

Newsletter 2024 / 4

Wir, der Vorstand des Vereins 65+ (welcher gleichzeitig den Seniorenrat der Gemeinde Münsingen bildet) begrüssen Sie ganz herzlich bei unserem Newsletter und freuen uns sehr, Sie über aktuelle Themen informieren zu dürfen.

Einen Teil dieser Informationen werden Sie auch in der kommenden Münsinger Info vorfinden, aber eben nur einen Teil. Der grosse Vorteil des vorliegenden, kostenlosen Newsletters ist natürlich, dass wir – gegenüber der Münsinger Info – uneingeschränkt Platz haben. Dadurch können wir Sie in vielen Bereichen wesentlich detaillierter informieren.

Aus diesem Grunde würde es uns sehr freuen, wenn Sie unseren kostenlosen Newsletter weiterempfehlen könnten!

Nähere Informationen dazu erhalten Sie unter folgendem Link:
<https://muensingen-65plus.ch/newsletter-und-umfragen/>

Wenn Sie Ideen, Anregungen oder Fragen für uns haben, können Sie uns per Post (Adressen in der Kopfzeile) oder unter folgendem Link kontaktieren:

<https://muensingen-65plus.ch/sie-haben-das-wort/>



Übersicht

Inhaltsverzeichnis

Abschied	3
Rückblick: Seniorentreff vom 04.06.2024	5
Rückblick: Seniorentreff vom 02.07.2024	6
Rückblick Projekt «Generationentalk»	8
Ausblick: Seniorentreff vom 03.09.2024	10
Ausblick: Schwofe wie früherer vom 07.09.2024	10
Ausblick: Seniorenmobilitätskurs 2024, mobil sein und bleiben, Sicherheit im Verkehr und im öffentlichen Raum vom 10.09.2024	11
Ausblick: Seniorentreff vom 01.10.2024	12
Ausblick: Schwofe wie früherer vom 12.10.2024	12
Ausblick: Repair Café vom 26.10.2024	12
Informationen anderer Organisationen der Gemeinde Münsingen	13
<i>Verein Hindernisfrei durch Münsingen</i>	13
<i>Gemeinde Münsingen</i>	13
Quick-Tipp	14
Humor	15
Werden Sie Mitglied!	16



Abschied

Gedanken und Nachruf zum Tod von Franziska Baechler 29.5.1956 -13.7.2024, Mitglied des Seniorenrates Münsingen

Die persönliche Erinnerungen an Franziska Baechler sind einzigartig und begleiten jede Einzelne und jeden Einzelnen. Spuren hinterlässt Franziska auch in der Gemeinde Münsingen. Franziska lebte und arbeitete seit fast 30 Jahren in Münsingen. Sie schuf und pflegte Freundschaften und hatte Kontakte zu vielen, vielen Menschen. Sie lebte, und ihre Lebendigkeit war mitreissend. Sie engagierte sich in verschiedensten Bereichen des Gemeindelebens. Wer mit ihr zusammen war, merkte immer, dass Franziskas volle Aufmerksamkeit ihr/ihm galt. Das erste von sehr vielen Gesprächen mit Franziska war für mich, als damaliger Präsident des Seniorenrates, ein herausragendes Erlebnis. Sie interessierte sich für die Mitarbeit im Verein 65plus Münsingen, dessen Präsident ich zu dieser Zeit war, und sie wollte Genaueres über die Aufgaben des Vereins und des Seniorenrates wissen. Sie hatte sich vorbereitet und stellte präzise Fragen. Sie erklärte wörtlich: «Ich habe viel und gern gearbeitet, jetzt nähere ich mich der Pension. Ich habe in Zukunft viel Zeit und ich will der Gemeinschaft etwas zurückgeben. Ich möchte mich als Freiwillige für etwas Sinnvolles einsetzen». Genauso dezidiert wie ihre Offerte, waren ihre Bedingungen: «Ich will etwas bewegen und sinnvolle Arbeit leisten. Ich arbeite gern in einem Team und sage bei Diskussionen offen meine Meinung, und ich behalte mir die Freiheit, auch mal nein zu sagen.» Für den Seniorenrat und damit für die Seniorenarbeit in Münsingen, war der Beitritt von Franziska ein Gewinn. Sie engagierte sich mit selbstverständlicher Ernsthaftigkeit. Ihre Freude, mit der sie neue Projekte begleitete und ihre prägnanten Meinungen, sowie ihre Begeisterungsfähigkeit wirkten ansteckend und spornten andere an. Sie wirkte bis zuletzt als Finanzverantwortliche des Seniorenrates. Ihr war wichtig, dass die verfügbaren finanziellen Mittel effektiv eingesetzt werden. Sie hat viel bewirkt und im Team sinnvolle Arbeit geleistet. Franziska wusste, dass die Freiwilligenarbeit, die Benevolentätigkeit, eine wichtige Stütze der Zivilgesellschaft und eine ganz wichtige Ergänzung bei der Erfüllung von öffentlichen Aufgaben ist. Sie wusste es, und handelte danach. Franziska setzte sich dafür ein, Schicksale leichter zu machen. Sie

hat nie Aufhebens davon gemacht, für wie viele Menschen sie - und zwar schon lange vor ihrer Pensionierung - eine Stütze war, und wie vielen sie Vorbild wurde. In unzähligen Facetten hat sie sich freiwillig für andere eingesetzt. Sie konnte sich, wenn sie Ungerechtigkeiten entdeckte, auch ärgern und ihre Meinung sehr deutlich vertreten. Besonders Entschiede wie die kurzfristig beschlossene und durchgestierte Schliessung des Spitals Münsingen empörten sie, und es schmerzte sie, dass eine in der Gemeinde und in der Region so gut verankerte und nützliche Institution wie das Spital Münsingen einer vorgeblichen Effizienz geopfert wurde. Sie engagierte sich deshalb dafür, dass die gute regionale Spitalversorgung wiederhergestellt wird. Franziska wohnte gerne in Münsingen, und sie beobachtete mit wachen Sinnen die rasante Entwicklung der Gemeinde vom Dorf zur kleinen Stadt. Sie schätzte die Übersichtlichkeit der Gemeinde sehr. Wenn sie zu Fuss oder mit dem Velo für ihre Besorgungen unterwegs war, nahm sie sich bei zufälligen Begegnungen gerne Zeit für ein kürzeres oder längeres Gespräch mit anderen Menschen. Sie war durch ihr Sein und ihr Wirken ein grosses Vorbild an Menschlichkeit. Ihre Tatkraft, ihre spontane Herzlichkeit und das Licht, das sie uns geschenkt hat, leuchten in unserer Erinnerung weiter.

Jürg Mauerhofer, ehemaliger Präsident des Seniorenrates Münsingen



Rückblick: Seniorentreff vom 04.06.2024

Thema: Seniorentreff (Stiftung Bächtelen, Vorstellung Betrieb Tägermatte in Münsingen) Das Referat halten die Leitungspersonen der Landwirtschaft.



Gianni Vogel, Leiter der Landwirtschaft in Wabern, stellte den interessierten Zuhörer: innen die Stiftung Bächtelen vor. Daran angeschlossen ist die Tägermatt in Münsingen. An beiden Standorten gibt es einen Landwirtschaftsbetrieb, die beiden Betriebe schaffen sich gegenseitig in die Hand. Sie sind Kompetenzzentren für berufliche Ausbildung und zugleich rentable Betriebe, die etwas einbringen. Es werden Aufträge von Privaten angenommen und ausgeführt. Seit 1840 besteht diese privatrechtliche Stiftung, ihre Aufgabe ist es, Lernende, die von der IV zugewiesen werden, bestmöglich auszubilden. Integration beginnt mit Ausbildung. Ziel ist eine nachhaltige gesellschaftliche Integration und die jungen Menschen so auszubilden, dass sie nach Möglichkeit im 1. Arbeitsmarkt eine Stelle finden und im Leben Fuss fassen können. Das ist auch der Grund, warum die beiden Betriebe auf einem hohen technischen Stand sind. So werden die Auszubildenden möglichst realitätsnah vorbereitet. Sie sind fähig sich auch auf einem grösseren Betrieb, der viele technische Anlagen besitzt, mit breitem Wissen und Können einzubringen. Das Angebot ist gross: Brauchen Sie Brennholz? Die effiziente Verarbeitung des Holzes vom Stamm bis zum Kleinholz wird in Wabern

erlernt und ausgeführt. In der Landwirtschaft werden Tiere gehalten, und es gibt Ackerbau. In der Gärtnerei werden Gemüse und Blumen angebaut und verkauft. Für private Kunden werden Garten- und Landschaftsbauten ausgeführt. Bauberufe wie Maler, Gipser, Schreiner werden erlernt, und die Lernenden führen unter fachlicher Anleitung Arbeiten für Kunden aus. Es gibt eine Metallbau-Werkstätte und eine Velowerkstatt. Erlern werden können auch Betriebsunterhalt und Hotellerie. Die beiden Zweige sind zuständig für die intern wohnenden Auszubildenden. Das Bistro ist offen für Gäste.

Jedes Jahr können 12 bis 18 Jugendliche aufgenommen werden. Es gibt auch Integrations-Massnahmen für psychisch Kranke, die z.B. nur 20 % arbeiten können. Die in den beiden Betrieben angestellten Personen sind nicht nur fachkundige Lehrmeister, sie haben eine Zusatzausbildung, die sie befähigt, Berichte zu schreiben, Gespräche zu führen und Jugendliche und deren Angehörige zu beraten.

Schade, dass nur 16 Personen anwesend waren. Lag es daran, dass ausnahmsweise gutes Wetter herrschte? Wir Mitglieder hätten die Stiftung Bächtelen besuchen können. Doch es gab zu unserem Bedauern nur wenige Anmeldungen.

Die Besucher:innen lobten einmal mehr Peter Brands wohlschmeckendes Zvieri.

Susanne Strub Streit, Vizepräsidentin



Rückblick: Seniorentreff vom 02.07.2024

Thema: Seniorentreff «Die eigene Abschiedsfeier planen?»
Darf man das? Soll man das wirklich anpacken? Oder dürfen wir das getrost den Angehörigen überlassen? Referat Barbara Zimmerli.

Diese Fragen stellte Barbara Zimmerli, ehemalige Pflegefachfrau und nun freischaffende Trauerrednerin, in den Raum. 45 interessierte Zuhörer/innen folgten aufmerksam den Ausführungen. Was kommt nach

dem Tod? Was kommt nach dem Sterben? Wir wissen es nicht, aber es gibt viele Vermutungen und Hoffnungen. Dieses Gedicht ist so wunderbar passend:

Wenn die Raupen wüssten . . Heinrich Böll

«Wenn die Raupen wüssten, was einmal sein wird,
wenn sie Schmetterlinge sind, sie würden ganz anders leben:
froher, zuversichtlicher, hoffnungsvoller.
Der Tod ist nicht das Letzte.
Der Schmetterling ist das Symbol der Verwandlung,
Sinnbild der Auferstehung.
Das Leben endet nicht, es wird verändert.
Der Schmetterling erinnert uns daran,
dass wir auf dieser Welt nicht ganz zu Hause sind.»

Frau Zimmerli fragte, wie wir den Umgang mit Krankheit, Sterben und mit dem Tod erlebten. Einige Anwesende trugen mit eigenen Erfahrungen zu diesem Thema bei, das uns alle in unserem Leben betrifft. Oft kann es schön, friedlich und wertvoll sein, aber es bewegt uns. Früher war der Tod präsenter. So wie sich das Leben verändert hat, veränderte sich auch der Umgang mit dem Tod. Es gibt heute verschiedene Möglichkeiten sich zu verabschieden. Seit geraumer Zeit gibt es Patientenverfügungen und den Vorsorgeauftrag, die uns zwingen, uns mit dem eigenen Ableben zu beschäftigen. Angehörige haben ihre Erfahrungen mit uns geteilt, wir hörten heraus, dass es in dieser Ausnahme-Situation hilfreich ist zu wissen was sich eine Person wünscht, aber auch zu wissen was sie keinesfalls möchte. Wäre es nicht eine Gelegenheit unsere Angehörigen zu entlasten indem wir unseren letzten Willen kundtun oder gar eine Patientenverfügung ausfüllen? Auch das Thema «Exit» ist eine Art der Selbstbestimmung, aber ein Thema, das separat besprochen werden müsste.

Was ist schwierig beim Umgang mit dem Abschied? Trauer, Ängste, Belastung, Erwartungen, Erfahrungen, Überforderung, Unsicherheit, Vorstellungen. Wir können uns einen Bestatter zur Seite nehmen, der Vieles für uns nach unseren Wünschen regelt und uns begleitet. Wie auch immer wir einen Abschied gestalten, es gibt kein Richtig oder Falsch, wenn es in dem Moment für die Familie stimmt. Ein Leben können wir auch ohne Lebenslauf würdigen, mit Musik, mit Bildern, mit kurzen Geschichten. Unsere Lebensgeschichte macht uns als Menschen aus. Sich mit dem Tod zu beschäftigen kann helfen Ängste abzubauen.

Die eifrigen Gespräche zeugten davon wie sehr uns dieses Thema bewegt, und sie gingen auch weiter während wir die köstliche Torte und einen Kaffee genossen.

Susanne Strub Streit, Vizepräsidentin



Rückblick Projekt «Generationentalk»

Generationentalk «Zrugg id Zuekunft»

Welch aufregende Wochen liegen hinter uns! Angefangen beim Kickoff an einem Mittwochabend, wo sich die rund 15 Senior:innen erstmals mit den Jugendlichen der ökumenischen Jugendgruppe ECHO zu einem munteren Gedankenaustausch trafen. An zwei Wochenenden dann die inhaltsbezogenen Gespräche, an welchen die Themen für die vier Radiosendungen gesucht und ausformuliert wurden und an denen sich die Sendeteams bildeten. Die vier Teams diskutierten nun die gewählten Themen und legten den Sendeablauf fest. Anschliessend ging's, unter Anleitung von Fachpersonen von Radio RaBe, ans Training im Sendewagen. Abschluss und Höhepunkt waren dann natürlich die Live-Aufnahmen am Mikrofon. Für uns alle ein nervenkitzelndes und auch beglückendes Erlebnis. Beglückend deshalb, weil Jung und Alt in kurzer Zeit gemeinsam ein recht anspruchsvolles Projekt erfolgreich zu einem guten Abschluss gebracht haben. Ob da ein Funke springen mag in unserem Dorf zu weiteren generationenübergreifenden Begegnungen und Projekten? Schön wär's.

Ein ganz grosses Dankeschön geht an Pierino Niklaus (Jugendgruppe ECHO), der dieses Projekt umsichtig geplant und geleitet hat. Die Sendungen können nachgehört werden unter www.echoecho.ch Die Fotos stammen grösstenteils von Jens Schumacher. Weitere Fotos und einige Kurzfilmchen finden Sie auf unserer Website.

Ruedi Stalder, Mitglied des Seniorenrates

Nähere Informationen unter <https://muensingen-65plus.ch/2023-projekt-echo/>

Meine Highlights des Generationentalks:

Amely, 16 Jahre: Vor dem Projekt hatte ich Respekt davor, dass sich die beiden Generationen nicht auf Augenhöhe begegnen würden. Aber es kam anders. Ich würde wieder mitmachen!

Annemarie, 69 Jahre alt: Ich musste mich zur Anmeldung dieses Projekt etwas überwinden. Aber der Mut hat sich ausbezahlt. Für mich war es ein sehr wertvolles Mitmachen!

Jürg, 70 Jahre: Mich hat fasziniert, wie offen und klar sich die Jugendlichen zu verschiedenen Themen geäußert haben. Ich habe das Projekt sehr genossen.

Melissa, 15 Jahre: Es gab viele Highlights: Gefallen hat mir insbesondere der Austausch mit verschiedenen Senior:innen über unseren mitgebrachten persönlichen Gegenstand während den Vorbereitungstagen.

Simone, 67 Jahre: Es war während allen vier Live-Sendungen super Wetter. So kamen viele Menschen auf den Schlossgutplatz und es gab viele schöne Begegnungen. «Es het eifach gfägt»!





Ausblick: Seniorentreff vom 03.09.2024

Seniorentreff (Tragbarkeit Liegenschaft im Alter - Tragbarkeit "Alters- und Pflegeheim" - Entnahmeplan / Vermögensverzehr - Im Ernstfall gut vorgesorgt) Referat: Kundenberater/in der Bank SLM



Ausblick: Schwofe wie fruecher vom 07.09.2024

Mit LIVE-Musikband "Duo Peres", Schlossgutsaal Münsingen
Nähere Informationen unter <https://muensingen-65plus.ch/angebot-schwofe-wie-fruecher/>



Ausblick: Seniorenmobilitätskurs 2024, mobil sein und bleiben, Sicherheit im Verkehr und im öffentlichen Raum vom 10.09.2024

rundum
mobil

mobil sein & bleiben



Mobilitätskurs in Münsingen

10. September 2024, 08.30 - 12.00 h

Gasthof Ochsen, Bernstrasse 2,
3110 Münsingen

Im **kostenlosen** Kurs «mobil sein & bleiben» vermitteln Ihnen Experten des öffentlichen Verkehrs und der Polizei viel Wissenswertes für Ihre alltägliche Mobilität. In Theorie und mit praktischen Übungen – so bleiben Sie zu Fuss und mit den öffentlichen Verkehrsmitteln unabhängig und sicher mobil!

Was werden Sie lernen?

- ÖV geschickt nutzen: Sicher und entspannt unterwegs
- Billettautomaten bedienen: Schnell und einfach zum passenden Billett
- Neues entdecken: Digitale Möglichkeiten kennenlernen
- Risiken vermeiden: Unfall- und sturzfrei im ÖV und Strassenverkehr
- Clever kombinieren: Mit Bus, Bahn und zu Fuss ans Ziel

Zu beachten

Ein Znüni wird offeriert. Der Kurs findet bei jeder Witterung statt. Passende Kleidung wird empfohlen. Kursende ist am Bahnhof Münsingen.

Anmeldung

Pro Senectute Kanton Bern

Telefon: 031 359 03 00 oder per E-Mail: bildungundsport@be.prosenectute.ch

Frühzeitige Anmeldung empfohlen.

Kursumsetzung

rundum
mobil

Ihr Kurs «mobil sein & bleiben» wird unterstützt und empfohlen von

verein 65+
seniorenrat
münsingen

GEMEINSAM STÄRKER



SBB CFF FFS

VÖV UTP
Verband Öffentlicher Verkehr
Union des transports publics
Unione dei trasporti pubblici

Fondo für Verkehrssicherheit
Fondo de sécurité routière
Fondo di sicurezza stradale

Für Mensch und Umwelt
VCS

Stiftung «Perspektiven»
von Swiss Life

www.mobilsein.ch Entdecken Sie weitere Kurse und Angebote zum Thema Mobilität.



Ausblick: Seniorentreff vom 01.10.2024

Seniorentreff (Definitiv La Sauge / Fanel das Naturparadies stellt sich vor)
Referat Margreth Stalder



Ausblick: Schwofe wie fruecher vom 12.10.2024

Mit LIVE-Musikband "Duo Romantica", Schlossgutsaal Münsingen
Nähere Informationen unter <https://muensingen-65plus.ch/angebot-schwofe-wie-fruecher/>



Ausblick: Repair Café vom 26.10.2024

Nähere Informationen unter <https://muensingen-65plus.ch/dienstleistung-repaircafe/>



Informationen anderer Organisationen der Gemeinde Münsingen

Verein Hindernisfrei durch Münsingen

Thema: Menschen mit einer Behinderung, Information und Sensibilisierung zu Situation - Wahrnehmung - Umgang

Ort: Gemeindesaal Schlossgut Münsingen
Datum: Dienstag, 29. Oktober 2024
Zeit: 14.00 Uhr

Referat und Diskussion mit Ronny Häberli, Procap Schweiz

Nähere Informationen unter <https://hindernisfrei-durch-muensingen.ch/wp-content/uploads/Ausschreibung-Anlass-29.10.pdf>

Gemeinde Münsingen

Thema: Solarkraftwerk Münsingen- Offensive für den Ausbau der Photovoltaik

Nähere Informationen unter <https://www.muensingen.ch/projekte/solaroffensive/>



Quick-Tipp

Der PICASSO-ZWILLING

Kriminalroman des Münsinger Autors Bernhard Grimm

Zum Inhalt:

Kann ein und dasselbe Bild gleichzeitig an zwei Orten sein?

Mit dieser und einer ganzen Reihe weiterer verwirrenden Fragen konfrontiert der Berner Professor Hugo seine kleine Gruppe von Studenten anlässlich der Picasso-Ausstellung im Berner Kunstmuseum. Als er zudem am Tag darauf nicht zu seiner eigenen Vorlesung erscheint und auch nicht in seinem Haus vorzufinden ist, beschliessen die Studenten, der Spur des Professors zu folgen.

Was als harmlose Spurensuche beginnt, entwickelt sich jedoch rasch zu einer abenteuerlichen Reise ins Ungewisse. Und jeder Schritt, der sie näher an den Professor bringt, führt sie direkt in das Netz einer skrupellosen Organisation, die bereit ist, ihre Ziele mit allen Mitteln durchzusetzen.

Der Autor

Seit über dreissig Jahren begleitet Bernhard Grimm (65) als Kommunikations- und Verkaufstrainer Menschen und Firmen in ihrer kommunikativen Entwicklung. Er ist Keynote Speaker und Autor mehrerer Fach- und Lachbücher und lebt mit seiner Frau in Münsingen.

Das Buch kann in jeder Buchhandlung gekauft oder direkt bestellt werden unter: www.grimmkomm.ch/shop

Hier geht's zur Leseprobe:

<https://muensingen-65plus.ch/wp-content/uploads/Der-Picasso-Zwilling.Leseprobe.pdf>



Humor

Humor ist, wenn man trotzdem lacht...

Oder Fremdworte sind Glückssache.

Heute aus dem Bereich des Sports:

Sie ist sehr sport-paraffin.

[Heisst das, dass sie rasch Feuer und Flamme ist?...]

Bereits in ihrem ersten Marathonlauf brach sie gleich mehrere Akkorde.

[Sie hat tatsächlich dazu noch gesungen?...]

Sie verfügt nicht nur über solide Grundschnägel, sondern kann auch das Spiel ihrer Gegnerinnen perfekt transpirieren.

[Da hat wohl jemand eine gute Nase...]

Am Finaltag legte sie eine grandiose Perforation an den Tag.

[Und durchbrach alle Rekorde?...]

Er sorgte für ein grandioses Comeback. Wie Fötus aus der Asche.

[Wirklich wie neu geboren...]

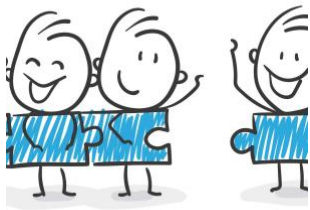
Elsa spielt in ihrer Freizeit gerne Paddington.

[Und zwar zusammen mit ihrem Freund, Tennis...]

Sein Ballgefühl ist wirklich beeindruckend; er verfügt über eine stupide Technik.

[Nun, dann kann es ja nicht so schwer sein...]

(Aus dem Buch «In dubio Prosecco» von Bernhard Grimm,
www.grimmkomm.ch/shop)



Werden Sie Mitglied!

Mitglieder werben Mitglieder

Was liegt näher, als dass überzeugte Mitglieder weiterer Mitglieder gewinnen!

Sie sind Mitglied in unserem Verein. Und dies aus gutem Grund. Grund genug, um engagiert und motiviert, weitere Mitglieder für unsere Sache zu gewinnen? Nur zu, wir freuen uns darauf, das von Ihnen neu gewonnene Mitglied schon bald bei uns begrüßen zu dürfen.

Wenn Sie also jemanden kennen, den Sie sich als Mitglied gut vorstellen können, dann sprechen Sie diese Person einfach an und verweisen Sie diese auf unsere Website <https://muensingen-65plus.ch/>

Als kleines Dankeschön für Ihr Engagement schenken wir Ihnen ein Buch (wenn gewünscht signiert) von unseren Münsingen-Autoren Hanspi Berger oder Bernhard Grimm.

Nähere Informationen erhalten Sie unter folgendem Link:
<https://muensingen-65plus.ch/ueber-uns-beitritt/>

Mit freundlichen Grüßen, die Mediengruppe des Vereins 65+ / Seniorenrates.