

September 18

Persönlich

Ihre Hilfe –
unser Engagement

**PRO
SENECTUTE**
GEMEINSAM STÄRKER



Unentgeltliche Rechtsberatung

Konkrete Lebenshilfe

Entlastungswoche

Unbeschwerte Tage geniessen

Mahlzeiten

11 000 gesunde Menus

**Pro Senectute
beider Basel**

bb.prosenectute.ch



Liebe Leserin,
lieber Leser

Im Juni verbrachte eine fröhliche Schar eine erholsame Woche in Mariastein. Die älteren Frauen und Männer genossen die ruhige Atmosphäre des solothurnischen Pilgerortes, die kurzen Spaziergänge und die Ausflüge in die Umgebung oder den geführten Besuch bei der Madonna in der Felsengrotte. Dabei kamen bei der einen oder dem anderen Erinnerungen auf – etwa an die eigene Hochzeit, die einst im Mai in der Felsengrotte gefeiert worden war.

Möglich gemacht hat dieses Erlebnis Pro Senectute beider Basel. Schon seit vielen Jahren finanziert unsere gemeinnützige Stiftung älteren, sozial bedürftigen Menschen diese Entlastungswoche. Hier können sie, die mit einem schmalen Budget einen oft schwierigen Alltag meistern müssen, aufschnappen und für ein paar Tage entspannen.

Diese und weitere Aktivitäten – wie etwa die kostenlose Rechtsberatung oder den wichtigen Mahlzeitenservice – können wir nur dank Ihrer wertvollen Unterstützung anbieten. Lesen Sie im neuen «Persönlich», wofür wir Ihre Spende zu Gunsten der älteren Bevölkerung einsetzen.

Ich wünsche Ihnen eine anregende Lektüre.

Michael Harr, Geschäftsführer

Titelfoto: Entlastungswoche – beim Mittagessen in Mariastein

Konkrete Lebenshilfe

Vor zwei Jahren wurde Andreas Heierli als Zivilgerichtspräsident pensioniert. Seither setzt der erfahrene Jurist und Mediator sein profundes Fachwissen in der kostenlosen Rechtsberatung von Pro Senectute beider Basel ein. Diese wichtige Dienstleistung wird stark nachgefragt. Dank dem Engagement von Juristinnen und Juristen sowie finanziellen Spenden wird sie weiter ausgebaut.

Wer kann zu Ihnen in die Rechtsberatung kommen?

Grundsätzlich kann man als Ratsuchender 60plus mit allen zivilrechtlichen Problemen zu Professor Fritz Rapp und mir kommen. Im Moment haben wir dieses Amt allein inne, aber demnächst wird unser Team verstärkt. Als Rechtsberater ermöglichen wir den Leuten einen niederschweligen Einstieg ins Thema und helfen ihnen, die Weichen richtig zu stellen. Im Prinzip machen wir einfach die erste Abklärung. Als Angebot von Pro Senectute beider Basel ist die Rechtsberatung gratis.

Mit welchen Fragen und Problemen sind Sie in der Rechtsberatung konfrontiert?

Da kommt wirklich alles und die Themen sind manchmal auch für uns überraschend. Oft geht es um Fragen zu Sozialleistungen. Zu den Anliegen gehören auch Anfragen zum Mietrecht – etwa bei Kündigungen wegen Renovierungen – oder zu Nachbarstreitigkeiten.

.....
«Oft geht es in der Rechtsberatung um das Thema Sozialleistungen.»
.....

Ein wichtiges Thema ist der ganze Bereich «Ergänzungsleistungen». Manchmal werden diese von Amtes wegen reduziert, weil die Person oder ihre Angehörigen ein Haus besitzen. Es kann auch sein, dass jemand, der vor 20 Jahren mit Hilfe der Eltern ein Haus gebaut hat, plötzlich

zur Kasse gebeten wird, weil die Eltern pflegebedürftig wurden. Die Rückerstattungspflicht bei Schenkungen verjährt zum Beispiel grundsätzlich nicht. Das ist eine



Der erfahrene Jurist Andreas Heierli (73)

schwierige Materie, in der man als Laie kaum durchblickt. Da ich eine Mediationsausbildung habe, begleite ich in einigen Fällen Ratsuchende auch in einen Dialog mit der anderen Seite. Das kann bei einer zu hohen Telefonrechnung sein, bei Internetproblemen oder einer Mietsache. Da habe ich schon einige Male bei einer Firma angerufen und sie direkt gefragt, wo denn eigentlich der Knackpunkt des Problems liegt? Manchmal ist das schon die Lösung. Eines ist aber klar: Wir führen auf keinen Fall Prozesse für unsere Klientinnen und Klienten. Sowohl der emeritierte Professor Fritz Rapp wie ich sind Advokaten. Für die Prozessführung haben wir jedoch keine Zulassung.

In welchen weiteren Fällen könnt ihr den Ratsuchenden helfen?

In der Beratung nehmen auch Fragen zum Erbrecht oder Erbstreitigkeiten einen wichtigen Platz ein.

Rechtsberatung

Im Auftrag von Pro Senectute beider Basel beraten erfahrene Juristinnen und Juristen ältere Ratsuchende und ihre Angehörigen unentgeltlich und diskret zu Themen aus dem Zivilrecht. Dazu gehören etwa Fragen zum

- Erbrecht,
- Familienrecht und
- Sozialversicherungsrecht.

Kontakt

061 206 44 44

Mo-Fr 8-12 Uhr und 14-17 Uhr
Sprechstunden nach telefonischer Vereinbarung



Ihre Spende hilft. Immer.

Die Stiftung Pro Senectute beider Basel finanziert ihre Aktivitäten auch dank Spenden. Wir freuen uns, wenn Sie uns unterstützen!

Allgemeine Spenden

Sie unterstützen Pro Senectute beider Basel mit einem Betrag, den Sie auf unser Spendenkonto einzahlen. Damit ermöglichen Sie es uns, bedürftigen älteren Personen in einer Notlage unter die Arme zu greifen. Ihr Beitrag dient auch dazu, Aktivitäten im Altersbereich zu fördern.

Projektspenden

Sie spenden für ein konkretes Ziel. Pro Senectute beider Basel setzt jeden Franken, den Sie spenden, für dieses Projekt ein.

Zeitspenden

Sie engagieren sich freiwillig bei Pro Senectute beider Basel.

Ereignisspenden

Sie feiern einen runden Geburtstag, eine silberne Hochzeit oder den Start in die Pensionierung und möchten Ihre Freude weitergeben. Bitten Sie Ihre Gäste, Pro Senectute beider Basel mit einem kleineren oder grösseren Betrag zu unterstützen.

Trauerspenden

Blumen und Kränze verwelken rasch – mit einer Spende im Gedenken an Verstorbene blüht hingegen das Leben neu. Weisen Sie zum Beispiel bei den «Anordnungen für den Todesfall» im Docupass von Pro Senectute auf die Trauerspende hin.

Erbschaften und Legate

Sie möchten Pro Senectute beider Basel nach Ihrem Tod mit einer Erbschaft oder einem Legat unterstützen? Sie können unsere Stiftung im Testament, in einer Versicherung oder in einem Fonds berücksichtigen. Michael Harr berät Sie gerne persönlich, Telefon 061 206 44 44.

Ihre Zahlungsmöglichkeiten

Pro Senectute beider Basel, Luftgässlein 3, 4051 Basel
Postkonto 40-4308-3
IBAN CH27 0900 0000 4000 4308 3



Unbeschwerte Tage geniessen

Am Paradiesweg 1 in Mariastein versammelt sich Ende Juni eine fröhliche Gesellschaft zum Mittagessen im Klosterhotel Kreuz. Die meisten Gäste kannten sich bis vor kurzem nicht. Die Entlastungswoche im Solothurner Pilgerort, das gesellige Beisammensein und die kleinen Ausflüge hat Pro Senectute beider Basel ermöglicht – auch dank Ihrer Spende.

Es gibt Menschen, die im Alter jeden Rappen umdrehen müssen, weil ihnen das Leben trotz allem Einsatz schliesslich nur eine magere Rente bringt. Bei anderen frisst eine Behinderung oder eine chronische Krankheit wie etwa Multiple Sklerose die Lebensenergie und den Sparbatzen sukzessive weg. Die übliche Reaktion der Betroffenen: Die Ferien werden gestrichen. Dabei würden gerade diese Frauen und Männer von ein paar unbeschwerten Tagen und einem Tapetenwechsel speziell profitieren.



.....
«Diese Woche ist eine tolle Sache, es gefällt mir hier sehr gut. Die Sozialarbeiterin von Pro Senectute hat mich gefragt, ob ich daran teilnehmen möchte.»
.....

Henri Hostettler

Zur gut gelaunten Schar am Mittagstisch und bei kleinen Ausflügen gehört der 90-jährige Wahlbasler Henri Hostettler.

Neue Kraft tanken

Pro Senectute beider Basel ermöglicht es deshalb seit vielen Jahren älteren Menschen mit einem schmalen Budget oder einer kräfteaubenden Behinderung, sich an einem schönen Ort eine Woche lang zu erholen, aufzuschlafen, gemeinsame Erlebnisse zu teilen sowie neue Kraft und Lebensmut für den Alltag zu tanken. Die gemeinnützige Stiftung übernimmt die Kosten des Aufenthalts und stellt den Gästen eine erfahrene Betreuerin zur Seite. Auch dieses wertvolle Engagement können wir nur dank Ihrer Spende finanzieren.

Gemeinsam gegen Altersarmut

Dank Spenden und Legaten konnte Pro Senectute beider Basel schon vielen älteren Menschen in Not helfen oder Freude in ihren Alltag bringen. Pro Jahr setzen wir dafür rund 1,5 Millionen Franken ein. Auch die Ferienwoche in Mariastein konnte dank Spendengeldern finanziert werden.



Beratung und Begleitung

Eine wichtige Dienstleistung von Pro Senectute beider Basel ist die Sozialberatung. Personen im Alter 60plus sowie ihre Angehörigen können sich in schwierigen Lebenssituationen oder bei Fragen rund ums Altern an die gemeinnützige Stiftung wenden.

Vertraulich und kostenlos dank Spenden

Aktuell kümmern sich fünfzehn Sozialarbeiterinnen und Sozialarbeiter um die Anliegen der Ratsuchenden. Letztes Jahr haben die Mitarbeitenden von Pro Senectute in den Kantonen Basel-Stadt und Baselland 3242 kostenlose Beratungen durchgeführt.

Nicht alle Probleme können in kurzer Zeit gelöst werden, oft braucht eine Person eine regelmässige Betreuung, um selbständig daheim leben zu können. Momentan begleiten die Fachleute von Pro Senectute beider Basel 226 ältere Frauen und Männer durch ihren Alltag.

Kontakt

061 206 44 44, beratung@bb.prosenectute.ch
Mo/Di/Do/Fr 10–12 Uhr, Mi 14–16 Uhr



Erlebnistag

Zukunft lernen

Wer sich körperlich fit hält sowie geistig agil bleibt, Neuem aufgeschlossen ist und mehr in die Zukunft, statt in die Vergangenheit schaut, altert in der Regel besser. Das zeigen neurologische Studien der letzten Jahre. Diese Erkenntnis war für das Akzent Forum Antrieb genug, um den Erlebnistag «Zukunft ist heute» auf die Beine zu stellen.

Neue Welten entdecken

Das Bildungs- und Sportzentrum bietet jungen und alten Lernwilligen am ersten Erlebnistag von Pro Senectute beider Basel eine spannende Palette körperlicher und geistiger Herausforderungen an. Das Spektrum der Aktivitäten reicht vom Ausprobieren der Virtual-Reality-Brille oder Fotoversuchen mit der 360°-Kamera über Vorträge zu Kryptowährungen und Internetkriminalität bis hin zu Balanceübungen auf der Slackline oder Probefahrten mit der Rikscha. Die Teilnahme ist kostenlos.

Bewährte Kooperationen

Der Erlebnistag ist auch dank bewährten Kooperationen mit der Kantonspolizei Basel-Stadt und den SBB möglich.

«Zukunft ist heute»

Samstag, 13. Oktober, 9–17 Uhr
Akzent Forum, Rheinfelderstr. 29, Basel
→ akzentforum.ch/erlebnistag



Impressum

Herausgeberin: Pro Senectute beider Basel
Luftgässlein 3, 4010 Basel
061 206 44 44, info@bb.prosenectute.ch
bb.prosenectute.ch

Erscheinungsweise: 3× jährlich

Redaktion: Marketing & Kommunikation
Pro Senectute beider Basel

Fotos: Letizia Dipner, Claude Giger, Stefan Schmidlin
Gestaltung: Gisela Burkhalter



Austausch und Vernetzung

Der 29. September ist bei jenen, die sich für Altersthemen interessieren, schon lange in der Agenda eingetragen. Dann findet in Basel der Marktplatz 55+ statt – die Plattform für Information, Begegnung und Austausch.

28 Organisationen aus dem Umfeld der Basler Alterspolitik präsentieren in der Markthalle von 10 bis 16 Uhr ihre Dienstleistungen und zeigen die vielfältigen Möglichkeiten auf, die das Leben im Alter bietet. Selbstverständlich ist auch Pro Senectute beider Basel vor Ort präsent. An zwei Ständen können sich Interessierte über das breit gefächerte Angebot der gemeinnützigen Stiftung informieren und beraten lassen.

Pro Senectute beider Basel unterstützt finanziell

Als grösste private Altersorganisation der Region trägt Pro Senectute beider Basel diese wichtige Plattform der Alterspolitik mit und unterstützt den Anlass neu mit einem relevanten Betrag. Ziel ist es, die breite Bevölkerung für die Anliegen der älteren Generation zu sensibilisieren.

Podiumsgespräch

«Finanzielle Sicherheit. Chancen und Selbständigkeit im Alter»

Mittwoch, 26. September, 18.30–21 Uhr, «Wohnzimmer», Markthalle Basel. Freier Eintritt.

Am Gespräch im Vorfeld von Marktplatz 55+ nehmen teil: Barbara Krieg, Leiterin Digitale Medien von Pro Senectute beider Basel; Katja Reichenstein; Mike Oberholzer, Familienausgleichskasse Basel-Stadt; Gaudenz Tschurr, leitender Arzt Akutgeriatrie Felix Platter-Spital.

Der Appetit kommt beim Essen

Jahrelang hat man Kochbücher konsultiert und in der Küche gerne mit Töpfen und Brättern hantiert. Doch mit dem Rollator fällt das Kochen plötzlich schwer und auch nach einem Spitalaufenthalt mag man keine Rüepli mehr rüsten. Trotzdem ist eine gesunde Ernährung gerade im Alter wichtig. Die fixfertigen Menus von Pro Senectute beider Basel bieten sich in solchen Fällen als wohlschmeckende Alternative an.

Als grösste Altersorganisation der Region achtet Pro Senectute beider Basel darauf, dass bei der Zusammenstellung der Menus die neuesten Erkenntnisse über die Ernährung im Alter berücksichtigt werden. Wer Wert auf Abwechslung und eine sorgfältige Zubereitung der Lebensmittel legt, kann vom günstigen Angebot der gemeinnützigen Stiftung nur profitieren. Ein ganzes Menu enthält in der Regel Fleisch, Gemüse und Beilagen. Nebst Suppen, Salaten und Desserts bietet der Wochenplan zudem Gerichte für Vegetarier und Diabetiker an oder Mahlzeiten für Personen, die Schonkost benötigen.

Das Gespräch gehört dazu

11 000 gesunde Menus pro Jahr, freundlicher Schwatz inklusive, damit punkten die Service-Mitarbeiterinnen von Pro Senectute beider Basel bei ihren Kundinnen und Kunden.

Frisch und umweltfreundlich

Die Speisen werden gemäss Fachleiterin Sabine Salvini ohne Konservierungsmittel und Farbstoffzusätze frisch zubereitet und sofort in umweltfreundliche Schalen abgepackt. Diese werden nach dem Gebrauch zurückgenom-



men und sachgerecht entsorgt. So können die Kundinnen und Kunden ihr Essen einige Tage im Kühlschrank lagern und nach Lust und Laune entscheiden, ob es heute den Hackbraten mit Polenta und grünen Bohnen zum Zmittag gibt oder doch lieber die Kartoffel-Gnocchi an Tomatensauce mit Broccoli.

Packen Sie bei der Lieferung mit an!

Zweimal pro Woche bringen zwei Mitarbeiterinnen den rund 250 betagten Kundinnen und Kunden die bestellten Menus in der Stadt Basel und der angrenzenden Agglomeration nach Hause. Die Lieferung wird per Auto gemacht. Die Mahlzeiten werden immer persönlich übergeben, womit auch ein regelmässiger Kontakt mit der Kundschaft gewährleistet ist. Damit unsere Stiftung den aufwendigen und nicht kostendeckenden Service weiterhin in gewohnter Qualität anbieten kann, sind wir auf Ihre Spende angewiesen.



.....
«Ich möchte mich ganz herzlich für die finanzielle Unterstützung bedanken. Es ist unglaublich beruhigend, zu wissen, dass es im Hintergrund eine Institution gibt, welche helfen kann, wenn man vor einem unüberwindbaren Berg steht!»

Dankeschreiben vom 8. Juli 2018
von L. W. aus Basel

.....

Foto: © Shutterstock/morinor1303

Neuer Lebensmut – dank Ihnen!

Seit 100 Jahren setzen wir uns für das Wohl älterer Menschen ein. Armut kann jede und jeden treffen, gerade im Alter. Dank Ihrer Hilfe gelingt es uns, Betroffene direkt und unkompliziert zu unterstützen. Helfen Sie uns bei dieser wichtigen Aufgabe, indem Sie uns mit einer Spende oder einem Legat in Ihrem Testament unterstützen.

Spendenkonto:

Pro Senectute beider Basel, Luftgässlein 3, 4051 Basel
Postkonto 40-4308-3
IBAN CH27 0900 0000 4000 4308 3

**Pro Senectute
beider Basel**

bb.prosenectute.ch