

In Kürze

THUN
OL im Wald auf der «Blueme»

Morgen Sonntag organisiert die OL-Gruppe Thun zusammen mit dem Turnverein und der Leichtathletikvereinigung Thun einen Orientierungslauf der Serie Orientthun. Im herbstlichen Wald der «Blueme» können Strecken von unterschiedlicher Länge und Schwierigkeit absolviert werden. Der Treffpunkt befindet sich bei der Einstellhalle der Verkehrsbetriebe STI in Heiligenschwendli. Besammlung ist zwischen 9.30 und 11.30 Uhr. *pd*

Weitere Informationen bei Mario Genna (Tel. 079 427 71 19) oder unter www.olg-thun.ch

THUN
Qigong und Yoga in einem Kurs

Evelyne Bühlmann und Katrin Hofer bieten unter dem Motto «Vom Fluss der Bewegung zur Tiefenentspannung» einen Qigong- und Yoga-Nidra-Kurs in derselben Lektion an. Ab Dienstag, 15. Oktober, jeweils von 14 bis 15.15 Uhr, 10 Lektionen in der Yogaschule Akasha an der Freirehofgasse 3 in Thun. *pd*

Anmeldungen: Evelyne Bühlmann, 033 345 64 43, oder Katrin Hofer, 033 437 12 34. Schnupperlektion jederzeit möglich.

THUN
Mit Stoff, Nadel und Faden

«Vom Stoff zum Schnitt bis hin zum einzigartigen Kleidungsstück»: Dieser Kurs des Volkshochschule richtet sich an Hobbynäherinnen. Unter fachkundiger Leitung werden Schnittanpassungen berechnet und vorgenommen sowie unkomplizierte und rationelle Verarbeitungstechniken vermittelt. *pd*

Nähkurs: Achtmal, jeweils am Dienstag, 22. Oktober, bis 10. Dezember, 18.30-21 Uhr. Anmeldeabschluss 15. Oktober.

IMPRESSUM

Herausgeberin
Berner Oberland Medien AG BOM
VR-Präsident: Dr. Peter Maurer

REDAKTION
Chefredaktor: Stefan Geissbühler/Sgt. Roland Drenkelforth/rdh (Stv.)
Redaktion Thuner Tagblatt
Postadresse: Rampenstr. 1, 3602 Thun.
Tel.: 033 225 15 55. Fax: 033 225 15 00.
Internet: www.thunertagblatt.ch,
E-Mail: redaktion-tt@bom.ch,
sekretariat-tt@bom.ch,
leserbriefe-tt@bom.ch.

VERLAG
Geschäftsleitung: Konrad Maurer,
Delegierter VR (Vorsitz), Peter Jost
(publizistischer Leiter).
Adresse: Rampenstrasse 1, 3602 Thun.

Inserate
Andreas Nussbaum, Paul Stucki.
Adresse: Rampenstrasse 1,
3602 Thun, Telefon 033 225 15 15.
Fax: 033 225 15 05. E-Mail:
inserate.oberland@espacemedia.ch.

Abonnemente
Telefon 0844 036 036 (Lokalnetz).
Fax 0844 031 031 (Lokalnetz).
E-Mail: abo@thunertagblatt.ch.

Abonnementspreise
24 Monate Fr. 749.00; 12 Monate
Fr. 398.00; 6 Monate Fr. 219.00; 3 Monate
Fr. 119.00. Studenten- und Ausbildungs-
rabatt: 40%. Bitte Kopie Ausweis
mitschicken. Die Preise verstehen sich
inkl. 2.5% Mehrwertsteuer.
Einzelnummer: Montag bis Freitag Fr. 3.70
Samstag Fr. 4.20 (inkl. 2.5% MWST).
Umleitungen und Unterbrüche Fr. 5.00
Bearbeitungsgebühr, kostenlos auf
www.thunertagblatt.ch/abo. Unterbrü-
che werden ab dem 1. Tag vergütet.
Internet: www.thunertagblatt.ch.

Auflage Gesamtauflage BZ Berner Zei-
tung: Verbreitete Auflage 162 855 davon
verkaufte Auflage 160 359 Exemplare
(WEMF/SW-beglaubigt).
Der Inserent erklärt sich damit einverstanden,
dass die Berner Zeitung BZ die Inserate auf On-
linedienste einspeisen kann. Der Inserent ist fer-
ner damit einverstanden, dass die Inserate, die
vom Verlag abgedruckt, auf Onlinedienste einge-
speisen, für Dritte nicht frei verfügbar sind. Der In-
serent überträgt dem Verlag das Recht, jede ir-
gendwie geartete Verwendung dieser Inserate
mit den geeigneten Mitteln zu untersagen.

Ein Mitglied
des **meetro**
POOL

«Das Lachen ist und bleibt wichtig»

THUN Am «Tag für die psychische Gesundheit» fand in der Alten Oele in Thun ein Vortrag unter dem Titel «Alter bewegt – bewegtes Alter» statt. Im Rahmen der Präsentation referierte Franziska Wenger, Heinz Däpp war für die satirischen Zwischentöne besorgt.

«Die Jungen sind arme Leute. Sie müssen immer, wie sie sollten. Wir Alten dürfen, wie wir wollen.» Dies ist nur ein Beispiel der vielen Wortspiele, die Heinz Däpp am Donnerstag in der Alten Oele zum Besten gab. Im Rahmen des «Tages für die psychische Gesundheit», welcher vom Berner Bündnis gegen Depressionen ins Leben gerufen wurde, präsentierte Däpp ein Programm, welches die Sorgen und Ängste, die Probleme der Alten in der heutigen Gesellschaft beschrieb. Mit Spielereien wie «Mit 20 ist man so alt, wie man sich fühlt, mit 80 fühlt man sich so alt, wie man ist», «Es ist gut, wenn es ist, wie es ist, es wäre nicht besser, wenn es wäre, wie es sollte» oder «Man sollte es so nehmen, wie man es will, und nicht das wollen, was man sollte» sorgte der Mundartsatiriker für Lacher im Publikum. Im Saal in der Alten Oele waren rund dreissig Besucher anwesend. Däpp selbst merke vor allem, dass er alt werde, weil er nicht mehr mit den technischen Geräten zugange komme, sagte er.

Höhere Lebensqualität

«Das gemeinsame Lachen ist und bleibt sehr wichtig, vor allem im Alter» unterstützte auch Franziska Wenger, die referierende Person, an diesem Abend. Wenger ist leitende Ärztin der Alterspsychiatrie im Spital Thun und Mitglied des Berner Bündnisses gegen Depression. Das Referat von Franziska Wenger beinhaltete eine klare und eindeutige Botschaft: «Wer sich im Alter körperlich, geistig und sozial bewegt, erhält ein tolles Geschenk: eine höhere Lebensqualität.»

Immer mehr Senioren

Das Thema Alter werde gegenwärtig in Thun gross diskutiert, sagte Wenger. Neben der Überarbeitung des Altersleitbildes



Sie informierten und amüsierten: Mundartsatiriker Heinz Däpp, Franziska Wenger, leitende Ärztin der Abteilung Alterspsychiatrie im Spital Thun, sowie der Kommunikationsbeauftragte Guido Capecci.

Stéphanie Jenzer

der Stadt stehe auch die Demenzstrategie aktuell in der Schweiz in Vernehmlassung. Das grosse Problem in der heutigen Gesellschaft bezüglich des Alters sei jedoch die Demografie. «Wir haben immer mehr ältere Leute in der Schweiz», sagte Wenger. Im Jahre 2010 seien 20 Prozent der Einwohner des Kantons Bern über 65 Jahre alt gewesen. In den nächsten 20 Jahren werde dieser Anteil jedoch auf über 30 Prozent ansteigen. Die Alterspsychologie beschäftige sich deshalb genau mit dieser Altersgruppe. Mit 65 Jahren stehe man in seinem Leben nämlich vor einem Übergang: Der Bereich der Arbeit, der bis anhin immer als sehr wichtig be-

«Es ist gut, wenn es ist, wie es ist, es wäre nicht besser, wenn es wäre, wie es sollte.»

Heinz Däpp

trachtet wurde, fällt weg, und andere Gebiete werden wichtiger. Viele ältere Menschen würden in diesem Alter an psychischen Problemen leiden, sagte Wenger. Die grössten drei Gebiete seien dabei Depression, Demenz und Delir, ein akuter Verwirrtheitszustand. Bei 16 bis 20 Prozent der Altersgruppe über 65 Jahren würden diese Krankheiten diagnostiziert. 10 bis 66 Prozent der Krankheiten würden aber nie richtig erkannt. Genau dort setzt der alterspsychiatrische Dienst in Thun an: Er möchte früh diagnostizieren, Therapien und Unterstützung zu Hause anbieten.

Stéphanie Jenzer

TT Kolumne



Pädü Anliker MC Anliker, Master of Ceremonies und Fahrradfahrer, betreibt seit 1986 das Thuner Musiklokal Café-Bar Mokka und lebt in Thun.

Das Leben steht still.
Die Stadt ist halb tot...
Es ist Ferienzeit

Einkaufen, Busfahren, Geld abheben und Mobiltelefone, Flachbildschirme und Junkmode kaufen, das geht zwar alles noch, aber da sind auch die Proletarier und Proletarierinnen, die schlecht Verdienenden unserer Wirtschaft, am Werk, und die können nun einmal weniger easy Ferien machen als der Mittelstand. Wer kann, der geht! Die Flughäfen werden bersten unter der Masse der Erholungsbedürftigen, die fast 6 Wochen ohne Ferien auskommen mussten und nun so etwa wie auf dem Zahnfleisch laufen.

Schnorcheln auf den Malediven? Klar, man weiss ja nicht, wie lange es die Malediven noch gibt. Diese Inselgruppe im Indischen Ozean wird ja als eines der ersten Archipele vom Wasser verschluckt werden, weil die Klimaveränderung nicht mehr aufzuhalten ist... Aber mit den Ferienflügen der Menschen aus reichen Nationen hat das sicher nichts zu tun. «Wärum oh...? Wenn i nid gah... di angere göh glich!» All inclusive, 2 Wochen Ägypten für Fr. 787.-, da wäre man ja schön blöd, wenn man das nicht machen würde. Und wie heisst es doch in der sattem bekannten Werbung: «Ich bi doch nid blöd!» Und man gönnt sich ja sonst nichts!

Von Politik wollen wir eh nichts wissen, im Alltag nicht und schon gar nicht in den Ferien! Wir sind ja alle sonst so bescheiden hier, klar machen wir ab und zu ein verlängertes Wochenende in Glasgow, Oslo, London oder Lissabon, aber die Flugpreise sind ja nur noch Peanuts, und Hotels kosten an Wochenenden auch nicht mehr die Hölle. Klar haben wir zwei Autos, neue Flachbildschirme, neue Smartphones für den 10-jährigen Jannick und für die 12-jährige Tatjana, aber das ist normal, was solls? Und MC, was hat das mit Ferien zu tun? Du hast einfach keinen Sinn für die Entspannung im Leben, huere Workaholic!!

Gut, diese ganze Feriengeschichte hat auch Vorteile, denn das Seefeldquartier, in dem ich lebe, ist in diesen Tagen und Wochen extrem ruhig! Die 877 Liter Süssgetränke, die sonst täglich neben unserem Haus in die Gewerbe-, in die Handelsmittelschule und das Gymnasium Seefeld getragen werden, fehlen mir aber nicht wirklich, und die Kids und ihre Attitüden kenne ich ja auch von meinem Job bestens. Es ist dieser Tage viel einfacher, durch die Mönchstrasse in die Stadt zu gelangen, weil die Hundertschaften von Schülern normalerweise die ganze Strasse benutzen, weil ja der Jugend heute die Welt zu gehören scheint, was uns mittelalterliche Säcke manchmal ziemlich hässig macht, dies aber zu Recht, finde ich. «Dammi Siech, die söue doch zersch mau öppis leischte... hey!»

Auch zu diesem Thema müsste ich unbedingt einmal einen Text schreiben. Denn, machen wir unseren Kids einen Gefallen, wenn wir ihnen so früh so viel gesellschaftlichen Raum zugestehen, den sie in keiner Art und Weise füllen können und den sie so auch nicht verdient haben? Die Louis-Vuitton-Tasche für 17-jährige Gymnasiastinnen? Das Schamlippenpiercing für 18-jährige Studentinnen? Die Voll-Tattoo-Variante für den 18-jährigen Bankerlehrling? Das kann es ja nicht

sein! Wo ist denn da noch die Steigerung im Alter möglich?

Aber ich schweife ab... Es ist immer noch Ferienzeit, und das merkt man gut, die Clubs, Beizen und die Läden sind am Vollarstürzen, das heisst, da läuft im Moment rein gar nichts, und sogar die Züge, normalerweise generell zu voll, sind merklich leerer, und auch die chronisch überbelegten Fahrradhangars auf der Seefeldseite sind nachts etwa gleich voll wie am Tag. Es ist ja altbekannt: Will man sein Fahrrad alterspsychiatrisch haben, muss man dieses bloss zwei- bis dreimal am Bahnhof abstellen, am besten über das Wochenende. Ich will nicht schon wieder abschweifen, aber das mit den kaputten Velos am Bahnhof wäre ja eigentlich auch einen Text wert, sind wir ehrlich. Also, es sind immer noch Herbstferien...

Da stehen nun alle diese Fahrräder, frauen- und herrenlos, sich selber überlassen, dicht an dicht und ineinander verhängt, die an sie angeklammerte Werbung des Roten Kreuzes verpufft wirkungslos... Ein tristes Bild, das sich uns Zuhausegebliebenen da über 3 Wochen bietet. Holy shit! Wenn ich so ein Fahrrad wäre, dann würde ich nach den Ferien Rache nehmen an meinem Besitzer wegen seiner Verachtung mir gegenüber, da könnt ihr Gift draufnehmen. Ich würde einfach das Bremskabel reissen lassen, wenn mein Besitzer oder meine Besitzerin am erstem Arbeitstag im Vollstress schon 5 Minuten zu spät die Rampe zur Unterführung der Frutigenstrasse runtersausen würde. Hoppla... ja dann wären wir wohl quitt, denn immer streng nach dem Motto: Auge um Auge, Zahn um Zahn! Dann kommt es gut... dann könnte mein Besitzer oder meine Besitzerin im Spital Thun richtig runterfahren. 10 Tage Ferien in Thun, das wäre mal was anderes.

Mail: sucks@mokka.ch
redaktion-tt@bom.ch