

Menschen

## Die Oldithek ist erfolgreich, braucht aber Unterstützung



Im Anschluss an den Sturzprophylaxe-Kurs hatten sich alle ein kleines Zvierli verdient.

Fotos Nathalie Reichel



Die Schultern kreisen, die Arme strecken, dann locker zur Musik tanzen: Die Sturzprophylaxe machte den Teilnehmenden richtig Spass.

**Ein gemütlicher Treffpunkt für Seniorinnen und Senioren. Die Oldithek in Muttenz ist aber noch mehr als das.**

Von Nathalie Reichel

Es war ein sonniger und zugleich kalter Mittwoch im November. Zwei Frauen aus dem Vorstand der Oldithek Muttenz warteten strahlend vor dem Eingang des Kompetenzzentrums für Hausarbeiten M8. «Der Verein Sinnvoll vermietet uns diese Cantina an den Mittwochnachmittagen für die Oldithek», erklärt Präsidentin Silvia Hunziker und zeigte den grossen, farbenfroh gestalteten Raum im Erdgeschoss. Der Vorteil dieser Räumlichkeit liege nicht nur in seiner Zentralität, sondern auch in der Neutralität. «Es war uns immer schon wichtig, dass die Oldithek nicht mit anderen Lokalitäten wie einer Kirche oder einem Altersheim in Verbindung gebracht wird», ergänzte Vorstandsmitglied Ursula Schwitler.

**Füreinander da sein**

Der einladende, familiäre Saal an der St. Jakobs-Strasse 8 sei somit für den im 2015 gegründeten Ver-

ein die perfekte Wahl gewesen. Die Oldithek ist seither ein wöchentlicher Treffpunkt für alle ab 55. Wer will, kann spontan vorbeikommen, um sich bei einer Tasse Kaffee die Sorgen von der Seele zu reden und das vertraute Zusammensein zu geniessen. «Grundsätzlich ist die Oldithek für alle offen. Zurzeit unterstützen uns rund 140 Mitglieder mit dem jährlichen Beitrag von 30 Franken, trotzdem sind auch alle anderen jederzeit willkommen», erklärten die beiden Frauen aus dem Vorstand. Und es ist verblüffend: Die meisten Besucher der Oldithek sind laut Hunziker keine Mitglieder.

Noch viel wichtiger als das sei die Beratung, die der Verein anbietet. Es sei wichtig, dass es in der Gemeinde eine Anlaufstelle für Themen gibt, die ältere Leute interessieren, betont Hunziker und Schwitler. Diese Beratung finde oft in Form von Vorträgen statt, bei denen kompetente Personen «möglichst bodenständig und mit einfachen Worten Sachverhalte erklären und Tipps geben.» Die Ideen für die Referatsthemen entstehen laut der Präsidentin meist spontan in Gesprächen am Mittwochnachmittag. Da aber jeden Mittwoch ein Vorstandsmitglied anwesend ist, ist es auch möglich, unter vier Augen einen

Rat einzuholen. Am beliebtesten seien Fragen rund um das Thema Ergänzungsleistungen.

**Computer und Sport**

«Das Angebot der Oldithek ist einzigartig», erzählten die Frauen begeistert weiter. Jeden ersten Montag des Monats gibt es den Computernachmittag, an dem pensionierte Fachkräfte ehrenamtlich zur Verfügung stehen und individuell helfen, mit technischen Geräten zurechtzukommen. «Besonders gut besucht ist dieser Anlass zu Beginn des neuen Jahres, da einige mit ihrem Weihnachtsgeschenk – einem neuen Smartphone, Tablet oder Laptop – vorbeikommen und Fragen stellen», erklärte Hunziker und schmunzelte.

Die Uhr an der Wand zeigte mittlerweile kurz nach zwei Uhr nachmittags und einige Frauen trafen im Lokal ein. «Bald beginnt die Sturzprophylaxe – oder die Seniorenrhythmik nach Deleuze, wie sie offiziell heisst», erklärte Schwitler. Im Verlauf des Kurses brachte Rhythmiklehrerin Marianne Billo sechs Seniorinnen und einem Senior sanfte Körperbewegungen und einfache Tanzschritte bei. Gut gelaut und motiviert wiederholten die Teilnehmenden anschliessend das Gelernte, diesmal unter Begleitung einer fröhlichen Melodie,

welche die Kursleiterin am Klavier spielte. «Mithilfe der Musik lernen sie, Schritte in einem gleichmässigen Rhythmus zu machen. Durch das regelmässige Training gewöhnen sie sich das auch im Alltag an und bekommen so einen stabileren Gang», erklärte Billo nach dem Kurs.

**Wie weiter nach 2020?**

Momentan deckt der Verein seine Kosten zum grössten Teil mit dem vor vier Jahren erhaltenen Startbeitrag des Lotteriefonds Basel-Stadt. Laut Jahresbudget reicht dieser aber nur noch bis Ende 2020 aus. Finanzielle Unterstützung erhält die Oldithek neu ab diesem Jahr auch von der Gemeinde Muttenz. Präsidentin Silvia Hunziker erklärte aber, dass diese zu bescheiden ist und längst nicht für die Deckung der laufenden Ausgaben genügt.

«Die letzten Jahre haben gezeigt, wie gross das Bedürfnis nach einem solchen Angebot ist», wussten die beiden Frauen aus dem Vorstand. Insgesamt zählt die Oldithek seit ihrer Gründung schon 2900 Besucher. Der Vorstand ist deshalb der Meinung, dass die Gemeinde Muttenz auch einen Treffpunkt für ältere Leute fördern solle – genauso wie das Jugend- oder Familienzentrum.