

Senioren-Post

Littau - Reussbühl



www.senioren-littaureussbuehl.ch



Schulhaus Staffeln: bald nur noch in der Erinnerung vieler Jugendlichen, Lehrpersonen und Eltern

Jassen	Seiten 2 & 11
Der Fluss Lena in Jakutien	Seite 2
Lottonachmittag	Seiten 2 & 11
Seniorenfasnacht	Seiten 2 & 11
Wandern	Seiten 3 & 13
Senioren-Post Online	Seite 4
Rad- und Wanderferien in Endingen	Seite 5
Kreatives Malen	Seite 7
Kochkurs	Seite 7
SOS-Fahrdienst	Seite 7
Fotorückblick Seniorenferien	Seite 8
Computerkurse	Seite 10
Einzahlungsschein	Seite 11
Film: Die Kinder vom Napf	Seite 12
Cinedolcevita	Seite 14

Wir begrüßen die neuen Leser und Leserinnen der Senioren-Post. Diese wird allen AHV-Berechtigten der Stadtteile Littau und Reussbühl unentgeltlich zugestellt.

Träger der Senioren-Post sind das Aktive Alter Littau, das Aktive Alter Reussbühl und die Senioren-Drehscheibe Reussbühl-Littau.

Wir freuen uns, wenn Sie das vielfältige Angebot unserer Anlässe beachten, welche allen offenstehen.

Wer die Senioren-Post nicht erhalten möchte, melde sich bei der Redaktion (Seite 16).

Veranstaltungen

Aktives Alter Littau

Jassnachmittage

Donnerstag, 14.00 Uhr, Restaurant Gasshof, 6014 Littau
4. Januar, 1. Februar, 1. März, 5. April 2018
Anna Stadelmann, Ritterstrasse 8, 6014 Luzern, 041 250 45 75

Wanderungen 27. Februar, 27. März 2018

Seite 3



Lottonachmittag mit reichhaltigem Gabentempel

Montag, 22. Januar 2018 14.00 Uhr
Gasthaus Ochsen



Seniorenfasnacht mit Besuch des Zunftmeisters Roland Odermatt

Montag, 5. Februar 2018 14.00 Uhr
Gasthaus Ochsen



Hauptversammlung

Montag, 26. März 2018
15.00 Uhr Zentrum St. Michael
Die Einladung mit der Traktandenliste wird den Vereinsmitgliedern termingerecht zugestellt.



Der Fluss Lena in Jakutien

Montag, 16. April 2018 14.00 Uhr
Gasthaus Ochsen

Eine Reise auf dem mächtigen Lena Strom durch den Nordosten Sibiriens gehört zu den spektakulärsten Kreuzfahrten die Russland zu bieten hat.

Ein Vortrag von Heinz Haldi, ehemaliger Wirt des Gasthauses Ochsen, hat viele Reisen in Russland unternommen und kennt Land und Leute dank seinen Kenntnissen der russischen Sprache.



Rad- und Wanderferien in Endingen am Kaiserstuhl

23. April bis 28. April 2018

Ausschreibung Seite 5

Vorschau

Ausflug: Dienstag, 22. Mai 2018, siehe nächste Senioren-Post

Der Vorstand des Aktiven Alter Littau:

Josef Fries, Präsident, Neuhushof 12, 6014 Luzern, 041 250 35 20, josef_fries@bluewin.ch
Hans Thalmann, Margrit Hegi, Peter Wagner, Anna Stadelmann, Marlis Odermatt, Bruno Peter

Dienstag 27. Februar 2018		Wanderzeit: ca. 2 Std.
Nachmittagswanderung	Eschenbach – Bertiswil	
Besammlung	13.10 Uhr Gasshof	
Abfahrt Bus 40	13.17 Uhr Gasshof Richtung Emmenbrücke	
Kollektivbillett	wird von der Wanderleitung gelöst	
Billettkosten	Fr. 9.80 Halbtax Fr. 6.00	
Empfehlung	Wanderschuhe, Regenschutz, ev. Wanderstöcke	
Rückkehr	ca. 17.30 Uhr Gasshof Littau	
Wanderleitung	Bühlmann Martin 041 250 18 13 und Bischof Peter 041 250 11 74	
Anmeldung	bis Samstag, 25. Februar 2018, 18.00 Uhr an Wanderleitung	

Dienstag, 27. März 2018		Wanderzeit: ca. 2,5 Std.
Nachmittagswanderung	Rund um Werthenstein	
Besammlung	13.00 Uhr Gasshof	
Abfahrt Bus 40	13.08 Uhr Gasshof Richtung Bahnhof Littau	
Kollektivbillett	wird von der Wanderleitung gelöst	
Billettkosten	Fr. 12.60 Halbtax Fr. 6.90	
Empfehlung	Wanderschuhe, Regenschutz, Wanderstöcke	
Rückkehr	ca. 17.45 Uhr Gasshof	
Wanderleitung	Bischof Peter 041 250 11 74 und Jten Walter 041 250 34 24	
Anmeldung	bis Samstag, 24. März 2018, 18.00 Uhr an Wanderleitung	

Zur Erinnerung

Das Jahresprogramm 2018 wurde erstellt bevor **alle Details** bekannt waren.

Es können kurzfristig Änderungen auftreten oder das Wetter (Hangrutsche usw.) zwingt uns zu einer Absage.

Damit die Wanderleitung Änderungen oder Absage der Wanderung mitteilen kann, bitten wir um eine **Anmeldung aller Teilnehmenden, auch der GA-Besitzer**.

Die Wanderleitung besorgt bei der SBB ein **Gruppenbillett ab Littau – Gasshof**.

Bestellte Billette müssen auch dann bezahlt werden, wenn die Reise nicht angetreten wird.

Wer kein gültiges Billett vorweisen kann, zahlt nebst dem Fahrpreis einen Zuschlag von mindestens Fr.100.00.

Versicherung: Ist Sache des Teilnehmers

Vorschau: 2018	jeweils Dienstag		
	17. April 2018:	Höhenweg Rontal	HT
	29. Mai 2018	Aesch – Hitzkirch - (Schloss Heidegg) - Gelfingen	GT
	26. Juni 2018	Benzenschwil – Merenschwand – Muri..	GT
	24. Juli 2018	Dem Schatten nach	HT
	28. August 2018	Vier Seenwanderung.	BG
	5. September 2018	Gormund – Vogelmoos – Waldhaus - Beromünster.	GT
	30. Oktober 2018	Sempach Station – Schloss Wartensee - Nottwil	HT
	27. November 2018	Wanderung mit Schlusshöck	HT

HT = Halbtages-, GT = Ganztages-, BG= Bergwanderung



Suhrenweg, 24. Oktober 2017. Mehr Bilder von Hong Phuong Bui und Walter Jten auf unserer Webseite

Rückblick «Sicherheit im Alter» «Freiwilligendienst für Menschen mit Demenz»

Montag, 16. Oktober 2017 im Gasthaus Ochsen

Wer hätte gedacht, dass sich der Ochsen-Saal, trotz schönstem Herbstwetter, füllen würde.

Roland Jost, Sicherheitsberater der Luzerner Polizei, hatte zum Thema «Sicherheit im Alter» vieles zu erzählen. Man wusste schon einiges, hörte aber genauer hin und hat einiges dazu gelernt.

Wie kann man Einbrüchen vorbeugen und wie gehen Trickdiebe vor, unterwegs oder am Bankomat. Zum «Enkeltrick» hörten wir beim simulierten Telefongespräch, wie der raffinierte Anrufer eine ältere Frau zu beeinflussen vermag. Auch im Internet lauern Gefahren.

Das wichtigste Thema war die Verkehrssicherheit für Fussgänger, Autofahrer und Velofahrer, das Verhalten auf Fussgängerstreifen oder im Kreisel. Endlich wissen wir, dass in der Tempo-30-Zone Fahrzeuge den Vortritt haben und der Fussgänger nur in der Tempo-20-Zone.

Die Fragerunde wurde rege benutzt.



Jolanda Stalder, Spitex Stadt Luzern, berichtet über die Bedeutung ihres Freiwilligen-Teams für Demenz-Kranke und ihre Angehörigen.

Das Projekt will ermöglichen, dass Demente länger zusammen mit ihren Angehörigen im häuslichen Umfeld leben dürfen.

Walter Reichlin schilderte mit bewegten Worten den Zustand und das Verhalten seiner demenzkranken Frau und wie gross die Erleichterung für ihn sei, wenn einmal pro Woche eine Person des Teams seine Frau bei einem Ausflug, einem Spaziergang, einem Arztbesuch oder bei Einkäufen begleite. Er ist immer wieder überrascht, wie seine Frau, aber auch das Teammitglied glücklich zurückkommen.



Nun werden auch unter Seniorinnen und Senioren Freiwillige für diesen sinnvollen Dienst gesucht:
Tel. 041 429 30 70, www.spitex-luzern.ch

Josef Fries bedankte sich bei der Referentin und den Referenten und wünschte allen einen *sicheren* Heimweg.

Bilder Hong Phuong Bui

Senioren-Post online: www.senioren-littaureussbuehl.ch

Die gemeinsame Webseite der 3 Trägergruppen.

Man findet sie mit Google am einfachsten mit z.B. „senioren littau“ oder „senioren reuss“.

Die ersten beiden Seiten erleichtern den Einstieg zu den neusten und wichtigsten Angeboten und zur Vielfalt der Bilder und Berichte über die Anlässe der Trägergruppen.

Die Bilder und Berichte der Leser führen in viele Länder: Süditalien, Irland, Baltische Staaten, Australien/Neuseeland, Skandinavien, Indien, Sardinien, Lanzarote, Donau Radweg, Venedig, Kappadokien....Und vieles mehr.

Sie werden natürlich auch Littau und Reussbühl entdecken. Lassen Sie sich überraschen!

Die Redaktion freut sich auf weitere Bilder unserer Leser: Reisen, Ferien und Ausflüge, Bilderreihen zu Themen wie Blumen, Landschaften usw.

Die Senioren-Post kann **2 bis 3 Wochen früher** und in Farbe gelesen werden

**Neu: Velotouren, Wanderungen,
Bilder unserer Anlässe,
Neue Leserbilder: Lac Moiry, Illgraben**

**SOS
DIENST
LUZERN**

Kirchliche Familien- und Nachbarschaftshilfe.

Wir helfen den Alltag zu bewältigen. Wir bieten kurz- und langfristige Einsätze im Bereich Hauswirtschaft (inkl. Kochen), Unterstützung auch im Familienalltag (mit und ohne Kinder), Begleitung ohne Auto (z.B. Einkaufen, Coiffeur-Termin) usw.

Fragen Sie uns unverbindlich. Telefon 041 342 21 21

SOS-Dienst Luzern, Brünigstrasse 20, 6005 Luzern, www.sos-luzern.ch

Die unentbehrliche Helfergruppe



Sie verteilen 4-mal Jährlich über 1000 Exemplare der Senioren-Post und bei Bedarf Einladungen und Flyer: v.l.n.r. Toni Oberholzer, Irma Stadelmann, Fritz Odermatt, Anna Stadelmann, Rita Achten, Margrit Ringgenberg, Ruth Bättig, Walter Jten, Heidi Gubler, Gisella Stadelmann, Jules Brun, Josef Fries, Marlis Odermatt (Abwesend: Marianne Alessandri und Martin Bühlmann)

Einladung zu den Rad- und Wanderferien in Endingen am Kaiserstuhl

Montag, 23. April 2018 bis Samstag, 28. April 2018

Unterkunft im Hotel „Pfauen“ in Endingen

www.Endingen-Pfauen.de

Ein ideal gelegenes Hotel im Ortskern von Endingen, in der Nähe des Bahnhofs, den Rad- und Wanderwegen.

Fahrt mit modernem Fernreisebus über Freiburg im Breisgau nach Endingen.

Die Radlergruppe unternimmt gemütliche Radtouren rund um den Kaiserstuhl, den Tuniberg und durch die Rheinebene.

Tageskilometer

40 bis 60 km

Tourenleiter

Josef und Heidi Fries

Die Wandergruppe durchstreift die blühenden Obstgärten in der Umgebung von Endingen, wandert durch die Weinberge und auf den sanften Hügeln des Kaiserstuhls.

Das Hotel ist in unmittelbarer Umgebung des Bahnhofs, die Startorte der Wanderungen werden mit den öffentlichen Verkehrsmitteln angefahren. Rückkehr ab den Zielorten ebenfalls mit dem ÖV.

Mittagsverpflegung als Picknick oder in einer passenden Gaststätte.

Dauer der Wanderungen

2 bis 3 Stunden

Wanderleiter

Thomas Ziser, Präsident des Schwarzwaldvereins Endingen

Reisekosten

pro Person im Doppelzimmer

Fr. 530.00

pro Person im Einzelzimmer

Fr. 640.00

inbegriffen sind: Busfahrten, Mittagessen am Anreisetag, Uebernachtungen, Frühstücksbuffet, 3-Gang-Menu Nachtessen, Bahn- und Busfahrten

Es sind 18 Doppelzimmer und 8 Einzelzimmer reserviert. Die Teilnehmerzahl ist daher beschränkt.

**Anmeldungen bitte bis Ende Januar 2018 an Josef Fries, Neuhushof 12, 6014 Luzern
mit beiliegendem Anmeldeformular oder per Mail an josef_fries@bluewin.ch**

Anmeldeformular



Ich/wir nehmen an der Rad- und Wanderwoche 2018 teil

Name.....

☐ Radfahrer

☐ Wanderer

Adresse

☐ Doppelzimmer

☐ Einzelzimmer

Name.....

☐ Radfahrer

☐ Wanderer

Adresse

☐ Doppelzimmer

☐ Einzelzimmer

Bemerkungen.....

Filmnachmittag im Stattkino: «Falten»

6. November 2017

Damit hatte man nicht gerechnet: Schon 15 Minuten vor Filmbeginn sind die 105 Sitzplätze des Stattkinos besetzt. Trotz Zusatzbestuhlung müssen aus Sicherheitsgründen 30 Personen leider abgewiesen werden. Die Einladung zu einem gratis Filmnachmittag für Senioren aus Littau **und** Reussbühl war wohl erfolgreich und Josef Fries zeigte sich sehr zufrieden.

Die glücklichen Platzbesitzer erlebten einen eindrücklichen Film.



Schlusswanderung, 28. November 2017, Littau - Blatten

Ein überaus erfolgreiches Wanderjahr! Im Chäsi Beizli, Blatten, blickte Martin Bühlmann auf 9 Wanderungen zurück (nur eine musste abgesagt werden) mit meist über 30 Teilnehmenden, wie auch bei dieser Schlusswanderung.



Adventsspiel und Besuch des Samichlauses, 4. Dezember 2017, Gasthaus Ochsen

Und wieder eine Überraschung! Dieses Jahr mit dem aussergewöhnlichen Adventsspiel «Hotel Bethlehem» der 5./6. Klassen (Schulhaus Dorf) von Beat Krieger. Im Dialog beschreiben die Kinder zuerst die grosse Vielfalt ihrer Herkunft und ihrer Religionen, um dann mit Begeisterung und viel Humor in eine etwas spezielle Adventsgeschichte einzusteigen mit Volk, römischen Soldaten, Bürokraten, Magd und Wirt, Hirten und natürlich Josef und Maria. Diese wird von einer Muslimin gespielt, weil Maria auch im Islam verehrt wird. Grossartig!

Feierlicher Auftritt des Samichlauses; besinnliche Rede über die «Freude am Kleinen»; Dank an alle Helfer des Aktiven Alter und persönliche Übergabe eines Grittibänz an 140 Gäste. Herzlichen Dank der St. Niklausgesellschaft Littau.



Eindrückliche Bilder aller Anlässe von Hong Phuong Bui, Walter Jten, Peter Wagner und Bruno Peter auf unserer Webseite.

Steuererklärung

Die Steuererklärungs-Formulare werden bald eintreffen. Die Senioren-Drehscheibe unterstützt Seniorinnen und Senioren auch dieses Jahr beim Ausfüllen der Steuererklärung. Wer diesen Dienst in Anspruch nehmen möchte, melde sich bitte bei einer der folgenden Personen:

Josef Fries	Neuhushof 12, 6014 Luzern	041 250 35 20
Josef Geisseler	Fanghöfli 4, 6014 Luzern	041 250 33 09
Dieter Lang	Stollbergstrasse 25, 6003 Luzern	041 240 33 55

Kursausschreibung

KREATIVES MALEN im Frühling 2018

In diesem Malkurs lautet das Thema vor allem: FARBE, FORM UND LINIEN! Wenn Sie Lust haben, spielerisch und ohne Leistungsdruck sich mit Pinseln und Acrylfarben zu beschäftigen, dann ist das der richtige Kurs für Sie!

Dazu brauchen Sie keine Vorkenntnisse!

Auch „Noch-Nicht-Senioren“ sind im Kurs herzlich willkommen!

Kursleitung	Josefina Martin-Suter
Kursdauer	4 Donnerstage - Nachmittage
Daten	22. Februar und 1./ 8. und 15. März 2018
Zeit	14.00 Uhr bis 16.00 Uhr
Ort	Evang.-Ref. Kirchenzentrum Ritterstr. 59, 6014 Luzern 1. Stock
Kurskosten	Fr. 110.00
Anmeldung und Auskunft abends	Josefina Martin-Suter 041 250 17 07 josefina.martin@gmx.ch
Anmeldeschluss	Anfang Februar 2018

Vor Kursbeginn erhalten alle Teilnehmer eine Liste für das notwendige Material!

Kochkurs für Senioren Herbst 2018

Haben Sie Lust zu lernen, wie Sie mit einfachem Aufwand ein schmackhaftes Essen für den kleinen Haushalt zubereiten können?

In einer kleinen geselligen Gruppe bereiten wir die Mahlzeiten zu, die wir anschliessend gemeinsam geniessen. Vorkenntnisse sind nicht notwendig.

Zurzeit sind unsere Kurse ausgebucht.

Falls Sie sich angesprochen fühlen, freuen wir uns auf Ihre Voranmeldung für den kommenden Herbst.

Der neue Kurs beginnt am Donnerstag 18. Oktober 2018 und beinhaltet 5 Kurstage, jeweils Donnerstag von 10 – 14 Uhr

Kurskosten: Fr. 120.-

Kursleitung: Margrit und Seppi Huber
Stollbergstrasse 31, 6003 Luzern

Wir nehmen Ihre Anmeldung gerne entgegen unter:
Tel. 041 240 97 73

oder E – Mail: huberit@gmail.com

SOS-Fahrdienst der Senioren-Drehscheibe: es geht weiter!

Änderung in der Schaltzentrale

Sonja Schmitter koordiniert ab Neujahr den SOS-Fahrdienst und übernimmt damit die Nachfolge von Margrit Schmid.

Zwanzig Jahre lang hat Margrit Schmid den von ihr initiierten SOS-Fahrdienst betreut. Sie ist viele Jahre selber gefahren und hat bis heute die Einsätze koordiniert. Ende Jahr ist Schluss, sagte sie schon im Frühherbst. Uns bleibt nur noch, ihr für den grossen Einsatz nochmals ganz herzlich zu danken.

Nachfolge geregelt

Mit dem 1. Januar 2018 übernimmt die Reussbühlerin Sonja Schmitter - sie wohnt am Ruopigenring 89 - die Koordination der Einsätze, notiert sich Fahrwünsche und disponiert die Fahrer. "Ich freue mich darauf, bin ich doch in Reussbühl und Littau gut vernetzt", sagt sie.

Ein paar Änderungen

Die personelle Veränderung machte auch kleine Anpassungen nötig. Fahrwünsche können künftig jeweils Montag, Mittwoch und Freitag von 9 bis 11 Uhr telefonisch angemeldet werden. Sonja Schmitter ist dann unter der Telefonnummer 041 250 13 87 erreichbar. Der SOS-Fahrdienst läuft auch in Zukunft unter dem Dach der Senioren-Drehscheibe. Sonja Schmitter wünschen wir viel Freude beim neuen, ehrenamtlichen Job und danken ihr für ihre spontane Zusage.

Und nun werden auch zusätzliche Fahrerinnen und Fahrer gesucht!

Kontakt: Sonja Schmitter
Ruopigenring 89, 6015 Reussbühl, 041 250 13 87
Peter Gross



Margrit Schmid und Sonja Schmitter

Fotorückblick Seniorenferien Flims-Waldhaus

Montag, 05. März 2018, 14.00 Uhr, im Ref. Kirchenzentrum, Ritterstrasse 59, in 6014 Luzern.

Wir zeigen Fotos und den Film von Walter Herzog.

Eingeladen sind die Ferienteilnehmenden, aber auch alle interessierten Seniorinnen und Senioren.

Voranzeige:

Die nächsten Seniorenferien finden vom Samstag, 25. August bis Samstag, 02. September 2018 in Adelboden statt. Wir werden im Hotel Alpina logieren.

Nebst Ausflügen und Spaziergängen werden leichte Wanderungen mit geringen Auf- und Abstiegen angeboten.

Genauere Angaben finden Sie in der Ausgabe der nächsten Senioren-Post.

Museum für Musikautomaten, Seewen SO, und Kloster Mariastein, Ausflug vom 21. September 2017

21. September; Ende Sommer; Herbstbeginn; Dichter Nebel bis zum Belchen und dann, ab Tunnellausgang: strahlende, milde frühherbstliche Sonne bis zum Abend.

Hier hat sich das Mineralwasserdorf Eptingen gut versteckt. Kaffee und Gipfeli Im gemütlichen Hotel Bad.

Kurvige Strassen führen durch die manchmal hügelige, manchmal schroffe Juralandschaft über Liestal, Oristal, Büren nach Seewen, wo sich, ziemlich abgelegen, das Musikautomaten-Museum auf einer Anhöhe befindet.

Sehr kurzweilig werden wir in die Welt der Musikautomaten eingeführt. Bei jeder Station gibt es von der Drehorgel über das Orchestrion bis zum Luxus Klavierautomaten vieles zu hören, zu sehen und zu lernen. Die Musikautomaten waren von 1800 an, bis zur Verbreitung des Grammophons 100 Jahre später, ein wichtiger Faktor der Kultur und der Wirtschaft.

Weiter durch die abwechslungsreiche Juralandschaft über Grellingen, Aesch, Ettlingen nach Mariastein, direkt zum Mittagessen in das Hotel zur Post.

Viel Zeit um Sonne, Gartenrestaurants und Umgebung zu geniessen oder die um 1900 im neubarocken Stil umgestaltete Klosterkirche mit Gnadenkapelle zu besichtigen.

Schöne Heimfahrt über den Passwang bis in die Innerschweiz und ihrem herrlichen Alpenpanorama. Herzlichen Dank den Organisatorinnen Hanni Wyss und Lisbeth Christen, auch für die anregenden Reisekommentare.



Text und zusätzliche Bilder von Bruno Peter auf www.senioren-littaureussbuehl.ch

20 Jahre Senioren-Drehscheibe Reussbühl-Littau Jubiläumsfeier vom 8. November 2017 im Restaurant Don Carlos

Zum Abschluss des Jubiläumsjahres hatte Carlo Matzinger als frischgebackener Präsident der Senioren-Drehscheibe mit den Partnern und Partnerinnen auch die ehemaligen Mitglieder des Vorstandes eingeladen.

Sie kamen alle und liessen die 20 Jahre der Drehscheibe wiederaufleben.



V. l. n. r. auf dem Bild:

Hans Koller, Gründungspräsident 1997 – 2006, **Esther Nebiker**, Präsidentin 2006 – 2008, **Rosemarie Zemp**, Vorstandsmitglied und Redaktion Senioren-Post 1997 – 2014, **Margrit Schmid**, Präsidentin 2008 – 2017, **Dorli Meier**, Vorstandsmitglied 1997 – 2017 und **Carlo Matzinger**, Nachfolger von Margrit Schmid, als aktueller Präsident.

Wie Hans Koller sich erinnerte, wurde die Senioren-Drehscheibe 1997 mit Unterstützung des Gemeinderates gegründet mit der Aufgabe, die Nachbarschaftshilfe für und unter Senioren zu fördern. Eine Telefonnummer wurde eingerichtet und einmal wöchentlich von Freiwilligen bedient. Dieser Vermittlungsdienst wurde allerdings im Jahr 2000 mangels Interesse eingestellt. Hans Koller kommentierte dies damals wie folgt: „Wir freuen uns über diesen Misserfolg. Die Nachbarschaftsunterstützung ist in unserer Gemeinde noch intakt“. Übriggeblieben ist das von ihm gestaltete Signet mit der Drehscheibe.

Schwerpunkte sind heute: Die Seniorenferien, Kurse und diverse Angebote, Der SOS-Fahrdienst, Besichtigungen und Ausflüge.

Und weiter geht's bis zum nächsten Jubiläum. Alles Gute!

Der aktuelle Vorstand, v.l.n.r.

Bruno Peter, Stephanie Rey-Koller, Hans Frei, Hanni Wyss, Carlo Matzinger, Präsident, Lisbeth Christen, Heinrich Peter.
Abwesend Maria Koller



Bilder und mehr zur Geschichte der Drehscheibe auf unserer Webseite

Regelmässige Anlässe der Senioren-Drehscheibe

Boccia-Spielen

Jeweils am 1. und 3. Montag im Monat, **13.30 Uhr** in der Boccia-Halle Ruopigenmoos.

Auch Frauen sind herzlich willkommen. Boccia ist ein Gesellschaftsspiel und braucht etwas Geduld und Konzentration. Bei uns ist auch Geselligkeit nach dem Spiel wichtig. Seniorinnen und Senioren sind herzlich zu einem Probeauf auf unserer Bahn eingeladen.

Leiter: Erwin Keiser,

Reussmatt 10, 6032 Emmen, 041 260 43 79

Singen für Frauen und Männer

Montag 8. Januar, 5. Februar, 5. März, 9. April, 7. Mai, 4. Juni, 2. Juli, 3. September 2018

1. Oktober, 5. November, 3. Dezember 2018

09.00 – 10.00 Uhr im reformierten Kirchenzentrum Littau

Am Klavier: Franz Buchwalder, Seuzach, 052 335 03 25

Handarbeiten

Donnerstag, 11. Januar, 22. Februar, 8. März, 22. März, 19. April, 17. Mai 2018

13. und 27. September, 18. Oktober, 8. und 22. November 2018

14.00 Uhr bis 16.00 Uhr im reformierten Kirchenzentrum Littau

Leitung: Vreni Wäfler, Thorenbergstr. 30, 041 250 53 19

Computerkurse

Kurszeiten: Dienstag oder Donnerstag je 17.30 bis 20.30 Uhr

Kursort: Schulhaus Matt.

Kurskosten: 60.- Fr. pro Modul/Kursabend

Kursleitung/Anfragen/Anmeldung:

Doris Reck, Schwandenstrasse 24, 6103 Schwarzenberg,
041 497 21 55 oder per E-Mail: reckdh@bluewin.ch



Folgende 15 Module werden je nach Interesse angeboten:

- Schnupperkurs
- Windows
- Tabellenkalkulation (Excel, Calc) Anfänger
- Tabellenkalkulation (Excel, Calc) Fortgeschrittene
- Textverarbeitung (Word, Writer) Anfänger
- Textverarbeitung (Word, Writer) Fortgeschrittene
- Präsentation (Powerpoint, Impress) Anfänger
- Internet Grundkurs
- Kommunikation im Internet
- iPad – das Tablet von Apple
- Bildbearbeitung mit Picasa (Anfänger)
- Bildbearbeitung mit Picasa (Fortgeschrittene)
- Erstellen eines Fotobuches
- Technikkurs (nicht nur für Männer!)
- Erstellen einer Webseite

Details auf www.senioren-littaureussbuehl.ch

Frageabend (Computer, Handy, Tablet...)

27. November 2017 im Schulhaus Matt

Welch ein anregender Abend! Schüler und Schülerinnen von Doris Reck beraten individuell Seniorinnen und Senioren, die mit ganz unterschiedlichen Vorkenntnissen mit ihren Fragen gekommen sind. Mehrheitlich beschäftigen Probleme mit Smartphones und Tablets, aber auch Anspruchsvolles aus dem Computerbereich.

Herzlichen Dank Doris Reck und ihrem engagierten Beraterteam! **In der Nächsten Senioren-Post kann vermutlich zu einem neuen Frageabend eingeladen werden.**



In eigener Sache: Redaktionskommission der Senioren-Post

Stephanie Rey-Koller, Matthöherring 11, 6014 Luzern, hat sich bereit erklärt, die Senioren-Drehscheibe in der Redaktionskommission der Senioren-Post zu vertreten.

Liebe Stephanie, wir danken Dir herzlich und wir freuen uns auf die Zusammenarbeit, Deine Kolleginnen und Kollegen der Redaktionskommission,
Hanni Brunner, Josef Fries, Hans Wyss, Rosemarie Zemp und Bruno Peter, Redaktion.



Veranstaltungen Aktives Alter Reussbühl

Jassen im Restaurant Don Carlos, Ruopigen, Dienstag, 14.15 Uhr

9. Januar, 13. Februar, 6. März, 17. April, 8. Mai, 5. Juni 2018

Marietta Lichtsteiner, Obermättlistrasse 26, 6015 Luzern 041 260 63 79
Josette Zemp Waldstrasse 49, 6015 Luzern 041 260 87 85



Wanderungen: 1. März, 5. April 2018

Seite 13



Dienstag, 16. Januar 2018, 14.00 Uhr, Rest. Obermättli

Lottonachmittag

8 Durchgänge. Es sind schöne Preise zu gewinnen.
Wer nichts gewinnt erhält einen Trostpreis.



Dienstag, 06. Februar 2018, 14.00 Uhr, Rest. Obermättli

Seniorenfasnacht

Tanz und Unterhaltung mit dem „Duo Ochsi“
Besuch des Zunftmeisters Roland Odermatt mit Gefolge

Wir freuen uns auf viele maskierte und kostümierte Besucher



Dienstag, 13. März 2018, 14.00 Uhr, im Saal des Betagtenzentrums Staffelnhof

Film: Die Kinder vom Napf

Seite 12

Ein Film der Reussbühlerin Alice Schmid



Wenn der Weg ins Obermättli zu beschwerlich ist, besorgen wir eine Fahrgelegenheit. Abfahrtszeit und Ort nach Absprache. Meldet euch bei der Präsidentin Hanni Wyss, Tel. 041 250 24 09

Vorschau: 10. April 2018: Gemüseanbau für Grossverteiler, mit dem Gemüsebauer David Bigler aus Emmen.
15. Mai 2018: Tagesausflug ins Appenzellerland

Einzahlungsschein Mitgliederbeitrag 2018

Der beiliegende Einzahlungsschein ist bestimmt für den Mitgliederbeitrag 2018 an das Aktive Alter Littau oder an das Aktive Alter Reussbühl.

Er beträgt Fr. 20.-- pro Person.

Die Anlässe sind immer auch mit Kosten verbunden. Die Vorstände danken Ihnen für die Zahlung und nehmen gerne auch Spenden entgegen.

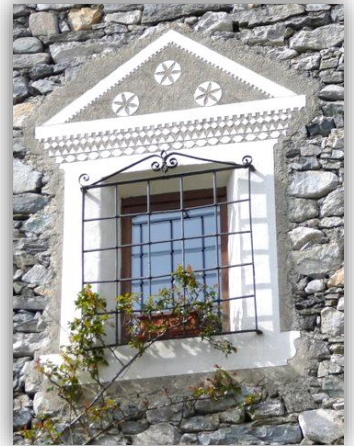
Der Mitgliederbeitrag kann auch bei Veranstaltungen bezahlt werden.

Agnes Huonder, Kassierin Aktives Alter Reussbühl,
Peter Wagner, Kassier Aktives Alter Littau

Zum Neuen Jahr

Wo immer das Glück sich aufhält,
hoffe, ebenfalls dort zu sein.
Wo immer jemand freundlich lächelt,
hoffe, dass sein Lachen dir gilt.
Wo immer die Sonne aus den Wolken
hervorbricht,
hoffe, dass sie besonders dir scheint.
Damit jeder Tag deines Lebens
so hell wie nur möglich sei.

Irischer Segensspruch



Der Vorstand des Aktiven Alter Reussbühl wünscht allen ein gutes Neues Jahr.

Hanni Wyss - Jäggi, Präsidentin, Ruopigenring 85, 6015 Luzern, Tel. 041 250 24 09, wysshans42@bluewin.ch
Agnes Huonder, Kassierin, Lotte Dousse, Heidi Kiser, Hans Koller, Toni Portmann, Hans Wyss

Einladung zum Film: Die Kinder vom Napf. Dienstag, 13. März 2018. 14.00 Uhr,

im Saal des Betagtenzentrums Staffelnhof

Alice Schmid ist wohl vielen bekannt, ist sie doch in Reussbühl aufgewachsen und zur Schule gegangen. Als Filmemacherin hat sie verschiedene Filme mit Kindern und von Kindern gedreht.

Mit Schulkindern aus Romoos hat Alice Schmid den eindrücklichen Film „Die Kinder vom Napf“ produziert.

Während eines Jahres begleitete sie die Bergbauernkinder mit der Kamera. Der Film zeigt, wie die Kinder die Schule und den Alltag auf den abgelegenen Bauernhöfen erleben. Hautnah gibt der Film Einblick in das einfache Leben im Berggebiet, und wie die Kinder die Launen der Natur erfahren.



Alice Schmid

Alice Schmid hat sich das Datum unserer Filmvorführung vorgemerkt. Gerne würde sie persönlich am Filmnachmittag anwesend sein und den Film vorstellen. Da aber zur Zeit Vorbereitungen für einen neuen Film laufen und sie sich deswegen viel im Ausland aufhält, ist ihre Anwesenheit noch nicht sicher.

Die Filmvorführung werden wir so oder so geniessen.

Rückblick Eröffnungsveranstaltung vom 17. Oktober 2017

Einladend war der herbstlich dekorierte Obermättlisaal. Hundert gekonnt gestaltete rote Fliegenpilze, Edelkastanien vom Rothen und Efeuranken zierten die vier Tischreihen. Die eintreffenden Seniorinnen und Senioren wurden vom Vorstand und der Präsidentin freundlich empfangen.

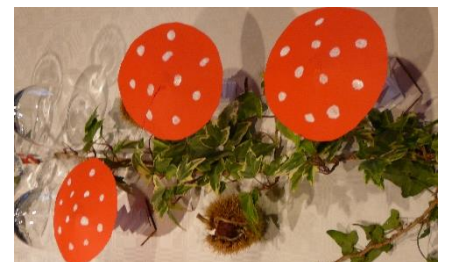
Zu Beginn verlas die Präsidentin Hanni Wyss den Jahresbericht und hielt Ausschau auf die kommenden Aktivitäten. Der Kassenbericht von Agnes Huonder wurde zur Kenntnis genommen.

Das Trio Furrer, Gisler & Co. spielte zum Auftakt und nach dem geschäftlichen Teil zur Unterhaltung ansprechende Musik.

Später dann wurde ein Glas Wein offeriert. Zur Überraschung für die Anwesenden gab es zum Wein nicht das obligate Sandwich, sondern „Heissi Marroni“ geliefert vom Marronistand beim Rathaussteg.

Der Nachmittag bot die Gelegenheit für Gespräche und Gedankenaustausch, was rege genutzt wurde.

Hans Wyss



Wandergruppe Reussbühl

Wir wünschen allen, die uns 2017 auf unseren monatlichen Wanderungen begleitet haben alles Gute im neuen Jahr, gute Gesundheit und unfallfreie Wanderungen. Es wäre schön und wir würden uns sehr freuen, wenn wir auch 2018 wieder mit vielen Frauen und Männern unterwegs sein können. Auch neue Teilnehmer/innen sind jederzeit herzlich willkommen. Tun sie etwas für ihre Gesundheit und geniessen sie die Zeit mit uns in der wunderbaren Natur. Zum Auftakt beginnen wir mit der Wanderung Hildisrieden – Rothenburg.

Das Wanderleiterteam: Johanna Walser, Hans Wyss, Paul von Flüe, Eugen Lotter.

Donnerstag, 01. März 2018		Wanderzeit ca. 2 Std
Hildisrieden – Rothenburg	leichte Wanderung	<i>Abstieg ca. 200m</i>
Besammlung:	09.45 Uhr Haltestelle Ruopigengzentrum	
Abfahrt	09.52 Uhr Ruopigengzentrum nach Emmenbrücke (Bahnhof Süd)	
	Kollektivbillett wird von der Wanderleitung gelöst.	
	Rückkehr ca. 15.30 Uhr	
Anmeldung	Am Vortag 13.00 bis 14.00 Uhr bei Paul von Flüe, Tel. 041 260 63 51	
Verpflegung	Aus dem Rucksack.	
Ausrüstung	Halbtax-Abo / GA, Wanderschuhe, Regenschutz, Wanderstöcke	
Wanderleitung	Paul von Flüe, 041 260 63 51	Johanna Walser, 041 252 08 30

Donnerstag, 05. April 2018		Wanderzeit ca. 2 Std
Immensee – Hohle Gasse – Gesslerburg – Greppen (Rigi-Lehnweg)	leichte Wanderung	
Besammlung	09.22 Uhr Haltestelle Ruopigengzentrum	
Abfahrt	09.37 Uhr Ruopigengzentrum Bus Nr. 40	
	09.40 Uhr Frohburg Bus Nr. 2	
	10.06 Uhr Bahnhof Luzern nach Küsnacht (Gleis 11)	
	Kollektivbillett wird von der Wanderleitung gelöst.	
	Rückkehr ca. 16.00 Uhr	
Anmeldung	Am Vortag 13.00 bis 14.00 Uhr bei Johanna Walser Tel. 041 252 08 30	
Verpflegung	Aus dem Rucksack	
Ausrüstung	Halbtax-Abo / GA, Wanderschuhe, Regenschutz, Wanderstöcke.	
Wanderleitung:	Johanna Walser, 041 252 08 30	Eugen Lotter, 041 260 61 27

Bei zweifelhaftem Wetter gibt die Wanderleitung Auskunft über die Durchführung.
Die Teilnahme an den geführten Wanderungen erfolgt auf eigene Verantwortung.
Die Versicherung ist Sache jedes einzelnen Teilnehmers.

Vorschau 2018

03. Mai	Beromünster – Hildisrieden	06. September	Holderbank – Egerkingen
07. Juni	Büron – Triengen	04. Oktober	Oberkirch – Nottwil
05. Juli	Stöckalp – Flüeli-Ranft	08. November	Oberschongau – Müswangen
09. August	Schlättli – Muotathal	06. Dezember	Schlusswanderung



Seebodenalp, 5. Oktober 2017

Kerns – St. Antoni – Kerns, 9. November 2017. Trüb hat der Tag begonnen. Es wurde aber noch recht heiter! Zum Mittagshalt überraschte uns der Wanderleiter Paul von Flüe mit Käseschnitten vom offenen Feuer und heissem Kaffee avec.

Rückblick «Pro Senectute und ihre Dienstleistungen», 14. November 2017

Eine stattliche Anzahl Seniorinnen und Senioren traf sich im Obermättli. Zum Beginn fand in einem würdigen Rahmen ein kurzes Gedenken an die sechs Frauen und fünf Männer statt, die uns im Verlaufe des Jahres für immer verlassen haben. Für jede Person wurde eine Kerze angezündet.

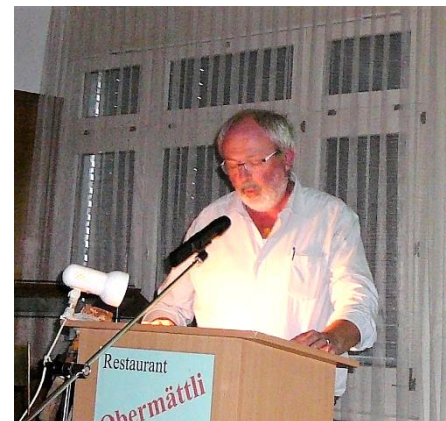
Antoinette Ruckstuhl, Sozialarbeiterin, orientierte über die umfangreichen Beratungsmöglichkeiten und Aktivitäten der Pro Senectute. Diese bietet kostenlose und diskrete Beratungen zu allen Lebensfragen rund ums älter werden an. Für den Stadtteil Littau-Reussbühl ist die Beratungsstelle in Emmenbrücke zuständig (Adresse: siehe letzte Seite). Frau Ruckstuhl macht auch Hausbesuche.

Markus Geisseler ist Ortsvertreter der Pro Senectute für Littau-Reussbühl. Er stellt seine Aufgaben vor. So organisiert er die Herbstsammlung, macht Geburtstagsbesuche bei 75-jährigen und ist Bindeglied zur Beratungsstelle.

Sozialberatung kann nicht alle Probleme lösen, sicher aber kann sie Wege zu Problemlösungen aufzeigen und Unterstützung anbieten.

Es war ein informativer Nachmittag. Vielleicht können wir mal jemanden ermuntern die Dienstleistungen der Pro Senectute in Anspruch zu nehmen.

Text und Bilder Hans Wyss



CINEDOLCEVITA zeigt eine Palette vielfältiger Filme aus verschiedenen Zeitepochen.

stattkino Luzern, Löwenplatz 11, Boubaki Panorama www.stattkino.ch Eintritt Fr. 13.--

Kino und Kinokasse befinden sich im Untergeschoss. Lift vorhanden. Das Kino ist rollstuhlgängig. Reservationen werden empfohlen: Tel. 041 410 30 60 oder info@stattkino.ch

Di 9. Januar 2018, 14.30

Luzerner Premiere

TOUR DE FRANCE

von Rachid Djaidani, Frankreich 2016, 95 Min., F/d

mit Gérard Depardieu

Di 23. Januar 2018, 14.30

BRUEGEL - THE MILL AND THE CROSS

von Lech Majewski, Schweden/Polen, 2011, 92 Min., E/d,f

mit Charlotte Rampling

Di 6. Februar 2018, 14.30

Luzerner Premiere

ROSALIE BLUM

von Julien Rappeneau, Frankreich 2015, 95 Min., F/d

Di 6. März 2018, 14.30

THE ARTIST

von Michel Hazanavicius, Frankreich 2011, 100 min., ohne Dialog

mit Jean Dujardin und Bérénice Bejo

Di 27. März 2018, 14.30

ZUM ABSCHIED MOZART

von Christian Labhart, Schweiz 2006, 80 Min., Dialekt

Mittagstisch für Jung und Alt, Im Pfarreisaal der Kath. Kirche Littau

Gemeinsam das Essen geniessen, zusammen plaudern, das regt zur Gemütlichkeit an. Kommen Sie vorbei und lassen Sie sich überraschen.

Jeweils 12.00 Uhr, Donnerstag, 18. Januar, 22. Februar, 22. März 2018, 19. April, 24. Mai, 21. Juni, 20. September 2018

Kosten Fr. 10.- pro Person und Fr. 25.- für Familien mit 2 kleinen Kindern

Anmeldeschluss jeweils Dienstag bis 12.00 Uhr beim Pfarreisekretariat 041 259 01 80

Spielnachmittage im reformierten Kirchenzentrum, Ritterstrasse 59

Mittwoch, 10. Januar, 14. Februar und 14. März jeweils von 14.00 bis ca. 15.30 Uhr

Wir spielen alte und neue Gesellschaftsspiele und geniessen eine unbeschwerte Zeit in offener Runde. Haben Sie ein Lieblingsspiel? Bringen Sie es doch mit und lassen Sie sich vom Spielfieber anstecken!

Bei Fragen wenden Sie sich an: Monika Z'Rotz-Schärer, Sozialdiakonin, 041 250 13 60

Mittagstisch im reformierten Kirchenzentrum, Ritterstrasse 59

Mittwoch, 10. und 31. Januar; 14. und 28. Februar, 14. und 28. März jeweils 12.15 Uhr

Essen ohne Wein Fr. 8.--; Essen mit Wein Fr. 10.--

An- und Abmeldungen jeweils bis am vorhergehenden Montag

an Monika Z'Rotz-Schärer, Sozialdiakonin, 041 250 13 60 oder diakonie.littau@lu.ref.ch

Senioren-Turnen, Pro Senectute

Je Mittwoch, 14.45 – 15.45 Uhr (ausser Schulferien), **Turnhalle Ruopigen**

Margrit Berger, Hubelstrasse 22, 6012 Obernau, 041 320 16 69

Ruth Wagner, Eichenstrasse 30, 6015 Luzern, 041 260 67 36

Beatrice Anderegg, Waldstrasse 47, 6015 Luzern, 041 250 15 13

Seniorenturnen, TSV Littau, Seniorenriege „Mobile“

Je Mittwoch, 16.00 bis 17.15 Uhr, Turnhalle Matt

Ansprechpersonen:	Fritz Wolbers, Gasshof 9	041 250 48 26
	Martin Bühlmann, Flurstrasse 5	041 250 18 13
	Doris Moritz, Matthof 6	041 250 28 69

Während den Schulferien entfallen die Turnstunden.

www.tsvlittau.ch/riegen/seniorenriege/

Wasserfitness, Pro Senectute

Wöchentlich jeden Freitag, ausser während den Schulferien

Kurs 1: 08.15 bis 09.10 Uhr

Kurs 2: 09.15 bis 10.10 Uhr

im **Hallenbad Schubi**, Udelbodenstr. 44, Littau

Kursgeld pro Lektion: Fr. 11.50, mit Abo Fr. 10.50 inkl. Eintritt

Auskunft neu: Judith Bollinger, 041 361 19 48

Fitness mit Musik, Pro Senectute

in der **Turnhalle Schulhaus Fluhmühle** Jeden Mittwoch, 13.30 – 14.30 Uhr

Probelektion gratis; Fr. 5.- pro besuchte Lektion

Wir freuen uns auf Ihre telefonische Anmeldung oder auf Ihren spontanen Besuch in einer Probelektion

Barbara Vanza, Buchrain, 041 760 59 53 und Violette Besson

Während den Schulferien entfallen die Turnstunden

Ökumenischer Besuchsdienst Littau und Reussbühl

Möchten Sie bei unserem ökumenischen Besuchsdienst mitarbeiten?

Haben Sie Interesse an einer sinnvollen und ehrenamtlichen Tätigkeit, die viel Freude bringen kann?

Können Sie sich vorstellen, einen älteren oder jüngeren Menschen regelmässig zu besuchen oder zu begleiten? Zeit und Aufmerksamkeit zu schenken?

Wir freuen uns auf Ihre Kontaktaufnahme.

Möchten Sie regelmässig besucht oder begleitet werden?

Würden Sie sich über einen Besuch freuen? Sollte Sie jemand beim Einkaufen, beim Arztbesuch oder zum Spazieren begleiten? Vermissen Sie regelmässigen Kontakt und Austausch? Dann könnte unser kostenloses Angebot des ökumenischen Besuchsdienstes etwas für Sie sein! Wir freuen uns über Ihren Anruf.

Vermittlungsstelle des ökumenischen Besuchsdienstes:

Monika Z'Rotz-Schärer, Sozialdiakonin, Ritterstrasse 59, 6014 Luzern, 041 250 13 60, diakonie.littau@lu.ref.ch

Senioren-Post

Wichtige Hinweise und Adressen

Pro Senectute Kanton Luzern

www.lu.pro-senectute.ch

Sozialberatung

Kostenlose und diskrete Beratung zu allen Lebensfragen rund ums älter werden.

Termin nach vorheriger Vereinbarung auf der Beratungsstelle Gerliswilstrasse 63, 6020 Emmenbrücke, 041 268 60 90, oder durch Hausbesuche.

Treuhanddienst, Habsburgerstrasse 26, 6003 Luzern
041 226 19 70

Unentgeltliche Rechtsberatung,
Bundesplatz 14, 6003 Luzern, 041 226 11 88

Bildung und Sport, Habsburgerstr. 26, 6003 Luzern
041 226 11 96 für Bildung, 041 226 11 99 für Sport

Steuerklärungsdienst
Taubenhausstrasse 16, 6005 Luzern, 041 319 22 88

Mahlzeitendienst
Habsburgerstrasse 26, 6003 Luzern, 041 360 07 70

Ortsvertreter Littau-Reussbühl: Markus Geisseler,
Jodersmatt 7, 6014 Luzern
079 382 89 54 oder 041 250 24 86

Infostelle Demenz, Taubenhausstrasse 16, 6005 Luzern
041 210 82 82

Spitex Luzern-Littau
Krankenpflege/Hauspflege/Haushilfe, Brünigstrasse 20,
6005 Luzern, 041 429 30 70, www.spitex-luzern.ch

Haushilfe Luzern
Hauspflege/Haushilfe/Begleitung/Betreuung
Birkenstrasse 9/112, 6003 Luzern
041 360 92 20, www.haushilfe-luzern.ch

Ökumenischer Besuchsdienst
Littau und Reussbühl
Ref. Kirche: Monika Z'Rotz-Schärer, 041 250 13 60
Pfarrei Reussbühl: Esther Nussbaumer, 041 269 01 20
Pfarrei Littau: Jens Spangenberg, 041 259 01 83

Fluckmättli, Tages- und Halbtagesbetreuung für hilfsbedürftige Menschen
Fluckmättli 1, 6014 Luzern, Eva Waser-Lustenberger,
info@fluckmaettli.ch, 041 / 250 45 38, www.fluckmaettli.ch

SOS-Dienst Luzern Kirchliche Familien- und Nachbarschaftshilfe, Brünigstrasse 20, 6005 Luzern
041 342 21 21, www.sos-luzern.ch

Da beim Sterben

Luzerner Vereinigung zur Begleitung Schwerkranker,
Postfach, 6000 Luzern 7,
www.da-beim-sterben.ch, 041 675 02 20

Stiftung Der Rote Faden für Menschen mit Demenz und ihre Angehörigen, Bramberghöhe 4, 6004 Luzern
www.derrotefaden.ch, 041 240 70 44

Beratung Wohnen im Alter
Schützenstrasse 4, 6003 Luzern
Tel. 041 612 70 40

Für Alterswohnungen in Littau-Reussbühl

Baugenossenschaft Matt, Grubenstr. 16, 6014 Luzern
041 259 22 88, www.bgmatt.ch

Wohnbaugenossenschaft WGL Littau,
Postfach 135, 6014 Littau
041 250 27 37, www.wohnbauenossenschaft-wgl.ch

Baugenossenschaft Reussbühl,
Ruopigenring 105, 6015 Luzern
041 250 32 22, www.bg-reussbuehl.ch

AHV-Zweigstelle, Obergrundstr. 1, 6003 Luzern
Für AHV, Ergänzungsleistungen, Prämienverbilligung, Zusatzleistungen. **Mittwochvormittag geschlossen.**
041 208 81 11

Senioren-Universität und Senioren Volkshochschule
Schweizerhofquai 2, 6004 Luzern, 041 410 22 71
www.sen-uni-lu.ch

Die städtische Internetplattform Luzern 60plus
www.luzern60plus.ch

seniorweb: interaktive Internetplattform für die Generation 50plus in der Schweiz
www.seniorweb.ch

SBB-Tageskarten Gemeinde
öko-forum im Bourbaki Panorama, 6004 Luzern
www.oeko-forum.ch, 041 412 32 32

SOS-Fahrdienst der Senioren-Drehscheibe
Sonja Schmitter, Ruopigenring 89, 6015 Luzern
041 250 13 87
Auskunft und Reservation mind. zwei Tage im Voraus
jeweils Montag, Mittwoch und Freitag von 9 bis 11 Uhr



Pflege und Betreuung, Psychiatrische Pflege,
Onkologie- und Palliativpflege, Abend- und Nachtdienst,
Hauswirtschaft und Betreuung.
Tel. 041 429 30 70 / www.spitex-luzern.ch

B-ECONOMY P.P. 6014 Luzern

DIE POST
Post CH AG

Impressum

Herausgeber: Aktives Alter Littau und Reussbühl und Senioren-Drehscheibe

Redaktionsteam: Hanni Brunner, Josef Fries, Bruno Peter, Stephanie Rey-Koller, Hans Wyss, Rosemarie Zemp

Redaktionsadresse: Bruno Peter
Unterwilrain 34, 6014 Luzern, 041 250 40 78
hedybruno.peter@bluewin.ch

Druck: PK-Druck Kronenberger, 6015 Luzern

Auflage: 2400 Exemplare

Nächster Redaktionsschluss: Mo 12.02.2018