



# Senioren-Post



April 2021

Stiftung für ein glückliches Alter  
Hägendorf-Rickenbach

41. Jahrgang

*Licht ist das ewig Wiederkehrende;  
wie die Blumen im Frühling.*

*M. B. Hermann*



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



Postfach 304  
4614 Hägendorf

[www.gluecklichesalter.ch](http://www.gluecklichesalter.ch)



Liebe Seniorinnen und Senioren  
Liebe Leserinnen und Leser

Es macht aufmerksam oder erstaunt möglicherweise sogar, wenn ich mit diesen Worten starte. Doch es ist mir ein echtes Bedürfnis, Ihnen auch einen anderen – besseren? – Weg aufzuzeigen. Das Wort «CORONA» begleitet uns seit gut einem Jahr und wir suchen nach der neuen Normalität. Wir dürfen/müssen uns daran gewöhnen, jeden Tag mit den Auswirkungen und Massnahmen dieser Pandemie konfrontiert zu werden.

Doch gerade in einer solch belasteten Zeit müssen wir für uns einen Ausweg finden, und dies primär für uns selbst und unser näheres Umfeld. Lassen wir daher jeden Abend vor dem Einschlafen Sorgen hinter uns und versuchen uns im Schlaf zu entspannen. Am Morgen dann starten wir mit dem oben aufgeführten Zitat. Doch so ganz von sich aus wird der neue Tag nicht zum schönsten Tag in unserem Leben. Vielmehr müssen wir mit Aufwachen/Aufstehen unser Innerstes bereit machen, damit die Chance eröffnet wird. Wir müssen bereit sein, mit positiven Gedanken und positivem Denken dem Bett zu entsteigen, den Weg an den Frühstückstisch anzutreten und dem neuen Tag vorweg positiv zu begegnen. Wenn wir schlecht gelaunt und/oder «brummlig» in den Morgen starten, geben wir dem Tag nicht den Mut, unser Zitat zu erfüllen. Starten wir mit Überlegungen, was uns der neue Tag bringen kann und stecken wir die Ziele nicht zu hoch.

Unternehme ich einen Spaziergang, stehen Einkäufe an oder habe ich allenfalls einen Termin bei Coiffeuse oder Podologin? Bewusst habe ich da Tätigkeiten aufgeführt, die auch aktuell noch möglich sind. Hätte ich andere Ziele – grosse Reise oder gutes Mittagessen in einem Restaurant – formuliert, die gar nicht realistisch sind, wäre schon der Stimmung Einhalt geboten worden, und es kommen «negative» Gedanken auf. Wenn wir uns davon leiten lassen, ist für den Tag eben die Chance verspielt. Neue Normalität kann auch «Entschleunigung», «Zurückschrauben» oder gar Demut sein/werden.

Wenn der Tag dann auf dem guten Weg zu seinem Ziel ist, können wir miterleben, und dabei tun wir gut daran, das Ziel richtig zu formulieren. Schön – der schönste Tag – gilt es immer wieder neu zu definieren. Dabei können/müssen wir wohl unsere Ansprüche anpassen, denn für viele von uns gilt «Klagen auf hohem Niveau» und damit behindern wir eigentlich die Entwicklung eines Tages zum schönsten Tag in unserem Leben.

Ein «Blick über den Tellerrand» hinaus führt uns drastisch vor Augen, dass wir eigentlich doch recht privilegiert leben. Also die Grundvoraussetzung für den schönsten Tag wird uns sehr oft geboten, nur müssen wir es erkennen. Da ist dann aber auch Empathie mit unseren Mitmenschen angezeigt, denn nicht allen ist es vergönnt, aus einer sicheren Warte dem Tag zu begegnen.

## **Meine CORONA-Betrachtungen**

Der Test ist sicher nötig, aber sicher nicht das Angenehmste. Darum gibt es jetzt auch Varianten bei den Tests, nicht nur beim Virus. Schon eine Negativ-Rückmeldung wird uns darüber hinwegtrösten; sicher darf es aber uns nicht sorglos werden lassen.

- Hände waschen
- Abstand halten
- Maske tragen – und zwar richtig
- Kontakte reduzieren

sind wohl noch über längere Zeit die nicht zu vernachlässigenden Massnahmen.

Schritt für Schritt bekommen wir Freiheiten zurück und lernen dabei, welche Freiheiten wir eigentlich fast ausnahmslos leben/geniessen können.

# Aus dem Stiftungsrat

---

Danke für Ihre Aufmerksamkeit und die Bereitschaft, den einen oder anderen Gedanken in die Tages-Überlegungen aufzunehmen. Ja, dann geben wir uns und dem Tag die Möglichkeit, wirklich schön – sogar zum schönsten Tag – zu werden.

*Werner Huber, Präsident der Stiftung*

## **Aus dem Stiftungsrat**

Gegenüber den Ausführungen in der Januar-Ausgabe unserer «Seniorenpost» hat sich bei unseren Aktivitäten leider nicht viel geändert. Doch alle Ressortleitungen sind bereit, Ihnen den Zugang zu den gewohnten Angeboten wieder zu ermöglichen.

Die **Wandergruppe** startete im März wieder, immerhin in angepasster Situation.

Die **Steuererklärungen** sind bei Ihnen eingetroffen und allenfalls sogar schon erledigt. Wenn Sie beim Lesen dieser «Seniorenpost» dies noch nicht erledigt haben, bitte sofort Fristverlängerung nachreichen.

In jedem Fall können Sie mit uns Kontakt aufnehmen, dann helfen wir Ihnen.

Bei dieser Gelegenheit ist auch immer zu überprüfen, ob für die Krankenkasse Anrecht auf Prämienvorbilligung besteht oder sogar andere Punkte wie Ergänzungsleistungen oder Hilflosen-Erschädigung möglich sind. Scheuen Sie sich nicht, Abklärungen vorzunehmen, denn es sind keine Almosen, sondern eben allenfalls gesetzliche Leistungen, auf die Sie Anspruch haben.

## **Personelles**

Auf Ende des Jahres 2020 hat sich Marianne Möri aus dem Stiftungsrat zurückgezogen. Ihr Engagement und ihre von Sozialkompetenz geprägten guten Ratschläge wussten wir zu schätzen. Doch Marianne redete nicht nur mit, sondern konnte unsere Voten auch ins Protokoll «übersetzen». Über 20 Jahre durfte die Stiftung auf die Dienste von Marianne Möri zählen.

Wir danken herzlich und wünschen für die Zukunft alles Gute.

## **«Seniorenpost»**

Wenn der Umfang der «Seniorenpost» zuweilen von 32 über 28 auf 24 Seiten «abnimmt», ist dies nicht eine von uns gesteuerte «Schlankheitskur», sondern vielmehr dem Umstand geschuldet, dass wir gerne weitere Beiträge aufnehmen würden. Haben Sie selbst gute Geschichten geschrieben oder entdeckt, Walter Husi nimmt gerne Hinweise entgegen.

## **Homepage**

Mit vollem Engagement ist unser Vizepräsident Andy Sigrist daran, unsere Homepage aufzufrischen.

Bewährtes soll erhalten bleiben und die Aktualität ist ebenfalls zu sichern. Schon bald wird er gewisse Sachen aufschalten können. Dann sind Sie gefragt, kritisch zu betrachten und Anregungen anzubringen.

## **Ihr Engagement**

Schreiben Sie uns, geben Sie uns Hinweise oder stellen Sie sich für Dienstleistungen zur Verfügung. Besonders im Verteil-Team Seniorenpost gibt es Gelegenheit, «mit Spaziergang» und «Seniorenpost» unter dem Arm Fitness zu pflegen.

Viel Vergnügen bei der Lektüre unserer «Seniorenpost» und bleiben wir gegenseitig in Kontakt.

Bliibet gesund.

*Werner Huber*

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

## Kontaktadressen der Stiftung

---

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

### Kontaktadressen für die Dienstleistungen der Stiftung

---

<b>Autodienst</b>	Krebs Rolf *	Sandrain 6 4614 Hägendorf	<b>062 216 32 82</b> <b>079 211 58 08</b>
<i>Stellvertretung</i>	Frey Jörg	Sandgrube 4 4614 Hägendorf	<b>079 733 39 91</b>
<b>Badefahrten</b>	Husi Walter	Lindenweg 28 4614 Hägendorf	<b>079 838 93 47</b>
<i>im Wechsel mit:</i>	Krebs Rolf *	Sandrain 6 4614 Hägendorf	<b>062 216 32 82</b> <b>079 211 58 08</b>
	Sauter René	Ernetweg 1 4614 Hägendorf	<b>062 216 61 73</b>
	Vogt Martin	Bahnweg 1A 4614 Hägendorf	<b>079 193 01 28</b>
<b>Formulardienst Steuern</b>	Huber Werner *	Mail-Adresse: wh.h@bluewin.ch	<b>079 332 84 24</b>
<b>Wanderguppe</b>	Neuhaus Jürg *	Wächterweg 12 4614 Hägendorf	<b>062 216 32 32</b>
<i>Stellvertretung</i>	Vögeli Fritz	Bachstrasse 35 4614 Hägendorf	<b>062 216 05 92</b>
<b>Werkgruppe</b>	Nünlist Esther *	Im Bifang 2 4614 Hägendorf	<b>062 216 17 77</b> <b>078 790 27 77</b>
<b>Jassnachmittag</b>	Beslanovits Monika *	Kirchrain 12 4614 Hägendorf	<b>079 222 44 00</b>
	Bloch Hanni	Langenbruckstrasse 11 4614 Hägendorf	<b>062 216 39 30</b>
<b>„Seniorenpost“</b>	Husi Walter	Lindenweg 28 4614 Hägendorf	<b>062 216 70 17</b> <b>079 838 93 47</b>

\* Mitglieder des Stiftungsrates



1. April–30. Juni 2021

## Wir gratulieren herzlich zur / zum

### **Goldenen Hochzeit**

50 Jahre verheiratet

**16. April**

Kurt und Katharina Kamber-Frank  
Wendelinweg 16, 4613 Rickenbach

**29. April**

Rolf und Christine Krebs  
Sandrain 6, 4614 Hägendorf

**21. Mai**

Paul und Meta Boner  
Fridgasse 48, 4614 Hägendorf

**27. Mai**

Hans und Irene Trachsel  
Weinhaldenweg 2, 4614 Hägendorf

**30. Mai**

Christian und Hildegard Menet  
Oberer Rolliring 8, 4614 Hägendorf

**25. Juni**

Andreas und Rita Sägesser  
Rebgutstrasse 6, 4614 Hägendorf

**97. Geburtstag**

**12. April**

Sales Hodel  
Eigenheimweg 5, 4614 Hägendorf

**95. Geburtstag**

**26. April**

Elsa Beer  
Thalackerweg 11, 4614 Hägendorf

**94. Geburtstag**

**20. Mai**

Vahid Delkic  
Wendelinweg 2, 4613 Rickenbach

**27. Mai**

Ruth Leuenberger  
Bodenmattstrasse 29, 4614 Hägendorf

**92. Geburtstag**

**30. Mai**

Annamarie Wyss  
Am Brotkorb 3, 4614 Hägendorf

**91. Geburtstag**

**17. April**

Melanie Schneider  
Am Brotkorb 5, 4614 Hägendorf

**4. Mai**

Elisabeth Barmettler  
Bahnweg 7, 4614 Hägendorf

**25. Mai**

Peter Wyss  
Terrassenstrasse 9, 4614 Hägendorf

**26. Mai**

Blanda Hodel  
Eigenheimweg 3, 4614 Hägendorf

**5. Juni**

Klara Rötheli  
Thalackerweg 11, 4614 Hägendorf

**90. Geburtstag**

**24. April**

Milorad Simic  
Dünnerstrasse 13, 4614 Hägendorf

**26. April**

Rudolf Oegerli  
Kirchrain 5, 4614 Hägendorf



1. April–30. Juni 2021

Fortsetzung:

## Wir gratulieren herzlich zum

### 85. Geburtstag

**25. April**

Gertrud Anliker  
Mühlerain 1, 4614 Hägendorf

**31. Mai**

Elsbeth Kissling  
Langenbruckstrasse 1, 4614 Hägendorf

**19. Juni**

Margarete Kohler  
Nellenweg 13, 4614 Hägendorf

### 80. Geburtstag

**2. April**

Ruth Braun-Ammann  
Solothurnerstrasse 22, 4613 Rickenbach

**10. April**

Max Hänggi  
Kapellenweg 24, 4613 Rickenbach

**15. Mai**

Anita Henzi  
Bachstrasse 21A, 4614 Hägendorf

**20. Mai**

Kurt Huwyler  
Weinhaldenweg15, 4614 Hägendorf

**28. Mai**

Verena Gamma  
Halbrütiacker 13, 4614 Hägendorf

**10. Juni**

Elvira Widmer  
Schützenweg 9, 4614 Hägendorf

**17. Juni**

Jochen Lucas  
Buchenweg 9, 4614 Hägendorf

### 75. Geburtstag

**16. April**

Albert Saur  
Eigasse 16, 4614 Hägendorf

**24. April**

Yvonne Kohler  
Lärchenweg 7, 4614 Hägendorf

**14. Mai**

Dora Comisso  
Industriestrasse West 1C, 4614 Hägendorf

**16. Mai**

Ernst Bula  
Hagrain 13, 4614 Hägendorf

Verena Henry  
Asp 1, 4438 Langenbruck

**19. Mai**

Margaretha Kiener  
Mühlegasse 14, 4613 Rickenbach

**23. Mai**

Anton Häusler  
Bachmattring 4b, 4614 Hägendorf

**25. Mai**

Peter Kohler  
Sandgrube 9, 4614 Hägendorf

**29. Mai**

Madeleine Ryf  
Dünnernstrasse 19, 4614 Hägendorf

**1. Juni**

Monika Leuenberger  
Schützenweg 14, 4614 Hägendorf



1. April–30. Juni 2021

Fortsetzung:

## Wir gratulieren herzlich zum

### 75. Geburtstag

- 2. Juni** Carmen Arnold  
Solothurnerstrasse 19, 4614 Hägendorf
- 15. Juni** Irma Portmann  
Nellenacker 8, 4614 Hägendorf
- 16. Juni** Maria Theresia von Arx  
Fridgasse 32, 4614 Hägendorf
- 25. Juni** Giorgio Laganà  
Solothurnerstrasse 39, 4614 Hägendorf
- 26. Juni** Jürg Bösiger  
Schützenweg 8, 4614 Hägendorf

### 70. Geburtstag

- 3. April** Martha Germann  
Kirchweg 9, 4614 Hägendorf
- 11. April** Hildegard Menet  
Oberer Rolliring 8, 4614 Hägendorf
- 13. April** Heinz Stalder  
Dünnernstrasse 17, 4614 Hägendorf
- 14. April** Heinrich Imark  
Allerheiligenstrasse 2, 4614 Hägendorf
- 29. April** Filip Markovic  
Bodenmattstrasse 7, 4614 Hägendorf
- 30. April** Marie-Louise Gehrig  
Römerstrasse 13A, 4614 Hägendorf
- 11. Mai** Heidi Schepperle  
Oltnerstrasse 13c, 4614 Hägendorf
- 16. Mai** François Biland  
Mühlerring 2, 4614 Hägendorf
- 17. Mai** Heidi Affolter  
Im Herzel 6, 4614 Hägendorf
- 26. Mai** Andreas Fischer  
Eichweg 8, 4614 Hägendorf
- 30. Mai** Verena Studer  
Nellenacker 8, 4614 Hägendorf
- 31. Mai** Mohamed Sabry  
Heiligacker 9, 4614 Hägendorf
- 2. Juni** Aude Rossi  
Buchenweg 4, 4614 Hägendorf
- 13. Juni** Iwan Bitterli  
c/o Silvia Bitterli, Eigasse 9, 4614 Hägendorf
- 19. Juni** Dorothea Almásy  
Weinhaldenfeld 5, 4614 Hägendorf



1. April–30. Juni 2021

Fortsetzung:

## Wir gratulieren herzlich zum

### 65. Geburtstag

<b>2. April</b>	Hana Nikollbibaj Gässli 20, 4614 Hägendorf
<b>9. April</b>	Paul Latscha Bühlstrasse 19, 4614 Hägendorf
<b>20. April</b>	Shahin Lepaja Grossmattstrasse 9b, 4614 Hägendorf
<b>21. April</b>	Brigitta Reber Grossmattstrasse 5, 4614 Hägendorf
<b>26. April</b>	Silvia Fischer Im Ziegelfeld 4, 4614 Hägendorf
<b>1. Mai</b>	Peter Lüdi Im Bifang 2A, 4614 Hägendorf
<b>2. Mai</b>	Zirafete Dakaj Eichweg 7, 4614 Hägendorf
<b>12. Mai</b>	Helen Porcioncula Chänzeliweg 6, 4614 Hägendorf
<b>13. Mai</b>	Anton Nussbaumer Höhenweg 5, 4614 Hägendorf
<b>14. Mai</b>	Sonja Villars Bühlmatt 3A, 4614 Hägendorf
<b>6. Juni</b>	Karl Stauffer Bahnweg 5, 4614 Hägendorf
<b>12. Juni</b>	Christa Fürst Dünnerstrasse 2, 4614 Hägendorf
<b>19. Juni</b>	Anton Oegerli Weinhaldenweg 3, 4614 Hägendorf
<b>25. Juni</b>	Otto Rudolf von Rohr Sandgrube 6, 4614 Hägendorf
<b>26. Juni</b>	Erika Brunner Weinhaldenfeld 7, 4614 Hägendorf

*Heute ist ein besonderer Tag,  
an dem man Leute überrascht, die man mag.  
Es sind keine Rosen und kein Geschenk, nur ein Wink,  
dass jemand an dich denkt.*

# Mittagstisch für Seniorinnen, Senioren und Alleinstehende



- Ort:** Katholisches Pfarreizentrum, Hägendorf
- Daten:** jeweils am 3. Mittwoch des Monats  
**21. April 2021**  
**19. Mai 2021**  
**16. Juni 2021**
- Preis:** Mittagessen mit Mineralwasser, Kaffee und Dessert Fr. 12.–.  
 Wein wird zu einem Spezialpreis angeboten.
- Anmeldung:** Aus organisatorischen Gründen benötigen wir bitte Ihre Anmeldung:  
 Frau Raphaela Imhof, Tel. 062 216 29 85  
 (abends ab 18.30 Uhr)
- Anmeldung bitte 2 Tage im Voraus oder beim vorherigen Mittagstisch.**

Für Ihr leibliches Wohl sind besorgt die Köchinnen:

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

**Katholische Frauengemeinschaft und Frauen des reformierten Pfarrkreises Hägendorf**

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

## Jassmeisterschaft 2021 mit Jahreswertung

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



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

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

**Jasstage 2021: Montag, 12. April** (statt Ostermontag, 5. April)  
**Montag, 3. Mai**  
**Montag, 7. Juni**

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

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

**Neue Jasserinnen und Jasser sind herzlich willkommen!**

## Werken für die Stiftung 2021

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

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

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

**Donnerstag, 8. April**

**Donnerstag, 20. Mai**

**Donnerstag, 8. Juli**

**Donnerstag, 22. April**

**Donnerstag, 10. Juni**

**Donnerstag, 6. Mai**

**Donnerstag, 24. Juni**

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

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



# WANDERGRUPPE

DER STIFTUNG FÜR EIN GLÜCKLICHES ALTER



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

Treffpunkt, Zeit und Zielort gemäss Anschlag in den Schaukästen beim Bistro Vögeli-Beck im Dorfzentrum von Hägendorf und in Rickenbach.

**Zu den gegebenen Zeiten finden Sie die Details zu den bevorstehenden Wanderungen auch auf unserer Homepage!**

**[www.gluecklichesalter.ch](http://www.gluecklichesalter.ch)**

Nähere Auskunft beim

Wanderleiter:

Jürg Neuhaus Tel. 062 216 32 32

Wanderleiter Stellvertreter:

Fritz Vögeli Tel. 062 216 05 92

**Wanderdaten 2021:**

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

**Bitte die aktuellen Informationen zu den Corona-Vorschriften beachten!**

# Fahrdienst für Seniorinnen und Senioren

## Geschenkidee für Seniorinnen und Senioren

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



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

### Adresse:

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

## Fahrdienst für alle älteren Einwohnerinnen und Einwohner von Hägendorf und Rickenbach

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

**Grundtaxe** (bei Verordnung durch den Arzt) Fr. 4.00

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

Zeitaufwand über 1 Stunde pro ½ Stunde Fr. 6.00

sowie pro gefahrenen Autokilometer Fr. -.80

(Diese Dienstleistungen werden von der Stiftung unterstützt.)

### Fahrten im Auftrag des Seniorencentrums Untergäu

erfolgen nach speziellem Tarif.

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

**Grundtaxe** Fr. 10.-

Zeitaufwand pro ½ Stunde Fr. 5.-

sowie pro gefahrene Autokilometer Fr. -.80

**Fahrdienst verfügbar:** Montag–Freitag, 7.00–18.00 Uhr

**Anmeldung, mindestens 24 Stunden im Voraus:**

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

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

## Badefahrten der Stiftung für ein glückliches Alter



## nach Bad Ramsach

Die Badefahrten finden wegen der anhaltend schwierigen Corona-Situation bis auf Weiteres nicht statt.

## 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 juristischen 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, 4614 Hägendorf, gemacht werden. Jede finanzielle Unterstützung ist herzlich willkommen.

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

Einzahlungsscheine können bei der Rechnungsführerin unserer Stiftung bezogen werden.

Adresse und Telefonnummer finden Sie auf Seite 4 der „Seniorenpost“.

# 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“.

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

Lösung Seite 22

---

## Quiz

---

1. Welches Tier hat Pro Natura zum «Tier des Jahres 2021» erkoren?
2. Wer war nach Marlene Dietrich der einzige Weltstar aus dem deutschsprachigen Raum?
3. Wann sind auf der Nordhalbkugel im laufenden Jahr Tag und Nacht genau gleich lang?
4. Wann erfolgte für die damalige PTT der Startschuss für die Epoche der A- und B-Post?
5. Wann nahmen die Schweizer Stimmbürger das eidg. Stimm- und Wahlrecht für Frauen an?
6. Welche Armee überschritt vom 1. bis 3. Februar 1871 die Schweizer Grenze?
7. Für was stehen bei der Bezeichnung Washington, D.C. die Buchstaben «D.C.»?
8. Welcher Club wurde vor 125 Jahren am 1. 9. 1896 in Genf von 205 Radfahrern gegründet?
9. Welches Raubtier tappte am 2. Januar 2021 im Günsberger Waldgebiet in eine Fotofalle?
10. Wie heisst das geplante ambitionöse unterirdische Logistiksystem **CST** ausgeschrieben?
11. Wie weit ist der Mars von der Erde entfernt?
12. Wie lautet der ehemalige Name von Myanmar, der im Vereinigten Königreich, in Australien und den USA nach wie vor verwendet wird?
13. Wo werden die XXIV. Olympischen Winterspiele vom 4. bis 20. Februar 2022 ausgetragen?
14. Wie heisst das grösste Wildtier Europas, das rund 1000 Jahre nach seiner Ausrottung bei uns erneut heimisch werden soll?
15. Was bedeutet die aus dem englischen Sprachraum übernommene Abkürzung: LGBT?
16. Welche SchauspielerIn erhielt 91-jährig den Ehrenpreis des Schweizer Filmpreises 2021?
17. Welches lebenswichtige Hormon feiert 2021 das 100-Jahr-Jubiläum?
18. Welches Tier ist die einzige Hirschart, bei der beide Geschlechter ein Geweih tragen?

Lösung Seite 22

# Unterwegs in Australien

## Ausschnitte aus meinem Reise-Tagebuch (Teil VIII, Tasmanien)

Die Fahrt vom Motel in Somerset nach Burnie dauerte inklusive kurzer Suche wirklich nicht länger als zehn Minuten. Das Restaurant Bayview war dann einmal mehr ein Volltreffer, fanden wir uns doch bald im ersten Stock eines modernen Lokals wieder. Das Tagesmenü wurde uns auf einer sehr grossen Tafel präsentiert und sogar vorgelesen, enthielt aber vor allem Fisch und anderes Meeresgetier. Wir verlangten dann aber doch die Karte und bestellten uns etwas mit Fleisch. Die Wirtin kam mehrmals an unseren Tisch und fragte uns dann auch bald, ob wir Deutsch sprechen. Als wir dann Schweizerdeutsch erwähnten, stand schon bald der Chef persönlich bei uns am Tisch, Kurt Wyss sein Name. Kurt stammte ursprünglich aus Hindelbank (nein, nicht aus dem dortigen Frauengefängnis). Seine beruflichen Wanderjahre führten ihn als gelernter Käser nach Amerika, Neuseeland und dann eben nach Australien. Hier lernte er seine heutige Frau Ann kennen, mit welcher er nun seit einigen Jahren dieses vorzügliche und wunderbar gelegene Restaurant betreibt. Dies war ein sehr schöner Abend, auch wettermässig, weshalb wir gleich für den kommenden Abend einen Tisch reservieren wollten. Leider war dies nicht möglich, da sonntags geschlossen. Kurt gab uns dann aber noch einige wertvolle Tipps für unsere geplante Wandertour in die Cradle Mountains am Folgetag auf den Weg.



Im Motel Best Western in Somerset gab es keine Möglichkeit zum Morgenessen, weshalb wir kurzerhand wieder nach Burnie fuhren und uns ein passendes Lokal suchten. Wir fanden eins, und zwar das Nite & Day, 53 Mount Street, ein wirklicher „Geheimtipp“, sollten Sie, liebe Leserin und Leser, dort einmal vorbeikommen. Die beiden jungen und sehr freundlichen Frauen hinter der Theke und in der Küche gaben alles für uns zwei hungrigen Wandersleute. Die bestellten Spiegeleier und Toastbrote, aber auch alles andere, war äusserst vorzüglich. Vor allem das angebotene und von ihnen selber gebackene Früchtebrot führte Urs zu Lobeshymnen in den höchsten Tönen. Anschliessend suchten wir noch die nahe gelegene Banjo's Bakery & Cafe, an der 38 Wilson Street auf, wo wir uns zwei grosse

Sandwiches frisch zubereiten und für die bevorstehende Wanderung einpacken liessen. Nun konnte die Tour so richtig losgehen.

Die Autofahrt zum etwa 100 km entfernten Nationalpark Cradle Mountain dauerte rund 90 Minuten, vorwiegend durch Waldlandschaften, alles wieder in südlicher Richtung. Dieser Nationalpark liegt auf einem Hochplateau und verfügt über mehrere grosse und kleine Seen. Es wird empfohlen, nicht selber mit dem Auto bis zum Lake Dove hinauf zu fahren. Der Eintrittspreis in den Park beinhaltet sowieso auch die Fahrt mit einem Touristenbus hin und zurück.

Deshalb liessen wir unser Auto auf dem grossen Besucherparkplatz stehen, schauten uns zuerst das Touristenzentrum an und fuhren dann anschliessend mit dem nächsten Touristenbus zum Start der Wanderung. Wir umrundeten den ganzen Lake Dove (Bild rechts) auf einem sehr gut ausgebauten Wanderweg und hielten immer wieder Ausschau nach irgendwelchen Wildtieren. Diese verkrochen sich aber offenbar in den Büschen und hohen Gräsern entlang des Weges. Immer wieder stellten wir unmengen von Kotablagerungen fest, aber die dazu passenden Tiere waren einfach nirgends zu sehen, noch nicht.



## Unterwegs in Australien



Der Wanderweg war wie schon beschrieben sehr gut ausgebaut und führte teilweise auf Holzstegen durch Sumpf- und Graslandschaften. Die Holzplanken waren dabei mit einem feinen Zaunflecht abgedeckt, wir nahmen an, dass dies das Ausrutschen bei Nässe verhindern sollte.



Und dann plötzlich ein Wombat ganz in der Nähe unseres Weges. Eigentlich wären die Wombats ja nachtaktive Tiere, in dieser Gegend haben sie sich aber wohl den Touristen angepasst und sind auch tagsüber unterwegs. Wombats sind im Aussehen ähnlich unseren einheimischen Murmeltieren in den Alpen, nur werden Wombats bis 100 cm lang und 25 bis 35 kg schwer. Später sahen wir dann auch noch grosse Igel mit langer Nase, der Kurzschnabel- oder auch Ameisenigel genannt wird, einem sogenannten Echidna. Dieses bis zu 50 cm grosse Tier ist aber sehr schreckhaft. Bei jedem Geräusch steckt es seine Nase sofort in den nächst gelegenen Grasbüschel und verhält sich minutenlang ruhig.



Die ganze Wanderung dauerte dann etwa vier Stunden (reine Marschzeit) und Urs wollte den letzten Abschnitt bis zum Parkplatz unter gar keinen Umständen mehr unter seine Füße nehmen. So warteten wir an einer Haltestelle auf den Touristenbus und wurden von der freundlichen, aber bergauf fahrenden Chauffeuse darauf hingewiesen, dass die meisten Busse beim Herunterfahren schon voll besetzt seien und wir damit lange warten müssten. So fuhren wir also zuerst wieder ein Stück nach oben und nahmen dabei auch immer wieder auch andere Gäste auf.

# Unterwegs in Australien

Mit sehr müden Füßen fuhren wir dann nach der Talfahrt mit unserem Mietauto zurück Richtung Somerset zu unserer Unterkunft im Motel Best Western.

Unterwegs sahen wir immer wieder grossflächige Rodungen in den Wäldern entlang unserer Route, die Holzindustrie ist hier einer der Hauptarbeitgeber. Später sahen wir dann an der Küste auch die dazu passenden Zellulosefabriken mit ihren riesigen Vorräten an Stamm- und Schnitzelholz. Dabei kippen die Lastwagen ihre Ladungen nicht selber aus, nein, die ganzen Fuhrwerke werden mittels einer Plattform 45 Grad angehoben.



In unserer Unterkunft versuchte ich mich ausnahmsweise im Suchen eines Restaurants für das bevorstehende Nachtessen und fand die Pizzeria Domino in Burnie. Urs schmunzelte ein wenig, fuhr dann aber ohne etwas zu sagen zum gesuchten Lokal und daran vorbei, einem kleinen Pizzakurier. Nun, das war definitiv nicht das, was wir nach einem so anstrengenden Tag suchten oder bevorzugten. Ich sagte nur „weiterfahren“, und so sassen wir bald in einem Steakhouse namens Mallee Grill, an der 26 North Terrace, immer noch in Burnie, unweit vom Strandabschnitt hier am Nordende der Insel Tasmanien. Das bestellte Filet, welches auf einem riesigen Gusseisengrill über glühender Holzkohle gebraten wurde, garniert mit Pommes frites und Knoblauchsauce, schmeckte uns hervorragend. Das Verhältnis Preis zu Leistung stimmte hier hundertprozentig.



Wir befanden uns bereits in der letzten der insgesamt fünf Wochen hier in Australien und packten an diesem Morgen unsere Sachen einmal mehr zusammen. Die Bezahlung und Abmeldung an der nun besetzten Rezeption im Best Western in Somerset, auch die Katze sagte uns Miau, klappte rasch und unbürokratisch. Der Ort, wo wir heute das Morgenessen einnehmen wollten, hatten wir ja schon gestern vereinbart, das Nite & Day Coffeehouse in Burnie. Eine der anwesenden Frauen erkannte uns wieder, da Urs ja gestern das Fruchtebrot so sehr lobte.

Nach dem erneut vorzüglich schmeckenden Breakfast, mussten wir Burnie wieder langsam, aber sicher zurück Richtung Hobart verlassen. Zuerst fuhren wir ein Stück ostwärts, direkt der sehr schönen Küste entlang, vorbei an den Ortschaften Penguin, Ulverstone bis nach Devonport, von wo wir dann südwärts abbogen. Wir wollten die Route der Highland Great Lake fahren. Via Sheffield kamen wir nach Chudleigh, wo wir von weitem die Melita Honey Farm vor uns sahen. Wenn mein Bruder Urs „Honey“ sieht, dann funkelt es sofort in seinen Augen. Der Besuch lohnte sich, wurde doch die Lebensweise der Bienen an mehreren Objekten und hinter Glas bedeckten Waben sehr gut dargestellt. Auch der Verkauf von Honig war ein wichtiger Teil hier in dieser Farm. Urs begutachtete natürlich die verschiedenen Geschmacksrichtungen an Honig ganz genau, und wir beide versuchten auch verschiedene Arten mittels Proben. Nur der Verkauf vom Honig in Plastikbechern passte Urs überhaupt nicht und dies diskutierte er beim Bezahlen auch ausführlich mit der Verkäuferin, einer Holländerin, welche seit Jahren hier auf Tasmanien lebt.



# Unterwegs in Australien

Die Weiterfahrt führte uns entlang dem Great Lake über die Highland Lakes Road, welche stellenweise in argem Zustand ist. Teilweise wurde zwar daran gearbeitet, und die Fahrt führte dann kilometerlang über eine Schotterpiste. Diese Hochlandstrecke hat aber auch seine schönen Seiten, und immer wieder hielten wir irgendwo an und genossen diese schönen Ausblicke.



Weiter ging es via Kempton, Bagdad, Mangalore und Pontville. Die Namen der Ortschaften überraschte uns immer wieder, ja sogar Interlaken war einmal signalisiert, leider nicht entlang unserer Route, wir hätten extra 26 km nach Osten fahren müssen. In Mole Creek lockte uns das Cafe Bozzey an der 48 Pioneer drive zu einem Halt, und das von mir bestellte Bananen-Frappé, aber auch der Cake von Urs haben uns sehr geschmeckt. Kurz vor dem Tagesziel Glenorchy passierten wir erneut die von weit her sichtbare Stahlwerkbrücke bei Granton.



Immer wieder passierten wir schöne Gebäude und noch viel schönere Landschaften.



Um 18.00 Uhr parkierten wir unser Auto vor dem bereits besuchten Best Western Balmoral Motor Inn in Glenorchy. Wiedersehen macht Freude, und dies gaben uns die Besitzer auch sofort zu erkennen. Wir machten uns kurz frisch im Zimmer und dann wurde wieder einmal gegoogelt. Das heute auserwählte Restaurant hieß „St. Albi Bar & Eatery“ und befand sich im nahen Moonah an der Albert Road. Dies zu finden war dann allerdings etwas schwieriger. An der Albert Road fuhren wir an vielen kleinen Unternehmen und Fabrikhallen vorbei, das „St. Albi“ fanden wir aber erst bei der zweiten Durchfahrt. Es befindet sich in einer Stahlbauindustriehalle und ist auch teilweise

noch so eingerichtet, als würden morgen hier wieder Bleche bearbeitet. Das Essen schmeckte uns vorzüglich und war die 131 AU\$D mehr als wert. Den Schlaf fanden wir kurze Zeit später auch. Heute war wieder einmal ein Flugreisetag, ging es doch von Tasmanien zurück aufs Festland nach Melbourne. Das Breakfast wurde uns vom Betreiber des Best Western freundlicherweise offeriert, respektive nicht in Rechnung gestellt, wir waren ja sozusagen bereits Stammgäste. Die Besitzer hatten Freude, dass wir ein zweites Mal bei ihnen übernachtet haben und wir fanden dies sehr generös. Das Einpacken waren wir uns ja nun schon gewöhnt und bald fuhren wir zurück nach Hobart. Wir wollten unbedingt noch den Hafen sowie den in allen Reiseführern erwähnte Salamanca-Market von Hobart besuchen. Der kurze Spaziergang durch die Hafengegend zeigte uns auf, dass wir viel zu wenig Zeit für Hobart, ja für ganz Tasmanien eingeplant hatten. Wir müssen wiederkommen.

*Andy Sigrist*

## Der gefrorene Dieb

«Diese verdammten Schweine! Das ist jetzt das zweite Mal dieses Jahr, dass sie unseren Tresor ausräumen. Was sollen wir nur tun?» Marco hatte Zornesröte im Gesicht. Unglaublich, mit welcher Dreistigkeit diese Einbrecher funktionierten. Und dieses Durcheinander, das sie hinterliessen! Dann noch diese nagende Ungewissheit, dass da gemäss Polizei Insiderwissen vorhanden gewesen sein musste. Sie kamen nach der Spurensicherung zu diesem Schluss. Wo sollte um Himmelswillen denn schlussendlich der Tresor sicher eingebaut werden können?

«Bau ihn doch in der Tiefgefrierkammer ein!» Sein Bruder Ralf war trotz dem Ernst der Lage immer noch zu Spässen aufgelegt.

Es folgten beratende Gespräche mit dem Tresorbauer und mit den Kaderleuten der eigenen Firma. Zu aller Erstaunen, die Idee mit der Gefrierkammer, die war doch gar nicht so schlecht. Diese konnte direkt vom Büro aus durch eine isolierte Türe betreten werden. Sie hatte genügend Raum, um eine Ecke zu diesem Zweck sicher abgrenzen zu können. Und vor allem, kein Aussenstehender konnte sich diesen Ort als Safe-Zone auch nur vorstellen. Dazu schlug die Tresorfirma vor, einen speziellen Zugang mit elektronischer Zutrittskontrolle vorzusehen.

Der finanzielle Aufwand war beträchtlich, den Frostraum so umzugestalten. Man musste die Tiefkühlprodukte während des Umbaus so schützen, dass die gefrorenen Lebensmittel keinen Schaden erlitten. Aber die zugesicherte kurze Bauzeit sollte diesem Umstand Rechnung tragen.

Der Umbau ging besser und schneller als geplant vonstatten. Marco und sein Bruder Ralf waren frohen Mutes, für die Tresorknacker würde das Problem bei einem allfälligen nächsten Einbruch kaum zu lösen sein. Die elektronische Zutrittskontrolle, falls die Diebe überhaupt so weit kommen würden, die war nicht zu übertölpeln. Nicht ohne Grund würde der Zutrittscode täglich geändert. Und nur wenige würden diesen Code überhaupt kennen, denn die Gefrierzone der Tiefkühlprodukte war sicher abgegrenzt vom Tresorbereich. Zutritt würden nur Marco, Ralf, der Finanzchef und die Direktionssekretärin er-

halten. Alles vertrauenswürdige, langgediente Mitarbeiter, mit der Firma absolut verwachsen! Dazu kam die Möglichkeit, dass man für besondere Bedürfnisse den Zutritt und die Rückkehr aus dem Gefrierraum mit zwei verschiedenen Codes programmieren konnte. Aber einen solchen Fall hatte Marco bisher noch nie in Anspruch nehmen müssen.

Und damit war Ruhe eingekehrt in die Firma «Gourmet-Frost» von Marco. Seit einem Jahr waren keine eingeschlagenen Fensterscheiben mehr zu vermelden. Kein Chaos mehr am Morgen im Büro. Keine Polizei mehr in den Hallen und Büros der Kühlprodukte-Firma! Die Idee mit dem Kühlraum, die hatte glänzend gepasst!

In zwei Wochen winkten Erholung, Betriebsferien, ausruhen, entspannen! Die Firmeninhaber Marco und Ralf freuten sich, wenigstens eine Woche die Füsse baumeln lassen zu dürfen.

«Meinst du, wir sollten für die Betriebsferien diese Variante mit den zwei verschiedenen Codes für Zu- und Austritt aus dem Kühlraum benutzen?»

«Ist ja nichts mehr passiert in den vergangenen Monaten. Ich denke, da reicht auch der einfache Code, oder nicht?», gab Marco zurück.

«Sicher ist sicher! Ich würde zwei wählen. Immerhin sind wir zwei Wochen weg!», gab Ralf zurück. «Bestimme du das. Ich füge mich selbstverständlich deinem Entscheid!» Marco gab damit die Verantwortung weiter.

Sie genossen die wohlverdienten Ferien am Gardasee, Marcos und Ralfs Familie, diesmal gemeinsam.

Sie konnten ohne Sorgen reisen. Ein Team von fünf Angestellten sorgte für die notwendigen Auslieferungen und Kontrollen in der Ferienzeit. Und um den Tresor mussten sie sich ja auch nicht kümmern. Die Lösung mit dem Gefrierraum schien genial zu sein.

Die Tage im Süden vergingen im Fluge. Die täglichen Anrufe in der Firma zeigten keine Unregelmässigkeiten und den gewohnten Gang. Marco freute sich auf den Arbeitsbeginn in der Firma.

«Hallo, schöne Ferien gehabt?» Ganz aufgekratzt schlug Marco die Türe zum Sekretariat

zu. «Wie geht es meinem Michelchen, meiner guten Seele im Geschäft?»

Keine Antwort von der Direktionssekretärin Frau Michel. Sie wandte sich nicht einmal zu ihm um.

«Hallo, Frau Michel!!! Was ist los mit ihnen?»

Marco schaute ganz erstaunt auf den Rücken seiner besten Kraft im Büro.

Sie drehte sich zu ihm um. Sofort bemerkte Marco die verweinten Augen seines Michels, wie er sie hin und wieder nannte.

«Was ist denn nur los mit ihnen?»

Da brach es aus ihr heraus wie ein Sturzbach:

«Mein Freund ist seit fünf Tagen überfällig. Dieses Schwein hat mich verlassen und ist wohl durchgebrannt mit so einer Tussi und mich hat er sitzen lassen, dieser . . . dieser . . .

«Aber Michelchen, der kommt sicher wieder zurück. Lassen sie ihn doch einmal für ein paar Tage seine Hörner abstossen. Er weiss schlussendlich, was er an ihnen hat, da bin ich überzeugt davon.»

In diesem Moment kam der Finanzchef durch die Türe gerannt.

«Chef, kommen sie mit in den Tresorraum! Aber sofort!»

Marco erschrak, eilte aber hinter seinem Finanzoberen nach in den Kältebereich, der zugleich zum Sicherheitsbereich umfunktionierte. Was sich ihnen da für ein Bild bot, entzog sich jeder Realität.

In der Ecke unter dem Tresor lag ein Mann, zirka Anfang 30, überzogen mit einer dicken Schicht weissen Reifes, ein Bild etwa so, wie man im Himalaya sich den Yeti vorstellt. Ein Mann, schlicht und einfach erfroren!

In der Türe erschien nun sogar noch die Sekretärin, Frau Michel. Sie warf mit ihren verweinten Augen einen Blick auf den fast in Eis gehüllten Leichnam des toten Einbrechers.

Dann ein schriller Schrei, Michelchen stürzte sich schluchzend auf den weiss schimmernden Toten und schrie: «Mirko, was hast du gemacht! Mein Mirko, du Idiot! Was hast du nur gemacht?»

In der Einvernahme durch die Polizei gab sie zu Protokoll: «Ich habe ihn dabei erwischt, wie er vor einer Woche den Zettel aus meinem Handtäschchen klaubte. Ich habe mir den Code für die Ferienzeit auf einen Zettel geschrieben. Leider nur denjenigen für den Zutritt. Den geltenden Spezialcode in den Ferien für die Rückkehr aus dem Tresorraum, den habe ich vergessen zu notieren. Ach Mirko!»

Aus ihr brach wieder haltloses Schluchzen. Aber würde man jetzt Michelchen noch für diese Dummheit verhaften? Sie war genug gestraft!

Heinz «Äntsch» Hodel

---

*Man kann einfach staunen nur,  
bei solchen Wundern der Natur.  
Mit der Kälte ist nun Schluss,  
es blühen Schneeglöcklein  
und Krokus.  
Länger werden jetzt die Tage,  
es wird Frühling – keine Frage.*

Sonja Heiniger, Emmenbrücke LU

## Es geht weiter . . .

Eigentlich wollten wir Ihnen – liebe Einwohnerinnen und Einwohner von Hägendorf und Rickenbach und natürlich auch allen anderen Lesern – in dieser Ausgabe mal etwas anderes berichten als nur über Corona. Leider können wir dies nur bedingt.

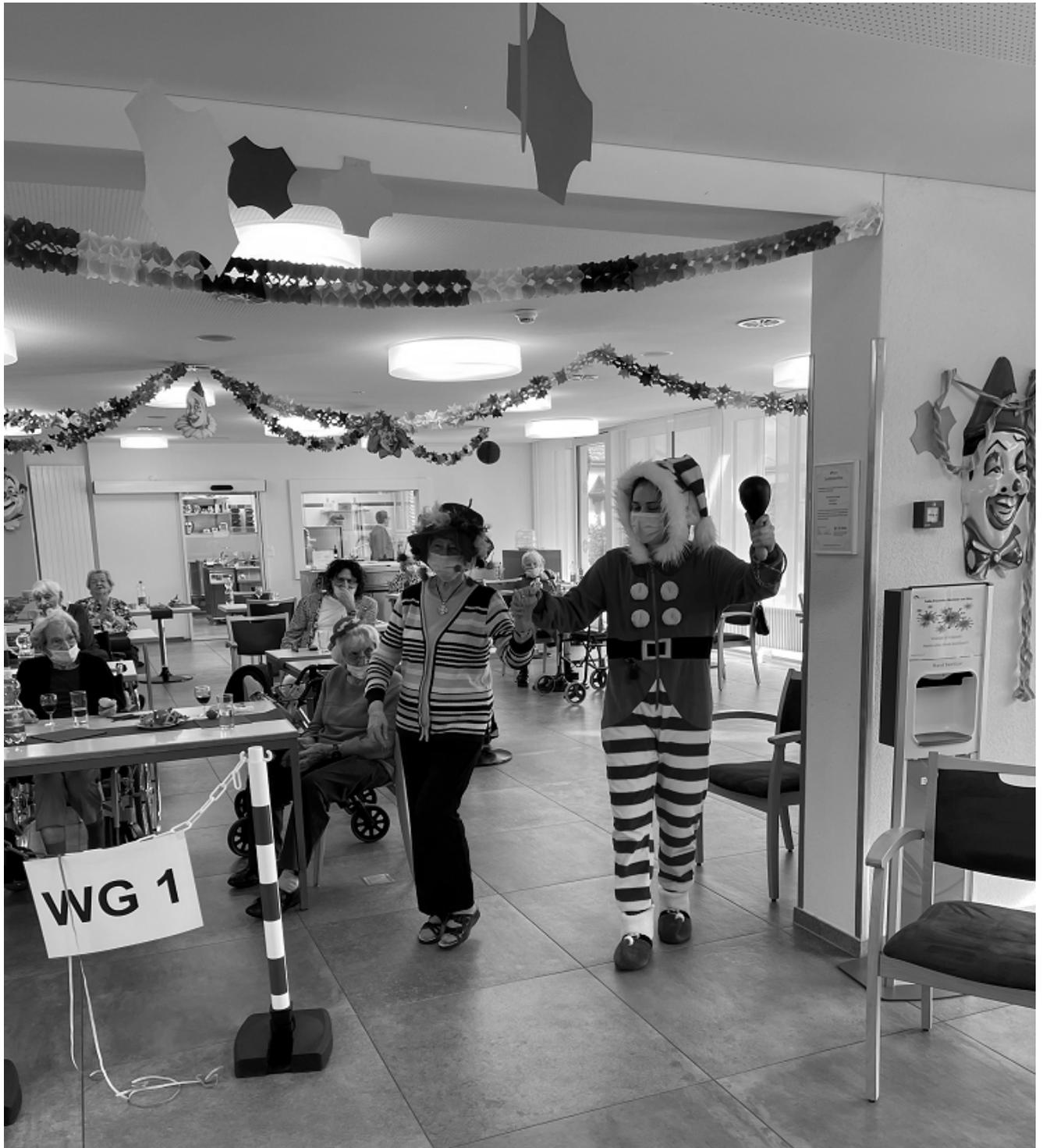
Gegen Ende Jahr hat sich das Virus in unserem Haus ganz stark und hartnäckig eingenistet. In der Zeit von anfangs November bis kurz vor Weihnachten mussten sich unsere Pensionärinnen und Pensionäre sowie die Mitarbeitenden der Pflege insgesamt dreimal einem Massentesting durch den Kanton unterziehen. Rund zwei Drittel unserer Pensionärinnen und Pensionäre sowie etwa ein Drittel der Mitarbeitenden waren vom Virus angesteckt. Nichtsdestotrotz konnten wir unter grossen Anstrengungen der Mitarbeitenden den Betrieb aufrechterhalten. Leider mussten wir uns entgegen aller Bemühungen von einigen Pensionärinnen und Pensionären verabschieden. Dies war für alle Betroffenen – sowohl für die Angehörigen als auch für die Mitarbeitenden – eine sehr schwierige und emotionale Zeit. In so kurzen Abständen viele geliebte und geschätzte Menschen zu verlieren, das tat weh, und die Stimmung war sehr bedrückt und traurig. Zum Glück konnten sich alle immer wieder aufs Neue motivieren, und so konnten wir uns gegenseitig tröstende Worte aussprechen und die Tränen wieder trocknen.

Kurz nach Weihnachten entspannte sich die Situation wieder etwas, und es war uns möglich, die Besucherbox erneut zu eröffnen. Im Weiteren stellte uns der Kanton auf anfangs Jahr Impfungen in Aussicht. Insgesamt liessen sich 43 Pensionärinnen/Pensionäre und Mitarbeitende am 7. Januar 2021 und 4. Februar 2021 impfen. Seit Ende Januar 2021 dürfen neu auch wieder Besuche in der



Besucherzone im Restaurant stattfinden. Dies bedeutet, dass die Pensionärinnen/Pensionäre nachmittags auf Voranmeldung maximal zwei Besucherinnen/Besucher für 30 Minuten empfangen dürfen. Diese Besuche finden natürlich unter den auferlegten Hygienemaßnahmen statt.

Ebenfalls seit Ende Januar 2021 finden alternierend am Mittwoch die katholische Messe und am Donnerstag die ökumenische Andacht statt. Es ist schön zu sehen, wie diese Abwechslungen geschätzt werden und die Pensionärinnen/Pensionäre andächtig den Worten der Geistlichen lauschen. Leider muss auch hier auf das Singen verzichtet werden.





Fürs Singen wird im Hause aber trotzdem gesorgt. Am Fastnachtstienstag fand die traditionelle Faschnachtsparty statt. Normalerweise ist an diesem Nachmittag "Rambazamba" im Haus; werden wir doch normalerweise von Guggenmusiken und dem Root besucht. Trotz aller Widrigkeiten wurde das Erdgeschoss in eine "Faschnachtsstube" umdekoriert, überall hingen Girlanden und Masken. Dieses Jahr mussten wir improvisieren, konnten jedoch mit der Verpflichtung von Yvonne Suter für einen stimmungsvollen Nachmittag sorgen. Hinter einer Glasscheibe und mit dem nötigen Ab-

stand sorgte die Sängerin für eine tolle und ausgelassene Stimmung. Leider musste auch hier auf das Singen durch die Pensionärinnen und Pensionäre verzichtet werden, was aber der Stimmung keinen Abbruch tat. So wurden die Instrumente umso mehr geschwungen und die Pauke noch etwas härter geschlagen. Bei einem Glas Wein und einem leckeren Berliner aus der eigenen Küche durften die Pensionärinnen und Pensionäre auch dieses Jahr ein Stück – corona-konforme – Fasnacht miterleben.



Nun hoffen wir ganz fest, dass wir Ihnen in der nächsten Ausgabe wieder mal etwas über unseren "normalen" Heimalltag berichten können – schöne, lustige, abwechslungsreiche und spannendere Momente.

Momentan haben wir einige schöne freie Zimmer. Dies ist die Gelegenheit für Sie, das Haus und die etwas "privateren" Räumlichkeiten des Seniorenzentrums kennen zu lernen. Während eines Ferienaufenthaltes in einem unseren möblierten Zimmern lernen Sie den Heimalltag und die vielfältigen Dienstleistungen unverbindlich kennen. Gerne bieten wir Ihnen einen Kurzaufenthalt auch im Anschluss an einen Spitalaufenthalt oder zur Entlastung von Angehörigen an.

Bei Interesse können Sie gerne einen Termin bei Andrea Hug, Telefon 062 209 45 12, vereinbaren. Wir freuen uns auf Ihren Anruf.

In diesem Sinne grüssen wir Sie herzlichst aus dem Seniorenzentrum Untergäu und wünschen Ihnen weiterhin gute Gesundheit.

*Andrea Hug*  
Leitung Bewohneradministration

# Lösung Sudokku

---

## Lösung Sudoku:

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

### Verkauf von Handarbeitsprodukten der Werkgruppe

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

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

---

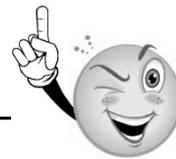
## Lösungen Quiz:

1. Bachflohkrebs (*Gammarus fossarum*); Botschafter für saubere, natürliche Bäche.
2. Caterina Valente, lebt in Lugano (geboren am 14. Januar 1931).
3. Am 20. März, dem kalendarischen (astronomischen) Frühlingsanfang (der meteorologische ist immer am 1. März).
4. 1. Februar 1991
5. Am 7. Februar 1971, bei einer Stimmbeteiligung von 58 Prozent mit 66 Prozent Ja-Stimmen.
6. Angehörige der Bourbaki-Armee, die dann hier interniert wurden.
7. **D**istrict of **C**olumbia (der Distrikt ist kein Bundesstaat, er ist dem Kongress der Vereinigten Staaten direkt unterstellt)
8. Touring-Club Suisse (TCS)
9. Ein Wolf; seit dem «Wolf von Hägendorf» 1990 der erste richtige Nachweis eines Wolfes im Kanton Solothurn.
10. **C**argo **S**ous **T**errain; bis 2045 soll das Transportnetz Genf, Lausanne, Basel, Luzern, Zürich, St. Gallen miteinander verbinden.
11. 56 bis 401 Millionen Kilometer: Die Entfernungen der Planeten zur Erde variieren, da die Umlaufbahnen um die Sonne elliptisch sind.
12. Burma; im deutschen Sprachraum auch unter Birma bekannt.
13. In der chinesischen Hauptstadt Peking
14. Der Wisent; aktuellstes Projekt findet derzeit im Bezirk Thal statt.
15. **L**esbian, **G**ay, **B**isexual, **T**ransgender.
16. Lilo Pulver für ihre Verdienste zur internationalen Filmgeschichte
17. Insulin
18. Rentier

---

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

[www.gluecklichesalter.ch/Senioren-Post](http://www.gluecklichesalter.ch/Senioren-Post)



«April, April!», rief die Tochter, nachdem der Vater den neuen Verehrer aus dem Haus gejagt hatte. «Er ist gar kein armer Student, sondern der Sohn Deines Chefs!»

Richter zum Angeklagten: «Wo waren Sie eigentlich am 30. April?» «Ich war hier, weil Sie wissen wollten, wo ich am 11. Januar war.»

Sagt der eine Pinguin mit einem Thermometer zum anderen: «Schau mal auf das Thermometer, 30 Grad unter Null.» Freut sich der zweite: «Super! Endlich wird es Frühling.»

Was ist die gefährlichste Zeit im Jahr? Der Frühling, weil die Bäume ausschlagen, der Salat schießt, der Rasen gesprengt wird.

Woran erkennt man, dass es langsam Frühling wird? Der liebe Nachbar bringt die Schneeschaukel zurück und fragt, ob er sich mal den Rasenmäher ausleihen kann.

Zwei Senioren sitzen auf der Parkbank. Eine junge Frau im Supermini mit toller Figur spaziert vorbei. «Man müsste nochmals zwanzig sein», seufzt der eine. Der andere postwendend: «Bist Du blöd, für fünf Minuten Spass noch mal 45 Jahre arbeiten!?»

Ein Kapitän zur Mannschaft: «Leider muss ich euch mitteilen, dass unser Schiff sinkt. Wer von euch kann beten?» Ein Matrose meldet sich: «Ich kann beten!» Sagt der Kapitän: «Gut, dann bleibst Du hier, wir haben einen Platz zu wenig auf dem Rettungsboot.»

Die 17-jährige Ella sagt zur Freundin: «Es stimmt, als mein Grossvater sagte, ich solle nicht in den Nachtclub gehen. Da würden Dinge passieren, die nichts für meine Augen sind.» Fragt die Freundin neugierig: «Was hast Du denn so Tolles gesehen?» «Meinen Grossvater.»

Ein Österreicher fragt einen Schweizer Konkurrenten: «Wo kann ich hier eine Fahrkarte kaufen?» «Das heisst bei uns nicht Fahrkarte, sondern Billett.» «Na gut, wo kann ich ein Billett kaufen?» «Am Fahrkartenschalter.»

Ein Mann will in einer Bank in Zürich Geld anlegen. «Wie viel wollen Sie denn einzahl-

len?», fragt der Kassier. Flüstert der Mann: «Drei Millionen.» «Sie können ruhig lauter sprechen», sagt der Bankangestellte, «in der Schweiz ist Armut keine Schande.»

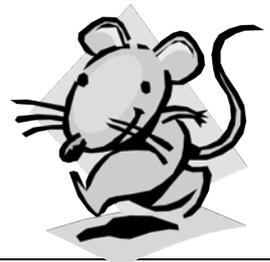
Der Grossvater zum Enkel: «Zum Geburtstag bekommst Du ein Buch. Welches hättest Du denn gerne?» Enkel: «Dein Sparbuch.»

Kommt ein Rentner aufgeregt zum Arzt und sagt: „Herr Doktor, meine Frau ist erst 35, ich bin schon 75 und doch ist sie schwanger geworden! Wie kann das sein?“ Doktor: „Stellen Sie sich vor, Sie laufen im Wald, sehen einen Hasen, nehmen Ihren Stock und tun so, als ob Sie den Hasen erschiessen wollen und der fällt um. Was denken Sie?“ „Da hat ein anderer geschossen!“ „Genau.“

Ein Schwabe streut im Winter Mist auf den gefrorenen Bodensee. Da kommt ein Schweizer vorbei und sagt: „He, bist Du schlau, im Frühling taut es und der Mist versinkt im See!“ Darauf der Schwabe: „Halt’s Maul, nachher kommt der Österreicher, der will den Acker kaufen.“

Ein Deutscher, ein Pole und ein Schweizer landen im Himmel. Petrus sagt zu ihnen: «Das Tor zur Erde ist kaputt, wer es repariert, darf zurück zur Erde, macht mir einen Kostenvoranschlag, dann werde ich mich entscheiden.» Der Deutsche sagt: «Ich würde es für 1000 Franken machen.» Der Pole sagt: «Ich würde es für 200 Franken machen.» Der Schweizer sagt: «2200 Franken.» Petrus fragt: «Warum so viel?» Der Schweizer antwortet: «1000 Franken für Dich, 1000 Franken für mich und den Polen lassen wir die Arbeit machen.»

Eine Maus und ein Elefant laufen zusammen durch die Wüste. Fragt der Elefant die Maus: «Wieso hast Du eine Wasserflasche dabei?» «Wenn ich Durst habe, kann ich trinken», antwortet die Maus. «Aber warum schleppst Du eine Autotüre mit?», fragt sie den Elefanten. «Wenn mir heiss ist, kann ich das Fenster aufmachen.»



Für Adresstikette

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



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

*toppharm*

Apotheke Drogerie Hägendorf

Unsere Dienstleistungen, Analysen und Mietartikel

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

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

## Topberatung mit Persönlichkeit!

Dienstleistung mit kompetenter Beratung ist unser Motto!

*toppharm*

Apotheke zum Kreuz

[www.kreuz.apotheke.ch](http://www.kreuz.apotheke.ch)

*toppharm*

Apotheke & Drogerie Hägendorf

[www.apo-dro.ch](http://www.apo-dro.ch)