.h@bluewin.ch	079 332 84 24
Wandergruppe	Neuhaus Jürg *	Wächterweg 12 4614 Hägendorf	062 216 32 32
<i>Stellvertretung</i>	Vögeli Fritz	Bachstrasse 35 4614 Hägendorf	062 216 05 92
Werkgruppe	Nünlist Esther *	Im Bifang 2 4614 Hägendorf	062 216 17 77 078 790 27 77
Jassnachmittag	Beslanovits Monika *	Kirchrain 12 4614 Hägendorf	079 222 44 00
	Bloch Hanni	Langenbruckstrasse 11 4614 Hägendorf	062 216 39 30
Senioren-Post	Husi Walter	Lindenweg 28 4614 Hägendorf	062 216 70 17 079 838 93 47

* Mitglieder des Stiftungsrates



1. Oktober–31. Dezember 2020

Wir gratulieren herzlich zur / zum

Goldenen Hochzeit

50 Jahre verheiratet

9. Oktober

Margaretha und Hans Jörg Fatzer
Kirchweg 5, 4614 Hägendorf

99. Geburtstag

21. Oktober

Lucie Frey
Thalackerweg 11, 4614 Hägendorf

95. Geburtstag

15. November

Margrit Stampfli
Ringstrasse 8, 4614 Hägendorf

94. Geburtstag

29. November

Othmar Moser
Fridhag 15, 4614 Hägendorf

93. Geburtstag

27. Dezember

Daisy Eichenberger, Alters- und
Pflegeheim Ruttigen, Ruttigerweg 64, 4600 Olten

92. Geburtstag

31. Oktober

Gertrud Portmann
Thalackerweg 11, 4614 Hägendorf

91. Geburtstag

20. Oktober

Willy Schneider
Am Brotkorb 5, 4614 Hägendorf

90. Geburtstag

9. Oktober

Hans Buss, Alters- und Pflegeheim Weingarten,
Weingartenstrasse 60, 4600 Olten

17. November

Johann Vögtli
Breitenweg 14, 4614 Hägendorf

29. Dezember

Heinz Meyer
Im Gutental 12, 4614 Hägendorf

85. Geburtstag

14. Oktober

Theresia Zihlmann
Bachmattring 2, 4614 Hägendorf

21. November

Antonio Forlangieri sen.
Oltnerstrasse 21, 4614 Hägendorf

26. November

Heidy Cueni
Grossmattstrasse 9b, 4614 Hägendorf

26. November

Elise Friedli
Mühlerain 1, 4614 Hägendorf

5. Dezember

Niklaus Ackle
Austrasse 11, 4613 Rickenbach

80. Geburtstag

7. Oktober

Ernst Bolliger
Solothurnerstrasse 12, 4614 Hägendorf

7. Oktober

Marlies Rall
Eigasse 9, 4614 Hägendorf

18. Oktober

Rosmarie Mäder
Kirchrain 4, 4614 Hägendorf



1. Oktober–31. Dezember 2020

Fortsetzung:

Wir gratulieren herzlich zum

80. Geburtstag

15. Dezember	Alice Gasser Industriestrasse West 1C, 4614 Hägendorf
23. Dezember	Robert Borner Bachstrasse 21A, 4614 Hägendorf

75. Geburtstag

4. Oktober	Bernhard Rötheli Schützenweg 12, 4614 Hägendorf
1. November	Christine Bannholzer Terrassenstrasse 7, 4614 Hägendorf
10. November	Jürg Neuhaus Wächterweg 12, 4614 Hägendorf
28. November	Theresia Studer Ringstrasse 14, 4614 Hägendorf
27. Dezember	Edith Colpi Amselweg 8, 4614 Hägendorf

70. Geburtstag

2. Oktober	Angelo Lussu Industriestrasse West 1C, 4614 Hägendorf
14. Oktober	Kurt Friedli Mühlerring 14, 4614 Hägendorf
19. Oktober	Walter Husi Lindenweg 28, 4614 Hägendorf
26. Oktober	Hans Peter Studer Kirchrain 14B, 4614 Hägendorf
29. Oktober	Marie Berger Eigenheimweg 12, 4614 Hägendorf
5. November	Doris Bula Hagrain 13, 4614 Hägendorf
6. November	Maria Frei Oltnerstrasse 13c, 4614 Hägendorf
8. November	Otilia Glanzmann Cherliweg 1, 4614 Hägendorf
3. Dezember	Martin Baumann Im Herzel 1, 4614 Hägendorf
4. Dezember	Philipp Jäggi Im Herzel 1, 4614 Hägendorf
6. Dezember	Rudolf Lichtensteiger Fridgasse 7, 4614 Hägendorf
13. Dezember	Bruno Schenker Lindenweg 41, 4614 Hägendorf



1. Oktober–31. Dezember 2020

Fortsetzung:

Wir gratulieren herzlich zum

70. Geburtstag

14. Dezember	Marisa Simonetti Eigasse 9, 4614 Hägendorf
26. Dezember	Roland Glogger Im Bifang 2, 4614 Hägendorf
28. Dezember	Addolorata Saracino Bahnweg 1A, 4614 Hägendorf

65. Geburtstag

1. Oktober	Mahmut Yildirim Breitenweg 16, 4614 Hägendorf
12. Oktober	Max Studer Grossmattstrasse 6, 4614 Hägendorf
23. Oktober	Lotti Bürki-Hügli Kirchweg 15, 4613 Rickenbach
24. Oktober	Heinz Hofer Bühlstrasse 29, 4614 Hägendorf
29. Oktober	Ursula Mettler Eichweg 2, 4614 Hägendorf
30. Oktober	Beatrice Haas Rizov Breitenweg 17, 4614 Hägendorf
7. Novemer	Rushe Salcaj Eigasse 1, 4614 Hägendorf
8. November	Eugen Wirz Bühlmatt 11, 4614 Hägendorf
26. November	Raphaela Imhof Vogelberg 2, 4614 Hägendorf
30. November	Ulrich Furrer Gässli 9, 4614 Hägendorf
4. Dezember	Karsten Visser Solothurnerstrasse 17, 4613 Rickenbach
9. Dezember	Eva Schneeberger Moor Bahnhofstrasse 4, 4614 Hägendorf
16. Dezember	Zekija Selimovic Lindenweg 1, 4613 Rickenbach
28. Dezember	Marie Louise Erni Nellenweg 21, 4614 Hägendorf
31. Dezember	Ruth Navoni Kohlholzweg 11A, 4614 Hägendorf

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:** Der nächste Mittagstisch findet statt am **DONNERSTAG, 29. Oktober 2020, 12.00 Uhr**
(→ nicht wie geplant am Mittwoch, 21. Oktober!)
- Weitere Daten:** 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 bei:
Frau Raphaela Imhof, Tel. 062 216 29 85
(abends ab 18.30 Uhr)
Anmeldung bitte 2 Tage im Voraus oder beim vorherigen Mittagstisch.

Für Ihr leibliches Wohl sind besorgt die Köchinnen:

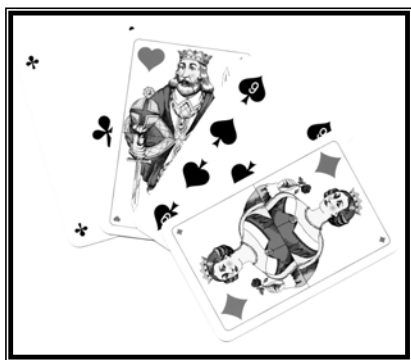
Monika Flückiger (Leitung), Marianne Möri, Martina Peier, Juanita Flury, Vreni Bangerter, Edith Colpi, Alice Gasser, Maria Ligi, Gianna Saner, Raphaela Imhof, Claudia Richiedei, Aneliese Frey und Gabi Kunz.

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** Einwohnerinnen und Einwohner von Hägendorf und Rickenbach



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

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

Jasstag 2020: Montag, 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 Tel. 079 222 44 00
Hanni Bloch, Langenbruckstrasse 11, 4614 Hägendorf Tel. 062 216 39 30

Neue Jasserinnen und Jasser sind herzlich willkommen!

Badefahrten der Stiftung für ein glückliches Alter



nach **Bad Ramsach**

Mit dem Bus des Seniorenzentrums Untergäu

→ Die Badefahrten finden bis auf Weiteres nicht statt. ←

Die Erkrankungen am Coronavirus nehmen wieder zu, umso wichtiger ist deshalb das Einhalten der Verhaltens- und Hygieneregeln für alle. Dies ist im Bus ohne das Maskentragen nicht möglich. Ohne auf den persönlichen Kontakt zu verzichten, wird dies auch im Bad eher schwierig sein. Schade. Wir danken Ihnen für das Verständnis.

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

Kontaktadressen

im Wechsel:

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

WANDERGRUPPE

DER STIFTUNG FÜR EIN GLÜCKLICHES ALTER



Die Wandergruppe trifft sich

jeden 2. Dienstag im Monat

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

www.gluecklichesalter.ch

Nähere Auskunft beim

Wanderleiter: Jürg Neuhaus Tel. 062 216 32 32

Wanderleiter Stellvertreter: Fritz Vögeli Tel. 062 216 05 92

Wanderdaten 2020: 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, mindestens 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 bis Freitag jeweils von 7.00 bis 18.00 Uhr für Einsätze zur Verfügung.

Anmeldung:

Bitte im Normalfall mindestens 24 Stunden im Voraus.

Leiter: Rolf Krebs
Sandrain 6
4614 Hägendorf

062 216 32 82
079 211 58 08

Stellvertreter: Jörg Frey
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 bei Esther Nünlist, Im Bifang 2, 4614 Hägendorf

Wochentag	Datum	Datum
Donnerstag	8. Oktober	19. November
Donnerstag	22. Oktober	17. Dezember
Donnerstag	5. November	

Standverkauf am Weihnachtsmarkt

Das Datum vom Samstag/Sonntag, 21./22. November 2020, ist noch nicht definitiv.

Ausserhalb des Weihnachtsmarktes können die von unseren Frauen mit viel Herzblut produzierten Waren bei der Werkleiterin Esther Nünlist, Telefonnummer 078 790 27 77, bezogen werden.



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

Werkleiterin: Esther Nünlist, Im Bifang 2, 4614 Hägendorf
Tel.-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 Telefonnummer 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“.

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

Lösung Seite 26

Quiz

1. Aus was besteht Schnee?
2. Warum schneit es bei Temperaturen knapp unter dem Gefrierpunkt häufiger als bei sehr viel niedrigeren Temperaturen?
3. Wie gross ist der Durchmesser einer Schneeflocke im Durchschnitt?
4. Was fällt am langsamsten, Regen, Schnee oder Hagel?
5. Was bezeichnet man als Neuschnee?
6. Wieviel Prozent der Erdoberfläche sind von Wasser bedeckt?
7. Was ist gemeint, wenn in der Seemannssprache von «Abgreifen» die Rede ist?
8. Warum wurde die «Eisenbahn» ursprünglich entwickelt?
9. Stimmt der alte Spruch, dass man bei einem Gewitter «Eichen meiden» und «Buchen suchen» soll?
10. Welche Tiere wurden früher mit Eicheln gefüttert?
11. Was sind die beiden Hauptbestandteile von Luft?
12. Wer überbrachte die erste «Luftpost»?
13. Nach was schmeckt Bärlauch?
14. Nach welchem Tier ist eine bekannte Form des Fussgängerüberganges benannt?
15. In welcher Reihenfolge sind die Fusspedale in einem klassischen Auto mit Handschaltung von links nach rechts angebracht?
16. Wo entspringt der Fluss «Inn»?
17. Wie heisst die Hauptstadt von Taiwan?
18. An welches Land grenzt Gibraltar?

Lösung Seite 26

Ausschnitte aus meinem Reise-Tagebuch (Teil VI, Blue-Mountains – Twelve Apostles)

Den Rückweg vom Talboden der Blue-Mountains rauf aufs Plateau, die meisten Leser werden es errahnt haben, nahmen mein Bruder und ich nicht unter unsere Schuhsohlen, sondern mit der Bahn. Dieses Mal aber nicht mit der Standseil- sondern mit einer normalen Luftseilbahn; allerdings verfügt diese nur über eine, dafür aber sehr grosse Kabine.

Oben angelangt, fuhren wir gleich auch noch mit der zweiten Luftseilbahn vertikal rüber zum Cliff View Lookout. Im Wartebereich hängt übrigens eine schöne Kuhglocke, vom Schweizer Lieferanten der Bahn gespendet. Bei dieser Fahrt mit der Skyway gondelt man vor den Katoomba Falls vorbei, welche aber leider wegen Wassermangel und Bäumen kaum zu sehen waren. Nachdem wir kurz die Beine vertreten haben fuhren wir gleich wieder zurück zum Ausgangspunkt. Nun hatten wir aber eine Coffee-Latte verdient und dazu auch eine feine Glace als Dessert.



Frisch gestärkt und die Wanderschuhe im Kofferraum verstaut, nahmen wir die rund 200 km



Autofahrt von Katoomba nach Goulburn unter die Räder. Unterwegs und auch später immer wieder mussten wir auf und neben den Strassen unzählige überfahrene Kängurus anschauen. Auf der ganzen Reise haben wir zusammen ein Vielfaches an toten gegenüber lebenden Tieren gesehen. Leider ein sehr, sehr trauriges und grausiges Kapitel. Landschaftlich wäre die Fahrt wirklich ein einzigartiges Highlight gewesen, über dicht bewaldete Hügel und durch Täler, wären da nicht die vielen Leichen am Strassenrand.

Nachdem wir eine kleine Gruppe Kängurus beobachten konnten, tauchte auf einem freien Feld einige Kilometer weiter plötzlich rechts von uns ein grosses Rudel auf, wir schätzten die Gruppe auf 40 bis 50 Tiere. Leider gelangen keine guten Fotos, flüchteten doch die herzigen Tiere beim Stoppen des Autos und sprangen mit hohem Tempo davon.

Schafe bildeten natürlich weitere grosse Herden und zwar so riesige, dass ein Zählen sofort zum Einschlafen geführt hätte. Die Fahrt führte weiter durch schöne Landschaften und Waldpartien. Die Ankunft verzögerte sich durch immer wieder gemachte Fotostopps bis 20.00 Uhr. In Goulburn fuhr Urs direkt zu unserem Motel. Kurz vorher passierten wir einen Kreisel wo ein vielleicht 15 m hohes Schaf steht. Nach dem Check-In im Best Western von Goulburn, es war ja erst kurz nach acht, wollten wir uns irgendwo im Ort noch verpflegen, aber oha, alle Restaurants schliessen in diesem kleinen Ort bereits zwischen 20 und 21 Uhr. So blieben wir im Motel und liessen uns im hauseigenen Restaurant „Knoblibrot“ und Cannelloni auftischen. Dafür gab es dann auch noch ein feines Dessert zum Nachttisch.



Übrigens, in diesem Reiseabschnitt hätten wir im aktuellen Jahr 2020 gar nicht durchfahren können, ereigneten sich doch auch hier in dieser sehr trockenen Gegend riesige Waldbrände, welche nach meinen Informationen sehr grosse Flächen vollständig vernichtete.

Unterwegs in Australien

Am folgenden Tag planten wir von Goulburn via Canberra, Cooma und Tallangatta bis nach Albury weiter zu fahren, es sind ja nur etwa 500 km. Aber auch an diesem Tag erlebten wir erneut die eine oder andere schöne Überraschung, welche uns immer wieder zu Pausen und Stopps verführte. Aber nun der Reihe nach.

Die Autofahrt führte uns vor Canberra entlang einem ausgetrockneten, aber sehr grossen



Seebecken, ich schätzte mindestens so gross wie der Boden- und Genfersee zusammen. Dann ein kurzer Halt an einem Rastplatz um die Füsse zu vertreten und natürlich zu fotografieren, bis uns ein Schild auf giftige Schlangen aufmerksam machte. Damit war die Rast dann bald vorbei und wir überliessen die Schlangen den nachfolgenden Touristen.

Kurz vor Mittag machte sich dann an diesem wiederum sehr sonnigen und warmen Tag ein kleiner Hunger bemerkbar, weshalb uns das kleine Kaffeehaus am Strassenrand sofort auffiel. Oder kam der Hunger erst beim Eintreten? Egal, der Milchkaffee und die

Rhabarbercookies von den beiden anwesenden jungen Damen schmeckten uns auf jeden Fall. Der kleine Laden bot einiges an Waren. Von Tageszeitungen über Fleisch bis zur selber gemachten Konfitüre konnte man hier das wichtigste zum Leben kaufen. Wir beruhigten nur unsere Mägen und fuhren dann schon bald wieder auf dem Highway weiter.

Canberra, immerhin die Hauptstadt von Australien, wäre sicher auch ein Besuch wert gewesen. Wie der Provinzort Canberra zur Hauptstadt von diesem riesigen Land wurde, soll aus einem Streit zwischen Melbourne und Sydney entstanden sein, so nach dem Motto, streiten sich zwei, freut sich der Dritte. Trotz all dem umfuhren wir die City von Canberra auf dem Highway und machten dann den zweiten Stopp in Cooma. Der Grund war ein Wagen wie aus einem Western mit Werbeschild am Strassenrand. Da war doch ein Schweizer Kreuz drauf? Obwohl bergauf fahrend, ging es zu schnell, um alles lesen und erkennen zu können. Bei der nächsten Gelegenheit kehrten wir um und fuhren zu diesem Werbeanhänger zurück.

Tatsächlich, *Miss Heidi's teahouse* stand da. Das mussten wir uns von Nahe anschauen und Zeit für ein kühles Getränk war es sowieso. Also fuhren wir der Abzweigung entlang und dabei ging es nach oben, immer weiter kurvenreich nach oben. Irgendwann sahen wir dann das Teahouse rechts an der Strasse. Bevor wir aber einkehrten, wollten wir doch schauen, wohin diese Strasse noch führt. Nach einigen weiteren Kehren erreichten wir dann die Anhöhe mit einem sehr schönen Aussichtspunkt, von wo man ringsum in die kurz zuvor befahrene Ebene und gegen die vor uns liegenden Snowy Mountains blicken konnte. Wir



befanden uns auf 1'100m/ü. Meer und das Thermometer zeigte 27°C. Dann ging es aber zurück zum teahouse von Heidi, wo wir von einem älteren Herrn, dem Besitzer dieses Fleckchens Erde, sehr freundlich begrüsst wurden. Mit nach 47 Jahren (noch) perfektem Deutsch erklärte er uns, dass er ursprünglich aus Österreich stamme und nun Zeit wäre zum Verkauf und Ruhestand. Natürlich genossen wir dort eine kurzweilige, etwa 60-minütige Pause, trat doch kurz nach uns noch eine Dame aus Dänemark ein und auch der Koch aus Irland stammend gesellte sich noch zu uns. Sicher überlegten wir uns ganz kurz den Kauf dieses Restaurants mitsamt Grundstück, zerschlugen dann aber bald diese Gedanken und stiegen wieder in unser Auto ein.

Unterwegs in Australien

Die Weiterfahrt führte uns dann über die Snowy Mountains, bis auf 1'500 Meter über Meer, vorbei an mehr oder weniger grossen natürlichen oder auch künstlichen Stauseen. Die Temperatur auf dieser Höhe betrug nur noch 16°C. Man glaubt es kaum, aber wir befanden uns in einem Skigebiet. Immer wieder wurden wir durch eine neue Sehenswürdigkeit aufgehalten. Einmal waren es nackte Baumstämme in einem Stausee, ein befahrbarer Staudamm, auch ein schwarzes Känguru zeigte sich uns. Leider war ich zu diesem Zeitpunkt mit meiner Kamera nicht Schuss- und das liebe Tier nicht zum Warten bereit. Teilweise befuhren wir riesige



verbrannte Wälder mit toten, fast weissen Baumstämmen. Das Unterholz war aber bereits am Wachsen um den Wald wieder als solchen erkennen zu können. Auch sehr viele schwarze Angus-Rinder und natürlich noch viel mehr Schafe zählten wir entlang der heutigen Route.

Auf der anderen Seite der Snowy Mountains lag Old Tallangatta. Von da fuhren wir dann sehr lange dem Murray River entlang, durch Tallangatta hindurch immer weiter bis Killara. Hier betrug die Temperatur dann 34°C und es war bereits 18.30h. Nun ging es aber flott weiter bis nach Albury, wo wir dann kurz nach 19.00h im Best Western ein schönes Zimmer beziehen konnten. Der Hunger liess uns dann keine andere Wahl und wir kehrten im hauseigenen Steakrestaurant ein. Dieser Besuch in der Grill-Bar im Best Western in Albury wird uns in bester Erinnerung bleiben, assen wir doch hier eines der besten Filet Mignons. Unser Aufenthalt kostete uns hier insgesamt, also die Übernachtung mit Nacht- und Morgenessen, für zwei Personen und dem Auto im Parkhaus, ganze AUD\$ 390, oder nach heutigem Kurs etwa CHF 240.00.

Sehr gut ausgeschlafen, trotz surrender Klimaanlage im Zimmer, genossen wir nach einer erfrischenden Dusche auch ein ausgedehntes Continental-Breakfast. Heute wollten wir in die Nähe von Melbourne kommen und bis nach Geelong fahren, wiederum etwa 400 km. Die Strecke führte uns zuerst ins Städtchen Wangaratta, wo uns ein freundliches Coffeehouse zu einer ersten Pause einlud. Hier bediente uns ein Einwanderer aus Südafrika, welcher ebenfalls schon sehr lange hier lebte. Das Caffè Latte auf der Terrasse geniessen, dazu die lebendige Hauptstrasse beobachten, so könnte man den Tag auch geniessen. Doch auf uns wartete noch ein gutes Stück Strecke bis zum heutigen Etappenziel und das Tempo mussten wir immer wieder drosseln. Mitten in Pyalong machten wir bei einem kleinen General Store, wo der Kaffee Cappuccino aus einem Automaten und die Glace aus der Gefriertruhe kam, erneut ein kurzer Halt. Die Temperatur von 34°C zwang uns dann, die Glacé rasch zu essen und auch bald wieder in das Auto mit Klimaanlage zu steigen.



Zwischen Pyalong und Lancefield fielen uns riesige und runde Felsblöcke in den Feldern auf, welche da lagen wie hingeworfene Kugeln. Wer da wohl einmal Petanque gespielt hat?

Die langen Strecken durch unbewohntes Gebiet waren immer wieder sehr eindrücklich und gleichzeitig dachten wir, wenn du hier eine Autopanne hast, unvorstellbar.

Plötzlich tauchten vor uns auf der Strasse zwei Kängurus auf und sprangen wie wild gehetzt von links nach rechts und wieder zurück über die Fahrbahn, bis sie dann

rechts von der Landstrasse in die Büsche preschten und sofort nicht mehr zu sehen waren. So ist einfach zu verstehen, warum so viele tote Tiere entlang den Strassen in Australien anzutreffen sind. Nicht alle Reisenden so wie wir zwei, hielten stets die Augen offen und ich in diesem Moment sogar die Kamera in der Hand, war aber zu langsam am Auslöser.

Unterwegs in Australien

Kurz vor unserem Tagesziel Geelong nahm der Verkehr dann stark zu, wir befanden uns bereits in der Agglomeration von Melbourne und es war Zeit zum Feierabend machen. Deshalb bogen wir kurzerhand von der Route C704 auf die C703 und machten eine Schleife via Werribee, von wo wir dann auf der M1, vorbei am Airport Avalon rasch nach Geelong gelangten. Auch hier klappte es mit dem Check-In im Best Western für 2 Nächte unkompliziert und nach kurzer Rast marschierten wir bereits ins Zentrum direkt zum Parker-Steakhouse, welches mein Bruder bereits im letzten Jahr mit seinem damaligen Reisebegleiter besuchte. Die von Urs gemachten Versprechungen, es sei sehr gut dort, bewahrheiteten sich bei einem Angus-Filet mit Knoblauch-Sauce voll und ganz. Einzig die vom Kellner nach langer Wartezeit gemachte Bemerkung, er habe auch nur zwei Hände, trübten die Stimmung leicht und auch die nachfolgende Beurteilung des Restaurants. Der folgende Spaziergang zum alten Hafen mit stillgelegtem Fähranschluss für Eisenbahnzüge, wo wir gleich auch den Sonnenuntergang genießen konnten, führte uns dann noch in eine Bar zu einem Kaffee mit Glacé. Erneut sehr müde von den vielen Eindrücken, fanden wir den Schlaf ohne Schwierigkeit.



Am folgenden Tag stand uns erneut grosses bevor, *The Great Ocean Road*. Die Strecke führt etwa 160km mehrheitlich kurvenreich und eng der Küste entlang. Zur guten Vorbereitung einer solchen Fahrt gehört ein stärkendes Morgenessen. Dieses fanden wir ausserhalb von Geelong in einem kleinen Restaurant, welches von zwei sehr freundlichen und einer eher, na ja, etwas weniger freundlichen Dame bewirtschaftet wurden. Die zubereiteten Spiegel- und Rühreier samt Beilage waren dann aber exzellent.

Die Weiterfahrt führte uns entlang sehr langer, teilweise völlig verwaister Sandstrände. Mehrmals machten wir kurze Fotostopps an solchen, wunderbaren Beaches, wo auch Surfer versuchten in den Wellen zu reiten. In Apollo Beach mussten wir dann unbedingt den dortigen Steg hinaus ins Meer begeben. Und wir wurden mit einem schönen Schauspiel zweier Seehunde beim Pier 5 belohnt. Diese schwammen synchron an den Pfeilern vom Steg entlang und zogen alle Besucher in ihren Bann. Die Weiterfahrt entlang dieser berühmten Strasse führte uns dann zu den Twelve Apostles, wo wir von sehr, sehr vielen Touristen empfangen wurden. Der riesige Parkplatz war beinahe voll und damit war das Fotografieren dieser Felsenformationen dann ein mittelschweres Unterfangen. Die Twelve Apostles, also es stehen noch 7 – 8 Felsen in der Brandung, sind ein bemerkenswertes und touristisch gut vermarktetes Naturschauspiel. Und auch hier sagte ich, zum Glück sind wir heute da, in tausend Jahren wird es hier wohl keine Apostles mehr geben.

Die Rückfahrt nach Geelong führte uns vorbei an einem Käseladen namens Apostle Whey Cheese und später auch noch einer Speedway Rennstrecke bei Simpson, erneut etwa 150km entlang interessanter, abwechslungsreicher und sehenswerter Landschaften.



Andy Sigrist

*Leider **abgesagt** für das Jahr 2020*

Ökumenischer Senioren-Nachmittag

Wann: Donnerstag, 29. Oktober 2020

Auch wir vom OK mussten uns über die Durchführung des ökum. Seniorentages vom 29. Oktober 2020 Gedanken machen. Aufgrund der aktuellen Situation und den Auflagen des BAG haben wir beschlossen den Tag abzusagen, was wir sehr bedauern. Es wäre jedoch schwierig gewesen, die Vorgaben einzuhalten und umzusetzen.

Wir wünsch Ihnen, liebe Seniorinnen und Senioren, eine gute kommende Zeit mit vielen schönen Momenten und bleibt gesund.

Wir freuen uns und hoffen, Sie am Donnerstag, 28. Oktober 2021, zum nächsten ökum. Seniorentag wieder begrüßen zu dürfen.

Alles Gute im Namen des Organisationsteams

Maria Fürst

Erinnerungen aus dem letzten Jahr:



Der lange und steinige Weg in eine neue Normalität

Corona

Am 18. Juni 2020 verfügte der Kanton Solothurn die lang ersehnten Lockerungen für Alters- und Pflegeheime. Diese erfreuliche Nachricht war für alle eine grosse Erleichterung; sowohl für unsere Pensionärinnen und Pensionäre als auch für alle Mitarbeitenden. Zur Freude aller wurde der Haupteingang geöffnet und die Angehörigen hatten wieder Zutritt zu ihren Lieben. Selbstverständlich gelten nach wie vor die Hygienemassnahmen, das heisst bei allen Eingängen stehen Hände-Desinfektionsstände. Alle Besucher, Handwerker und Lieferanten müssen sich seit diesem Tag beim Empfang registrieren. Zudem ist es zum Schutz der Pensionärinnen und Pensionären notwendig, dass alle «Externen» im öffentlichen Bereich eine Maske tragen. Die Anzahl der Besucherinnen und Besucher wurde zu Beginn auf zwei Personen beschränkt und ab dem 23. Juli 2020 auf vier Personen pro Besuch erhöht. Die Registrierung und das Maskentragen stossen bei einigen Besucherinnen und Besucher leider manchmal auf Unmut. Nach einem kurzen Gespräch können die Unstimmigkeiten meistens problemlos bereinigt werden. Bei den ganzen Hygienemassnahmen geht es schliesslich nicht darum, irgendjemanden zu „plagen“. Der Kanton Solothurn hat uns mit seinen Vorgaben beauftragt, unseren Pensionärinnen und Pensionären sowie den Mitarbeitenden die bestmögliche Prophylaxe respektive den notwendigen Schutz entgegen zu bringen. Dieser Auftrag hat für uns oberste Priorität.

Die Freude der Pensionärinnen und Pensionäre war und ist gross, dass der Bewegungsraum ausgeweitet wurde. So sind mittlerweile auch kleinere Ausflüge ins Dorf – unter den notwendigen Schutzmassnahmen – möglich. Durch diese neu gewonnene Freiheit ist das Allgemein-

wohl aller Beteiligten massiv gestiegen und es ist schön zu sehen, dass sich grossmehrheitlich alle an die Vorgaben halten und dass alle am gleichen Strick ziehen.

Leider mussten sämtliche Aktivitäten von externen Veranstaltern wie zum Beispiel die von uns sehr geschätzten Senioren-Jassnachmittage, das Rückenturnen, die Mütter- und Väterberatung usw. bis auf Weiteres ausquartiert werden. Diese Massnahme mussten wir ebenfalls zum Schutze unserer Pensionärinnen und Pensionären erlassen. Wir hoffen jedoch sehr, dass auch hier der Alltag in naher Zukunft zurückkehrt und wir diese Gruppen schon bald wieder bei uns begrüssen dürfen.

Unser Motto lautet weiterhin

«Mit Abstand sind wir am Stärksten»

Wir gratulieren zur bestandenen Abschlussprüfung



Trotz Corona ist der Heimaltag nicht stehen geblieben. So haben unsere Lernenden der Pflege alle erfolgreich ihre Ausbildung abgeschlossen. Wir sind stolz auf diese Leistung und gratulieren allen von Herzen zur bestandenen Abschlussprüfung.

v.l.n.r.:
Lora Ungethüm
Delia Natea
Dzanuma Kameric
Lirie Saiti

Ausflüge boten viel Gesprächsstoff

Im August 2020 fanden drei «Fahrten ins Blaue» statt. Jede Wohngruppe fuhr mit ihren Pensionärinnen und Pensionären an einem Freitag auf Reisen. Die Fahrten der fröhlichen Gesellschaften starteten jeweils nach dem Frühstück mit dem Car via Luzerner Hinterland auf die Fritzenfluh, wo die tolle Aussicht im Panoramarestaurant genossen wurde. Nach einem leckeren Essen und einem feinen Glas Wein ging die Reise weiter durch die malerische Landschaft des «Ämmitals».

Zurück in Hägendorf hatten die munteren und zum Teil müden Gruppen jeweils viel Gesprächsstoff, welcher an die Daheimgebliebenen weitergegeben wurde.



Tagestreff disloziert ins Seniorenzentrum

Ab Herbst 2020 wird der Tagestreff ins Seniorenzentrum dislozieren. Die Aktivitäten der Aktivierung und des Tagestreffs werden zusammengelegt; dies im Sinne einer Synergienutzung. Das Angebot des Tagestreffs wird nach wie vor weitergeführt und falls möglich, sogar ausgebaut. Damit genügend Platz zur Verfügung steht, wird im Untergeschoss der Tüfelschluchtsaal umgebaut. Zusätzlich wird im

Untergeschoss eine separate Toilette eingerichtet. Die Betreuung und Ausgestaltung des abwechslungsreichen Programmes erfolgt grossmehrheitlich durch die gleichen Mitarbeitenden wie bis anhin. Die Leitung des Bereiches Aktivierung/Tagestreff übernimmt Greetje Meier.

Wir wünschen dem «neuen» Team viel Glück und Erfolg bei ihrem kreativen Wirken.

Sensation löste Jööö-Effekt aus

Ebenfalls zur Freude Aller haben wir im Ententeich Nachwuchs erhalten. Voller Stolz hat uns die Entenmutter eines Morgens ihre vier Küken präsentiert. Diese Sensation löste einen grossen Jööö-Effekt bei allen Pensionärinnen und Pensionären sowie Mitarbeitenden aus.



Wir wünschen an dieser Stelle allen Leserinnen und Lesern der „Seniorenpost“ einen schönen und farbenprächtigen Herbst, und bleiben Sie gesund!

Ferienvergnügen

„Kleiberchen, hast du mir die Unterlagen beschafft und bereitgestellt für die Ferien?“ Mooshammer klemmte das Telefon mit seinem gut gepolsterten Doppelkinn an seine Achsel, während er gleichzeitig mit der freien Hand in seiner Schublade die Personalunterlagen hervorklaubte.

„Natürlich, Herr Mooshammer, soll ich sie rüberbringen?“

„Gerne, Kleiberchen, wäre dir dankbar.“

Albert Mooshammer, CEO der Kummer & Söhne Handels GmbH in Kundertshofen, hatte an Frau Kleiber, seiner Chefsekretärin, ein wirkliches Goldstück gewonnen. Sie war so ziemlich gleich lange in der Firma wie er, nämlich jetzt 15 Jahre. Mooshammer hatte die Chefsekretärin, die er von seinem Vorgänger geerbt hatte, unter bester Verdankung geleisteter Dienste umgehend gekündigt und sie dann durch seine langjährige Sekretärin Ruth Kleiber aus der vorherigen Firma ersetzt. Frau Kleiber war damals ebenso entsetzt wie er, als man Mooshammer dort auf die Strasse gestellt hatte unter Auszahlung einer erheblichen Abfindung, „Im gegenseitigen Einvernehmen“, wie man so schön sagt. Ruth Kleiber war damals, nebst als seine zuverlässige Bürokräft auch noch im Nebenjob seine Geliebte. Dies erwies sich als nicht so gut, jedoch als Ursache für ausserordentlich stetig anschwellenden Spesen bei gemeinsamen Geschäftsreisen. „Der Krug geht zum Brunnen bis er bricht“, heisst es und der Krug zerbarst halt dann, als die Höhe der Spesen jegliches Mass für die Stufe Bereichsleiter zu sprengen drohten.

Dies hiess aber auch, dass Frau Kleiber dann auch nicht mehr tragbar war für die vorherige Firma. Die Gründe der Entlassung wurden in den ausgestellten Zeugnissen auf dringlichen Wunsch, natürlich den geltenden Kader-Usanzen gemäss, nicht vermerkt. Dies zur Vorgeschichte.

Inzwischen aber waren Ruth Kleiber wie auch Herr Mooshammer altershalber endgültig den dauernden Hormonschüben entwichen und hatten sich der Realität des fortgeschrittenen Alters gebeugt, beziehungsweise hatten ihre Hormone zur Vernunft gebracht. Aber gute, zuverlässige Arbeit zeichnete Ruth Kleiber immer noch aus, was ihrer jetzt höheren Position äusserst förderlich war.

Frau Kleiber klopfte an die Türe und trat dann ins Büro Mooshammers. „Hier die Unterlagen der Personal-Beratungsfirma Staller AG, wie angefordert, Herr Mooshammer.“ Sie legte die Akten auf sein Pult und stützte sich mit der anderen Hand auf der Achsel Mooshammers ab. Offensichtlich Automatismen aus früheren Zeiten! Und weil eh niemand mehr in der Firma am Arbeiten war, wechselte man nach einem prüfenden Blick in die Runde zurück zum längst vertrauten „Du“.

„Gibt's eine Überprüfung im Personalwesen, Albert? Eine Rationalisierung oder so?“

„Liebes Ruthli, du Wundernase! Nach meinen Ferien weisst du mehr!“

Immer wenn Mooshammer ihr den Vornamen sagte, dämpfte er seine Stimme. Besagtes Ruthli mahnte: „Aber Albert du weisst, Ferien sind zur Erholung da und man sollte seine Arbeit etwas zur Seite schieben. Du bist inzwischen auch nicht mehr zwanzig.“

„Schade“, meinte er und liess seine Hand nach längerer Zeit wieder einmal über ihren glatten Hintern gleiten. Er konnte es sich jetzt gefahrlos leisten, denn die Mitarbeiter hatten die Firma ja bereits seit gut zwei Stunde gegen ihre verdienten Betriebsferien getauscht.

„Aber Albert!“, zuckte Kleiberchen unter kurzem Kichern zusammen und schob seine Hand von ihrer verlockenden Rückseite weg.

Mooshammer lächelte: „Aber schön war’s doch, damals!“

Ruthli nickte: „Alles zu seiner Zeit, Albert! Erhol dich gut in den Ferien und lass die Arbeit sein. Ich mach’s jedenfalls jetzt auch so.“

Mooshammer wusste, seine ehemalige Geliebte ging nun mit ihrem neuen Freund in die Ferien. Als Single hatten sie es diesbezüglich besser, er dagegen war nun mal verheiratet und damit sein Freiheitsgrad erheblich mehr eingeschränkt.

„Ich denke, ich mache auch Schluss. Ich habe ja genügend Zeit, am Achensee die Unterlagen zu studieren.“

„Du hast gehört, was ich dir gesagt habe. Lass es einmal für zwei Wochen sein, das Aktengewühle in der Freizeit.“ Kleiberchen drückte ihm noch schnell einen leichten Kuss auf die Wangen und zischte dann wortlos aus dem Chefbüro ab in ihre Ferien.

Mooshammer und seine Frau erreichten die «Alpenrose» bei schönstem Wetter. Welch ein fantastisches Wellness-Hotel am Achensee! Sie wurden wie immer äusserst freundlich mit einem Glas Champagner empfangen, so wie es traditionell für treue Gäste war in dieser Wohlfühloase. Beide freuten sich darauf, die vielen sportlichen Angebote zu nutzen, obwohl Mooshammer heimlich eher plante, vor allem den erholsamen und kulinarischen Genüssen zuzusprechen. Er nutzte die vielen verschiedenen Saunen, Bäder und Jausen mehr, als die Dutzenden von Sportgeräten. Es hatte ja für alle Gäste auch genügend Liegestühle in den auch dieses Jahr wieder erneut ausgebauten, weitläufigen Aussenanlagen. Das Hotel hatte die Corona-Zeit und den dadurch ausgelösten Lockdown genutzt, diese mit viel Fantasie weiter auszudehnen. Sie präsentierten sich jetzt einfach fantastisch!

Bald bemerkte man Mooshammer dabei, wie er sich mit einem feinen Drink auf einem Tischchen auf einer Strandliege nahe dem Schwimmteich an der Sonne aalte. Neben sich hatte er seine Arbeitsmappe geöffnet, was seine Frau Jutta sehr ärgerte. „Nicht einmal einen Tag kannst du deine Arbeit liegen lassen und dich mir etwas mehr zuwenden. Ich nehme mir jetzt ein Velo und fahre nach Achenkirchen ans andere Ende des Sees.“ Sprach’s und verschwand, mit zornigen Falten auf der Stirne, von der Bildfläche.

Mooshammer schüttelte seinen Kopf. Was wusste seine Jutta denn schon von der Mängelliste des Firmen-Verwaltungsrates, die ihm zwei Tage vor Betriebsferien zugesteckt worden war? Diese Liste, die nun wirklich nicht gerade von Vertrauen und Zufriedenheit triefte, stellte ihm kein allzu gutes Zeugnis als CEO aus in den letzten Monaten. Zum Teil unverständliche Vorwürfe über seine Führungsqualitäten, die als Folge auch schlechte Betriebsergebnisse im letzten Quartal zeitigten, blickten zwischen den Zeilen hervor. Hatten denn diese Sesselfurzer die Folgen der Pandemie nicht in ihre Beurteilung einfließen lassen? Was konnte er denn dafür, dass seine Führungsleute zeitweise im Homeoffice, dann wieder im Büro arbeiteten, leider oft unabgesprochen und ineffizient! So war Mooshammer halt nun gezwungen, sich nach Beratung umzusehen und landete deswegen schlussendlich bei Staller AG. Seine Gattin Jutta durfte natürlich davon nichts wissen, sonst hätten die Ferien noch schlechter begonnen, als sich gerade vor wenigen Minuten gezeigt hatte.

Nach einer Stunde hatte Mooshammer das Angebot Staller durchgearbeitet. Die Beratungsfirma schlug vor, mit dem höheren Kader ein Wochenendseminar zu veranstalten, mit abschliessender,

persönlicher Befragung und einer taffen Abschlussarbeit. Die Bewertung würde zeigen, welche Führungspersonen ihren Titel noch in der Firma Kummer & Söhne führen durften und welche sich neu zu orientieren hätten. Mooshammer war sich klar, die Alternative wäre, dass der CEO vielleicht...? Nein, er musste dem Verwaltungsrat nur belegen, dass er die Qualität seiner Mannschaft im Griff und kein Larifari Einzug gehalten hatte, auch in Krisenzeiten nicht. Zufrieden legte er die Akten auf die Seite und griff nach dem Gin Tonic auf dem kleinen Beistelltischen. Der Drink hatte inzwischen aber jegliches kühlende Eis verloren und schmeckte wie Abwaschwasser.

„Bringen sie mir doch bitte noch einen Gin Tonic, mit viel Eis“, rief er dem schwarz gekleideten, braungebrannten Kellner zu, der sich gerade mit einer blonden, opulent-busigen Schönheit in knappstem Bikini am Schwimmteich unterhielt. „Kommt sofort“, tönte es freundlich zurück, obwohl dieser sein Gespräch scheinbar noch nicht abbrechen wollte.

„Da ist wahrscheinlich dann das Eis auch bereits geschmolzen“, brummte Mooshammer etwas verärgert vor sich hin. Der Kellner musste die Verärgerung gespürt haben, denn er rannte nun förmlich davon.

Mooshammer legte sich zurück auf die Liege und sofort begannen seine grauen Hirnzellen wieder die Unterlagen zu umkreisen, die neben ihm auf dem Tischchen ruhten.

„Ob das wirklich geschickt wäre, dieses Seminar mit abschliessender Prüfung und Bewerbung durchzuführen?“ fragte er sich plötzlich im Stillen. Was, wenn ein rechter Teil seines Kaders bei der abschliessenden Bewertung die üblichen Ansprüche für's hohe Kader nicht erfüllen würden? Wer hatte diese Kaderstellen in den letzten fünfzehn Jahren besetzt und gutgeheissen?

Mooshammer himself, so würde es wohl heissen. Denn Mitarbeiter in diesen Kaderpositionen mit mehr Dienstjahren in der Firma Kummer & Söhne als Mooshammer auswies, konnte er aus den Personalakten nicht eruieren.

Was aber, wenn alle ihm unterstellten Kader die abschliessenden Bedingungen erfüllen würden, was Einsatz, Wissen, Führungsqualität, Ideenreichtum, Entscheidungsfähigkeit, geistige Beweglichkeit usw. betreffen? Würde man dann im Verwaltungsrat nicht darauf vertrauen, dass bei solch gutem Kader der CEO eigentlich auch kleine Krisen besser . . . ? Verdammt, er hätte dieses Angebot von Staller AG eigentlich nicht mit in die Ferien mitnehmen sollen.

Lagen Jutta und Kleiberchen etwa beide richtig mit ihrem Rat oder ihrem Zornesausbruch?

Es würden unruhige Ferien werden, dies war sich Mooshammer sicher. Er entschloss sich, die Unterlagen von Staller AG in den Zimmertresor einzuschliessen und die Ferien ab sofort zu geniessen. Dies würde wenigstens Jutta, seine Frau, zufrieden stellen.

Mooshammer und seine Frau verbrachten schöne Ferien, obwohl Jutta auf dem Velo mehr Genuss hatte, als Mooshammer auf den Liegestühlen und in der Sauna.

Jedenfalls zeigte sich der Verwaltungsrat kurz nach Ferienende recht grosszügig mit der Festlegung der Abgangsentschädigung für Albert Mooshammer. Man hatte den Sünder bezüglich fehlender Umsätze gefunden. Kleiberchen jedoch durfte bleiben, sie hatte sich gerade noch rechtzeitig einen neuen Freund angelacht.

Heinz Hodel, Kloten

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 beziehungsweise 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:

Gervasianum, Allerheiligenstrasse 3, Hägendorf



Die aktuelle Ausgabe der «Seniorenpost» ist ab sofort wieder auf unserer Homepage zu finden:

www.gluecklichesalter.ch/Senioren-Post

Lösung Sudoku:

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

Verkauf von Handarbeitsprodukten der Werkgruppe

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

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

Lösungen Quiz:

1. Feinen Eiskristallen
2. Weil die Luft dann kaum noch Feuchtigkeit enthält
3. 5 mm
4. Schnee
5. Frisch gefallener Schnee
6. 71 %
7. Das Messen der Entfernung auf einer Seekarte mittels eines Zirkels
8. Für den Bergbau
9. Nein, bei einem Gewitter sollte man jeden Baum meiden
10. Schweine
11. Stickstoff und Sauerstoff
12. Die Brieftaube
13. Knoblauch
14. Zebra
15. Kupplung, Bremse, Gaspedal
16. Im Engadin
17. Taipeh
18. Spanien

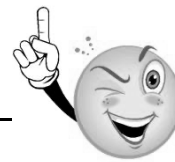
Macht Ihnen das Jassen Spass?

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 9 und 10 in dieser „Seniorenpost“!



Als Widmung schrieb ein Gast ins Gästebuch des Hotels: „Ich war mit meiner Frau hier, es war sehr schön.“ Am nächsten Tag steht darunter ein anderer Eintrag: „Ich war ohne meine Frau hier, das war viel schöner!“

Widmer fragt seinen Nachbarn: „Wären Sie wohl so freundlich, uns heute Abend Ihre Stereoanlage auszuleihen?“ – „Aber natürlich, mein Herr. Wollen Sie heute Abend eine Party feiern?“ – „Nein, im Gegenteil. Wir möchten gerne wieder einmal einen ruhigen Abend haben.“

„Kinder, warum macht ihr denn wieder so einen Lärm?“, will die Mutter von ihren Kindern wissen. „Wir spielen nur Mutter und Vater.“ – „Und wo ist eurer jüngster Bruder Urs?“ – „Er ist unter dem Sofa und wartet darauf, dass er zur Welt kommt!“

Lehrer: „Toni, weißt du wie lange Fische leben?“ Toni: „Genau gleich wie kurze.“

Sagt ein Teenager: „Ich werde demnächst mal um drei Uhr in der Nacht meine Mutter anrufen, damit sie sieht, wie es ist, wenn sie sonntags um 13.00 Uhr bei mir anruft.“

Hans schwenkt seine Tänzerin zum vierten Mal über die Tanzfläche. Fragt sie: „Sie tanzen wohl gerne?“ Hans: „Ja, sehr!“ Sie: „Warum lernen Sie es denn nicht?“

„Sie wollen Rom in drei Tagen kennengelernt haben? Wie haben Sie denn das gemacht?“ – „Arbeitsteilung, mein Lieber, Arbeitsteilung! Meine Frau hat die Museen besichtigt, meine Tochter die Boutiquen und ich die Kneipen!“

Während eines Besuches in einer geschlossenen Anstalt fragt ein Besucher den Direktor, nach welchen Kriterien entschieden wird, ob jemand eingeliefert werden muss oder nicht. Der Direktor sagt: "Nun, wir füllen eine Badewanne, geben dem Kandidaten einen Teelöffel, eine Tasse und einen Eimer und bitten ihn, die Badewanne auszuleeren. Der Besucher: "Ah, ich verstehe, und ein normaler Mensch würde den Eimer nehmen, damit es schneller geht, ja?" Direktor: "Nein, ein normaler Mensch würde den Stöpsel ziehen!"

Wladimir Klitschko stellt sein Fahrrad vor dem Supermarkt ab und geht Einkaufen. Am Fahr-

rad hängt ein Zettel: "Diebstahl zwecklos! - Wladimir Klitschko".

Als er zurückkommt, ist sein Fahrrad weg. Dafür liegt auf dem Boden ein anderer Zettel: "Verfolgung zwecklos! - Jan Ullrich".

Wie versucht ein Politiker eine Glühbirne einzuschrauben? Er hält die Birne in die Fassung und wartet darauf, dass sich die ganze Welt um ihn dreht.

Stellen Sie sich vor, alle Fraktionschefs des Nationalrates sind auf einem Schiff, das soeben sinkt. Wer wird gerettet? Antwort: Die Schweiz.

Einmal im Quartal geht die alte Dame zum Arzt — der will schließlich auch leben. Der schreibt ihr dann ein Rezept auf. Damit erhält sie beim Apotheker die Medikamente — der will schließlich auch leben. Zuhause wirft sie alles in den Müll — sie will schließlich auch leben.

Tim kommt kreidebleich vom Indianer spielen nach Hause. „Tim, mein Kleiner, haben sie dich wieder an den Marterpfahl gebunden?“ „Nein Mami, heute haben wir die Friedenspfeife geraucht.“

Papi bringt seinen kleinen Sohn ins Bett. Nach einer Weile öffnet die Mutter ganz vorsichtig, nur einen kleinen Spalt weit, die Tür und fragt leise: "Und ist er schon eingeschlafen?" Antwortet der kleine Sohn: "Ja, und er schnarcht!"

Schild in der U-Bahnstation: „Auf der Rolltreppe müssen Hunde getragen werden!“ Passant: „Und wo bekomme ich jetzt auf die Schnelle einen Hund her?“

Der vierjährige Dieter darf mit Papi eine längere Autofahrt mitmachen. Abends zu Hause fragt die Mutter: "Na, ihr Zwei, wie war es denn?"

Der Kleine total begeistert: "Ganz toll! Wir haben zwei Hornochsen, einen Knallkopp, sechs Armleuchter und einen Vollidioten überholt...."

"Mami möchtest du ein Eis?" — "Nein." — "Gut. Jetzt frag du mich!"



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.



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