



PANTHER

POST

März 2006

19. Jahrgang · Nummer 1

Baselstadt – Baselland – Regio
Postfach 686, 4125 Riehen 1
www.grauepanther.ch

JAHRESBERICHT 2005/2006

DES CO-PRÄSIDIUMS DES VEREINS DER GRAUEN PANTHERINNEN UND PANTHER BASELLAND, BASEL-STADT UND REGIO

Auch diesen Jahresbericht möchten wir mit einem Sinnspruch beginnen, der es verdient, einige Augenblicke darüber nachzudenken.

Heinrich Blücher hat einmal gesagt:

“Wer an der Jugend festhalten will, wird rückwärts durch die Zeit geschleift, wer dem Alter entgegengeht, nimmt seine Jugend mit sich in die Zukunft.”

Diese Aussage könnte nicht besser zu den Grauen Panther und ihren Mitgliedern passen, sind wir doch bestrebt, mit jugendlichem Elan die Anliegen unserer Generation zu verfechten, mit unseren Erfahrungen und Kenntnissen der Jugend nach Bedarf zur Seite stehen und, falls nötig, mit ausgefahrenen Krallen und offenen Worten gegen Verschlechterungen unserer Lebensqualitäten und die Abzockerei der “Alten” aufzutreten und Tacheles zu sprechen.

Somit wären wir schon bei einem

Hauptanliegen der Panther: Der ständigen Zumutung vermehrter finanzieller und ideeller Auflagen zu Lasten unserer Generation, wo es möglich ist, einen Riegel vorzuschieben.

Es ist Ihnen sicher einiges geläufig, sodass wir an dieser Stelle nur noch die Stichworte nennen müssen: Krankenkasse: die “Alten” sollen mehr bezahlen, Haftpflicht-Versicherung: Die “Alten” sollen mehr bluten, AHV: die “Alten” sollen länger arbeiten, Pensionskassen: Nicht nur die Verzinsung soll bei den Aktiven gekürzt werden, nein, man liebäugelt insgeheim immer wieder mit eventuellen Rentenkürzungen etc. etc.

Bald jeder Tag bringt neue “Sparmöglichkeiten”.

Dagegen müssen wir uns wehren und auch nicht vergessen, den Jungen immer wieder klar zu machen, dass sie auch einmal zu den Rentnern gehören und von denselben Restriktionen “profitieren” werden.

Sie sehen, die Aufgaben, welche wir erfüllen möchten, werden uns noch lange nicht ausgehen. Dieses Geschäft floriert.

I N D I E S E R	N U M M E R
Jahresbericht Co-Präs.	1/2
Jubiläen, Sternstunden	2/3
Leben + Wohnen im Alter	3
Kontakttelefon	3/4
Dialog / Dankbarkeit	4
Vorlesegruppe	5
Wir haben noch vieles vor	5/6
Zeitrafferrauchen / BKB	6
Schulbesuch / Gedicht	7
Anmeldung	7
Generationen-Theater	
Wechselstrom	8
Altersfragen / Tanzplausch	9
Spielgruppe	9
Senioren in die Schule	9/10
Malgruppe	10
Gedicht	10
Muba	11
Veranstaltungskalender	12
Wichtige Tel.-Nummern	12

Neben den politischen Anliegen konnten wir aber auch einige schöne Themen aufgreifen, wie dies die nachfolgende Aufstellung zeigt. Bei unseren Monatsversammlungen und in unsern Arbeitsgruppen können die Mitglieder vieles erfahren und durch das Mitwirken auch aktiv Ziele erreichen, die dann allen wieder zugute kommen. Die Mitwirkung von Vorstandsmitgliedern in den Alterskonferenzen BL und BS, sowie im Altersforum BS, beim Seniorenrat und der VASOS, auch bei der Vorbereitung der Sonderpräsentation "Älter werden macht Spass" im Rahmen der muba, sorgen für eine eindrückliche Auslastung der Betroffenen.

2006 ist unser Jubiläumsjahr, denn die Grauen Panther sind genau vor 20 Jahren gegründet worden. Über Aktivitäten im Jubeljahr werden Sie laufend informiert.

In dieser Nummer werden Ihnen unter anderem auch noch die Geschichte sowie Rück- und Ausblicke dargestellt. Ebenso finden Sie Tätigkeitsberichte der Gruppenleiterinnen.

Im Vereinsjahr 2005/2006 hatten wir an den Monatsversammlungen folgende Themen behandelt:

**18. April 2005:
Generalversammlung 2005**

Ausserdem:

"Eintauchen-hören-sich erinnern"

mit Märchenerzählerin
Rosmarie Schweitzer

9. Mai 2005:

"Hilfe im Bahnhof:

Ja gerne - nur woher bekommen wir sie?"

Referentin: Christa Wasescha, Vorstandsmitglied Compagna.

13. Juni 2005:

"TeleHomeCare" - Was ist das?

Referenten: Daniel Schafer und Peter Ley, Verein TeleHome-Care Oberwil.

(Grün 80)

12. September 2005:

"Wer steht mir bei in meinen letzten Stunden?"

Referent: Dr. Peter Lack, lic. theol.

Geschäftsleiter GGG

Begleiten/Voluntas

10. Oktober 2005:

"Wie sich ein traditionell politischer Frauenbund im modernen politischen Kontext mit Erfolg einbringt".

(Frauenbünde in Kamerun)

Referentin: Almita Rahn.

Ethnologin

14. November 2005:

"Gesundheits- und Krankheitskosten: Wer bezahlt was resp. wer soll was bezahlen?"

Referentin: Silvia Schenker,

Nationalrätin BS

12. Dezember 2005:

"Der Graue Panther in Betlehems Stall"

Referent: Prof. Dr. Josef Imbach, Basel

9. Januar 2006:

"Sichere AHV"

Referent: Dr. Ruedi Rechsteiner

13. Februar 2006:

"Palliative Care"

Referentin: Dr. Heike Gudat

13. März 2006:

"Volkshochschule und Senioren-Uni"

Referent: Peter Luder

Geograph

Liebe Pantherinnen und Panther,

An dieser Stelle möchten wir Ihnen ganz herzlich für Ihr Interesse an den Grauen Panthern danken. Allen unsern Vorstandsmitgliedern, Gruppenleiterinnen, aktiven Gruppenmitgliedern, Referenten, Vereinsmitgliedern und Freunden sei für ihren Einsatz, das Engagement und die grosse Arbeit im verflossenen Jahr ein herzliches "Danggerscheen" ausgesprochen.

Ohne diesen Einsatz wäre das Bestehen der Grauen Panther auch in den nächsten 20 Jahren nicht möglich. Wir möchten diesen Dank aber auch mit einer Bitte an alle beschliessen: Werben Sie neue Mitglieder für unsere Organisation und, falls es Ihnen möglich ist, besuchen Sie unsere Veranstaltungen und machen Sie fleissig in unseren Gruppen mit.

Den Sponsoren, welche sich zur Unterstützung unserer Aktivitäten im Jubiläumsjahr 2006 bereit erklärt haben, sei an dieser Stelle herzlichst gedankt. Es sind dies der Lotteriefonds Basel-Landschaft, Basel-Stadt, Migros Basel und die Hatt-Bucher-Stiftung.

Das Co-Präsidium:

Angeline Fankhauser,

Umberto Stücklin

Pantherlied

Zum 20-jährigen Jubiläum komponieren wir, zusammen mit Aernschd Born, einen rassigen "Raubtier-Rap".

Wer Lust hat mitzusingen meldet sich bei:

Susanne Wenger

Tel. 061 301 06 67



Jubiläen, Sternstunden der Mensch- heit

2006 feiern wir 20 Jahre Graue Panther beider Basel! Wir sind nicht die einzigen, die feiern.

Off Beat Jazz Basel feiert 30 Jahre, Betty Bossi feiert 50 Jahre, das "Echo der Zeit" von Radio DRS feiert 60 Jahre, die Steinbock-Kolonie in der Schweiz feiert 100 Jahre. Die Grauen Panther sind in guter Gesellschaft!

Und wie steht es mit unsern persönlichen Jubiläen zwischen 20 und 80 Jahren?

Erinnern Sie sich, wie das war, als Sie den 20. Geburtstag feierten? Grosses Fest - in aller Stille - frisch verliebt - oder wie auch immer!

Mein 20. Geburtstag ist mir in unvergesslicher Erinnerung. 1950 waren die Ansprüche der Leute ans Essen noch bescheiden. Bei uns zu Hause gabs viel Gemüse und nur 2 bis 3 mal in der Woche Wurst oder Fleisch. Süssspeisen waren oft Aufläufe, Gratins sagt man heute. Gesüsst waren sie künstlich und Butter enthielten sie wenig. Aber geliebt habe ich sie!

Ein kulinarischer Höhepunkt war einmal im Jahr "Chinesisch Essen". Stellen Sie sich darunter aber nicht ein heutiges Essen im China-Restaurant vor! Meine Eltern waren vor der Geburt ihrer drei Töchter einige Jahre in China. Meine Mutter kochte dann in der Erinnerung die Speisen aus den bei uns erhältlichen Gemüsen und Zutaten. Anstatt die Hackfleischkugeln am Tisch in Soja-Sauce zu kehren, tunkten wir sie in Maggi-Würze. Anstelle der chinesischen Glasnudeln schwammen Fidele in der Bouillon. Aber mit den Stäbli zu essen, damit direkt in die Schüsseln zu greifen, wählerisch zu sein und am Ende des Essens offiziell rülpsen zu dürfen - das heisst, das Essen habe geschmeckt! - war wönig.

An meinem 20 Jahr-Jubiläum durfte ich 5 Kolleginnen und Kollegen aus dem Lehrerseminar zu einem Chinesisch Essen einladen. Ich wollte den Gästen etwas Exotisches aufstellen. Käfer, von denen meine Mutter erzählte, dünkten mich unzumutbar. Und so ging ich auf den Bauernhof zu meiner Freundin und bat um frische Hühnerdärme. Diese öffnete ich mit einer kleinen Schere, wusch allen Kot heraus und kochte die langen Streifen. Die Tischrunde goutierte das vielfältige Angebot und genoss den Reiz des Neuen. Meine beste Erinnerung an diese Einladung ist aber die Sitzordnung. Den Kollegen, in welchen ich verliebt war, setzte ich mit seiner damaligen Freundin mir gegenüber. Vielleicht lag es an den Hühnerdärmen oder sonst an einem chinesischen Zauber, dass ich mit diesem Mann nun seit 50 Jahren verheiratet bin und wir uns immer noch lieben!

Zurück zum Panther-Jubiläum: Nach astrologischen Angaben für die Nordwestschweiz steht das Jahr 2006 unter einem guten Stern - nein nicht Stern, noch viel deutlicher: Ich zitiere aus den Coop-Zeitung:

"Am 20. März 2006 beginnt das astrologische Jahr mit dem Mond als Jahresregenten. In der Astrologie steht der Mond für die Mutter. Er verweist auf das Emotionale. Das bedeutet, dass in diesem Jahr die Gefühle einen höheren Stellenwert erhalten", und weiter heisst es: "die Zeit ist günstig, persönliche Kontakte zu pflegen"!

Trotz unserer Krallen haben wir Panther auch ein Herz! Vergessen wir das nicht im Jubiläumsjahr, und feiern wir mit Herz und Verstand, damit wir gemeinsam die uns gesetzten Ziele erreichen!

Hanni Müller



Leben und Wohnen im Alter

Im vergangenen Jahr hat sich unsere Gruppe zehnmal getroffen, um sich mit Themen und Problemen des Lebens und des Wohnens im Alter zu beschäftigen. Im April besuchten wir das Dandelion, ein Pflegeheim ausschliesslich für demenzkranke Menschen. Wir waren beeindruckt von der Fürsorglichkeit, mit welcher mit den Bewohnern umgegangen wird. Besonders gefallen hat uns das snoezelen (sprich snuzelen). Dies ist ein Raum, in dem die Sinne mit Lichtreizen, Klängen und Düften angeregt werden. Es ist ein Erlebnisraum, der das Wohlbefinden der Demenzkranken erreichen möchte. Dem Pflegeheim ist auch ein Tagesheim angegliedert.



Ein weiterer Besuch galt dem Alters- und Pflegeheim Neubad. Das Neubad ist ein Generationenhaus. Im Nachbarhaus ist eine Kindertagesstätte eingerichtet. Sofern es die Kinder oder die Heimbewohner wünschen, können sie sich gegenseitig im Haus oder im Garten treffen und so den Kontakt zwischen den Generationen pflegen.

Ruth Bornand



Kontakt- telefon der Grauen Panther

Haauptsächlich erhalten wir Anrufe zu unseren Aktivitäten. Hilfesuchenden weisen wir den Weg zu den Institutionen, welche dafür zuständig sind. Wir weisen auch auf die Organisationen hin, in welchen wir tätig sind. Da wären: Die VASOS (Vereinigung aktiver Senioren- und Selbsthilfe-Organisationen der Schweiz) und die Mitgliedschaft im SSR (Schweizerischer Seniorenrat), die Alterskonferenzen Baselland und Basel-Stadt, die Ombudsstelle Baselstadt und vieles mehr. Manchmal hören wir auch einfach nur zu.

Ruth Bandert



Dialog

Wie immer, so hatten wir auch im vergangenen Jahr kein Problem, interessante Themen zu diskutieren und das taten wir denn auch mit grosser Lust und vollem Engagement. Hier einige der Themen, die uns beschäftigten:

Nahrung (Als enorm wichtig erachtet für den Körper aber auch für den Geist)

Recht und Unrecht (Ein ungemein schwieriges Thema, das uns über 2 Monate lang beschäftigte).

Generationen helfen einander (Wir

stellten fest, dass die Jugend gar nicht so schlimm ist und dass die Alten auch etwas zu bieten haben.

Distanz und Nähe (Ein weites Feld, das wir sehr eingehend beackert haben. Auch über Intimität haben wir in diesem Zusammenhang gesprochen. Intimität gehört zur Nähe und ist auch als Wagnis bezeichnet worden. Die Balance zwischen Nähe und Distanz zu halten ist eine grosse Kunst,

Gelassenheit (Laut Duden: Massvoll, ruhig, beherrscht, gleichmütig! In der Sprache der Mystiker: Gottergeben!

Oder: Kühl und ruhig trotz ärgerlichem, unangenehmem Geschehen!

Schönheit und Ästhetik (Da ging es auch sehr emotionell zu. Was ist schon schön? Ein altes Gesicht mit Falten etwa? Oder ist nur glatte Haut ästhetisch? Das war ganz subjektive Ansichtssache.

Dankbarkeit (Dazu hat Lisa Palm sich Gedanken gemacht, die ich Euch allen nicht vorenthalten möchte.)

Allen Teilnehmerinnen und Teilnehmern der Gruppe danke ich herzlich für ihre Liebe zum gepflegten Dialog und freue mich auf weitere interessante Gespräche.

Susanne Wenger

Dankbarkeit

Ist das Wort Dankbarkeit ein altmodisches Wort? Reden wir heute noch von Dankbarkeit?

Ich erinnere mich, dass mir als Kind das Danken nicht gefiel. Wir wurden doch alle gedrillt, recht hübsch "danke" zu sagen. "Wie sait me?" hiess es schon bei den ganz Kleinen, bevor man ihnen das gespielte Gutzeli in die Hand gab.

"Dada" musste das Kindlein sagen, bevor die begehrte Süssigkeit kam. Als Kind empfand ich keine Dankbarkeit.

Ich fand es äusserst lästig und unnötig "danke" zu sagen, und das erzwungene Wort war mir zuwider. Ich nahm doch alles als selbstverständlich hin.

Wahrscheinlich wächst ein Gefühl von Dankbarkeit erst nach und nach im menschlichen Wesen. Das Gefühl entsteht vielleicht ansatzweise bei einem Erlebnis, das trotz vorangegangener Angst einen glücklichen Ausgang gefunden hat. Vielleicht ist dieses Gefühl erst mal eine Erleichterung, eine Erlösung, eventuell "dank" der Hilfe einer anderen Person hervorgerufen. So könnte Dankbarkeit einem Mitmenschen gegenüber entstehen.

Wenn ein junger Mensch wiederholt solche guten Erlebnisse hat und merkt, wenn es ihm gut geht, sind andere daran beteiligt, die ihm wohl wollen, dann fühlt er wahrscheinlich, wie wundervoll und beglückend Kommunikation sein kann. Er kann sich ja nicht alles selber verschaffen; nur im Austausch von Sympathie werden gewisse Erlebnisse zum grossen Ereignis, zum Glücksgefühl. Das ist erfahrungsgemäss mit Dankbarkeit verbunden.

Mir scheint, dass Dankbarkeit ganz stark mit dem Altwerden zu tun hat. Wenn ich mir vorstelle, wie viel "Stürme" ich schon erlebt habe, wie viele Berg- und Talfahrten, wie viele lebensgefährliche Situationen, dann kann ich nur dankbar aufseufzen. Wenn ich trotz allen Verlusten und schmerzlichen Episoden meines Lebens jeden Morgen aufstehen und meinen Tageslauf bewältigen kann, wenn ich meinen Freundeskreis pflegen darf, wenn mir alles Lebensnotwendige zur Verfügung steht, dann empfinde ich täglich und stündlich eine grosse Dankbarkeit gegenüber meinem Schicksal und den höheren Mächten, welche dahinterstehen.

Lisa Palm



Vorlesegruppe

Lisa Palm und Ulea Schaub

Unsere Vorlesegruppe ist stabil, wenn auch an dem einen oder andern Lesemittwoch ein Mitglied fehlt. Aufmerksam hören die Leute zu und bringen in den dazwischen gelegten Pausen ihre Gedanken ein. Was bei der Mehrzahl keinen Anklang findet, wird abgesetzt. So ging es (zu meiner Enttäuschung) dem Roman **“Am Hang”** von Markus Werner schon nach einer Lesung. (Jedoch lasen ihn dann doch einige bei sich zu Hause mit Anteilnahme und Begeisterung!). Beim mit Vergnügen und Spannung gelesenen Krimi von Hansjörg Schneider, **“Fluttermann”**, der in Basel spielt, enttäuschte manche der Schluss. Mit grosser Anteilnahme folgten wir der Erzählung **“Das Mädchen mit der Eidechse”** im Band **“Liebesfluchten”** von Bernhard Schlink. In subtiler Weise und fesselnd wird darin die schwierige Situation eines jungen Deutschen der ersten Generation nach der Zeit des Nationalsozialismus dargestellt. Das von ihm geliebte Bild des Mädchens mit der Eidechse bringt den jungen Mann in eine verwirrende Auseinandersetzung mit seiner Kindheit, seinen Eltern, der deutschen Vergangenheit und seiner eigenen Zukunft. Diese Erzählung löste in unserer Gruppe einige Kommentare und Diskussionen aus.

Normalerweise schauen wir bei der Wahl des Buches darauf, dass es innerhalb absehbarer Zeit zu Ende gelesen werden kann, denn mit zweimal anderthalb Stunden pro Monat Vorlesen bräuchten wir Jahre für einen dicken Schinken. Als wir dennoch den 495 Seiten langen Roman **“Nachtzug nach Lissabon”** von Pascal Mercier in Angriff nahmen, war von Anfang an klar, dass wir ihn nur gemeinsam “anlesen” wollten,

danach herumgeben, so dass alle Interessierten ihn zu Hause fertig lesen könnten. Dieses Buch regt viele Gedanken und Überlegungen zum eigenen Leben an, z.B. darüber, welche Seiten der eigenen Person nicht gelebt wurden, wann wir mit welchem Entscheid im Leben eine Weichenstellung vorgenommen haben, etc. Der Roman hat uns über längere Zeit beschäftigt, jetzt zirkuliert er von einem Mitglied zum andern.

Das Jahr 2006 haben wir mit einer Kurzgeschichte der Kanadierin Alice Munro angefangen, **“Die schwimmende Brücke”**, unsentimentale und feinfühlig Zeichnung eines kurzen Lebensausschnittes eines Ehepaares; eine Darstellung, die vieles sehen, ahnen und fühlen lässt. Nun machen wir uns an **“Die Hügel”** der Genferin Yvette Z’Graggen.

NeuzuzügerInnen sind jederzeit willkommen, es braucht keine Vorbereitung, man kann einfach kommen und zuhören.

Ulea Schaub



Wir haben noch vieles vor!

Voller Elan haben wir uns in die Jubiläumsaktivitäten gestürzt! Nach dem Motto, wer nicht rastet, rostet auch nicht. Unsere Pantherpfoten sind meistens recht sanft, wir sind aber durchaus in der Lage, wenn es nötig wird, Krallen zu zeigen. Zum Beispiel wenn man die Jungen glauben lässt, es ginge ihnen besser, wenn es den Alten weniger gut ginge...

Wir suchen nach wie vor eine gute Balance in der Auswahl der Themen für die Monatsversammlungen. Manchmal kommt die „grosse“ Politik dran, Themen, welche die Bundesversammlung beschäftigen und irgendwann oder bald zur Abstimmung kommen werden, wie zum Beispiel die aufgewärmte Revision der AHV.

Die Finanzierung der Langzeitpflege ist noch nicht ausdiskutiert, wir werden weiterhin mit den Verbänden des Pflegepersonals zusammenspannen müssen, um genug Kraft für eine menschenwürdige Lösung zu bekommen.

Wir werden auch weiterhin die Themen unseres Alltages aufgreifen. Themen, welche von den Gesetzgebern gerne übersehen oder gar nicht wahr genommen werden. Zum Beispiel: Unsere Sicherheit, die Abspaltung der Informationsgesellschaft als Folge der Informatik, die Einkaufsmöglichkeiten, die Pflege zu Hause und die Notfalldienste und alle die Themen, die von den Besuchern und Besucherinnen unserer Monatsversammlungen vorgeschlagen werden.

Die Petition für Tramhüsli ist aufgegleist, wir werden sicher dabei sein beim Aufrichtefest des ersten „Hüsli“ als Folge des Vorstosses! Bis dahin müssen wir aber fleissig Unterschriften sammeln. Bei Petitionen sind übrigens alle Menschen unterschriftsberechtigt.

Wir brauchen dazu Nachwuchs! Auch Graue Panther sind manchmal müde und mögen nicht mehr so wie früher. Oder sie riskieren, in die Routine zu verfallen. Bei den Grauen Panthern haben wir die Aufgaben immer nach den Kräften der Mitglieder verteilt, mit einem ausgeklügelten Stafetten-System, wo im Prinzip jedes Ressort im Vorstand durch zwei Personen getragen wird. Dieses System bewährt sich und macht Spass. Gegen das Gefühl der Nutzlosigkeit im Alter ist das ein prima Rezept. Es wäre schön, wenn einige Mitglieder sich spontan für die eine oder andere Aufgabe melden würden.

Weil wir noch einiges vorhaben und wissen, dass wir gemeinsam sehr stark sein können.

Angéline Fankhauser

Zeitraffer- rauchen

Ich rauche genüsslich eine Zigarette, nehme zwischenhinein einen Schluck Kaffee, plaudere mit einer Freundin, entspanne mich. Kennen Sie das?

Seit in Bus und Tram nicht mehr geraucht werden durfte, beobachtete ich Leute, die auf die Uhr schauten, hastig eine Zigarette anzündeten und diese, wenn Bus oder Tram einführen, enttäuscht ausdrückten oder einfach fallen liessen.

Ein noch deutlicheres Bild habe ich kürzlich auf der Passerelle im Bahnhof SBB erlebt.

Seit das Rauchen im Zug auch verboten ist, stehen dort jede Menge junge und alte Leute an den grossen neu installierten Aschenbechern. Stossweise und hastig an ihrer Zigarette ziehend, blicken sie nervös auf die Uhr: noch drei Minuten....., noch zwei Minuten....., noch eine Minu-

te! Jetzt aber los!!!

Und dann stürmen sie in halsbrecherischer Geschwindigkeit die Rolltreppe hinunter zum Zug!

Müsste sich wohl eine Raucherlobby dieser gestressten Menschen annehmen?

Oder geben die Krankenkassen eine Studie in Auftrag, um festzustellen, ob genüssliches Rauchen oder Zeitrafferrauchen schädlicher ist?

Hanni Müller



Das BKB-Seniorenteam weiss, was Senioren bewegt.



Senioren verstehen besser, was Senioren wollen. Deshalb besteht unser BKB-Seniorenteam aus erfahrenen Bankern im Ruhestand.

Mehr Infos unter www.bkb.ch
Terminvereinbarungen über
Telefon 061 206 44 44



Basler
Kantonalbank

GARANTIERT SICHER

Schulbesuch

Ruth Banderet wurde von der Schulklasse 5 E in Allschwil angefragt, ob eine Delegation der Grauen Panther sich und ihre Aktivitäten bei ihnen vorstellen würden. Ruth Bornand und ich waren bereit mitzumachen, also sagte sie zu, woraufhin jede von uns eine blumige, von allen Schülerinnen und Schülern bunt unterzeichnete Nachricht per Postkarte erhielt, wir würden herzlich erwartet.

Am 9. Februar war es dann soweit. Vor dem Portal des Schulhauses erwartete uns - sinnigerweise - ein riesiger, aus Stein gehauener Loewe. Elijanne Clerc, die Lehrerin, begrüßte uns freudig, erklärte noch schnell, dass eines der Kinder sich wegen unerklärlicher Schmerzen im Rollstuhl bewegen müsse, und bat uns dann ins Schulzimmer, wo wir aus vielen Augenpaaren neugierig und erwartungsvoll gemustert wurden. Ein Mädchen begrüßte uns im Namen der Klasse, händigte uns selbst gefertigte Schilder mit unseren Namen aus und wies uns den Weg zu unseren drei „Logenplätzen“ in der hintersten Reihe. Dann folgten - nonstop - witzige Szenen über gesellschaftliche Fragen, die immer von zwei oder drei Schülerinnen und Schülern aufgeführt wurden. Ein paar recht deftige Witze waren auch darunter, belohnt von Lachen und Applaus unsererseits.

Die Lehrerin erklärte den Sinn der Vorführung. Am 22. Mai 2006 planen sie nämlich eine Theateraufführung, in der die Kinder Szenen zwischen alten und jungen Menschen nachspielen werden. Der Zweck der Einladung war, Graue Panther kennen zu lernen, um diese dann darstellen zu können.

Und dann waren wir Pantherinnen dran. Nun mussten wir vor der Klasse Platz nehmen und die Kinder stellen Fragen an uns. Gut vorbereitet, stellten sie gezielt Fragen zu unseren Aktivitäten, wobei sie sich immer direkt an diejenige Pantherin wandten, über deren Gruppe oder Kontakttelefon sie etwas wissen wollten. Den Veranstaltungskalender hatten sie

gut studiert, ja sie wussten sogar einiges über unsere Pantherpost. Als Dank sprachen sie danach -abwechslungsweise im Chor - ein Gedicht von *Eli Michler*, überreichten jeder von uns ein hübsches, selbst gebasteltes Geschenk (Panther, Marienkäfer und Blume), ein Mobile zum Aufhängen. Es war ein positives Erlebnis und zur Aufführung des Theaters sind wir eingeladen. Das besagte Gedicht nebenan gehört natürlich auch dazu:

Susanne Wenger



Ich wünsche dir nicht alle möglichen Gaben. Ich wünsche dir nur, was die meisten nicht haben.

Ich wünsche dir Zeit dich zu freuen und zu lachen, und wenn du sie nutzt, kannst du etwas draus machen.

Ich wünsche dir Zeit für dein Tun und dein Denken, nicht nur für dich selbst, sondern auch zum Verschenken.

Ich wünsche dir Zeit, nicht zum Hasten und Rennen, sondern die Zeit zum Zufriedensein können.

Ich wünsche dir Zeit, nicht nur so zum Vertreiben. Ich wünsche, sie möge dir übrig bleiben als Zeit für das Staunen und Zeit für das Vertrauen, anstatt nach der Zeit auf der Uhr nur zu schauen.

Ich wünsche dir Zeit zu dir selber zu finden, jeden Tag, jede Stunde als Glück zu empfinden. Ich wünsche dir Zeit, auch um Schuld zu vergeben. Ich wünsche dir Zeit, Zeit zu haben zum Leben.

Eli Michler

Vereint sind wir stark! Werben auch Sie Neumitglieder* der «Grauen Panther»

Ich / wir trete(n) bei:

Name: _____

Vorname: _____

Strasse: _____

PLZ / Ort: _____

Tel.: _____

Geb.-Datum: _____

Unterschrift: _____

Pro Jahr: (*Eintritt ab 18 Jahren)

Einzelperson: Fr. 25.–

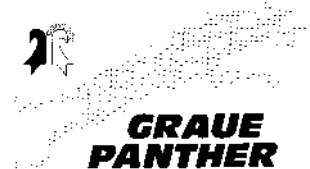
Paare: Fr. 35.–

Juristische Personen: Fr. 100.–

Diesen Talon können Sie ausgefüllt einsenden an:
GRAUE PANTHER · Postfach 686 · 4125 Riehen 1

REPLAY Ein Stück zur Würde des Menschen

Im Auftrag von und in Zusammenarbeit
mit den Grauen Panthern Baselstadt-
Baselland-Regio



Die Theatergruppe Wechselstrom bietet unter der Leitung von Maria Albanese, Priska Sager und Antonio Turchiarelli interessierten Menschen ab 11 Jahren bis 80+ die Möglichkeit, an einer Theaterproduktion mit dem Titel Replay teilzunehmen.

ZUM STÜCK

Replay stammt aus der Feder von 5 „Grauen Pantherinnen“ zwischen 60 und 80 Jahren, die an einer Schreibwerkstatt unter der Leitung von Katja Fusek und Antonio Turchiarelli teilgenommen haben.

Replay bedeutet **zurückspulen, noch einmal abspielen** und **sich erinnern**.

Replay bedeutet aber auch **erzählen** und als **ErzählerIn ernst genommen** und **gehört** zu werden. Darin sehen wir einen Zusammenhang mit dem Thema Würde.

Im Stück *Replay* kommen vier ältere Figuren zu Wort: zwei Frauen und zwei Männer. Sie befinden sich in einem Altersheim und vegetieren dahin. Plötzlich will aber eine Figur (Max) von den anderen wissen, welche Geschichten sie haben. Bertha und Anni steigen sofort darauf ein, Bruno ist eher skeptisch, doch auch er kann sich der Kraft der Lebensgeschichten von Anni, Bertha und Max nicht entziehen und wird selber zum Erzähler. Damit setzt sich ein Mechanismus in Gang, der die 4 Figuren zu Freunden werden und den Heimalltag vergessen lässt.

Die Erinnerungen und Geschichten der vier Hauptfiguren werden in *Replay* von anderen SchauspielerInnen dargestellt. Dadurch können Kinder, Jugendliche und Erwachsene jeglichen Alters in verschiedene Rollen schlüpfen und die eigene Spiellust ausleben.

PREMIERE: am Freitag 19. Mai 2006 um 19.30 im Theater Arlecchino
Anschliessend Premierenfeier mit kleinem Apéro und etwas zu Anstossen

AUFFÜHRUNG: am Sonntag 21. Mai 2006 um 15.00 Uhr im Theater Arlecchino

AUFFÜHRUNG: am Montag 22. Mai 2006 um 19.30 Uhr im Theater Arlecchino

Gruppe Altersfragen und Aktuelles

Mit verschiedenen Problemen der Langzeitpflege haben wir uns im vergangenen Jahr befasst. Da aber das Interesse an diesen Fragen nicht überwältigend war, fassten wir den Entschluss, unsere Gruppe neu zu gestalten.

Wie wir uns seinerzeit im "Union" zum gemütlichen Zusammensein trafen und jede Teilnehmerin und jeder Teilnehmer Gelegenheit hatte, Sachen anzusprechen, die mehr persönlichen Charakter betrafen, beschlossen wir, diesen Faden aufzunehmen und beizubehalten.

Wir treffen uns im Restaurant Rheinfelderhof, möglichst am runden Tisch und führen Gespräche über Dinge, die uns beschäftigen. Unsere Treffen haben den Charakter eines Stammes und finden in gemütlichem Rahmen statt. Wir freuen uns über jede Person, die erscheint zu diesem gemütlichen Zusammensein.

Therese Zaugg



An unserer Monatsversammlung vom 13. Januar 06 wurde über das Thema „Palliative Medizin und Pflege“ gesprochen. Die Referentin, Frau Dr. med. Gudat, (leitende Ärztin im Hospiz im Park in Arlesheim) ist bereit, Fragen zu diesem Thema persönlich zu beantworten und Betroffene zu beraten.

Anmeldung über Telefon
061 706 92 22

Besuchen Sie unseren Tanzplausch im Restaurant Rheinfelderhof mit
Ruth Krauth



Spielgruppe

Susanne Wenger/Eberhard Hüttig

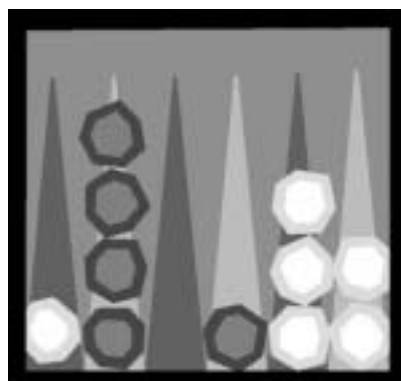
Unser Gruppe ist immer noch nicht grösser geworden, leider!

Wir haben daher beschlossen, vorläufig im Restaurant des Rheinfelderhofs zu spielen. Meistens jassen wir ja sowieso, passt von daher also recht gut. Ab und zu ist aber auch Scrabble angesagt oder Domino. Dame, Mühle und Schach wären auch vorhanden, nur fehlen die SpielerInnen.

Aber, was nicht ist, kann ja noch werden.

Darum, liebe Pantherinnen und Panther, wir würden uns riesig über Nachwuchs freuen.

Susanne Wenger



Zum Nachdenken oder Schmunzeln

Der alte Mensch ist kein zu pflegendes Seiendes

sondern ein auszunehmendes Könnendes.

Dieter Hildebrandt zitiert Heidegger

Gelehrt sind wir genug.
Was uns fehlt, ist Freude
was wir brauchen, ist Hoffnung,
was uns nottut, ist Zuversicht,
wonach wir verschmachten, ist
Frohsinn.

Curd Goetz

“Die Nase rümpft oft
vor verblühten Rosen,
Wer vor der Knospe kniete.“
Shakespeare

Nutze Deine Talente
Die Du besitzt
Die Wälder wären still
Wenn nur die begabtesten
Vögel sängen.
Henry van Deyke

SeniorInnen in die Schule

Ruth Bornand/Susanne Wenger

Die ersten Hürden sind genommen!



Seit Dezember letzten Jahres sind es zwanzig Seniorinnen und Senioren, die regelmässig eine Primar- oder Orientierungsschule in vier Schulhäusern in Basel und Riehen besuchen. Wie wir bis jetzt erfahren haben, empfinden es alle, die Senioren, die Lehrer und vor allem die Kinder als Bereicherung des Schulalltages.

Ende März wird ein erstes Austauschtreffen stattfinden. Lehrer und Senioren können gegenseitig ihre Erfahrungen austauschen, sowie ihre Kritik und ihre Wünsche einbringen. Wir hoffen, dass alle, vor allem die Schüler, von dieser Veranstaltung profitieren können und freuen uns auf eine lebhaftige Diskussion.

Den Senioren, ob Graue Panther oder nicht, können wir die Schulbesuche wärmstens empfehlen. Der Umgang mit den spontanen und lebhaften Kindern bringt uns Alten Erinnerungen an unsere eigene Jugend zurück und lässt uns jeweils für einige Stunden unsere Altersbresten vergessen.

Ruth Bornand

Malgruppe Wibrandis

Ca. 10 Frauen treffen sich wöchentlich, wie im Veranstaltungskalender aufgeführt, jeweils am Freitagnachmittag von 14.30 Uhr bis 17.00 Uhr im Saal der Alterssiedlung "Wibrandis".

Wir treffen uns erst im Gespräch im Kreis, gefolgt von Körperübungen und Einstimmung. Gemalt wird teils zu einem Thema, das uns alle betrifft oder nach individuellen Wünschen.

Auf Wunsch werden Farbtheorie und Maltechniken vermittelt: Sowohl "Bisher-Malende" wie auch "Bis-jetzt-noch-nicht-Malende" sind herzlich willkommen.

Die Gruppe "läuft" schon im 5. Jahr und das als wie flotter. Um eine Kerngruppe finden sich immer wieder neue Teilnehmerinnen hinzu. Die Anzahl ist dank dem geräumigen Saal nicht beschränkt. Und: wir haben es lustig und gemütlich zusammen und freuen uns an unseren gelungenen Bildern, die wir in der Eingangshalle der Siedlung oder zu Hause im Rahmen zeigen.

Ruth Zändler



NORDSEE von Eugen Roth

Der Fremdling kommt, er ist gespannt.
Was sieht er? Sand und wieder Sand.
Der Kitsch der Welt begegnet ihm
Hier ausgesprochen maritim.
Ob rechter Weg, ob linker Weg,
Es ist der gleiche Klinkerweg.
Und hier soll er drei Wochen bleiben?
Wie soll er sich die Zeit vertreiben?
Soll er sich einen Strandkorb chartern?
Sich gar mit Burgenbauen martern?
Er fühlt sich über die erhaben,
Die eifervoll im Sande graben.
Am zweiten Tag, als Stundenschmelzer,
Holt er hervor den dicken Wälzer,
Doch schaut er durch und durch versandet,
Bald nur noch, wie die Woge brandet.
Am dritten - wie ein Teufelchen
Gräbt selbst er mit dem Schäufelchen
Und hat am vierten sich, als Gast,
Schon ganz der Umwelt angepasst.
Die Zeit, der Sand, die Welle rinnt:
Der Mensch wird unversehns zum Kind
Und heult auch wie ein Kind zum Schluss,
Unglücklich, weil's nach Hause muss.

Unser Stand an der Muba 2006 unter dem Motto: “Älter werden macht Spass”



- Montag**
Monatsversammlungen
(1 mal im Monat)
im Rest. «Rheinfelderhof», Hammerstrasse 61, 1. Stock (Lift)
jeweils 14.30 - 16.00 Uhr
bitte beachten Sie die Einladungen
- Dienstag**
Spielgruppe
jeden 1. Dienstag des Monats
mit Susanne Wenger, Tel. 061 301 06 67 / Eberhard Hüttig 061 382 62 37
14.30 - 17.00 Uhr, im Rest. «Rheinfelderhof», Hammerstr. 61, 1. Stock
Daten: 4.04. / 2.05. / 6.06. / 8.08. / 5.09. / 3.10. / 7.11. / 5.12.
- Mittwoch**
Dialog
jeden letzten Mittwoch des Monats
mit Susanne Wenger, Tel. 061 301 06 67
15.00 - 16.30 Uhr, im «Wirtshaus zur Mägd», St. Johannis-Vorstadt 29
Daten: 29.03. / 26.04. / 31.05. / 28.06. / 30.08. / 27.09. / 25.10. / 29.11.
- Mittwoch**
Vorlesegruppe
jeden 2. + 3. Mittwoch des Monats
mit Ulea Schaub, Tel. 061 381 46 25, Lisa Palm, Tel. 061 322 35 22
15.00 - 16.30 Uhr im «Wirtshaus zur Mägd», St. Johannis-Vorstadt 29
Daten: 12.+19.04. / 10.+17.05. / 14.+21.06. / 9.+16.08. / 13.+20.09. / 11.+18.10. / 8.+15.11.
- Donnerstag**
Altersfragen und Aktuelles
jeden 1. Donnerstag des Monats
mit Therese Zaugg, Tel. 061 301 17 74 + Alice Schnetzer, Tel. 061 601 81 12
15.00 - 16.30 Uhr, im Rest. «Rheinfelderhof», Hammerstr. 61, 1. Stock
Daten: 6.04. / 4.05. / 1.06. / 3.08. / 7.09. / 5.10. / 2.11. / 7.12.
- Donnerstag**
Leben und Wohnen im Alter
am 2.letzten Donnerstag des Monats
mit Ruth Bornand, Tel. 061 331 48 79
um 15.00 Uhr, im «Wirtshaus zur Mägd», St. Johannis-Vorstadt 29
Daten: 20.04. / 18.05. / 22.06. / 24.08. / 21.09. / 19.10. / 23.11.
- Donnerstag**
Tanzplausch
jeden 3. Donnerstag des Monats
mit Ruth Krauth, Tel. 061 691 52 92, von 14.30 - 18.00 Uhr,
im Rest. «Rheinfelderhof», Hammerstr. 61, 1. Stock
Daten: 20.04. / 18.05. / 15.06. / 21.09. / 19.10. / 16.11.
- Freitag**
Malen
jeden Freitag
mit Ruth Zähndler, Tel. 061 263 15 14
im "Wibrandishaus" am Allschwilerplatz 9, (Tram Nr. 6)
von 14.30 - 17.00 Uhr

WICHTIGE TELEFON-NUMMERN

Verein «Graue Panther»:

Co-Präsidentin	Angeline Fankhauser	061 402 15 33
	Umberto Stücklin	061 302 51 91
Kassierin	Alice Schnetzer	061 601 81 13
Kontakt-Telefon	Ruth Banderet	061 301 17 74

I M P R E S S U M

Leserbriefe, Artikel, Ideen und auch Kritiken richten Sie stets an das

Redaktionsteam Graue Panther

c/o Susanne Wenger, Im Ettingerhof 2, 4055 Basel, Tel. 061 301 06 67 oder www.grauepanther.ch

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