

Sudokus lösen beugt Demenz nicht vor

Die Seniorenmesse 55+ zog am gestrigen Samstag an die 600 Besucher ins Stadttheater Olten

Fragen zu und Erfahrungsberichte rund ums Alter: Das waren die Triangulationspunkte der diesjährigen Seniorenmesse 55+. Gut zu wissen: Das Altern geht uns alle an.

VON URS HUBER

Ein Schlafapnoe-Risikotest bei der Lungenliga, das Politprogramm der Grauen Panther, eine Beratungssession am Stand für Lesebrillen, Finanzierungsangebote für einen gesicherten Lebensabend und die Aussage von Fränzi Burkhalter, Kantonalpräsidentin der schweizerischen Alzheimervereinigung, wonach Sudokus lösen nicht der Demenz vorbeugt: Das Alter schlägt dem Besucher der Seniorenmesse seine Attribute erbarmungslos um die Ohren. Aber das Altern geht uns alle an, auch jene in den besten Jahren. Anders nämlich ist nicht zu erklären, dass Bruno Reber vom Velocenter Reber in Olten an seinem Stand an einer der grössten Seniorenmesen des Landes ein Elektrowelo präsentiert. «Nein, das ist keineswegs ein Produkt ausschliesslich für Senioren», sagt er bestimmt. Zwischen 14 und 80 Jahren alt sei seine diesbezügliche Kundschaft. Aber ein Elektrobike könne durchaus einem Velo erprobten Senior behilflich sein. «Gelegentlich machen sich Abnützungerscheinungen in den Gelenken bemerkbar, da ist ein Elektrowelo eine gute Möglichkeit, sich die Mobilität auf zwei Rädern zu erhalten», weiss Reber. Und wie stehts mit der zunehmenden Zahl von Unfällen, die von auf Elektrobikes dahinbrausenden Senioren verursacht werden? Reber wehrt ab. «Meiner Erfahrung nach sind Senioren eher weniger auf leistungsstarken E-Bikes unterwegs.» Und er fügt hinzu: «E-Bikes sind vor allem eine Alternative für jene Senioren, die zuvor schon regelmässig auf dem Velo unterwegs waren.»

«DIE THEMEN HIER LIEGEN mir ein bisschen auf dem Magen», sagt eine 78-jährige Oltnerin, die mit ihrer Bekannten aus Härkingen im Messebeizli sitzt und deren Tasche voller wichtiger Informationsblätter und -broschüren ist. «Ich werde sie alle lesen», schiebt sie keck hinter

her. Aber obs hilft? Sich informieren, das sei wichtig, meinen beide. «Man kann sich auf ganz viele Eventualitäten vorbereiten, aber schliesslich muss man es dann halt doch so nehmen wies kommt», sagt die Frau aus dem Gäu. Wenn man gesund sei, habe das Altern seine sehr schönen Momente; aber eben: «Wenn man dann jahrelang Pflege braucht, wirds schon zur grossen Belastung.» Beide nicken und bringen damit auf den Punkt, woran sich andere in vielen Worten abzuarbeiten suchen.

UM BEDEUTSAME FRAGEN im Alter gings auch im sogenannten Informationsteil. Moderator Dani Fohrler konnte in loser Folge und in geschickt gewählter Dramaturgie Gäste aus den unterschiedlichsten Themenfeldern begrüßen, die aus ihrem persönlichen Umfeld zu erzählen wussten. Der Umgang mit Eltern und nahen Verwandten, deren physischer wie geistiger Zustand mit zunehmender Dauer mehr und mehr schwächelt, zog sich wie ein roter Faden durch die gut anderthalbstündige Einlage. Dass sich Senioren schwer tun damit, die eigenen Grenzen wahrzunehmen und entsprechende Hilfestellungen zu akzeptieren, davon berichtete Kathrin Lanz, die Betriebsleiterin der Spitex Solothurn. «Auch als Fachfrau ist man immer wieder überrascht, wie sehr sich Betreuungsbedürftige gegen gewisse Hilfestellungen zur Wehr setzen», meinte sie. Ebenfalls in Betreuungsaufgaben eingebunden ist Brigitte Joller. Sie hatte bei ih-

«...und dann ja nicht unter die Decke schauen.»

DANIEL MEIER, KOMMANDANT FW OLTEN

ren Eltern festzustellen, dass deren drohende finanzielle Unabhängigkeit vor allen den Vater belastet und diesen ab und an zu rigorosen Sparmassnahmen greifen lässt, was wiederum die Freiheit der Mutter beeinträchtigt. «In solchen Momenten muss man halt mit einem gewissen Einfühlungsvermögen die Situation zu entschärfen suchen», so Brigitte Joller. Aber ein Patentrezept gebe es natürlich nicht. Beeindruckend war auch der Auftritt von Gudrun Hochberger;



Viele Anbieter stellten sich an der Seniorenmesse 55+ dem Informationsbedürfnis der Besucher.



Dani Fohrler mit Kathrin Lanz, ...



Fränzi Burkhalter und ...



Daniel Meier REMO FRÖHLICHER

der Pflegedirektorin SoH. Sie fährt übers Wochenende jeweils 300 km hin zu den Eltern nach Deutschland, um dort in Absprache mit ihren Geschwistern die Betreuung von Vater und Mutter zu übernehmen. «Es bleibt so nicht mehr viel Zeit für rein Persönliches», bilanzierte sie. Aber die Aufgabe sei eine erfüllende und schliesslich erhalte sie dafür auch viel externe Anerkennung.

UNTERBROCHEN WURDEN die persönlichen Gespräche von kurzen fachspezifischen Intermezzi. Jürg Vögli (Kinder- und Erwachsenenschutzbehörde Olten-Gösgen) gab Auskunft zum Erwach-

senrecht, Raphael Gavilano (kantonale Ausgleichskasse) machte die Gäste etwa auf den Umstand aufmerksam, dass Ergänzungsleistungen nicht Almosen, sondern Teil der AHV seien, während Dieter Breil (Chefarzt Akutgeriatrie KSO) auf die Frage, wie ein gesundes Alter denn am ehesten zu erreichen sei mit dem «Mittelweg» antwortete. Der Körper wolle sich auf bestimmte Regeln verlassen können. «Dennoch kann man bei einer Metzgete – so wie ich – auch mal über die Stränge schlagen.»

Das Finale gehörte schliesslich den Vertretern der Blaublichtorganisationen Polizei und Feuerwehr. Heinz Schwägli

warnte Senioren unter anderem vor «falschen Enkeln» und Daniel Meier, Kommandant FW Olten, demonstrierte – wenn auch trocken – den Einsatz der Löschdecke. «Wenn die Decke wie in unserem Beispiel über der brennenden Pfanne liegt, dann ja nicht unter die Decke schauen. Sonst gibts zumindest eine schwarze Nase», meinte der Feuerwehrkommandant und sorgte damit für einen ganz heiteren Splitter im sonst eher ernsten Themenblock. Eine Bemerkung übrigens, die auch Messeorganisator David Aegerter von Home Instead, der privaten Spitex mit Sitz in Attiswil, zum befreiten Lacher verleitete.

«Wir bieten den Kindern Erlebniswelten»

Der Erweiterungsbau des Schulzentrums Bläuen in Erlinsbach AG wurde gestern mit einem Tag der offenen Tür feierlich eingeweiht

VON BEAT WYTENBACH (TEXT) UND BRUNO KISSLING (BILDER)

Zahlreich waren die Leute aus beiden Erlinsbach gestern Samstagmorgen im Schulzentrum Bläuen erschienen, um bei einer der geleiteten Führungen durch den Anbau südlich des Zentrums dabei zu sein. Dieser beinhaltet einen gemütlichen, lichtdurchfluteten Doppelkindergarten im Obergeschoss. Er enthält nebst den Unterrichtsräumen Kochnischen, eine Terrasse, die als Aussen-schulzimmer genutzt werden kann, ein Logopädie-Räumchen. Materialräume mit Schränken sowie Garderoben, die so angelegt sind, dass sie für den Unterricht genutzt werden können. Eine Aussenanlage mit Gräteschuppen sowie Beerengarten und Sandkasten lädt zum Spielen ein, und auch der mit Seilen ausgestattete Steilhang dahinter, mit einem Zaun von der Aussenanlage getrennt, sowie die Wiese zum Erzbach hinunter sind für die Kinder – allerdings nur beaufsichtigt – zugänglich. «Wir bieten den Kindern Erlebniswelten», bemerkte Urs Näf, Mitglied der Schulleitung, stolz.

Über eine Treppe gelangt man von der Aussenanlage in einen Lichthof, wo auch Kräuter, Erdbeeren und sonstige



Vier Kochnischen und zwei Nasszellen stehen in der Hauswirtschaftsschule bereit.

Pflanzen ihrer Verarbeitung in der Hauswirtschaftsschule im Untergeschoss haren. Diese ist vom Lichthof und vom «alten» Gebäudeteil her, der übrigens heuer sein 25-jähriges Bestehen feiert, zugänglich. Sie beinhaltet vier Vorbereitungs-nischen, zwei Nasszellen, einen Essraum, einen Unterrichtsraum sowie einen Bereich für den Abwart. «Es ist eine Riesen-

leistung, wie die Architekten die beiden komplett unterschiedlichen Gebäude vereinigt haben», meinte Näf.

AM OFFIZIELLEN FESTAKT stellte Beat Buser, Präsident des Kreisschulvorstandes, fest: «Mit der Bewilligung des Kredits über 3,95 Mio. Franken Mitte des letzten Jahres hat die Bevölkerung bei-



Der Neubau fügt sich harmonisch an das bestehende Gebäude an.

der Gemeinden bewiesen, dass sie hinter einer guten Schule im Erzbachtal steht».

Der Anbau ist übrigens schon nach den Sommerferien in Betrieb genommen worden, und auch bei den Kosten sieht es gut aus, wie Markus Lüthy, Gemeindepräsident von Erlinsbach AG, bemerkte. Man dürfe stolz sei auf ein Gebäude, das zeitig fertiggestellt worden

sei und dessen Kosten «wohl unter Kredit» liegen werden. Dies dürfte beiden Gemeinden ein Trost sein, hatte man sich doch hinsichtlich der Beteiligung seitens des Kantons Aargau an den Kosten verschätzt (100 000 Franken statt 900 000 Franken; wir berichteten). Und alle waren der Ansicht: Der Anbau ist gelungen, und er ist sein Geld wert.