

Bulletin



1.Halbjahr 2021



Aufnahme von Res Flückiger anlässlich seiner Ballonfahrt über Konolfingen

Verein ZAK
Zäme aktiv Region Konolfingen
Kirchweg 10
3510 Konolfingen
www.zaeme-aktiv.org

Vorwort unseres Präsidenten

Rafael Nadal sprach von diesem schwierigen Corona-Jahr, und wollte damit auch eine Botschaft an die Menschen dieser Welt verbreiten: **«Kämpft weiter, bleibt positiv»**
Der Bund, Montag 12. Okt. 2020

Liebe Leserin, lieber Leser,

Dieses verflixte Corona-Jahr betrifft ZAK stärker als uns lieb ist. Zwar konnten wir mit den Wanderungen, wie geplant, nach den Sommerferien wieder starten. Aber alles andere ist auf Sparflamme oder muss ganz pausieren. Da die meisten von uns zu der altersbedingten Risikogruppe gehören, müssen wir auf alles, wo der Abstand nicht eingehalten werden kann, vorläufig verzichten. Wir geben nicht auf und planen das nächste Halbjahr!

Weil die Einschränkungen nicht wenigen Leuten «anhängen» und aufs Gemüt drücken, scheint mir die oben zitierte Aussage wichtig. Dranbleiben, alle bestehenden Möglichkeiten nutzen und sich an allem freuen was geht und mit Augen und Ohren wahrgenommen werden kann, sei es noch so gering oder «gewöhnlich».

Dazu ein paar Sätze aus der Weisheitsliteratur im Alten Testament, geschrieben in einer Zeit wo vieles noch unsicherer war als bei uns heute. «Darum iss dein Brot und trink deinen Wein und sei fröhlich dabei. Nimm das Leben als ein Fest. Nutze alle Möglichkeiten die sich dir bieten; denn du bist unterwegs zu dem Ort von dem keiner mehr wiederkehrt.».

Im ZAK-Team gibt es Veränderungen. Leider müssen wir uns von unserer engagierten Vermittlungsstellen-Leiterin verabschieden. Vreni Gammenthaler gibt ihre Aufgabe weiter. Ab Neujahr übernimmt Susi Blaser die Organisation der Vermittlungsstelle. Ich danke Vreni für ihr langjähriges Engagement, Susi für die Bereitschaft und hoffe, dass nach der «Corona-Pause» die Nachbarschaftshilfe wieder in Bewegung kommt.

Ebenfalls danke ich allen Bereichsverantwortlichen, die trotz den eingeschränkten Möglichkeiten in ihren Ressorts das Beste herausholen.

Weiter danken wir allen Institutionen und Einzelpersonen, die uns unterstützen und so das Durchhalten ermöglichen. Allen ein herzliches «Danke» für ihre Verbundenheit mit ZAK.

Uf Wiederluege und häbet nech Sorg!
Für den ZAK Vorstand

Res Flückiger, Präsident

PS. Auf der Homepage www.zaeme-aktiv.org informieren wir laufend, welche Aktivitäten möglich sind.

Vermittlungsstelle

Öffnungszeiten jeweils am Dienstag von 09.00 bis 11.00 Uhr im Kirchgemeindehaus Konolfingen (Erdgeschoss), Telefon 031 790 00 32.

An allen anderen Wochentagen nimmt Susi Blaser, Leiterin der Vermittlungsstelle, unter der Telefonnummer 031 791 25 52, oder per Mail an susanne.blaser@quickline.ch, Ihre Anliegen gerne entgegen.



„Lebensqualität erhalten, ein Miteinander und Füreinander“

Nehmen Sie Hilfe an, zögern Sie nicht, uns anzurufen. Wir helfen gerne.

Unsere Angebote

Kategorie 1 >> Kontakte pflegen Fr. 8.-- pro Stunde	Kategorie 2 >> Dienstleistungen Fr. 13.-- pro Stunde
<ul style="list-style-type: none">• Ausfahrten, Fahrten zu Arzt-, Therapie- und Coiffeurtermin, etc.• Besuche, Spaziergänge, spielen, Gesellschaft leisten• Botengänge, Kommissionen besorgen• Personenbetreuung zur Entlastung der Angehörigen (nicht über Nacht)• Betreuung von Haus oder Wohnung bei Abwesenheit, z.B. Ferien, Spitalaufenthalt o.ä. (Blumen giessen, lüften, etc.)• usw. usw.	<ul style="list-style-type: none">• Hilfe bei Computerfragen, Verkehr mit Behörden• Näh- und Flickarbeiten, bügeln• Einfache Hausarbeiten, leichte Gartenarbeiten, Reparaturen, Handwerk, Schnee räumen• Betreuung von Haustieren• usw. usw.

Tarife Fahrdienste:

- Dorf intern** Fr. 5.-- pro Fahrt
Auswärts pro Km Fr. --.80 ab/bis Wohnort Fahrerin oder Fahrer
Wartezeit bis 1 Std. im Fahrpreis inbegriffen
Wartezeiten über 1 Std. = Fr. 8.-- pro Stunde.
Parkgebühren gehen zu Lasten des Kunden

Beim Druck des Bulletins waren die zukünftigen Corona-Virus-Massnahmen noch ungewiss. Infos auf www.zaeme-aktiv.org oder direkt bei Susi Blaser per Telefon.

Wanderungen

Für alle Wanderungen gilt:

Der jeweilige Wanderleiter gibt gerne Auskunft über die geplante Wanderung.

- Unsere Angebote gelten vor allem für alle Seniorinnen und Senioren wohnhaft in der reformierten Kirchgemeinde Konolfingen und der Gemeinde Freimettigen
- Die Wanderungen finden bei jedem Wetter statt
- Die Versicherung ist Sache der Teilnehmer
- Eine Anmeldung ist nicht erforderlich
- Unkostenbeitrag Fr. 5.-- pro Person
- Bahn-, Bus- und Konsumationskosten gehen zu Lasten Teilnehmende



~~Konolfingen - Ursellen - Konolfingen~~

Treffpunkt: 12.45 Uhr Bahnhof Konolfingen
Abmarsch: 12.55 Uhr nach Ursellen
Abfahrt: 12.56 Uhr nach Konolfingen-Dorf - Ursellen
Wanderzeit: kurz ca. 1 Std. / lang ca. 2 Std.
Leitung: OK Ursellen: Frieda Blaser, Fritz Rentsch, Res Brechbühl, 031 791 05 92, res@brechbuehl.ch



~~Steffisburg Schiessstand - Riederhubel - Brenzikofen~~

Treffpunkt: 12.20 Uhr Bahnhof Konolfingen
Abfahrt: 12.35 Uhr mit Bahn und Bus
Rückfahrt: ab Brenzikofen
Wanderzeit: ca. 2 Std.
Leitung: Christian Niederhauser, 079 222 70 41 chr.niederhauser@gmail.com



~~Murzelen - Möriswil - Uettligen~~

Treffpunkt: 11.50 Uhr Bahnhof Konolfingen
Abfahrt: 12.07 Uhr mit Bahn und Bus
Rückfahrt: ab Uettligen
Wanderzeit: ca. 2 Std.
Leitung: Magdalena Wittwer, 031 791 14 05 magdalena.wittwer@bluewin.ch



~~Scheidweg - Rabenfluh - Goldiwil - Haltenegg~~

Treffpunkt: 11.45 Uhr Bahnhof Konolfingen
Abfahrt: 12.01 Uhr mit Bahn und Bus
Rückfahrt: ab Haltenegg/Heiligenschwendi
Wanderzeit: ca. 2 Std.
Leitung: Res Brechbühl, 031 791 05 92 res@brechbuehl.ch



Seftigen – Gurzelen - Längenbühl

Treffpunkt: 12.20 Uhr Bahnhof Konolfingen
Abfahrt: 12.35 Uhr mit Bahn und Bus
Rückfahrt: ab Längenbühl
Wanderzeit: ca. 2 Std.
Leitung: Magdalena Wittwer, 031 791 14 05
magdalena.wittwer@bluewin.ch



Spiez - Hondrich - Faulensee

Treffpunkt: 12.20 Uhr Bahnhof Konolfingen
Abfahrt: 12.35 Uhr mit Bahn
Rückfahrt: ab Faulensee mit Schiff und Bahn
Wanderzeit: ca. 2,5 Std.
Leitung: Christian Niederhauser, 079 222 70 41
chr.niederhauser@gmail.com



Beim Druck des Bulletins waren die zukünftigen Corona-Virus-Massnahmen noch ungewiss. Infos auf www.zaeme-aktiv.org oder direkt bei den Wanderleitern per Telefon.

Durchatmen, die Natur spüren, die Aussicht geniessen.



Wandern ist einfach gut für Körper und Seele.

Senioren-Stamm



Wollen Sie interessante Menschen aus Konolfingen und der Region kennen lernen?

Unsere Gäste berichten über interessante Themen, ihren Beruf, ihr Hobby, ihre Freizeitgestaltung oder ihr Leben.

Wir treffen uns jeweils am 2. Donnerstag im Monat. Freiwillige Kollekte zur Deckung der Unkosten.

~~Donnerstag, 14. Januar 2021 um 14.30 Uhr im Gasthof Kreuz~~
Unser ~~Gast: Ueli Blaser~~

~~Donnerstag, 11. Februar 2021 um 14.30 Uhr im Gasthof Kreuz~~
Unser ~~Gast: Walter Grossenbacher~~

~~Donnerstag, 11. März 2021 um 14.30 Uhr im Gasthof Kreuz~~
Unser ~~Gast: Fritz Schafroth~~

~~Donnerstag, 08. April 2021 um 14.30 Uhr im Gasthof Kreuz~~
Unser ~~Gast: Christoph Zürcher~~

~~Donnerstag, 13. Mai 2021 (Auffahrt) kein Stamm~~

~~Donnerstag, 10. Juni 2021~~
~~Spezial-Stamm~~

Einladung folgt

Beim Druck des Bulletins waren die zukünftigen Corona-Virus-Massnahmen noch ungewiss. Informationen auf www.zaeme-aktiv.org oder direkt per Telefon bei Susanne Brechbühl 031 791 05 92.

**Spezialstamm
vom 10. Dez. 2020:
abgesagt**

Spiele

Leider müssen wir bis im Frühjahr auf das Spielen verzichten.



Wir spielen in einer lockeren Form bekannte und neue Karten- und Tischspiele.

Leitung: Susi Glauser,
Telefon 031 791 14 38, glawuesu@bluewin.ch

**Wer älter wird, wird nicht aufhören zu spielen.
Aber wer aufhört zu spielen, der wird älter!**

Singen

Ungezwungenes, gemeinsames Singen ist gut für Körper und Seele.

An folgenden Daten treffen wir uns jeweils am Dienstag von 14.15 bis 15.30 Uhr im Kirchengemeindehaus, Parterre, Raum Lochenberg.



Unkostenbeitrag Fr. 2.-- pro Nachmittag
+ Fr.1.-- für Raumbenützung

Leitung: Annemarie Rentsch
Telefon 031 791 03 61, rentsch.kono@zapp.ch

~~12. & 26. Januar 2021~~
~~09. & 23. Februar 2021~~
~~09. & 23. März 2021~~
~~13. & 27. April 2021~~
11. Mai 2021
08. & 22. Juni 2021

Beim Druck des Bulletins waren die zukünftigen Corona-Virus-Massnahmen noch ungewiss. Informationen auf www.zaeme-aktiv.org oder per Telefon bei Annemarie Rentsch.

Singen ist die eigentliche Muttersprache des Menschen

Rückblick

ZAK startete 2001 mit der Vermittlungsstelle und den übrigen Aktivitäten. Bereits 19 Jahre sind wir mit einem bewährten Konzept unterwegs. Dank dem grossen Engagement von Einzelpersonen und der wohlwollenden Unterstützung der politischen Gemeinde und der Ref. Kirchgemeinde Konolfingen konnten wir unsere Angebote bis heute durchführen.

Im Sommer 2013 erhielten wir ZAK Mitglieder einen schönen Brief mit dem Titel «Verena geht – Vreni kommt». Nach 12 Jahren übergab Verena Rentsch die Leitung der Vermittlungsstelle für die Nachbarschaftshilfe an Vreni Gammenthaler. Vreni (und ihr Mann Hansruedi) übernahmen mit viel Elan die Aufgabe, überarbeiteten die Handzettel, reorganisierten gewisse Abläufe und vernetzten sich mit anderen Anbietern. Mit Genugtuung durften sie erleben, wie die Anzahl der Einsätze ständig zunahm.

Uns allen ergeht es ähnlich: die Jungsenior*innen wechseln mit den Jahren fast unbemerkt zu den älter gewordenen Semestern. Die Kräfte lassen nach und die Einschränkungen nehmen zu. Aus diesen Gründen entschloss sich Vreni Gammenthaler, die ihr lieb gewordene Aufgabe rechtzeitig weiter zu geben.

Liebes Vreni, dir einen ganz riesigen Dank für dein mit viel «Herzblut» ausgeführtes Engagement. Wir wünschen dir viel Gutes und Schönes, wenig gesundheitliche Einschränkungen und weiterhin ein frohes Unterwegssein mit Hansruedi.

Ausblick

In Susi Blaser hat Vreni eine kompetente Nachfolgerin gefunden. Susi wurde an der Hauptversammlung in den Vorstand gewählt und übernimmt die Aufgabe aufs Neujahr 2021.

Wie bereits im Leitwort erwähnt, bremst uns die Corona-Pandemie ziemlich aus. Ich danke Susi ganz herzlich, dass sie bereit ist, trotz den vielen erzwungenen Einschränkungen, die Verantwortung für die Vermittlungsstelle zu übernehmen.

Natürlich hoffen wir, dass sich die Situation in absehbarer Zeit einigermaßen normalisiert und so auch die Nachbarschaftshilfe unter Senior*innen wieder möglich wird. Sobald dies eintritt, wird auch die Vermittlungsstellenleiterin wieder stärker zum Zug kommen.

Bis dann hoffen wir für Hilfesuchende auf Spontanhilfe durch jüngere Nachbarn, Bekannte oder Angehörige.

Für den ZAK Vorstand

Res Flückiger, Präsident

Herzlichen Dank, wir sind neben den tatkräftigen, freiwilligen Arbeiten auch für jede finanzielle Unterstützung dankbar. Wenn Sie finden, unsere Arbeit sei unterstützungswert, dann freuen wir uns auf Ihren finanziellen Beitrag: PC-Konto Nr. 61-488937-5 oder IBAN CH15 0900 0000 6148 8937 5

Adressänderungen bitte an **Magdalena Rieben**, Hünigenstrasse 7, 3510 Konolfingen, 031 791 25 68 oder zak@konolfingen.ch. Bei ihr erhalten Sie auch zusätzliche Bulletins.