

# Um die Hürden des Alters besser zu überwinden



An der Info-Messe 60+ liessen sich zahlreiche Besucher über die unterschiedlichsten Angebote informieren.

Foto: Verena Holzer

**SPIEZ Die Info-Messe 60+ stiess auf grosses Interesse. Die Besucher erhielten viele Tipps, wie Hindernisse im Alter einfacher überwunden werden können.**

Zum vierten Mal organisierten Spiez Marketing und Alterskommission Spiez die Info-Messe 60+ im Lötschbergzentrum. Sie stand unter dem Motto «Gemeinsam erleben – lachen – bewegen». Die für Soziales zuständige Gemeinderätin Anna Fink (EVP) freute sich über die Themenvielfalt der 45 Anbieter und die guten Gespräche unter den rund vierhundert Gästen.

Da wurde bewiesen, dass die einst verpönten steifen Gummistrümpfe heute modisch schön aussehen und viel praktischer anzuziehen sind. Daneben gaben Beamtinnen der Kriminalpolizei Ratschläge, wie sich ältere Menschen besser vor Diebstahl schützen. Diebstähle seien dank Präventionsarbeit zwar zurückgegangen, dafür sei mit den Telefonanrufen ein neues Problem entstanden.

Erwähnenswert sind die vielen Dienste, die nur dank Freiwilligenarbeit angeboten werden können, wie etwa das Erklären

neuer Handys oder des Notrufknopfs. Auch über Radiosendungen für ältere Semester, Seniorenreisen, Gedächtnistrainings, Wochenplatzangebote und vieles mehr wurde informiert. Viele Besucher zeigten sich erstaunt, wie viele nützliche Hilfen den Senioren heute das Leben erleichtern können.

## Die beste Medizin

Publikumsmagnete waren die Kurzreferate in der Burgerstube. Rund achtzig Personen amüsierten sich über die witzigen Sketches über Beckenbodentraining. Die temperamentvolle Gisella Bächli erklärte: «Lachen ist die beste Medizin – ausser bei Rippenbruch.» Werner Stalder präsentierte einen Kurzfilm über das Angebot der Fachstelle 60+ und das freiwillige Engagement vieler Spiezerinnen und Spiezer. Eine Besucherin äusserte sich, dass sie, nachdem sie diesen Film gesehen habe, stolz sei, Spiezerin zu sein.

Auch OK-Chef Manuel Fischer freute sich über den gelungenen Anlass: «Nicht nur die Senioren zeigten grosses Interesse, die Anbieter freuten sich über die gute Gelegenheit, sich zu vernetzen.»

Verena Holzer