



Bulletin 1 / 2023

Liebe Vereinsmitglieder

Aktiv, bewegt, mobil – so gehen wir durchs Leben. Für die Lebensqualität ist es wichtig, bis ins hohe Alter selbständig und sicher mobil zu sein. Dies bedeutet auch, gewohntes Verhalten zu überdenken, neue Angebote auszuprobieren und z.B. die Verkehrsmittelwahl einer veränderten Situation anzupassen.

Fussgängerinnen und Fussgänger sind die schwächsten Verkehrsteilnehmenden. Auffällig ist, dass sich mehr als ein Drittel der tödlichen Unfälle und mehr als 40 % der Unfälle mit Schwerverletzten auf einem Fussgängerstreifen ereignen – einem vermeintlich sicheren Ort für den Fussverkehr.

Die gute Nachricht: Wer zu Fuss unterwegs ist, bewegt sich im Schweizer Strassenverkehr heute sicherer als noch vor zehn Jahren. Die Unfälle von Fussgängerinnen und Fussgängern mit schweren und tödlichen Verletzungen sind um rund 30 % zurückgegangen. *

Wir alle – ob zu Fuss, auf dem Velo oder am Steuer – können etwas dafür tun, um Fussgängerunfälle zu verhindern.

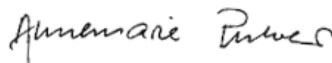
Machen Sie sich sichtbar!

Wer dunkel gekleidet ist, wird bei Dämmerung, schlechter Sicht oder in der Nacht leicht übersehen. Abhilfe schaffen helle Kleider, die erkennt man im Vergleich zu dunklen Kleidern in der Dunkelheit bereits aus doppelter Entfernung. Auch am Tag erhöhen helle und leuchtende Farben die Sichtbarkeit.

Besonders wirkungsvoll sind zusätzlich: Regenschirm mit reflektierendem Material, Dreiecksgürtel oder Leuchtweste. Noch besser sind Reflektoren – die sieht man bereits aus dreifacher Entfernung. Und wer reflektierende Arm- und Fussbänder trägt oder Reflektoren am Rollator montiert, erhöht den Faktor um ein Vielfaches. Statt erst aus ca. 25 Metern sind Sie mit Reflektoren schon aus 140 Meter Distanz sichtbar. **Fazit: Egal, wie Sie unterwegs sind – machen Sie sich sichtbar.**

Viel Freude beim Unterwegssein wünscht Ihnen mit Frühlingsgrüssen

*Quelle:bfu



SENIORENBÜHNE WORB

THEATERENSEMBLE VSESE



Und weiter geht's...

Eine Woche nach der Dernière von «Gspässigi Lüt» starteten wir bereits mit den Proben für das neue Theaterstück «Geburtstags-Dinner». Für neun Spieler:innen ging die Probezeit nahtlos weiter. Im Eiltempo musste die alte Rolle abgelegt werden, um sich in die neue einzuleben und neuen Text zu lernen. Ich habe grossen Respekt davor, wie das Ensemble diese Herausforderung diszipliniert und motiviert angenommen hat.

Wir freuen uns darauf, das Publikum im April 2023 mit dem «Geburtstags-Dinner» zu unterhalten. Es ist eine Komödie mit viel Situationskomik und Biss und überraschenden Wendungen. Schon jetzt wünschen wir den Besucherinnen und Besucher einen vergnüglichen Theaterbesuch.

Therese Wittwer-Liechti, Regie

Inhalt



Alfred kommt an seinem 80. Geburtstag aus Brasilien zu Besuch in die Schweiz und will seinen Verwandten etwas mitteilen. Er selbst ist nicht verheiratet und hat keine direkten Nachkommen. Was liegt hier näher, als dass es ums Erben geht? In der ganzen Verwandtschaft überschlagen sich die Spekulationen und jeder versucht sich von der besten Seite zu zeigen. Doch die Fassade bröckelt während des Dinners zusehends ab und enthüllt Lügen, Geldgier und Intrigen.

Newsletter

Möchten Sie regelmässig Hinweise auf die aktuellen Angebote?

Dann beantragen Sie unseren Newsletter.

Anmeldung über unsere Website: www.vseseworb.ch

Darf ich bitten?



Wussten Sie, dass Pro Senectute **Tanznachmittage** veranstaltet? In Bern, Uetendorf, Spiez und an anderen Orten im Kanton Bern können Seniorinnen und Senioren jeweils von 14.00 – 17.00 Uhr zu Live-Musik das Tanzbein schwingen. Das Angebot ist gross.

Einen Flyer zum Kursprogramm mit allen Angaben zu Ort und Datum erhalten Sie unter b+s.oberland@be.prosenectute.ch oder per Telefon: 033 226 70 70

Viel Vergnügen!

SENIORENBÜHNE WORB **THEATERENSEMBLE VSESE**

Unterstützung gesucht!

Dringend gesucht für 2023: Vorhang – Bedienung

Für die Vorstellungen des «Geburtstags-Dinners» vom **21. – 30. April** suchen wir dringend jemanden, der/die den Vorhang während des Spiels bedient.

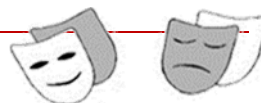
Interessierte melden sich bitte bei der Regisseurin, Therese Wittwer, Tel. 078 893 89 24

Gesucht für 2024

Für die Theatersaison 2024 sucht die Seniorenbühne eine Verantwortliche / einen Verantwortlichen für die Requisiten. Haben Sie Freude am Theaterspiel, möchten aber nicht selber im Rampenlicht stehen, dann wäre das ein idealer Posten.

Wir freuen uns auf Ihren Anruf.

Bitte melden Sie sich bei der Ressortverantwortlichen:
Santina Griessen, Tel. 078 079 326 00 42



Pinwand

Worb
Altersbetreuung

Kennen Sie die Tagesbetreuung in Worb?

Das Angebot ist gedacht zur Entlastung pflegender Angehörigen. Am Zelgweg 1 in Worb werden die Tagesgäste, in einem heimeligen Ambiente, durch geschultes Personal unterstützt und durch den Tag begleitet. Ob ein, zwei oder mehrere Tage, die Tagesbetreuung steht Ihnen von Montag bis Freitag zur Verfügung. Ein Schnuppertag kann kostenlos gebucht werden.

Möchten Sie mehr dazu wissen?

Wir freuen uns über Ihren Anruf unter: Tel. 031 838 17 17

Alte Mutter an ihre Kinder

Heute kommen meine Kinder. Sie meinen es gut. Aber es macht mir Sorge.

Sie meinen, ich solle im Treppenhaus ein Geländer machen lassen. Und ein zweites Telefon in der Küche. Und sie hätten gerne, dass jemand im Hause wäre, wenn ich ein Bad nehme. Eigentlich haben sie es halt überhaupt nicht gerne, dass ich hier alleine wohne.

Hilf mir doch, für ihre Hilfe dankbar zu sein. Und hilf ihnen zu verstehen, dass ich alles, was ich machen kann, tun muss, solange es geht.

Natürlich haben sie recht, wenn sie sagen, das sei eben riskant. Ich könnte doch fallen. Oder vergessen den Herd auszuschalten. Aber es gibt doch überhaupt kein Ding, keinen Sieg ohne Risiko.

Als sie jung waren und auf Bäume kletterten, mit dem Velo losrasten und in Lager fahren. Da habe ich schreckliche Ängste durchgemacht. Aber ich habe sie gehen lassen. Sie von all dem abzuhalten, das wäre für sie schrecklich gewesen.

Mach mich frei von Murren und von Sturheit in diesen Dingen. Aber behüte sie davor, mich in Fürsorge zu ersticken.

Elise Maclay: aus „Grüner Winter“

Der VSeSe wird unterstützt von:

BANKSLM



HÖRBERATUNG WORB
OLIVER DANNENBERG
Hörgeräteakustik-Meister