

Fachstelle für Altersfragen

Den Jahren Leben geben

Vor einem halben Jahr hat die Fachstelle für Altersfragen ihren Betrieb aufgenommen. Zeit für ein erstes Fazit sowie einen Rück- und Ausblick.



Patrizia Pennella beim Haupteingang der Fachstelle für Altersfragen, welcher auch der Hintereingang der Bibliothek in Gümliigen ist. Bild: pp

Nach einem erfolgreichen Pilotprojekt setzt die Fachstelle für Altersfragen unter der Leitung von Patrizia Pennella seit letzten August das Altersleitbild der Gemeinde Muri bei Bern um. Die Fachstelle ist in der Bibliothek an der Füllerichstrasse in Gümliigen integriert und damit sehr gut erreichbar. Das Angebot geht von der Beratung zu verschiedenen Themen über Kurse zu Alltagsthemen bis zur Veranstaltung von Informationsanlässen und Koordination von unterschiedlichen Dienstleistungen, die das Alter betreffen. «Die Fachstelle richtet sich an alle Betroffenen und Interessierten. Das Ziel ist es, einen Beitrag zur Erhaltung der Selbständigkeit und Lebensqualität im Alter zu leisten», sagt Pennella.

Verschieden Kurse und Anlässe

Im ersten Halbjahr hat die Fachstelle bereits mehrere Kurse durchgeführt, die auf grosse Resonanz stiessen. So zum Beispiel einen Kurs zum richtigen Gebrauch des Rollators oder auch einen, um den Billett-Automaten am Bahnhof richtig zu bedienen. Weitere Kurse werden folgen, die nächsten schon in diesem Frühling. In der vergangenen Woche organisierte die Fachstelle in Zusammenar-

beit mit der Kirchgemeinde einen Informationsabend zum Thema «Vorbereitung auf die Pensionierung» durch. Mehr als 50 Menschen, die kurz vor der Pensionierung stehen, nahmen am Event teil. Fachpersonen zeigten auf, welche Vorsorge Sinn machen. Anschliessend erzählten vier frisch Pensionierte von ihren Erfahrungen während der Vorbereitungszeit auf den Übertritt in die Pension. Weiterführend finden im Mai vier Abendspaziergänge statt, auf denen das Thema Aufbruch in eine neue Lebensphase in ungezwungener Atmosphäre und an der frischen Luft zur Sprache kommt. Diese Spaziergänge werden von der Kirchgemeinde organisiert.

Neue Projekte in Planung

Die Fachstelle für Altersfragen will auf altersspezifische Fragen sensibilisieren und aufmerksam machen. Deshalb wird im Mai ein Kurs zum Thema Demenz für Angehörige und Interessierte stattfinden. Inhalt des Kurses wird sein, das Aufzeigen des Krankheitsbildes, den Umgang mit der Erkrankung und Tipps und Tricks für die Alltagsbewältigung. Zurzeit laufen auch die beliebten Kurse «Computer & Senioren», welche in Zusammenar-

lichkeit, sich noch für die März- und April-Kurse anzumelden. Bei Interesse können Sie sich bei Anders Lernen, Telefon 031 721 75 73 oder anders-lernen@bluewin.ch melden.

In Zusammenarbeit mit der Fachstelle für Kinder- und Jugendfragen FKJF sind Aktivitäten geplant, wo Jugendliche älteren Menschen das Handy oder den Laptop erklären.

Fachstellenleiterin Patrizia Pennella engagiert sich für ein zufriedenes alt werden und alt sein. Deshalb ist die Fachstelle sehr daran interessiert einen Seniorenrat zu initiieren, um der Bevölkerung ein Sprachrohr zu ermöglichen, damit konkrete Bedürfnisse und Anliegen erkannt und optimiert werden können. Interessierte für den Seniorenrat, welche sich freiwillig für ihre Zukunft einsetzen möchten, dürfen sich direkt bei ihr melden.

Die Fachstelle für Altersfragen befindet sich in der Bibliothek in Gümliigen, hat aber andere Öffnungszeiten als diese und ist über den Hintereingang zu erreichen.

Öffnungszeiten:

Dienstags und donnerstags von 08.00 bis 11.30 Uhr und von 14.00 bis 16.30 Uhr. Am Mittwoch von 08.00 bis 11.30 Uhr. Telefonische Auskunft unter der Nummer 031 530 13 41 ist von Montag bis Freitag zwischen 08.00 und 12.00 Uhr und von 13.00 bis 17.00 Uhr (Freitag bis 16.00 Uhr) möglich.

patrizia.pennella@altersfragen-muri.ch

Peter Pflugshaupt

beit mit Anders Lernen in der Bibliothek stattfinden. Es besteht die Mög-



Der Info-Anlass zum Thema «Vorbereitung auf die Pensionierung» war mit über 50 Gästen sehr gut besucht. Bild: zVg