

Gedankenaustausch und Rückblick auf die Seniorentreffs 2019

Am letzten Seniorentreff des Jahres wirft der Präsident des Vereins 65+ Theophil Ryser einen kurzen Blick zurück auf ein erfolgreiches Vereinsjahr 2019 und freut sich, dass der Seniorentreff mit seinen vielfältigen Themen bei den Teilnehmerinnen und Teilnehmern offenbar gut angekommen ist. Margret Steiner, Mitorganisatorin der Seniorentreffs 65+ erinnert uns mit dem nun folgenden Rückblick an die Veranstaltungen des Seniorentreffs 2019:

Anfang Jahr hat uns eine Mitarbeiterin der Bauabteilung Münsingen über das Projekt Sanierung Bern- Thunstrasse und Entlastungsstrasse informiert. Vorgestellt wurde das Teilprojekt Kreisel, Entlastungsstrasse Nord und Ortsdurchfahrt.

Wie wir mit unserem Verhalten bei Taschendiebstählen und Tricks aller Art zur eigenen Sicherheit im Alltag beitragen können, darum ging es im Monat März. Es wurde aufgezeigt wie wichtig es ist, sicher, beweglich und stabil zu bleiben.

Im April war das Thema der plötzliche Tod. Sehr hilfreich war die Natürlichkeit, mit der die Bestatterin das Wesentliche ihrer Unterstützung von Hinterbliebenen vermittelt hat.

Am Gedankenaustausch im Mai wurde das Sozialintegrationsprojekt Velokurierdienst in Münsingen vorgestellt und das Bedürfnis abgeklärt. Stand heute: Der Start des Projekts ist für 2020 vorgesehen, vorausgesetzt es findet sich ein Sponsor.

Im Juni ging es um die Anmeldung in einem Altersheim. Die Referentin und der Referent konnten aus langer Erfahrung die verständliche Furcht vor dem Altersheim zusehend entkräften.

Beim Gedankenaustausch im Monat Juli kristallisierte sich heraus, dass Loslassen und Hilfe annehmen beim Älterwerden zum Thema werden.

Wer sich bewegt und anderen begegnet, wird weniger einsam: Das war auch unser grosses Thema am Seniorenforum 65+. Diese Erkenntnis wurde im September von beiden Expertinnen für Erwachsenensport und *Zwäg ins Alter* voll unterstützt.

Wir erinnern uns an den Seniorentreff im Oktober, als Elsbeth Pfister anstelle des geplanten Gedankenaustausches, der nicht in Fluss kommen wollte, auf ihren Fundus an Körperübungen zurückgriff und damit Begeisterung erntete.

Seniorentreff im November: Das Thema Siegelung nach Todesfall fand besonders grosses Interesse. Die Versiegelungsbeamtinnen haben kompetent und anschaulich ihre anspruchsvolle Arbeit vorgestellt.

Seniorentreff 3. Dezember 2019:

Die Organisatorinnen haben gemeinschaftlich einen Fragebogen ausgearbeitet mit Fragen, die dazu führen sollten, noch einfühlsamer zu werden und die künftigen Seniorentreffs noch besser zu machen.

Ausblick auf 2020 (Hilfsmittel, Demenz, Spitex, Ernährung, Testament, viele Infos.....)

Termine 2020

16.-19. Januar 2020: Gesamtschweizerisches Generationenprojekt GENERAKTION 72h. Anmeldung bis 03. Januar 2020 an Pierino Niklaus, Jugendarbeit ECHO Schloßstrasse 11, Münsingen.

Seniorentreffs immer am 1. Dienstag im Monat, von 14.30 h bis ca. 16.30 h, im Bistro Belpberg:

04. Februar 2020 Thema: UBA Zürich stellt sich vor, unabhängige Beschwerdestelle für das Alter.

03. März 2020 Thema: der Verein Gegenseitige Hilfe gh stellt sich vor. Was bietet der Verein an?

17. März 2020: Verein 65+ Hauptversammlung

Der Seniorenrat des Vereins 65+ mit den Begleiterinnen des Seniorentreffs Margret Steiner, Heidi Schacher, Elsbeth Pfister und Elfriede Klingler wünschen allen eine besinnliche Adventszeit und ein frohes Weihnachtsfest, viel Glück und beste Gesundheit für das Neue Jahr 2020.

10. Dezember 2019 EKL