



Erstmaliger Märtplatz

Informiert und engagiert älter werden in Birmensdorf und Aesch

Am Dienstag, 7. Mai findet im Gemeindezentrum Brüelmatt der allererste lokale Märtplatz zum Themenkreis Älterwerden statt. Nebst einem spannenden, praxisnahen Referat zum Thema «Wohnen im Alter» locken viele lokale und regionale Angebote, die das Älterwerden erleichtern helfen, wie Simone Anna Heitlinger (Anlaufstelle für Altersfragen) und Bruno Bauder (Rundtisch Alter) im Interview begeistert ausführen.

Redaktion Birmensdorfer



Simone Anna-Heitlinger und Bruno Bauder planen den ersten Märtplatz für Birmensdorf und Aesch



Aktuell sind im GZ Brüelmatt 33 Stände geplant



Herzlich willkommen zu einem vielfältig bereichernden Nachmittag
Foto ©Anja Wurm

Wie ist es zum Märtplatz gekommen?

Simone Anna Heitlinger: In grösseren Städten gibt es solche Informationsanlässe schon länger. Da aber bereits jede:r fünfte Einwohner:in in Birmensdorf und Aesch über 65 Jahre alt ist, drängt sich ein solcher Anlass auch für unsere beiden Gemeinden auf.

Ist denn eine regelmässige Durchführung geplant?

Bruno Bauder: Das ist durchaus möglich. Wir werden dies nach der Durchführung des Anlasses sehen. Grundsätzlich lassen wir uns in unseren Angeboten leiten von der demografischen Entwicklung hin zu einem höheren Altersdurchschnitt der Bevölkerung. Die beiden Altersstrategien von Birmensdorf und Aesch betonen unter anderem die Wichtigkeit guter, umfassender Information der Bevölkerung. Letzteres nehmen wir sehr ernst.

Heitlinger: Durch meine Beratungstätigkeit sehe ich sehr deutlich, wo der Schuh im Themenkreis Alter/n in der Bevölkerung drückt. Mein gerontologisches Fachwissen hilft mir zudem, die Altersgremien und Gemeinderäte aufmerksam zu machen auf mögliche Brennpunkte und gezielte präventive Massnahmen. Unser Anlass will dem aktiv entgegengehen.

Dann richtet sich der Märtplatz primär an ältere Menschen?

Bauder: Nein, ganz und gar nicht. Wenn jemand zunehmend auf Hilfe angewiesen ist, sind meistens etliche Familienangehörige und weitere nahestehende Personen einbezogen. Darum richtet sich der Anlass an alle Einwohnende der beiden Gemeinden – ganz unabhängig vom Alter.

Heitlinger: Häufig kommen betreuende Töchter und Söhne in die Beratung, sei es mit oder ohne betroffene Elternteile. Daneben informieren sich immer wieder auch junge Menschen wie Enkelkinder, die etwa ihre Grosseltern eng begleiten. Viele Menschen wissen gar nicht, welche Unterstützungs- und Entlastungsangebote es in ihrer nächsten Umgebung gibt. Der Beratungsbedarf dazu steigt stetig. Der Anlass soll gerade deshalb für alle dienlich sein, die sich um jemand Anderen kümmern. Das können auch Nachbar:innen sein.

Was erwartet mich an diesem Märtplatz genau?

Heitlinger: Die 33 Stand-Tische verteilen sich auf den gesamten ersten Stock des Gemeindezentrums Brüelmatt. Wir haben dabei grossen Wert auf eine möglichst angenehme Raumaufteilung gelegt. So sind etwa die Bewegungsangebote alle im Saal C vorgestellt. Die weiteren angebotenen Themen beziehen sich auf die Gesundheit, Alltagshilfen, Fahrdienste, Sicherheit, Finanzielles, Freizeit und Weiteres. Die Rückseite unseres Flyers gibt detaillierte Auskünfte dazu. Übrigens hoffen wir darauf, dass wir den Besuchenden die brandneue **Infobroschüre für Senioren & Seniorinnen** in Aesch sowie die völlig neu überarbeitete Infobroschüre für Senioren & Seniorinnen in Birmensdorf bekannt machen dürfen. Wir freuen uns überdies besonders, dass das **Restaurant Brüelmatt** eigens für diesen Anlass am Nachmittag geöffnet ist, so kann man sich jederzeit ausruhen, stärken, plaudern.

Fortsetzung auf Seite 2

Fortsetzung von Seite 1

Es ist auch ein Vortrag geplant?

Bauder: Ja, mit Herrn David B. Fässler konnten wir einen ausgewiesenen Experten zum Thema Wohnen im Alter gewinnen. Viele Menschen sind in Birmensdorf oder Aesch fest verwurzelt und wären durchaus bereit, in eine altersgerechte Bleibe zu zügeln. Diese zu finden ist nicht leicht. Das praxisnahe Referat zu Wohnformen im Alter, das von 15.30 bis 16.15 Uhr im grossen Saal stattfindet, liefert anregende Impulse. Anschliessend steht Herr Fässler für Fragen zur Verfügung. Während des Vortrags machen alle Stände Pause, sodass man sich ungestört konzentrieren kann. **Sie können Ihren Besuch also ganz nach eigenem Gusto planen.**

Märtplatz

Datum: Dienstag, 7. Mai, 14.30 bis 17.30 Uhr

Vortrag «Wohnen im Alter» von 15.30 bis 16.15 Uhr

Ort: GZ Brüelmatt Birmensdorf; das Restaurant Brüelmatt ist am Nachmittag geöffnet

Kontaktperson bei Fragen

S. A. Heitlinger, Anlaufstelle für Altersfragen,
Tel. 044 739 39 49, beratung@alterszentrumambach.ch



Wohnen und Werken in Haus und Hof



Schulwandbild «Bauernhof in der Nordostschweiz» von 1940

Unter dem Motto «Früher war es einfacher» machen wir einen geführten Streifzug durch das Ortsmuseum Birmensdorf. War es das wirklich? Die Ausstellung gibt Einblicke in den Alltag früherer Zeiten und wer Lust hat, darf gerne auch ausprobieren, wie einfache Arbeiten damals zu verrichten waren. Zudem veranschaulicht eine kleine Ausstellung von Schweizer Schulwandbildern das bäuerliche Leben von einst.

Das Ortsmuseum Birmensdorf an der Mühlemattstrasse 7 ist am Samstag, 4. Mai 2024 von 14 bis 16 Uhr wieder geöffnet. Die Heimatkundliche Vereinigung freut sich auf viele Besucherinnen und Besucher.

Heimatkundliche Vereinigung Birmensdorf



Sind Sie bereit – für den ersten Schwamm?



Die Badmeister für die Saison 2024
v.l.nr. Nelson Mattos, Srđan «Sury» Markovic, Yonimter Martinez

Wie gewohnt eröffnet unser Freibad am 1. Mai um 9 Uhr die Saison 2024 für unsere geschätzten Besucher und Besucherinnen. Zurzeit wird aber für diesen Tag noch kräftig an der Reinigung und an der Inbetriebnahme gearbeitet. Darum stecken unsere Badmeister auch noch in der vollen Arbeitskleidung und nicht im Aufsichtsdress. Durch den letztjährigen Umbau auf Chromstahlbecken hat sich auch in der Vorbereitung einiges geändert.

Die eigentliche Beckenreinigung wurde etwas einfacher. Bei den Umlaufrinnen müssen alle Abdeckungen entfernt und die Rinnen gereinigt werden. Dies ist etwas aufwendiger. Dabei gilt es auch zu beachten, dass die Abdeckungen an genau demselben Ort wieder eingebaut sind, sonst geht es zum Schluss nicht auf. Mit etwas Glück konnten wir auch genügend saisonale Badmeister anstellen, ist der Arbeitsmarkt bei dieser Berufsgattung doch sehr ausgetrocknet. Andere Bäder konnten ihr Team nicht voll ergänzen. Die Folge davon ist, dass in verschiedenen Bädern gewisse Attraktionen, wie zum Beispiel Rutschbahnen oder ähnliches wegen Personalmangel gar nicht betrieben werden können. Die Gemeinde Birmensdorf hofft auf eine unfallfreie Saison, und wünscht allen Badegästen viele sonnige Tage und Ihnen viele erholsame Stunden in unserem Freibad.

*Gemeinderat Infrastruktur
Ringo Keller*

NICHT VERGESSEN!

**Redaktionsschluss für den Birmensdorfer 18/2024 vom 3. Mai: Freitag, 26. April um 12 Uhr.
Todesanzeigen bis am Montag, 29. April um 12 Uhr.**

Impressum:

Auflage: 3 600 Exemplare

Herausgeberin

Birmensdorfer | c/o Media-Center Uster AG
Neugrütstrasse 2 | 8610 Uster
Telefon 075 408 11 11 | birmensdorfer.ch
Druckfehler und Irrtümer vorbehalten.

Verteilung

Der «Birmensdorfer» wird durch die Schweizerische Post AG verteilt.



Öffnungszeiten der Bibliothek Birmensdorf in den Frühlingsferien

Während der Frühlingsferien vom **21. April bis 5. Mai** ist die Bibliothek Birmensdorf jeweils **montags und freitags von 14 bis 19 Uhr geöffnet**.

www.bibliotheken-zh.ch/birmensdorf/



Gemeinde
Birmensdorf**Bestattungsanzeige**

Am 21. April 2024 ist gestorben:

Gino-Luigi Bernasconi, geboren 1935, von Morbio Inferiore TI, wohnhaft gewesen in Birmensdorf.

Die Beisetzung findet im engsten Familienkreis statt.

Gemeinde
Birmensdorf**Bestattungsanzeige**

Am 20. April 2024 ist gestorben:

Roland Brogli, geboren 1956, von Wittnau AG und Schlieren ZH, wohnhaft gewesen in Birmensdorf.

Die Abdankung findet am Freitag, 3. Mai 2024, 14:00 Uhr, in der Abdankungshalle Friedhof Schlieren statt.

Gemeinde
Birmensdorf**Bestattungsanzeige**

Am 16. April 2024 ist gestorben:

Ruth Scheuchzer-Winzenried, geboren 1932, von Zürich ZH, wohnhaft gewesen in Birmensdorf.

Die Abdankung hat im engsten Familienkreis stattgefunden.

Gemeinde
Birmensdorf**Bauprojekt: Kirchgasse 9
Summarische amtliche Publikation****Gesuchsteller / in**

Urs Galli, Weissbadstrasse 20, 9050 Appenzell

Projektverfasser / inBerger AG, Sanitäre Installationen,
Langächerstrasse 5, 8907 Wettswil**Bauprojekt**Ersatz Ölheizung zu Luft/Wasser Wärmepumpe,
Kirchgasse 9, Grundstück Kat.-Nr. 1852, Zone K2**Planaufgabe**Die Pläne liegen bei der Abteilung Hochbau
(Eingang B Dachgeschoss), 20 Tage ab der massgebenden
amtlichen Publikation im Gemeindehaus Birmensdorf
auf. Bitte vereinbaren Sie vorher einen Termin
(Tel. 044 739 12 20 / Mail hochbau@birmensdorf.ch).

Gemeindeverwaltung / Hochbau

Kurzmitteilungen des Gemeinderates, Sitzung vom 15. April 2024

**ZVV, Fahrplanprojekt 2025 – 2026,
Begehren aus der Bevölkerung**

Gemäss Fahrplanverordnung des Kantons Zürich können die Gemeinden den zuständigen marktverantwortlichen Verkehrsunternehmungen Begehren aus der Bevölkerung sowie eigene Begehren anlässlich des ordentlichen Fahrplanverfahrens einreichen oder unterstützenswerte Begehren Dritter weiterleiten. Für das aktuelle Verbundfahrplanprojekt 2025 – 2026 hat der Gemeinderat Birmensdorf die unterstützenswerten Begehren der Bevölkerung im unterstützenden Sinne weitergeleitet.

**Zürcher Kantonalbank,
Gewinnausschüttung 2023, Kenntnisnahme**

Die Zürcher Kantonalbank hat im Geschäftsjahr 2023 einen herausragenden Konzerngewinn von CHF 1'238 Millionen erzielt und damit das Ergebnis des Vorjahres erneut übertroffen. Die Bank vermochte in der ganzen Breite des Marktes zu wachsen und konnte neue aktive Kundinnen und Kunden gewinnen. In einem herausfordernden Marktumfeld erwies sich das breit diversifizierte Geschäftsmodell in Kombination mit einer auf Kontinuität ausgerichteten Strategie wiederum als erfolgreich. Der ordentliche Gewinnanteil für die Gemeinde Birmensdorf beträgt CHF 768'773.50.

Gemeinde
Birmensdorf**Die Gemeindeverwaltung bleibt
am 1. Mai 2024 geschlossen**

Das Gemeindehaus sowie das Betriebs- und Gemeindeammannamt bleiben am Mittwoch, 1. Mai 2024, geschlossen.

Sammelstelle Breite

1. Mai 2024 geschlossen.

Wir danken für Ihr Verständnis.

Gemeindeverwaltung / Präsidiales

MUSIKVEREIN HARMONIE BIRMENSORF

GeneralversammlungFreitag, 3. Mai 2024, 19.30 Uhr
Freizeitraum, Gemeindezentrum Brüelmatt, Birmensdorf
Alle Ehren-, Frei-, Gönner-, Passiv- und Aktivmitglieder
sind herzlich eingeladen.Mit freundlichen Grüßen
DER VORSTANDNewsletter abonnieren und von
Aktionen und Rabatten profitieren:
birmensdorfer.ch/newsletter



ÄLTERWERDEN IN BIRMENS DORF

BETREUENDE ANGEHÖRIGE ERZÄHLEN

Es gilt als selbstverständlich, sich um unterstützungsbedürftige Nächste zu kümmern. Die Öffentlichkeit kriegt davon in der Regel sehr wenig mit. Deshalb hat sich das Redaktionsteam mit fünf Einwohner:innen ausgetauscht und Berührendes über deren jeweiligen Betreuungsalltag erfahren.

Die interviewten Menschen: 3 Frauen, 2 Männer im mittleren Lebensalter bis hin zu 91 Jahren. Bei 3 Personen betrifft die Betreuung die Eltern/-teile, bei 2 Personen sind es die Ehepartner. Die betreuten Personen sind alle zwischen 80 und 90 Jahre alt.

Unsere Fragen: Welche Freuden erleben Sie durch die Aufgaben, die Sie in der Betreuung übernehmen? Welche Schwierigkeiten belasten Ihren Betreuungsalltag? Was hilft Ihnen, um selbst gesund zu bleiben? Was wüssten Sie sich zur Unterstützung als betreuende: Angehörige:r in Birmi?

Nach den zu zweit geführten Gesprächen ziehen die Redaktionsmitglieder – dankbar für die grosse Offenheit der Interviewten – das Fazit: Es tut gut, miteinander ins Gespräch zu kommen über «unangenehme» Lebenserfahrungen; letztlich wirkt das inspirierend und entlastend für beide Seiten. Wagen Sie derlei Kontakte auch selbst?

Hier einige Antworten:

Freuden: Betreuungszeit gibt die Chance, länger gemeinsame Lebenszeit erfahren zu können. Dankbarkeit und Wertschätzung kommen zurück. Die Aufgabe bringt einen sinnstiftenden Alltag mit sich. Unterstützende Hilfe durch Familienmitglieder, den Freundeskreis und/oder durch Profis wie z.B. die Spitex wirkt vielfältig bereichernd.

Belastungen: «Man hat nicht immer die Nerven und die Geduld stets zu Diensten sein zu sollen oder zu wollen», erst recht wenn die Zusammenarbeit mit der betreuten Person auf Abwehr stösst. Betreuung ist körperlich wie geistig anstrengend und fordernd. Eigene Bedürfnisse müssen in den Hintergrund gestellt werden; spontane Auszeiten sind kaum möglich. Persönliche Gewohnheiten werden evtl. empfindlich gestört. Die eigene Mühe/Scham, Hilfe zu erfragen, muss überwunden werden.

Was hilft, gesund zu bleiben: Erkennen der eigenen mentalen, körperlichen und seelischen Anspannungen durch die verantwortungsvolle Betreuungsarbeit, wie umfangreich diese im Detail auch sein mag. Die gegebene Situation «annehmen statt hadern»; das Positive darin suchen und den Humor nicht vergessen. Sich selbst für das Geleistete anerkennend auf die Schultern klopfen und Grenzen setzen, da wo das eigene Leben allzu wenig Platz findet. Regelmässig ausgleichende Erholungszeit einplanen, sei es durch das Pflegen von liebsamen Tätigkeiten (z.B. Singen, Sport, Yoga) und/oder durch «Auszeiten» weg von zuhause.

Was wäre erleichternd in Birmi: Einwohner:innen, die ab und zu spazieren gehen mit der betreuten Person. «Eine heimelige Location, wo man einfach hingehen kann zum Jassen, Schnurre, Hocke». Eine Übersicht über die verschiedensten Hilfestellungen.

Betreuend angehörig zu sein ist eine oft anstrengende Herausforderung. Sie ist gesund und bereichernd zu meistern, wenn es im Miteinander und gut informiert geschieht. Deshalb haben die Altersgremien beider Gemeinden **am 7. Mai von 14.30 bis 17.30 Uhr** den Märtplatz «Informiert und engagiert älter werden in Birmensdorf und Aesch» auf die Beine gestellt. Der Anlass bietet der Bevölkerung erstmalig die niederschwellige Möglichkeit, sich vor Ort zu Entlastungs- und Unterstützungsangeboten gezielt beraten zu lassen, sowie ausgleichende Freizeitaktivitäten entdecken zu können und Informationen zum Wohnen im Alter zu erhalten.

Und sollten Sie den Wald vor lauter Bäumen nicht mehr sehen: die Anlaufstelle für Altersfragen steht Ihnen jederzeit gerne zur Seite.

Walter Rüegg, Peter Natz, Simone Anna Heitlinger

Agenda

Öffentliche Bilderausstellung – Peter Seiler Alterszentrum am Bach, Mehrzweckraum	Sa, 23.3.2024 – Di, 4.6.2024
Frühlingsferien Primar- und Sekundarschule	Mo, 22.4.2024 – Fr, 3.5.2024
Öffnungszeiten Bibliothek Birmensdorf während den Frühlingsferien	Fr, 26.4. und 3.5.2024 Mo, 29.4.2024 14.00 – 19.00
Birmensdorfer: Spezieller Redaktionsschluss Ausgabe 18/2024 vom Freitag, 3. Mai	Fr, 26.4.2024 18.00
Schwimmbad Geren – Vorverkauf Gerenstrasse 30 8903 Birmensdorf	Fr, 26.4.2024 10.00 – 12.00 15.00 – 17.00
Gottesdienst Reformierte Kirche	So, 28.4.2024 09.30
Biogene Abfälle (Grüngut)	Mo, 29.4.2024
NVVB Frühexkursion – wer singt denn da? Treffpunkt Gemeindehaus, Stallikonstrasse	Mi, 1.5.2024 05.00
Schwimmbad Geren – Eröffnung Saison 2024 Gerenstrasse 30, 8903 Birmensdorf	Mi, 1.5.2024 09.00
Frauenverein: Seniorenmittagstisch AZAB (Anmeldeschluss: 29.04.2024)	Do, 2.5.2024 12.00
Papiersammlung	Fr, 3.5.2024



Weitere Informationen zu den Anlässen finden Sie auf der Webseite der Gemeinde. Druckfehler und Irrtümer vorbehalten.



fitdankbaby® RÜCKBILDUNG

Die Basis für dich und dein Baby

Simone Ludaescher

0764330345



Finde Deinen Kurs unter
www.fitdankbaby.com

simone.ludaescher@fitdankbaby.ch



Zwei Füsse, vier Pfoten – Ein Team
Mit Happy Hundetraining zum Dream-Team!

Obligatorische Kurse (Welpen-, Junghund- und Erziehungskurse)
Privatktionen | Spezialkurse (**Anti-Giftköder-Kurs am 4.5.2024; Anti-Jagd-Kurs u.a.**) usw.
Hundeernährungsberatung
Vollständiges Kursangebot auf happy-hundetraining.ch

MONIKA BREN, 8904 AESCH
zert. Hundetrainerin | zert. Hundeernährungsberaterin
Stadt Zürich, Bezirk Dietikon, Raum Limmattal, angrenz. Aargau

Anmeldung: info@happy-hundetraining.ch | 079 521 37 69




