

Wir sind aktiv
und wir
freuen uns
– auf dich!

Info-Blatt

September – Dezember 3/2018

Nr. 64

**IG·ALTER
OBWALDEN**



Beck

Berwert

125 Jahre
Backtradition

- Einheimisch und natürlich
- Bekömmlich und genussvoll
- Gut haltbar und lange frisch



Sie finden uns in Stalden, Wilen und Sarnen



www.brunosbest.ch

**Bruno's
Best**





I n f o - B l a t t S e p t . – D e z . 3 / 2 0 1 8

I N T E R E S S E N G E M E I N S C H A F T A L T E R O B W A L D E N

Liebe Vereinsmitglieder

Nach einem erneut heissen Sommer erwarten wir einen goldenen Herbst, Zeit der Ernte und der reifen Früchte. Geniessen wir ihn. Auch die ältere Generation steht in der Zeit des Herbstes. Bei all den Beschwerden und Sorgen, die so manche belasten, wollen wir auch diesen Herbst geniessen.

Der Klimawandel, der nun offensichtlich spürbar stattfindet, wird die ältere Generation besonders treffen. Deren Anpassungsfähigkeit auf schnelle, dauerhafte Veränderungen nimmt ab. Stellen wir uns diesen Herausforderungen und machen wir das Beste daraus. Leisten wir den Beitrag, der möglich ist, um den Wandel zu mindern!

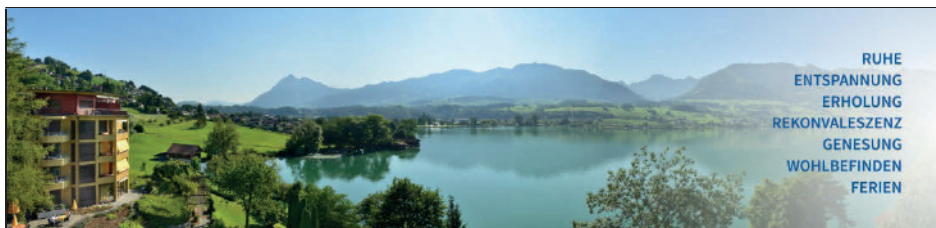
In diesem Info-Blatt finden Sie das Angebot an Veranstaltungen der IG Alter Obwalden für die zweite Jahreshälfte. Nutzen Sie es und geniessen Sie einige Stunden in unserem Kreis.

IG Alter Obwalden
Kurt Bucher, Präsident

| | | |
|--|---|--|
| Impressum <i>Herausgeber:</i> Interessengemeinschaft IG Alter Obwalden <i>Jahresbeitrag:</i> Einzelmitglied Fr. 20.– Paare Fr. 30.– OKB: 60-9-9 / Kto 01-30-031717.07 IBAN CH38 0078 0013 0031 7170 7 | <i>Verlag und Redaktion:</i> Info-Blatt IG ALTER OW Irmgard Wölki Käppelimmattstr. 9, 6052 Hergiswil Tel. 079 388 89 81 E-Mail: i.woelki@bluewin.ch <i>Auflage:</i> 650, 19. Jahrgang Nr. 64 | <i>Präsident:</i> Kurt Bucher Giglenstrasse 3 6060 Sarnen Tel. 041 660 35 57 <i>E-Mail:</i> bucher.sarnen@bluewin.ch |
|--|---|--|

Veranstaltungskalender September – Dezember 2018

20. September 2018 Ausflug ins Tessin
11. Oktober 2018 Jass- und Spielnachmittag, 13.45 Uhr
22. Oktober 2018 Besuch bei Xund, Alpnach
(Ausbildungszentrum Gesundheit)
8. November 2018 Jass- und Spielnachmittag, 13.45 Uhr
15. November 2018 Vortrag «Im Alter neuen Sinn suchen
und finden»
11. Dezember 2018 Filmmachmittag «Das gefrorene Herz»



RUHE
ENTSPANNUNG
ERHOLUNG
REKONVALESCENZ
GENESUNG
WOHLBEFINDEN
FERIEN

hotel
kurhaus am sarnersee



An der Quelle liegt die Kraft

Das Hotel Kurhaus am Sarnersee liegt in einer grosszügigen Parkanlage direkt am See. Kommen Sie zur Ruhe und erholen Sie sich vom Alltag. Geniessen Sie die wunderschöne Aussicht auf den Sarnersee und die Obwaldner Berge und lassen Sie sich rundum verwöhnen.

Wir freuen uns auf Sie!

DIE QUELLE
DER KRAFT



Tel. 041 666 74 66 info@kurhaus.info www.kurhaus.info

TRADITIONELL AKTIV ERFAHREN

SEIT 1902

von Ah Druck


von Ah Druck AG Kernserstrasse 31 6060 Sarnen T 041 666 75 75 www.vonahdruck.ch

Wir aktiven Senioren vom

BROCKENHAUS

freuen uns auf deinen Besuch

**Kernserstrasse 10
6060 Sarnen
Telefon 041 660 98 48**

Öffnungszeiten: Mittwoch 14.00 bis 17.00 Uhr
Samstag 10.00 bis 16.00 Uhr
durchgehend

Warenannahme: Freitag 14.00 bis 18.00 Uhr
Kein Verkauf!



Hotel Kreuz Sachseln AG
Familie della Torre
6072 Sachseln
041 660 53 00
info@kreuz-sachseln.ch
www.kreuz-sachseln.ch



**Geniessen Sie
ein feines
Essen in
toller
Atmosphäre**

Familie Bruno della Torre
und das Team vom Kreuz

**Seit 30 Jahren
Fit auf Schritt und Tritt**

Orthopädische Fussberatung
nach telefonischer Anmeldung
041 660 11 44

- Einlagen nach Mass
- Korrekturen im und am Schuh
- Mass-Schuhe
- Fuss-Orthesen und Prothesen
- Einfache Video- und elektronische Ganganalyse

Fuss-Orthopädie OSM
THOMAS HABERMACHER
eidg. dipl. Orthopädie-Schuhmachermeister
Tel. 041-660 11 44 Fax 041-660 94 10
Kemsersstr. 29, 6060 Sarnen
www.fussortho.ch

AIOLA
caffetteria e Ristorante

**Geniessen Sie mit Ihren Liebsten
unsere mediterrane Gastgeberkunst.**

AIOLA | Brünigstr. 158 | 6060 Sarnen | 041 660 15 15 | täglich geöffnet | www.aiola.ch

**Etwas können auch wir nicht versichern.
Das Vertrauen, das Sie uns schenken.**

Generalagentur Obwalden und Nidwalden
mobiliar.ch

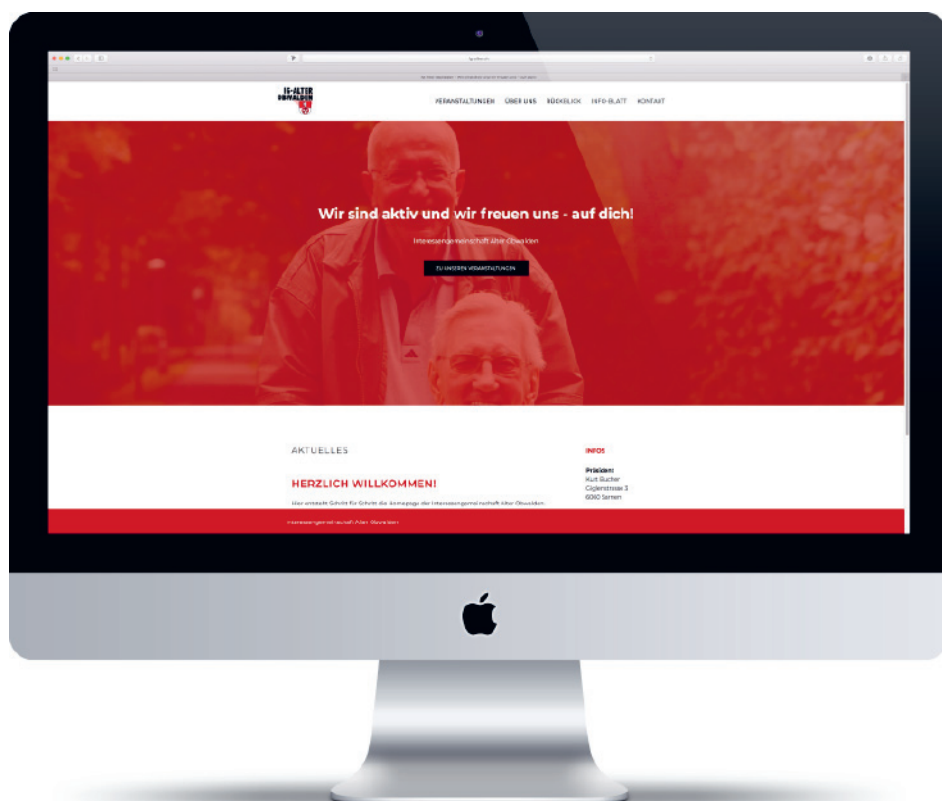
Bahnhofplatz 4
6061 Sarnen
T 041 666 53 53

die Mobiliar

IG ALTER JETZT AUCH ONLINE

Seien Sie neugierig und besuchen Sie unsere neue Webseite

www.ig-alter.ch



Wir freuen uns über Ihre Anregungen kontakt@ig-alter.ch

Bei Traumwetter durchs Emmental!

Bei herrlichstem Sommerwetter machte sich die gutgelaunte Reisegruppe am 20. Juni im vollbesetzten Car auf, um «Allergattigs im Ämmital» zu erleben, wie es in der Ausschreibung zu diesem Ausflug geheissen hatte. Zuviel versprochen wurde nicht: Nebst einer abwechslungsreichen Fahrt durch die eindruckliche Hügellandschaft des Emmentals mit Panoramablick auf die an steilen Hängen klebenden, abgelegenen Berner Bauernhäuser mit ihren weit ausladenden Dächern sorgten ein Alphornmacher mit seinem Sprachwitz im urchigen Emmentaler Dialekt sowie die singende Wirtin beim Mittagessen für einen frohen und gemütlichen Tag.

Aus Tannen werden Alphörner

Beim Dorf Eggwil fuhren wir auf einem schmalen Strässchen steil zum Weiler Knubel hinauf, zu unserem ersten Reiseziel, der ältesten Alphornmacherei der Schweiz! Die hier lebende Familie Bachmann betreibt dieses Handwerk seit rund 100 Jahren, mittlerweile in der dritten Generation. Seniorchef Hansruedi Bachmann führte uns in der Werkstatt humorvoll durch die vom Alphorn geprägte Familiengeschichte und liess uns dank seiner Fachkenntnis erahnen, wieviel handwerkliches Geschick und sorgfältige Handarbeit nötig sind, bis aus einer krummen Emmentaler Tanne ein wohlgeformtes Blasinstrument wird, dem saubere Töne entlockt werden können, die bei gutem Wetter bis in einer Entfernung von 10 Kilometern zu hören sind! Rund 80 Arbeitsstunden werden für ein Alphorn investiert, pro Jahr werden auf dem Knubel rund 30 Alphörner hergestellt. Die Preise bewegen sich je nach Ausstattung zwischen 2500 und 6000 Franken. Alphörner sind gefragt! Für die nächsten zwei Jahre sind die Bachmanns ausgebucht. Viel zu tun gibt's ohnehin, schliesslich betreibt die Familie daneben auch noch einen stattlichen Bauernbetrieb.



Herr Bachmann weiss nicht nur wie man ein Alphorn macht, sondern er versteht es auch zu blasen!

Feines Zmittag im Häxehüsli

Gestärkt mit Kaffee und Gipfeli ging unsere Reise weiter, zur Mittagspause in einem der abgelegensten «Chrachen» des Emmentals. Hier, wo sich Hasen und Füchse Gute Nacht sagen, liegt das Restaurant Riedbad, das der Burgergemeinde Sumiswald gehört. Wer in dieser Abgeschlossenheit seit Jahrzehnten mit Erfolg wirtet, der muss sich etwas Besonderes einfallen lassen. Im «Häxehüsli» lebt zwar beileibe keine Hexe! Die sympathische Wirtin Elisabeth Widmer sammelt vielmehr seit Jahren Hexenfiguren, welche die Besucher sowohl vor der Wirtschaft als auch in der Gaststube unübersehbar in Beschlag nehmen und diesem Gasthof ein besonderes Gepräge geben.

Immerhin, ein bisschen Hexerei ist im Riedbad schon im Spiel! Es war jedenfalls eindrücklich, wie schnell das kleine Team uns ein leckeres Mittagessen auf die Teller zauberte und ebenso zügig servierte! Und kaum waren die Teller leer, griff die Wirtin zur Handorgel und verlockte uns zum fröhlichen Mitsingen!

Zu Besuch im Gotthelf-Dorf

Letzte Station unseres abwechslungsreichen Ausflugs war am Nachmittag ein Aufenthalt im «Gotthelf-Dorf» Lützelflüh. Hier wirkte der Pfarrer und Schriftsteller Albert Bitzias alias Jeremias Gotthelf mit seiner Familie im Pfarrhaus, das zu einem kleinen, interessanten Museum umgewandelt wurde. Während sich die einen im Museum ins Leben und Schreiben des begnadeten Mundartautors vertieften und in den Genuss einer ungeplanten spontanen Führung kamen, genossen andere im einladenden Museums-Gartenbeizli den wunderbaren Sommernachmittag bei einer kühlenden Erfrischung.

Auf der Heimfahrt zeigte sich das Emmental nochmals eindrücklich als Bauernland! Überall auf den Feldern waren die Bauern am Heuen und Emden. Nur Ross und Wagen wie zu Gotthelf's Zeiten fehlten! Die moderne Zeit mit ihren riesengrossen Traktoren und den maschinellen Heuladern hat auch hier Einzug gehalten! Wisi Spichtig war einmal mehr ein kundiger Reisebegleiter, der uns mit viel Wissenswertem durch den schönen Tag führte. Die Reiseteilnehmer verdankten es ihm mit grossem Beifall.

Einen besonders herzlichen Applaus erhielt Ernst Enz, der uns als versierter und zuverlässiger Carchauffeur der Firma Koch Reisen in Giswil auf vielen IG-Alter-Ausflügen an schöne Orte gefahren und stets wieder sicher nach Hause gebracht hat. Er tritt ab diesem Sommer kürzer und geniesst nun seinen wohlverdienten Ruhestand. Er hat mir jedoch beim Abschied versichert, dass er auch künftig ab und zu mit uns auf Reisen gehen wird, nun aber als Mitreisender! Herzlich willkommen, Ernst! Vielleicht schon im September, wenn der nächste Ausflug von IG Alter ins Tessin stattfindet (beachten Sie die Ausschreibung in diesem Info-Blatt).

Karl Fischer



Elisabeth Widmer, die singende Wirtin im Restaurant Riedbach



Bei der Kirche Lützelflüh befindet sich das Grab von Albert Bitzin, alias Jeremias Gotthelf

| | Vorstand IG-Alter OW | Adresse | PLZ Ort | Telefon |
|---|-----------------------------|-----------------------|----------------|----------------|
| 1 | Bucher-Portmann Kurt | Giglenstrasse 3 | 6060 Sarnen | 041 660 35 57 |
| 2 | Fischer-Käser Karl | Seestrasse 22 | 6072 Sachseln | 041 660 68 44 |
| 3 | Röthlin-Britschgi Werner | Hobielstrasse 22 | 6064 Kerns | 041 660 59 83 |
| 4 | Siegrist-Welsin Hedy | Dammstrasse 22 | 6055 Alpnach | 041 670 17 24 |
| 5 | Spichtig-Ammann Alois | Wissibach 6 | 6072 Sachseln | 041 660 50 13 |
| 6 | Windlin-Wyss Albert | Dorfplatz 12 | 6060 Sarnen | 079 414 11 67 |
| 7 | Wölki Irmgard | Käppelimmattstrasse 9 | 6052 Hergiswil | 079 388 89 81 |



Krone  Sarnen
Hotel Restaurant Events

mehr Infos
www.krone-sarnen.ch

GELUNGENE FAMILIENANLÄSSE

...feiert man in der Krone. Lassen Sie sich von unserem Team in den edlen Räumlichkeiten mit speziellem Ambiente verwöhnen.

finanzkuz.ch

Ihre
Bilder
auf
Post-
karten



Wir helfen Ihnen dabei.



**Kopiercenter
Sarnen**

Lindenhof 2 · Sarnen
041 660 85 44
info@kopiercenter.ch
www.kopiercenter.ch

TV · HI-FI · MEDIA



W I E S E

sehen · hören · erleben

Unterhaltungselektronik vom Fachmann mit Beratung,
Service, Installation und eigener Werkstatt

WIESE AG • GRUNDACHERWEG 2 • VIS À VIS BAHNHOF • 6060 SARNEN
TEL. 041 660 34 34 • MAIL@WIESE.CH



**HOTEL RESTAURANT
METZGERN SARNEN**

**Neue Zimmer für Business-Weekend
oder Ferienaufenthalte**

Dorfplatz 5, CH-6060 Sarnen

Für unsere Gäste haben wir neue Suiten und Zimmer erstellt.

Telefon +41 (0)41 660 11 24
Telefax +41 (0)41 660 12 17

hotel-metzgern@bluewin.ch
www.hotel-metzgern.ch

BLUMEN GÄRTNEREI

Müller

Museumstrasse 10, 6060 Sarnen, Tel. 041 660 66 88
www.blumengaertnereimueller.ch

 pilatus
drogerie natürlich für Sie da!

Marianne von Ah, Brünigstrasse 133, 6060 Sarnen
Tel. 041 660 50 20, pilatus.drogerie@bluewin.ch

HAUS GASSER HOBBY

Hauptsitz Sachseln, Brünigstrasse 105 • 041 660 14 13 • www.haushalt-gasser.ch

 Die Zentralbahn.



 SBB CFF FFS

Hin und weg.

www.zentralbahn.ch

Herbstfahrt ins Tessin

Donnerstag, 20. September 2018

Programm: Abfahrt mit Reiseкар
6.20 Uhr Lungern Pfarrkirche
6.30 Uhr Giswil Bahnhof
6.45 Uhr Sachseln Post
7.00 Uhr Sarnen Ei
7.15 Uhr Alpnach Dorf Pfarrkirche

Für ein paar Stunden wieder das südliche Ambiente rund um Lugano genießen! Das bieten wir Ihnen mit diesem Ausflug nach Lugano und mit einem leckeren Tessiner Mittagessen in einem typischen Grotto! Die Fahrt geht durch den Seelisbergtunnel und das Urner Reusstal auf den Gotthardpass, wo wir einen Kaffeehalt einschalten. Weiter führt die Reise nach Lugano. Hier werden wir kurz vor Mittag mit einem Extraschiff nach Caprino gebracht. Im lauschigen Grotto San Rocco, direkt am See gelegen mit Blick auf Lugano am gegenüberliegenden Ufer, werden wir zum Mittagessen erwartet. Nach der Mittagspause fahren wir mit dem Schiff wieder nach Lugano zurück. Über die Autobahn A2 sowie durch den Gotthard- und Seelisbergtunnel erreichen wir am Abend wieder die Einstiegsorte in Obwalden.

Preis: Für Mitglieder Fr. 75.–. Im Preis inbegriffen sind die Carfahrt, der Kaffeehalt mit Gipfeli, die Schifffahrt auf dem Luganersee und das Mittagessen. Die Getränke im Grotto San Rocco sind vor Ort selber zu bezahlen.

Anmeldung: Bis spätestens Donnerstag, 13. September an
Werner Röthlin, Hobiellstrasse 22, 6064 Kerns
Telefon 041 660 59 83, E-Mail: roethlin-britschgi@bluewin.ch
Die Platzzahl ist beschränkt! Eine frühzeitige Anmeldung wird empfohlen!

Die IG Alter Obwalden besucht

Xund, das Bildungszentrum Gesundheit Zentralschweiz, in Alpnach

Montag, 22. Oktober 2018, 13.30 – 16.00 Uhr

Treffpunkt: **Industriestrasse 23, Alpnach Dorf, 13.30 Uhr**
zu Fuss ab Bahnhof Alpnach Dorf, ca. 10 Minuten
**Ankunft der Züge aus dem Sarneraatal: 12.54 Uhr und
13.24 Uhr** (wir warten mit dem Beginn auf die sportlich mar-
schierenden Fussgänger)
Eintritt frei
zum Abschluss gibt es ein Zvieri

In der Zentralschweiz findet die Aus- und Weiterbildung für 16 Gesundheitsberufe statt, gemeinsam getragen von Alters- und Pflegezentren, Spitälern und Spitex-Organisationen. Alpnach ist neben dem Kantonsspital Luzern einer der Standorte. Wir lernen an diesem Nachmittag die Organisation, sowie die praktische Tätigkeit dieser, für die Gesundheitsversorgung zentralen Institution kennen.

Die Zahl der Teilnehmenden ist auf 60 beschränkt. Im Gebiet gibt es nur wenige Parkplätze. Bitte den öffentlichen Verkehr benutzen.

Anmeldung bis spätestens 15. Oktober 2018 an
Werner Röthlin, Hobiellstrasse 22, 6064 Kerns
Tel. 041 660 59 83
Mail: roethlin-britschgi@bluewin.ch

Teilnahme nach Eingang der Anmeldung

AUGENVORSORGE

Amrhein
sehen und gesehen werden
Optik

Sarnen, Dorfplatz 9, Telefon 041 660 20 60, www.amrhein-optik.ch

toppharm

Löwen Apotheke



LÖWEN APOTHEKE SARNEN



Ihre Gesundheit liegt uns am Herzen

Nelkenstrasse 2 | 6060 Sarnen | Telefon 041 660 11 55

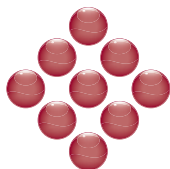
Ettlin Treuhand + Revisions AG

Buchhaltung • Treuhand • Steuerberatung • Wirtschaftsprüfung

TREUHAND-KAMMER
Mitglied

Beat Ettlin

Huwelgasse 4a • 6064 Kerns
T 041 661 20 00 • F 041 660 10 70
info@ettlin-treuhand.ch



Restaurant PETERHOF Garni

Restaurant – Hotel Peterhof

Bergstrasse 2, 6060 Sarnen
Telefon 041 660 12 38, info@hotelpeterhof.ch

Willkommen im neu umgebauten Peterhof.
Hell, freundlich, einladend.

Unsere traditionelle Schweizerküche mit Fischspezialitäten wie frische Forellen, Seezunge ect. Nostalgisch, originell serviert, lädt zum Verweilen ein.

Die historisch restaurierten Peterhof Säle sind geeignet für Anlässe wie Ferien, Versammlungen, Sitzungen ect.

Es freut sich auf Ihren Besuch
Moritz und Irene Rogger



RUHE
ENTSPANNUNG
ERHOLUNG
BEREICHVOLLSTRECKUNG
GENESUNG
WOHLBEFINDEN
FERIEN

kurhaus am sarnensee



Genuss mit Aussicht an der Quelle der Kraft!

Geniessen Sie ein feines Mittagessen
in unserem Panoramarestaurant
mit herrlicher Sicht auf den See und
in die Berge!

Oder entdecken sie den neuen
Seeuferweg zu unserer Cafeteria.

Wilerstrasse 35 6062 Wilen
Telefon 041 666 74 66
info@kurhaus.info

www.kurhaus-am-sarnensee.ch

DIE QUELLE
DER KRAFT

Liebe Inserentinnen und Inserenten



-lichen Dank

für Ihre finanzielle
Unterstützung.



AUSGEZEICHNETER
KÄSE AUS DEM
HERZEN DER SCHWEIZ

seiler

SEIT 1928

Seiler Käserei AG
Bitzighoferstrasse 11 | CH-6060 Sarnen
T 041 660 30 40 | www.seilerkaese.ch



Mit Kernser Pasta Freude schenken:



Öffnungszeiten Fabrikladen:

Mo-Do: 9.00-12.00 / 13.30-17.00 Uhr

Freitag: 9.00-12.00 / 13.30-16.30 Uhr

Pasta Röthlin AG, Industriestr. 3, 6064 Kerns,
Tel. 041 666 06 06, www.kernser-pasta.ch



OPTIKOTT

Ganzheitliche Betreuung rund ums Auge

SARNEN . Lindenhof und Lindenstrasse 2 . optik-ott.ch

Gesundheit
und
Wohlbefinden

Kempf

APOTHEKE AM POSTPLATZ Sarnenstrasse 1, 6064 Kerns



www.koch-reisen.ch
info@koch-reisen.ch

Wir empfehlen uns für:

- Vereins - und Firmenausflüge
- Hochzeitsfahrten
- Badeferien - Rundreisen
- Gruppenreisen
- Pauschalreisen In- und Ausland

Wir bieten Ihnen:

- modernste Fernreiseacar von 17-74 Plätze
- Top - Ausstattung
- kompetente Chauffeure
- zuverlässiger Service
- Reiseplanung

BÜCHER DILLIER

Schwendi-Kaltbad



Wir freuen uns auf ihren Besuch!
Toni Burch mit Familie und Team
Täglich offen
Durchgehend warme Küche
Tel. 041 675 21 41
Schwendi-Kaltbad Glaubenberg OW

www.kaltbad.ch



DROGERIE
BÜHLMANN

Sarnen Center Nelkenstrasse 5 6060 Sarnen
T 041 660 50 33 www.drogeriebuehlmann.ch

Auto Dall'Omo GmbH

Brünigstrasse 32 · 6053 Alpnachstad
T 041 672 72 62 · info@autodallomo.ch
www.autodallomo.ch



NICHTS IST
UNMÖGLICH

BüntenChäller

Der Getränkeabholmarkt

Bünten-Chäller
Getränkeabholmarkt, Güterstrasse 1a, 6060 Sarnen

Film-Nachmittag

Das gefrorene Herz

Datum: Dienstag, 11. Dezember 2018
Beginn: 14.15 Uhr
Kino Seefeld, Sarnen
Eintritt: 10 Franken pro Person
geschlossene Vorstellung
für IG Alter Obwalden

Zwei Schweizer Dörfer lehnen die Beerdigung eines toten Landstreichers ab.

Mitten im Winter erfriert ein streunender Schirmflicker zwischen den Schweizer Dörfern Hinterau und Vorderau. Sein Kollege, ein Korbmacher, gespielt vom genialen Schauspieler Sigfrid Steiner, meldet den Tod in Hinterau. Aber dort will man mit dem Toten nichts zu tun haben. Ähnlich verhält es sich in Vorderau. Es beginnt ein Handel um die Leiche, an dem der listige Korbmacher ganz gut verdient...

Hintergründiger Humor, ironische Abrechnung mit der oftmals bedrückenden Atmosphäre in der Provinz.

Reservieren Sie sich schon jetzt den 11. Dezember 2018 und freuen sich auf einen vergnüglichen und auch nachdenklichen Film.

Jass- und Spielnachmittage – wie weiter?

Nachdem in letzter Zeit die Teilnahme an den Jass- und Spielnachmittagen stetig zurückging, noch ein bis zwei Tische belegt waren und andere Institutionen solche Gelegenheiten anbieten, stellt sich ernsthaft die Frage: Soll die IG Alter Obwalden weiterhin für Jass- und Spielnachmittage sorgen? Wir geben nochmals die Gelegenheit unser Angebot zu nutzen:

Am Donnerstag, 11. Oktober und Donnerstag, 8. November stehen die Tische um **13.45 Uhr in der Seniorenresidenz am Schärme** noch einmal bereit. Danach wird der Vorstand endgültig entscheiden.

Vortrag der Berufs- und Laufbahnberaterin Ursula Popp

Im Alter neuen Sinn suchen und finden

Donnerstag, 15. November 2018, 14.00 Uhr
Seniorenresidenz am Schärme, Sarnen
Saal Linderen, Haus 2

Ursula Popp (67) ist Berufs- und Laufbahnberaterin, zudem hat sie chinesische Medizin studiert. Sie ist in St. Gallen geboren und aufgewachsen und lebte rund 20 Jahre in Seattle in den USA. Dort gründete sie eine Schule für Körperarbeit und war Initiatorin von Altersprojekten. 2016 kehrte sie in die Schweiz zurück. Heute wohnt und wirkt sie im Bildungszentrum der Schweizer Jesuiten, im Lassalle-Haus in Bad Schönbrunn ob Zug. Mit ihrer Kursreihe «Das Beste kommt noch» bietet sie Orientierungshilfen, um frei zu werden für ein gutes, erfülltes Leben im Alter.

Der Eintritt ist frei – Türkollekte
Keine Anmeldung nötig

Jassen und Spielnachmittage Programm Januar bis Mai 2018

im Restaurant «am Schärme», Sarnen
je Donnerstag, ab 13.45 – 16.45 Uhr

11. Januar 2018

15. Februar 2018

08. März 2018

12. April 2018

~~10. Mai 2018~~ (Feiertag,
fällt aus)

Wir freuen uns auf eine möglichst grosse Teilnahme.
Jedermann ist herzlich eingeladen.



Am Schärme[®]
DIE RESIDENZ IN SARNEN

Schärme
RESTAURANT

Ein Besuch lohnt sich immer

Vielfältiges kulinarisches Angebot
Musikalische Unterhaltung jeden Sonntag
Saal für Geburtstags- oder Geschäftsfeiern,
Bankette und Seminare

Mehr Infos unter www.schaerme.ch



ZUMSTEIN BESTATTUNGEN

Zumstein Bestattungsdienste AG
Museumstrasse 2
CH-6060 Sarnen
Fax 041 660 24 16, info@zumstein-ag.ch
www.zumstein-ag.ch
24 h-Telefon 041 660 14 18

Die kompetente
Beratung
für Sterbevorsorge
und Unterstützung im
Todesfall.

Bitte berücksichtigen Sie unsere Inserenten



- lichen Dank

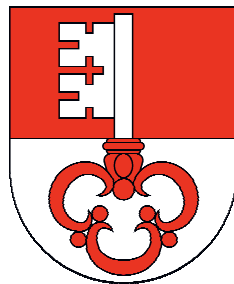
DORFLADÄ



LEBENSMITTELPUNKT 
SACHSELN

Dorfplatz 5 Tel. 041 660 41 85
6072 Sachseln Fax. 041 660 41 49

**Von mehr als 30
Produzenten aus Obwalden
erhalten Sie hier ihre
Produkte.**



Das Beste kommt noch

Wie können wir nach der Erwerbstätigkeit frei werden für ein gutes und erfülltes Leben? Ein Gespräch mit Ursula Popp, Berufs- und Laufbahnberaterin sowie Kursleiterin im Lassalle-Haus Bad Schönbrunn im Kanton Zug.

Frau Popp, in einem Interview mit der «Zentralschweiz am Sonntag» zu Beginn dieses Jahres haben Sie sich schockiert gezeigt über die Altersdiskriminierung in der Schweiz. Was stört Sie genau? Die vorherrschende Meinung in Gesellschaft und Politik ist, dass man als älterer Mensch nichts mehr muss, aber auch nichts mehr darf. Wir sollten uns vielmehr gefälligst zur Ruhe setzen und uns nicht mehr einmischen. In unserer jugendverliebten Gesellschaft zählt man somit zum alten Eisen, das keinen Wert mehr hat. Und ist dabei erst noch mit der Kritik konfrontiert, wir Alten seien für Staat und Gesellschaft viel zu teuer, wir sollten früher abtreten. Das empfinde ich als äusserst unwürdig und diskriminierend.

Nichts mehr zu müssen, nach Jahrzehnten harter Arbeit den Ruhestand zu geniessen, das kann doch schön und befreiend sein? Viele empfinden das jedenfalls so. Ich bin überhaupt nicht dagegen, das Leben im Alter zu geniessen und es etwas ruhiger zu nehmen. Es ist richtig und gut, sich etwas zu gönnen, hie und da zum Beispiel eine schöne Reise zu machen und mit bereichernden neuen Eindrücken heimzukehren. Aber das kann doch nicht das Einzige sein, das uns im letzten Drittel des Lebens noch bleibt! Es ist gut und richtig, dass unsere Altersvorsorge die älteren Menschen von den unmittelbaren materiellen Sorgen befreit. Die Frage ist nur, wofür stellt man uns frei? Einfach zum Nichtstun? Das darf doch nicht sein. Ich will, dass mich das Leben braucht, dass ich mich weiterhin engagieren darf, dass ich einen sinnvollen Beitrag leisten kann. Einfach jahrzehntelang nur noch sinnlos herumsitzen, das ist für mich eine grauenhafte Vorstellung. Ich habe eine andere Vision.

Ihre Vision stellen Sie in Kursen und Vorträgen unter das Motto «Das Beste kommt noch». Skeptiker werden kontern, stimmt nicht! Das Beste haben wir hier und heute, danach kommt es nur schlechter! Nutzen wir somit die Gelegenheit! Diese Haltung wird von der Wirtschaft gestützt. Wir Senioren werden als kauffreudige Konsumenten umworben. Dies vielfach mit Erfolg. Der Fluch unserer Konsumgesellschaft ist, dass sie uns die Angst in den Nacken setzt. Es ist nie genug, wir sollen immer noch mehr wollen. Und dieses Ringen um noch mehr im Leben, dieses hektische Treiben stürzt nicht nur uns persönlich, sondern die ganze Welt ins Unglück. «Nach uns die Sintflut», das kann und darf nicht sein. Wir haben uns in ein Besitzstand- und Sicherheitsdenken hinein verbissen, das niemandem dient. Es geht auf Kosten der heutigen Gesellschaft, auf Kosten der nachfolgenden Generationen und es schadet der ganzen Welt.

Das «Beste kommt noch» lässt sich somit auch als Ihr persönliches Engagement gegen eine «Nach uns die Sintflut»-Mentalität sehen? Tragisch ist, dass in Ermangelung einer Vision und eines gesunden Selbstwertgefühls das Bedürfnis nach Sicherheit zunimmt und uns in diesem Denken und Handeln gefangen hält. Das «Beste kommt noch» soll uns zu einer inneren Haltung führen, die uns aus diesem Gefängnis befreien hilft. Es geht nicht um wilden Aktivismus in einer anderen Form, sondern um eine innere Haltung. Es gilt, unser Selbstwertgefühl zu stärken und einen Sinn zu entdecken für die Lebensphase des Älterwerdens. Diesen Sinn muss jede und jeder für sich selber finden, tief im Herzen! Ihn findet man nicht in einer Versicherungspolice!

Das hört sich zwar einleuchtend an. Aber ganz so einfach geht das bestimmt nicht. Was kann ich tun, um mich dieser inneren Haltung anzunähern? Es ist so, man muss sich diese Haltung erarbeiten. Dies ist ein Prozess, der durchaus schmerzlich sein kann, Trauer, Abschied und Verlust gehören dazu. Man muss einerseits aufräumen mit dem bisherigen Leben, geistig und materiell. Was brauche ich wirklich noch? Was will ich in die nächste Lebensphase mitnehmen? Andererseits soll man sich auch mit dem bisherigen Leben versöhnen. Sich darüber freuen, was einem gelungen ist, und umgekehrt auch akzeptieren, was nicht mehr ist, was einem nicht glückte. Es gilt für sich den Frieden zu finden mit dem bisher gelebten Leben.

Ich weiss aus eigener Erfahrung, mit dem Aufräumen tut man sich manchmal sehr schwer! Dem ist so, doch man kann jedoch nicht früh genug damit beginnen. Gerade das materielle Aufräumen ist übrigens auch ein sehr wertvoller Dienst an der nächsten Generation. Es ist nicht fair, ihnen unzählige Ansammlungen unseres Lebens zum Entrümpeln und Entsorgen zu hinterlassen. Aufräumen ist zudem eine aktive Vorbereitung auf die Zeit, in der man einmal ohnehin alles loslassen muss. Wenn man das nicht vor sich herschiebt, sondern stufenweise angeht, fällt es einem leichter. Wir brauchen wirklich weniger im Alter. Loslassen können setzt unglaubliche Kräfte frei, die man anderweitig einsetzen kann.

Wir brauchen im Alter zwar weniger materielle Dinge, wir brauchen jedoch mehr Sinn! Wie und wo finden wir den? Wenn wir mit dem bisherigen Leben versöhnt abschliessen, können wir den Blick unbelastet nach vorne richten. Im Alter ist es wichtig, vorauszuschauen, uns nicht mehr nur allein um unser eigenes Wohl zu kümmern, sondern auch um das Wohl der anderen besorgt zu sein. Für was für eine Welt will ich mich einsetzen? Welche Werte möchte den uns nachfolgenden Generationen hinterlassen? Eine solche innere Haltung macht mich reifer, mich um die Seele der Welt zu sorgen.

Ein grosses Wort. Wenn wir uns den Zustand der Welt vor Augen führen, so fühlt man sich machtlos, überhaupt etwas ändern zu können. Das wäre völlig falsch. Auch im Kleinen lässt sich viel Positives bewirken. Meine Mutter kam beispielsweise mit 82 Jahren in ein Pflegeheim. Als sie wieder einigermassen bei Kräf-

ten war, begann sie Weihnachtsgeschenke für die Mitarbeitenden des Pflegeheims zu organisieren. Ich erinnere auch an den uneigennütigen Einsatz vieler älterer Menschen für ihre Nachkommen. Es ist eine wunderbare Aufgabe für Grosseltern, die Herzensbildung der Kleinen zu fördern, ihnen eine Brücke zu schlagen zum Spirituellen, zum Mystischen. Dafür braucht es kein Geld, sondern viel Zeit, Liebe und Verständnis.

Wir wünschen uns alle immer wieder Glück im Leben. Was macht für Sie ein gutes, glückliches, sinnvolles Leben aus? Ein Leben das zugleich gut ist für mich wie auch für die anderen, das ist ein ethischer Grundsatz. Der Einsatz für das, was mir am Herzen liegt, was mir lieb ist, kann mein Leben bereichern. Das bedeutet nicht, dass ich mich für andere aufopfere, im Extremfall bis zur Selbstaufgabe und bis zur Erschöpfung. Die Balance ist entscheidend. Ein sinnerfülltes Leben soll für mich, aber ebenso auch für andere Menschen gut sein.

Das heisst also auch, offen für andere Menschen zu bleiben?

Genau, denn gerade im Alter bleibt es wichtig, sich mit anderen Menschen auszutauschen, füreinander offen zu sein und präsent zu bleiben. Wir sollen und können uns gegenseitig im Bemühen unterstützen, ein sinnerfülltes Leben zu führen. In diesem Sinne bestärkt mich ein Wort der amerikanischen Dichterin Mary Oliver: «Wenn es vorbei ist, möchte ich sagen können, mein ganzes Leben war ich die Braut des Staunens, war ich der Bräutigam, der die Welt in seine Arme schloss».

Herzlichen Dank für das Gespräch!

Interview Karl Fischer



Ursula Popp wird am 15. November 2018 zur hochaktuellen Thematik bei IG Alter Obwalden ein Referat halten und im Anschluss daran auf Fragen der Zuhörerinnen und Zuhörer eingehen (siehe Kasten).

Weisheiten zum Schmunzeln...

Alt werden heisst sich selbst
ertragen lernen.
Hans Kudzus

Du bist so jung wie deine
Zuversicht
Albert Schweitzer

Eine Familie mit einem alten
Menschen hat ein Juwel
Aus China

Wenn du sehr alt werden willst, musst
du rechtzeitig damit beginnen
Aus Spanien

Alle Klagen über ihr Gedächtnis,
aber keiner über seinen Verstand
Stanislaw Jerzy Lec, polnischer Aphoristiker und Lyriker

Die Jugend ist die Zeit, die Weisheit
zu lernen. Das Alter ist die Zeit, sie
auszuüben.
Jean-Jacques Rousseau

Man kann mit besten Absichten
viel Unheil anrichten!
Christian Schmid, Tages-Anzeiger, 7. Juli 2018

Der Kopf ist rund, damit die Gedanken die
Richtung ändern können.
Francis Picabia, Agenda, Fastenopfer und Brot für alle, 2016



Mmmmistkratzerli.

Gasthaus Bahnhof Sachseln

041 660 14 08

www.gasthausbahnhof.ch



Autos wissen warum.

Benzin/Diesel

***Hans Berwert
6063 Stalden***

FIT UND GESUND mit:



egger

Drogerie

6072
Telefon 041 660 44 20



DillierBUS
DillierBUS

...und los geht's.

Allmendstrasse 7 6060 Sarnen Telefon 041 662 82 82

info@dillierbus.ch www.dillierbus.ch



PAXMONTANA
JUGENDSTIL-HOTEL

Zu jeder Jahreszeit ein unvergessliches Erlebnis



6073 Flüeli-Ranft www.paxmontana.ch

COIFFURE HALBTAX-ABO FÜR SENIOREN

Mit dem Fanger Coiffure Halbtax-Abo erhalten Sie 1 Jahr lang jeden Donnerstag alle Leistungen zum halben Preis.

Kaufen Sie jetzt Ihr Halbtax-Abo
(Damen Fr. 99.-, Herren Fr. 39.-).

Gültig für Senioren ab dem 63. Altersjahr.
Von diesem Angebot ausgeschlossen sind Haarverlängerungen,
Gutscheine, Gold-Card und Verkaufsprodukte.



Fanger
COIFFURE FÜR SIE UND IHN

SARNEN 041 660 84 84 | ALPNACH 041 670 33 70

Der malende Dirigent

Josef Gnos zeigt Malereien & Lithografien in den Räumen von Pro Senectute Obwalden

An der Vernissage vom 28. Juni 2018 in den Räumen der Pro Senectute Obwalden wurde klar, dass man Josef Gnos nicht mehr vorstellen muss, denn alle Besucher begrüßen ihn sehr vertraut. Er ist weitherum als Dirigent und Musiker bekannt und geschätzt und wurde für sein künstlerisches Wirken in den letzten Jahren mehrfach ausgezeichnet.

Gemäss Laudator Adrian Hossli, der den Werdegang von Josef Gnos nochmals skizzierte, konnte die Musikerlaufbahn den einstigen Wunsch nach bildnerischer Gestaltung nicht verdrängen. Adrian Hossli verwies zu Recht darauf, dass Josef Gnos in den vergangenen Jahren ein ansehnliches, symphonisch anmutendes Kompendium künstlerischer Werke geschaffen hat. Seine Malereien und Lithografien können nur auszugsweise in der Ausstellung gezeigt werden.

In seiner Laudatio sagte Adrian Hossli unter anderem: «Bei Josef Gnos geht bildnerische Wirklichkeit auf dem musikalischen Hintergrund eine wunderbare Symbiose ein. Wenn er zeichnet und malt, bringt er musikalische Saiten zum Klingen und dirigiert er, so erfüllt er den Raum mit Klangfarben. Unter diesem Aspekt werden die Bilder leichter zugänglich und auch verständlich, weil man sie nicht nur sehen kann, man kann sie förmlich hören!» Adrian Hossli hat mit diesen Worten das künstlerische Schaffen von Josef Gnos wunderbar umschrieben.

Die Büroräumlichkeiten der Pro Senectute Obwalden bilden einen idealen Rahmen für eine Präsentation von Bildern mit verschiedenem Format. Die Ausstellung wurde durch die Leiterin ad interim, Claudia Dillier-Küchler, organisiert, die Einrichtung besorgte der Stanser Ausstellungsmacher Tide Zihlmann.

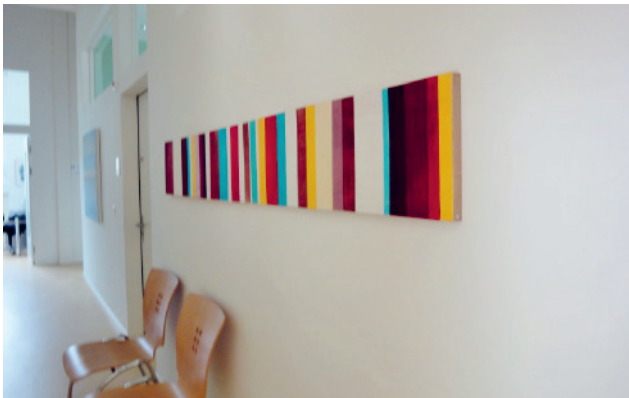
Irmgard Wölki

Öffnungszeiten: Dienstag – Freitag, 8.00 – 11.30 Uhr
Nachmittags nach Vereinbarung 041 666 25 45

Dauer der Ausstellung bis Ende November 2018



Pilatus vom Jänzi / Aquarell



Streifen senkrecht / Litho



Partitur 1 – 4 / Litho

MEIN LIEBLINGS - PULLOVER®

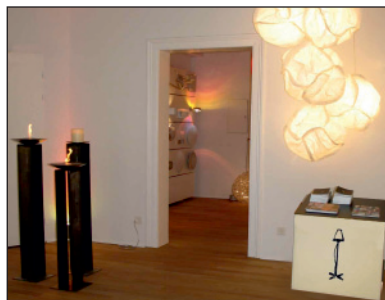
BY RABE



MODE WINDLIN

STEHT IHNEN GUT

Dorfplatz 12, 6060 Sarnen, Fon 041 660 29 44



Ihr Licht-Partner

für

individuelle
Lichtlösungen

schöne Licht-
stimmungen

blendfreies
Licht

Bemusterung
und Verkauf
von Leuchten



PLANUNG
BERATUNG
GESTALTUNG


LICHTIDEE
Berwert GmbH

Lichtidee Berwert GmbH, Dorfplatz 3, 6060 Sarnen, Tel 041 662 20 20, www.lichtidee.net, info@lichtidee.net

P. P.

6060 Sarnen

Post CH AG

**Vertrauen
Sie auf
unsere
Erfahrung.**

Wir sind für Sie da.
Versprochen.



**Obwaldner
Kantonalbank**