

Seniore-Zytig

Nr. 1/2022



Sehr geehrte Mitglieder Liebe Leserinnen und Leser



Können wir uns wirklich freuen und die Hauptversammlung 2022 wie vorgesehen durchführen? Zum Zeitpunkt der Vorbereitungen für diese Ausgabe der Verbandszeitung war der Verlauf der Infektionen mit dem Omikron-Virus auf dem Höchststand. Die Prognosen der Fachpersonen über die zu erwartende endemische Entwicklung der Ansteckungen liessen den Entscheid zu, die Hauptversammlung in gewohnter Form durchzuführen. Gemeinsam mit Ihnen wollen wir an dieser Veranstaltung das 50-Jahr-Jubiläum unseres Verbands mit einem kleinen Rahmenprogramm feiern. Freuen wir uns neben dem geschäftlichen Teil auf unterhaltsame Beiträge.

Die Einladung und die Unterlagen zur diesjährigen Hauptversammlung liegen dieser Ausgabe der Seniore-Zytig bei, ebenso die Einladungskarte. Mit meinen Kolleginnen und Kollegen freue ich mich auf eine rege Beteiligung an diesem Festanlass im Pfalzkeller St.Gallen.

Mit der Auswahl des Beitrags «Schutz der Privatsphäre» schliessen wir die Veröffentlichungen aus dem Handbuch «Grundrechte im Alter» des Interact-Verlags der Hochschule Luzern ab.

Um Ihnen weiteren interessanten Lesestoff zu bieten, beginnen wir mit einer neuen Folge. Sie betrifft

Impressum

Herausgeber: Seniorenverband St.Gallen-Appenzell Verband für Seniorenfragen www.seniorenfragen-sgarai.ch

Layout und Druck: Schmid-Fehr AG, Goldach

Redaktion: Richard Lehner. Netzwerk Lehner GmbH, Rorschach

Beiträge an: Maria Kaiser-Dort, Präsidentin Höhenweg 6, Wattwil info@seniorenfragen-sgarai.ch

Mitgliederverwaltung: Ruedi Hofmänner Obermoosbergstrasse 45. Herisau hofmaenner@swissonline.ch

im speziellen die ältere Generation. Im Kanton St.Gallen wird das Altersleitbild aus dem Jahr 1996 neu erarbeitet. Lesen Sie dazu den ersten Beitrag über die Arbeit und die Vernehmlassung des Kantonalen Seniorenrats St.Gallen.

Haben Sie sich auch schon geärgert, dass Sie den vollen Abfallsack über eine weite Strecke in den nächsten Unterflurbehälter transportieren mussten und mit einem enormen Kraftaufwand in die Öffnung werfen mussten? Das Leitungsteam Herisau hat mit einem Brief an den Gemeinderat Herisau zum geänderten Entsorgungskonzept Stellung genommen. In ihrem Schreiben haben sie auf die Erschwernisse für die Seniorinnen und Senioren bei der Umsetzung

des Entsorgungskonzepts mit den Unterflurbehältern hingewiesen. Ihre Reaktionen zu den verschiedenen Umsetzungen der Unterflurhehälter interessieren uns Gerne veröffentlichen wir in einer unserer nächsten Ausgaben Ihren Kom-

Ich wünsche Ihnen eine interessante Lektüre. Bleiben Sie gesund!

Maria Kaiser

Für Sie nur das Beste. Fragen Sie uns vergleichen lohnt sich.

Generalagentur Arbon-Rorschach

Roman Frei

mobiliar.ch

Mariabergstrasse 22 9401 Rorschach T 071 844 30 30 rorschach@mobiliar.ch

die **Mobiliar**

Zuhanden der 50. Jahresversammlung des Verbandes für Seniorenfragen St.Gallen-Appenzell

Die Vereinsarbeit im letzten Jahr war erneut sehr herausfordernd. Die Hauptversammlung 2021 konnte aus den bekannten Gründen nicht wie geplant durchgeführt werden. Nach einer ersten Verschiebung des Datums war der Vorstand gezwungen, die Mitglieder zu einer schriftlichen Abstimmung einzuladen. Die Stimmbeteiligung von 30,7 % hat uns sehr gefreut. Das Abstimmungsresultat wurde in unserer Verbandszeitschrift Seniore-Zytig, Ausgabe Nr. 2 / 2021 auf Seite 3, veröffentlicht.

Das 50-Jahr-Jubiläum hätte der Verband für Seniorenfragen St.Gallen - Appenzell, gegründet 1971, im letzten Jahr feiern können. Weil im vergangenen Vereinsjahr keine reguläre Versammlung möglich war, plante der Vorstand eine kleine Feier an der HV 2022 und begann mit den Vorbereitungsarbeiten. Anlässlich des 40-Jahr-Jubiläums hat eine grosse Feier stattgefunden mit einer Rückschau und Verdankungen der Persönlichkeiten, die zur Gründung des damaligen AHV-Rentnerverbands und der Weiterentwicklung zum heutigen Verband für Seniorenfragen St.Gallen-Appenzell beigetragen haben. Eine Würdigung zur 50-Jahrfeier wurde in der Seniore-Zytig, Ausgabe Nr. 1 / 2021 auf Seite 5, publiziert.

Flexibilität ist aufgrund der Situation mit der Corona-Pandemie

und den beschlossenen Massnahmen des Bundes von den engagierten Mitgliedern gefordert worden, ob im Verbandsvorstand, im Seniorenrat oder in den Regionen. Die geplanten und abwechslungsreichen Veranstaltungen in den Regionen Herisau und Rorschach konnten unter erschwerten Bedingungen erst ab dem zweiten Halbjahr durchgeführt werden.

Vorstandsarbeit

Das erste Mal seit Oktober 2020 haben sich die Vorstandsmitglieder am 21. Juni 2021 wieder physisch getroffen. Die Abstimmungsunterlagen der 49. HV sind an dieser Sitzung bearbeitet worden. Die laufenden Geschäfte behandelten wir an einer virtuellen Sitzung und drei physischen Sitzungen.

Um den Informationsaustausch zwischen dem Verbandsvorstand und der Region Herisau zu optimieren, haben wir gemeinsam eine Lösung gefunden. Mit dem Einsitz von Ruedi Hofmänner im Leitungsteam Herisau sollte der gegenseitige Informationsaustausch wieder wie vorgesehen funktionieren. Als Vorstandsmitglied und wohnhaft in Herisau ist er nahe am Geschehen und ein direkter Austausch ist gewährt.

Schwerpunkte Name des Vereins

Regelmässig Anlass zu Diskussionen gibt die Bezeichnung unseres



Verbandes. Die Vorstandsmitglieder haben sich vertieft damit auseinandergesetzt. Der Name eines Verbandes ist auch eine Marke, zudem soll die Verbindung zum schweizerischen Dachverband erkennbar sein. Deshalb sind wir zum Schluss gekommen, den Verbandsnamen wie bisher zu belassen. Für eine einfache Anwendung, auch im digitalen Bereich, haben wir neu das Namenskürzel «KVS-SGARAI» festgelegt.

Datenprogramm

Mitten im Rechnungsjahr 2021 hat Post Finance das Programm «Smartbusiness» auf Ende Oktober gekündigt. Ab dem 1. November war es nicht mehr möglich, Daten abzurufen. Dank unserem Fachmann in diesem Bereich ist die Immigration aller Daten in das vom Vorstand neu gewählte Datensystem «Club Desk» in kurzer Zeit gelungen.

Seniore-Zytig

Unser Ziel, die Inhalte in den drei Ausgaben der Verbandszeitung thematisch zu gestalten, ist mit den Folgebeiträgen «Grundrechte im Alter» gelungen. Ebenso wertvoll sind die Beiträge unseres Vorstandsmitglieds, Kurt Ress, über den Vorsorgeauftrag und die wichtigen Informationen zum Verfassen eines Testaments. Weiter veröffentlichten wir ausgewählte Mitteilungen aus dem Dachverband Schweizerischer Verband für Seniorenfragen (SVS) und dem Schweizerischen Seniorenrat (SSR). Ein Beitrag zu den Parolen des SVS zur eidgenössischen Abstimmung über die Pflegeinitiative war im Inhalt der Ausgabe 3 / 2021 veröffentlicht. Lesenswert waren auch die Berichte über die durchgeführten Veranstaltungen in den Regionen Rorschach und Herisau. Jede Ausgabe ist in Zusammenarbeit mit dem Redaktionsteam unter der Leitung von Richard Lehner und dem Vorstand erarbeitet worden.

Finanzielle Situation

Leider sieht die finanzielle Situation des Verbands nicht gut aus. Auch im Jahr 2022 musste ein Verlust budgetieren werden. In den nächsten Jahren ist das nicht mehr möglich, da praktisch keine Reserven mehr vorhanden sind. Viele Mitglieder scheiden altershalber oder weil sie verstorben sind aus dem Verband. Wenige Neumitglieder durften wir willkommen heissen. Eine Werbe-

aktion für neue Mitglieder ist in Vorbereitung. Wir hoffen damit vermehrt neue Mitalieder zu aewinnen. Um den Verband in die Zukunft zu führen und die nötigen Ausgaben für eine aktuelle Verbandsarbeit zur Verfügung zu haben, benötigen wir genügend finanzielle Mittel. Die Vorstandsmitglieder verzichteten bereits auf die Sitzungsgelder und im Berichtsjahr hat der Vorstand beschlossen, die Gesamt-Spesenpauschale nach unten zu korrigieren. Der Vorstand hat beschlossen, an der Hauptversammlung 2023 eine Beitragserhöhung zu beantragen. Auf eine Beitragserhöhung an der Jubiläumshauptversammlung 2022 verzichtete er.

Personelles

Eugen Fricker, langjähriges Vorstandsmitglied und Präsident des Kantonalen Seniorenrats St.Gallen (KSR-SG), hat seinen Rücktritt bekannt gegeben. Ein grosses Dankeschön gebührt ihm für seine Arbeit im Verband. Aktuell wird der KSR-SG im Co-Präsidium von Beat Steiger aus Wil und Theres Germann aus Jonschwil geführt. Theres Germann ist bereit, sich in den Vorstand wählen zu lassen. Zudem verlässt auch Kurt Ress den Kantonalvorstand. Erfreulicherweise engagiert er sich weiterhin in der Region Rorschach.

Seniorenrat St.Gallen (KSR-SG)

Der KSR-SG ist das politische Fachorgan des Verbands für Seniorenfragen St.Gallen – Appenzell. Zweck und Aufgaben sind in einem Organisationsreglement beschrieben. Durch eine gegenseitige Vertretung im KVS-SGARAI und dem KSR-SG ist der Austausch gewährleistet. Den Bericht über die Aktivitäten des Seniorenrats finden Sie auf Seite 5.

Vernetzung

Delegierte des KVS-SGARAI haben an Hauptversammlungen oder Sitzungen der Partnerorganisationen teilgenommen, wenn diese stattgefunden haben. Die Durchführung erfolgte entweder physisch oder auch kurzfristig per Video-Schaltungen.

Danke

Ihnen, liebe Mitglieder, danke ich für die Treue zu unserem Verband. Mit ihrer Mitgliedschaft unterstützen Sie die Arbeit zugunsten der Seniorinnen und Senioren. Es ist nicht selbstverständlich, dass ehrenamtliche Arbeit geleistet wird. Deshalb ist es mir ein grosses Anliegen, den engagierten Mitgliedern in den Leitungsteams der Regionen Herisau und Rorschach und dem Verantwortlichen für die Aktualisierung der Homepage danke zu sagen. Ein herzliches Dankeschön geht an die Kolleginnen und Kollegen im Vorstand für das Mitdenken, die Mitarbeit und die Unterstützung.

Für das Entgegenkommen, ein Sitzungszimmer im Zentrum St. Kolumban in Rorschach, beziehungsweise im Amt für Gesundheitsvorsorge St.Gallen benutzen zu dürfen, bedanke ich mich bei den Verantwortlichen.

Maria Kaiser, Präsidentin Verband für Seniorenfragen KVS-SGARAI

Jahresbericht 2021 Kantonaler Seniorenrat

Der Kantonale Seniorenrat St.Gallen (KSR-SG) befasste sich im fünften Jahr seines Bestehens vor allem mit alterspolitischen Fragen: Sepp Dietrich und Beat Steiger arbeiteten in der Begleitgruppe der Arbeitsgruppe «Gestaltungsprinzipien der Alterspolitik im Kanton St.Gallen» mit, ebenso in der Fachkommission für Altersfragen SG.

Corona-bedingt konnten nur drei Vorstands- und drei Sitzungen im Plenum durchgeführt werden und es wurden neben der Besprechung von aktuellen altersspezifischen Fragen folgende **Ergebnis**se erzielt:

- 1. Brief an Boris Tschirky (Präsident der St.Galler Gemeindepräsidentinnen und Gemeindepräsidenten) mit folgenden Schwerpunkten: Aufforderung, das Handeln in Alters- und Pflegeinrichtungen während der Corona-Pandemie auf Gemeindeebene zu evaluieren; Aufforderung, das Thema «Einsamkeit von älteren Personen auf Gemeindeebene» stärker zu bearbeiten.
- 2. Die Vernehmlassungsantwort «Gestaltungsprinzipien der Alterspolitik: Gutes Alter(n) gemeinsam aktiv gestalten» kann im Internet auf der Seite www. kantonaler-seniorenrat-sg.ch eingesehen werden.
- Planung des Projekts «Einsamkeit hat viele Gesichter» zusammen mit der Fachstelle Alter SG.



Neben der Arbeit an den Sitzungen haben sich Mitglieder des KSR in ihren Regionen, Organisationen und Gremien für ein Leben in Würde der Seniorinnen und Senioren eingesetzt.

Ausblick auf 2022:

- Gespräche mit RR Laura Bucher, RR Bruno Damann, Rolf Huber (Präsident VSGP), Mitgliedern der IG Alter des Kantonsrats SG zur Umsetzung der «Gestaltungsprinzipien der Alterspolitik.»
- Umsetzung des Projekts
 «Einsamkeit hat viele Gesichter»
 mit sechs Veranstaltungen im
 ganzen Kanton.
- Zusammenarbeit mit dem KSV

 SGARAI bei der Mithilfe zur
 Realisierung von Altersprojekten

Personelles:

Im Mai übernahm Beat Steiger a.i. das Präsidium, da Eugen Fricker wegen gesundheitlichen Problemen kürzertreten will. Mitte 2021 konnten drei neue Mitglieder begrüsst werden: Prof. Dr. Heidi Zeller, Fachhochschule Ost anstelle von Sabina Misoch; Kantonsrätin Dr. Eva B. Keller für die Region See-Gaster. Theres Germann machte an der Tagung zu den Gestaltungsprinzipien Ende August mit und übernahm ab 1.1.2022 das Co-Präsidium a. i. zusammen mit Beat Steiger. Am 8. September fand die Verabschiedung des Gründungsmitglieds Gerhard Fischer im Hafenbuffet Rorschach statt, inklusive der Würdigung seiner Arbeit durch die Mitinitianten des KSR-SG. Dr. Josef Dietrich, Eugen Fricker und Mitinitiantin Felicitas Würth.

Beat Steiger, Präsident KSR-SG







Ristorante Capri Pizzeria

Bäumlistorkelstrasse 3 CH-9400 Rorschach

Täglich geöffnet

Mittags 11:30 – 14:00 Uhr Abends 17:00 – 23:00 Uhr Samstags bis 24:00 Uhr

kontakt@capri-rorschach.ch 071 841 26 46 Sich mit echt südländischer Gastfreundschaft verwöhnen lassen, das kann man seit 20 Jahren im Herzen der Stadt Rorschach auf der schattigen Sommerterrasse oder im gemütlichen Wintergarten. Sandro und sein freundliches Personal heissen die Gäste

herzlich willkommen

und legen grossen Wert auf aufmerksamen und persönlichen Service vom Aperitif bis zum Kaffee.

Dem Feinschmecker präsentiert die vielfältige Speisekarte traditionelle Pizzakreationen, hausgemachte Pasta, Fischund Fleischgerichte, marktfrische Salate und vegetarische Speisen. Täglich stehen zwei Mittagsmenüs zur Auswahl.

In der Pizzeria Capri trifft die Wissenschaft des Kochens auf die Kunst des Geniessens.





Neues Jahr – neues Glück

Der Jahreswechsel liegt bereits mehrere Wochen zurück, wenn Sie die erste Seniore-Zytig 2022 in den Händen halten. In der Woche zwischen den Jahren hatten wir genügend Zeit, uns vom vergangenen Jahr 2021 zu verabschieden, denn nur wer loslässt, hat die Hände frei! Ja, es war nicht immer einfach mit all den komplizierten und wechselnden Vorschriften zu Corona - aber wir haben es geschafft! Und unter dem Motto «Non, je ne regrette rien...» (Nein, ich bereue nichts) beginnen wir wieder bei null. Und oh Wunder - wie bei vielen Wechseln, Veränderungen oder Übergängen, wenn wir einen Teil unserer Vergangenheit ablegen können, erfüllen uns eine Portion Mut, Kraft und neue Energie. Dies verbunden mit vielen Vorsätzen, diesmal alles besser oder überhaupt nicht mehr zu machen. Obwohl die Vorsätze vom letzten Jahr immer noch auf ihre Umsetzung warten... . Was soll's - wie gesagt «Neues Jahr - neues Glück»

Für uns alle wünsche ich mir in erster Linie «Lebensfreude». Haben wir den Mut, alle Fenster und Türen weit zu öffnen, nicht nur zum Lüften, sondern um viel Neues und Spannendes an uns heranzulassen. Wagen wir einmal etwas Ungewohntes, sogar Verrücktes - Ideen gefällig? Schreibe einen Brief an eine Person, die du lange nicht mehr gesehen hast; Mache eine Zeitreise und besuche einen Ort aus deiner Kindheit; Iss heute nur grüne Lebensmittel: Beginne mit einem Glückstagebuch und notiere jeden Tag drei Sachen, für die du dankbar bist, und so weiter.



Hilfreich bei einem Aufbruch sind auf jeden Fall Interesse an unseren Mitmenschen und eine gute Portion Neugierde, zum Beispiel die Überlegung: «Wie geht es eigentlich der Nachbarin im Haus gegenüber, ich habe sie schon lange nicht mehr gesehen.» Also nichts wie hin mit einem Blumenstrauss in der Hand oder einem Krug Tee und nachfragen.

Zum Thema «Aufbruch» gehören auch die beiden Artikel «Einsamkeit» und «Freiwilligenarbeit» in dieser Seniore-Zytig. Dazu zählen auch die vielzitierte Solidarität und Nachbarschaftshilfe. Zu Beginn der leidigen Pandemie gehörte am Anfang fast selbstverständlich die Solidarität gegenüber der älteren Generation. Vor allem in Form von Einkaufen, Unterstützung in verschiedenen Belangen seitens der Jungen.

Inzwischen sind wir auf dem Weg in Richtung «Normalisierung unserer Lebensumstände». Der Bundesrat lockert die Massnahmen Schritt für Schritt. Familientreffen. oder Treffen mit Freunden, ob im Restaurant oder auf Veranstaltungen, werden wieder einfacher. Freuen wir uns also auf eine schrittweise Rückkehr zur so genannten Normalität: hoffen wir aber, dass uns einige positive Auswirkungen der Corona-Zeit erhalten bleiben. Zum Beispiel weniger Hektik und Leistungsdruck, dafür mehr Zeit für Entspannung, Entschleunigung, Ruhe, und Zeit für Solidarität und die Pflege von Freundschaften. Aufbruch ist angesagt, der Winterschlaf ist beendet, spüren Sie den Frühling, die Wärme der Sonne und die bereits längeren Tage? Geniessen Sie das Leben und bleiben Sie gesund.

Erika Pertzel

Sepp Dietrich und die ReparierBar Sarganserland

Sepp Dietrich, der ehemalige Rektor der Kantonsschule Sargans und Mitgründer des kantonalen Seniorenrats SC (KSR-SC), hat nach seiner Pensionierung unermüdlich Freiwilligenarbeit geleistet. Sein letztes Werk ist die Reparierbar Sarganserland. Was wird da getan?

Wer etwas zum Reparieren bringt, meldet sich beim Empfang im Oberstufenzentrum Sargans an, füllt ein Reparierblatt aus und holt, was kaputt ist, hoffentlich geflickt, am Nachmittag wieder ab. Repariert werden elektrische Geräte, Möbel, Textilien, metallische Gegenstände und Velos. Nicht repariert werden Kaffeemaschinen, Brillen, elektrische Zahnbürsten und Grossgeräte. Die Erfolgsquote bei den Reparaturen liegt bei ca. 60 %. Alle Mitarbeitenden sind pensionierte Fachleute, verstehen ihr Handwerk und stellen ihre Kompetenzen ehrenamtlich und kostenlos zur Verfügung.

Im Eingangsbereich herrscht Barbetrieb und wer etwas zur Reparatur bringt, kann sich mit Kolleginnen und Kollegen zu einem Schwatz in der Bar niederlassen. Wer nichts zu reparieren hat, kann auch vorbeikommen und die schöne Stimmung bei Kaffee und Kuchen geniessen.

Projektleiter Sepp Dietrich und Geschäftsführer Bruno Tanner, beide je 82-jährig, erläutern das Projekt:

Wie teilt ihr eure Aufgaben untereinander auf?

Sepp Dietrich: Bruno ist meine rechte und linke Hand (schmunzelt). Er betreut unter anderem die Medien und macht in der

Lokalpresse vor jedem Anlass auf den nächsten Reparaturtermin aufmerksam.

Wie wird die ReparierBar finanziert?

Sepp Dietrich: Die Reparaturen sind gratis und unsere mehr als 40 Helferinnen und Helfer arbeiten mit Freude und ehrenamtlich. Allerdings sind wir nicht böse, wenn die Kunden einen freiwilligen Beitrag in das bereitstehende Körbchen legen. Wir sind aber angewiesen auf die Spenden der Gemeinden, Stiftungen, Serviceclubs, Firmen und Einzelpersonen für die Begleichung der Kosten für Versicherung, Miete, Flyer und Verbrauchsmaterial.

Bruno Tanner: Da wir die Werkstätten der Schule benutzen dürfen, waren die Anfangskosten überschaubar. Viele Geräte und Werkzeuge waren bereits da und mussten nicht gekauft werden. Wir haben ein sehr gutes Verhältnis zur Schulleitung und zu den betroffenen Lehrpersonen. Ebenfalls unterstützt die Gemeinde Sargans unsere Aktivitäten. Die Firma Stäubli AG stellt uns Gratis-Parkplätze gegenüber dem Schulhaus zur Verfügung.

Was ist der Schlüssel zum Erfolg? Sepp Dietrich: Gute Beziehungen und ein gutes Netzwerk zu haben sind wichtige Voraussetzungen, unsere Ziele zu erreichen. Die Leit-



Sepp Dietrich ist Initiant der Reparier-Bar Sarganserland. Fotos: Beat Steiger

idee «flicken statt wegwerfen» ist ein Beitrag zum Umweltschutz im Alltag.

Bei ihrer Tätigkeit können die meistens pensionierten Handwerkerinnen und Handwerker ihre im Berufsleben erworbenen Fähigkeiten weiter einsetzen und damit einen wertvollen Dienst leisten. Sie werden noch gebraucht und geschätzt. Die ReparierBar soll auch ein Treffpunkt, ein Ort der Begegnung sein. Ob Kunde oder Nichtkunde, die ehrenamtlich arbeitenden Frauen freuen sich





Die pensionierten Fachleute verstehen ihr Handwerk.

über Gäste, die sich bei Kaffee und selbst gebackenen Kuchen angeregt unterhalten. Damit werden Sozialkontakte gepflegt. Die Erkenntnis vieler Leute, dass solche Reparaturmöglichkeiten nötig sind, hat ebenfalls zum Erfolg beigetragen.

Bruno Tanner: Es gibt ja auch die Repair-Cafés, die von der Stiftung für Konsumentenschutz (SKS) unterstützt werden. Wir wollten aber unabhängig sein. So gesehen sind wir ein Unikat und können unsere lokalen und regionalen Bedingungen bestens nutzen, müssen gegenüber der SKS keine Rechenschaft ablegen, müssen aber auch für alles selbst aufkommen.

Die Reparierbar Sarganserland ist wirklich überzeugend: Das Zusammenleben in der Region erhält dadurch eine zusätzliche spezielle Note. Die Reparierbar ist gemeinnützig und auch sozial bereichernd. Nebenbei kann man sich sogar im Gebrauch des Handys beraten lassen. Der Flyer für das Jahr 2022 ist bereits gedruckt, die Termine sind festgelegt, es geht munter und engagiert weiter.

Beat Steiger

Ganzer Artikel mit mehr Bildern unter

https://seniorweb.ch/2021/12/10/zu-besuch-in-der-reparierbar-sarganserland

Siehe auch:

https://www.reparierbar-sarganserland.com



Der Kanton St.Gallen überarbeitet seine Alterspolitik

Das aktuelle Altersleitbild stammt aus dem Jahr 1996. In zwanzig Jahren wird jede vierte Person im Kanton 65 oder älter sein. Das stellt Gesellschaft, Wirtschaft und Politik vor neue Herausforderungen. Dem soll mit dem Bericht «Gutes Alter(n) gemeinsam aktiv gestalten» Rechnung getragen werden. Er beinhaltet eine neue Altersstrategie und verschiedene daraus resultierende Massnahmen. «Ziel ist eine gemeinsame Grundlage für die Alterspolitik, damit den anstehenden Herausforderungen mit geeigneten Angeboten und Rahmenbedingungen begegnet werden kann.» (Regierungsrätin Laura Bucher)



Am Bericht mitgearbeitet haben das Departement des Innern, das Gesundheitsdepartement, die Vereinigung der Gemeindepräsidentinnen und Gemeindepräsidenten, reflektiert von einer Begleitgruppe, in der z.B. politische Parteien, (Alters)Organisationen, Kirchen, der Kantonale Seniorenrat (KSR-SG) usw. vertreten waren. Es geht auch darum, das Potenzial der älteren Bevölkerungsgruppe zu nutzen und allen Menschen im Alter eine Teilhabe am sozialen Leben, eine hohe Lebensqualität und ein selbstbestimmtes Leben zu ermöglichen. Der nach der Vernehmlassung bearbeitete Bericht, an der auch der KSR teilgenommen hat, wird 2022/23 dem Kantonsrat zur Beratung vorgelegt.

Der Bericht bildet die Grundlage für die Weiterentwicklung der Alterspolitik in Kanton und Gemeinden.

Dabei wurden folgende vier Gestaltungsprinzipien festgelegt:

- Soziale Teilhabe sowie gesellschaftliches Engagement ist für alle möglich.
- 2. Partizipation ist für alle möglich
- 3. Ökonomische Sicherheit ist für alle gewährleistet
- Eine adäquate Gesundheitsversorgung ist für alle gewährleistet und Gesundheit wird für alle gefördert.

Der KSR-SG geht in den nächsten Ausgaben der Seniore-Zytig des Verbands für Seniorenfragen (KVS-SGARAI) auf einige Punkte des Berichtes näher ein, die wir im Plenum des KSR-SG diskutiert und in unserer Vernehmlassung an die Regierung festgehalten haben:

Hier unsere Anliegen zum Schwerpunkt «Gesellschaftliche Teilhabe, Wohnen und Sozialraum»

- Konsequenter Einbezug und Einbindung von alten Menschen in Entscheidungsprozesse auf allen Planungsebenen bei Bund, Kanton und Gemeinden, eine vermehrte Ausrichtung der Alterspolitik auf die Ressourcen der Menschen statt Defizitbewirtschaftung. Grundsatz: Betroffene werden zu Beteiligten.
- Mobilität im öffentlichen Raum.
 Wir betonen die notwendige barrierefreie Gestaltung von

Aussenräumen und öffentlichen Gebäuden. Gemeinden könnten ihre diesbezüglichen Einflussmöglichkeiten in der Raum- und Zonenplanung, bei der Gestaltung von Überbauungsplänen und in der Förderung von Genossenschaften noch vermehrt wahrnehmen.

- Fast alle älteren Menschen wollen möglichst lange selbständig in der gewohnten Umgebung bleiben. Dabei hilft auch eine Generationendurchmischung aller Bevölkerungsgruppen. Keine Alters- und Behinderten-Ghettos!
- Die Wohnbedürfnisse sind sehr individuell, Angebote von flexiblen, vielfältigen Wohnformen mit frei wählbaren und kombinierbaren Unterstützungsangeboten sollten vorhanden sein.
- Bezahlbare Unterstützung gewährleisten: Erschwingliche ambulante Betreuungs-, Begleitungs- und Pflegeleistungen stärken die Autonomie, Gesundheit und die Lebensqualität und bringen damit den Gemeinden auch erhebliche Einsparungen

Der ganze Bericht ist auf der Webseite des Kantons St.Gallen abrufbar: https://www.sg.ch

Co-Präsidium KSR-SG: Theres Germann, Beat Steiger

Grundrechte im Alter / 4. Teil (Schluss)

Mit dem Artikel über den «Schutz der Privatsphäre» schliessen wir die Reihe über «Grundrechte im Alter» ab. Die Broschüre kann weiterhin beim interact-Verlag in Luzern vergünstigt bestellt werden (Siehe Kasten auf dieser Seite). An dieser Stelle möchten wir uns herzlich beim Verlag bedanken, dass wir Auszüge aus der Broschüre unentgeltlich publizieren durften.

Schutz der Privatsphäre

Artikel in der Bundesverfassung, in der Europäischen Menschenrechtskonvention, im UNO-Zivilpakt und in der Behindertenkonvention geben detailliert Auskunft über verschiedene Formen zum Schutz der Privatsphäre von Menschen aller Altersstufen.

Jeder Mensch hat das Recht auf ein Mindestmass an Privatsphäre. Er soll sich an Orte zurückziehen können, zu dem weder der Staat noch unerwünschte Dritte Zugang haben. Sei es die Wohnung (inkl. Balkon und Gartensitzplatz), das Ferienhaus, der Wohnwagen oder das Hotelzimmer. Vertreterinnen und Vertreter von Behörden dürfen nur in Ausnahmefällen und bei ausreichender gesetzlicher Grundlage ohne Erlaubnis in diese Räume eindringen.

Das Zimmer einer älteren Person in einem Alters- oder Pflegeheim bildet Teil ihrer Privatsphäre und ist als solche durch das Pflegepersonal zu respektieren. Dazu gehört, dass das Zimmer normalerweise nicht ohne Anklopfen betreten wird, aber auch, dass die Bewohnerinnen und Bewohner einen abschliessbaren Schrank besitzen, in dem sie ihre

persönlichen Sachen aufbewahren können

Teilweise werden ältere Personen, vor allem wenn sie stark pflegebedürftig sind, in Mehrbettzimmern untergebracht. Um ein Minimum an Privatsphäre zu gewährleisten, müssen solche Zimmer zumindest mit mobilen Trennwänden ausgestattet sein und Platz für die Aufbewahrung persönlicher Gegenstände bieten.

Zum Schutz der Privatsphäre gehört auch die Achtung des Kommunikationsgeheimnisses. Staatliche Akteure dürfen deshalb Post-, Internet- oder Telefonverkehr nur ausnahmsweise überwachen. Angestellte von staatlich (mit-) finanzierten Alters- und Pflegeheimen sind ebenfalls staatliche Akteure. Sie dürfen deshalb ohne Einverständnis keine Post oder E-Mails von Bewohnerinnen und Bewohnern lesen.

Schliesslich sollen persönliche Daten vor Missbrauch geschützt werden. Private Informationen dürfen nicht an die Öffentlichkeit und an unbefugte Personen weitergegeben werden. Das Recht auf Privatsphäre schützt insbesondere auch die vertrauliche Behandlung von Informationen über den Gesundheitszustand oder die finanzielle Situation älterer Personen. Möchte eine Person beispielsweise nicht, dass ihre Kinder von ihrer Krankheit erfahren, muss das zuständige ärztliche Personal diesen Wunsch respektieren.

Rabatt für Leser*innen der «Seniore-Zytig»

Wer die Publikation «Grundrechte im Alter» beziehen möchte, erhält einen exklusiven Rabatt von 20 Prozent auf den Verkaufspreis von 36 Franken. Bei der Bestellung zusätzlich zu Name und Adresse unbedingt das Stichwort «Seniore-Zytig» angeben.

Bestelladresse:

interact Verlag Werftestrasse 1. Postfach 2945. 6002 Luzern Telefon 041 367 48 48; E-Mail: interact@hslu.ch; Internet: www.hslu.ch/interact **Buch-Tipp Sachbuch / Ratgeber**

Silke Weinig, Einsamkeit überwinden – Freunde finden

Fast jeder fühlt sich irgendwann einmal einsam. Obwohl in letzter Zeit häufig von einer «Einsamkeitsepidemie» die Rede ist, immer mehr Personen in Single-Haushalten leben und sich während der Corona-Lockdowns wohl fast jeder mehr Gemeinschaft wünschte, ist Einsamkeit ein sehr individuelles Phänomen. Man kann sich einsam unter Menschen fühlen und hochzufrieden allein sein. In ihrem Ratgeber geht Silke Weinig dem Gefühl auf den Grund: Woher kommt

meine innere Leere? Was kann ich tun, um mich von meinem Einsamkeitsgefühl zu befreien? Sie gibt ihren Leserinnen und Lesern verschiedene Fähigkeiten an die Hand, mit denen sie sich in ihrem eigenen Tempo hinaus in die Welt wagen und sich auf die Vielfalt der menschlichen Beziehungen einlassen können.



Silke Weinig
Einsamkeit überwinden –
Freunde gewinnen
Schritt für Schritt Kontakte
knüpfen und zurück ins
Leben finden
200 Seiten
Humboldt Verlag
ISBN 978-3-8426-4247-8

Buch-Tipp Roman

Benedict Wells, Vom Ende der Einsamkeit

Jules und seine Geschwister Marty und Liz sind grundverschieden, doch ein tragisches Ereignis prägt alle drei: Behütet aufgewachsen, haben sie als Kinder ihre Eltern durch einen Unfall verloren. Obwohl sie auf dasselbe Internat kommen, geht jeder seinen eigenen Weg, sie werden sich fremd und verlieren einander aus den Augen. Vor allem der einst so selbstbewusste Jules zieht sich immer mehr in seine Traumwelten zurück. Nur mit der geheim-

nisvollen Alva schliesst er Freundschaft, doch erst Jahre später wird er begreifen, was sie ihm bedeutet – und was sie ihm immer verschwiegen hat. Als Erwachsener begegnet er Alva wieder. Es sieht so aus, als könnten sie die verlorene Zeit zurückgewinnen, doch dann holt sie die Vergangenheit wieder ein.



Benedict Wells Vom Ende der Einsamkeit 368 Seiten Diogenes-Verlag ISBN 978-3-257-06958-7



Szene aus: «Einsamkeit hat viele Gesichter», 2021 Voltafilm, Luzius Wespe

Einsamkeit hat viele Gesichter

Die Corona-Pandemie mit dem letztjährigen Slogan «Bleiben Sie zu Hause» hat viele ältere Menschen ans Haus gebunden. Man wollte das Risiko einer Ansteckung mit dem Coronavirus mindern. Die Hoffnung auf das Verschwinden des tödlichen Virus hat sich als Irrtum herausgestellt. Die viel ansteckenderen Mutationen des Virus mit seinen Ansteckungen beeinträchtigen noch heute die Gesellschaft, obwohl die Impfungen einen gewissen Schutz bieten.

Einsamkeit ist eine Folge. Aktuell wird sie viel stärker wahrgenommen und hat grosse Auswirkungen auf die Gesundheit der Betroffenen. Zum Tabuthema wurde ein Kurzfilm gedreht mit dem Titel «Einsamkeit hat viele Gesichter und die Herausforderungen beim Älterwerden». Wir alle fühlen uns hin und wieder einsam. Weshalb es uns so schwer fällt, darüber zu reden?

Vermuten wir, zu wenig Freundschaften gepflegt zu haben? Einsamkeit kann alle treffen.
Darüber nachzudenken und offen für ein Gespräch zu sein, ist ein wichtiger Schritt für einen gesunden Umgang mit Einsamkeit. Es gibt unterschiedliche Gründe für die Entstehung und unterschiedliche Wege aus der Einsamkeit.

Der Film ist mit finanzieller Unterstützung der kantonalen Fachstelle Alter gedreht worden mit dem Ziel, die vielschichtigen Gründe, die zu Einsamkeit führen, einer breiten Bevölkerung im Kanton St.Gallen bekannt zu machen und die Menschen für das Tabuthema zu sensibilisieren.

Es ist geplant, die sieben Filmportraits in verschiedenen Gemeinden des Kantons zu zeigen und in einem anschliessenden Podiumsgespräch das Thema Einsamkeit zu besprechen. Es werden dazu Fachpersonen eingeladen. Anschliessend können die Teilnehmenden im Gespräch bleiben.

Zurzeit sind Veranstaltungen in St.Gallen, Wil, Rorschach, Wattwil, Altstätten und in Rapperswil geplant. Wir laden Sie ein, das Angebot des Gesundheitsdepartementes in Zusammenarbeit mit dem Kantonalen Seniorenrat KSR, dem Verband für Seniorenfragen KVS-SGARAI und örtlichen Trägerschaften zu nützen und Bekannte auf die Anlässe aufmerksam zu machen.

Weitere Informationen zum Thema: www.einsamkeit-gesichter.ch.

Die Termine für die Veranstaltungen finden Sie unter: www.seniorenfragen-sgarai.ch

Felicitas Würth-Zoller



Wer sind wir

Der Verein Entlastungsdienst ist eine private soziale Institution. Er besteht seit über 30 Jahren in unserer Region. Er vermittelt Betreuerinnen und Betreuer, die stunden- oder tageweise die Betreuung oder Begleitung von Menschen mit einer Körper-, Geistes- oder Sinnesbehinderung, oder einer Demenz übernehmen (Kinder, Jugendliche und Erwachsene), um



- den Familienangehörigen zu persönlicher Freizeit, und damit zu mehr Lebensqualität zu verhelfen;
- den Menschen mit einer Behinderung die Möglichkeit zu geben, Aussenkontakte zu pflegen.

Unsere Betreuungen knüpfen an die Dienste von Spitex und Pro Senectute; sie schliessen Pflege- und Haushaltarbeiten aus.



Freizeit gewinnen - Lebenskraft erhalten

Wer Daheim einen Angehörigen mit einer Behinderung, oder einer chronischen Krankheit pflegt, der weiss, wie anspruchsvoll die Begleitung, die Betreuung und die Pflege sein kann. Oftmals sind enorme Kräfte nötig, damit den Betroffenen ein gutes Umfeld geschaffen werden kann. Die Familien erreichen mit der Betreuungsarbeit aber oft eine Grenze des Leistbaren.

Unsere Dienste erlauben den Angehörigen dann Zeit, einem Hobby nachzugehen, Kontakte zu pflegen oder einfach sich auszuruhen, um die Kräfte wieder zu bündeln. Doch auch für die Menschen mit einer Behinderung ist das Angebot bereichernd, können sie doch auf diesem Weg Aussenkontakte finden.

Unser Angebot setzt keine Notlagen voraus. Entscheidend ist für uns ihr Wunsch nach Entlastung. Kontaktieren Sie uns, solange Sie noch bei vollen Kräften sind!

Falls Sie, werte Leserinnen und Leser, Interesse und/oder Bedarf für die Dienste unseres Vereins haben, wenden Sie sich an unsere Vermittlerin

Brigitta Sturzenegger, Erlenstrasse 14, 9404 Rorschacherberg, Tel. 071 841 77 78 oder E-Mail Entlastungsdienst-Region-Rorschach@gmx.ch, oder an den Präsidenten des Vereins

Kurt Ernst Ress, Seebüelstrasse 4a, 9403 Goldach,

Tel. 071 841 54 67 oder E-Mail jeakur.rebu@bluewin.ch.

Wir freuen uns auf Ihre Kontaktaufnahme.



Veranstaltungen im CAFÉ NEGROPONT



- Jass-Nachmittage
- Sprachencafés, Italienisch,
- Französisch, Spanisch und Englisch
- Smartphone-Treff
- Café la Chance (Beizenquiz, Bingo, Domino, etc.)
- Strick-Nachmittage «zäme lisme»
- Scrabble und Dog Spielnachmittage

Besuchen Sie die Homepage oder bestellen Sie das Monatsprogramm.

Das Negropont-Team freut sich über Ihren Besuch. Café Negropont, Reitbahnstrasse 2, 9400 Rorschach, 071 844 05 23, www.cafenegropont.ch

Unterflurbehälter für ältere Menschen beschwerlich

In immer mehr Gemeinden gehören Unterflurbehälter zur Entsorgung von Kehrichtsäcken in den Quartieren bereits zum Alltag. Dies hat den Vorteil, dass der Haushaltkehricht auch ausserhalb der Abfalltage entsorgt werden kann. Kehrichtbereitstellungen an falschen Abfuhrtagen sind ein Ärgernis für Anwohnerinnen und Anwohner, führen zu hygienischen Problemen, vor allem wenn Kehrichtsäcke von Tieren aufgerissen werden. Trotz der Vorteile sind die Unterflurbehälter gerade für ältere Menschen ein Ärgernis.

Dies nahm das Leitungsteam vom Verband für Seniorenfragen, Region Herisau, zum Anlass. in einem Brief im November letzten Jahres an die Gemeinde Herisau auf die Erschwernisse für die Seniorinnen und Senioren bei der Umsetzung des Entsorgungskonzepts mit den Unterflurbehältern aufmerksam zu machen. Dieses Konzept soll in Herisau innerhalb der nächsten fünf Jahre umgesetzt werden. In dem Schreiben weist das Leitungsteam Herisau darauf hin, dass das neue Konzept vor allem bei der älteren Bevölkerung auf wenig Verständnis stosse. «Nicht vergessen darf nämlich», so das Leitungsteam, «dass insbesondere die Seniorinnen und Senioren sich schwertun, den Kehrichtsack oft mehrere hundert Meter zum nächsten Sammelcontainer zu tragen.» Dies sei gerade in den Wintermonaten bei Schnee und Eis noch beschwerlicher. Im Brief verlangte das Leitungsteam eine

Überprüfung des geplanten Entsorgungskonzeptes durch die Gemeinde.

Ende Dezember meldete sich das zuständige Amt für Tiefbau/Umweltschutz der Gemeinde Herisau mit einer Antwort beim Leitungsteam. Darin werden die Gründe für die Kehrichtentsorgung mit Unterflurbehältern aufgeführt. Neben den bereits oben genannten Vorteilen räumt das Amt jedoch ein, dass die vom Leitungsteam angeführten Punkte, zum Beispiel lange Wege bis zum nächsten Container tatsächlich ein Nachteil seien. Bei der Auswahl der Standort für die Unterflurbehälter werde jedoch darauf geachtet, «dass diese an Stellen liegen, die auch im Alltag regelmässig frequentiert werden.» Des weiteren weist das Gemeindeamt darauf hin, dass Personen, die in ihrer Mobilität eingeschränkt seien, «bereits im heutigen System jemanden finden müssen, der oder die ihnen den Abfallsack zu einer bestimmten Zeit an die Strasse stellt», zum Beispiel Nachbarn oder Familienangehörige.

Die Regionalgruppe Herisau wird den zuständigen Behörden bei der Umsetzung des Kehrichtkonzeptes weiter auf die Finger schauen.

Ihre Meinung interessiert uns.

Was machen Sie für Erfahrungen mit der Abfallentsorgung, insbesondere mit Unterflurbehältern? Schreiben Sie uns: info@seniorenfragen-sgarai.ch



Auch die Deckel der Unterflurbehälter sind für ältere Menschen nicht immer einfach zu öffnen. Foto: Maria Kaiser

Problematische Triage von intensivmedizinischen Behandlungen bei Ressourcenknappheit

Der Schweizerische Seniorenrat (SSR) wehrt sich gegen die Triagebestimmungen der Schweizerischen Akademie der Medizinischen Wissenschaften (SAMV), die die ältere Bevölkerung diskriminiert, und fordert die SAMV in einem Schreiben auf, die Richtlinien in den erwähnten Punkten zu revidieren: «Das Gesundheitswesen in der Schweiz ist am Anschlag. Die stetig steigenden Fallzahlen von Covid-Ansteckungen und damit verbunden die grosse Belastung der Intensivpflegeplätzen in den Spitälern führen, falls der Trend nicht gebrochen werden kann, zur Entscheidung welche Patienten noch einen Platz in der Intensivstation erhalten werden. Die Triageteams in den Spitälern stützen sich bei ihren Entscheidungen auf die Richtlinien (Triage in der Intensivmedizin bei ausserordentlicher Ressourcenknappheit.

Diese Richtlinien wurden während der Pandemie mehrmals überarbeitet und den neuen Situationen angepasst. War am Anfang noch die Altersgrenze (über 65 Jahre) ein massgebendes Kriterium, auf das der SSR reagiert hat, sind heute andere, für Seniorinnen und Senioren sehr nachteilige Kriterien massgebend. In der heutigen Version 4 dort steht unter anderem: Es werden also diejenigen Patienten nicht auf der Intensivstation behandelt, die erwartungsgemäss noch längere Zeit viele Ressourcen binden würden, um die erwar-



tete Überlebensprognose zu erreichen). Das heisst nichts anderes, dass Patientinnen und Patienten mit Vorerkrankungen, wie beispielsweise Krebs, die einen längeren Aufenthalt auf einer Intensivstation benötigen würden, nur palliativ gepflegt würden.

Die Richtlinien präzisieren dazu:

«Wenn sich eine sehr komplexe, langwierige Therapie abzeichnet und Ressourcenknappheit besteht, dann muss im ungünstigsten Fall eine Umstellung auf eine palliative Behandlung erfolgen, die ausserhalb der Intensivstation weitergeführt wird, um Platz zu schaffen für Personen, die gemäss den Kriterien der Richtlinien die Behandlung benötigen». Gerade Seniorinnen und Senioren haben

oft Vorerkrankungen. Der SSR wehrt sich gegen diese Triagebestimmungen der SAMV. Diese Diskriminierung der älteren Bevölkerung darf nicht sein und der SSR fordert die SAMV auf, die Richtlinien in den erwähnten Punkten zu revidieren.»

Das Copräsidium – Schweizerischer Seniorenrat

Ältere Menschen bei der Umstellung nicht vergessen

Erste neue QR-Einzahlungsscheine liegen in den Briefkästen und werden im Laufe dieses Jahres die altgedienten Einzahlungsscheine ablösen. Die grosse Mehrheit der Seniorinnen und Senioren sind im Umgang mit den neuen digitalen Technologien geübt. Doch nach wie vor sind rund 200'000 ältere Menschen bei der anstehenden Umstellung der Einzahlungsscheine auf Unterstützung angewiesen. Pro Senectute macht in einer Mitteilung auf diese Umstellung aufmerksam:

Der neue QR-Einzahlungsschein löst am 1. Oktober 2022 die bisherigen orangen und roten Einzahlungsscheine ab. Diese Änderung kann bei Seniorinnen und Senioren Unsicherheit auslösen. Denn rund ein Viertel der Menschen im Pensionsalter sind offline unterwegs. Vor allem rund 200'000 Menschen, vornehmlich im Alter über 80 Jahren, brauchen daher intensivere Unterstützung. Sie könnten allenfalls befürchten, mit dem neuen QR-Einzahlungsschein ihre Zahlungen nicht mehr selbstständig ausführen zu können.

Vieles bleibt beim Alten

Nach wie vor finden sich alle Zahlungsinformationen auf dem neuen QR-Einzahlungsschein, mit dem weiterhin am Postschalter oder mit dem gelben Einzahlungsbüchlein bezahlt werden kann. Neu findet sich auf dem Einzahlungsschein aber ein QR-Code, der per Smartphone-, PC- oder Laptop-Kamera gescannt werden kann. Damit müssen die Zahlungsangaben im E-Banking nicht mehr von Hand abgetippt werden. «Ist dies einmal eingeübt, ist das Einzahlen weniger fehleranfällig und erleichtert den Alltag», meint Alain Huber. Direktor von Pro Senectute Schweiz, und ermuntert, sich auf die Neuerung einzulassen.

«Übergang in digitale Welt ist eine Chance»

Als grösste Altersorganisation in der Schweiz betreut Pro Senectute Seniorinnen und Senioren im Alltag und steht ihnen auch bei Fragen rund um die Digitalisierung zur Seite. Denn die älteren Menschen dürfen nicht Gefahr laufen, sich in der zunehmend digitalisierten Welt nicht mehr zurechtzufinden und ausgeschlossen zu werden. «Mit guter Information und Unterstützung im Umgang mit den neuen Technologien kann der Übergang in eine digitalere Welt eine Chance und ein Gewinn für alle sein», sagt Alain Huber. Dies bedeute aber. alle Menschen, die nicht online sind, abzuholen. «Wir zeigen auf, dass der neue Einzahlungsschein zwar im neuen Gewand daherkommt, sich aber bei der Benutzung nicht viel ändern muss», ergänzt er. (PS)

Erklärmaterial zum neuen QR-Einzahlungsschein

Für alle Fragen zum Umgang mit dem neuen QR-Einzahlungsschein stehen die 130 Ortsvertretungen von Pro Senectute mit Rat und Tat zur Seite. In den Beratungsstellen steht kostenloses Erklärmaterial zur Abholung bereit. Im Laufe des Jahres werden zudem Informationsveranstaltungen organisiert. Auf der Webseite von Pro Senectute steht ein Erklärfilm bereit, der auch Angehörigen helfen kann, die Neuerungen beim Einzahlungsprozess zu erklären: www.prosenectute.ch/ einzahlungsschein.



Veranstaltungen

Regionen Rorschach und Goldach

Mittagstische:

Die Mittagstische in Goldach und Rorschach finden im Rahmen der aktuellen Vorschriften des BAG wieder statt.

Jeden zweiten Freitag im Monat

ab 11.30 Uhr im Restaurant Mühlegut in Goldach

Anmeldung: bis zum Vortag an Kurt Ress, Telefon 071 841 54 67 oder per E-Mail: jeakur.rebu@ bluewin.ch

Jeden letzten Freitag im Monat

ab 11.30 Uhr im Restaurant Hafenbuffet in Rorschach

Anmeldung: bis zum Vortag an Hansruedi Duss, Tel. 071 855 52 26 oder hansruedi.duss@bluemail.ch)

Zur guten Planung für das Restaurant sind wir für die Anmeldung oder Abmeldung dankbar. Der Lottoanlass in Goldach und der Jassanlass in Rorschach im Anschluss an die Mittagstische finden zur Zeit nicht statt.

Freizeitgruppen:

Die Jass-Nachmittage der Region Stadt St.Gallen, Region Gossau und Region Uzwil finden aus organisatorischen Gründen nicht mehr statt.

Pro Senectute

Kurse und Veranstaltungen:

Fahrsicherheitstraining

Freitag, 13. Mai 2022

14.00 bis 16.30 Uhr Kosten Fr. 120.00 Theorie und Fahrstunde

iPhone Grundkurs

Donnerstag, 3., 10. und 17. März 2022

13.00 bis 16.30 Uhr Kosten für 9 Lektionen Fr. 216.00

Naturkundlicher Spaziergang

Montag, 2. Mai 2022

14.00 bis ca. 16.00 Uhr, Beitrag Fr. 10.00 Treffpunkt Bahnhof Goldach

Neue Kurse: Yoga - Rückenfit, Atmen und Wahrnehmung, Englisch für AnfängerInnen, Literaturzirkel

Beachten Sie das Kursprogramm auf der Homepage: www.sg.prosenectute. Weitere Auskünfte: Tel. 071 844 05 16

Anlässe vom Mai und Juni der Region Rorschach

Dienstag, 10. Mai 2022

Besichtigung Maestrani Chocolarium in Flawil mit Führung. **Anmeldung:** bis 30. April 2022 an Hansruedi Duss (Tel. 071 855 52 26 oder E-Mail hansruedi.duss@bluemail.ch)

Dienstag, 7. Juni 2022

Besichtigung Saurer Museum am See mit Führung.

Anmeldung: bis 31. Mai 2022 an Kurt Ress (Tel. 071 841 54 67 oder E-Mail jeakur.rebu@bluewin.ch)

Dienstag, 14. Juni 2022

Einsamkeit hat viele Gesichter. Dokumentarfilm inkl. Podiumsdiskussion.



Anlässe vom April bis Juni der Region Herisau

Mittwoch, 13. April 2022

Funktionswechsel (Rückblick und Ausblick mit Apéro). Harmoniesaal.

Mittwoch, 18. Mai 2022

Tagesausflug nach Stein am Rhein (Besichtigung) und Schifffahrt zum Rheinfall (Mittagessen auf Schiff).

Anmeldung: bei Gerald Baumann bis 10.5.2022

Dienstag, 21. Juni 2022

Bischofszeller Rosen und Kulturwoche. Anmeldung bis 3. Juni bei Hans Bruderer

Weitere Details zu allen Veranstaltungen in den Regionen Rorschach, Goldach und Herisau auf der Internetseite: www.seniorenfragen-sgarai.ch

Rückblick: Veranstaltungen 2021

In den Regionen Rorschach und Herisau wurden wieder schöne Anlässe organisiert. Die beiden Leiterteams organisierten interessante Reisen und Besuche in Firmen und Museen. Leider mussten vorgesehene Veranstaltungen Corona bedingt abgesagt werden, oder waren durch die Bestimmungen des BAG beeinträchtigt. Oft mussten kurzfriste Änderungen vorgenommen werden.

Region Rorschach

Das Leiterteam, bestehend aus dem Teamleiter Hansruedi Duss

und den Mitgliedern Kurt Ress, und neu Annamarie Lütscher, hat das Jahresprogramm 2021 zusammengestellt, organisiert und durchgeführt. Mitgetragen hat es auch Gerhard Fischer, der aus gesundheitlichen Gründen leider kürzertreten muss. An der Dezember Teamsitzung wurde das Jahresprogramm 2022 besprochen. Wir haben wiederum ein abwechslungsreiches Programm erarbeitet. Wir hoffen natürlich, dass wir das Programm trotz den BAG-Vorschriften mit möglichst vielen Teilnehmern durchführen können.

Die Veranstaltungsprogramme Region Rorschach, Goldach und Herisau liegen dieser Seniore-Zytig bei.

Hansruedi Duss, Teamleiter Region Rorschach

Besuch der Sammlung Würth: «Lust auf Mehr»

Die Ausstellung im Forum Würth Rorschach zeigt alles: das Spektakuläre, das Stille, das Arrivierte. das noch Aufstrebende. Rund 45 Werke zeitgenössischer Kunst in Bandbreite internationaler Künstlerinnen und Künstler sind noch bis zum 12. Februar 2023 zu sehen. Mit der kompetenten und gut vorbereiteten Führung von Mathilda Keel besuchten zwanzig Seniorinnen und Senioren Anfang Februar traditionsgemäss die aktuelle Ausstellung «Lust auf Mehr». Dass die präsentierten Werke bei den Besucherinnen und Besuchern nicht immer auf helle Be-



geisterung stiessen, zeigte sich unschwer auf deren jeweiligen Gebärden oder Kommentaren. Doch bekanntlich widerspiegelt die Kunst die aktuelle Gesellschaft. Nach der anspruchsvollen Besichtigung genossen noch einige die Leckereien im Würth-Kunstcafé.

Text und Bild: Kurt Ress, Goldach

PRO SENECTUTE

GEMEINSAM STÄRKER

HILFE UND BETREUUNG
INFORMATION UND BERATUNG
KURSE UND AKTIVITÄTEN

www.sg.prosenectute.ch



Ob Anlegen, Vorsorgen, Finanzieren, Sparen oder Zahlen, wir helfen Ihnen, Ihre Ziele zu erreichen: sgkb.ch/rorschach | sgkb.ch/goldach

