



PANTHER POST

Graue Panther Nordwestschweiz
4000 Basel · www.grauepanther.ch
September 2020 · 32. Jahrgang · Nummer 3

Pantherwort

Leben mit Corona

Am 7. September haben wir uns nach einem halbjährigen, Corona-bedingten Unterbruch zu einer Monatsversammlung getroffen. Endlich konnten wir uns wieder einmal physisch sehen. Das tat gut. Corona war und ist auch für uns eine einschneidende Krise. Der Rückzug ins Private, kaum physische Kontakte, nicht mehr selber einkaufen, Masken tragen usw. war und ist immer noch nicht einfach wegzustecken. Das bereitet vielen von uns grosse Probleme. Wir sind uns bewusst, dass Corona uns noch lange beschäftigen wird. Wegen steigender Fallzahlen und der Grippezeit im Herbst könnten erneut strengere Massnahmen verfügt werden. So oder so bleibt uns nichts anderes übrig, als uns den Gegebenheiten anzupassen und das Beste daraus zu machen. Versuchen wir doch trotzdem schöne Momente im Leben zu geniessen.

Die Grauen Panther wollen die Würde der älteren Menschen wahren und ihre Lebensqualität und Autonomie fördern. Mir ist es ein wichtiges Anliegen, dass wir alles zu unternehmen versuchen, dies in dieser schwierigen Zeit umzusetzen. Wir müssen dabei die Spannung zwischen der Furcht vor Bevormundung, z. B. beim Maskentragen und derjenigen vor Ansteckung, gerade bei uns Älteren mit Vorerkrankung, aushalten. – Ich wünsche uns allen viel Mut und Freude.

Hanspeter Meier, Co-Präsident



Die erste Monatsversammlung nach langem Unterbruch – Corona-bedingt im „Kirchenasyl“, im Saal der Johanneskirche am Kannenfeldplatz, mit Anita Fetz (Seite 6). Foto Heinz Weber

Wohnen und Leben im Alter

Lebens- und Wohnqualität bedeuten für jeden etwas anderes. Auch im Alter gibt es individuelle Vorstellungen von einem schönen und sicheren Zuhause. Dabei sollen ältere Menschen möglichst massgeschneiderte Dienstleistungen zur Erleichterung und Unterstützung im täglichen Leben in Anspruch nehmen können.



Wohnen im Alter kennt viele Formen

Ein schönes Zuhause zu haben und sich wohlfühlen, bedeutet für jeden etwas anderes. Deshalb bietet die Senevita für jedes Bedürfnis das passende Angebot. Wir legen den Fokus längst nicht mehr nur auf hindernisfreien Wohnraum, sondern verstärkt auf ein altersgerechtes Wohnumfeld, in dem der Alltag selbstbestimmt gestaltet werden kann. Dazu gehören eine gute Anbindung an den öffentlichen Verkehr, helle und grosszügige Grundrisse sowie Aufenthaltsräume, die den sozialen Austausch fördern.

Unsere Bewohnerinnen und Bewohner leben nach den eigenen Vorstellungen und bestimmen ihren Tagesrhythmus selbst. Nebst dem Grundangebot (Mittag-

essen, Reinigung, Notrufsystem, Veranstaltungen und Beratung) wählen sie aus weiteren hauswirtschaftlichen Diensten, wie Wäscheservice, zusätzlichen Mahlzeiten, pflegerischen Diensten und medizinischer Betreuung. Gleichzeitig haben sie die Gewissheit, sich in schwierigen Situationen



oder Notfällen auf uns zu verlassen, denn unser eingespieltes Pflegepersonal ist innert Minuten vor Ort. Es ist diese Balance aus selbstbestimmter Lebensgestaltung und bedarfsgerechter Unterstützung, die ein komfortables und sicheres Zuhause für Seniorinnen und Senioren ausmacht.

Genuss und Anlässe: Ihr abwechslungsreicher Alltag

Auch im hohen Alter soll der kulinarische Genuss nicht zu kurz kommen. Deshalb setzt die Senevita bewusst auf eine hochstehende Gastronomie. Vom professionellen Service über marktfrische Zutaten bis hin zur sorgfältigen Präsentation der Teller. Dabei steht immer die Kombination von Genuss und Qualität im Vordergrund. Umso wichtiger ist es deshalb, diese Momente zum Erlebnis zu machen.

Nebst einer saisongerechten Menüauswahl beziehen wir die Essenswünsche und Vorlieben der Bewohnerinnen und Bewohner wenn immer möglich mit ein. So gestaltet sich das kulinarische Angebot abwechslungsreich und viel-



seitig; von der traditionellen Schweizer Küche bis hin zu vegetarischer, leichter Kost im Sommer.

«Liebevoll, kreativ, selbstbestimmt», lautet unser Motto. Wir sind überzeugt, dass zu einer hohen Lebensqualität ein abwechslungsreicher Alltag dazugehört. Gelegenheit dazu bietet ein breit gefächertes Angebot aus kulturellen Anlässen, Fitnessangebote oder Gruppenaktivitäten wie Jassen oder Kochen. Gemeinsame Ausflüge bieten Raum für neue Begegnungen und sorgen für Abwechslung.

Willkommen zu Hause

Die Senevita führt zurzeit 28 Einrichtungen in den Kantonen Aargau, BS und BL, Bern, Fribourg, Luzern, Solothurn, St. Gallen und Zürich. Gerne zeigen wir Ihnen unsere Wohnungen und erklären Ihnen im Detail, aus welchen Dienstleistungen Sie wählen können. Machen Sie sich Ihr eigenes Bild und kontaktieren Sie uns für eine individuelle Besichtigung.

senevita

Näher am Menschen

Finden Sie Ihr neues Zuhause unter:
www.senevita.ch

Möglichst lange in den eigenen vier Wänden bleiben

Die Ergebnisse der Befragung von über 75-Jährigen im Baselbiet liegen vor

Von Martin Matter

Insgesamt ergab die zweite verbesserte Auflage dieser Befragung (vgl. Kasten) ein recht positives Bild über den Gesundheitszustand, die Unabhängigkeit und die allgemeine Zufriedenheit der über 75-Jährigen im Baselbiet. Natürlich immer mit Einschränkungen. Aber dass sich über 93% der Befragten zufrieden äusserten über ihre derzeitige Lebenssituation, sagt doch viel aus. 70% bezeichnen ihre Lebensbedingungen sogar als ausgezeichnet, in vielen Aspekten gar als ideal (83%).

Viele Eigenheimbesitzer

Zwei Drittel der Befragten leben gemeinsam mit der Lebenspartnerin bzw. dem Lebenspartner in kleinen Haushalten. Interessant: 46% wohnen im eigenen Haus, weitere 19% in einer Eigentumswohnung, 29% in Mietwohnungen: Diese Zahlen sähen bei jüngeren Semestern massiv anders aus! Dreiviertel der Befragten würden es auch im Falle einer zukünftigen Abhängigkeit bevorzugen, weiter in ihrem angestammten Zuhause zu wohnen. Die Präferenz, in eine Alterswohnung oder eine Einrichtung für betreutes Wohnen umzuziehen, steigt in diesem Fall um das Vierfache. Nur ein kleiner Teil der heutigen Wohnliegenschaften sind für ein Leben mit Einschränkungen geeignet: Hier besteht grosser Handlungsbedarf. Viele Befragte bezeichnen das Leben in einer eigenen Wohnung als eine ideale Lebenssituation, möglichst mit guter öV-Anbindung, Nähe zu Läden und Bibliothek und zu Ärzten und Gesundheitseinrichtungen.

Gebrechliche Menschen

Die überwiegende Mehrheit der Befragten sind bei der Erledigung ihrer täglichen Aufgaben und Aktivitäten wie kochen, putzen und telefonieren oder beim Erledigen von finanziellen Angelegenheiten unabhängig und benötigen keine Hilfe. Mehr als ein Viertel der Befragten zeigt aber Anzeichen von Gebrechlichkeit, was sowohl auf körperliche Einschränkungen wie Mobilitäts- oder Gedächtnisprobleme, als auch auf soziale Herausforderungen wie Einsamkeit, Verlassenheit und Angst zurückzuführen ist. Die Umfrage konnte die Herausforderungen und Bedürfnisse der gebrechlichen oder sehr gebrechlichen Menschen in der Bevölkerung sichtbar machen.

Gedächtnis, Hören, Sehen

Die meist genannten Gesundheitsprobleme der Befragten beziehen sich auf die Gedächtnisleistung, gefolgt von Hör- und Sehproblemen und ungewolltem Gewichtsverlust in den vergangenen sechs Monaten. Mehr als ein Drittel der Befragten gab an, dass sie die Gesellschaft anderer Menschen vermissen, während fast ein Viertel ein Gefühl von Leere empfindet.

Die gewonnenen Informationen sollen nun Entscheidungsträgern auf kantonaler Ebene, genauso wie jenen in den erst noch zu schaffenden Baselbieter Versorgungsregionen und natürlich in den Gemeinden, wertvolle Einblicke ermöglichen. Die Ergebnisse dieses Berichts können in die Weiterentwicklung von Gesundheits- und Sozialdiensten einfließen.

8786 Antworten

Bis im Jahr 2045 ist mit einer Verdoppelung der Zahl an 80-Jährigen und Älteren im Kanton Baselland zu rechnen, wie das Statistische Amt BL kürzlich vorgerechnet hat. Die Befragung, eine Zusammenarbeit des Instituts für Pflegewissenschaften der Universität Basel, dem Tropeninstitut Basel und dem Kanton Basel-Landschaft unter der Bezeichnung „Inspire“ suchte möglichst viel zu erfahren über die Lebenssituationen der über 75-Jährigen, ihre Gesundheit, ihre Wünsche bezüglich Wohnen in der Zukunft, ihren heutigen und künftigen Unterstützungsbedarf. Rund 29 000 Fragebögen wurden versandt, knapp 8786 oder 31% kamen ausgefüllt zurück, was als gut taxiert wird.

Man erinnert sich: Auch die Grauen Panther unterstützten dieses Projekt ausdrücklich. Aber als seinerzeit die ersten Fragebögen verschickt wurden, kam es zum Eklat: Wie sich herausstellte, waren die Datensicherheit und der Persönlichkeitsschutz bei diesem Projekt nicht gegeben, was doch sehr erstaunte angesichts der Sensibilität persönlicher Gesundheitsdaten. Die Grauen Panther protestierten im Einklang mit anderen Institutionen. Mit Erfolg: Projektleitung und Kanton liessen die bisherigen Antworten sofort einstampfen und gleisten das Projekt neu auf, unter Einhaltung des Persönlichkeitsschutzes. *MM*

„Neue Generationen von alten Menschen haben neue Bedürfnisse“

Würdige und anregende Wohnverhältnisse für alte Menschen in der Schweiz – das ist das Ziel der Age-Stiftung mit Sitz in Zürich. Zur Förderung von innovativen und nachhaltigen Projekten in diesem Bereich kann sie rund drei Millionen Franken pro Jahr einsetzen. Die PantherPost sprach mit Antonia Jann, Geschäftsführerin der Stiftung.

Interview: Heinz Weber

PantherPost: Frau Jann, Sie sind Geschäftsführerin der Age-Stiftung, die innovative Projekte zum Thema Wohnen und Älterwerden fördert. Was sollen wir uns in diesem Zusammenhang unter dem Begriff „innovativ“ vorstellen?

Antonia Jann: Innovativ tönt so umfassend. Die wenigsten Sachen sind aber total neu. Projekte, die wir fördern, enthalten jedoch grössere oder kleinere Aspekte, die dazu beitragen, dass sich die Angebote weiterentwickeln. Im Heimbereich war das in den letzten Jahren zum Beispiel der Aussenraum, der mehr ins Blickfeld gerückt ist. Im Bereich Alterswohnungen ist es interessant zu sehen, welche Unterstützungs-, Service- und Dienstleistungsmodelle angeboten werden und wie deren Finanzierung geregelt ist. Und im Bereich gemeinschaftliche Wohnformen ist viel Neues entstanden. Neue Generationen von alten Menschen haben neue Bedürfnisse. Und dafür braucht es neue Angebote.

Können Sie konkrete, aktuelle Projekte nennen? Gibt es solche in der Nordwestschweiz?

In der Region Basel haben wir zum Beispiel ein Projekt bewilligt, bei dem Lehrlinge der Kantonalbank und Mitarbeitende von Pro Senectute einmal pro Woche in einem öffentlichen Café sitzen und älteren Menschen für Fragen zu Smartphone, Tablet usw. zur Verfügung stehen. Interessant finde ich auch das Projekt im Westfeld in Ba-



Antonia Jann: „Wir müssen unbedingt auch in Bildung und die Anliegen von Familien und jüngeren Generationen investieren.“ Foto: zVg.

sel, wo eine Gruppe von Expats einen Verein gegründet und Wohnungen in einem Neubau übernommen hat. Die Wohnungen sollen an alleinlebende Personen vermietet werden, die dann eine Art „virtuelle Wohngemeinschaft“ bilden mit dem Ziel, dass sie in der Schweiz nicht allein alt werden müssen. Auf unserer Website findet man in den Kantonen Baselland und Basel-Stadt insgesamt 26 Projekte.

Welche Mittel an Geld und Expertise können Sie einsetzen? Wer finanziert die Age-Stiftung?

Wir haben das Glück, dass der Stifter, ein vermögender Mann, im Testament

festgehalten hat, dass mit seinem Nachlass eine Stiftung gegründet werden sollte. Wir versuchen, mit den Erträgen des Vermögens zu arbeiten und investieren pro Jahr etwa drei Millionen Franken in interessante Projekte.

Wer kann sich an Ihre Stiftung wenden – nur Institutionen, Bauberren, Genossenschaften, Behörden oder auch interessierte Einzelpersonen?

Weil wir Lösungen unterstützen, die nachhaltig den älteren Menschen zu Gute kommen sollen, unterstützen wir nur Organisationen und institutionelle Trägerschaften. Alle Bedingungen für die Gesuchstellung findet man auf unserer Website unter dem Stichwort „Gesuche“.

Sie haben in einem Zeitschriften-Artikel darauf hingewiesen, dass ältere Personen, die in ein Heim eintreten, in der Regel mit finanzieller Unterstützung rechnen können – nicht aber Personen, die trotz Pflege- und Betreuungsbedarf in ihren eigenen vier Wänden bleiben wollen. Eine unhaltbare Situation. Können wir auf Besserung hoffen?

Ich glaube, das Problem ist erkannt und erste Lösungsansätze tauchen im Rahmen der Ergänzungsleistungs-Revision auf. Letztlich ist es eine Frage des politischen Willens. Dafür müssen die Wählerinnen und Wähler die Probleme kennen und diejenigen Vertreter wählen, die in die richtige Richtung ge-

Was tut die Age-Stiftung?

„Wir fördern Wohn- und Betreuungsangebote fürs Älterwerden in der deutschsprachigen Schweiz mit finanziellen Beiträgen. Um die Breite und Vielfalt von Wohnmöglichkeiten zu fördern, investieren wir in zukunftsfähige Projekte und informieren über gute Beispiele.“ So steht es im Leitbild der Age-Stiftung mit Sitz in Zürich. Die Stiftung ist seit 2002 aktiv. Ihr

Kapital stammt von einem vermögenden Ehepaar aus England, das in der Schweiz wohnte und anonym bleiben wollte. Im Jahr 2019 wurden 20 Anträge mit einer Gesamtsumme von 3,3 Millionen Franken unterstützt.

Die finanzielle Unterstützung ist aber nur ein Teil der Tätigkeit der Age-Stiftung. Sie betreibt ausserdem eine Geschäftsstelle mit einem Team von

Fachleuten, die sich intensiv mit dem Thema Wohnen und Älterwerden beschäftigen und über ihre Erkenntnisse informieren. Alle geförderten Projekte werden dokumentiert; die Informationen sind auf einer attraktiv gestalteten Website zugänglich:

www.age-stiftung.ch

hen. Im gleichen Zug möchte ich aber davor warnen, allein auf die Bedürfnisse der älteren Generation zu fokussieren. Wenn wir die gesellschaftlichen Herausforderungen gut bewältigen wollen, müssen wir unbedingt auch in Bildung und die Anliegen von Familien und jüngeren Generationen investieren. Die Generation der Alt-68er ist gefordert, in diesem Thema kreativ zu sein und einen solidarischen Beitrag zu leisten.

Die Betreuung von alten Menschen hat sich von einer weitgehend öffentlichen Aufgabe zu einem erfolgreichen Geschäft von professionellen, teils grossen Unternehmen entwickelt. Welche Folgen hat das?

Es gibt positive und negative Aspekte: Positiv ist, dass sich die Wahlmöglichkeiten für die älteren Menschen vergrössert haben und dass viele gute Ideen von privaten Akteuren ins Feld gekommen sind. Da private Anbieter am liebsten Angebote für eine kaufkräftige

Kundschaft machen, müssen wir jedoch aufpassen, dass die Menschen, die wenig Ressourcen haben, nicht vergessen gehen.

Angenommen, ich bin eine ältere Person mit bescheidenen finanziellen Mitteln und noch nicht pflegebedürftig. Was kann oder soll ich tun im Hinblick auf mein Wohnen unter erschwerten Bedingungen?

Idealerweise wohnen Sie schon in einem Haus, das einen hindernisfreien Zugang hat. Falls nicht, können Sie vielleicht den Vermieter darauf ansprechen, ob er Handläufe bei den Treppen anbringen könnte. Im Badezimmer könnten Sie prüfen, ob Ihnen ein Handgriff helfen könnte. Neuerdings gibt es sie auch in Ausführungen, die die Platten nicht beschädigen. Selbstverständlich kann man auch die Beleuchtung verbessern, eine Tür in die Badewanne einbauen etc. Nicht zu unterschätzen ist auch das Investment in eine gute Nachbar-

schaft und in soziale Kontakte im nahen Umfeld. Das Dazugehören, das Eingebundensein in soziale Netze hat nachweislich einen positiven Effekt auf die individuelle Autonomie.

Angenommen, ich komme unerwartet in die Situation, Pflege und Unterstützung im täglichen Leben zu benötigen. Wie soll ich mich verhalten? Wo kann ich Hilfe bekommen?

Das ist ein Punkt, der dringend verbessert werden muss. Heute gibt es zwar zunehmend Anlaufstellen, aber oftmals decken diese nicht die ganze Breite des Angebots ab, sondern vermitteln nur eigene Dienstleistungen oder nur solche, die gemeinnützig sind. Versuchen Sie es bei der Gemeinde, bei Pro Senectute oder bei der Anlaufstelle „Info älter werden“ in Basel und falls die Informationen nicht umfassend sind, fragen Sie bei Bedarf nach, was es sonst noch gibt.

Anzeige

Altersgerechte Wohnungen

An ruhiger Lage im Bachlettenquartier verkaufen wir privat in einem neuen, von uns selbst mitbewohnten Mehrfamilienhaus zwei 3,5-Zimmer-Wohnungen im Stockwerkeigentum. Die Wohnungen sind hindernisfrei und altersgerecht konzipiert. Der Bau entspricht hohen ökologischen Standards mit Erdsondenheizung und Photovoltaikanlage.

Hochparterre, 77,9 m²; plus Balkon 8,4 m², CHF 990'000

1. Obergeschoss, 91,5 m²; plus Balkon: 8,4 m², CHF 1'190'000

Termine: Kauf ab sofort, Baustart Ende 2020, Bezug Anfang 2022

Nähere Auskünfte erteilt: Andreas Stöcklin beimzolli@bluewin.ch

Es hat „gefetzt“ im Kirchenasyl

Erfolgreiche erste Monatsveranstaltung nach der Corona-Pause mit Anita Fetz

Abstand und Masken, Desinfektion und Schutzkonzept – auch wir kamen halt nicht darum herum. Aber das schreckte nicht ab, eher im Gegenteil: Rund 90 Pantherinnen und Panther bemühten sich ins „Kirchenasyl“ am Kannenfeldplatz, in den grossen Saal

der Johanneskirche. Sie wurden nicht enttäuscht: Ex-Ständerätin Anita Fetz plauderte zuerst mit Verve und Schwung aus ihrem politischen Nähkästchen, um danach ihrer Leidenschaft als Historikerin zu frönen: Ihr 2017 erschienenes Buch „My Basel“ zeigt ein

anderes Basel, nämlich jenes der Frauen, der reichen und armen, der berufstätigen wie auch der unterdrückten Frauen, quer durch die Jahrhunderte, bis 1971, dem Ende der „Mannokratie“ (Fetz) in der Schweiz (ausführlicher Bericht auf www.grauepanther.ch). *MM*



Fotos Heinz Weber

Kultur-Legi für Menschen mit kleinem Budget

Ein besonderes Angebot der Caritas ermöglicht Personen mit einem Einkommen am oder unter dem Existenzminimum vergünstigten Zugang zu Angeboten aus den Bereichen Kultur, Bildung und Freizeit. Seit Oktober 2013 gibt es die Kultur-Legi auch in den Kantonen Basel-Stadt und Basel-Landschaft. Unsere Angebotspartner

stellen den Nutzenden ihre Dienstleistungen mit grosszügigen Rabatten zur Verfügung – darunter sind etwa Zeitungsabonnements, Theater- und Kinobesuche, Museen, Konzerte aller Art, Bibliotheken oder Kurse aus verschiedenen Bereichen. Berechtigt sind in erster Linie Personen, die Sozialhilfe, EL und/oder AHV-Beihilfe oder Prämienverbil-

ligungen beziehen, Stipendiaten oder Menschen mit Lohnpändung.

Auskunft: Caritas Basel, 061 691 55 55, Stichwort Kultur-Legi. E-Mail: kulturlegi@caritas-beider-basel.ch. Online-Anmeldung auf www.kulturlegi.ch/beider-basel/kulturlegi-beantragen/online-antrag.



Mit Freude und Vorsicht aufs E-Bike

Mit dem Boom bei den E-Bikes nehmen die Unfälle auch bei Seniorinnen und Senioren zu

Von Vera Malach, VCS*

Das Positive zuerst: Ältere fahren nicht schlechter E-Bike als jüngere Semester. „E-Bike-Fahren ist grundsätzlich gut, gesund und macht Spass. Es erweitert den Radius, weil mit Tretunterstützung steile Strecken leichter überwunden werden können und Touren auch mit Grosskindern möglich sind“, sagt Christine Steinmann, VCS-Fachfrau für Verkehrssicherheit.

Allerdings nimmt das Unfallrisiko im Alter allgemein zu. „Über 65-Jährige sind verletzlicher und sollten sich dessen bewusst sein“, erläutert die VCS-Expertin. Üben, üben und nochmals üben, möglichst in einem verkehrsfreien Raum, lautet ihr Tipp vor der ersten E-Bike-Fahrt. Sie empfiehlt E-Bike-Fahrkurse, zum Beispiel bei der Polizei. Denn wer sein E-Bike im Griff hat, fährt sicherer.

Ein E-Bike mieten oder „einfach losfahren“, davon rät sie ab. Selbst geübte Velofahrer erleben die Unterschiede zwischen einem normalen Velo und einem E-Bike oft als überraschend. E-Bikes sind nämlich schwerer, haben einen ungewohnten Schubeffekt und griffigere Bremsen. Die höhere Geschwindigkeit verlängert den Bremsweg, sodass die Unfallfolgen schwerer sein können. Der Unterschied zwischen einem Elektrovélo bis 25 km/h und einem schnellen bis 45 km/h (Helmpflicht) ist ebenfalls von Belang. Der VCS setzt sich für das

freiwillige Helmtragen bei E-Bikes bis 25 km/h ein.

Selbstunfälle – Kollisionen

Nach Angaben der Beratungsstelle für Unfallverhütung (bfu) kommt es mit E-Bikes häufiger zu Selbstunfällen als auf herkömmlichen Velos. Weshalb, ist nicht völlig geklärt. Knapp die Hälfte der Unfälle mit E-Bikes (44%) geht jedoch auf Kollisionen zwischen Auto und Velo zurück. Dabei ist Vortrittsmissachtung die häufigste Unfallursache. „Vorsicht beim Vortritt – Sie wissen nie, was kommt“, lautet ein Motto der Unfallprävention.

Um das Risiko eines Unfalls auf dem Velo oder E-Bike zu minimieren, ist eine gute Sichtbarkeit wichtig, nicht nur nachts und bei Dämmerung, sondern auch am Tag. Zudem ist der Autoverkehr auf Hauptstrassen ausserhalb städtischer Gebiete besonders zu Stosszeiten tückisch. Der VCS empfiehlt den Seniorinnen und Seniorinnen deshalb, ihre E-Bike-Strecken gut zu planen und möglichst wenig befahrene Wege zu wählen.

Wie sicher fühle ich mich?

Diese Frage hilft beim Linksabbiegen oder im Kreisverkehr. Ein E-Bike kann jederzeit zu Fuss über Fussgängerstreifen gestossen werden. Weiter empfiehlt der VCS, auf genügend Abstand

zum Trottoir und zum Strassenrand zu achten – mindestens 70 cm einhalten. Der Unterschied zwischen einem Elektrovélo bis 25 km/h und einem schnellen bis 45 km/h (Helmpflicht) ist ebenfalls von Belang. Der VCS setzt sich für das freiwillige Helmtragen bei E-Bikes bis 25 km/h ein. Vor einer allgemeinen Helmpflicht müsse der Veloverkehr generell sicherer gemacht werden, sagt Steinmann.

Ein wichtiger Rat des VCS lautet, das E-Bike im Fachhandel zu kaufen und nicht irgendwo im Ausland übers Internet. E-Bikes können beim Transport Schaden nehmen, die keine Versicherung übernimmt. Im Fachhandel gehören hingegen Beratung, Probefahrt und Anpassung des E-Bikes an die persönlichen Bedürfnisse dazu.

„Sicherheit beginnt beim Kauf“, heisst eine Broschüre des VCS, die infolge der Nachfrage in einer zweiten Auflage erhältlich ist. Im Internet zeigt der VCS zudem mit einem Video, wie sich Einsteigerinnen auf die Fahrt mit einem neuen E-Bike vorbereiten können. Ein zweites Video thematisiert heikle Situationen, die oft zu Selbstunfällen oder Kollisionen führen und erläutert, wie die Unfallgefahr gesenkt werden kann.

* Vera Malach ist Mediensprecherin des Verkehrsclubs der Schweiz VCS.

Hintergrundinformation auf der Webseite: www.verkehrclub.ch/e-bike

Eine gute Instruktion ist wichtig. Photo VCS

Neue Ideen für die Mitgliederwerbung

Die Grauen Panther Nordwestschweiz, als das kritische Sprachrohr der älteren Menschen in der Region Basel, benötigen weiterhin möglichst viele neue Mitglieder. Nicht nur unser politisches Gewicht ist darauf angewiesen, sondern auch unsere Kasse.

Wir haben deshalb ein paar neue Ideen produziert, bei deren Umsetzung wir natürlich auch auf unsere Mitglieder setzen. Zum einen lancieren wir im Spätherbst die Aktion „Verschenke ein Pantherjahr“, eine Art Schnupper-Abo also. Näheres folgt mit dem November-Versand. Nicht zuletzt versuchen wir in die Breite zu wirken und in Kreisen auch ausserhalb des unsrigen zu werben. Wir wollen ausgewählten Personen, die wir kennen, einen persönlichen Brief schreiben mit einem Flyer und einer Beitrittseinladung. Erfahrungsgemäss ist das Echo auf persönliche Ansprache viel besser als auf einen anonymen Versand.

Bei beiden Aktionen zählen wir auf die Mitglieder der Arbeitsgruppen und natürlich auch auf Sie, liebe Mitglieder. Ein Musterbrief für die Werbeaktion wird demnächst vorliegen,

Anzeige

der Flyer wird aktualisiert und neu gedruckt. Wir informieren in Bälde erneut.

Im Weiteren werden wir die politischen Parteien in beiden Basel anschreiben mit dem Ersuchen, bei ihren nächsten Versammlungen mit unseren Unterlagen präsent sein zu dürfen. Denn wir verfügen nach wie vor über zu wenig aktive Parlamentsmitglieder in unseren Reihen. *MM*



universitäre
altersmedizin

felix
platter

STRONG-Studie: Probanden gesucht

Sind Sie mindestens 75 Jahre alt und fühlen sich unsicher auf den Beinen?

Dann suchen wir Sie. Das Forschungsteam möchte zusammen mit Ihnen herausfinden, ob die Einnahme von Molkeneiweiss in Kombination mit einem Heimtraining das Sturzrisiko vermindern kann.

Bei Interesse melden Sie sich bitte bei uns.

Universitäre Altersmedizin FELIX PLATTER

Burgfelderstrasse 101 | 4055 Basel | +41 61 326 41 41 | www.felixplatter.ch



Eine alte Hexen-Geschichte aktuell erzählt

Warum das glarnerische Anna-Göldi-Museum auch Baslerinnen (und Basler) interessiert

Von Martin Brodbeck

Ein ebenso modernes wie originelles Museum im glarnerischen Ennenda widmet sich einem scheinbar alten Thema: dem letzten Hexenprozess in der Schweiz. Die Magd Anna Göldi wurde dabei Opfer eines Justizmordes. Der ausserordentlich gut dokumentierte Prozess gegen Göldi steht im Mittelpunkt des Museums. In Hörstationen kommen die verschiedenen Protagonisten zu Wort. Vorher aber müssen die Besucherinnen und Besucher über einen „Abgrund“ zur Kasse schreiten. Mehr dazu sei hier nicht verraten. Symbolisch wird ausgedrückt, wie das Justizopfer, das 1782 in Glarus durch das Schwert hingerichtet wurde, vor dem Nichts stand. Besonders erschütternd sind die ausführlichen Folterprotokolle. Unter Folter hatte Göldi die ihr zur Last gelegten „Taten“ gestanden. Sie soll Stecknadeln in die Milch der Tochter ihres Dienstherrn gestreut und diese verhext haben. Hintergrund dürfte aber eher eine Affäre mit ihrem Dienstherrn, dem Glarner Arzt, Ratsherr, Richter und Regierungsrat Johann Jakob Tschudi sein, der um seine Reputation fürchtete und deshalb seine Magd beseitigen liess. „Me too“ lässt grüssen.

Weitverbreitete Hexenprozesse

Eine alte Geschichte aus einem Bergkanton? Das Museum widerlegt dies mit weiteren Themeninseln wie He-

xenwahn, Netzwerk der Macht, Aufklärung, Publizistik, Erinnerungskultur und schliesslich die späte Rehabilitation von Anna Göldi. Hexenprozesse waren in Europa weit verbreitet. Auch in Basel fanden zahlreiche Hexenprozesse statt. 29 Hinrichtungen zwischen dem 15. und 17. Jahrhundert sind hier überliefert. Auf der Mittleren Brücke, beim Käppelijoch, erinnert seit 2019 eine Gedenktafel an die angeblichen „Hexen“, die hier im Rhein ersäuft wurden.

Das letzte Justizopfer

Anna Göldi war das letzte bekannte Justizopfer in der Schweiz. Das Vorgehen löste europaweit heftige Proteste aus. Es war die Zeit der Aufklärung. Auch im Glarnerland war der Prozess umstritten. Obwohl er als geheim erklärt wurde, kam er dank dem Gerichtsschreiber Johann Melchior Kubli ans Licht. Dieser spielte der Presse die Gerichtsprotokolle zu, was erst im Jahre 2007 vom Publizisten Walter Hauser nachgewiesen werden konnte. Kubli, ein fortschrittlich denkender Glarner, wurde später Senator des Kantons Linth in der neu gegründeten Helvetischen Republik. Später zog er nach Quinten am Walensee. Im jungen Kanton St. Gallen machte er eine zweite Karriere als Grossrat und später als Regierungsrat. Eine spannende Politikerkarriere, die im Museum ebenfalls skizziert wird.

Interessante Sonderschauen

Für die Grauen Pantherinnen und Panther (Dreiviertel unserer Mitglieder sind Frauen) ist ein Besuch des Museums im Glarnerland noch aus einem anderen Grund von Interesse. Denn neben der Dauerausstellung schafft das im Hänggigturm (er diente einem Textilunternehmen zum Aufhängen und Trocknen bedruckter Stoffbahnen) untergebrachte Museum immer wieder aktuelle Sonderschauen zu Frauen- und Menschenrechten. Die vorgesehenen drei Ausstellungen zum Thema Flucht wurden Corona-bedingt ins Jahr 2021 verschoben. Bis zum 25. Oktober 2020 läuft eine Sonderausstellung zum Thema „Mutter Liebe“. Sie richtet laut Museumstext den Fokus auf die praktisch unantastbare Mutterliebe, welche in den Augen der Ausstellungsmacherinnen ein grosses Potential an Übergriffigkeit in sich birgt und mehr Frauen als vermutet zu gesellschaftlich abgesegneten Täterinnen werden lässt.

Öffnungszeiten: Mittwoch bis Sonntag 13.30 bis 18 Uhr (vom November bis März ist das Museum geschlossen).
Anreise: Mit der Bahn bis Glarus oder Ennenda (von beiden Bahnhöfen ca. 12 Gehminuten bis zum Museum).
Fahrplanbeispiel: IC 3 Basel SBB ab 11.33, Zürich HB an 12.26, umsteigen auf S 25 Zürich HB ab 12.43, Glarus an 13.43.

Anna Göldi war das letzte bekannte Justizopfer in der Schweiz. Foto Alex Zimmermann

Eberhard Hüttig zum Gedenken

Eberhard Hüttig hat, im hohen Alter von 95 Jahren, diese Welt in der Nacht vom 21. auf den 22. August verlassen. Er hinterlässt bei den Grauen Panthers, die mit ihm ein Stück Vereinsgeschichte leben durften (es sind leider nicht mehr so viele), zahlreiche Erinnerungen. Er liebte die Philosophie, schrieb gerne lange, interessante Abhandlungen, welche zu seinem Missfallen nicht in der PantherPost publiziert wurden, auch weil er keine Kürzungen akzeptierte. Er lebte mit seinen Büchern und war froh, als er bei seinem Umzug in die Alters-

wohnung an der Wilhelm-Kleinstrasse und später zum Burgfelderhof (fast) alle mitnehmen durfte. Dank einem Leseapparat (seine Sehkraft liess nach) konnte er sich mit Begeisterung in die neu erworbenen Bücher vertiefen. Eberhard kämpfte dafür, dass ältere Menschen an der Gesellschaft teilhaben können, mahnte mehrmals die BVB, mehr Rücksicht zu nehmen, besonders dann, als ihm ein Arm durch eine Türe eingeklemmt wurde. Er liess nicht nach, bis die Leitung der BVB versprach, solche Vorfälle zu vermeiden. Eberhard

wollte nicht nur eine Entschuldigung, er wollte eine Wiederholung solcher Vorfälle verhindern. Hartnäckig war er, immer wieder. Vorbildlich!

Eberhard hat eine Zeitlang die Dialoggruppe moderiert und war somit auch Mitglied des Vorstandes. Eher still, bis eine Frage ihn besonders „stupfte“. Dann liess er alle seine Argumente los, er ertrug keine Ungerechtigkeit. Er war auch bei der Lesegruppe dabei. Mit seiner Belesenheit war er da im Element. Ruhe in Frieden, lieber Eberhard.

Angeline Fankhauser

Anzeige

Stärken Sie Ihre seelischen Widerstandskräfte!

Ein Resilienzkurs für Senioren



Modul 4: Wer loslässt, hat die Hände frei für Neues!

Oft schleppen wir unnötigen Ballast mit uns herum. Was in Ihrem Leben möchte in Wertschätzung losgelassen werden? Im Modul 4 lernen Sie ganzheitlich, über den beseelten Körper und den fokussierten Geist, loszulassen.

Teil 1: Samstag, 3. Oktober 2020 von 9.00 bis 17.00 Uhr. CHF 105.–

Teil 2: Samstag, 24. Oktober 2020 von 9.00 bis 13.00 Uhr. CHF 55.–

Modul 5: Dankbarkeit zelebrieren

Im Modul 5 nehmen Sie sich die Zeit, Ihr Jahr 2020 Revue passieren zu lassen.

Richten Sie Ihren Fokus auf die Geschenke des Jahres. Lernen Sie so, mehr Fülle in Ihr Leben einzuladen. Weiter wird Thema sein: Welches waren die Momente mit erhöhtem Lernpotential?

Teil 1: Samstag, 7. November 2020 von 10.00 bis 18.00 Uhr. CHF 105.–

Teil 2: Samstag, 28. November 2020 von 10.00 bis 14.00 Uhr. CHF 55.–

Methoden: Fragen der Kraft, Herz-Meditation, therapeutisches Bewegen/Tanzen, Herz-Singen (keine Vorkenntnisse nötig.)



Leitung: Stefanie Heinis, Tanztherapeutin und Lehrerin

Mehr Infos unter
www.tanzenwieichbin.ch
061 301 03 51

StichhALTig

Neues Geschäftsmodell für Alte

Vieles habe ich erreicht in meinem Leben. Ich war Torhüter beim FC Appenzell, war Messdiener in lateinischer Sprache bei Pfarrer Dörig in Rebstein und auf dem Weg hinauf zum Kindergarten stützte sich Schwester Kastilia, ca. 70-jährig, klein, rund und schwer, schnaufend auf meinen Schultern ab. Ich, ca. 5-jährig, war damit eine wichtige Stütze der Nonne Kastilia und ihres Ingenbohler Ordens.

Später hatte ich beruflich durchaus ein paar anständige Stellen. Doch etwas habe ich nie erreicht: einen Titel. Gut, aktuell bezeichne ich mich „Publizist von Grauen Panther-Kolumnen“, weil mich eine Autorenzeile wie jene am Artikel-Ende durchaus zierte.

Aber es heisst halt nur „publ. vgpk.“ und nicht „Dr. publ. vgpk.“ Ist also kein Dokortitel. So muss ich auf anderes stolz sein. Darauf zum Beispiel, dass der ehemalige deutsche Verteidigungsminister ein Namensvetter von mir ist: An achter Stelle seiner Namensliste taucht „Joseph“ auf, wenn auch mit dem vornehmen „ph“ geschrieben. Und nicht mit meinem gewöhnlichen Proleten-f.

In der Summe heisst er: Karl-Theodor Maria Nikolaus Johann Jacob Philipp Franz Joseph Sylvester Freiherr von und zu Guttenberg, Sohn des Georg Enoch Robert Prosper Philipp Franz Karl Theodor Maria Heinrich Johannes Luitpold Hartmann Gundeloh Freiherr von und zu Guttenberg. Und verheiratet ist er mit Stephanie Anna Charlotte Gräfin von Bismarck-Schönhausen, so dass der komplette Namen dieses Mannes länger ist als Vreni Schneiders Liedtext „Ä Gruess us dä Bergä“.

Hiesse ich so, würde ich auf einen Dokortitel pfeifen. Tat aber Karl-Theodor Maria Nikolaus Johann Jacob Philipp Franz Joseph Sylvester Freiherr von und zu Guttenberg nicht, weshalb er den Dr. vor seine Namensorgie stellte, so lange eben, bis er 2011 des Plagiats in seiner Dissertation überführt wurde. Danach war er Dokortitel samt Ministeramt los.

Diese Story belegt, wie viel Gewicht der Dokortitel für viele Menschen haben muss. Bezeichnenderweise tragen ihn jene, die diesen Akademikergrad ehr und redlich verdient haben, meistens am wenigstens zu Markte, genau wie jene, die den Ehrendoktor aufgrund tatsächlich grosser Verdienste erhalten haben. Die meisten also.

Aber halt nicht alle. Ich kann ja mit meinem Dokortitel gar nicht bescheiden umgehen, da ich keinen habe. Und das nun für mich und Gleichgesinnte ändern will. Obwohl eingetragenes Mitglied der Risikogruppe, begann ich im April den mörderischen Lapsus, im Coop-Shop an der Tankstelle in Zwingen selber einen Liter Milch gekauft zu haben, statt brav zuhause zu bleiben und das Posten Jüngeren zu unterlassen. Beim langen Anstehen vor dem Coop-Shop hatte ich Zeit zum Nachdenken. Auch über die grobe Lücke in meinem CV. Mein Chefredaktor dieser Panther-Postille, Dr. Martin Matter, hat so einen Titel, unser aller Freund Dr. Remo Gysin auch, und ganz sicher auch einige aus dem Leserkreis. Nur ich habe keinen, dabei wäre ich lieber mittellos statt titellos.

Deshalb dachte ich weiter und wei-

ter, ohne zu merken, dass mich in der Schlange vor dem Coop schon mindestens zehn Maskierte überholt haben und entwickelte gedanklich ein neues Angebot aus dem Graue-Panther-Fan-shop.

Und schritt als gleich zur Tat, gab bei Google die vier Buchstaben „Dr. h. c.“ ein – und schon sprangen viele Unternehmen an, die gegen einen Fixpreis den Ehrendoktor offerieren.

Warum soll uns Pantherern nicht billig sein, was der Firma „Bräun Consulting“ in Kreuzlingen, bis vor kurzem auch der „Universität Teufen“ oder der „Miami Life Development Church“, recht war, selbst wenn es im Appenzeller Dorf Teufen so wenig eine Universität gibt wie in Kamerun eine Lauberhorn-Abfahrt?

Oder dem Gutscheinportal Groupon, das einen Dr. h. c. für 39 Euro verschleuderte – wenn auch nur in skurrilen Fachrichtungen wie zum Beispiel Ufologie.

Also machen wir vom VSAO in diesem Basar der Eitelkeit doch auch mit, wobei ein von uns verliehener der Sorten „Dr. h. c. gp.“ und „Dr. h. c. sen.“ schon etwas mehr als 39 Euro wert sein darf. Aber wieviel denn? Als sozial denkende Organisation berechnen wir den Preis anhand des Einkommens – minus AHV-Rabatt.

Interessiert? Dann nichts wie los und einen Dokortitel via die Adresse dr.hc.hchstplr@gp.com bestellen.

publ. vgpk. Josef Zindel

GL-Mitglied – eine spannende Aufgabe

Die Geschäftsleitung braucht wegen Rücktritten neue Gesichter

Anfangen müssen wir diese Einladung zu unserem Bedauern mit einer schlechten Nachricht: Vorstandsmitglied Klaus Burri, als neuer Co-Präsident der Grauen Panther vorgesehen anstelle von Remo Gysin, kann leider sein Amt aus gesundheitlichen Gründen nicht antreten. Aber er verbleibt gerne im Kreis des Vorstands. Wir wünschen ihm weiterhin alles Gute. Seine Funktionen werden bis auf weiteres von Doris Moser Tschumi, Vizepräsidentin BS der Grauen Panther, wahrgenommen.

Einarbeitung im Vorstand

Das veranlasst uns einmal mehr, Interessierte zu einer Mitarbeit zu ermuntern. Dabei möchten wir uns die nötige Zeit nehmen. Es muss nicht um einen direkten Eintritt in die GL gehen: Interessierte sind vielmehr eingeladen,

eine Zeitlang im gut 20-köpfigen Vorstand mitzuwirken und den Betrieb in den beiden Leitungsgremien kennenzulernen. Der Vorstand ist laut Statuten für die meisten wichtigen Entscheide abschliessend zuständig. Auch die GL könnte auf diesem Weg ihr nicht näher bekannte Interessierte gut kennenlernen.

Im Auge haben wir zwei wichtige Funktionen. Zum einen den neuen Co-Präsidenten oder die neue Co-Präsidentin. Wohnort Basel-Stadt ist in diesem Fall Voraussetzung, da der oder die Neue an die Seite von Co-Präsident Hanspeter Meier, tritt. Zum zweiten benötigen wir einen neuen Aktuar oder eine neue Aktuarin; der Wohnort spielt da keine Rolle. Das Aktuarat bedeutet vor allem das Verfassen der laufenden Sitzungsprotokolle von GL und Vorstand.

Wichtig und spannend

Co-Präsidium wie auch Aktuarat bilden wichtige und spannende Aufgaben. Neben der Lust, in einer gut funktionierenden Leitungsgruppe mitzumachen, braucht es Engagement, Interesse am Mitgestalten des politisch-sozialen Lebens in beiden Basel und einen einigermaßen routinierten Umgang mit PC und Handy.

Fühlen Sie sich angesprochen? Melden Sie sich bitte bis Ende Oktober für ein klärendes Gespräch bei

Hanspeter Meier,

hanspeter.meier@grauepanther

061 461 37 10,

oder bei *Doris Moser Tschumi,*

doris.moser@grauepanther.ch,

061 302 76 25.

Wir freuen uns über Ihr Interesse!

Impressum

Redaktion: **Martin Matter (MM)**

Martin Brodbeck (-eck),

Heinz Weber (hw)

Kolumnist: **Josef Zindel (JoZ).**

Layout: **Jürg Seiberth**

Korrektorat: **Fredy Heller**

Leserbriefe, Artikel, Ideen und auch Kritiken richten Sie stets an die Redaktion Panther-Post, c/o Martin Matter, Therwilerstr. 71, 4153 Reinach, martin.matter@grauepanther.ch

Wiedergabe von Artikeln und Bildern, auch auszugsweise oder in Ausschnitten, nur mit Genehmigung der Redaktion

Wichtige Adressen

Postadresse: Graue Panther Nordwestschweiz, 4000 Basel

Internet: www.grauepanther.ch

Co-Präsident BL: **Hanspeter Meier**

061 461 37 10

hanspeter.meier@grauepanther.ch

Co-Präsident BS: derzeit vakant

Kassier/Mitgliederverwaltung

Urs Joerin

061 261 73 58

urs.joerin@grauepanther.ch

Medien **Martin Matter**

079 437 53 58

martin.matter@grauepanther.ch

Kontakte **Doris Moser Tschumi**

061 302 76 25

doris.moser@grauepanther.ch



BERATUNG
mieten / kaufen



AUFORUM
Beste Produkte für Pflege und Komfort.

Auforum AG
Im Steinenmüller 2
4142 Münchenstein
Tel. 061 411 24 24
www.auforum.ch