

**Der Marktplatz 55+ ist eine Erfolgsgeschichte – auch für den SVNW**

Die Ausstellung zu aktuellen Themen des Älterwerdens in der Basler Markthalle präsentierte sich bei seiner 4. Durchführung am 28.9.2019 einem zahlreichen Publikum mit einem breitgefächerten Themenspektrum und sorgfältig gestalteten Präsentationen von 46 Organisationen.

Was 2016 mit der Premiere begann, hat sich seither als Konzept bewährt und bietet Seniorinnen und Senioren, aber auch interessierten jüngeren Menschen jedes Jahr eine informative Plattform für Wissenswertes und für einen regen Gedankenaustausch zu vielfältigen Aspekten des Älterwerdens.

Den Rückblick zum Marktplatz 55+ lesen Sie auf Seite 6

**Inhalt**

Editorial	1
Initiative Bachmann will auch laufende Renten kürzen	4
Gesund bleiben: genussvoll und bewegt	5
Der Marktplatz 55+ ist eine Erfolgsgeschichte – auch für den SVNW	6
Herbstausflüge für Einzelmitglieder	7
Tipps zum Thema Internetkriminalität	8
Veranstaltungen des SVNW 2020	9
Herbstkongress des Schweizerischen Seniorenrates zum Thema «Armut im Alter»	10
Gesundheitspolitische Baustellen und die Folgen für unsere Krankenkassenprämien	12
Altersdiskriminierung häufiger als Sexismus und Rassismus	14

## Editorial

von SVNW-Präsident Lukas Bäumle

Liebe Leserin  
Lieber Leser

Weihnachten, Fest der Liebe, des Zusammenseins mit Familie und Freunden, Kerzenlicht und gutem Essen. Das ist das Idealbild von Weihnachten. Leider nicht für alle Menschen. Viele Seniorinnen und Senioren haben in diesem Jahr Familienmitglieder und Freunde verloren, sind einsam und müssen Weihnachten alleine verbringen. Aus diesem Grund boomen Reisen ins Ausland mit Car oder Kreuzfahrten. Inserate in verschiedenen Zeitschriften zeigen, dass dies ein grosses Bedürfnis ist. Man will sich aus dem Weihnachtstrubel verabschieden und mit andern Menschen an einem schönen Ort Weihnachten verbringen. Aber vielleicht haben Sie eine betagte Nachbarin oder einen Nachbarn, der oder die alleine in seiner Wohnung Weihnachten verbringen muss. Laden Sie ihn oder sie doch ein, – denn gemeinsam Weihnachten zu feiern ist immer noch das Schönste. In diesem Sinne wünschen wir Ihnen ein schönes besinnliches Weihnachtsfest.

**Impressum**

**Herausgeber**

Seniorenverband Nordwestschweiz  
SVNW  
www.svnw.ch  
Email: info@svnw.ch

**Präsident SVNW**

**Lukas Bäumle**  
Email: lukas.baemle@besonet.ch

**Redaktion autonom**

**Andreas Bitterlin** (Vorsitz)  
Email: a.bitterlin@bluewin.ch  
Sabine Bürk  
Elisabeth Eicher

**Druck und Versand**

Schaub Medien AG, 4410 Liestal

**Auflage**

7500 Exemplare  
Erscheint vierteljährlich

Ende Jahr erhalten Sie wieder den neuen Versicherungsausweis ihrer Krankenversicherung. Die Prämien erhöhungen für das Jahr 2020 sind moderater als in früheren Jahren ausgefallen, dies die positive Nachricht. Bis Ende November konnten Sie die Franchisenhöhe, also den Selbstbehalt verändern. Das



ist bekanntlich der Betrag bei Leistungen, den Sie bei der Grundversicherung selber übernehmen müssen. Ein Beispiel kann den Sachverhalt am besten erläutern: Eine erwachsene Person mit einer Franchise von 2500 Franken hat in einem Kalenderjahr versicherte Gesundheitskosten von 5500 Franken. Für den Franchisenbetrag von 2500 Franken muss sie selbst aufkommen. Von den übrigen 3000 Franken muss die versicherte Person zusätzlich einen Selbstbehalt von 10%, also 300 Franken bezahlen. Insgesamt übernimmt der Versicherer also 2700 Franken, 2800 Franken muss der Versicherungsnehmer selbst berappen. Sie können eine Franchise zwischen Fr. 300.00 und Fr. 2500.00 wählen. Für die Wahl der besten Franchise kommt erschwerend dazu, dass die Prämien je nach Franchise auch für ein- und dasselbe Krankenkassen-Modell unterschiedlich hoch sind. Je höher die gewählte Franchise, desto tiefer sind in aller Regel die Prämien. Das ergibt intuitiv Sinn: Je mehr der Versicherte selbst zu zahlen bereit ist, desto grösser ist der Rabatt, den ihm die Krankenkasse gewährt.

Auch hier hilft am besten ein Beispiel aus der Praxis: Eine Sparmodell-Variante kostet bei einer bestimmten Krankenkasse in einer Prämienregion für Erwachsene mit Unfallversicherung 360.40 Franken pro Monat mit der 300er-Franchise und «nur» 232.10 Franken pro Monat mit der 2500er-Franchise.

Die Differenz beträgt also stolze 128.30 Franken pro Monat oder 1539.60 Franken pro Jahr. In diesem Fall lohnt sich die 300er-Franchise erst ab Gesundheitskosten von 2013 Franken pro Jahr. Falls Sie nachrechnen möchten: Vergessen Sie den Selbstbehalt von 10% oberhalb der Franchise nicht.

Bis 31. Dezember 2019 können Sie für die Grundversicherung den Krankenversicherer wechseln. Das heisst, zu einem günstigeren Anbieter wechseln oder ein anderes Modell der Grundversicherung wählen. Verschiedene Vergleichsportale helfen Ihnen bei der Suche nach dem besten Anbieter. Doch es heisst aufpassen! Sogenannte Broker, das sind Personen oder Firmen, die von den Krankenversicherern für die Aquirierung von neuen Kunden bezahlt werden, versuchen Ihnen eine andere

Krankenversicherung schmackhaft zu machen. Sie wollen aber letztlich Ihnen noch andere Versicherungen verkaufen, die Sie gar nicht benötigen.

Das ganze Krankenversicherungswesen ist eine sehr komplexe Angelegenheit. Gerade für uns Seniorinnen und Senioren. Immerhin machen die Krankenkassenprämien einen erheblichen Teil unseres Budgets aus, trotz der Möglichkeit, bei wenig Rente Prämienverbilligung vom Staat zu erhalten. Diese Prämienverbilligung wurde übrigens nicht von allen Kantonen richtig umgesetzt. Man muss wissen, dass die Hälfte des Geldes für Prämienverbilligung vom Bund kommt, die andere Hälfte müssen die Kantone aufwenden. Hier gibt es Kantone, die den Kantonsanteil aus finanzpolitischen Gründen massiv reduzierten, so dass weniger finanzielle Mittel für Prämienverbilligungen zur Verfügung standen. Negatives Beispiel war der Kanton Luzern, der dies korrigieren musste, positives Beispiel ist der Kanton Basel-Stadt,

der den Kantonsanteil noch verdoppelte. Die Revision des Ergänzungsleistungsgesetzes und dessen Verordnung ist in der Zwischenzeit in Kraft und wird auf das Jahr 2021 umgesetzt. Nun hat sich, ohne dass es die Öffentlichkeit bemerkt hat, ein Passus eingeschlichen, der für uns Seniorinnen und Senioren fatal ist: Erben müssen für Ergänzungsleistungen von Verstorbenen aufkommen. Ab 2021 müssen Ergänzungsleistungen nach dem Tod zurückerstattet werden. Das heisst: Erben werden zur Kasse gebeten. Das kann drastische Auswirkungen haben. Die Ergänzungsleistungen sichern das Existenzminimum, wenn die Rente nicht ausreicht. Sie sind ein verfassungsmässiger Anspruch, keine Fürsorge oder Sozialhilfe. Dennoch holt der Staat künftig Ergänzungsleistungen von den Erben zurück. Damit werde zum ersten Mal eine rechtmässig bezogene Sozialversicherungsleistung auf nationaler Ebene rückerstattungspflichtig, sagen verschiedene Rechtsprofessoren.





Weitgehend von der Öffentlichkeit un-  
bemerkt hat das Parlament die Änderung  
im März beschlossen. Im neuen Ergänzungs-  
leistungsgesetz, in Artikel 16 zur  
«Rückerstattung rechtmässig bezogener  
Leistungen» steht, dass diese «nach  
dem Tod der Bezügerin oder des Bezü-  
gers aus dem Nachlass zurückzuerstat-  
ten» sind. Und zwar von dem Teil des Er-  
bes, der 40'000 Franken übersteigt. Bei  
Ehepaaren greift die Rückerstattungs-  
pflicht erst, wenn beide Ehepartner  
verstorben sind. Am meisten betreffen wer-  
de dies «die Mittelklasse und die untere  
Mittelklasse», sagt Anne-Sylvie Dupont,  
Professorin für Sozialversicherungs-  
recht an den Universitäten Neuenburg  
und Genf. Und sie ergänzt: «Oft wird es  
nicht mehr möglich sein, das Haus oder  
die Eigentumswohnung an die Nach-  
kommen weiterzugeben».

Am Mittwoch, 30. Oktober 2019 feier-  
te die AVIVO Schweiz an ihrem Jubi-  
läumsanlass im UNION in Basel 70 Jah-  
re AVIVO Schweiz und 70 Jahre AHV.

Die gelungene Jubiläumsveranstaltung  
zeigte eindrücklich die Geschichte der  
AVIVO Schweiz, die mit der Einführung  
unseres wichtigsten Sozialwerks in der  
Schweiz, der AHV, eng verbunden ist.  
Martin Lengwiler, Professor am Depart-  
ement Geschichte der Uni Basel, refe-  
rierte eindrücklich über die Geschichte  
der AHV als zentraler Teil des schwei-  
zerischen Sozialstaates. Die AHV, als  
erste Säule unserer Altersvorsorge im  
bewährten Umlageverfahren, muss un-  
bedingt weiter gestärkt werden. Gewisse  
politische Kreise versuchen, im Rahmen  
der kommenden Altersreform die AHV  
zu Gunsten der zweiten und dritten Sä-  
ule zu schwächen. Dies muss unbedingt  
verhindert werden. Denn in unserer  
Bundesverfassung steht eindeutig, dass  
die AHV das Ziel hat, ein Leben in Wür-  
de im Alter zu ermöglichen. Dieses Ziel  
ist aber bis heute nicht erreicht worden.  
Liebe Leserin, lieber Leser, wir hoffen,  
dass Sie in dieser autonomen Ausgabe  
Spaß beim Lesen haben, sich über die

aktuellen Themen informieren können  
und aktiv die Alterspolitik unseres Lan-  
des verfolgen, denn wir Seniorinnen  
und Senioren müssen immer mehr für  
unsere Rechte kämpfen. Wir wünschen  
Ihnen schöne Festtage.



*Lukas Bäumle, Präsident SVNW*

# Initiative Bachmann will auch laufende Renten kürzen

*Im Zentrum der SVS-Präsidentenkonferenz vom 24. September 2019 in Olten stand die Initiative «Vorsorge, Ja aber fair». Josef Bachmann stellte die von ihm lancierte Initiative vor, Peter Haudenschild vertrat die Gegenposition. Das Thema bewegte*

Josef Bachmann, ehemaliger Leiter der Pensionskasse von Pricewaterhouse-Coopers (PwC), Initiator der Initiative «Vorsorge, Ja aber fair», wies zunächst auf die 3-Säulen Vorsorge der Schweiz hin:

In der 1.Säule AHV (Grundvorsorge für alle), in der via Umlageverfahren die Aktiven für die Rentner bezahlen, bestehe eine grosse Solidarität zwischen den sozialen Schichten.

Die 2. Säule oder Berufliche Vorsorge (BVG) in die alle, Arbeitnehmer und die Arbeitgeber bezahlen, basiere auf dem Kapitaldeckungsverfahren und in die 3. Säule bezahlen alle für sich selbst. Als schwer krank, nur bei Schönwetter überlebensfähig, bezeichnete der Referent die 2. Säule. Es sei ein Irrtum zu meinen, dass sich mit mehr Geld die Vorsorge sanieren lasse. Notwendig sei eine grundlegende Erneuerung und dazu brauche es auch die Senioren. Bachmann zeigte anhand von Graphiken auf, dass weder zukünftige Anlagerenditen noch die Lebenserwartung voraussehbar sind, der Umwandlungssatz daher immer falsch bzw. eine Herausforderung ist.

Für die Rentenhöhe der 2. Säule ergebe ein Alterskapital (100 Prozent) geteilt durch die Lebenserwartung den Umwandlungssatz. Bei einer Lebenserwartung von 20 Jahren ergebe ein Umwandlungssatz von 5 Prozent und bei einer Lebenserwartung von 25 Jahren 4%, was eine Rentenkürzung/ Verlust von 20 Prozent bedeute.

## **Auch laufende Renten kürzen**

Laut Bachmann braucht die Berufliche Vorsorge eine Erneuerung auf drei Beinen:

- a. Mehr Sparkapital;
- b. Ein frei wählbares Rücktrittsalter in der 1. und 2. Säule. Dies bedinge, dass Arbeitgeber Arbeitsplätze für 65 plus anbieten und Arbeitnehmer attraktiv bleiben etwa durch Weiterbildung, Umschulung und Lohn. Der Versicherte entscheide, mehr Zeit oder

Geld und Bachmann nannte Beispiele: Bei einer Pensionierung mit 60 gebe es für 25 Jahre eine Rente von Fr. 2100.–; mit 65 für 20 Jahre eine Rente von Fr. 3000.– und mit 70 für 15 Jahre eine Rente von Fr. 4000.–.

c. Zudem befürwortet der Referent zwar weiterhin das Kapitaldeckungsverfahren im BVG, er fordert jedoch eine Abkehr von den fixen Renten. Sie sollen aufgrund klar festgelegter Regeln flexibel sein bzw. an die Rahmenbedingungen angepasst werden: – die Anlageerträge, die Demographie und die Teuerung. Dabei müssten auch die bereits laufenden Renten der 2. Säule einbezogen und in moderaten Schritten gesenkt werden. Dies entschärfe das Problem schnell und nachhaltig, wobei je schneller wir handeln, desto moderater falle es für alle aus, schloss der Referent seine Ausführungen.

## **Versprechen sind einzuhalten**

Die Gegenposition vertrat Peter Haudenschild, emeritierter Professor Dr. oec. publ. und SSR Delegierter des SVS. Zunächst hielt der Referent fest, dass laut Bundesverfassung die Leistungen der 1. und 2. Säule eine Fortsetzung der Lebenshaltung in angemessener Weise garantieren soll, wobei als Leistungsziel 60 Prozent des früheren Lohnes gemeint sind. Abzüge u.a. etwa Steuerabzüge für Vorsorgeeinrichtungen oder Abzüge für Weiterbildungskosten fielen jedoch weg.

Zur Diagnose von AHV 21 sagte Haudenschild, dass 2032 der AHV-Fond nur noch 70 Prozent und 2039 Illiquid sei und gleich Null betrage.

Bezüglich der Beruflichen Vorsorge (BVG) gibt es laut Haudenschild dagegen verschiedene Schätzungen. Der Umwandlungssatz sei mit 6.8 Prozent wegen dem tiefen Zinsniveau und der längeren Lebenserwartung jedoch zu hoch. Im Zuge der Revision der 2. Säule sei jedoch bereits einiges im Gang, indem etwa die Neurenten kleiner

ausfielen. An Mehreinnahmen nannte er etwa mehr Lohnprozente, Erhöhung der Mehrwertsteuer und /oder 3 Jahre länger arbeiten.

An der Initiative Bachmann, die die Renten in moderaten Schritten senken wolle, kritisierte Haudenschild besonders den unklaren Begriff moderat. Sollen die 75-Jährigen bei einer Rentenkürzung von 25 Prozent wieder eine 25 Prozent-Stelle suchen, fragte er? Und ob die Älteren Schuld seien, dass sie länger lebten, die Zinsen negativ seien und noch keine Lösungen vorliegen würden? Im Übrigen würden mit der Initiative Bachmann nicht die armen Jungen entlastet, vielmehr wären die 50–59 Jährigen die «Lackaffen» (Geprellten).

An Gründen warum der Schweizerische Seniorenrat (SSR) die Initiative Bachmann ablehnt, nannte Haudenschild etwa, dass die vorbehaltlos versprochenen Renten der 2. Säule nicht nachträglich gekürzt werden dürften, die Rechtssicherheit sei unverzichtbar, Versprechen seien einzuhalten. Ausserdem sei die Kaufkraft der Senioren /-innen aufgrund des seit Jahren fehlenden Teuerungsausgleichs und der stark gestiegenen Krankenkassenprämien laufend gesunken

Schliesslich forderte der Referent mehr Respekt gegenüber den Senioren/-innen. Der SSR setze sich zudem nicht nur für die Anliegen der heutigen Senioren/-innen, sondern auch für die künftigen ein. Abschliessend forderte Haudenschild die Anwesenden auf, den Text der Initiative Bachmann gut zu lesen und nicht zu unterschreiben.

Nach einer sich an die beiden Referate anschliessenden, lebhaften Diskussion, dankte SVS Präsident Karl Vögeli den Referenten für ihre engagierten Referate mit einem kleinen Präsent und den Anwesenden für das ebenso engagierte Mitmachen. Das Problem werde uns noch verschiedentlich beschäftigen, meinte er abschliessend.

*Margareta Annen, SVS Redaktion*



## Gesund bleiben: genussvoll und bewegt

Die Volkshochschule beider Basel bietet Programme für Seniorinnen und Senioren: Zum Beispiel Kochen im Kurs «Ernährung 50+» und Jonglieren

Dass Gemüse und Obst gesund sind, Zucker gemieden und Vollkornbrot dem Weissbrot vorgezogen werden sollte, gehört heute schon fast zum Allgemeinwissen. Angesichts der Hülle und Fülle an Ernährungstipps ist es aber gar nicht so einfach, den Überblick zu behalten. Ausserdem bleiben Sinn und Zweck dieser Tipps oft unklar, weshalb man vielleicht doch lieber alles beim Alten lässt. Gerade in reiferen Jahren ist es jedoch sehr lohnenswert, sich mit der Ernährung auseinanderzusetzen. Denn dank



Der Kurs «Ernährung 50+» wird zweimal im Jahr angeboten und soll zur Vorbeugung von Krankheiten dienen.

Ihr lassen sich Erkrankungen wie Diabetes, Osteoporose oder Herz-Kreislauf-Erkrankungen vorbeugen und wichtige körperliche Funktionen wie die Hirnleistung oder die Verdauung nachhaltig optimieren. Die Volkshochschule beider Basel (VHSBB) bietet deshalb zweimal im Jahr den Kurs «Ernährung 50+» an. Er propagiert nicht etwa einen bestimmten Ernährungsplan, sondern zeigt auf, wie der Körper physiologisch und anatomisch funktioniert und wie bestimmte Nährstoffe auf ihn wirken. Die Kursleiterin und Ernährungsberaterin Helena Koblasa ist überzeugt: «Nur, wenn ich verstehe, was zum Beispiel im Darm passiert, wenn ich nahrungsfaserreich esse, oder im Gehirn, wenn ich gewisse Fettsäuren bevorzuge, kann ich diese Erkenntnisse im Alltag umsetzen und meine Essgewohnheiten nachhaltig und genussvoll verändern.»

Gesundes Altern hängt nicht nur von einer bewussten Ernährung ab, auch Bewegung beeinflusst die Funktionen von Herz, Kreislauf und Muskulatur positiv, kann Gebrechlichkeit und Erkrankungen

hinausschieben und das körperliche Wohlbefinden erhalten.

Wer das mit einer grossen Portion Spass verbinden möchte, der sollte sich im Jonglieren versuchen. An der VHSBB zeigt die Bewegungspädagogin Judith Bürgin Anfängerinnen und Anfängern, wie einfach Jonglieren ist und wie sich dabei Beweglichkeit, Rhythmusgefühl und Reaktionsvermögen ganz automatisch entwickeln. Das Besondere am Jonglieren ist, dass nicht nur

Gleichgewicht und Motorik gefördert werden, sondern auch Entspannung und Gehirnleistung. Apropos Gehirnleistung: Zusätzliche Nahrung für den (Schön-)Geist findet sich bei der VHSBB in zahlreichen Kursen, zum Beispiel im sechsteiligen Lehrgang Kunstgeschichte, der im Januar mit dem ersten Modul «Mittelalter und Gotik» startet.

Michaela Stoll,  
Volkshochschule beider Basel

Japan erleben  
**Marie Curie**  
Basler Schnitzelbank

Zukunft der Mobilität  
**Filmclub**

**Evolution**  
Brasilien

Kalligrafie  
**Ernährung 50+**

**Philosophieren**  
Körpersprache

**Ireland**  
Macht der Karten

**hundert jahre neugierig**

Volkshochschule beider Basel  
400 Kurse jetzt entdecken auf  
[www.vhsbb.ch](http://www.vhsbb.ch)

# Der Marktplatz 55+ ist eine Erfolgsgeschichte – auch für den SVNW

*Die Ausstellung zu aktuellen Themen des Älterwerdens in der Basler Markthalle präsentierte sich bei seiner 4. Durchführung am 28.9.2019 einem zahlreichen Publikum mit einem breitgefächerten Themenspektrum und sorgfältig gestalteten Präsentationen von 46 Organisationen.*



*Am Stand des SVNW führten die Projektleiterin vom Marktplatz 55+, Denise Moser, und das SVNW-Vorstandsmitglied Fritz Kunzmann die Ziehung der Gewinner des SVNW-Wettbewerbs durch. Preise waren ein Goldvreneli, eine Einladung zum Weihnachtessen des SVNW und eine kostenlose einjährige Mitgliedschaft beim SVNSW.*

Was 2016 mit der Premiere begann, hat sich seither als Konzept bewährt und bietet Seniorinnen und Senioren, aber auch interessierten jüngeren Menschen jedes Jahr eine informative Plattform für Wissenswertes und für einen regen Gedankenaustausch zu vielfältigen Aspekten des Älterwerdens.

**Themen am diesjährigen Marktplatz 55+ waren u. a. Gesundheit, Kriminalprävention mit Informationen zu Gefahren und Risiken und wie man sich schützen kann, Kampfeskunst als Selbstverteidigung, Digitalisierung mit praktischen Tipps für den Umgang mit IT-Geräten, Soziales, Alterspolitik, Wohnen, Kultur, Freiwilligenarbeit.**

Für die Organisatoren hat das Forum für Information, Begegnung und Ge-

nerationendialog die Erwartung vollumfänglich erfüllt. Projektleiterin Denise Moser: «Der Anlass war ein Erfolg. Rund 1000 Personen haben den Weg in die Markthalle unter die Füße genommen. Feedbacks drückten aus, dass es dem Publikum gefallen hat. Ebenso waren die Aussteller zufrieden, etliche haben signalisiert, dass sie auch nächstes Jahr wieder dabei sein wollen.»

**Auch die Präsenz des SVNW, der zum zweiten Mal am Marktplatz 55+ mit einem eigenen Stand auftrat, kann als Erfolg bewertet werden.**

Fritz Kunzmann, der neben anderen Verbandsmitgliedern den Seniorenverband Nordwestschweiz als Auskunftsperson am SVNW-Stand vertrat, zieht ein positives Fazit: «Der Anlass war sehr gut



*Das Ressort Kriminalprävention des Justiz- und Polizeidepartements BS ging auf Gefahren und Sicherheitsrisiken sowie Möglichkeiten der Prävention ein.*

besucht. Nicht nur Seniorinnen und Senioren interessierten sich für das vielseitige Angebot, auch Besucherinnen und Besucher der jüngeren Generationen schlenderten, teils mit ihren Familien, durch die Markthalle. Wir konnten viele Interessierte begrüßen und ausführlich Auskunft über unsere vielfältigen Aktivitäten geben. Dabei warben wir auch gezielt für neue Mitglieder.»

Der SVNW mit rund 10'000 Mitgliedern ist ein Zusammenschluss von Altersorganisationen, Firmen- und Einzelmitgliedern. Er nimmt gesellschaftlichen und politischen Einfluss bei Behörden, Institutionen, Firmen und setzt sich ein für eine gerechte Senioren- und Generationenpolitik. Interessierte können sich über die Rahmenbedingungen einer Mit-



*Gezeigt wurde eine moderne japanische Selbstverteidigungsform, welche Selbstsicherheit, Haltung und Beweglichkeit verbessert.*

gliedschaft informieren auf [www.svnw.ch](http://www.svnw.ch) (in der Rubrik «über uns»).

**Die Durchführung des Marktplatz 55+ ist für 2020 gesichert**

Gesichert wird die Finanzierung durch die Trägerschaft des Anlasses, bestehend aus dem Gesundheitsdepartement und der Kantonspolizei des Kantons Basel-Stadt, Pro Senectute beider Basel, GGG Benevol und Innovage Nordwestschweiz. Der nächste Marktplatz 55+ findet am 26.10.2020 statt.

*Andreas Bitterlin, Vorstand SVNW*



## Herbstausflüge für Einzelmitglieder

*Diesen goldenen Herbst haben wir genutzt für 2 interessante Ausflüge ins Baselbiet.*

Im September reisten wir nach **Eptingen** und besuchten dort die **Mineralquelle**.

Sehr interessant und eindrücklich zu sehen war die professionelle Herstellung verschiedener Sorten Mineralwasser. Stilles Wasser, prickelndes Wasser, Getränke mit verschiedenen geschmacklichen Noten, wie Grapefruit Pepita, Pepita Citro, Orange oder Cola, in zuckriger oder Light-Version etc. Alle Süsswasser der Eptinger Quelle haben die Oberbezeichnung Pepita. Die altvertraute Marke in unterschiedlichen neuen Kleidern.

Beeindruckend war die Menge der Produktion: Im 2018 wurden 50 Mio. Flaschen abgefüllt. Die Gebinde sind entweder Glas- oder PET-Flaschen. In der Gastronomie sind hauptsächlich die Glasflaschen gefragt.

Beeindruckend war die Herstellung der Glasflaschen: Kleine Röhrchen, wie Reagenzgläser mit Deckel werden in einer Maschine zu Liter- oder Halbliterflaschen «aufgeblasen» und gleichzeitig abgefüllt. Die jetzige aktive Quelle liegt auf 800m ü.M. Das Wasser wird aus einer Tiefe von 417m geholt, aus einer Muschelkalk-Schicht. Eptinger ist das mineralhaltigste Wasser in der Schweiz.

Die Firma arbeitet an zwei Produktionsstätten: Eptingen und Lostorf. Das Lostorfer Wasser läuft unter der Bezeichnung «Cristallo».

Seit 4 Generationen liegt das Geschäft in den Händen der gleichen Familie.

Wir wurden sehr kompetent und freundlich durch den Betrieb geführt, unter Einhalten der nötigen Hygienevorschriften und selbstverständlich musste die Gruppe auch keinen Durst leiden.

Der Oktober führte uns ebenfalls auf den Spuren von Getränken, nach **Arisdorf** in die **Spezialitätenbrennerei Zuber**.

Auch das ein Familienbetrieb, wenn auch in familiärerem Ausmass als Eptingen, und trotzdem eine der grössten Schnapsbrennereien in unserer Region. Bis vor kurzem wurde er von zwei Schwestern geführt, die das Erbe ihres Vaters hüteten und ausbauten. Nun ist aber bereits die nächste Generation am Werk. Der junge Brennmeister und Sommelier Andreas Gerber hat die Regie über die Brennkesel übernommen.

Das Obst zum Brennen stammt aus verschiedenen Orten im Baselbiet. Es wird an Sammelstellen abgeholt. Verarbeitet werden alle einheimischen Obstsorten. In mehreren Brenndurchläufen entsteht ein erstklassiger Klarer oder feiner Likör. Nebst den herkömmlichen Flaschen mit grafisch sehr schön gestalteten Etiketten, gibt es eine grosse Auswahl an speziellen «Künstlerflaschen» aus der Hand eines begabten Familienmitgliedes.

Grosszügig wurden wir zum Degustieren eingeladen und, damit das Hochprozentige nicht zu heftig «einfährt», gab es auch etwas Feines zum Beissen.

Beide Herbstausflüge erfreuten jeweils an die 20 Mitglieder, eine zufriedene Gruppe unterwegs!

*Gisela Konstantinidis*



Starten Sie jetzt zum Aufbau  
eines Vermögens.  
Mit einem Raiffeisen Fonds-Sparplan.

Mit dem Raiffeisen Fonds-Sparplan erreichen Sie Schritt für Schritt Ihre Sparziele. Machen Sie jetzt mehr aus Ihrem Geld.

[raiffeisen.ch/fonds-sparplan](https://raiffeisen.ch/fonds-sparplan)

**RAIFFEISEN**  
Wir machen den Weg frei



# Tipps zum Thema Internetkriminalität

## 1. Wie überprüfe ich eine Homepage?

Ich bin auf einer Homepage und möchte wissen, ob diese auch vertrauenswürdig und sicher ist. Wie kann ich das prüfen?

<https://www.virustotal.com>

Einfach die zu überprüfende Homepage eingeben und anklicken. Die sicherheitsrelevanten Angaben werden blitzschnell überprüft und es wird mir unmittelbar aufgezeigt, ob es sich um eine sichere Homepage handelt oder eben nicht.

## 2. Welches Virenschutzprogramm schützt meinen PC?

Virenschutzprogramme sind auf einem PC absolut zwingend. Es gibt dutzende

Anbieter und die Preisspanne für einen Virenschutz liegt in der Regel um die CHF 30.– bis 60.–. Unabhängige Institutionen (z.B. Kassensturz, PC-Test etc.) veröffentlichen regelmässige Tests, wo Sie sehen können, welches Produkt gut ist und die eigenen Bedürfnisse abdeckt.

Es gibt aber auch die Möglichkeit, einen PC mit einem kostenlosen Virusschutzprogramm zu schützen, welcher aus meiner Sicht absolut ausreichend ist (z.B. Avira, Totalav etc.).

## 3. Wo erhalte ich Neuigkeiten im Bereich Internetkriminalität?

– <https://www.fedpol.admin.ch>

– <https://www.melani.admin.ch>

(Melde- und Analysestelle Informationssicherung)

Unter dieser Website finden Sie auch das Meldeformular, wo man einen Vorfall direkt melden kann.

<https://skppsc.ch>

(Schweizerische Kriminalprävention)

## 4. Ihr eigenes Bauchgefühl

Hören Sie auf Ihr Bauchgefühl! Bei einem schlechten Gefühl sofort Vorsicht! Nehmen Sie sich die nötige Zeit zur Kontrolle bevor Sie eine unbekannte Datei öffnen oder eine solche aus dem Internet auf Ihren PC laden. Unsere Bequemlichkeit wird von Internetbetrütern gerne und oft (aus-)genutzt.

Das Team der Kriminalprävention wünscht Ihnen eine sichere und gute Zeit im Internet.





# Veranstaltungen des SVNW 2020



*Der SVNW hat für das Jahr 2020 ein reichhaltiges Programm für Anlässe und Veranstaltungen zusammengestellt, die Sie liebe Leserin und Leser besuchen können. Das Ziel ist es, neben Informationen bei interessanten Besichtigungen zu vermitteln, auch das gesellige Zusammensein. Die Details mit Programmen erhalten Sie zeitnah zugesandt oder sind auf unserer Homepage [www.svnw.ch](http://www.svnw.ch) ersichtlich.*

## Führungen und öffentliche Veranstaltungen 2020

### Januar

Öffentliche Veranstaltung mit Helmut Hubacher «à la carte» Lesung

Datum: 22. Januar 2020

Ort: Kaffee Isak

### Februar

Führung Hilfsmittelzentrale Liestal Pro Senectute evtl. gekoppelt mit Einführung durch CWI «Selbständigkeit und Autonomie»

Datum: 20. Februar 2020

### März

Führung Historisches Museum Basel «Übermensch, Friedrich Nietzsche und die Folgen»

Datum: 11. März 2020

### Mai

GV 06.05 oder 13.05 2020

### Juni

Führung Kloster Dornach mit Frau Vandermeulen

Datum: 18. Juni 2020

### Ende August

Evtl. Fest – in Liestal oder Basel. Ziel: SVNW publik machen / Mitgl. werben. Evtl. Grillstand / Zuckerwatte / Kuchen etc.

Für Kinder = Luftballone mit LOGO etc.

### September

Führung «Kleinhüningen ein Fischerdorf mitten in der Stadt» mit Roger Rebmann

Datum 23. September 2020

### Oktober

Führung «Haar und Kamm» in Mümliswil

Datum: 22. Oktober 2020

### November

Brändli «Willkommen in der Schokoladenwelt»

Datum: 19. November 2020



# Herbstkongress des Schweizerischen Seniorenrates zum Thema «Armut im Alter»: Solidarität darf nicht verwässert werden

Am Mittwoch, 6. November 2019 fand der Herbstkongress des SSR statt. Das Thema der Altersarmut in der Schweiz ist nach wie vor sehr aktuell.

Jede fünfte Mensch im Rentenalter lebt in Armut oder ist armutsgefährdet. Das sind 350'000 Personen in der Schweiz. Als Stimme der Senioren beleuchtete

der Schweizerische Seniorenrat (SSR) an seiner Tagung in Biel die Gründe dieser unerfreulichen Situation, diskutierte Verbesserungsmöglichkeiten.

## Ursachen für prekäre Lebenslagen

Gemäss Dr. Carlo Knöpfel, Professor an der Fachhochschule Nordwestschweiz,

sind die zwei Hauptsorgen in der Schweiz die Entwicklung der AHV und die ständig steigenden Gesundheitskosten. Rund 12,5 Prozent der Rentnerinnen und Rentner beziehen Ergänzungsleistungen (EL) zur AHV, überwiegend alleinstehende Frauen. Viele halten sich (zu) lange zurück, bis sie die EL





beantragen. Sie haben nur noch wenige Perspektiven in ihrem Leben, weshalb ihre Lebenserwartung signifikant tiefer ist als bei Senioren, denen es finanziell gut geht. Der Referent plädiert für verschiedene Reformvorschläge, um solche Situationen zu verbessern: Ausbau AHV, Ergänzungsleistungen werden automatisch gesprochen (beispielsweise aufgrund der Steuererklärung), Steuerbefreiung des Existenzminimums, Hilflosenentschädigung wird auch für psychosoziale Aspekte ausgerichtet,



Entschädigung für pflegende und betreuende Angehörige.

#### **Die Möglichkeiten des Bundes**

Thomas Vollmer vom Bundesamt für Sozialversicherungen (BSV) gibt einen Überblick über die Massnahmen des Bundes zur Bekämpfung von Vulnerabilität im Alter und die Aufgabenteilung zwischen Bund und Kantonen. Eine wichtige Funktion nehmen dabei die auf Bundesebene geregelten Ergänzungsleistungen zur AHV ein. Deren Hauptaufgabe ist die Existenzsicherung von Personen, die eine AHV-Rente beziehen und ihren Lebensunterhalt nicht mit eigenen Mitteln decken können. Einzelne Kantone richten zusätzliche Bedarfsleistungen aus. Ferner unterstützt der Bund mittels Finanzhilfen an Altersorganisationen Sachmassnahmen, um die Selbständigkeit und Selbstbestimmung insbesondere von vulnerablen älteren Menschen

zu fördern (Sozialberatung, Kurse, Entlastungsangebote). Der Bund hat im Bereich der Altershilfe eine subsidiäre Rolle. Die Hauptzuständigkeit liegt bei den Kantonen. Zur Zeit ist eine BSV-Studie in Arbeit, die die Massnahmen der Kantone im Bereich der Altershilfe erfasst.

#### **Der Beitrag der Politik**

In einer Podiumsdiskussion orientieren die Nationalrätinnen Bea Heim (SP, Solothurn) und Ruth Humbel (CVP, Aargau) sowie Regierungsrat Pierre Alain Schnegg (Bern) über die Sichtweisen der Politik. Einig ist man sich, dass die AHV erhöht, die Krankenkassenprämien entlastet und Steuererleichterungen für tiefere Einkommen eingeführt werden müssen. Ein Kapitalbezug bei der beruflichen Vorsorge sollte nicht mehr möglich sein.

Am Schluss der Tagung wurde eine entsprechende Resolution verabschiedet:

#### **Resolution des Schweizerischen Seniorenrates**

## **Endlich anständige Renten!**

Jede fünfte Person im Rentenalter lebt in Armut oder ist armutsgefährdet. Das sind laut Bundesamt für Statistik 350'000 Personen.

Der SSR fordert deshalb:

- Die AHV/IV-Renten müssen den Existenzbedarf verfassungsmässig wieder besser decken, weil insbesondere die Gesundheitskosten und Krankenkassenprämien ständig gestiegen sind. So kann auch das zunehmende Abgleiten in die Ergänzungsleistungen gebremst werden.
- Bei Armut von AHV/IV-Rentnerinnen und -Rentnern sind stabile und günstige Wohnverhältnisse wichtig. Deshalb sind die Wohnbeihilfen der EL regelmässig und marktgerecht anzupassen.
- Die Pflegefinanzierung muss schweizweit einheitlich und gesetzeskonform durchgeführt werden.
- Die Pflegeleistungen der Angehörigen sind ökonomisch abzugelten.
- Um der Armutsgefährdung im Alter vorzubeugen, sind griffige Massnahmen gegen die Diskriminierung älterer Arbeitnehmender zu ergreifen.

Diese Resolution ist am 31. Oktober 2019 vom SSR-Vorstand beschlossen worden und wird am SSR-Herbstkongress vom 5. November 2019 in Biel veröffentlicht.

Der Schweizerische Seniorenrat vertritt die wirtschaftlichen und sozialen Interessen der älteren Menschen gegenüber Bund, Verbänden, Medien und der Öffentlichkeit. Er achtet dabei besonders auf die hilfsbedürftigen Senioren und auf die Generationengerechtigkeit.

# Gesundheitspolitische Baustellen und die Folgen für unsere Krankenkassenprämien

## 1. Ausgangslage

Das schweizerische Gesundheitswesen ist qualitativ auf einem sehr hohen Niveau. Jedermann hat Zugang zu einer einwandfreien Versorgung, die Spitzenmedizin ist weltweit führend, aber wir zahlen für diesen «Service» einen sehr hohen Preis, der sich jedes Jahr in den steigenden Krankenkassenprämien zeigt.

Seit Mitte der 90er Jahren ist die «Kostenexplosion im Gesundheitswesen» ein Dauerthema in den politischen Gremien. Der Gesundheitssektor wächst scheinbar unaufhaltsam, sowohl in absoluten Grössen als auch als Anteil am Bruttoinlandprodukt (BIP). Dies führt zu kontinuierlich ansteigenden Prämien in der Krankenversicherung. Oft hört man, die Überalterung der Bevölkerung sei der Kostentreiber im Gesundheitswesen. Statistisch gesehen stimmt das nur sehr bedingt, vielmehr ist es die «Selbstbedienungsmentalität» der Marktpartner im Gesundheitswesen, die keinen Wettbewerb zulässt und die fehlende Steuerung auf eidgenössischer Ebene. In der Schweiz haben wir, bedingt durch den Föderalismus, 26 verschiedene Gesundheitssysteme. Das Bundesamt für Gesundheit BAG hat die problematische Situation erkannt und im Jahr 2017 eine Expertengruppe zur Dämpfung des Kostenwachstums im Gesundheitswesen eingesetzt. Aber die Massnahmen greifen nur bedingt. Es fehlt eine Steuerung durch den Bund. Jeder Kanton schaut im Gesundheitswesen für sich, dies zeigen verschiedene Beispiele insbesondere in der Spitzenmedizin. Die verschiedenen Partner im Gesundheitswesen blockieren weitgehend Reformen und schauen auf ihren Vorteil, seien es die Ärzte, die Pharma, die Leistungserbringer und Versicherer.

Das Krankenversicherungsgesetz KVG, Versicherer und deren Vertreter im Parlament bestimmen weitgehend die Gesundheitspolitik der Schweiz. Wenn keine Steuerung von «oben» vorhanden ist, nützen auch die verschiedenen Massnahmen nichts. Aus diesem Grund braucht es dringend ein eidg. Gesundheitsgesetz und damit eine Einschränkung des Föderalismus im Gesundheitswesen.

## 2. Struktur eines eidg. Gesundheitsgesetzes

Der Bund regelt damit Rahmenbedingungen zur Gesundheitsversorgung der Schweizerbevölkerung. Die Kantone sind die Ausführenden. Die Rahmenbedingungen orientieren sich am Betreuungspfad gemäss bio- psycho- sozialer Situation der Betroffenen unabhängig von Alter, Geschlecht und Lebensart. Das Gesundheitsgesetz gilt für alle Einwohner und regelt folgende Faktoren:

### 1. Betreuungspfad

Der Betreuungs- und Behandlungspfad orientiert sich an den fachlichen, technischen, ambulanten und stationären Anforderungen gemäss Komplexität und Intensität.

### 2. Versorgungsregionen

Es werden Versorgungsregionen geschaffen gemäss den topographischen und demographischen Bedingungen. Zu berücksichtigen ist die zeitliche Erreichbarkeit, die Bevölkerungsdichte und die kulturellen Zusammensetzungen.

### 3. Versorgungsarten

Gemäss dem Betreuungs- und Behandlungspfad werden ambulante, teilstationäre und stationäre Versorgungsarten bestimmt.

a) Ambulante Betreuung und Behandlung findet in regionalen Betreuungszentren statt. Darin werden auch Kleinoperationen durchgeführt.

b) Teilstationäre Einrichtungen sind Tagesbetreuung, Notfall und ambulante Operationen.

c) Stationäre Einrichtungen sind Akutspitäler und Langzeitpflege und Betreuung.

### 4. Leistungsmenge

Die Menge der Versorgungsarten in den Versorgungsregionen werden durch den Bund definiert. Entsprechend der zeitlichen Erreichbarkeit und der Bevölkerungsdichte.

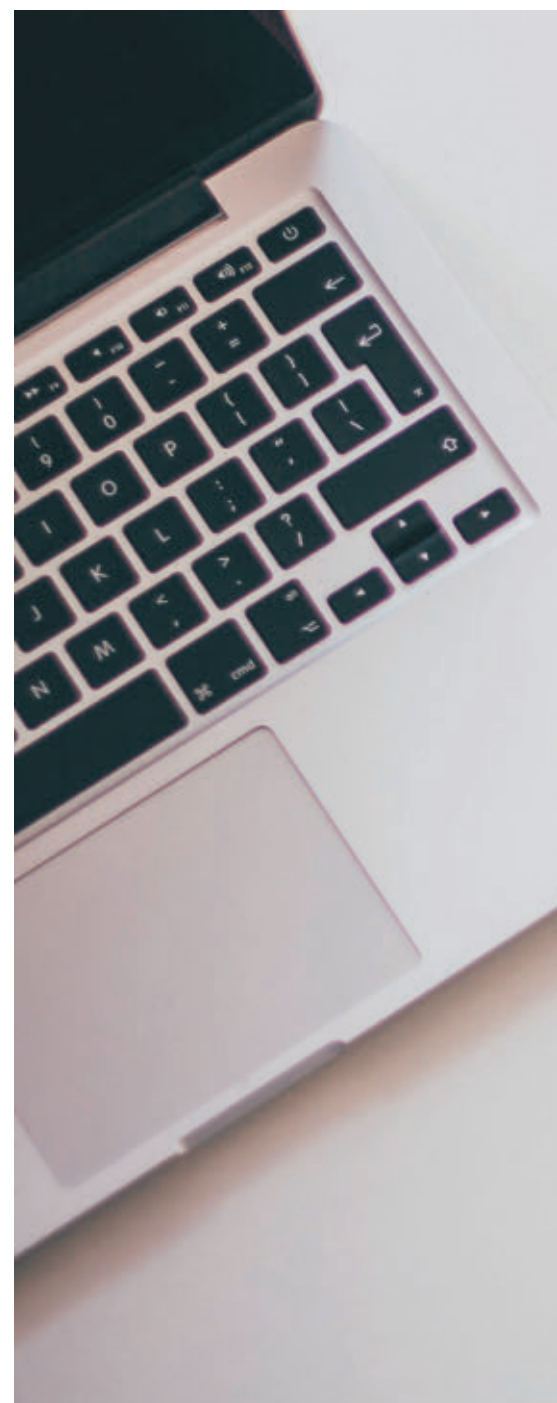
### 5. Leistungskatalog

Der Leistungskatalog wird durch den Bund festgelegt. Zur Erhaltung der Gesundheit, der Genesung und Ablebensphasen in allen Gesundheitsbereichen, inkl. Zahnbehandlung, psychische Gesundheit, pflegerische und

medizinische Materialien /Hilfsmittel. Er ist definiert nach der Erkenntnis-Erfahrungswissenschaft und der Forschung. Der Leistungskatalog gilt für alle Einwohner der Schweiz.

## 6. Prophylaxe

Die Versorgungsregionen unterhalten eine flächendeckende Information, Kommunikation und Ausbildung zur Prophylaxe der Gesundheit auf allen Entwicklungs- und Altersstufen des





menschlichen Lebens. Die Kantone setzen dies um in ihrem Bildungsauftrag und die Unternehmen verpflichten sich zur Gesundheitsförderung.

#### 7. Finanzierung

Grundlage der Finanzierung von Behandlungskosten ist die Solidarhaftung der gesamten Bevölkerung, unabhängig von Alter, Einkommen und Schichtzugehörigkeit.

Abgerechnet und finanziert werden die Leistungen über eine Einheitskasse mit Grundtarifen. Erweiterte Zusatzversicherungen betreffen nur die

Hotellerie, nicht aber die Betreuungs- und Behandlungsleistungen.

#### 8. Aus- und Weiterbildung

Die Aus- und Weiterbildung der Leistungserbringer richtet sich nach dem Betreuungs- und Behandlungspfad. Jeder Leistungserbringer zur Betreuung und Behandlung beginnt mit einer 2-jährigen Minimalausbildung in Betreuung und Pflege. Darauf werden alle anderen Ausbildungen fortgesetzt.

Die Ausbildung bis zu einem ersten Berufsabschluss (Betreuungs- und

Pflege, Heilpraktiker, Therapeuten, Allgemeinärzte werden vom Staat und den Leistungserbringern finanziert. Spezialausbildungen werden aus eigener Kraft finanziert.

Aus diesem Grund wird sich der Schweizerische Seniorenrat für die Lancierung eines Eidgenössischen Gesundheitsgesetzes einsetzen, damit unser Gesundheitswesen wieder bezahlbar wird und die Krankenkassenprämien nicht ins Unendliche steigen und einen grossen Teil unseres Haushaltbudgets ausmachen.

*Lukas Bäumle*



# Altersdiskriminierung häufiger als Sexismus und Rassismus

Altersdiskriminierung kommt laut einer europäischen Studie häufiger vor als Sexismus und Rassismus. Der Freiburger Forscher Christian Maggiori will herausfinden, was getan werden kann, damit Ältere nicht ungerechter Behandlung ausgesetzt sind.

28 Prozent der in der Studie befragten Menschen gaben an, im Vorjahr Altersdiskriminierung erlebt zu haben. Von Sexismus sprachen 22 Prozent und von Rassismus 12 Prozent, wie Maggiori in einem am Freitag publizierten Interview mit der Zeitung «La Liberté» erklärte. Er ist Professor an der Hochschule für Sozialarbeit in Freiburg (HETS-FR). Im Gesundheitswesen gäben gar 30 Prozent der über 70-Jährigen an, wegen ihres Alters ungerecht behandelt worden zu sein, sagte Maggiori weiter. Gründe für die Diskriminierung sieht er mehrere.

Im Gegensatz zu Sexismus und Rassismus gebe es kein Gesetz, das die Diskriminierung und die Stigmatisierung von älteren Menschen verbiete, sagte er. Gerade wenn es um Gesundheitskosten gehe, werde mit dem Finger auf Ältere gezeigt. Oder Jüngere könnten die ältere Generation als Gefahr für ihre eigene Rente sehen.

## Forschung zu Sensibilisierungsprogramm

Maggiori will dem Phänomen nun auf den Grund gehen und dafür 50.000 Franken einsetzen, die er im November mit einer Auszeichnung der Stiftung Leenaards erhalten hat. Namentlich will er herausfinden, ob sich ein Sensibilisierungsprogramm für Kinder zum Thema Altersdiskriminierung machen lässt.

Die Arbeit mit Kindern sei wichtig, führte er im Interview aus. Denn Stereotypen bildeten sich bereits im Alter von 4 bis 5 Jahren und würden auf die eigene Person übertragen. Dies wiederum habe eine Auswirkung auf ihr Wohlbefinden.

Er erklärt diese Aussage mit einem Beispiel: Manche älteren Menschen könnten dazu tendieren, ihre gesundheitliche Versorgung zu vernachlässigen. Sie seien der Ansicht, dass es normal sei, ab einem bestimmten Alter krank zu sein.

## OECD empfiehlt Massnahmen

Bereits in einem Bericht aus dem Jahr 2014 hat die Organisation für wirtschaftliche Zusammenarbeit und Entwicklung (OECD) die Schweiz darauf hingewiesen,

sie sollte «Gesetze oder Richtlinien gegen die Altersdiskriminierung verabschieden, wie in den meisten OECD-Ländern bereits geschehen».

Die OECD hatte die Situation von über 55-Jährigen auf dem Arbeitsmarkt analysiert und Empfehlungen formuliert, welche den Alterungsprozess der Bevölkerung begleiten sollten. Die OECD hatte festgestellt, dass Arbeitnehmende in fortgeschrittenem Alter häufig der Altersdiskriminierung ausgesetzt sind, das heisst auf Grund ihres Alters Nachteile erleiden müssen. Vorurteile gegenüber dieser Altersgruppe sind an der Tagesordnung.

## Schädlich, aber toleriert

Altersdiskriminierung lässt sich indes nicht nur auf dem Arbeitsmarkt antreffen, sondern auch in vielen anderen Bereichen, etwa in der Gesundheitsversorgung oder bei der Wohnungssuche. Und Altersdiskriminierung kann nicht nur Senioren treffen, sondern auch andere Altersschichten. Doch bei Senioren ist das Phänomen besonders verbreitet.

*Lukas Bäumlle*





# SONNIGE AUSSICHTEN IM FRÜHLING

DIREKTFLUG UND KÖNIGSKLASSE-LUXUSBUS VOR ORT



SOFORTPREIS-  
RABATT BIS CHF

**415**  
SPAREN!

## PORTUGAL – IM LAND DER SEEFAHRER

**1. Tag: Zürich – Lissabon – Tomar**  
Flug mit TAP Portugal nach Lissabon. Busfahrt nach Tomar.

**2. Tag: Tomar – Coimbra – Porto**  
Am Morgen Besichtigung von Tomar. Weiterreise in die Universitätsstadt Coimbra und Besuch der prächtigen Bibliothek. Tagesziel ist Porto.

**3. Tag: Porto**  
Besichtigung der zweitgrössten Stadt Portugals. Porto ist für seinen Portwein berühmt, den wir degustieren.

**4. Tag: Porto, Douro-Tal (fak.)**  
Das Douro-Tal ist eines der ältesten Weinbaugebiete der Welt. Panoramafahrt mit Besuch des Städtchen Amarante. Anschliessend Weindegustation und Verkostung lokaler Spezialitäten.

**5. Tag: Porto – Atlantikküste – Lissabon**  
Fahrt Richtung Süden mit Halt im Fischerdorf Nazaré. Spaziergang entlang der beliebten Strandpromenade und Weiterfahrt nach Óbidos. Gegen Abend erreichen wir Lissabon.

**6. Tag: Lissabon, Sintra & Cascais (fak.)**  
Geführte Besichtigung von Lissabon. Nachmittags haben wir die Möglichkeit, die Städtchen Sintra und Cascais zu besuchen.

**7. Tag: Lissabon, Évora (fak.)**  
Ausflug nach Évora, deren Altstadt zum Unesco-Welterbe gehört. Später besichtigen wir die Christusstatue «Cristo Rei». Abends Fado-Veranstaltung mit Abendessen.

**8. Tag: Lissabon – Zürich**  
Freier Vormittag in Lissabon. Rückflug nach Zürich. Individuelle Heimreise.

FLUG & BUS | KÖNIGSKLASSE®

8 Tage ab CHF **1795**

REISEDATEN 2020 (SA – SA)

1: 04.04.–11.04.    5: 02.05.–09.05.  
2: 11.04.–18.04.    6: 09.05.–16.05.  
3: 18.04.–25.04.    7: 16.05.–23.05.  
4: 25.04.–02.05.

UNSERE LEISTUNGEN

- Flug mit TAP Air Portugal in Economy-Klasse
- Alle Flugnebenkosten (CHF 56)
- Fahrt mit Königsklasse-Luxusbus
- Übernachtung in guten Mittel- und Erstklasshotels
- Mahlzeiten: 7 x Frühstücksbuffet, 5 x Abendessen
- Ausflüge, Eintritte und Besichtigungen gemäss Programm
- Deutschspr. Lokalreiseleitung an 5 Tagen
- Erfahrener Reisechauffeur ab/bis Lissabon
- Audio-System auf Rundgängen

PRO PERSON IN CHF Katalogpreis\* **Sofortpreis**

8 Tage im DZ	<b>2060</b>	<b>1850</b>
Doppel zur Alleinbenutzung	<b>370</b>	
Reduktion Reise 6	<b>- 55</b>	
Ausflüge:		
- Douro-Tal mit Amarante	<b>90</b>	
- Sintra & Cascais	<b>40</b>	
- Évora	<b>70</b>	

DIREKTFLUG TAP PORTUGAL

Zürich – Lissabon – Zürich • Economy-Klasse.

Online buchen und CHF 20.– sparen.  
Buchungscode: kfport

## NORDSPANIEN MIT PORTO & DOURO-TAL

**1. Tag: Zürich – Madrid**  
Flug mit Swiss nach Madrid. Stadtrundfahrt und Hoteltransfer.

**2. Tag: Madrid – Burgos**  
Fahrt via Aranda de Duero nach Burgos.

**3. Tag: Burgos – Bilbao**  
Stadtführung in Burgos. Fahrt nach Bilbao.

**4. Tag: Bilbao, Guggenheim Museum (fak.)**

Stadtführung Bilbao. Besichtigung des Guggenheim Museums (fakultativ).

**5. Tag: Bilbao – Santander – Oviedo**  
Fahrt nach Santander und Stadtführung. Panoramafahrt nach Oviedo.

**6. Tag: Oviedo – A Coruña**  
Altstadtpaziergang Oviedo. Fahrt entlang der Küste nach A Coruña.

**7. Tag: Lugo – A Coruña – Santiago d.C.**  
Panoramafahrt entlang der wilden Costa de la Muerte zum Kap Finisterre. Weiterfahrt nach Santiago d.C.

**8. Tag: Santiago de Compostela, Wanderspaziergang (fak.)**

Führung durch den Wallfahrtsort. Nachmittag zur freien Verfügung oder Möglichkeit für einen Wanderspaziergang. Fak. Galizisches Abendessen in einem lokalen Restaurant.

**9. Tag: Santiago de Compostela – Pontevedra – Porto**

Fahrt nach Pontevedra. Freier Aufenthalt und Weiterfahrt nach Porto.

**10. Tag: Porto**

Stadtbesichtigung mit Portweindegustation. Freier Nachmittag.

**11. Tag: Porto – Douro-Tal – Salamanca**

Panoramafahrt durch das Douro-Tal nach Salamanca.

**12. Tag: Salamanca – Madrid – Zürich**  
Altstadtrundgang. Fahrt nach Madrid und Rückflug nach Zürich.

FLUG & BUS | KÖNIGSKLASSE®

12 Tage ab CHF **2695**

REISEDATEN 2020 (MI – SO)

1: 15.04.–26.04.    4: 06.05.–17.05.  
2: 22.04.–03.05.    5: 13.05.–24.05.  
3: 29.04.–10.05.    6: 20.05.–31.05.

UNSERE LEISTUNGEN

- Flug mit Swiss in Economy-Klasse
- Alle Flugnebenkosten (CHF 130)
- Fahrt mit Königsklasse-Luxusbus
- Übernachtung in guten Mittel- und Erstklasshotels
- Mahlzeiten: 11 x Frühstücksbuffet, 8 x Abendessen
- Ausflüge, Eintritte und Besichtigungen gemäss Programm
- Deutschspr. Lokalreiseleitung an 8 Tagen
- Erfahrener Reisechauffeur ab/bis Madrid
- Audio-System auf Rundgängen

PRO PERSON IN CHF Katalogpreis\* **Sofortpreis**

12 Tage im DZ	<b>3110</b>	<b>2795</b>
Einzelzimmerzuschlag	<b>680</b>	
Reduktion Reise 1	<b>- 100</b>	
Ausflüge:		
- Eintritt Guggenheim Museum (mit Audio-Guides)	<b>20</b>	
- Wanderspaziergang Jakobsweg	<b>30</b>	
- Galizisches Abendessen in einem lokalen Restaurant	<b>35</b>	

DIREKTFLUG SWISS

Zürich – Madrid – Zürich • Economy-Klasse.

Online buchen und CHF 20.– sparen.  
Buchungscode: kfnopo

Nicht inbegriffen: Annullierungskosten- & Assistance-Versicherung. Auftragspauschale von CHF 20.– entfällt bei Online-Buchung.  
\* KATALOG-PREIS: Zuschlag 10% auf den Sofort-Preis, bei starker Nachfrage und 1 Monat vor Abreise.

**JETZT BUCHEN:**  
**056 484 84 84 ODER WWW.TWERENBOLD.CH**

Reisen in guter Gesellschaft

# Rätselecke

Ort mit Militärflugplatz im Kt. VD	Teil des Mittelmeers	diese andern	↙	Mitbesitz Mz.	↘	↙	besitzanzeig. Fürwort	frz.: Jahre	Vergangenheitsform	Hauptpigment	↘	↙	Vornehmer	balt. Osteuropäerin	eh. ital. Währung Mz.	frz. Artikel
↙	↘		↻12				Kantonshauptort	↘	↘							
schweiz. Olympiasiegerin (Snowb.)		ungerade (Roulette)	↘	Schlagersänger (Jürgen)	↙		Tessiner Männername						persönl. Fürwort		↻6	
↙			↻9				Steuerabgabe im MA			Zeitungsbezugsart (Kw.)			Schlittler			Agent, Spion
kurz für: in dem			Moor					Verehrer eines Stars				Spielfeld b. Hornussen				
↙						nordafr. Hirtennomadenvolk		Vorort von Luzern		↻7					gutes Benehmen	
Ort von Zwingli's Fall	Schnellsendung Mz.		Stadt im Zürcher Oberland									Kette in Frankreich		Abk. f. e. schweiz. Halbkanton		
↙	↘	↻10			Tongeschlecht			Fussballfeldmarkierung		Fortpflanzungszelle	brit. Musiker (James)					
alt Bundesrat (Joseph)			Gemahl der eh. niederl. Königin †	Jasskarte (frz. Blatt)					Fluss aus dem Sempachersee			↻4		Abk.: Seitenzahl	↻1	
Halbedelstein		Kantonshauptort	↻2				schweiz. Partei (Abk.)				Siegerin im Wettkampf					
↙				Turngerät		↻5			eh. schweiz. Curlerin (Mirjam)				schwed. Stadt u. Gemeinde	Rufname von Capone †		
↙					engl.: Ausgang		Reizleiter im Körper		israel. Politikerin † (Golda)		Backgerät					Schiffshaltetau
Neuenburger Fussballclub		süddt. TV-Sender		lat.: ich			Kennzeichnung				Einfahrt			rumän. Währung		↻11
engl. Grafenschaft							noch bevor	↻3		schweiz. Nationalheld					Abk.: Fussnote	
rote Rebsorte im Tessin		↻8	Schlachtort d. Eidgenossen 1478									europ. Fussballbund (Abk.)				
↙							Erlass des Bundesrates									

19\_raetsele ck

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----	----	----

	C	I	S	B	A										
B	A	S	M	A	N	P	F	A	E	F	F	I	K	O	N
S	Z	A	S	S	I	D	A	V	O	S	C	H	E	U	
S	T	U	N	T	R	O	S	E	N	C	H	E	U		
P	E	D	E	R	S	E	N	B	M	U	R	E	R		
K	S	O	E	C	A	P	U	S	R	S					
N	E	A	T	A	L	D	E	R	M	E	I	L	T		
D	F	C	L	L	S	I	H	L	S	E	E				
O	P	E	C	K	A	L	I	C	E	L	G	T			
O	L	H	E	L	L	O	A	G	E	N	U	S			
I	N	L	E	R	I	O	L	T	E	N	A	O			
T	I	M	A	I	R	A	W	C	N						
D	I	S	E	N	T	I	S	B	G	A	R	D	E		
E	K	T	O	K	L	E	E	R	E	U	A				
R	A	R	A	E	L	A	M	A	H	D	C	H			
S	T	E	I	N	S	C	B	B	R	A	U	E	N		

AUTOBAHN



## RAIFFEISEN

Lösungswort einsenden an:  
 raetselautonom@gmx.ch  
 oder an: SVNW, Postfach, 4001 Basel  
**Einsendeschluss: 7. Februar 2020**

*Frau Erica Perucchi, Steingrubenweg 12, 4125 Riehen, gewinnt mit der richtigen Lösung der Herbstausgabe 2019 das von den Raiffeisenbanken der Nordwestschweiz gestiftete Goldvreneli.*

*Wir gratulieren herzlich*