

## Jahresberichte 2019

Nach zwei Jahren des Umbruches verlief das vergangene Jahr ruhiger. Die Zusammenarbeit im Vorstand hat sich gefestigt, das neue Erscheinungsbild des Programmes hat sich bestens bewährt und erfreut sich grosser Beliebtheit. Auch für den Vorstand ist es jedes Mal eine grosse Freude, wenn das neue Programmbüchlein in den Druck gegeben werden kann. Selbstverständlich steht aber der Inhalt an erster Stelle, und da zeigen uns die vielen positiven Reaktionen und Komplimente, dass wir auf dem richtigen Weg sind. In allen Gruppen wird mit grossem Aufwand daran gearbeitet, dass Sie, liebes Vereinsmitglied, ein abwechslungsreiches und interessantes Angebot erhalten. Dafür gilt allen Beteiligten ein riesengrosses Lob.

Ganz erfreulich haben sich unsere Mitgliederzahlen entwickelt. In einer Zeit, wo die meisten Vereine einen Mitgliederschwund verzeichnen, erhöhte sich unsere Mitgliederzahl auf 528. Dies ist sicher auf unsere Aktivitäten zurückzuführen, aber auch auf unsere spezielle Veranstaltung für Neupensionierte, die wir dieses Jahr zum zweiten Mal durchführten.

Die Zusammenarbeit mit der Direktion Bildung und Soziales ist für den Verein wichtig. An den Sitzungen der Alters- und Gesundheitskonferenz erhalten wir immer wieder einen aktuellen Überblick über diesen Bereich. An der letzten Sitzung stellte sich die neue Altersbeauftragte, Rahel Huber, vor. Wir werden sicher immer wieder mit ihr bei verschiedenen Projekten zusammenarbeiten.

An der Mitgliederversammlung konnte die Vakanz im Vorstand noch nicht behoben werden. Aber schon an der nächsten Sitzung konnte der Vorstand Urs Maibach als neues Mitglied willkommen heissen.

Dem ganzen Vorstand und den Mitarbeitenden der verschiedenen Gruppen gilt mein herzlicher Dank für ihren wertvollen Einsatz. An jeder Sitzung sind alle mit vollem Engagement dabei und setzen sich von ganzem Herzen für das Wohl unseres Vereines ein.

Wie immer dürfen wir für unsere Sitzungen und verschiedene Veranstaltungen die Räumlichkeiten der logisplus gratis benutzen. Wir sehen dies nicht als selbstverständlich an, darum ein ganz herzliches Dankeschön.

Im Anschluss finden Sie die Jahresberichte der verschiedenen Gruppen und erhalten so einen Rückblick auf die rege Vereinstätigkeit.

Niederscherli, im Januar 2020

Kathrin Dietrich-Herren, Präsidentin

## **Veranstaltungen**

*Öffentlicher Informationsabend vom 24. April*

*Thema: Vorsorge im Alter; finanziell und administrativ*

Der Anlass wurde in zwei Phasen unterteilt. Einerseits stand die finanzielle Vorsorge zur Diskussion, andererseits die administrative Betreuung im Rahmen des Erwachsenenschutzes. Zur Sprache kam auch der für ältere, vor allem alleinstehende Menschen wichtige Vorsorgeauftrag. Als Referenten wirkten zwei Mitarbeiter unserer Gemeinde mit und zwar Kurt Gasser, Leiter der Zweigstelle AHV sowie Tobias Sieber, Leiter des Kinder- und Erwachsenenschutzes.

Bei der Ergänzungsleistung gibt es im Moment keine neuen Erkenntnisse. Sie wird gegenwärtig in den parlamentarischen Gremien bearbeitet. Definitive Ergebnisse sind nicht vor dem Jahr 2020 zu erwarten.

Die Hilflosenentschädigung ist eine von der Invalidenversicherung bezahlte finanzielle Unterstützung für Menschen, die ihre alltäglichen Lebensverrichtungen nicht mehr ohne fremde Hilfe bewältigen können. Betroffen sind Menschen, die dauernd auf lebenspraktische Begleitung angewiesen sind. Die Hilflosenentschädigung ist eine öffentliche Leistung, die weitgehend unbekannt ist und deshalb von Anspruchsberechtigten, die zu Hause leben, eher selten in Anspruch genommen wird.

Im Jahre 2013 wurden landesweit die lokalen Vormundschaftsorganisationen von der KESB (Kinder- und Erwachsenenschutzbehörde) abgelöst mit dem Ziel, den Kinder- und Erwachsenenschutz zu professionalisieren. Diese Ablösung ging, angesichts der Grösse und Komplexität der Aufgabe, nicht ohne negative Geräusche über die Bühne. Es hagelte Kritik von allen Seiten und löste sogar eine Initiative aus SVP-Kreisen aus, welche die Abschaffung der KESB forderte. Nun hat man die Probleme, vor allem die anfänglich ungenügenden personellen Ressourcen, besser im Griff. Die Zusammenarbeit zwischen der Gemeinde Köniz und der KESB funktioniere ausgezeichnet und gebe zu keinen Klagen Anlass, sagt Tobias Sieber. Die Betreuungsfälle werden in der Regel der Gemeinde gemeldet, die zuerst die notwendigen Abklärungen trifft und dann im Einvernehmen mit der KESB die für einen Schutz notwendigen Schritte in die Wege leitet.

Falls die Urteilsfähigkeit aufgrund des Alters, eines Unfalls oder Krankheit gemindert wird, kann man sich mit einem Vorsorgeauftrag schützen. Schützen vor der KESB, die in einem solchen Fall sonst einen Beistand einsetzen würde. Im Vorsorgeauftrag kann die betroffene Person selbst eine Person bestimmen, die im Falle einer Beeinträchtigung der Urteilsfähigkeit die Vertretung übernimmt. Empfohlen wird, eine zweite Person alternativ als Bevollmächtigte

einzusetzen. Ein wichtiges Dokument für ältere Menschen, das eigentlich alle bereithalten sollten.

### *Fahrt ins Blaue am 10. Juli*

21 erwartungsfrohe Teilnehmer trafen sich im Bahnhof Bern und fuhren anschliessend mit Zug und Bus über Luzern – Brunnen nach Morschach. Dort wartete die Luftseilbahn, mit der wir zum Mittagessen auf den Stoos fuhren. Nach dem Essen erreichten wir nach kurzer Wanderung die nagelneue, sich auf dem letzten Stand der Technik befindende Standseilbahn, die uns wieder ins Tal führte. Mit dem Bus ging's dann weiter nach Brunnen. Dort stiegen wir ins neuste Schiff der Vierwaldstätterseeflotte, „Diamant“, ein und durften eine herrliche Seereise hinunter bis Luzern geniessen. Mit dem Zug schafften wir dann wieder den Sprung nach Bern, wo die Reisetilnehmer gut gelaunt und zufrieden den Heimweg antraten.

### *Mitgliederanlass vom 28. August im Schloss Köniz*

Schon der Eingang der Anmeldungen deutete auf eine neue Rekordteilnehmerzahl hin. Schlussendlich nahmen rund 150 Personen am Mitgliederanlass teil, ein Zeichen, wie beliebt dieser Anlass ist.

Heinz Däpp, der beliebte Berner Satiriker, der mit seinem „Schnappschuss“ während Jahren am Freitagabend auf DRS 1 den Schlusspunkt zum Regionaljournal setzte, erfreute uns mit seinem Programm „Nümm wie aube, ein satirisches Altersturnen“. Mit seinen in herrlichem Berndeutsch vorgetragenen Lebensweisheiten brachte er seine Zuschauer zum Schmunzeln und gleichzeitig zum Nachdenken. „We me's nimmt, wi's chunnt, de chunnt's, wi's wott. Drum nähmet's nid, wi's chunnt, de chas nid cho, wi's wott“. Da liegt viel Wahrheit und Weisheit drin.

Den Abschluss der Veranstaltung bildete, traditionsgemäss, der „Apéro riche“ in der Schüür. Geselliges Beisammensein und neue Kontakte knüpfen ist das Ziel des Mitgliederanlasses. Dem wurden die Anwesenden gerecht. Bei Wein, alkoholfreien Getränken und Häppchen fanden bei lockerer und entspannter Stimmung viele gute Gespräche statt. Die vielen positiven Rückmeldungen zeigen, wie die Anwesenden das sehr schöne Ambiente genossen haben.

Walter Oswald

Rund um die Uhr steht die Schweizerische Rettungsflugwacht im Einsatz. Durch Didier Noyer, Instruktor, erfuhren die Anwesenden die Geschichte der Rega. Sicher wussten einige nicht, dass am Anfang die Helfer aus der Luft sogar mittels Fallschirmabsprung zu den in Not geratenen Personen gelangten. Die Entwicklungen, sowohl bei den Flugzeugen, wie auch bei den Helfern und ihren Geräten, ist enorm, und heute ist die Rega nicht nur in der Schweiz

tätig, sie organisiert auch international die Versorgung und Rückführung von verletzten Personen.

Kathrin Dietrich-Herren

*In der Gruppe arbeiten mit:*

Walter Oswald, Kathrin Dietrich-Herren, Herbert Zaugg

## **Freiwillige Mitarbeit**

Senioren Köniz fördert und unterstützt die Freiwilligenarbeit und offeriert deshalb den freiwilligen Mitarbeitenden von logisplus AG jährlich eine dreiteilige Weiterbildungsreihe. Die Themen werden in Zusammenarbeit mit Anita Kissling, Fachbereichsleiterin Pflege, ausgesucht.

Am 23.1.2019 wurde die Reihe 2018/2019 mit dem Thema „Leben bis wir Abschied nehmen“ fortgesetzt. Peter Weibel, Geriater, Annemarie Stadelmann, Psychologin, und Franziska Bühler, Pflegefachfrau Palliative care, berichteten einfühlsam aus ihrem Berufsalltag. Sie erläuterten, wie Schwerstkranken und Sterbenden mit Palliativpflege eine möglichst lebenswerte und würdevolle Gestaltung der ihnen verbleibenden Lebenszeit ermöglicht werden kann.

«Humor ist heilsam». „Ein Tag ohne Lächeln ist ein verlorener Tag“, sagte bereits Charlie Chaplin. In der Veranstaltung vom 3.4.2019 lehrte Frau Prof. Charlotte Friedli die Teilnehmenden, wie Humor und Lachen vermehrt in den eigenen, den begleitenden und den betreuenden Alltag integriert werden können.

Die Veranstaltung vom 14.10.2019 beleuchtete die Frage «SPITEX oder Heim?» Christine Gygax-Gäumann von der SPITEX und Anita Kissling von der logisplus AG informierten sehr kompetent und ausserordentlich sympathisch über die Leistungen und Angebote ihrer Organisationen. Sowohl die Pflege zu Hause als auch diejenige im Heim verursachen hohe Kosten. Die beiden Fachfrauen erklärten, wie die insgesamt effektiv anfallenden Krankheits- und Heimkosten auf das private Engagement, die Krankenkassen-Beiträge, die Beteiligungen von Kanton und Bund sowie auf die Ergänzungsleistungen und Hilflosenentschädigung aufgeteilt sind.

Logisplus AG sucht immer wieder freiwillige Mitarbeitende zur Unterstützung und Ergänzung der professionellen Arbeit. Möchten Sie sich engagieren? Anita Kissling, Fachbereichsleiterin Pflege bei logisplus, freut sich auf Ihren Anruf unter der Nummer 031 970 14 78.

Die Weiterbildungsreihe für die freiwilligen Mitarbeitenden 2019/2020 wird am 10.2.2020 mit der Veranstaltung zum Thema Resilienz fortgesetzt. Zu diesem

Anlass heissen wir wiederum auch die Mitglieder von Senioren Köniz herzlich willkommen.

Marianne Knuchel

*In der Gruppe arbeiten mit:*

Marianne Knuchel, Therese Boichat

## **Politik**

Die Verantwortlichen der Fachstelle Alter, Jugend und Integration der Gemeinde Köniz haben zum Thema Zeitgutschriften-Modell den Kontakt zum Verein Senioren Köniz gesucht. Zum einen verlangt ja bereits das im August 2018 genehmigte Alterskonzept ein Zeitvorsorgemodell, und zudem wurde letztes Jahr im Gemeindeparlament auch eine entsprechende Motion überwiesen. Wir wurden im Mai 2019 zusammen mit der Spitex Köniz zu einem ersten Informationsgespräch über das Zeitvorsorgemodell KISS eingeladen.

KISS steht für «Keep it small and simple» (halte es klein und einfach). Ziel ist, dass Menschen im Alter oder in schwierigen Lebenssituationen zuhause bleiben können und gut betreut werden durch erfahrene und liebenswürdige Freiwillige, ohne Kosten, aber mit einem Zeitgutschriften-Modell. Freiwillige leisten Betreuung und Begleitung im Alltag (aber keine Pflege). Wer eine Stunde jemanden unterstützt, erhält diese Stunde gutgeschrieben und kann diese bei Bedarf beziehen (Dienstleistungen wie z.B. Einkaufen, Briefkasten leeren, Reparaturen, Vorlesen, Spazieren gehen, Fahrdienste etc.)

Gleichzeitig hat sich die Gemeinde Köniz auch für das von der Age-Stiftung ausgeschriebene Projekt «Socius 2» beworben. Dieses Projekt ist umfassender und richtet sich an Gemeinden und Regionen, die Unterstützungssysteme für zu Hause lebende ältere Menschen gestalten wollen. Es handelt sich um ein übergeordnetes Projekt, in dem mehrere Gemeinden ihre Alterskonzepte in einem Gesamtprojekt zusammenfügen wollen. Dieses Programm kann dann auch ein Zeitgutschriften-Modell miteinschliessen. Im Frühling 2020 entscheidet sich, ob die Gemeinde Köniz in das Socius 2 Programm aufgenommen wird. Vorgesehen ist, dass wir dann im Projektteam mitarbeiten.

Der Verein Senioren Köniz nimmt auch an den zweimal im Jahr stattfindenden Sitzungen der Alters- und Gesundheitskonferenz der Gemeinde Köniz teil. Diese hat zum Ziel, die in der Altersarbeit tätigen professionellen Leistungsanbieter, die älteren Einwohnerinnen und Einwohner und die Gemeinde zu vernetzen und damit die bedarfsgerechte Umsetzung des Konzepts für eine altersfreundliche Gemeinde Köniz zu ermöglichen.

In der Begleitgruppe Liebefeld Park sind wir mit einem Mitglied vertreten und nehmen an der jährlich stattfindenden Sitzung teil. Die Begleitgruppe tauscht Erfahrungen aus, nimmt Anliegen der Bevölkerung zum Park auf und bringt Anregungen ein.

Wir sind also gut vernetzt in der Gemeinde Köniz. Wir versuchen demzufolge auch die Anliegen der älteren Bevölkerung, speziell aber die Anliegen unserer Mitglieder, immer entsprechend einzubringen.

Urs Maibach

*In der Gruppe arbeiten mit:*

Urs Maibach, Kathrin Dietrich-Herren, Elisabeth Zürcher

## **Weiterbildung im Rentenalter**

Unsere Gruppe traf sich an vier Sitzungen, sowohl bei Yvette Lager wie auch outdoor in Guggisberg und an der Schwarzwasserbrücke. Das Programm erscheint jetzt in seiner definitiven Broschüre-Form, sodass wir uns auf die zu organisierenden Veranstaltungen konzentrieren konnten.

### *Vorträge und Besichtigungen*

Dank der guten Ideen und der kostbaren Vernetzung unserer einzelnen Gruppenmitglieder gelang es uns, 16 Vorträge, 3 Besichtigungen, 1 Konzert in der katholischen Kirche und den darauffolgenden Fondueabend, 1 Weihnachtsstamm und 1 Sommerstamm, eine siebentägige Reise nach Deutschland und 3 Ausflüge während den Sommermonaten zu organisieren.

Die Themen der Vorträge, von Literatur, Geschichte, Politik, Theologie, Medizin bis zu Reiseberichten, brachten immer um die 50 Leute in den Rondosaal der Residenz VIVO. Grosse Erwartungen des Publikums galten der Gemeindepräsidentin, Annemarie Berlinger, der Schweizerischen Energiepolitik und dem Preisüberwacher, der uns über die Krux der Gesundheitskosten informierte.

An spannenden Nachmittagen durften wir an sehr unterschiedlichen Besichtigungen teilnehmen. Mit grossem Interesse bewunderten wir die prächtigen Räume der Burgerbibliothek, das perfekt renovierte Stadttheater und, als Kontrast, wurden wir bei einem sozialen Stadtrundgang der Organisation "Surprise" an verschiedene Anlaufstellen für rat- und hilfeschuchende Personen geführt und über deren Arbeit und Angebote informiert.

Als Orte der Begegnung durften wir in der Kirche St. Josef einem originellen Konzert beiwohnen, einen Fondueabend im Foyer des kirchlichen Zentrums geniessen und zwei sehr unterschiedliche Stammveranstaltungen erleben.

Wir danken den Herren Howald und Theven von der Residenz VIVO für die perfekte Bereitstellung des Vortragssaales und die Unterstützung bei technischen Problemen. Ein spezieller Dank geht an Paul Jaun, der Beamer und Mikrofon für die Vorträge betreut, an Elisabeth Zürcher, die die „Honorare“ und Leckerlis für die Referentinnen und Referenten bereitstellt. Wir danken auch den Damen, die uns immer wieder bei der Organisation des Weihnachtsstamms, des Fondueabends und des Sommerstamms helfen. Ein grosses Merci an alle unseren Seniorinnen und Senioren für ihr Mitmachen und ihr positives Feedback

Yvette Lager

### *Ausflüge*

Auch dieses Jahr führten wir während den Sommermonaten und im Dezember Ausflüge und Besichtigungen durch: am 14. August Tagesausflug nach Innertkirchen mit Besichtigung der „Grimselwelt“ (25 Personen), am 11. September Besuch der Vogelwarte Sempach (30 Personen) und am 4. Dezember Tagesreise mit Engloch Car zum Weihnachtsmarkt nach Einsiedeln mit Besuch der Kloster Stiftsbibliothek (14 Personen). Wegen schlechter Witterung musste die für Anfang Oktober vorgesehene Wanderung leider abgesagt werden.

Reise „Bekanntes und unbekanntes Nordostdeutschland“ (18.-24.Mai)

Zur diesjährigen Reise stiegen am Samstag, 18. Mai 15 „Senioren Köniz“ und 11 andere Reiseteilnehmer in den Engloch Car, mit Ziel Nordostdeutschland. Über verschiedene Autobahnen ging's von Bern via Basel – Karlsruhe – Heilbronn – Nürnberg – Hof nach Leipzig, unserem ersten Übernachtungsort. Am Sonntag stand eine Stadtrundfahrt in Berlin, der Hauptstadt Deutschlands, auf dem Programm. Wegen einer „Grossdemo“ fiel diese buchstäblich „ins Wasser“! Leider waren all die bekannten Sehenswürdigkeiten „abgesperrt“.

Doch schon am Nachmittag, auf der Weiterreise in die Uckermark, wurden wir mit einem wunderschönen Hotel mitten im Wald mit Seeanstoss belohnt, wo wir für 3 Nächte untergebracht waren. Die nächsten zwei Tage verbrachten wir in der Uckermark und der Schorfheide. Dort besuchten wir Orte wie Templin, Lychen, Boitzenburg, Prenzlau, den Werbellinsee (grösster See Brandenburgs). Natürlich durfte das Schiffshebewerk Niederfinow (eine ingenieurtechnische Meisterleistung) nicht fehlen. Ein weiterer Höhepunkt dieser Reise war die romantische Kahnfahrt in der ruhigen Landschaft und der Stille der Natur des Spreewalds.

Auch lernten wir auf einer interessanten Führung Görlitz, die östlichste Stadt Deutschlands, kennen. Als letztes Ziel stand noch Dresden auf dem Programm.

Für jeden Reiseteilnehmer gab es viele Sehenswürdigkeiten zu entdecken, sei es die Altstadt, die Frauenkirche, die Semperoper oder den Zwinger. Nach der Übernachtung in Plauen und unseren abwechslungsreichen Tagen im Nordosten Deutschlands nahmen wir die Heimreise via Bayreuth – Nürnberg – Bodenseeregion nach Köniz unter die Räder.

Monika Jenni

*In der Gruppe arbeiten mit:*

Yvette Lagger, Trudy Bussard, Martha Häberli (ab August), Madeleine Jaggi, Monika Jenni, Maria Kopp, Heinz Schmid