

## Newsletter Juli 2019



*Der Einführungsanlass zu Patientenverfügung bzw. Vorsorgeauftrag am 8. Mai stiess auf ein Rekordinteresse (Bild: Werner Burri).*

### Inhalt

- 2 Frühlingsfest auf dem Mehrgenerationenplatz
- 3 Mitgliederversammlung: Wechsel im Präsidium
- 4 Die letzte Lebensphase selber regeln
- 5 Wandergruppe
- 6 Lesegruppe
- 7 Demnächst: Unsere eigene Website
- 8 Nächster Bildungsanlass
- 8 Eine Lobby für das Alter

Oberdiessbach, im Juli 2019

Liebe Mitglieder des Seniorennetzwerkes Region Oberdiessbach, der Sozialkommission des Runden Tisches und weitere Interessierte

Nach unserer Mitgliederversammlung vom 20. März 2019 ist wieder ein Aus- und Rückblick ins laufende Jahr angesagt.

## **Mehrgenerationenplatz: Frühlingsfest beim Kafihüsli**

**Das Seniorennetzwerk Region Oberdiessbach (SNW) hat bekanntlich das Patronat über den Mehrgenerationenplatz und das zugehörige Kafihüsli in Oberdiessbach übernommen. Am 22. April – dem Ostermontagnachmittag – fand nun ein grosses Frühlingsfest statt. Dabei wurde das Kafihüsli als neuer Treffpunkt offiziell eingeweiht. Nach dem Probetrieb seit letztem Herbst geht das Kafihüsli somit als Treffpunkt über alle Generationen hinweg in den definitiven Betrieb über.**

(HPS) «Es ist eine Chance, um miteinander in Kontakt zu kommen», so beschrieb die Initiatorin Jasmine Hari das neue Kafihüsli in Oberdiessbach gegenüber dem Internetportal «Bern-Ost». Ein Team von freiwilligen Helferinnen und Helfern hat sich dafür eingesetzt, dass das ehemalige Gartenhaus einen neuen Zweck erfüllen kann. Hier können nun laut «Bern-Ost» «Menschen aller Altersgruppen und Nationalitäten in einer lockeren, ungezwungenen Atmosphäre miteinander Kaffee trinken und Zvieri essen, spielen und sich austauschen.»

An der feierlichen Eröffnung sprachen neben der Initiatorin auch Gemeinderat Stephan Hänsenberger und der ehemalige Lehrer Fritz Egli sowie Hans Mossotti als Vertreter des Seniorennetzwerkes. Fritz Egli hatte das damalige Gartenhaus zusammen mit seinen Schülern gebaut. Einige davon hatten nun als Erwachsene beim Umbau mitgeholfen.

Zum Programm des Frühlingsfestes gehörten Kinderschminken, Büchsenwerfen, Café und Glacé sowie eine Festwirtschaft mit Burger und Hot Dog. Weil viel mehr als erwartet, nämlich über 350 Leute erschienen waren, musste Jasmine Hari kurzfristig Nachschub organisieren. Die Gäste bekamen schliesslich aber alle genug zu essen.

Jasmine Hari dankte allen Helferinnen und Helfern, die den Umbau und den Betrieb des Kafihüsli möglich gemacht haben. Dazu gehörten auch die Sponsoren: Viele Einzelpersonen hatten per Crowdfunding und mit Naturalgaben mitgeholfen, auch die Gemeinde hatte das Projekt zusammen mit dem Seniorennetzwerk finanziell mitgetragen.

Zu den Prunkstücken des Mehrgenerationenplatzes gehört seit dem Frühlingsfest auch die extra für Oberdiessbach entwickelte Wippe. Sie wurde nach Plänen des Gemeindemitarbeiters Andreas Huber in einer sicheren Version neu gebaut. Die Wippe kann auch mit Kinderwagen, einem Rollstuhl oder einem Rollator befahren werden. Somit steht der spielerischen Begegnung über alle Generationen hinweg nichts im Wege.

Das Kafihüsli ist nun bis Ende Oktober immer am Montag-, Mittwoch- und Freitagnachmittag geöffnet, am ersten und dritten Mittwoch im Monat gibt es ein

Kinderprogramm. Während den Betriebszeiten steht neu auch das WC bei der Aula im alten Primarschulhaus zur Verfügung. Das Kafihüsli kann zusätzlich auch für private Anlässe gemietet werden, auf Wunsch auch mit Bewirtung.

Weitere Infos finden sich unter [www.oberdiessbach.ch](http://www.oberdiessbach.ch)



*Das Frühlingsfest auf dem Mehrgenerationenplatz brachte Menschen aus allen Generationen zusammen (Bild: Daniel Meister).*

## **Mitgliederversammlung des Seniorennetzwerkes mit einem Wechsel im Präsidium**

**Am 20. März trafen sich im Altersheim Oberdiessbach rund 30 Mitglieder des «Seniorennetzwerkes Region Oberdiessbach» (SNW) zur ordentlichen Mitgliederversammlung. Neben den ordentlichen Traktanden war diesmal ein Wechsel im Präsidium angesagt. Als Partner stellte sich die regionale Spitex vor.**

(HPS) Die Mitglieder des siebenköpfigen Seniorenrates stellten neben der Jahresrechnung 2018 und dem Budget 2019 vor allem auch den Jahresbericht vor. Es wurde deutlich, dass der Verein gesund und munter unterwegs ist.

Leider musste der Verein mit Ursula Zürcher eines der Vorstandsmitglieder verabschieden, das schon von Anfang an dabei war. So half Ursula, die Ergebnisse des Workshops zur Alterspolitik mit 290 Vorschlägen zu erfassen, sie verfasste und aktualisierte den Senioren-Wegweiser und war im Vorstand die Koordinatorin für die Wanderungen.

An der MV wurde zudem Hans Mossotti als neuer Präsident des Vereins gewählt. Er löst Hanspeter Schmutz ab, der mitgeholfen hat, die neue Alterspolitik in den letzten Jahren aufzugleisen. Er wird weiterhin im Seniorenrat verbleiben. Hans Mossotti zeigte sich motiviert, die Aufgaben der Alterspolitik und die Aktivitäten des Vereins zusammen mit dem Seniorenrat und den Mitgliedern des Vereins gezielt weiterzuführen.

## **Die letzte Lebensphase selber regeln**

**In den letzten Monaten widmete sich das Seniorennetzwerk verschiedenen wichtigen Fragen rund um die letzte Lebensphase. Die Thematik stiess auf ein grosses Interesse.**

(HPS/HMo) Der öffentliche Bildungsanlass des Seniorennetzwerkes beschäftigte sich im Oktober 2018 mit der Frage, wie wir unsere letzte Lebensphase selber regeln können. Zu diesem anspruchsvollen Thema kamen rund 60 Interessierte ins Kirchgemeindehaus Oberdiessbach. Gastreferentin war lic. phil. und MAS Patrizia Kalbermatten, Leiterin des Fachbereiches «Patientenverfügung und Arzt-Patienten-Dialog» bei Dialog Ethik, dem «Interdisziplinären Institut für Ethik im Gesundheitswesen». Sie führte kompetent in die wichtigsten ethischen Fragen rund um die Patientenverfügung, den Vorsorgeauftrag und die Organspende ein. Im anschliessenden Podium wurden dann die praktischen Fragen dazu erörtert. Am Gespräch nahmen neben Patrizia Kalbermatten auch Monika Studer von der Beratungsstelle «Pro Senectute» in Konolfingen teil, zudem Dr. med. Martin Meyer vom Ärztezentrum Oberdiessbach und der Oberdiessbacher Pfarrer Daniel Meister.

In einer Folgeveranstaltung wurde die Thematik am 8. Mai 2019 weiter vertieft. Monika Studer von Pro Senectute stellte den Vorsorgeauftrag und damit die Sicherung der rechtlichen Vertretung im Detail vor. Chantal Galliker von Pro Senectute führte in die wichtigsten Aspekte der Patientenverfügung ein und zeigte am Beispiel ihrer Mutter, wie wichtig es ist, eine solche Verfügung rechtzeitig zu verfassen. Und schliesslich skizzierte der Oberdiessbacher Pfarrer Roland Langenegger die seelsorgerlichen und kirchlichen Aspekte der Thematik. Inhaltlich betonte er die Wichtigkeit, sich mit Gott und Mitmenschen zu versöhnen, so lange dazu noch Zeit ist. Rund 130 Personen füllten bei diesem Anlass den grossen Saal des Kirchgemeindehauses Oberdiessbach (siehe Bild am Anfang).

Alle Seniorinnen und Senioren unserer Region hatten die Möglichkeit, sich für einen der 6 ausgeschriebenen Kurse (3 Kurse Patientenverfügung und 3 Kurse Vorsorgeauftrag) anzumelden. Erstmals konnten wir auch je einen dieser Kurse in Linden durchführen. Der Anmeldeeingang war mit 95% erfreulich hoch. Die Teilnehmer erhielten die Gelegenheit, alle Fragen rund um die eigene Patientenverfügung mit Chantal Galliker sowie den Ärzten Wolf Zimmerli, Thomas Zürcher und Ruedi Akert zu klären.

In der zweiten Kurs-Serie wurde derselbe Klärungsprozess dann mit dem Vorsorgeauftrag angepackt. Diesmal gaben Monika Studer und eine Vertretung aus dem juristischen Bereich (2 Notarinnen des Notariatsbüros «Haldemann und Jörg») fachliche Hilfe.



*Kurs «Patiententenvfügung» am 25.5.19 im KGH Oberdiessbach (Bild: Hans Mossotti).*

## **Wandergruppe: Gemeinsam statt einsam unterwegs**

**(UZü/HPS) Die Angebote der Wandergruppe von «Brenzicare» stehen seit einiger Zeit für Seniorinnen und Senioren des ganzen Seniorennetzwerkes zur Verfügung. Die Gruppe ist jeweils vom Februar bis November jeden 2. Freitag im Monat unterwegs.**

Mit den Wanderungen werden jeweils mehr oder weniger bekannte Orte im Wallis, Berner Oberland, Gantrischgebiet, Emmental oder Jura angepeilt. Sie sind abwechslungsreich, der Schwierigkeitsgrad reicht von leicht bis mittel. Die Wanderungen werden einen Monat zum Voraus auf der Website des Seniorennetzwerkes und im Amtsanzeiger unter «Brenzikofen» (und in Zukunft auf unserer Website) ausgeschrieben. Die Leitung entscheidet von Mal zu Mal, wohin die nächste führt. Die Teilnehmerzahl reicht von 15 bis 29 Personen. Laut Ursula Zürcher herrscht jeweils eine fröhliche und gute Stimmung, egal ob die Sonne scheint oder ob es regnet. Es wird gesungen, geplaudert und gelacht.

Im Februar 2019 führte die erste Wanderung dieses Jahres ins Eriz. An der Winterwanderung um den Trüschhubel nahmen bei schönem Wetter und angenehmen Temperaturen 23 Personen teil. Ausnahmsweise verköstigte sich die Gruppe im Restaurant. Sonst gilt jeweils die Devise «Verpflegung aus dem Rucksack». Dabei darf auch ein Glas Wein nie fehlen.



*Die erste Wanderung des Jahres führte ins Eriz (Bild: Ursula Zürcher)*

Hinweis: Nähere Infos gibt es auf den Webseiten der Gemeinden jeweils ca. 1 Monat vor der nächsten Wanderung oder im Anzeiger unter den Gemeinden Brenzikofen, Linden und Herbligen jeweils ca. 10 Tage vor der nächsten Wanderung.

## **Lesegruppe: Den Lesehunger gemeinsam stillen**

**(HNy) Auf Anregung eines Vereinsmitglieds traf sich am 20. November 2017 erstmals eine Gruppe von 6 Personen zu einem «literarischen» Austausch. Daraus ist die Lesegruppe des Seniorennetzwerkes entstanden. Sie organisiert in loser Folge Anlässe mit vielfältigen Themen.**

Dabei wurden Biografien u.a. von Giovanni Segantini und Wolf Biermann vorgestellt, aber auch Bücher oder Gedichte, mit denen sich einzelne Teilnehmerinnen oder Teilnehmer in letzter Zeit befasst hatten. Die Besucherinnen und Besucher der Lesegruppe empfehlen einander oft auch Sachbücher über historische und politische Themen und geben die Werke gleich auch zum Lesen weiter.

Einmal las und diskutierte die Gruppe das neue Buch über den Schriftsteller Peter Bichsel, der von der Journalistin Sieglinde Geisel interviewt worden war. Das Buch trägt den für Bichsel bezeichnenden Titel «Was wäre, wenn?»

Ein weiteres Treffen fand im Buchantiquariat «Das Leseglück» in Steffisburg statt. Die Inhaberin stellte der Gruppe zehn spannende Werke vor, darunter auch zwei Krimis. Die Veranstaltung klang aus bei einem feinen Apéro. Sie gab den Teilnehmenden die Gelegenheit, ein reichhaltiges Angebot an interessanter Literatur aus allen möglichen Sachgebieten kennenzulernen.

Im Moment besteht die Lesegruppe aus vier bis sechs Personen. Man trifft sich etwa jeden zweiten Monat im Restaurant des Kastanienparks in Oberdiessbach. Das nächste Treffen ist am Donnerstag, 8. August 2019, 14.30 – 16.30 Uhr vorgesehen. Vereinsmitglieder, aber auch weitere Interessentinnen und Interessenten sind an diesem und an weiteren Treffen willkommen. Es ist auch möglich, eine einzelne Veranstaltung als Schnuppernachmittag zu besuchen.

Sobald die neue Website des Vereins aufgeschaltet ist, werden die Termine und Themen jeweils aktuell aufgeschaltet.

Auskunft erteilt Hans Nydegger, Hubel 19, 3671 Herbligen, 031 771 16 48  
[hans.nydegger@seniorennetzwerk.ch](mailto:hans.nydegger@seniorennetzwerk.ch)

## **Demnächst: Eigene Website für das Seniorennetzwerk (SNW)**

**(WBU/HPS) Die Generation, welche jetzt und in den nächsten Jahren ins Seniorenalter tritt, besteht zum grossen Teil aus erfahrenen Internetnutzern. Für viele ist es selbstverständlich geworden, sich über das Internet zu informieren. Heute gilt: «Wer nicht im Netz zu finden ist, den gibt es nicht.» Deshalb möchten wir noch in diesem Jahr mit einem eigenen Auftritt präsent sein.**

Wir wollen mit unserer Website die folgenden Ziele erreichen:

- das Seniorennetzwerk präsentieren
- den Seniorenrat vorstellen
- zeigen, in welchen Bereichen wir aktiv sind
- Hilfestellungen für Seniorinnen und Senioren bieten
- aktuelle Informationen zu Themen für Seniorinnen und Senioren liefern
- aufzeigen, mit welchen Organisationen wir zusammenarbeiten
- auf nächste Anlässe und Veranstaltungen hinweisen
- Zugriff auf Nachschlagwerke und Dokumente ermöglichen
- die Möglichkeit bieten, jederzeit mit uns in Kontakt zu treten.

Und nicht zuletzt möchten wir natürlich auch neue Mitglieder gewinnen. Wir werden die Mitglieder des SNW informieren, sobald die Website freigeschaltet ist.

## **Bildungsanlass am 23. Oktober 2019: Welche (Menschen-) Rechte haben ältere Menschen?**

**Am Mittwoch, 23. Oktober 2019 wird von 19.30 bis 21.30 Uhr im Kirchgemeindehaus Oberdiessbach ein nächster Bildungsanlass stattfinden. Er greift ein**

**gesellschaftliches Thema auf, das nicht nur aber auch für Seniorinnen und Senioren immer wichtiger wird: die Frage nach den Rechten im Alter.**

(HPS) Menschenrechte gelten für alle Menschen, unabhängig ihres Alters. Im Alltag stossen ältere Menschen aber oft auf Hindernisse, die es ihnen erschweren, ihre Rechte wahrzunehmen. Häufig sind sich ältere Menschen und ihr Umfeld auch gar nicht bewusst, dass sie Menschenrechte einfordern können und zum Beispiel Einschränkungen ihrer Selbstbestimmung oder eine Benachteiligung gegenüber jüngeren Menschen nicht einfach hinnehmen müssen.

Das Grundsatzreferat wird Dr. Res Schuerch halten. Er ist seit September 2017 Geschäftsführer des Kompetenzzentrums Menschenrechte der Universität Zürich und durch diese Position ebenfalls wissenschaftlicher Mitarbeiter des Schweizerischen Kompetenzzentrums für Menschenrechte (SKMR), welches sich in einem seiner Schwerpunkte ausführlich mit den Menschenrechten älterer Menschen auseinandergesetzt hat. Der Referent wird einen Überblick über diejenigen Menschenrechte geben, welche für ältere Menschen besonders relevant sind. Anhand verschiedener Fallbeispiele soll aufgezeigt werden, dass zahlreiche Alltagsprobleme älterer Menschen einen menschenrechtlichen Aspekt aufweisen. Das Referat wird weiter der Frage nachgehen, in welchen Lebenssituationen die Menschenrechte ältere Personen schützen oder ihnen allenfalls sogar bestimmte Ansprüche geben.

Im zweiten Teil werden wir wie gewohnt in einem Podium die aufgeworfenen Fragen mit verschiedenen Situationen in der Praxis verbinden. Es wird sich voraussichtlich wie folgt zusammensetzen:

Dr. Res Schuerch, Referent  
Ueli Dällenbach, Leiter des Regionalen Sozialdienstes  
Arzt  
Person aus dem Heimbereich  
Pfarrer

## **Eine Lobby für das Alter**

**Das Seniorennetzwerk lebt wie alle Vereine von seinen Mitgliedern. Gleichzeitig geht es aber um mehr: Es ist wichtig, dass die Generationen 55+, 65+ und 80+ im Verein gut vertreten sind und somit auch die Alterspolitik der Gemeinden Brenzikofen, Herbligen, Linden und Oberdiessbach mitbestimmen können. Der Seniorenrat wurde von diesen Gemeinden dazu eingesetzt, zusammen mit den Mitgliedern des Vereins sich für eine zeitgemässe Alterspolitik gemäss dem Altersleitbild und dem Massnahmenplan einzusetzen.**

Auf der Website unserer Gemeinden findet Sie die näheren Infos zur Mitgliedschaft und die Möglichkeit, sich für die Mitgliedschaft anzumelden – und weitere wichtige Informationen rund um das Thema Alter.

Infos: [www.oberdiessbach.ch/seniorennetzwerk](http://www.oberdiessbach.ch/seniorennetzwerk)  
[praesident@seniorennetzwerk.ch](mailto:praesident@seniorennetzwerk.ch), Tel.: 079 651 36 65 (Hans Mossotti)  
[sekretariat@seniorennetzwerk.ch](mailto:sekretariat@seniorennetzwerk.ch), Tel.: 031 771 16 48 (Hans Nydegger)