Dr Wecker Nr. 6/7 vom 2. Juli 2026

18. August 2026, 14.30 Uhr bis 16.30 Uhr, Pfrundhaus in Kirchlindach

Informationsanlass: Vergangenes loslassen – Neues zulassen

Im Alter gewinnt das Loslassen zunehmend an Bedeutung. Vieles verändert sich, manches wird beschwerlicher und nicht mehr alles ist möglich wie früher.

Die Regionale Fachstelle Alter lädt herzlich zum Informationsanlass zum Thema «Vergangenes loslassen – Neues zulassen» ein. Nach der Begrüssung durch Peter Tschanz, Gemeinderat Soziales, folgt ein Referat von Prof. Dr. Mathias Allemand, Titularprofessor der Universität Zürich. Anschliessend besteht bei einem Zvieri Gelegenheit zum Austausch.

Der Anlass ist kostenlos. Die Veranstaltung ist Teil der regionalen Veranstaltungsreihe «Gesundheit im Alter» und wird von der Regionalen Fachstelle Alter organisiert und unterstützt vom Seniorenverein Kirchlindach.

Anmeldung: Bis spätestens 7. August 2026 an
Regionale Fachstelle Alter
Hauptstrasse 26, 3033 Wohlen
E-Mail: info@regionale-fachstelle-alter.ch
Tel.: 079 151 69 26

Wir freuen uns auf Ihre Teilnahme!
Helga Baechler, Sachbearbeiterin Kommunikation

17. September 2026, 14.30 bis 16.30 Uhr, Gemeindezentrum Bremgarten

Informationsanlass: Lichtblicke – besser sehen im Alter

Mit zunehmendem Alter verändert sich das Sehvermögen. Bestimmte Augenkrankheiten treten häufiger auf, und alltägliche Sehaufgaben können anspruchsvoller werden. Erfahren Sie, wie Sie Ihre Augen bestmöglich unterstützen können, welche Vorsorgemassnahmen sinnvoll sind und welche Hilfsmittel den Alltag erleichtern.

Die Regionale Fachstelle Alter lädt am Donnerstag, 17. September 2026 zu einem Informationsnachmittag rund um das Thema «Sehen im Alter» ein.

Nach der Begrüssung durch Thomas Stadler, Gemeinderat Soziales, referiert Dr. David Brunner, Augenarzt FMH aus Bern, über altersbedingte Veränderungen des Sehens und gibt praktische Tipps für den Alltag. Anschliessend lädt ein kleiner Zvieri zum Austausch und gemütlichen Beisammensein ein. Der Anlass ist kostenlos. Mitwirkende sind Esther Garo, Interessenvertretung im Kanton Bern sowie der Schweizerischer Blinden- und Sehbehindertenverband.

Anmeldung: Bis spätestens 4. September 2026 an
Regionale Fachstelle Alter
Hauptstrasse 26, 3033 Wohlen
E-Mail: info@regionale-fachstelle-alter.ch
Tel.: 079 151 69 26

Wir freuen uns auf Ihre Teilnahme!
Helga Baechler, Sachbearbeiterin Kommunikation

Dr Wecker Nr. 11 vom 5. November 2026

Regionale Fachstelle Alter

Lichtblicke für gutes Sehen im Alter

Wie verändert sich unser Sehen mit zunehmendem Alter? Welche Beschwerden sind normal und wann empfiehlt sich eine augenärztliche Kontrolle? Diesen Fragen widmete sich die mit über 100 Teilnehmenden sehr gut besuchte Veranstaltung «Lichtblicke – besser sehen im Alter» vom 17. September im Gemeindezentrum Bremgarten bei Bern. Der Anlass wurde im Rahmen der Veranstaltungsreihe «Gesundheit im Alter» von der Regionalen Fachstelle Alter durchgeführt.

Nach der Begrüssung von Thomas Stadler, Gemeinderat Soziales Bremgarten vermittelte Augenarzt Dr. David Brunner viel Wissenswertes rund ums Auge. Anschaulich erklärte er den Aufbau des Auges und zeigte auf, warum die Sehschärfe mit zunehmendem Alter abnimmt. Zur Sprache kamen der Graue Star, trockene Augen, Augentropfen und häufige Augenerkrankungen. Regelmässige Kontrollen helfen, Veränderungen früh zu erkennen.

Dass sich die Augenmedizin stark weiterentwickelt hat, zeigte auch ein Blick zurück in die Geschichte. Früher waren Augenoperationen noch mit grösseren Risiken verbunden. Heute stehen moderne Behandlungsmöglichkeiten zur Verfügung.

Wenn Sehen im Alltag zur Herausforderung wird
Einen persönlichen Einblick gab Esther Garo vom Schweizerischen Blinden- und Sehbehindertenverband (SBV). Sie lebt seit ihrer Geburt mit einer Sehbehinderung und berichtete aus ihrem Leben. Für die Orientierung im Alltag machen oft kleine Dinge einen Unterschied wie gute Beleuchtung, klare Kontraste und eine barrierefreie Umgebung. Blendung und Gegenlicht für Menschen mit Sehbehinderung herausfordernd sein.

Auch praktische Hilfsmittel konnten vor Ort kennengelernt werden wie die sprechende Küchen- und Körperwaagen, Fieber- und Blutdruckmessgeräte und Jasskarten mit grossen Symbolen. Wer einer Person mit Sehbeeinträchtigung begegnet, die unsicher oder orientierungslos wirkt, darf ruhig fragen, ob Unterstützung gewünscht ist. Hilfe anbieten ja, aber nicht ungefragt eingreifen.



Thomas Stadler, Gemeinderat Soziales Bremgarten und Esther Garo vom Schweizerischen Blinden- und Sehbehindertenverband (SBV)

Zum Abschluss bot eine Fragerunde mit Dominique Holzer Gelegenheit, persönliche Fragen zu stellen. Fazit aus dem Anlass: Auch wenn sich das Sehen im Alter verändert, können medizinische Betreuung, geeignete Hilfsmittel und ein aufmerksames Umfeld viel zur Lebensqualität und Selbstständigkeit beitragen.
Helga Baechler, Sachbearbeiterin Kommunikation



Thomas Stadler, Gemeinderat Soziales Bremgarten, Esther Garo vom Schweizerischen Blinden- und Sehbehindertenverband (SBV), Augenarzt Dr. David Brunner, Udo Allgaier Leiter Regionale Fachstelle Alter, Dominique Holzer Leiterin Beratungsstelle Alter Bremgarten



Dr. David Brunner erklärte anschaulich den Aufbau des Auges und die Veränderungen des Sehens im Alter vor vollem Haus