

Bulletin



2. Halbjahr 2021



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

Vorwort unseres Präsidenten

«Die Menschen müssen wieder lernen, bescheiden zu sein, eine intelligente Bescheidenheit entwickeln. Eine intelligente Bescheidenheit!»

Das Magazin Nr. 13-2021, Seite 6

Liebe Leserin, lieber Leser,

In der Samstag-Beilage unserer Tageszeitung entdeckte ich den obenstehenden Satz. Die Autorin hat im Zug einem Gespräch zugehört und dabei diese Aussage eines alten Mannes aufgeschnappt.

Ich finde diese Formulierung stark: intelligente Bescheidenheit. Die allseits bekannten Einschränkungen verhindern vieles und zwingen uns zu verzichten, mit unterschiedlichen Auswirkungen. Die einen ziehen sich zu stark zurück, andere halten es langsam aber sicher nicht mehr aus, beginnen zu rebellieren oder werden fahrlässig.

Intelligente Bescheidenheit: ist dies nicht so etwas wie ein Lebensratschlag? Nicht die Resignation oder die Wut soll unser Verhalten bestimmen, sondern die Überlegung und das Abwägen. Auf was kann ich kurzfristig verzichten, und wo braucht es langfristige Anpassungen? Dankbarkeit für das was war, und das was noch ist. Unter Einhaltung der Schutzkonzepte sind noch Kontakte und Gemeinschaft möglich. Leider nur in kleinen und überschaubaren Gruppen.

Als ZAK Team mussten wir im ersten Halbjahr von Monat zu Monat entscheiden, unsere Anlässe abzusagen, weil zu Viele zu den Risikogruppen gehören und die beliebten Wanderungen die zugelassene Gruppengrösse gesprengt hätten.

Trotzdem planen wir zuversichtlich das zweite Halbjahr, hoffen und freuen uns, dass wir uns bald wieder treffen können.

Die aktuellen Umstände sind für die Bereichsverantwortlichen herausfordernd. Sie setzen Zeit ein, planen Aktivitäten und reservieren Termine, ohne sicher zu sein ob die Durchführung überhaupt möglich ist.

Ich danke allen ganz fest für's «Dranbleiben»!

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

Uf Wiederluege und häbet nech Sorg!
Für den ZAK Vorstand

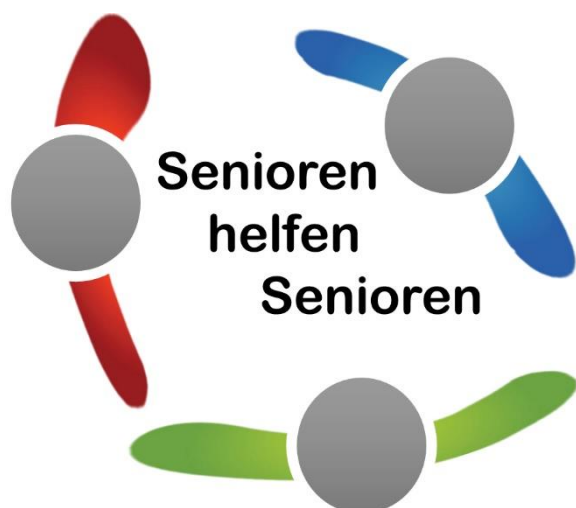
Res Flückiger, Präsident

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.



**Nehmen Sie Hilfe an,
zögern Sie nicht,
rufen Sie uns an,
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 031 791 25 52.

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 im Einzugsgebiet 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



Wampflen - Horboden - Oey

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



Kaltacher - Lueg - Affoltern

Treffpunkt: 11.45 Uhr Bahnhof Konolfingen
Abfahrt: 12.00 Uhr mit Bahn und Bus
Rückfahrt: ab Affoltern nach Konolfingen
Wanderzeit: ca. 2 Std.
Leitung: Magdalena Wittwer, 031 791 14 05
magdalena.wittwer@bluewin.ch



Hondrich - Stuhlegg - Krattigen

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



Innereriz - Rotmoos - Innereriz

Treffpunkt: 11.20 Uhr Bahnhof Konolfingen
Abfahrt: 11.35 Uhr mit Bahn und Bus
Rückfahrt: ab Innereriz nach Konolfingen
Wanderzeit: ca. 2 Std.
Leitung: Christian Niederhauser, 079 222 70 41
chr.niederhauser@gmail.com



Tafers - Gottéron-Schlucht - Freiburg

Treffpunkt: 11.50 Uhr Bahnhof Konolfingen
Abfahrt: 12.07 Uhr mit Bahn und Bus
Rückfahrt: ab Freiburg nach Konolfingen
Wanderzeit: ca. 2 Std.
Leitung: Fritz Rentsch, 031 791 03 61
rentsch.kono@zapp.ch



Konolfingen - Ursellen - Konolfingen

Treffpunkt: 12.45 Uhr Bahnhof Konolfingen
Abmarsch: 12.55 Uhr nach Ursellen (kurze Wanderung)
Abfahrt: 12.56 Uhr mit Bus nach Konolfingen-Dorf (lange Wanderung)
Rückfahrt: ab Ursellen mit Bus nach Konolfingen
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



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.



*„Wandern ist die vollkommenste Art der Fortbewegung, wenn man das wahre Leben entdecken will.
Es ist der Weg in die Freiheit.“*

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.

Der Spezialstamm vom 10. Juni 2021 ist leider abgesagt!

Donnerstag, 8. Juli 2021 um 14.15 Uhr im Dorfmuseum Alter Bären

Zu Gast bei: **Werner Weber / Willi Blaser**

Gut und einfach erreichbar mit Bus 160 (Tangento) **ab Bahnhof Konolfingen 13.56 Uhr**

Wer trotzdem eine Transportmöglichkeit braucht, kann sich bei Susi Blaser 031 791 25 52 melden.

Donnerstag, 12. August 2021 um 14.30 Uhr im Gasthof Kreuz

Unser Gast: **Christoph Zürcher**

Donnerstag, 9. September 2021 um 14.30 Uhr im Gasthof Kreuz

Unser Gast: **Ueli Blaser**

Donnerstag, 14. Oktober 2021 um 14.30 Uhr im Gasthof Kreuz

Unser Gast: **Fritz Schafroth**

Donnerstag, 11. November 2021 um 14.30 Uhr im Gasthof Kreuz

Unser Gast: **Res Maurer**

Donnerstag, 9. Dezember 2021 Spezialstamm 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.

Spielen

Wer rastet, der rostet!

*Das gilt nicht nur für
den Körper, sondern
auch für das Gehirn.*



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

Ort: Wird auf der Homepage www.zaeme-aktiv.org bekannt gegeben.

Datum: **Mittwoch, 29.09.2021, Mittwoch, 27.10.2021, Mittwoch, 24.11.2021**

Zeit: **14.15 – 16.15 Uhr**

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

Beim Druck des Bulletins waren die zukünftigen Corona-Virus-Massnahmen noch ungewiss.

Informationen auf www.zaeme-aktiv.org oder per Telefon bei Susi Glauser 031 791 14 38.

Singen

*Ungezwungenes, gemeinsames
Singen ist gut für
Körper und Seele.*



Wir treffen uns jeweils an folgenden
Dienstagen von 14.15 bis 15.30 Uhr
im Kirchgemeindehaus, Raum
Lochenberg.

Unkostenbeitrag Fr. 2.-- pro Nachmit-
tag + Fr.1.-- für Raumbenützung.

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

Dienstag, 07. September

Dienstag, 21. September

Dienstag, 05. Oktober

Dienstag, 02. November

Dienstag, 16. November

Dienstag, 30. November

Dienstag, 14. Dezember

Beim Druck des Bulletins waren die zukünftigen Corona-Virus-Massnahmen noch ungewiss. Informationen auf www.zaeme-aktiv.org oder per Telefon bei Annemarie Rentsch 031 791 03 61

Freitags-Geschichte von François Loeb

Clockdown



Clockdown, Clockdown, war in aller Munde. Selbst die Spatzen piffen das Wort von den Dächern. Menschentrauben versammelten sich. Diskutierten. Schwadronierten. Ereiferten sich über die Beschlüsse der Regierung. Wie kann man nur! Wie ist das möglich? Wie kann ein Clockdown einfach so verhängt, verfügt werden. Industrien setzten ihre Beeinflusser in Bewegung. Heerscharen davon versuchten den Clockdown zu unterminieren. Mit allen Mitteln. Doch die Regierung hielt diesem Tsunami stand. Medien berichteten Tag und Nacht ohne Unterbrechung über dieses Thema. Keine anderen Nachrichten fanden mehr den Weg in Zeitungen oder in die elektronischen Medien. Clockdown überlagerte alle Kanäle und sozialen Medien. Kommentatoren versuchten zu ergründen weshalb diese Massnahme getroffen

wurden. Fernseh-Runden luden Psychologen und Psychiater zu Streitgesprächen über die Beschlüsse ein. Wie nur, konnte der Bevölkerung liebstes Stück einfach abgeschafft, verboten, ausgelagert werden, erhitzten sich die Gemüter.

Es kann doch einfach nicht sein, dass durch Regierungsbeschluss die Zeit ohne jede Vorwarnung aufgehoben wird! Wie soll das Leben ohne Zeit sich entwickeln? Öffnungszeiten sind nicht mehr zu definieren. Wie sich treffen, wenn es keine Zeit mehr gibt? Welche Armut bricht aus, wenn sich niemand mehr über Stress beklagen kann? Kann Zeitlos eine Geißel der Menschheit sein, sinnierten Philosophen. Gebt uns unsere alte Zeit zurück, stand auf den Bannern der Demonstrierenden. Doch die Regierung blieb hartnäckig, verkündete die zeitlose Zeit, eine Zeit ohne Zeit. Und entdeckte dabei, dass ohne Zeit gar keine neue Zeit geschaffen werden kann. Doch einmal abgeschafft gibt es kein zurück mehr.

CLOCKDOWN bleibt CLOCKDOWN. Wir alle haben uns in die zeitlose Zeit zu schicken, ob wir es wollen oder nicht ... RRRINGGG! Der Wecker holt mich aus dem Schlaf! Zeit aufzustehen!

Wahrlich schäumen die Träume träumend, ob wir es wollen oder nicht ...

Autor: François Loeb

Kostenlos jeden Freitag die neuste werbefreie Kurzgeschichte per Mail (zum Lesen + Anhören) erhalten! Anmelden unter:

<http://www.francois-loeb.com/kurzgeschichten-kostenlos-lesen/geschichten-erhalten/>

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.