



Seniorennetzwerk

Region Oberdiessbach

Newsletter

Zitiert



Zwei Arten von Einsamkeit

Eine gewollte Einsamkeit kann heilsam sein. Man muss nicht mehr im Takt leben und kann sich bewusst zurückziehen. Anders bei der ungewollten Einsamkeit. Hier gilt es, sensibel und vorsichtig zu versuchen, die betroffene Person wieder in die Gesellschaft zu integrieren.

*Cécile Kessler (Bild) von Pro Senectute am Bildungsanlass vom 21.10.20
(Bild: Werner Burri)*



Sich selber Gutes tun

Es ist schlecht, wenn wir das nicht mehr tun, was uns gut tut.

*Votum eines Teilnehmers am Bildungsanlass vom 21.10.20 (Thuner Tagblatt).
(Bild: Werner Burri)*

Ein offenes Ohr für alle

Der Regionale Sozialdienst Oberdiessbach (RSD) ist nicht nur für soziale Notfälle da. Er zeigt auch, wer wo zuständig ist, hilft andern beim Helfen und vermeidet so Notfälle. Dies betont Beat Gafner, der neue RSD-Leiter seit Herbst 2020.

Interview: Hanspeter Schmutz

Welches sind die häufigsten Fragen bzw. Anliegen, die der RSD im Zusammenhang mit Seniorinnen und Senioren bearbeitet?

In der Regel geht es hier nicht mehr um Sozialhilfe im engeren Sinne, weil Pensionierte ja mit der AHV, der Pensionskasse und allenfalls mit Ergänzungsleistungen (EL) eine Grundabsicherung haben. Wenn das Geld trotzdem knapp wird, taucht aber manchmal der Wunsch nach einer Budgetberatung auf oder man möchte wissen, ob Ergänzungsleistungen über die Ausgleichskasse angefragt werden können. Die EL-Frage wird oft auch beim Eintritt in ein Altersheim aktuell. Hier kann es nötig sein, dass wir finanzielle Überbrückungen leisten. Häufiger sind Abklärungen via Kinder- und Erwachsenenschutzbehörde (KESB) bei älteren Personen, die geschwächt sind. Hier kann es um Finanzen und die Gesundheit gehen, aber auch das Alleinsein, den Eintritt ins Altersheim oder um Fragen rund um eine beginnende Demenz. In der Regel kommen dann die Kinder der Betroffenen zu uns. Wir fordern sie dann auf, eine Gefährdungsmeldung zu machen. Anschliessend werden Abklärungen eingeleitet. Manchmal geben uns auch die Spitex oder ein Arzt wichtige Hinweise. Hilfreich sind in diesem Zusammenhang Vorsorgeaufträge, in denen zum Voraus geregelt wird, wer in welcher Weise über das Geld einer geschwächten Person verfügen kann. Das kann man handschriftlich oder mit Notar machen. Die KESB kontrolliert dann, ob die eingesetzte Person in der Lage ist, die Aufgabe zu übernehmen. Wenn diese Unterlagen fehlen, muss der RSD im Auftrag der KESB aktiv werden.

Inhalt

Sommer 2021

1/2 Zitiert
2/3 Laufende Projekte
3 Aktuell
4 Agenda

1/2 Interview: Ein offenes Ohr für alle
4 Schlusswort
4 Seniorennetzwerk

Zitiert



Unterstützung bei Covid-19-Impfung

Das Angebot des Seniorennetzwerkes, sich beim Anmelden für die Impfung unterstützen zu lassen, wurde rege genutzt. Seniorrätin Rosmarie Stucki (Bild) konnte 19 Personen anmelden, Seniorenrat Werner Burri immerhin 6 Personen.

(Bild: Spencer Davis auf Pixabay)



Lesekreis

«Der Lesekreis ist quasi eine Wandergruppe, nur dass wir gemeinsam 'innere Landschaften' durchstreifen, um uns dann darüber auszutauschen. Uns als Leseratten zu bezeichnen wäre verfehlt; wir sind eher Bücherfeinschmecker, die sich regelmässig zu Lesestoff-Degustationen zusammenfinden.»

Thomas Blaser-Böhlen (Bild: Pixabay)

Was ist zu tun, wenn man unsicher ist, ob der RSD zuständig ist oder nicht?

Man kann uns bei allen Fragen einschalten. Wir schauen dann, wer zuständig ist und die weitere Bearbeitung übernimmt oder packen selber an. Das ist unser Service public.

Als SNW sind wir zur Zeit daran, ein Ü80-Netzwerk aufzubauen. Wir bestimmen dabei Kontaktpersonen, die bei «ihren» Leuten nachfragen, wie es ihnen geht und was allenfalls benötigt wird. Erfreulicherweise heisst die Antwort meistens: «Wir sind gut vernetzt. Uns geht es gut.» Wie realistisch ist diese Antwort?

Solange das jemand so klar sagen kann, stimmt das auch. Aber das kann mit zunehmendem Alter ändern. Plötzlich kann es kippen, v.a. bei Leuten, die vor Ort keine Bezugspersonen haben. Und dann ist das Nachfragen wichtig. Das kann der RSD nicht leisten. Auch hier ist die Spitex eine wichtige Hilfe, weil sie den Haushalt kennt und uns notfalls einschalten kann.

Wie können Seniorinnen und Senioren mithelfen, die soziale Situation im Dorf zu verbessern, für alle Altersgruppen, aber auch für Menschen in der dritten und vierten Lebensphase?

Zuallererst würde ich eine Mitarbeit im Seniorennetzwerk (SNW) und seinen Aktivitäten empfehlen. Es geht mal darum, sich selber zu vernetzen. Vom RSD her bin ich immer wieder angewiesen auf «Primas» – private Mandatsträger, die in einem definierten und bezahlten Auftragsverhältnis Aufgaben wahrnehmen, für die es nicht zwingend Profis braucht. Da geht es um die Unterstützung im sozialen Wohlbefinden: Besuche und Spaziergänge, Unterstützung beim Einkaufen oder bei der Korrespondenz. Da die ältere Bevölkerung zunimmt, wird diese Aufgabe immer wichtiger. Sie kann auch von Kindern für ihre Eltern übernommen werden, unterstützt und beraten vom RSD.

Laufende Projekte

Lesegruppe
Mehrgenerationenplatz/Kafihüsli
Seniorenwegweiser
Seniorentreffpunkt
Wandergruppe (zusammen mit Brenzicare)

Aktuelle Projekte

Start des Ü80-Netzwerkes

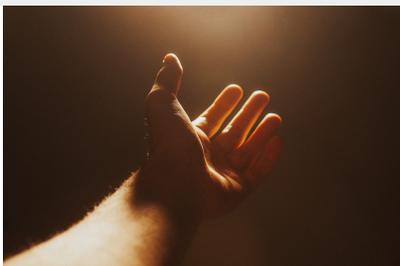
(HPS) Im April 2021 haben alle Über-80-Jährigen der Gemeinde Oberdiessbach Post vom Seniorennetzwerk (SNW) erhalten. Sie wurden mit einem Brief eingeladen, in der für sie geeigneten Form bei einem neu zu bildenden Ü80-Netzwerk mitzumachen. Die Grundidee dahinter: Kontaktpersonen aus dem SNW sind bereit, für je 15-30 Einwohnerinnen und Einwohner in diesem Altersbereich als Ansprechpersonen zu dienen, immer dort, wo das nützlich sein kann. Erste Erfahrungen haben gezeigt, dass die meisten Über-80-Jährigen bereits gut vernetzt sind. Trotzdem sind sie froh um die Möglichkeit, bei Bedarf zum Telefonhörer zu greifen oder «ihre» Kontaktperson zu einem Schwatz einzuladen. In Linden (Kirchgemeinde), Bleiken (Dorfverein), Brenzikofen/Herbligen (Brenzicare) wird diese Aufgabe von andern Akteuren übernommen.

Koordination für Oberdiessbach: Ruedi Akert (031 771 13 70)

Bildungsanlass: Für ein Alter, das noch etwas vorhat

(HPS) Der Philosoph und Publizist Ludwig Hasler hat eine erfrischend andere Sicht auf die Zeit nach der Pensionierung. Er spricht nicht vom Ruhestand sondern von «geschenkten nächsten 25 Jahren». Nach seiner Meinung sollten Seniorinnen und Senioren diese wertvolle Lebensphase nicht verschwenden, indem sie alles nachholen, was sie in der Zeit der Berufstätigkeit verpasst haben. Vielmehr sollten sie aus einer unaufgeregten, vielleicht sogar weisheitlichen Position heraus an der Zukunft der nächsten Generation mitwirken. Ganz nach dem Motto: «Menschen werden zufrieden, wenn sie etwas mehr bewegen als nur sich selbst.»

Im ersten Teil wird Ludwig Hasler ins Thema einführen. Anschliessend werden die aufgeworfenen Fragen in einem Podiumsgespräch vertieft und mit verschiedenen Situationen in der Praxis verbunden.
Di., 19. Oktober 2021, 19.30 - 21.30 Uhr im KG Oberdiessbach



Ü80-Netzwerk

Nach dem Brenzicare-Netzwerk für Brenzikofen und Herbligen versucht das SNW nun auch in Oberdiessbach (inkl. Aeschlen und Bleiken) die Menschen im «vierten Alter» besser zu unterstützen.

(Bild: Jackson David auf Pixabay)



Bildungsanlass

Ausblick auf ein Alter, das noch etwas vorhat.

Bild aus dem Flyer (zvg)

Laufende Projekte (Fortsetzung)

Ü80-Netzwerk
Runder Tisch mit Akteuren der Alterspolitik

Nähere Angaben dazu: www.seniorennetzwerk.ch

Schlusswort

Hans Mossotti, Präsident des SNW

Viele Fragen beschäftigen uns und nicht auf alle haben wir vielleicht Antworten bereit. Vieles hat sich verändert und wird sich weiter verändern. Umso wichtiger ist es, sich für den «eigenen, selbstbestimmten Weg» zu entscheiden. Dazu gehört möglicherweise, persönliche Netzwerke zu bilden oder sich anderen anzuschliessen. Zum Beispiel dem Seniorennetzwerk.

Auch die «Kommunikations-Werkzeuge» sind im Wandel. Die Digitalisierung – mit Computer, Online-Anbindung, Internet, Smarttelefon – ist omnipräsent und wird immer wichtiger. Kann ich mir die Kenntnisse für meine Bedürfnisse aneignen, Kurse besuchen oder kann mir jemand (mein Netzwerk) dabei helfen? Haben wir den Mut, Hilfe zu holen und anzunehmen?

Trotz aller technischen Fortschritte ist und bleibt «analog sein» wichtig und richtig. Nichts kann das persönliche Gespräch, die physische Begegnung oder den direkten Augenkontakt mit anderen Personen ersetzen.

Ich wünsche Ihnen allen die passenden Antworten auf Ihre persönlichen Fragen.



Das Seniorennetzwerk Region Oberdiessbach

Als Seniorennetzwerk der Region Oberdiessbach vernetzen wir die Senioren und Seniorinnen der Gemeinden Brenzikofen, Herbligen, Linden und Oberdiessbach miteinander. Diese vier Gemeinden gehören zum Regionalen Sozialdienst Oberdiessbach (RSD). Sie haben in einem Altersleitbild eine gemeinsame Alterspolitik formuliert und unsern Verein mit einer Leistungsvereinbarung beauftragt, diese Gemeinden gemäss einem Massnahmenplan altersfreundlich zu gestalten. Wir tun dies durch unsere Aktivitäten und Initiativen – zusammen mit unsern Mitgliedern und Partnern.

Machen auch Sie mit!

Mitglied werden

Ab 55 Jahren sind Sie bei uns als Mitglied willkommen.

Mitgliederbeitrag: CHF 30.– (Einzelperson), CHF 50.– (Paare).

Das Anmeldeformular finden Sie auf unserer Website:

www.seniorennetzwerk.ch

oder erhalten Sie bei unserm Sekretär:

Hans Nydegger, Tel.: 031 771 16 48

Aktiv werden

Machen Sie bei unsern Aktivitäten mit (siehe «Laufende Projekte» S. 2 und 3 unten), regen Sie eine neue Initiative an oder besuchen Sie unsere Anlässe (siehe Agenda S. 4 unten).

Erfahren Sie mehr über uns

über unsere Website: www.seniorennetzwerk.ch

oder per Mail an unsern Sekretär: info@www.seniorennetzwerk.ch

Impressum

Redaktion: Hanspeter Schmutz
Layout: Hanspeter Schmutz
Druck: Printzessin, Jordi, Belp

Agenda

Wandergruppe: 9.7., 13.8., 13. bis 16.9., 8.10., 12.11. (Details siehe Website)
Sicher umgehen mit Geld und Internet: 18.8.21 (KGH Oberdiessbach)/25.8.21 (KGH Linden)/1.9.21 (Schulhaus Brenzikofen)/Sicher unterwegs: 8.9.21 (KGH Oberdiessbach), anmelden bei Hans Mossotti (079 651 36 65)
Mitgliederversammlung: 21.9.21 (Kastanienpark oder KGH Oberdiessbach)