

Jahresbericht 2023



30 Jahre und weiter geht's

Vereinsversammlung, Vorstand, Mitglieder

Liebe Leserin, lieber Leser

30 Jahre VSeSe! Wir feiern und können auf drei Jahrzehnte gemeinsamer Erlebnisse, Freundschaften und wertvoller Momente zurückblicken.

1994 ergriff eine Gruppe Senioren die Initiative und gründete unseren Verein mit der Absicht, ältere Menschen zur aktiven Lebensgestaltung anzuregen, die Solidarität zu stärken und die Selbsthilfe zu fördern.

Wie diese Leitsätze heute umgesetzt werden und wie die Palette der Aktivitäten und Veranstaltungen aussieht, lesen Sie auf den folgenden Seiten.

Annemarie Pulver, Präsidentin

Vereinsversammlung

Unter der Leitung von Elvino Arametti eröffnete der VSeSe-Chor mit einem bunten Liederstrauss die 29. ordentliche Vereinsversammlung. Nach zwei Jahren schriftlicher Versammlungen freuten wir uns, 81 Mitglieder und sechs Gäste im ref. Kirchgemeindehaus Worb begrüßen zu dürfen. Gemeindepräsident Niklaus Gfeller freute sich ebenfalls in geraffter Form zu erfahren, was beim VSeSe in einem Jahr alles passiert und geleistet wird. Er schätzt diese Arbeit des Mittragens und dankt für das aktive Mitwirken in Worb.

Vorstand

Der Vorstand traf sich im Berichtsjahr zu neun ordentlichen Sitzungen. Mindestens einmal jährlich nimmt Anika Aeschbacher, Leiterin „Zentrum Alter“, an einer Sitzung teil. Im August traf sich eine Delegation zum jährlichen Austausch mit der Sozialvorsteherin Karin Waber. Im Herbst beteiligten wir uns am Generationenfest. Zusammen mit den „Mitarbeitenden“ schlossen wir traditionsgemäss das Jahr mit einem exzellenten Essen in der Altersbetreuung ab.

Das Bulletin erschien viermal, jeweils begleitet von Flyern zu den Veranstaltungen.

Mitgliederbestand

Am 1.1.2023 zählte der Verein 538 Mitglieder. 2023 haben wir 14 Mitglieder durch den Tod verloren, 23 Mitglieder sind ausgetreten, 22 Mitglieder sind eingetreten.

Bestand am 31.12.2023: 523 Mitglieder

Ressort Alterspolitik

Im vergangenen Jahr fanden zwei Gespräche mit Gemeinderätin Karin Waber und Mitarbeitern ihres Departementes statt. Auch an den Sitzungen der Alterskonferenz war der VSeSe vertreten. Dabei war fast das ganze Jahr über das Alterskonzept der Gemeinde Thema. Vier Jahre wurde daran gearbeitet; jetzt liegt es vor.

Das Alterskonzept 2023 orientiert sich an der Vision, dass Seniorinnen und Senioren unserer Gemeinde in Würde und mit guter Lebensqualität so lange wie möglich selbstbestimmt und eigenverantwortlich im gewohnten Umfeld leben. Daraus ergibt sich der grosse Themenbereich «Wohnen im Alter». Altersgerechte und trotzdem bezahlbare Wohnungen sind auch in Worb Mangelware. Manchmal fehlen auch die nötigen Kompetenzen für die Wohnungssuche oder es kommen gesundheitliche Probleme hinzu. Am 7. März ist dazu ein Gespräch mit dem Gemeindepräsidenten geplant.

Problematisch, und vor allem teuer, ist der Fahrdienst des SRK geworden, da es keine Fahrer mehr gibt, die in Worb wohnen. Die Altersbetreuung Worb hat einige Fahrer und sucht weitere. Gewisse Fahrten sind von der Zusatzversicherung gedeckt und EL-Bezüglern werden sie vergütet.

Unser Kafi-Plaudertisch, um Einsamkeit entgegen zu wirken, hat nicht Anklang gefunden und wurde eingestellt.

Die Plastic-Sammlung der AVAG hat nur wenige Sammelstellen und ist für viele ältere Menschen schwer erreichbar. Wir haben bei der Gemeinde den Vorschlag eingebracht, einmal im Monat anstelle des brennbaren Kehrichts diese Säcke einzusammeln. Der zuständige Leiter im Werkhof hat jedoch gewisses Verständnis, vor Ablauf der dreijährigen Versuchsphase werde die Gemeinde diesbezüglich aber nichts unternehmen.

Christa Kühn und ich waren an der ERFA-Tagung von Pro Senior mit dem Thema, «Alterspolitik gestalten: Jetzt kommen die Babyboomer». Eine Zusammenfassung der Erkenntnisse waren im Bulletin 3 / 2023 zu lesen.

Mit Anika Aeschbacher vom «Zentrum Alter Worb» haben wir einen regelmässigen Austausch und eine gute Zusammenarbeit.

Therese Bernhard, Ressortleiterin



Informationsstelle

Mit Freude durfte ich neue Mitglieder begrüßen und Interessierte mit Unterlagen ermuntern, unserem Verein beizutreten. Dazu kamen Auskünfte zu unterschiedlichsten Anliegen am Telefon. Sekretariats- und Archivierungsarbeiten gehörten ebenfalls zu meinen Aufgaben.

Die Tombolaausgabe am Generationenfest war dank der tollen Unterstützung von meinen Helferinnen auch dieses Jahr gut gelungen.

Vermittlungsbörse

Die Vermittlungsbörse konnte auch im 2023 einigen Seniorinnen und Senioren die erhoffte Unterstützung vermitteln. Ein herzliches Dankeschön all jenen, die mit grossem persönlichem Engagement Unterstützungen leisteten und weiter leisten. Registriert in der Börse sind 56 NutzerInnen. Inserate hat es 45. Am meisten nachgefragt wurden einmal mehr Begleitungen auf Spaziergängen oder zu Terminen, sowie Unterstützungen beim Einkaufen.

Fast alle Vermittlungen kamen telefonisch zu Stande. Leider funktioniert die Vermittlungsbörse noch nicht selbständig.

Einen interessanten Austausch hatte ich mit dem Verein «Gegenseitige Hilfe Münsingen und Rubigen».

Isabelle Schaub
Leiterin Informationsstelle & Vermittlungsbörse

Veranstaltungen, Kurse

Mit dem Videovortrag «Tage im Baskenland» eröffnete Paul Wirth im März die Reihe der Reisevorträge. Im Mai führte uns Fritz Walther «zum Nordkap mit dem alten Wohnwagen». Bei Kaffee und Kuchen wurde die Reise vertieft. Im September zeigte Paul Wirth «Marokkos magische Wüste» und im Dezember bereisten wir mit Bruno Bertschi «Alaska».

Zäme Kegeln war im Februar angesagt und im Mai liessen wir uns bei Familie Hodel in Vechigen über das Spargel anbauen informieren.

Die diesjährige Veranstaltung der Alterskonferenz fand am 18. Oktober zum Thema «Gesunde Ernährung im Alter» statt. Nach dem Vortrag kochte Carole Berger, Leiterin der Küche in der Altersbetreuung, ein paar einfache Gerichte, die gleich probiert werden konnten und gab wertvolle Tipps.

Nach den Sommerferien nahm der Chor seine Proben wieder auf. Die Sprachkurse Französisch und Italienisch, sowie die Lesegruppe trafen sich nach den Herbstferien wieder. Letztere unter neuer Leitung. Der Englischkurs pausierte ein Jahr und wird ab Sommer 2024 wieder aktiviert. Die Teilnehmenden des Erzählcafés treffen sich monatlich in der Alterssiedlung Flora. Ebenso beliebt ist das Trauercafé das unter dem Patronat des VSeSe steht. Das monatliche Filmprogramm im Chino Worb wird rege genutzt. Die Hobbyköche trafen sich im Oktober und November zu ihren kulinarischen Treffen.

Am 2. September war der VSeSe wiederum mit einem Stand am Generationenfest präsent und betreute die Tombola-Ausgabe.

Allen Referentinnen, Referenten und Kursleiterinnen danke ich ganz herzlich für ihr Engagement für den VSeSe. Die Aktivitäten werden rundum sehr geschätzt.

Annemarie Pulver, Ressortleiterin

Lesegruppe

Vor einem Jahr wurde ich angefragt, ob ich mir vorstellen könnte, den Lesestamm weiterzuführen. Die Nachfolgerin der Frau der tausend Bücher zu werden - eine anmassende Vorstellung! Doch Regula Bener lud mich in ihre private Bibliothek ein und gab mir eine Einführung in die Gepflogenheiten des Lesestamms. Ihre Freude übertrug sich, ihre Ermutigung wirkte und so fing alles an: Nun sind wir eine Gruppe von 12 Leserinnen, und wir bekommen auch ab und zu Besuch von zwei Bewohnerinnen des «Flora», die gerne ein wenig zuhören. Vertiefend in diese verschiedenen Welten der Literatur einzutauchen, anregend und kontrovers zu diskutieren, eigene Erfahrungen auszutauschen, macht uns glücklich.

So beschäftigten wir uns mit Auswanderung («La punta» von Yvette Z'Graggen), mit dem Leben in einem Ghetto («Jakob der Lügner» von Jurek Becker), mit Natur und Mensch («Offene See» von Benjamin Myers), mit Schicksalsphilosophie («Das Leben ist ein vorübergehender Zustand» von Gabriele von Arnim) und werden auch noch den Roman von Bernhard Schlink, «Die Enkelin» und die Autobiografie von Hanns-Josef Ortheil, «Die Entdeckung des Lebens», in Angriff nehmen.

Ich danke dem Zufall, dass ich diese schöne Aufgabe bekommen habe, dem VSeSe, insbesondere Annemarie Pulver, für die wohlwollende und verwöhnende Begleitung und meinen Mitleserinnen, die so gerne Buchdeckel öffnen und Ungeahntes entdecken.

Annette Graeter, Leiterin Lesegruppe

Sprachkurs / Italienisch

Ende Oktober 2023 haben wir uns nach der Sommerpause wieder im Kirchgemeindehaus zur ersten Lektion getroffen. Voller Freude haben wir eine neue Teilnehmerin begrüßen dürfen.

Mit viel Elan hat uns Anita Arni wieder nach Italien entführt, wie immer mit einer Canzone italiana. Nebst kurzen Grammatikübungen legt Anita viel Wert aufs Sprechen, schafft mit grossem Ideenreichtum immer wieder neue Sprechanelässe.

Wir lesen auch Kurzgeschichten und Texte, die uns mit Gepflogenheiten aus Italien vertraut machen. Im anschliessenden Gespräch versuchen wir dann eigene Gedanken zu formulieren, was uns schon hin und wieder, trotz begrenztem Wortschatz, recht gut gelingt.

Hanna Stimemann, Kursteilnehmerin

Sprachkurs / Französisch

Conversation française - Les Téméraires

In dieser Gruppe treffen sich alle zwei Wochen, jeweils am Dienstag in der zweiten Nachmittagschälfte, ca. acht Frauen und Männer um miteinander ganz einfach französisch zu sprechen; die einen haben mehr Übung darin, die andern weniger.

Die Atmosphäre in der Gruppe ist sehr angenehm, akzeptierend und unterstützend. Unter der engagierten Leitung von Antoinette Mazouer ist es immer allen möglich, sich auf ihre Art in Französisch auszudrücken. Wir werden angeregt, uns über Themen aus unserem Alltag zu unterhalten. Oder wir haben die Möglichkeit, den übrigen Gruppenmitgliedern zum Beispiel über eine Ferienreise oder über andere Dinge, die uns interessieren, zu berichten.

Bei unseren Rendez-Vous kommt auch das Gesellige und Fröhliche nicht zu kurz. Und einmal pro Jahr, machen wir „une excursion en Suisse romande“. Letzten Juni waren wir in Vevey (VD) auf den Spuren des ca. alle 25 Jahre stattfindenden Fête des vigneron.

Heiner Frank, Kursteilnehmer

Erzählcafé

Einen Nachmittag im Monat treffen wir uns im «Flora» um uns zu erzählen und zuzuhören. Wir sind 12 Frauen und ab und zu auch Männer im Pensionsalter. Wir freuen uns auf diese anregenden, fröhlichen Stunden zusammen.

Wir tauchen ein in die Erinnerungen unsere Kindheit und Jugend, sogar «Bäbi» haben uns mal begleitet.

«Weisst Du noch?» Als die erste Waschmaschine erfunden wurde? Zuvor trafen sich die Frauen in den Waschküchen oder fuhren ihre Wäsche im Leiterwagen zum Bach und auf dem Waschbrett wurde geschrubbt. Das waren noch Zeiten!

Wer von uns erinnert sich an die Hausierer? Ihr schwerer Holzkoffer war mit Trägern auf dem Rücken befestigt. Welche Schätze verbargen sich darin!?

Wir erinnern uns, lassen uns berühren von den Geschichten, freuen uns daran und lachen zusammen. Beim Rezepte austauschen, kamen wir sogar auf die Idee, zusammen ein Fondue zu geniessen. Was für ein kulinarischer Höhepunkt, denn wer macht schon für sich alleine ein Fondue? Auch das gemeinsame Zvieri ist immer ein Höhepunkt unserer Nachmittage.

Auch wenn wir uns mittlerweile alle vertraut sind, freuen wir uns über neue Gesichter und ihre Geschichten.

Ruth Kleischmantat, Leiterin Erzählcafé

Männerkochabende

Kürbisspiesse mit Salsiz / Guacamole mit Mais-Chips
Randen-Feigen-Ziegenkäse-Vorspeise / Pilzcrèmesuppe
Chili con carne mit Trockenreis
Käseauswahl mit Brot / Apfelküchlein mit Vanillesauce

So lautete das Menü für die zwölf mehr oder weniger geübten Hobbyköche am 31. Oktober 2023, dem ersten der vier geplanten Kochabende. Am 28. November kreierten wir ein vielseitiges Büffet. Im März 2024 werden nochmals zwei kulinarische Höhenflüge folgen.

Seit 10 Jahren leitet Miriam Mühlematter Kindler diese Kochabende, plant die Menüs, druckt für jeden Teilnehmer eine ansprechende Rezeptdokumentation aus, kauft ein, dekoriert wunderschön den Esstisch und überwacht und berät uns Laien beim Kochen. **Miriam, dir gehört ein ganz grosses Merci!**

Im zweiten Teil des Abends geniessen wir das von uns zubereitete Essen, zu dem natürlich ein Glas Wein nicht fehlen darf und überlegen uns, was wir dann zuhause nachkochen wollen.

Hannes Stirnemann, Kursteilnehmer

PC-Beratung

Die PC-Berater haben einen Einbruch der Aufträge zu verzeichnen. Einer von ihnen hatte genügend Kund*innen, so dass er sich aus dem Verzeichnis verabschiedet hat. Den anderen wurden hauptsächlich Aufträge zuteil, bei denen es sich um Passwort-Probleme handelte. Besonders, weil vielfach eine 2-Faktor-Authentifizierung neu hinzukam, was eine Benützung des PCs mit dem Smartphone voraussetzte. Auch sind neue Jahrgänge hinzugekommen, welche sich gut mit PCs und dem Fachwissen hierzu auskennen. Der MAC-Berater hat mitgeteilt, dass er kaum einen Auftrag erhalten hat. Wir stehen allerdings auch in Zukunft bereit, wenn Not «am Mann» (oder der Frau) ist.

Theo Ochsenbein, Ressortleiter

Chor

Der Chor hat 2023 wiederum eine Reihe von neuen Liedern geübt und sich der Herausforderung gestellt, auch anspruchsvolle Lieder zu singen. Auch bereits früher gesungene Lieder kamen wieder zum Zug, sodass unser Dirigent den Bedürfnissen aller Sängerinnen und Sänger gerecht werden konnte.

Die aus krankheits- oder persönlichen Gründen erfolgten Austritte konnten durch neue Mitglieder wettgemacht werden, sodass der Chor weiterhin 36 Personen zählt. Damit sind wir in der Lage, die Lieder vierstimmig zu singen. Wir freuen uns immer über neue Sängerinnen und Sänger.

Am 22. März durften wir an der VSeSe Hauptversammlung singen und genossen das grössere Publikum und die Wertschätzung unseres Auftritts. Am 28. Juni gestalteten wir erneut einen Altersnachmittag der reformierten Kirche mit einem Auftritt und einem offenen Singen, wobei die BesucherInnen gerne mitmachten. Am 19. November haben wir in einem Gottesdienst in der reformierten Kirche Worb gesungen. Herr Pfarrer Marti thematisierte in seiner Predigt, dass Singen seit jeher Gemeinschaft und Zusammenhalt bedeutete und den Menschen Freude und Trost spendete.

Am 12. Dezember sangen wir Weihnachtslieder und sassen danach gemütlich bei einem Adventszvieri zusammen. Danke an die Helferinnen und Helfer, welche dies ermöglicht haben.

Ruth Baumann trat Mitte 2023 aus dem Koordinationsteam des Chors aus. Sie hat über viele Jahre hinweg viel für den Chor geleistet und ich danke ihr an dieser Stelle für ihren grossen Einsatz.

Neu konnte Hannes Stinemann als Mitglied des Koordinationsteams gewonnen werden, der mich nun zusammen mit René Bauer weiterhin unterstützt.

Wir danken unserem Dirigenten Elvino Arametti herzlich für seine fördernde und kompetente Art, den Chor zu leiten. Durch ihn erbringen wir eine musikalische Leistung, die wir als Laienchor mit Stolz zeigen dürfen

*Eva-Maria Romer
Kordinatorin VSeSe Chor*

Seniorenbühne

Die Regisseurin Therese Wittwer-Liechti, hat sich im Sommer 2022 auf die Suche gemacht für ein geeignetes Theaterstück für unsere Seniorenbühne. Mit dem Stück «Geburtstagsdinner», eine Tragik-Komödie in zwei Akten von Esther Baumann, wurde sie fündig. Therese hat das Stück bearbeitet und sich auf die Suche gemacht, Schauspieler zu rekrutieren. So weit so gut.

Kaum war am 27. Oktober 2022 der Vorhang gefallen, ging es am 7. November 2022 mit den Proben fürs nächste Stück los. Die Schauspieler mussten sofort den Text von «Gspässigi Lüt» vergessen und in die Rollen des Geburtstagsdinner reinschlüpfen. Leider musste ein Mitspieler aus gesundheitlichen Gründen die Gruppe verlassen. O Schreck! Wo nehmen wir einen neuen Spieler her? Dank der guten Kontakte der Regisseurin, wurde ein Spieler der Aaretaler Volksbühne gefunden.

Neu war, dass die fünf Vorstellungen im Bärensaal in Worb stattfanden.

Es gab ziemlich viele Unkosten, da neue Kulissen erstellt wurden.

967 Personen liessen sich das Geburtstagsdinner nicht entgehen. Mit einem Erfolg von Fr. 582.45 wurde die Produktion abgeschlossen. Wie immer geht die Hälfte des Erfolgs an den VSeSe.

Allen, die in irgendeiner Form mitgeholfen haben, dass das Geburtstagsdinner durchgeführt werden konnte danke ich ganz herzlich.

Santina Griessen, Leiterin Seniorenbühne

Herzlichen Dank

- ▶ euch, lieben Vereinsmitgliedern, die ihr getreu hinter unserem Verein steht und die Angebote nutzt
- ▶ allen Frauen und Männern, die Zeit investieren und ihre Fähigkeiten zu Gunsten des Vereins einsetzen
- ▶ allen Institutionen, die uns immer wieder ihre Räumlichkeiten unentgeltlich zur Verfügung stellen, insbesondere der Altersbetreuung Worb und der Alterssiedlung Worb
- ▶ der Einwohnergemeinde Worb, den Sponsoren, den Spendern und dem Frauenverein Worb für die finanzielle Unterstützung
- ▶ ganz besonders meinen Kolleginnen und Kollegen im Vorstand, die mit viel Optimismus anpacken und immer wieder für ein vielfältiges Angebot besorgt sind.

Annemarie Pulver, Präsidentin

Ehrung unserer verstorbenen Mitglieder

**«Und wenn du dich getröstet hast,
wirst du froh sein, mich gekannt zu haben.»**

Saint-Exupéry

- | | |
|------------------------------|------------|
| ▪ Ledermann Hanspeter | 26.02.2023 |
| ▪ Dänzer-Wenk Hildegard | 27.02.2023 |
| ▪ Knechtle Arnold | 06.03.2023 |
| ▪ Knechtle-Bühlmann Irene | 06.03.2023 |
| ▪ Gerber Hanspeter | 07.04.2023 |
| ▪ Schirmer Rudolf | 14.04.2023 |
| ▪ Stalder Anton | 09.07.2023 |
| ▪ Scaccia-Lehmann Karin | 12.07.2023 |
| ▪ Ramseier-Doevendans Anneke | 17.08.2023 |
| ▪ Gerber-Herzig Anita | 29.08.2023 |
| ▪ Maurer Toni | 25.10.2023 |
| ▪ Aeschbacher Walter | 02.11.2023 |
| ▪ Bachmann-Furrer Elisabeth | 16.11.2023 |
| ▪ Rufenacht-Sommer Ursula | 05.12.2023 |

Vorstand

- Annemarie Pulver
Am Stutz 237, Richigen
Präsidium (bis 20.3.24)
- Christa Kühn
Vechigenstrasse 26, Worb
Präsidium (ab 20.3.24)
- Therese Bernhard
Wattenwilstrasse 19, Worb
Vizepräsidium, Alterspolitik
- Walter Hayoz
Bernstrasse 48, Worb
Finanzen
- Barbara Bürki
Jungfraustrasse 21, Worb
Protokoll
- Santina Griessen
Bachstrasse 242, Richigen
Senioren Bühne
- Isabelle Schaub
Rainweg 6, Rüfenacht
Vermittlungsbörse
Informationsstelle
- Theo Ochsenbein
Richigenstrasse 34, Worb
Kommunikation
- Erika Neuhaus
Enggisteinstrasse 4, Worb
Vertretung ref. Kirchgemeinde
- Hanspeter Stoll
Alte Bernstrasse 69, Rüfenacht
(ab 20.3.2024)

Vereinsadresse

Bahnhofstrasse 1, 3076 Worb / Telefon: 031 839 90 75
E-Mail: info@vsesevorb.ch / Website: www.vsesevorb.ch

Herzlichen Dank für Ihre Aufmerksamkeit.