

Editorial



Liebe Leserin, lieber Leser

Wir leben in einer Zeit der ständigen Veränderungen und des gesellschaftlichen Strukturwandels. Wer von Ihnen einst mit einer Schreibmaschine geschrieben und mit Kohlepapier und Tippex gearbeitet hat oder noch weiss, was die Begriffe «Verdunkelig», «Summer-Drämmli» oder «Rabattmärggli» bedeuten: Der oder die spürt den kalten Wind des Wandels besonders intensiv.

Diesem Wind kann man nicht entkommen, man muss sich ihm stellen. Als älterer oder alter Mensch verfügt man aber über eine wärmende, schützende «Mütze»: Die Erinnerungen.

In der vorliegenden Ausgabe der Gazette ist mehrfach von Erinnerungen die Rede. So hat Martin Brodbeck, ehemals BaZ-Redaktor, drei SeniorInnen nach ihren Weihnachtserinnerungen befragt. Im Interview mit dem «Weihnachtsmann» Johann Wanner begegnen Sie einem Mann, der um den Wert der Erinnerungskultur weiss.

Der Reichtum der Erinnerungen schottet nicht von der Realität und ihren Herausforderungen ab. Er ermöglicht im Gegenteil konstruktive Vergleiche und sinnvolle Einschätzungen von Schein und Sein. Ein Gang durch das

«Schatzhaus der Erinnerungen» gibt überdies immer neu Anlass zu Dankbarkeit und zur Versöhnung mit sich selbst und der eigenen Begrenztheit. Hier drängt sich ein Wort des grossen dänischen Philosophen Kirkegaard auf: «Das Leben kann nur in der Schau nach rückwärts verstanden, aber nur in der Schau nach vorwärts gelebt werden.» Einmal mehr: Es kommt auf die richtige Balance an.

Die Gazette-Redaktion wünscht Ihnen von Herzen frohe, von schönen Erinnerungen begleitete Weihnachtstage, einen zuvorsichtigen Übergang ins Jahr 2022 und viel Gutes für jeden neuen Tag.

Meta Zweifel

Engel allerorten

Sobald die Vorweihnachtszeit beginnt, haben Engel Hochkonjunktur. Werden sie bedenkenlos zum blossen Dekorationsmaterial herabgewürdigt, beleidigt man sie.

Schon in alten, vorchristlichen Kulturen wurden geflügelte Himmelswesen dargestellt. Sie wurden als Boten zwischen der sichtbaren Welt und der unsichtbaren und unfassbaren Welt der Unendlichkeit verehrt.



Boten-Engel, mit einem Stern im Anflug (Krypta Basler Münster) Bild Marianne Erni

Das vielfältige Angebot



Berufsziel: Fachangestellte Gesundheit

Der Mangel an Pflegekräften ist ein ernstes Problem unseres Gesundheitswesens. Umso erfreulicher, wenn junge Menschen sich für einen Pflegeberuf entscheiden. Die 17jährige Nora und der 18jährige Filip haben sich für eine Berufsausbildung bei der Spitex Birseck entschieden.

Nora Schweizer und Filip Krajnovic sind sich einig: Die Berufsausbildung bei der Spitex Birseck war die richtige Wahl. Sie haben mit sehr vielen unterschiedlichen Menschen zu tun. Sie lieben die Abwechslung und müssen sich immer wieder auf neue Situationen einstellen, denn jeder Tag ist anders. Alltagstrott gibt es nicht. Nora Schweizer, 17 Jahre alt, ist im ersten Lehrjahr. «Weil ich für viele dieser älteren Menschen ein Enkelkind sein könnte, sind sie ziemlich skeptisch, wenn ich das erste Mal vorbeikomme. Aber

wenn Vertrauen entstanden ist, freuen sie sich auf meinen Besuch und meine Unterstützung.» Tagtäglich bekommt sie Dankbarkeit zu spüren und ist für viele Menschen eine wichtige Bezugsperson.

Filip Krajnovic befindet sich schon im dritten Lehrjahr. «Wer diesen Beruf ergreift, ist den ganzen Tag aktiv. Man lernt ständig dazu. Jeder Tag bringt neue Herausforderungen – das gefällt mir sehr.»

Gut unterwegs

Nora half bei der Pflege ihrer Grosseltern mit: «Das machte mega Spass.» Mehrmalige «Schnuppertage» bei der Spitex Birseck gaben dann bei ihrer Berufswahl die Richtung an. Filips Eltern sind beide in der Pflege tätig, er folgte ihren beruflichen Spuren.

Die beiden jungen Leute erlernen jetzt den Beruf «Fachangestellte

Gesundheit», kurz FaGe. Sie werden für ihre Einsätze vom Berufsbildnerinnen Team begleitet und angeleitet. Berufsbildnerin Franziska Weyermann meint: «Unsere Auszubildenden tragen eine hohe Verantwortung. Sie wissen, dass sie uns im Notfall jederzeit erreichen können, um schwierige Situationen zu besprechen.»

Filip stellt fest: «Im Spital oder Alters- und Pflegeheim ist auf der Station immer jemand von den ausgebildeten Pflegenden erreichbar. Bei der Spitex arbeiten die Pflegenden vollkommen selbständig. Von daher sind wir froh, dass wir bei Bedarf Hilfe und Unterstützung anfordern können.»

Arbeit und Freizeit

Zu Noras und Filips Aufgaben gehört unter anderem Unterstützung bei der Körperpflege, beim Aufstehen oder beim Essen. Sie dürfen auch Blut abnehmen, den Blutdruck messen, Verbände wechseln.

Einen Ausgleich finden die beiden jungen Menschen im Sport. So fährt Nora täglich bei Wind und Wetter 50 Minuten mit dem Velo nach Münchenstein und klettert seit sechs Jahren am Vertikaltuch – sie ist eine wahre «Ballettkünstlerin der Lüfte». Filip spielt dreimal in der Woche Fussball in einem Verein. So schöpfen die beiden immer wieder Kraft für ihre anspruchsvollen und vielseitigen Aufgaben.



Nora Schweizer, Filip Krajnovic und Berufsbildnerin Franziska Weyermann (v. l. n. r.)

Bild Joachim Bühler

Joachim Bühler
Koordinationsstelle für das Alter



Treffen bei Kaffee & Gipfeli



Eine kurze Begegnung, eine Frage und eine Antwort. Diesmal mit dem Ehepaar Nelly (77) und Hanspeter (82) Brühlhart.

Wie kam es, dass Sie während Jahren vielen Nachbarn, Bekannten und Freunden zum Jahreswechsel eine kleine Schutzengel-Figur überbrachten oder zuschickten?

Schon immer hatten wir die Neujahrskarten selbst gestaltet, meist mit einer passenden Foto und ergänzenden Zeichnungen. Plötzlich hatten wir die Idee, aus Sperrholz eine kleine Engelfigur auszusägen, zu bemalen und zu garnieren. Unser Start-Engelchen hatte eine Wuschelfrisur aus silbernen glänzendem «Pfanneblätz»-Material – das war vor 15 Jahren. Die damals hergestellten 25 Engelchen, die wir persönlich überbrachten, wurden mit viel Freude und Begeisterung aufgenommen.

Man berichtete uns, dass man den kleinen Engel aufbewahre oder ihm einen Platz eingeräumt habe – wie einem schützenden Hauszeichen. Weil diese etwa 10 cm hohen Figürchen zum Gesprächsstoff wurden und man sich danach erkundigte, wurde unsere Engel-Aktivität zum Selbstläufer, und wir sozusagen zu Engel-«Eltern». Der Kreis der Interessierten wurde immer grösser. Und so kreierten wir denn Jahr für Jahr einen neuen Engel-Typ: Engelchen auf Wolke, Engel mit Wollhaar – einmal entstanden 100 Engelchen mit zwei geflochtenen und mit Schleifen gebundenen Zöpfchen. Sägen, schmiegeln, grundieren, bemalen, ausstaffieren: Das war immer viel Arbeit, aber unsere Vorfreude auf die Freude der Beschenkten gab uns immer neu Energie und Inspiration. Erst nach Jahren wurde die Produktion insofern etwas einfacher, als die Engelchen anhand einer Zeichnung maschinell

ausgeschnitten werden konnten. Schliesslich flogen Brühlhart-Glück und Segen-Engelchen an weiter entfernte Orte in der Schweiz oder sogar zu Freunden in Australien. Manchmal hatten die kleinen Boten etwas Verspätung. So bekamen wir einmal eine Neujahrskarte mit dem Vermerk: «Einladung zum Kaffee, 14. Februar, 14. 30 Uhr – aber nur mit Engel.» Selbstverständlich hat auch dieser Engel seinen Bestimmungsort gefunden.

Für einen recht grossen Kreis von Menschen ist der kleine Weihnachts- und Jahreswechsel-Engel zum Symbol für Freundschaft, Vertrauen und Zuversicht geworden. Dass wir nun aus gesundheitlichen Gründen unsere Engel-Werkstatt haben schliessen müssen, betrübt uns. Aber die Freundschaften und Kontakte, die im Verlaufe der Jahre entstanden sind – die haben Bestand.

Meta Zweifel



Zwei kleine Engel aus der Brühlhart-Werkstatt



Nelly und Hanspeter Brühlhart

Bilder Mirco Brühlhart



Das Gehirn hat Spass am Tanzen

Geht es um Gesundheitsförderung im Alter, ist oft auch das Tanzen ein Thema. Tanzen – im Alter, wie soll das gehen? Ida Wigger, 90, hat die Gazette-Redaktion auf die Spur geführt.

Fachpersonen wie etwa Prof. Dr. Reto Kressig vom Universitären Zentrum für Altersmedizin Felix Platter raten den Seniorinnen und Senioren häufig, in ihrer Ernährung den Anteil an Kalorien zu senken, jedoch täglich für eine ausreichende Zufuhr von Proteinen zu sorgen. Proteine sind nicht zuletzt für die Funktionsfähigkeit der Muskulatur wichtig. Und damit sind wir bei der Tanz-«Therapie» angelangt: Im Tanz werden verschiedene Muskelpartien aktiviert. Der Rhythmus der Musik teilt sich übers Gehör dem Körper mit, die Schrittfolgen und Bewegungsabläufe werden vom Gehirn registriert und in die jeweilige Tanzform übersetzt. Tatsächlich hat auch das Gehirn Spass am Tanzen, es fühlt sich auf angenehme Weise herausgefordert.

Idas Woche beginnt mit Tänzen ... «Nein, am Montagnachmittag bin ich nicht frei. Da gehe ich immer tanzen, im Saal des kath. Pfarreiheims, von 14.30 bis 15.30 Uhr. Und danach setzt sich unsere Tanzgruppe jeweils im «Pumpwerk» in der Stiftung Hofmatt an einen Tisch»: Ida Wigger strahlt, wenn sie von ihren Tanztreffen erzählt.

Tanzen da vielleicht zwei ältere Herren und eine grössere Damen-Truppe im altbewährten «Coiffeur-Schrittli», oder wird ab und zu mit einem Wiener Walzer der Blutkreislauf angeregt? Ida lacht nachsichtig: «Aber nein, wir tanzen international! Herren wären zwar jederzeit willkommen. Aber Tänze aus dem Balkan, aus Israel, Schweizer Tänze oder solche im südamerikanischen Rhythmus machen auch Spass, wenn Frauen unter sich sind und im Kreis oder in Vierergruppen miteinander tanzen.» Apropos Gruppe: Da alle ihr Impf-Zertifikat vorweisen, darf «maskenfrei» getanzt werden.

Tanzleiterin bietet Tanz-Vielfalt Die Tanzgruppe Münchenstein ist eine der drei Gruppen, die von der in Aesch wohnhaften Pro Senectute-Tanzleiterin Priska Sprecher in Schwung gebracht werden. Sie gehört zu jenen Mutmacher-Menschen, die sich immer wieder neue Wege zutrauen: Als 50-jährige liess sie sich zur Volkstanzleiterin ausbilden und seit Jahren ist sie Mitglied im Kreis der Pro Senectute «Tanzmeisterinnen».

«Ich bin nicht die Choreographin. Alle TanzleiterInnen erhalten professionell vorbereitete Tanzvorlagen und die Musik.» Sehr schön beschreibt Priska Sprecher ihr tanzpädagogisches Konzept, das auf Grosszügigkeit ausgerichtet ist, fernab von Überforderung, Leistungszwang oder irgendwelcher Schulmeisterie. «Glatteis ist ein Paradies für den, der gut zu tanzen weiss»: Wer zu tanzen weiss, trainiert sein Gehirn, die Muskeln und überdies das Gleichgewicht.



«Wenn Engel tanzen, lacht der Himmel», meint Priska Sprecher

Pro Senectute-Tanz im kath. Pfarreiheim, jeweils Montag 14.30-15.30 Uhr (ausser Schulferien). Eintritt jederzeit, Schnupperbesuch erlaubt.

Kosten: Pro Halbjahr Fr. 136.--

Wer sich angemeldet hat, kann auch an den Treffen in Arlesheim oder andern Tanzgruppen in BS und BL teilnehmen, zum gleichen Preis.

Für mehr Infos:

Priska Sprecher, Tel. 061 753 16 60



Unser nächtliches Kopf-Kino

Wenn sich Fachleute auf wissenschaftlicher Ebene mit Traumforschung beschäftigen, geht es nicht um Traumdeuterei, sondern in erster Linie um die Gehirnaktivität während des Schlafs.

Sie meinen, überhaupt nie zu träumen? Sie irren sich. Unser Gehirn ist auch während unserer Schlafphasen unentwegt aktiv. Tagesereignisse werden sortiert, überarbeitet und abgespeichert. In Träumen werden Szenen produziert, die mit unserem Erleben und unserer psychischen Verfassung zu tun haben.

Sobald wir am Morgen erwachen, muss sich unser Gehirn auf den Tag-Modus umstellen: Die Traumerinnerung kann sich rasch verflüchtigen, und so hat man den Eindruck, traumlos geschlafen zu haben.

Von den Angstträumen

Manche Träume behält man wie einen wertvollen Schatz fest im

Gedächtnis. Man kann aber auch von Angstträumen heimgesucht werden.

Der Mannheimer Schlafforscher Prof. Michael Schredl erwähnt in diesem Zusammenhang die «Fallträume», die uns das schreckliche Gefühl vermitteln, in eine Untiefe zu stürzen. Er erwähnt überdies Träume von Verlustangst, Prüfungsangst oder auch Angst vor dem Verlust von nahen Angehörigen. Was kann man gegen wiederkehrende Angstträume tun? Michael Schredl verweist auf ein Grundmuster, das in der Alptraumtherapie verwendet wird: Immer wieder vergegenwärtigt man sich im Wachzustand die Traumsituation und überlegt sich, wie man in der Realität vorgehen würde. Als Beispiel: Jemand wird im Traum häufig von einem Verfolger bedrängt und fühlt sich hilflos. Dieses Traumbild kann gelöscht werden, wenn man ihm im Wachzustand wiederholt ein anderes Bild gegenüberstellt: «Ich bin nicht allein,

sondern mit starken Begleitern unterwegs. Gemeinsam verjagen wir den Verfolger.»

Was uns Träume sagen können

Für verschiedene Traumsymbole gibt es landläufige Deutungen wie etwa die, dass das Bild eines Babys Umkehr und Neubeginn ankündigt. Michael Schredl hält nichts von Verallgemeinerungen: Ein Traumbild hat für jeden Menschen eine je eigene Bedeutung. Jeder Mensch kann sich fragen, welche Botschaft ihm die Traumgeschichte übermitteln möchte. Der Angsttraum von der verlorenen Brieftasche könnte mit aktuellen finanziellen Problemen zu tun haben, aber unter Umständen auch mahnen wollen: «Hör auf, dir wegen des Geldes allzu grosse Sorgen zu machen, hab ein bisschen mehr Vertrauen ins Leben.»



Meta Zweifel



Dank

Der Seniorenrat und die Gazette-Redaktion danken allen Inserenten sehr herzlich für ihre Unterstützung. Sie tragen so zur Veröffentlichung der Senioren Gazette Münchenstein bei.

Wir freuen uns über Ihre Anregungen und Kommentare und über Interesse an einer Inseratschaltung.

seniorenrat@muenchenstein.ch



Drei Menschen – drei aussergewöhnliche Geschenke

Geschenke haben nicht nur zur Weihnachtszeit oft eine besondere Bedeutung. Trudy Imhof, Anna-Maria Rieder und Jürg Müller, alle in Münchenstein beheimatet, erzählen von Geschenken, an die sie sich immer wieder erinnern.

Gertrud Imhof

«Wir haben mit unserer grossen Familie nie in unserem Heim in Münchenstein Weihnachten gefeiert. Wir besitzen hier ein Geschäft. Darum wollte mein Mann über die Feiertage Distanz gewinnen. Wir verbrachten die Weihnachtstage immer in unserem Ferienhaus im Schwarzwald. In der Adventszeit jedoch hatten wir ein Weihnachtsfenster. Mein Mann dekorierte das Haus und den Garten wunderbar. Zur Eröffnung kamen viele Leute. Rund 200 Personen sind es gewesen. Es gab viel zu Trinken und zu Essen. Das ist eben auch wichtig. Ich hatte zusammen mit meiner Haushälterin Zopf und Gugelhopf gebacken. Es war jeweils ein grosses und schönes Ereignis. Seitdem mein Mann verstorben

ist, machen wir kein Weihnachtsfenster mehr. Das war sein Hobby und seine Leidenschaft. Mich hätte es zu sehr beelendet. Ich bin darum auch nicht mehr zur Eröffnung der anderen Weihnachtsfenster gegangen. Etwas hatten wir beim grossen Aufwand, den wir betrieben hatten, vergessen: Die Anlässe zu fotografieren. Das fand ich im Nachhinein sehr schade. Doch dann geschah es: Eines Tages stand ein mir unbekannter Mann vor der Haustüre. Er drückte mir ein grosses Couvert in die Hand und sagte, er habe hier ein paar Fotos von unseren Vorweihnachtsfeiern gemacht. Dann verschwand er. Ich war so perplex, dass ich ihm nicht einmal richtig Dankeschön sagen konnte. Bis heute habe ich keine Ahnung, wer er war. Mit seinem Geschenk hat er mir eine riesige Freude bereitet. Ich habe die Fotos in ein Album eingeklebt. Beim Betrachten erinnere ich mich immer wieder an die schöne Zeit.»

Zur Person: Gertrud Imhof (91) hat während Jahren im Betrieb ihres Mannes Alfred Imhof (Im-

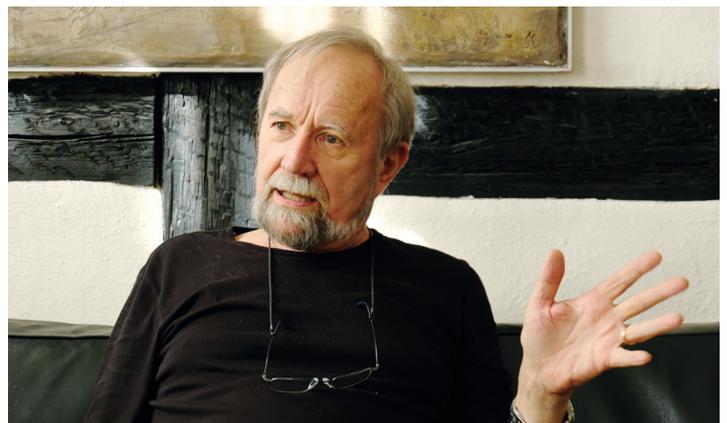
hof Getriebe) gearbeitet. Sie hat eine grosse Familie und setzte sich jahrelang für Manglaralto (das Hilfswerk der Münchens-teiner Katholiken) ein. Eine Aufgabe, die inzwischen ihre Tochter übernommen hat.

Jürg Müller

«Weihnachten war bei uns eine ganz verrückte Zeit. Mein Vater war Bootsbauer und Eigner einer Werft in Spiez. Wir wohnten in einem Holzhaus. Auch an einer normalen Weihnacht gab es ein Durcheinander. Wir hatten zwar einen Weihnachtsbaum und Geschenke darunter – alles was so dazu gehört. Unten spielte die Tante auf dem Klavier und mein Götti sang mit einem unglaublichen Tremolo, das ich nicht nachmachen kann. Gleichzeitig setzte sich in unserem ringhörigen Haus auch meine Mutter ans Klavier. Trotz Weihnachten kamen immer wieder Kunden zu uns. Ich erinnere mich an einen Mann, der mit den unmöglichsten Fragen immer wieder meinen Vater aufsuchte. Ob man nicht noch dieses oder jenes an seinem Schiff än-



Gertrud Imhof



Jürg Müller

dern könne, wollte er wissen. Dies, obwohl es Winter war und dichte Nebelschwaden über dem Thunersee lagen – alles andere als Segelwetter. Doch er war ein guter Kunde, ein vornehmer Herr, ein Herr Doktor sogar. Darum liess ihn mein Vater gewähren. An eine Weihnacht erinnere ich mich noch sehr genau. Ich war etwa 10 Jahre alt. Besagter Herr war wieder bei uns Stammgast. Er sprach am Heiligen Abend hemmungslos den Getränken in der Bar meines Vaters zu. Am Schluss mussten wir ihn in ein Taxi setzen, damit er sturzbetrunken wieder nachhause kam. Weil er uns die Weihnachtsfeier vermässelt hatte, war ich so zornig, dass ich die Geschenke unter dem Weihnachtsbaum links liegen liess. Ich ging in die Werkstatt und bastelte mir aus Abfallholz ein Modell-Boot. Das war das Weihnachtsgeschenk an mich selbst. Es sah aus wie ein Wikingerboot. In der winterlichen Spiezer Bucht konnte ich es testen. So habe ich mein erstes Boot gebaut.

Zur Person: Jürg Müller (77) ist Bootsbauer, Sozialpädagoge und Künstler. Bootsbauer war er in der Werft seines Vaters in Spiez und in kanadischen Werften. Als Sozialpädagoge arbeitete er mit geistig Behinderten. Seine Kunstgalerie hat er heute noch in seinem Wohnhaus: Er lebt mit seiner Frau im alten Pfarrhaus, in welchem auch die Familie des bekannten Architekten Melchior Berri gewohnt hatte.

Anna-Maria Rieder

«Ich hatte einen schweren Start ins Leben und eine schwierige Jugend: Heimaufenthalt, Fremdplatzierungen. Ich wurde viel geschlagen, das ganze Programm eben. Auch bei meiner dritten Pflegefamilie in Möhlin. Dann machte meine Betreuerin vom Amt eines Tages mit mir einen Ausflug nach Arlesheim. Dort, bei Frieda Meury vom gleichnamigen Baugeschäft, wurde ich liebevoll aufgenommen. Frau Meury zeigte mir, wie man Kleiderbügel bestrickt, sie zeigte mir die Hühner und ihren Hund Astor. Es war ein wunderschöner Tag. Am Schluss fragte sie mich, ob ich mir vorstellen könnte, hier bei ihr zu wohnen. Bei dieser Pflegemutter verbrachte ich die einzige glückliche Zeit meiner Kindheit. Ich durfte ein ganz normales Mädchen sein, ging in Arlesheim zur Schule und konnte nach den Hausaufgaben draussen mit den anderen Kindern spielen. Ich war also gar nicht das böse Kind, als das ich vorher gegolten hatte. Ich war neun Jahre alt, als ich zu Frieda Meury

kam. Die Betreuerin vom Amt sagte mir damals, ich dürfe sie «Tante Frieda» nennen. Doch schon bald war sie für mich einfach die «Mem». Sie schenkte mir während unserer gemeinsamen Zeit einen selbstgestrickten Pullunder. Doch nach zwei Jahren war die schöne Zeit zu meinem Leidwesen vorbei. Meine Mutter hatte geheiratet, und ich musste zu ihr und zu meinem Stiefvater ziehen, was andere weitgreifende Probleme mit sich brachte. Mit Frieda Meury blieb ich auch als Erwachsene bis zu ihrem Ableben in Kontakt. Sie war für mich die liebste und beste Pflegemutter. Der Pullunder, der von lieber Hand gestrickt wurde, begleitet mich bis ans Ende meiner Tage. So werde ich ihn auf meiner letzten Reise tragen.»

Zur Person: Anna-Maria Rieder (73) hatte eine schwere Jugend. Dennoch hat sie ihr Leben gemeistert. Dank ihrer kaufmännischen Grundausbildung und guter Sprachkenntnisse kam sie in der Welt herum. So lebte sie in England, Spanien und Dubai

– zu einer Zeit, als dieses Emirat bei uns noch wenig bekannt war.



Anna-Maria Rieder

Bilder Ursula Gallandre

Martin Brodbeck





Tag für Tag durchs ganze Jahr

Das Buch «365 Tage Basel» von Dr. Tilo Richter kann zum anregenden Jahresbegleiter werden. Und ist überdies ein Geschenk, das auch nach Ablauf des Jahres immer wieder zur Hand genommen wird.

Er wohnt mit seiner Familie in Basel und arbeitet als Stadtbuch-Redaktor und Kultur-Projekt-leiter für die Christoph Merian Stiftung. Im Verlaufe der Zeit haben ihn insbesondere viele interessierte Münchensteiner Seniorinnen und Senioren als ebenso kenntnisreichen wie unterhalt-samen und liebenswürdigen Be-gleiter auf historischen Spuren im Bann Münchenstein kennen und schätzen gelernt. Dank Tilo Richter ist die von der Kultur-kommission der Bürgergemeinde organisierte Reihe «M wie Mün-chenstein» zu einer viel beachte-ten Institution geworden.

«Kein Tag vergeht, ohne dass unser Leben Spuren hinterlässt», liest man im Vorwort zum Buch «365 Tage Basel», das Tilo Richter

zusammen mit dem CMS-Kom-munikationsbeauftragten Carlo Clivio konzipiert und gestaltet hat. Ein spannendes Buch, das zu vielgestaltiger Spurensuche an-regt.

Was ist vor Jahren in Basel an Ih-rem Geburtstag passiert?

In diesem speziellen «Jahrbuch» findet man zu jedem Tag ein Bild und einen Text, die ein Ereignis, eine Kuriosität oder auch einen technischen Entwicklungsschritt in Erinnerung rufen. Der Fokus ist auf Basel ausgerichtet, aber uns ist die «Stadt» ja in mancher-lei Hinsicht sehr nah. Nur nebenbei: Münchenstein war einmal eine Basler Vogtei, und eine un-serer Strassen trägt den Namen des letzten, im Schloss amtierenden Vogts Johann Christoph Ro-senburger.

Preisfragen: Was ist anno dazu-mal an Ihrem Geburtstag pas-siert? Welche ganz besondere Weihnachtsfeier fand erstmals am 25. Dezember 1895 statt?

Wer weiss denn sowas?

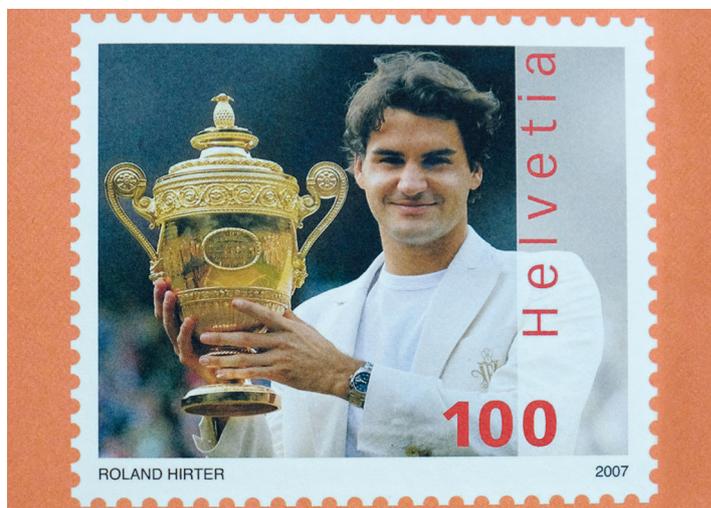
Anhand von Tilo Richters Buch liesse sich eine ganze Quiz-Sen-dung aufbauen. Da ginge es etwa um die Frage, welche Eigenschaf-ten eine Basler «Nase» hat. Aus einer Mücke sollte man keinen Elefanten machen. Aber was hat es mit der «Mücke» auf dem Münsterberg auf sich? Wissen Sie, welche Funktion die «Centralhal-len» beim Barfüsserplatz hatten? Tilo Richters Buch, dessen Nähr-boden die Basler Stadtbücher sind, ist mit einem erstklassigen Register ausgestattet. Sie wer-den, wenn Sie beispielsweise «Abel Heidi» oder «Zeppelin» su-che, mühelos fündig.

Von A-Z lehrreich, unterhaltsam, spannend: Totales Lesevergnü-gen.

Carlo Clivio / Tilo Richter,
365 Tage Basel.
Christoph Merian Verlag,
CHF 25.-. Mit QR-Codes zum
Weiterstöbern.



Tilo Richter, der ausgezeichnete Münchensteiner Cicerone, dem selbst schlechtes Wetter nichts anhaben kann Bild Ursula Gallandre



In 365 Tage Basel hat auch «unser» Roger Federer einen Ehrenplatz gefunden Bild Roger Feder/ aus 365 Tage Basel



Neuwelt-Engel laden ein

Wie viele Engel im Raum Neuwelt unsichtbar unterwegs sind, kann niemand wissen. Mit künstlerisch gestalteten Engel-figuren kann man jedoch im Haus von Hanny Wyss in Kontakt kommen.

Das barsche Sprichwort «Wer nicht hören will, muss fühlen» lässt sich auf Hanny Wyss bezogen positiv abwandeln: Wer nicht hören kann, muss fühlen, schauen und seine gesamte Wahrnehmungsfähigkeit schulen. Hanny, die Witwe des vielseitig interessierten Volkskunstsammlers und einstigen Schweizer Gardisten Albert Wyss ist taub. Sie hat das Lippenlesen gelernt, informiert und verständigt sich via Internet. Beim Modellieren mit Ton hat sie gelernt, auf die Spra-

che des Materials und die Stimme der Intuition zu hören.

Ein Engel tauchte auf

«Als ich das erste Mal in einem Kurs einen Engel modellierte, war ich total begeistert, und das Thema liess mich nicht mehr los», schreibt Hanny Wyss. Welche Bedeutung haben Engel für die Kunsthandwerkerin? «Engel sind für mich Helfer, Beschützer und richtig anwesend.» Und so gestaltet denn Hanny Wyss Engel: Grosse Engel von schlichter Erhabenheit, kleine Engel, die man mit einer Hand umfassen kann, dunkle und hellweisse Engelgestalten. Keiner dieser Engel hat ein individuelles Antlitz: Der Betrachtende wird je nach seiner Gemütsverfassung ein lächelndes, mahnendes oder Mut zu-

sprechendes Engel-Gesicht wahrnehmen. Manch ein Wyss-Engel wurde schon als Geschenk für einen trauernden Menschen gekauft und wurde zum Trost-Engel.

Engel erwarten Besuch

«Ich töpfere jeden Tag, das ist für mich Lebensinhalt und macht mir grosse Freude», teilt Hanny Wyss mit. Sie freut sich auch, wenn man sich für ihre Arbeit interessiert und mit ihren Engeln Bekanntschaft machen möchte: Eine Engel-Besichtigung lässt sich jederzeit arrangieren. Weil unter den gegebenen Umständen kein Telefonkontakt möglich ist, sorgt die Tochter von Frau Wyss als hilfreicher Engel für Vermittlung. Bitte Mail-Nachricht an wyssirene@sunrise.ch – so kommt der Kontakt zustande.



Hanny Wyss mit heiterem Trotz allem-Lächeln



Himmlische Heerschar der Hanny-Engel

Bilder Ursula Gallandre



W wie Wanner + Weihnacht

Man nennt ihn den Basler «Father Christmas», er pflegt weltweit geschäftliche Kontakte und ist mitsamt seinem glitzernden Weihnachtsmärchen-Imperium seit Jahrzehnten ein gefragter Medienstar. Und Johann Wanner, 82, ist überdies ein sympathischer, liebenswürdiger und an Lebensfragen interessierter Mensch.

Johann Wanner, als Geschäftsmann erleben Sie die negativen Auswirkungen der Corona-Krise. Stellen Sie auch positive Impulse fest?

Ganz persönlich habe ich gelernt, kleine und vermeintlich unbedeutende Dinge wahrzunehmen. So freue ich mich, wenn mich eine Stadttaube besucht, die nur noch auf einem Bein stehen kann. Sie hat sich der Situation angepasst und bewegt sich hüpfend vorwärts.

Die Taube verkörpert eine bestimmte Lebenshaltung?

Ja, insofern, als man lernen kann, nicht veränderbare Dinge hinter sich zu lassen, nach vorn zu schauen und seinen Platz zu suchen – auch wenn sich im Alter die Perspektiven selbstverständlich anders darbieten als in jungen Jahren. Wenn ich in der Zeitung von Projekten lese, die im Jahr 2030 oder 2040 vollendet sein sollen, freue ich mich, dass mich dies kaum noch berühren muss und mein Engagement nicht mehr herausgefordert wird. Übrigens brauche ich neuerdings den Gehstock, den schon mein Vater benutzt hat. Wie die Taube musste ich lernen, zu «hüpfen». Im Alter verlangsamt sich manches, man mag nicht mehr so oft reisen, man isst weniger – aber man kann das Leben dennoch geniessen. Überdies kann manchmal sogar ein Verzicht Genuss

bereiten: Ich verzichte auf etwas und orientiere mich neu.

Sie sind jeden Tag in Ihrem Geschäft am Spalenberg anzutreffen und leiten ein junges Team an. Kommen Sie mit den jungen Leuten klar?

Wir kommen erstaunlich gut miteinander klar, und es ist mir verhältnismässig leichtgefallen, dies oder jenes «abzugeben.» So vieles hat sich verändert: Das Geschäftsleben, die Umgebung mit dem Verlust von Menschen, die einem vertraut waren. Man muss sich aber auf den Wandel einstellen, darüber nachdenken und gangbare Lösungen suchen – das erhält einen jung.

Sie haben für das Weisse Haus in Washington Weihnachtsbäume geschmückt, für viele namhafte Prominente in aller Welt sind Sie der Haute-Couturier der Weihnachtsdekorationen. Wie kommt es, dass Sie sich nie selbst zum Hochglanz-Star stilisiert haben?

Selbstverständlich freue ich mich über exklusive Kontakte und über all die Anerkennung, die ich bekommen habe. Aber mich macht ein kleines Kind, das am Spalenberg seinen Eltern davonrennt, um sich begeistert in meinem Laden umzusehen, genauso viel Freude wie das Lob eines Prominenten. Es rührt mich, wenn eine alte Frau mir sagt: «Wissen Sie, ich war schon als kleines Kind dabei, wenn meine Mutter im Laden Ihres Vaters eingekauft hat.»



Johann Wanner, Grossmeister der Weihnachtsdekorationen

Bild zVg



Mein Vater war allerdings Buchbinder und also in einem ganz anderen Metier tätig.

Mit den Erinnerungen an ungewöhnliche Begegnungen mit ungewöhnlichen Menschen könnten Sie wohl ein Buch füllen?

Gerne erinnere ich mich zum Beispiel an den Anruf zweier älterer Damen, die ihren Besuch ankündigten. Man komme mit dem Flugzeug und wünsche am Flugplatz abgeholt zu werden – was dann geschah, mit Rolls-Royce und Chauffeur. Die Damen kauften in unserm Musterzimmer während zweier Stunden ein. Dann sagte die eine Dame, sie

müssten nun aufbrechen, man solle den Flughafen benachrichtigen: «Mein Mann hat kürzlich einen Schlaganfall erlitten. Ich will wieder zurück nach Nizza und bei ihm sein – er mag es, dass ich bei ihm bin, wenn er aufwacht.»

Diese Begebenheit sagte Ihnen etwas?

Sie sagte mir, dass wir alle mit Sorgen und Problemen beladen werden, seien wir nun finanziell und sozial auf der Sonnenseite oder nicht. Und ob wir in Nizza eine Villa besitzen und mit dem Flugzeug reisen oder nach der Arbeit mit dem Tram zu unserer Wohnung zurückkehren: Wir alle sind

mit unserer Endlichkeit konfrontiert.

In Abwandlung eines bekannten Spruchs könnte man sagen: Wir alle müssen manchmal weinen, aber im eleganten Auto weint es sich angenehmer als im Tram.

Da möchte ich mit einem anderen Bild dagegenhalten. Wenn ich aufs «Drämmli» warte, schaue ich ihm nie ungeduldig entgegen, sondern lenke den Blick in die andere Richtung. Das Tram kommt, schnell oder weniger schnell. Aber es kommt.

Meta Zweifel

Gazettino

Wasser-Wirkungen

Sie haben Mühe, einem zweiten oder dritten Griff in die Gutzi-Büchse zu widerstehen? Spülen Sie den Mund mit Wasser, dem Sie eine markant riechende Mundtinktur beigefügt haben. Der «Gluscht» ist zumindest für eine Weile gebannt.

Lust auf einen heissen und das Immunsystem stärkenden Tee? Ein Stück Ingwerwurzel grob raspeln, in eine Teekanne geben und ein hälftig aufgeschnittenes Stück Zitronengras dazulegen. Mit heissem Wasser übergiessen, ziehen lassen, nach Belieben mit etwas Honig süssen: Fertig ist ein gesunder und wohlriechender Winter-Trunk. Und falls Sie eine rote Teevariante mögen: Dem Ingwer

und dem Zitronengras noch einige Scheibchen Kurkuma beigeben. Kurkuma/Gelbwurz wirkt u.a. entzündungshemmend.

Sorgen entsorgen

Die vielfach variable Stoff-Figur des «Sorgenfressers» ist zwar für Kinder erdacht worden. Aber das kleine, mit einem Reissverschluss ausgestattete Objekt könnte auch einem Erwachsenen Freude machen. Sorgen lassen sich nicht ohne weiteres entsorgen. Aber der «Sorgenfresser» sorgt für ein bisschen Erheiterung. Vielleicht wird er mit ein paar Papiertäschentüchern gefüllt. Er könnte in seinem Innern auch Zettel mit aufmunternden Worten aufbewahren.

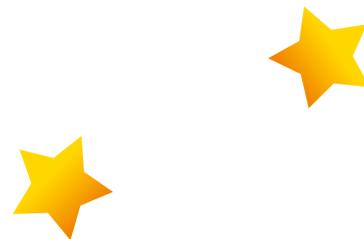


Sorgenfresser wartet auf Nahrung Bild zVg

Übrigens: Wem hat man diesen Reim zu verdanken: «Guten Morgen, liebe Sorgen, seid ihr auch schon alle da? Habt ihr auch so gut geschlafen? Na, dann ist ja alles klar?»

1. Christian Morgenstern
2. Jürgen von der Lippe
3. Otto Waalkes

Auflösung Seite 15



Blitz-Gutzi «Therese»

Ein Gutzi- Rezept, das Therese Mathys von ihrer Grossmama übernommen hat. Es verlangt weder viel Aufwand noch grosses Geschick – und das Ergebnis schmeckt dennoch delikats. Zutaten: Mini-Zwieback (bei Migros erhältlich), gemahlene Haselnüsse, gezuckerte Kondensmilch, etwas frisch gepressten Zitronensaft.

Zubereitung: Zutaten zu einem zähen Brei vermischen. Portionweise auf die Zwieback-Rondellen streichen und bei ca. 180 Grad im oberen Teil des Backofens während 8-10 Minuten überbacken. Ein paar Therese-Gutzi in ein Klarsichtbeutelchen legen und dieses, zusammen mit einem Tannenzweiglein, mit einem bunten Band festbinden: Ein liebenswürdiger kleiner Adventsgruss.

Worte von der Frau Wirtin

Die Gastgeberin eines Traditionsgasthofs im Zentrum von Reinach teilt per Mail nicht nur das Menüangebot mit, sondern bietet sozusagen als «Gruss aus der Küche» immer auch einen Leitspruch an, der zum Nachdenken anregt. Durchaus zeitgemäss war der dem jüdischen Weisheitsbuch Talmud entstammende Spruch: «Achte auf deine Gedanken, denn sie werden Worte. Achte auf deine Worte, denn sie werden Taten. Achte auf deine Taten, denn sie werden Schicksal.»

Apropos Schenken

Der etablierte Begriff «Geschenkrummel» gehört abgeschafft. Je-

der und jede darf frei entscheiden, wer und in welchem Rahmen beschenkt werden soll. Beherzigenswert sind die Verse des dichtenden Seemanns Joachim Ringelnatz:

Schenke herzlich und frei.
Schenke dabei, was in dir wohnt
an Meinung, Geschmack und Humor,
sodass die eigene Freude
zuvor dich reichlich belohnt.



Weihnachtsbaum, auf die Schnelle - nach Hühnerart

Peter Gaymann, aus «Alle Jahre...schon wieder» (Fackelträger 1993)

Feines auf die Schnelle

Das Etikett «Selbst gemacht» adelt selbstverständlich jede Speise. Aber man darf sich das Leben als GastgeberIn hie und da doch mit einem guten Fertigprodukt etwas leichter gestalten. Aus Pizza-Teig (im Beutel, nicht ausgewallt) lassen sich kleine Party-Brötchen formen, in die Speckwürfelchen, kleingehackte Kräuter oder Kerne eingeknetet worden sind. Ein Nusschinkli, in einen Mantel aus ausgewalltem Pizzateig gehüllt und im Ofen gebacken, ist

eine Delikatesse. Kalbsbrät in der Alufolie kann mit klein geschnittenem und zuvor kurz gedämpftem Gemüse vermengt und dann zum «Fleischkäse de luxe» gebacken werden.

Augen-Gymnastik

Halten Sie Ihren ausgestreckten Zeigefinger im Abstand von etwa 20cm vor Ihr Gesicht. Richten Sie den Blick konzentriert auf die Fingerspitze, mit der Sie nun Buchstaben und Zahlen in die Luft malen – erst langsam, dann allmählich schneller. Ihre Augen folgen den Bewegungen des Zeigefingers. So wird Ihre Augenmuskulatur gestärkt. Nach der Übung Augen schliessen, entspannen.

Auch diese Übung kräftigt die Muskulatur der Augen: Ohne den Kopf zu wenden nach links und rechts und nach oben und unten schauen. Diese Übung bis zehnmal wiederholen. Zum Schluss mit den Augen abwechselnd nach rechts und links langsame Kreisbewegungen ausführen. Alles gut im Blick?

Was ist «Schwarzer Nieswurz»?

Hinter dem Namen Helleborus niger und ebenso hinter der Bezeichnung «Schwarzer Nieswurz» verbirgt sich die wunderschöne Christrose. Weil ihre weissen Blüten und die grünen Blätter dem Frost und der Kälte Widerstand leisten, galt die Pflanze in früheren Zeiten als Zauberpflanze. Man schätzte sie auch als Orakel: Färbten sich ihre Blütenblätter beim Verblühen rötlich, durfte man auf ein gutes Weinjahr hoffen.



Der neue Münchensteiner Jahreskalender

Seit ihrem 16. Lebensjahr ist Anna-Maria Rieder eine begeisterte Hobby-Fotografin. Mit sensiblem Blick hat die begabte Frau 12 Münchensteiner Szenen ausge-

wählt, fotografiert und zu einem Kalender (Format A4) zusammengefügt. Der ansprechenden und zum Teil meditativen Bildfolge hat Anna-Maria Rieder den Titel «Orte zum Verweilen» gegeben. Der Münchensteiner Ka-

lender ist ab Mitte November erhältlich (Preis/Selbstkostenpreis CHF 20.--) und kann per Mail bei der Fotografin bestellt werden: kirschenblume@bluewin.ch

Quiz zum Jahresausklang

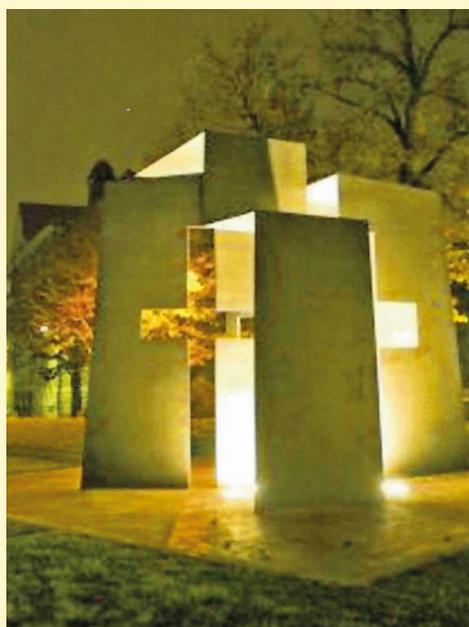


Bild zVg

1. Wo befindet sich dieses Kunstwerk?
A Stiftung Hofmatt
B Katholische Kirche
C Dreispitz-Areal
2. Wie wird in der Schweiz der Begleiter des Nikolaus genannt?
A Krampus
B Bartli
C Schmutzli
3. Wann wurde in Rom das Datum des Weihnachtsfests auf den 25. Dezember festgelegt?
A 4. Jahrhundert
B 11. Jahrhundert
C 13. Jahrhundert
4. Mit welchen Worten beginnt das Weihnachtsoratorium von Johann Sebastian Bach?
A Jauchzet und jubelt
B Jauchzet, frohlocket
C Jauchzet und singet
5. Wie lautet der Vorname der Titelfigur im Film «Der kleine Lord»?
A George Alexander
B James Archibald
C Cedric Eroll
6. Was ist «Glögg»?
A Norddeutsches Dialektwort für «Glück»
B Schwedischer Glühwein
C Weihnachtsgebäck aus dem Oberwallis
7. Als Maria und Josef mit dem Kind vor Herodes flüchteten, soll ein Baum seine Zweige zur Erde gebogen und den Flüchtenden Früchte angeboten haben. Welche Früchte?
A Datteln
B Feigen
C Orangen
8. Aus welchem Material wird Weihrauch gewonnen?
A Gewürzpflanze Ysop
B Harz eines dornigen Baumes
C Orientalische Lilie
9. Welche Bedeutung hatte vor Zeiten der Mistelzweig?
A Schutz vor Krankheit und Unheil
B Liebeszauber
C Zauber für Geldvermehrung
10. Welches für Weihnachtsgebäck verwendete Gewürz galt schon in vorchristlicher Zeit als sexuell anregend?
A Anis
B Safran
C Zimt
11. Wer wird in der Schweiz als «Silvester-Joggi» bezeichnet?
A Er/sie hat am Silvestermorgen verschlafen
B Er/sie hat beim Silvester-Essen zu viel Alkohol getrunken
C Er/sie hat am Silvesterabend blöde Witze erzählt
12. Was ist eine «Galette des rois»?
A Prunkschiff der französischen Könige
B Französischer Dreikönigskuchen mit Mandelfüllung
C Galerie mit Porträts von Königen

Lösung auf Seite 15



Veranstaltungskalender

Katholische Kirche Münchenstein

Big Sing

Samstag, 6. November, 9.30 bis ca. 11.30 Uhr, Franz Xaver-Saal, Loogstrasse 22
Mehrstimmige Lieder der Iona-Community aus Schottland

Gut sterben?

Ideale und Herausforderungen am Lebensende
Freitag, 19. November, 14.30 Uhr, Kath. Kirche, Loogstrasse 20
Vortrag von Dr. Markus Zimmermann, Theologe und Sozialethiker, Freiburg / Schweiz, mit Rahmenprogramm

Adventskonzerte bei Kerzenschein

Samstage, 27. November, 4., 10., 18. Dezember, jeweils 18.00 Uhr, Kath. Kirche, Loogstrasse 20

Neujahrskonzert, Trompete und Orgel

Sonntag, 2. Januar, 17.00 Uhr, Kath. Kirche, Loogstrasse 20

Sternsinger bringen den Segen

Sonntag, 9. Januar
Nähere Informationen im Pfarrblatt «Kirche heute»

Reformierte Kirchengemeinde Münchenstein

Jass

Erster und dritter Donnerstag im Monat, 14.00 Uhr, im Ref. Kirchgemeindehaus, Lärchenstrasse 3
Eine fröhliche Jassrunde – lockere Sprüche und ein Zvieri inklusive. Infos beim Kirchensekretariat unter Tel. 061 411 96 74

Männerpalaver

Dienstag, 23. November, 19.30 Uhr im Ref. Kirchgemeindehaus, Lärchenstrasse 3
Gin-Geschichten mit Alex Däppen. Mit Zertifikatspflicht

Endlich wieder Bazar

Samstag, 27. November, 10.00 bis 16.30 Uhr im Ref. Kirchgemeindehaus, Lärchenstrasse 3
.Geschenkideen, Kulinarik und Geselligkeit, alles für eine gute Sache. Mit Zertifikatspflicht

Der Sternenhimmel über uns und in uns

Mittwoch, 8. Dezember, 14.30 Uhr im Ref. Kirchgemeindehaus, Lärchenstrasse 3
Vortrag und Bild mit Astronom Prof. Dr. Roland Buser. Mit Zertifikatspflicht.

Eröffnung des Adventsfensters

Donnerstag, 9. Dezember, 18.00 Uhr beim Ref. Kirchgemeindehaus, Lärchenstrasse 3
Susanne Eggimann präsentiert uns ihr Werk.

Weihnächtliches Konzert des Jubilate-Chors

Sonntag, 12. Dezember 2021, 17.00 Uhr im Ref. Kirchgemeindehaus, Lärchenstrasse 3
Der Morgenstern ist aufgedrungen. Mit Zertifikatspflicht

Hoffnung für die Welt

Ab 14. Dezember im Ref. Kirchgemeindehaus, Lärchenstrasse 3 kann das Friedenslicht aus Bethlehem abgeholt werden.

Krippenspiel. Ökumenische Familienweihnacht

Freitag, 24. Dezember 2021, 17.00 Uhr im Ref. Kirchgemeindehaus, Lärchenstrasse 3
Mit Zertifikatspflicht

Christnachtfeier

24. Dezember, 22.00 Uhr in der Dorfkirche. Mit Rembrandt-Bildern. Predigt Bea Root Bächtold

Film ab mit Felix Heiber

Mittwoch, 12. Januar, 14.30 Uhr im Ref. Kirchgemeindehaus, Lärchenstrasse 3
Die Erde am Limit. Mit Zertifikatspflicht

Hugenotten und Waldenser in der Schweiz

Freitag, 28. Januar, 19.30 Uhr im Ref. Kirchgemeindehaus, Lärchenstrasse 3
Geschichte live.

Knabenkantorei Basel

Mittwoch, 30. März, 14.30 Uhr im Ref. Kirchgemeindehaus, Lärchenstrasse 3



Was läuft in Münchenstein?



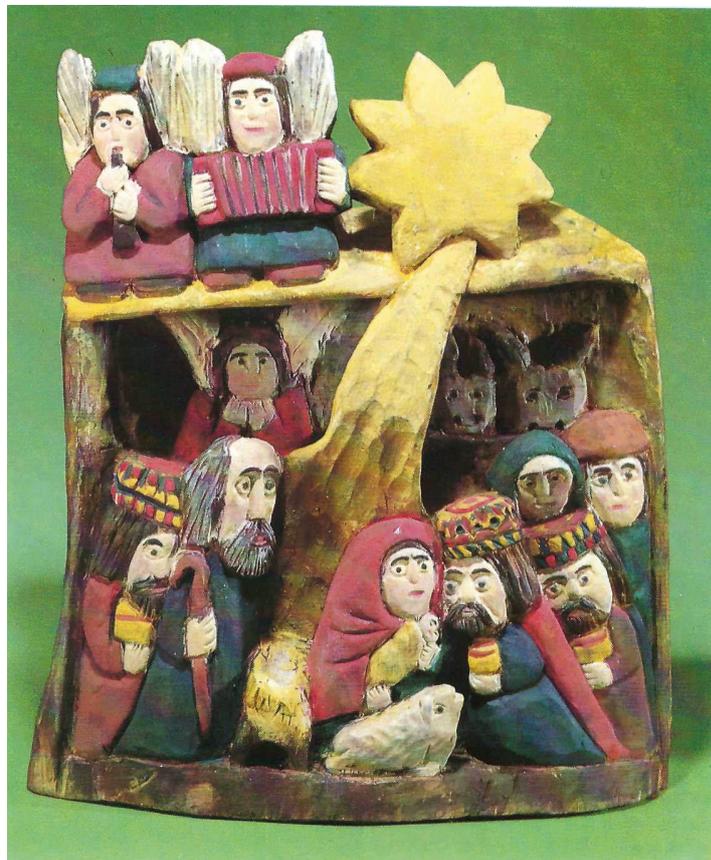
Suppentopf der Münchensteiner Frauen
Jeweils Dienstag ab 12.00 Uhr im
Ref. Kirchgemeindehaus, Lärchenstrasse 3
2. November, 7. Dezember
4. Januar 2022, 1. Februar 2022, 5. April 2022.

Kulturkommission der Bürgergemeinde

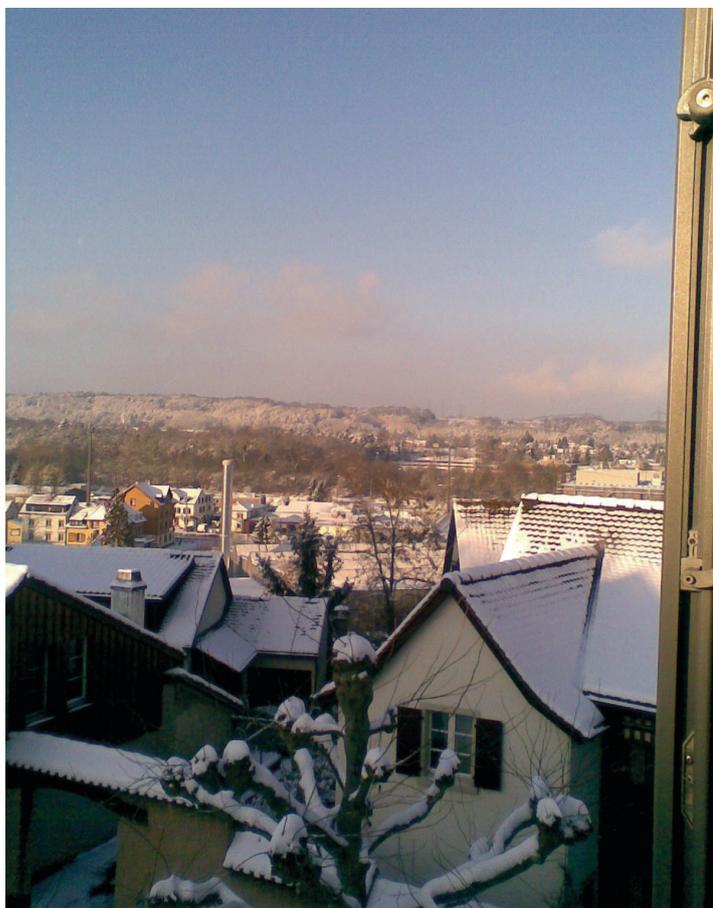
Treberwurstessen in der Trotte
5. Februar 2022, ab 11.00 Uhr

«Des Dudels Kern»
12. Februar 2022, 19.00 Uhr, in der Trotte
Trio mit alten Instrumenten

Rock'n'Roll mit «Little Chevy»
18. März 2022, 20.00 Uhr, in der Trotte



Polnische Krippe: Besuch der drei Magier aus dem Morgenland.
Auf dem Stall-Dach musizieren zwei Engel. Bild: zVg



Wintermorgen in Münchenstein

Bild Odette Gersbach



Lösungen (Seite 11)
2. Jürgen von der Lippe



Lösungen (Seite 13)
1B, 2C, 3A, 4B, 5C, 6B, 7A, 8B,
9A, 10A, 11A, 12B



E-Mobilität ist Zukunft

Steigen Sie jetzt um

Weitere inspirierende Mobility-Themen
www.primeo-energie.ch/mobility

Der Weg zu einer nachhaltigen Mobilität führt über die Elektromobilität. Mit Primeo Energie als Partner von MOVE profitieren Sie von einem der grössten Stromladenetze der Schweiz. Möchten Sie jetzt auf Elektromobilität setzen? Wir beraten Sie gerne. **Live smart.**



- Gehstöcke
- Rollstühle
- Treppenlifte**
- Rollatoren
- Rampen
- Pflegebetten
- Matratzen
- diverse Kissen
- Badehilfen
- Haltegriffe
- Relax-Sessel
- Spezialgeschirr
- Notrufuhren
- Inkontinenzschutz
- Therapiehilfen
- und vieles mehr

aUFORUM

Beste Produkte für Pflege und Komfort.

Auforum AG
Im Steinenmüller 2
4142 Münchenstein
T 061 411 24 24, info@auforum.ch

www.auforum.ch



Überall für alle
SPITEX
Birseck

Unser Dienstleistungsangebot:

- Pflege und Betreuung
- Hauswirtschaftliche Leistungen
- Ambulante psychiatrische Pflege
- Mahlzeitendienst
- Mütter- und Väterberatung

Wir sind telefonisch erreichbar von

Montag bis Freitag 08:00 bis 12:00 Uhr und 14:00 bis 16:30 Uhr, ausgenommen an Feiertagen. Ausserhalb dieser Zeiten nimmt ein Anrufbeantworter Ihre Anliegen entgegen. Besuche im Spitex-Zentrum nach Vereinbarung.

Spitex Birseck

Pumpwerkstrasse 3, 4142 Münchenstein
Telefon 061 417 90 90
Telefax 061 417 90 99
www.spitex-birseck.ch



Impressum November 2021

Herausgeber
Seniorenrat in Zusammenarbeit mit der Gemeinde Münchenstein

Fotos Ursula Gallandre

Redaktion

Meta Zweifel
Joachim Bühler
Josef Konzbul
Ursula Gallandre

Technische Assistenz

Willy Toggenburger

Gestaltung & Layout

Muriel Perret,
Gemeinde Münchenstein

Auflage 6'750 Exemplare

Druck artprint, Münchenstein