

Editorial



Liebe Leserin, lieber Leser

Die Sonne scheint, es ist warm: Sommer! In diesem Jahr sind vermutlich viele Menschen ganz besonders dankbar für die Möglichkeit, sich im Freien bewegen und aufhalten zu können. Ein deutscher Dichter hat einmal gesagt, das Publikum beklatsche ein Feuerwerk, nie aber einen Sonnen-

aufgang. Es könnte doch sein, dass wir nun rascher als vor Beginn der Corona-Zeit bereit wären, auch einen Sonnenaufgang zu würdigen. Die Buntheit der Blumen, blühende Gräser, die Vielfalt von Sträuchern, der Duft von Kräutern, Sonnenwärme auf unserem Körper: All das können wir geniessen, wenn wir uns achtsam darauf einlassen und es nicht für selbstverständlich nehmen. Aber wie das so zu gehen pflegt: Sobald die Sonne zu heiss brennt, sehnen wir uns nach Schatten oder wir beschweren uns über die Sommerhitze. Das Wechselspiel von Sonne und Schatten begleitet uns auf verschiedenen Ebenen unser ganzes Leben lang.

Wir wünschen uns gleichmässig angenehme, sonnige Wärme – und müssen uns damit abfinden, dass sich Sonnen und Schattenzeiten ablösen.

Als die Begriffe Handy und SMS noch völlig unbekannt waren, schrieb man sich noch gegenseitig Sinnsprüche ins Poesie-Album. Zum Spruch-Repertoire gehörte «Mach es wie die Sonnenuhr. Zähl die heit'ren Stunden nur.» Mit diesem Reim von anno dazumal wünsche ich Ihnen heitere, möglichst entspannte Tage und schöne Begegnungen mit der Natur.

Beatrix Kessler
Seniorenrätin

Wenn jemand eine Reise tut ...

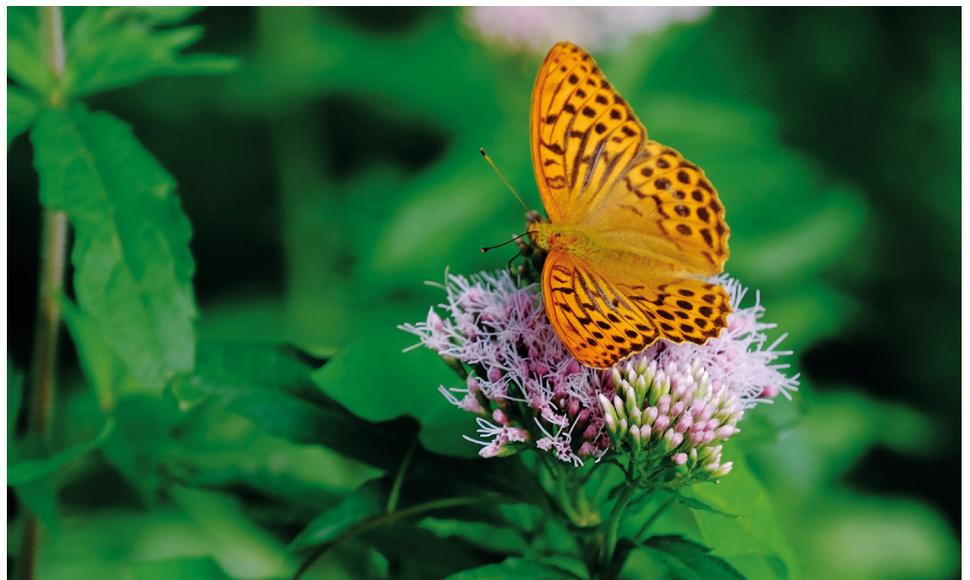
... so kann er was erzählen: Dieser alte Spruch hat seine Bedeutung weitgehend verloren. Erinnern Sie sich an die Dia-Schau-Abende, an denen sich in unablässiger Folge Bild an Bild reihte? Einzig die von den Gastgebern angebotenen belegten Brötli trösteten darüber hinweg, dass man kaum etwas von persönlichen Erlebnissen und Empfindungen mitbekommen hatte. Heute wird mit dem Smartphone fotografiert, was das Zeug hält, und Reisebilder werden wolkenbruchartig durchs Internet gejagt.

In der vorliegenden Gazette macht Willy Toggenburger auf «Reise»-Ziele in unserer unmittelbaren Nähe aufmerksam, die Ihnen viel zu bieten und zu er-

zählen haben. Sie begegnen überdies dem erfolgreichen «Lachermacher» Peach Weber, der nun auch sein Erzähl talent zur Gel-

tung bringt. Viel Lesevergnügen wünscht Ihnen

Meta Zweifel



Erinnerungen: Manchmal flüchtig wie ein Schmetterling, manchmal lebenslang fest verankert.
Bild Ursula Gallandre

Das vielfältige Angebot

Blick zurück auf die Corona-Zeit

Die vergangenen Corona-Monate hat jeder Mensch auf seine Weise erlebt. Beeindruckend ist, dass sich insbesondere viele alte Menschen bemüht haben, mit der oft schwierigen Situation zurechtzukommen.

In vielen Gesprächen mit älteren Menschen ist mir immer wieder bewusst worden, wie wenig es manchmal braucht, um die Stimmung positiv zu beeinflussen. Es ist schon hilfreich, wenn man sich am Abend überlegt, welche Glücksmomente man im Verlaufe des vergangenen Tages erlebt hat. Dies können Kleinigkeiten sein: Vielleicht eine positive Nachricht, ein gutes Telefonat, das freundliche Winken der Nachbarin im Haus gegenüber, ein Lächeln am Fussgängerübertritt. In den Gesprächen war auch immer wieder die Rede von all dem, was die Natur uns an Eindrücken und Beobachtungsmöglichkeiten schenkt.

Positive Hofmatt-Gedanken

Frau A. R. (Name der Redaktion bekannt) berichtet: «Seit zwei Jahren lebe ich in der Stiftung Hofmatt. Ich merke natürlich, dass ich sehr alt und nicht mehr gesund bin. Aber an jedem einzelnen Tag versuche ich die schönen Momente zu geniessen. Ich freue mich, wenn ich morgens auf der Terrasse im 4. Stock die Sonnenstrahlen beobachten kann, die aus den Tautropfen der Ziergräser kleine Diamanten «zaubern», oder wenn dort wieder

Meisen ihr Nest bauen. Von meinem Zimmer aus blicke ich auf einen Hang mit einer grünen und saftigen Wiese mit ganz vielen schönen Blumen. Dort kann man sehr oft auch ein wunderschönes Abendrot bewundern – das tut einfach gut und das begeistert mich. Ich freue mich immer wieder über mein schönes Zimmer. Die Hälfte meiner Kindheit bin ich auf einem Bauernhof mit Tieren aufgewachsen. Die vielen Tiere in der Hofmatt erfreuen mich deshalb immer wieder aufs Neue. Am meisten geniessen ich es, bei den Hühnern zu sein und sie mit Maiskolben zu füttern. Gerne schaue ich auch nach den kleinen Schweinen. Ich habe mit anderen Bewohnern auch schon für die Säuli ganz viel Gemüse

klein geschnitten und von Hand so verteilt, dass die Tierchen danach suchen müssen und sich beschäftigen können.

Dienstags bin ich oft am «Schaf-Besuchstag» im Garten der Hofmatt anzutreffen. Früher bin ich selbständig dorthin gegangen. Heute muss mich aber jemand mit dem Rollstuhl hinschieben, was mich allerdings nicht abhält, bei den Schafen zu sein.

Das alles gibt mir immer viel Kraft und ich bin eigentlich zufrieden und habe keine besonderen Wünsche mehr. Ausser, dass wir uns wieder ohne Masken bewegen und normal unterhalten dürfen.»

Joachim Bühler
Koordinationsstelle für das Alter



Schwein Moritz freut sich über Schnipsel von Gemüse und Obst. Bild Stiftung Hofmatt



Zu Tisch mit Spitex

Spitex Birseck bietet einen Mahlzeitendienst an, der im Vergleich mit anderen Angeboten einige Pluspunkte verzeichnen kann. Drei Seniorinnen und ein Senior haben sich zum Test-Essen getroffen.

Sonja Wagner, die Spitex Birseck-Geschäftsleiterin, hatte im Vorgespräch ihre Kommunikationsbegabung deutlich unter Beweis gestellt: «Stellen Sie sich vor, dass Sie eines morgens plötzlich keine Lust haben oder aus irgendeinem Grund nicht in der Lage sind, sich Ihr Mittagessen zuzubereiten. Wenn Sie am Vormittag bis 10 Uhr beim Spitex-Mahlzeitendienst eine Bestellung aufgeben, wird Ihnen das Essen gemäss Absprache zwischen 11.30 und 12.30 Uhr angeliefert – frisch zubereitet und im Styroporbehälter zuverlässig warmgehalten.» Und nicht ohne Stolz gibt die Spitex-Chefin die Zusatzinformation, dass das Essen – ob traditionell oder vegetarisch – nicht etwa in irgendwelchen Kunststoffbehältern, sondern in Porzellan-Gefässen ausgeliefert werde. Und noch eine Extra-Leistung: Falls jemandem ein bestimmtes Gemüse nicht behage – «da kann man wechseln, die zuständige Küche der Stiftung Hofmatt wird flexibel reagieren.»

Lieferung frei Haus

Ida, Rösli, Hans und die Gastgeberin gönnen sich einen Apéro – und pünktlich meldet sich der Spitex-Bote und schleppt die vier

Mahlzeiten-Behälter in den zweiten Stock hoch. Es ist der Mahlzeitenkoordinator und Fahrer Mathias Wassmer in höchsteigener Person. Anderntags wird man von diesem sympathischen Menschen erfahren, dass er während 20 Jahren in derselben Firma als Techniker tätig gewesen ist – um dann festzustellen, dass die Zeit reif sei für einen Berufswechsel und eine Beschäftigung, die mit Menschen und Sozialkontakten zu tun habe.

Zu viert haben wir Test-Esser am Tisch Platz genommen. Die Gastgeberin hat nichts anderes zu tun, als die Behältnisse aus den Styroporkisten zu nehmen und den Gästen zu servieren. Die Kresse-Suppe ist ausgezeichnete «Starter». Danach haben Ida, Hans und die Hausfrau – am Freitag Fisch! – ein delikates Rotzungenfilet mit einem sämigen Sösschen

auf dem Teller, dazu neue Kartoffelchen und ein Gemüsebouquet. Rösli mag keinen Fisch, sie hat eine Spinat-Lasagne gewählt. Zum Salat wird eine Sauce im Portionenbeutel gereicht und eine fruchtige Dessert-Creme mit Rahm rundet das Test-Essen ab. Lagebesprechung: Alles sehr gut und appetitlich zubereitet. Für eine würzfreudige Köchin oder einen begabten Hobby-Koch sind die Speisen – wohl absichtlich – sehr zurückhaltend gewürzt. Kein Problem, so kann jeder nach seinem Gusto nachwürzen oder gehackte Kräuter beifügen.

Finale: Kein Stress, keine schmutzigen Pfannen, kein Abwasch – die Box wird anderntags wieder abgeholt. Eine moderne Variante von «Tischlein deck dich» – für 24 Franken pro Person. Die Zahlung erfolgt per Rechnung am Ende des Monats welche durch die Spitex Birseck erstellt und zugeschickt wird.

Meta Zweifel



Ein tatkräftiges Team: Küchenchef Kurt Gysin und Mathias Wassmer vom Spitex-Mahlzeitendienst
Bild Spitex Birseck

Spitex Birseck

Tel. 061 417 90 90 (Mo-Fr 8.00-12.00 und 14.00-16.30 Uhr)
mzdplus@spitex-birseck.ch

Der Wochen-Menüplan kann auf der Homepage Seite der Stiftung-Hofmatt runtergeladen werden: www.hofmatt.ch/gastronomie

Das vielfältige Angebot

Fremdenführer im Digital-Dschungel

Einst veränderte die Industrialisierung die Lebenswelt, heute wird man von der Digitalisierung herausgefordert und nicht selten überfordert. Domenico Job, Schüler am Gymnasium Münchenstein, stellt ein interessantes Hilfsangebot vor.

Geht es um Computer, Smartphones, Apps oder ganz allgemein ums Internet, stossen insbesondere ältere Menschen oft an ihre Grenzen. Zwar werden mancherorts Einführungskurse angeboten, aber es fehlt an persönlicher Beratung und direkter Hilfestellung.

In Münchenstein gibt es ein ganz besonderes Angebot: Wir, ein junges und engagiertes Team, kommen zu Ihnen nach Hause und stehen Ihnen für ganz individuelle Beratung und Unterstützung zur Verfügung. Ihr Drucker funktioniert wieder einmal nicht, der Computer macht Probleme, Sie möchten Fotos speichern und verschicken, wissen aber nicht, wie das geht? Oder Sie kommen

mit dem Smartphone oder dem Laptop nicht klar? Für alles gibt es eine Lösung – wir stehen Ihnen bei.

Kosten

Sie bezahlen uns nach erfolgter Hilfeleistung in bar. Alternativ stellen wir Ihnen auch gerne einen Rechnungsschein zur Verfügung, den Sie wie gewohnt über Bank, Post oder E-Banking bezahlen können. Wir berechnen einen Pauschalbetrag von CHF 30.- pro Stunde.

Wer wir sind

Wir kommen alle aus der Region Birseck und sind 16-18-jährige Gymnasiastinnen und Gymnasiasten vom Gymnasium Münchenstein und erfahren im Umgang mit technischen Geräten. Wir helfen unseren Grosseltern regelmässig bei ihren technischen Fragen und es beglückt uns zu sehen, wie gut sie mittlerweile mit den Geräten umgehen können. Wir sind ein grosses Team mit verschiedenen Stärken,

sodass wir jeden Bereich gut abdecken. Sie können zu Hause bleiben, und wir helfen Ihnen persönlich vor Ort. So bekommen Sie eine massgeschneiderte Eins-zu-eins-Betreuung.

Ablauf

Sobald Sie ein technisches Problem haben, können Sie uns unter folgender Email kontaktieren j4s.ithilfe@gmail.com oder telefonisch unter 079 584 16 34.

Schildern Sie uns Ihr Anliegen, und wir vereinbaren mit Ihnen einen Termin ausserhalb unserer Schulzeit.

Domenico Job

Kontakt

Domenico Job
Teamleiter J4S

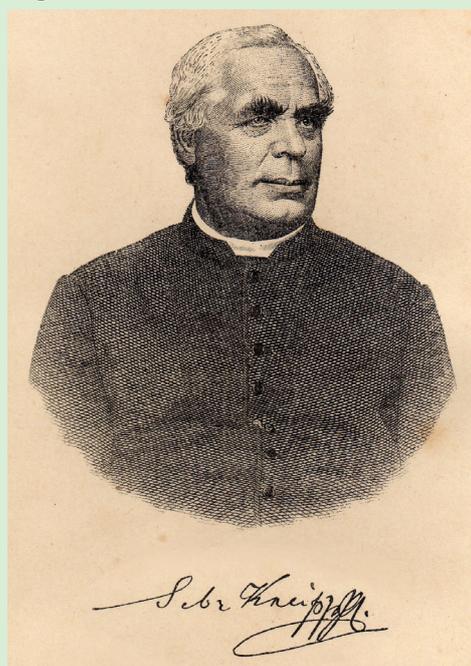
IT-Hilfe

j4s.ithilfe@gmail.com
079 584 16 34
www.j4s-ithilfe.ch



Kühl mit Kneipp

Knallheisser Sommertag – Sie fühlen sich schlapp und lustlos? Lassen Sie kaltes Wasser ins Waschbecken laufen und tauchen Sie die übereinander gelegten Arme möglichst bis zur Oberarmregion ein. Während etwa 30 Sekunden im Wasser verweilen, tief ein- und ausatmen – und dann raus aus dem Arm-Bad nach Art des heilkundigen Pfarrers Sebastian Kneipp. Die Arme anschliessend nicht trockenreiben, sondern das Wasser mit leichten Schüttelbewegungen abstreifen und mit den feuchten Händen sanft die Nackenpartie massieren. Erfrischend und belebend! Bitte beachten: Wer Herzprobleme hat, muss auf diese Kneipp-anwendung verzichten. Apropos Kneipp: Haben Sie gewusst, dass man in der Grün 80 mit blossen Füßen durch eine Kneipp-Anlage waten kann?



Sebastian Kneipp (1821-1897): Wassertherapie und gesunde Lebensweise waren ihm grosse Anliegen. Bild Wikipedia

Wer hat's geschrieben?

«Ich sagte zu den Sternen / wohl auf in stiller Nacht:/ <Gilt dort in jenen Fernen / auch mir die Himmelspracht?» / Da klang es heilig wieder:/ <Du gingst von hier einst aus / und kehrst wie deine Lieder / zurück ins Vaterhaus!>»
Wer hat diesen Vers geschrieben?
A. Gottfried Keller
B. Matthias Claudius
C. Karl May
D. Friedrich Schiller
E. Wilhelm Busch
Die Lösung des literarischen Mini-Rätsels finden Sie auf Seite 10.

Delikate «Kuhfladen»

Das Rezept der Kräuterfrau und Kochbuchautorin Gisula Tschanner hätte wirklich einen hübschen Namen verdient. Weil reife, schwarze Holunderbeeren dazu gehören und der Baum, an dem sie wachsen, als Schutz- und Segensbaum gilt und überdies mit einer bekannten Märchenfigur in Verbindung steht, könnte man von «Frau Holle-Traumküchlein» sprechen. Die Zutaten: 110 g weiche Butter, 200 g Rohrzucker, 1 Prise Salz, 2 Eier, 2 EL Milch, 2 EL Kakaopulver, 220 g helles Mehl, ½ Päcklein Backpulver, 1 Tasse abgestielte Holunderbeeren. Zubereitung: Butter, Zucker und Salz gut verrühren. Eier, Milch und Kakaopulver mit dem Schwingbesen darunter rühren. Das mit dem Backpulver vermischte Mehl und die Holunderbeeren dazugeben, alles gut vermengen. Mit zwei Esslöffeln Teig-Häufchen auf ein gefettetes Backblech oder Backpapier setzen. Bei 180-200 Grad ungefähr

15 Minuten backen und dann auskühlen lassen. Falls Sie Holunderbeeren nicht mögen: Man kann auch Heidel- oder Preiselbeeren in den Teig mengen.

Rolling on

Wird eine Geh-Hilfe unerlässlich, freunden sich manche SeniorInnen recht rasch mit einem Rollator an. Es gibt aber auch welche, die lieber dem Prinzip «Wer schwankt hat mehr vom Weg» folgen und von einem vierrädrigen Hilfsmittel nichts oder noch lange nichts wissen wollen. Hinter der Rollator-Erfindung verbirgt sich übrigens eine bemerkenswerte Lebensgeschichte. Während ihrer Ausbildung zur Krankenschwester erkrankte die junge Schwedin Aina Witfalk an Kinderlähmung und wurde gehbehindert. Sie setzte sich auf verschiedenen Ebenen für die Anliegen von behinderten Menschen ein. Dank Aine Witfalks Studien und ihren Entwürfen kam 1978 der Rollator auf den Markt.



Geh-Hilfe und Transportmittel: Der Rollator, seit 43 Jahren präsent. Bild zVg

Gut gesprochen

«Dankbarkeit ist das Gedächtnis des Herzens.»
Jean Baptiste Moussilion (1663-1742), Hofprediger bei Louis XIV

Das nahe Umfeld hat viel zu bieten

Haben Sie sich schon mal gefragt, ob dieser - hoffentlich bald zu Ende gehenden Pandemie - auch etwas Gutes abzugewinnen ist? Vielleicht haben auch Sie unerwartet Neues entdeckt, und zwar in Ihrer unmittelbaren Umgebung.

Die Einschränkungen während der Corona-Monate waren zeitweise massiv, und uns lieb gewonnene Gewohnheiten konnten nicht mehr uneingeschränkt ausgelebt werden. Der Aktionsradius wurde kleiner, Veranstaltungen und Restaurantbesuche waren verboten, und auch die lieben Verwandten mussten auf Distanz ge-

halten werden. Da bot es sich an, über noch erlaubte Freizeitaktivitäten nachzudenken. Zu den einfachen und «Corona-konform» umsetzbaren Möglichkeiten gehörten Ausflüge und Spaziergänge im nahen Umfeld.

Die hier aufgeführten, eigens erprobten Vorschläge für lohnenswerte Erkundungen und Entdeckungen haben Vorteile, die auch nach Corona noch empfehlenswert sind: Alle Ziele sind mit dem ÖV leicht erreichbar, haben nur geringe Steigungen, Gehzeiten zwischen 30 Min. und 1 h 10 Min. Sie eignen sich auch für Senior*innen, die nicht mehr ganz gut zu Fuss sind. Nehmen Sie die

eine oder andere Route in Angriff. Sie werden erstaunt sein, wieviel Kurzweil und Schönheit unsere nächste Umgebung zu bieten hat. Sollten Sie mit dem Auto mobil sein, ist die Region Brislachall mit eine 10-Punkte Empfehlung. Details mit Stichwort Brislachall finden Sie in www.outdooractive.com/de oder www.swisstopo.admin.ch.

Sie können in der Nähe Ihres Wohnortes Gegenden entdecken, die Sie bislang kaum oder überhaupt nicht kannten. Machen Sie sich auf den Weg, Sie werden es nicht bereuen!

Routenvorschläge

**Schwarzpark → St.Alban-Tal → Fähre → Solitude
Bus 37 ab Aeschenplatz bis Bethesda
Wegzeit ca. 50 Min.**

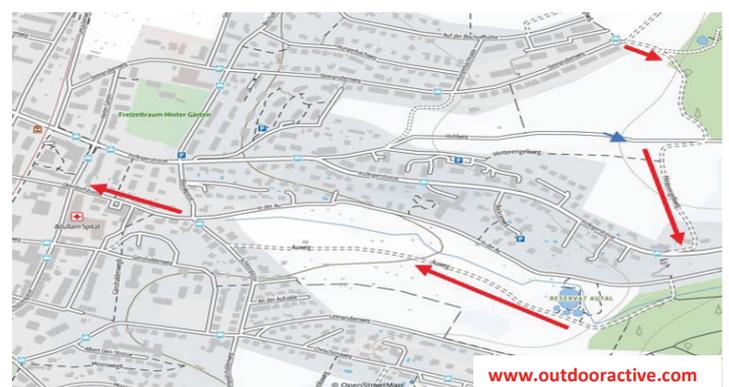
Haltstelle Bethesda → ca. 100 Schritte die Gellertstrasse runter zum Parkeingang. Wenig bekannte, aber sehenswerte Anlage mit Wildtieren und schönem Baumbestand. Durch den Park und dem St.Albanteich entlang gelangt man via Letziturm und alter Stadtmauer ins St.Albantal. Pittoresk und heimelig. Mit der Fähre über den Rhein und durch den Solitude-Park zur Haltestelle Tinguely-Museum. Zurück mit Bus Nr. 36 → Dreispitz → Tram 10 / 11

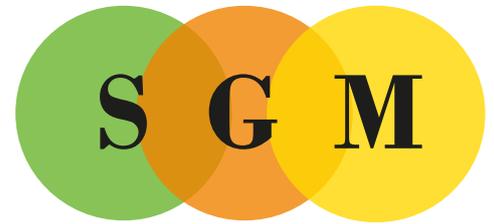


**Rotengraben Riehen → Autorial → Riehen Dorf
Tram 6 → Riehen Dorf ; Bus 32 ab Riehen Dorf →
Rotengraben.**

Wegzeit ca. 45 Min.

von Endstation Rotengraben den roten Pfeilen folgen. Abwechslungsreicher Spaziergang, mit schönen Landschaften, grandiosem Blick über die Stadt bis in die Vogesen. Besonders sehenswert: das Reservat Autorial. Angekommen in Riehen, lädt der Dorfplatz zum Kaffee ein. Zurück mit Tram 6 → Theater → Tram 10 oder Barfüsserplatz Tram 11





Unteri Hard Birsfelden

Tram 3 ab Aeschenplatz → Endstation Birsfelden

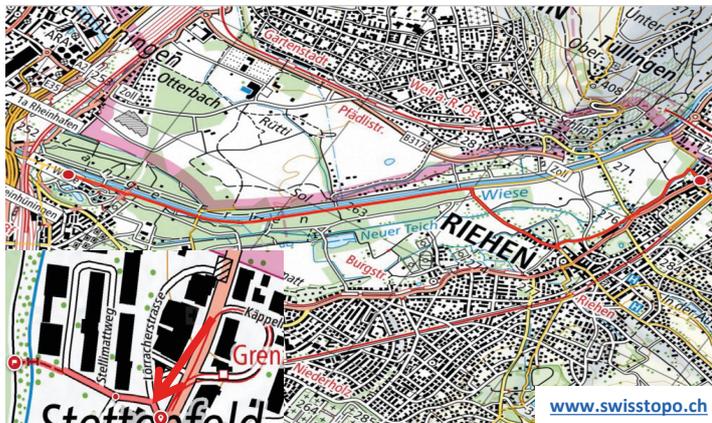
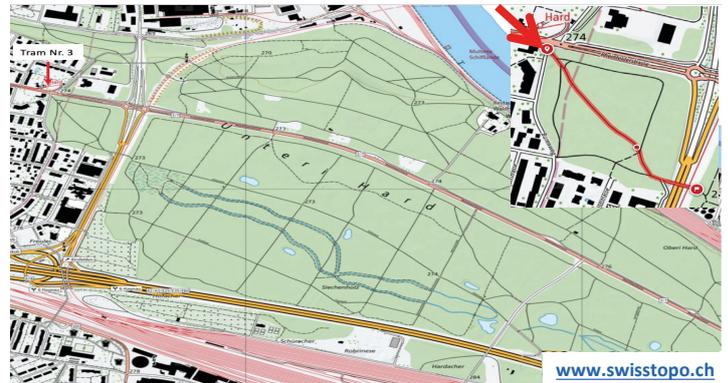
Wegzeit: beliebig, je nach begangenen Wegen.

30 Min. - xx Min.

Ein Bijou mit schönem Baumbestand, Vogelgezwitscher und lauschigen Weglein entlang den Sickerkanälen der Hardwasser AG. Das Wegnetz bietet unzählige Möglichkeiten den Wald zu erkunden.

Zurück Tram 3 → Aeschenplatz → Tram 10 / 11

Informationen zu Hardwasser: www.hardwasser.ch



Riehen Grenze - Lange Erlen oder Eglisee, Tram 6 ab Theater → Riehen Grenze

Wegzeit: ca. 1 Std. 10 Min. bis Lange Erlen

Start: Schräg visavis Endstation Tram 6. An der Tankstelle vorbei zum Mühleleich. Dem Mühleleich entlang über die Felder zur Wiese und zum Tierpark Lange Erlen. Als Zwischenstopp bietet sich das Restaurant Schliessi an.

Zurück mit Bus 36 ab Lange Erlen → Dreispitz → Tram 10 / 11

Oder ab Eglisee mit Tram 6 / 2 → Aeschenplatz oder Bankverein → Tram 10 / 11

Bettingen → Wenkenpark Rundgang → Riehen Dorf

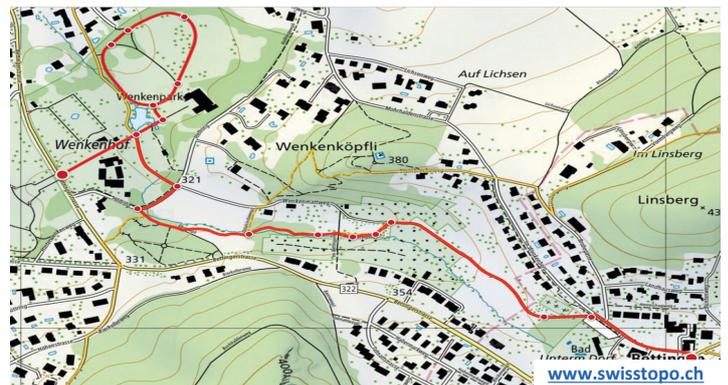
Bus 35 ab Riehen Dorf → Bettingen Dorf

Wegzeit: ca. 45 Min. bis Riehen Dorf

Leichter und abwechslungsreicher Spaziergang. Am Schwimmbad vorbei Richtung Wenkenpark. Ein Rundgang im Wenkenpark empfiehlt sich. Nach Riehen Dorf bieten sich viele Wege an.

Zurück mit Tram 6 → Theater → Tram 10 / 11

Informationen zum Wenkenpark: www.riehen-tourismus.ch > parkanlagen > wenkenpark



Diese 5 Vorschläge stehen stellvertretend für eine grosse Anzahl von Möglichkeiten, Neues oder schon lange nicht mehr Gesehenes zu besuchen. Auf dem PC, Laptop oder Smartphone können Sie sich mit den Applikationen www.outdooractive.com/de oder www.swisstopo.admin.ch beliebig viele eigene Routen zusammenstellen.

Beide Applikationen sind bei Google Play oder im Apple Store kostenlos verfügbar. Wenn Sie einfach nur eine schöne und kaum bekannte Parkanlage besuchen möchten: Hier bietet sich der Rosenfeldpark in Basel an. Haltestelle St.Jakobsdenkmal, Eingang visavis vom Sommercasino Basel.

Ein anderer Park mit beeindruckendem Baumbestand ist der Friedhof Wolfsgottsacker (visavis Migros Dreispitz). Vielleicht nicht jedermanns Sache, einen Friedhof zu besuchen, aber lohnen würde es sich.

Persönlichkeit

«Ich meine, dass wir alle ‹Stolperi› sind»

Peach Weber ist als Entertainer, Liedermacher und Meister in der Kunst des Blödelns weit- hin bekannt. Im Gazette-Inter- view kommt er auf seine neue Rolle als Kinderbuchautor zu sprechen.

Peach Weber, Sie sagten einmal, Sie böten Unterhaltung genauso an wie ein Bäcker seine Brötchen. Inzwischen sind Sie ein erfolgreicher Kinderbuchautor geworden. Sie haben nun also auch Pâtisserie im Angebot?

Ja, das kann man so sagen, denn das Schreiben von Kinderbüchern ist schon eine andere Sache. Da muss man den Nerv der Kinder genau treffen, sie sind das härteste Publikum, das es gibt. Wenn Kindern etwas nicht richtig gefällt, dann sagen sie das auch direkt. Bei den Lesungen habe ich gemerkt, dass die Geschichte funktioniert, denn wenn man kleine Kinder dazu bringen kann, gebannt vor einem zu sitzen, dann ist das ein besonderes Glücksgefühl.

Zwerge sind kleinwüchsige Fabelwesen, die in der nordischen Mythologie und in Märchen vorkommen. Leitfigur Ihrer Bücher ist der Zwerg Stolperli. Weshalb haben Sie weder einen Riesen noch einen Zauberer oder eine Fee gewählt, sondern eben den Zwerg?

Ich hatte die Figur schon lange im Kopf. Den Zwerg, der durchs Leben stolpert. Ich meine, dass wir alle Stolperli sind auf un-

serem Lebensweg. Kaum einer schafft es, eine gerade Linie zu gehen. Wichtig ist, und das ist die Grundhaltung der Figur: Stolpern ist nichts Schlimmes, man muss einfach wieder aufstehen und nach vorn schauen.



Peach Weber, Blödel-König und Kinderbuchautor

Bild Peach Weber

«Nimmst Du zum Grillen Kerosin/fliegt Dein Steak ins Engadin»: In Ihrem Bühnenprogramm lassen Sie Wortspielereien knallen und reihen rasant Gag an Gag. Wollen Sie mit Ihren Kinderbüchern zeigen, dass in Ihnen auch ein Erzähl- talent steckt?

Im Bühnenprogramm jagt wirklich ein Gag den anderen. Ich bin ja auch der Comedian mit der höchsten Pointendichte. Was ich da mache, das ist Verbrauch- unterhaltung, nichts, was für die nächsten Jahrzehnte Gültig- keit haben soll. Und trotzdem bin ich schon 44 Jahre unterwegs. Scheinbar treffe ich da auch den Nerv vieler Leute. Natürlich ist Humor immer Geschmackssache, man hat nie alle Leute auf seiner Seite.

Kinder kommen heute schon bald nach dem Säuglingsalter mit der digitalen Welt in Kontakt. Sind Eltern oder Grosseltern, die den Kindern noch Geschichten vorlesen oder erzählen, so etwas wie geistige Dinosaurier?

Nein, im Gegenteil, sie haben begriffen, worum es in der Kinder- erziehung geht: Da sein, etwas machen mit den Kindern und nicht einfach irgendwo ‹Play› drücken lassen. Selbstverständ- lich ist es bequemer, Kinder vor den Fernseher zu setzen, aber man verpasst damit eine grosse Chance. Ich finde eher jene Gross- eltern armselig, die nur noch im Fitnesscenter oder auf dem Golf- platz verweilen.

Im Herbst werden Sie den 69. Geburtstag feiern, auf das 70. Lebensjahr Kurs nehmen und zur Kategorie der ‹Jungen Alten› gehören. Wo sehen Sie sich in 5 Jahren?

Meine Devise ist: Immer irgend-etwas machen. Und da ich nicht gern reise oder Golf spiele, um die Zeit totzuschlagen, mache ich dosiert auf der Bühne weiter. Es ist nämlich für mich immer noch das Schönste, einen Saal mit 600 Leuten zum Lachen zu bringen. Da kommt eine gute Energie zurück.

Was macht einen Menschen auch dann «alt», wenn er jahrgangsmässig noch nicht zu den Alten gehört?

Wenn er nur noch über seine Wehwehchen jammert oder dauernd motzt, die heutige Jugend

werde immer dümmer. Oder: «Früher war alles besser!»

Solche Aussagen sind ein untrügliches Zeichen, dass man alt ist.

Achten Sie auf Ihre Gesundheit oder nehmen Sie's, wie's kommt?

Das ist eine gute Beschreibung: Ich nehme es, wie es kommt. Mein bestes Beispiel ist meine Grossmutter. Wenn sie etwas hatte, dann rieb sie sich Franzbranntwein ein oder machte kalte oder warme Umschläge. Meist gehen dann die Beschwerden von alleine weg. Falls es nach zwei Wochen immer noch weh tut, kann man ja immer noch zum Doktor.

Heute wird den Leuten eingeredet, man soll immer sofort zum Arzt, je früher desto besser.

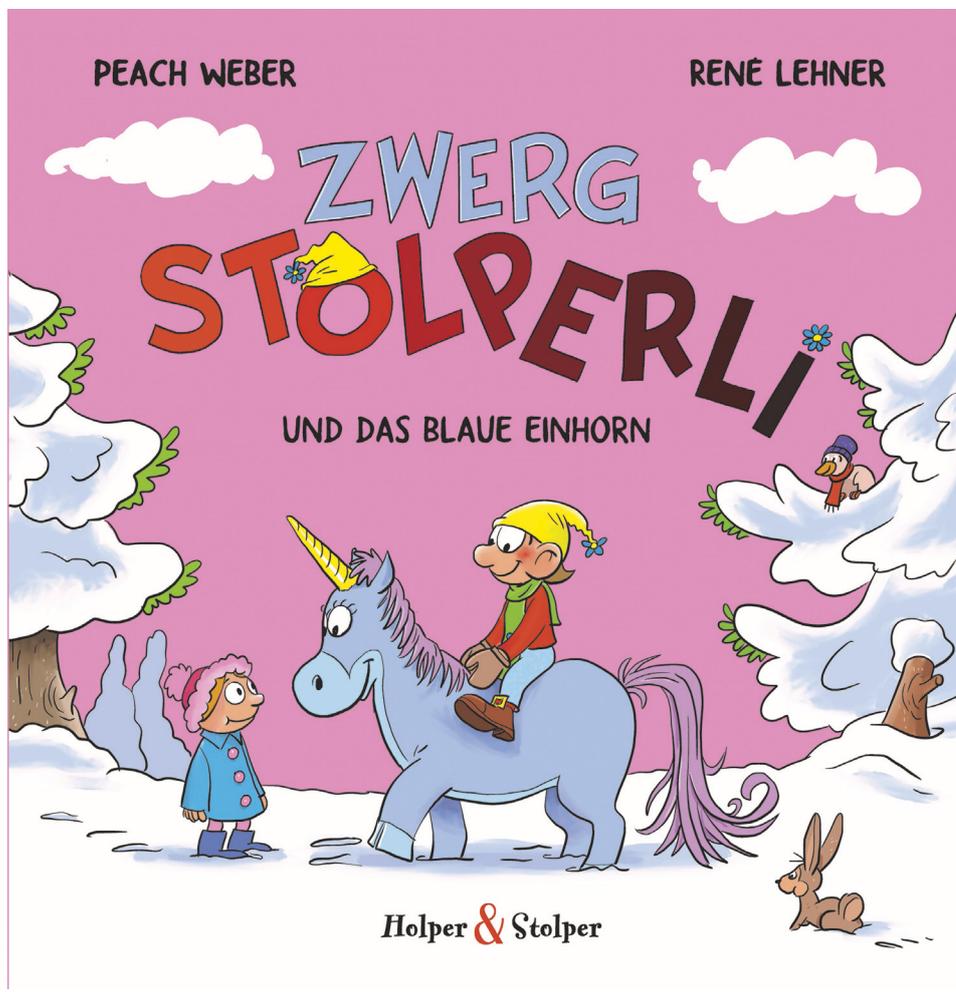
Humor ist, wenn ...: Wie lautet die Peach Weber-Formel?

Humor ist, wenn man mich lustig findet! Nein, jetzt im Ernst: Humor ist, wenn man auch über sich selber lachen kann.

Über welche Menschentypen oder Lebensumstände würden Sie nie einen Witz machen?

Da gibt es vieles, aber man muss von Fall zu Fall abwägen, ob es zu verantworten ist. Die Grenze ist fließend, wenn ein Thema etwas heikel ist, muss dafür der Gag hammermässig sein. Es darf aber niemals über alles ein Witz gemacht werden.

Interviewfragen: Meta Zweifel. Die Antworten wollte Peach Weber selbst schriftlich formulieren.



Zwerg Stolperli

Peach Webers liebenswerter Zwerg Stolperli ist auf dem besten Weg, eine der bekanntesten Schweizer Kinderbuchfiguren zu werden. Stolperli-Bücher bei Verlag Holper & Stolper, www.peachweber.ch Videos im Internet: Peach erzählt.

Kaffee & Gipfeli

Treffen bei Kaffee & Gipfeli

Eine kurze Begegnung, eine Frage und eine Antwort. Diesmal mit Verena Wehrli-Ankli, 78.

Verena Wehrli, vor nicht langer Zeit ist Ihr Sohn ganz unerwartet gestorben. Wie kommen Sie mit diesem und anderen Schicksalsschlägen in Ihrem Leben zurecht?

Die Natur gibt mir viel Kraft, und bei der Arbeit im Rebberg und im Pflanzgarten spüre ich im doppelten Sinn Boden unter den Füßen. Vor 15 Jahren fragte mich mein Bruder Ruedi, ob ich beim «herbschte», bei der Traubenernte im Rebberg der Bürgergemeinde, helfen könnte. Ich sagte zu, die Arbeit in den Reben gefiel mir und wurde für mich immer mehr zu einer Aufgabe, die mich mit Freude erfüllt und mich seelisch immer wieder aufbaut.

Im Zentrum Ebenrain in Sissach habe ich Kurse besucht und während 11 Monaten in verschiedenen Rebbau-Betrieben Erfahrungen gesammelt und Fachleute kennengelernt. Meine Verbundenheit mit Erde und Wachstum begann schon in meiner Kindheit bei der Arbeit auf dem «Pflanzblätz» der Eltern hinter dem «Löffeli», dem Schulhaus Löffelmatt im alten Dorf. Als es um berufliche Ausbildung ging, entschloss ich mich – wie danach auch meine Schwestern – den Brüdern eine Berufslehre zu ermöglichen. Ich arbeitete bei Brown-Boveri im Materiallager und später als Telefonistin. Bis



Verena Wehrli im Rebberg

Bild Ursula Gallandre

zum Zeitpunkt meiner Verlobung mit Ernst Wehrli habe ich meinen Lohn in die Haushaltkasse abgegeben. Konnte ich an einem Sonntag im Restaurant «Predigerhof» im Service arbeiten, brachte dies einen kleinen Zusatzverdienst. Alles, was ich gelernt und erfahren habe – sogar meine Rückenoperationen – kann ich im Alltag umsetzen. So etwa bei der Nachbarschaftshilfe, im Vorstand des Katholischen Frauenvereins, als Kassiererin des Familiengartenvereins oder dann, wenn wir Bewohnerinnen und Bewohner der Stiftung Hofmatt zum Fohrlisrain-Blumentag einladen. Manchmal werde ich gefragt, woher ich die Energie für alle meine Tätigkeiten hernehme. Von der Kraft der Natur habe ich schon gesprochen. Ich meine, dass auch bei jedem Menschen die innere Einstellung eine wichtige Rolle spielt und diese wiederum

hat viel mit einer Begabung zur Dankbarkeit zu tun: Mit der Fähigkeit, zu akzeptieren, was ist und dankbar zu sein für das, was einem möglich ist oder einem geschenkt wird. Ich danke dem Herrgott jeden Morgen, dass ich aufstehen und aktiv sein kann und jeden Abend bedanke ich mich für einen guten Verlauf des Tages.

Aufgezeichnet von
Meta Zweifel

Lösung Mini-Rätsel Seite 5

Der Vers stammt von Karl May (1842-1912), dem Erfinder von weltbekannten Figuren wie Winnetou oder Old Shatterhand. Unter dem Titel «Himmelsgedanken» hat Karl May tatsächlich auch Gedichte veröffentlicht.



Veranstaltungskalender

Reformierte Kirchgemeinde Münchenstein

Jass

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

Männerpalaver

Einmal pro Monat im Ref. Kirchgemeindehaus, Lärchenstr. 3
Beten. Bier trinken. Interesse? Dann melden bei Pfarrer Markus Perrenoud, Tel. 077 493 21 36

Ausflug nach Lengnau

Sonntag, 12. September, 11.15-18.00 Uhr, Treffpunkt beim Parkplatz Friedhof Münchenstein. Reise durch die jüdische Geschichte und Gegenwart eines Aargauer Dorfes, Infos auf der Website www.refk-mstein.ch

Bettags-Konzert

Gruppe Brot für alle.
Sonntag, 19. September, 18.00 Uhr in der Dorfkirche. Ein Konzert mit Organist Lukas Frank und Musikerinnen der Musikakademie Basel für eine gute Sache.

Children of Sikkim – Leben auf dem Dach der Welt

Mittwoch, 29. September, 14.30 Uhr im Ref. Kirchgemeindehaus, Lärchenstr. 3.
Ruth Oberlin erzählt vom Leben im Himalaya und stellt ihr

Schweizerisch-Indisches Hilfsprojekt vor.

Letzte Hilfe-Kurs

Mittwoch, 3. November, 16.30 Uhr im Ref. Kirchgemeindehaus, Lärchenstr. 3.
Sterbebegleitung für Anfänger, Infos bei Joachim Bühler, Tel. 061 411 57 78

Weitere Anlässe unter www.refk-mstein.ch unter der Rubrik SeniorInnen

Ökumene

Paula und Paul

Szenische Lesung mit dem Seniortheater Art-Rose.

Mittwoch, 25. August, 14.30 Uhr im Ref. Kirchgemeindehaus, Lärchenstr. 3

Die Theatertruppe aus Pratteln spielt ein Stück voller Witz, Humor und einer Prise Nachdenklichkeit.

Feld-Gottesdienst auf dem Gruth

Sonntag, 5. September, 10.00 Uhr bei Familie Banga. Ein feierlicher Gottesdienst mit dem Verschönerungsverein und vielen Kühen und Pferden.

Ökumenischer Erntedank-Gottesdienst

Mittwoch, 8. September, 15.30 Uhr, Stiftung Hofmatt
Festlicher Gottesdienst mit Musik: Wir danken für die Früchte der Erde und unseres Lebens.

Katholische Kirche Münchenstein

Big Sing

Samstag, 4. September, 9.30 bis ca. 11.30 Uhr, Franz Xaver-Saal, Loogstr. 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 Markus Zimmermann, Theologe und Sozialethiker, Freiburg / Schweiz, und Rahmenprogramm

Bürgergemeinde Münchenstein

Schloss- und Trottenführung

15. September, 15.00 Uhr, mit Dölf Brodbeck

Lesung mit Pedro Lenz

1. Oktober, 20.00 Uhr, in der Trotte Am Klavier Christian Brantschen, Titel: «Primitivo»

Rock 'n' Roll mit der Gruppe Flagstaff

22. Oktober, 20.00 Uhr, in der Trotte

Boogie Connection mit Thomas Scheytt

12. November, 20.00 Uhr, in der Trotte

Münchensteiner Bilderbogen Nr. 14

15. November. 19.00 Uhr, im Hofmattsaal, mit Felix Brodbeck



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
- Pflegebetten**
- Matratzen
- diverse Kissen
- Treppenlifte
- Rollatoren
- Rampen
- 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 August 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 6'600 Exemplare

Druck artprint, Münchenstein