

Informations-Bulletin für alle bei Pro Senectute Glarus tätigen Persönlichkeiten 3. Quartal 2020

Editorial

65-jährig und plötzlich in der Risikogruppe?

Wie weiter im Zeitalter von Corona?

Lernen, mit dem Virus zu leben

Unser Reinigungsdienst

Ein Team von guten Feen

Patientenverfügung

Ein Dauerthema

Agenda

Top-Angebote aus unseren Bereichen

Editorial

65-jährig und plötzlich in der Risikogruppe?

Da mögen Mitte März viele Menschen 65+ verwundert aus den Augen geguckt und die Ohren gespitzt haben, als ihnen der Bundesrat, ohne ein Blatt vor den Mund zu nehmen, mitteilte, dass sie ab sofort wegen der drohenden Pandemie zu einem Risiko in der Gesellschaft geworden sind. Eigentlich erstaunlich, wie schnell das geht, von einer Minute zur andern wird alles anders.

Ausgerechnet diese Gruppe Menschen, die man bis anhin als Vorzeigebispiel für die gesellschaftlichen Errungenschaften der vergangenen 100 Jahre in unserer westlichen Zivilisation hochgehalten hat, genau die sollen jetzt per Dekret zur Risikogruppe gehören, nur weil sie 65 oder älter sind?

Also genau die Menschen, die im Winter die Skipisten bevölkern, locker und auch ohne E-Bikes die höchsten Alpenpässe überqueren, täglich im Schwimmbad ihre Runden drehen oder auf Hochgebirgswanderungen oder beim täglichen Joggen anzutreffen sind?

Ja, und sogar auch die Menschen, die sich fest in der Enkelbetreuung einspannen lassen, damit die Eltern der Kinder einem geregelten Einkommen

nachgehen können, sind von einem Tag zum andern ein Risiko geworden und müssen isoliert werden.

Die ausserordentliche Lage während dieser Pandemie hat eindrücklich aufgezeigt, wie hartnäckig sich die magische Altersgrenze von 65 Jahren hält. Erstaunt hat zudem, dass sich Betroffene kaum gegen diese Abstempelung gewehrt haben und alles einfach so hingenommen haben.

Als einzige Organisation hat sich Pro Senectute in dieser Pandemie-Zeit mehrmals in Medienberichten und Interviews im Sinne der Generationensolidarität für die betroffene Altersgruppe 65+ eingesetzt, auf diesen Missstand aufmerksam gemacht und darauf hingewiesen, dass nicht das reine Alter per se als Risikogruppe einzustufen ist, sondern der allgemeine Gesundheitszustand unweigerlich in diese Überlegungen miteinbezogen werden muss.

Dabei hat die Fachorganisation für das Alter wohlweislich darauf verzichtet, die jüngeren Generationen zu provozieren und ihnen einen Spiegel vorzuhalten. Denn punkto Gesundheit und Fitness könnten in unserer Gesellschaft leicht ganz andere Risikogruppen ausgemacht werden als ausschliesslich Menschen über 65.

Aber wie erwähnt, wurde darauf explizit und bewusst verzichtet, weil langfristig gesehen unsere Gesellschaft nur dann überlebensfähig ist, wenn die unterschiedlichen Generationen solidarisch miteinander umgehen.

Um dieser Generationensolidarität Nachdruck zu verleihen, wird Pro Senectute dieses Thema zum Kernpunkt der diesjährigen Fundraisingkampagne im Herbst machen und mit verschiedenen Aktionen und Auftritten auf den unschätzbaren Wert der Generationensolidarität hinweisen.

Peter Zimmermann, Geschäftsleiter

Wir halten uns an die neuen Sicherheitsregeln vom Bundesamt für Gesundheit! –Sie bitte auch.

Wie weiter im Zeitalter von Corona?

Lernen, mit dem Virus zu leben

Mit den vom Bundesrat beschlossenen Lockerungsmassnahmen im Zusammenhang mit der Coronavirus-Pandemie können auch wir mit unseren Angeboten langsam aber sicher zur Normalität zurückkehren. So einfach wird das Corona-Virus nicht verschwinden und wir müssen wohl oder übel lernen, mit diesem Virus zu leben.

Sofern nicht unerwartet zwischenzeitlich eine zweite Pandemiewelle über uns hinwegschwappt, werden wir ab dem kommenden 10. August wieder mit sämtlichen Angeboten in den Bereichen Bewegung und Sport, Kurswesen und Freizeitaktivitäten in den Normalbetrieb übergehen.



Wir von Pro Senectute halten uns daran!

Die Aufnahme des Normalbetriebs erfolgt unter Einhaltung der vom Bundesamt für Gesundheit (BAG) verordneten Sicherheitsmassnahmen. Im Zentrum hierbei stehen sicher die Händehygiene, das Abstandhalten, der Verzicht auf Körperkontakte sowie das Erfassen von Personalien der jeweils anwesenden Personen. Weiter werden wir, wo gewünscht, entsprechende Schutzmaterialien wie Desinfektionsmittel und Schutzmasken zur Verfügung stehen.

Zudem werden die Kurs- und Sportleitenden mit einem Schutzkonzept ausgerüstet, damit alle möglichen Vorkehrungen getroffen werden können, so dass sämtliche Personen, die wollen, an unseren Angeboten teilnehmen können, ohne sich einem unnötigen Ansteckungsrisiko aussetzen.

Wie gut anfänglich die Fit/Gym-Lektionen, das Everdance, das Volkstanzen oder aber die verschiedenen interessanten Kursangebote besucht werden, wird sich zeigen. Sicher werden einige Teilnehmende mit einer gewissen Vorsicht ans Werk gehen.

Wir von Pro Senectute Glarus setzen jedoch alles Erdenkliche daran, ein Ansteckungsrisiko möglichst tief zu halten.



Auch Trudi Grosschedl (links) freut sich mit ihrer Fit/Gym-Gruppe Linthal auf eine Normalisierung

Damit uns das gelingt, haben wir einerseits die eingangs erwähnten Massnahmen installiert. Andererseits sind wir auf die Kooperationsbereitschaft aller Teilnehmenden angewiesen, die mit ihrem eigenen verantwortungsvollen Verhalten dazu beitragen, dass eine Ansteckung keine Chance hat.

So werden nämlich die vielen interessanten, abwechslungsreichen und spannenden Kursangebote, welche dem aktuellen Kursprogramm zu entnehmen sind, für alle zu einem grossen Spass. Zudem werden diese tollen Angebote dazu beitragen, dass sich das Leben auch in der älteren Bevölkerungsschicht wieder normalisiert. Das Kursprogramm ist auf unserer Geschäftsstelle in gedruckter Form erhältlich oder kann heruntergeladen werden unter www.gl.prosenectute.ch



Jetzt erst recht!

Ein Kursbesuch bei Pro Senectute Glarus

Unser Reinigungsdienst

Ein Team von guten Feen



Das aufgestellte Team vom Pro-Senectute-Glarus-Reinigungsdienst in einheitlichem Tenue unterwegs!

Seit Anfang Jahr ist unser Team in einheitlicher und unverkennbarer Bekleidung für Sie unterwegs. Immer mehr ältere Menschen wünschen Unterstützung zu Hause, sei es bei der wöchentlichen Reinigung oder bei anderen anstrengenden Haushaltsarbeiten. Gerne unterstützen wir sie dabei – vom Dachstock bis zum Kellerabteil. Der Reinigungsdienst von Pro Senectute Glarus ist flächendeckend im Kanton Glarus im Einsatz.



(v. l.) Monika Strimer, Vreni Bamert, Helen Mächler

Obschon wir in diesem Jahr gleich drei Mitarbeiterinnen zum wohlverdienten Ruhestand gratulieren können, freut es uns ausserordentlich, dass wir trotzdem noch auf den einen oder anderen Einsatz von ihnen zählen dürfen. Helen Mächler war stolze 24 Jahre für Pro Senectute im Einsatz, Monika Strimer acht Jahre und Vreni Bamert fünf Jahre. Für diesen enormen Einsatz bedanken wir uns ganz herzlich.

Wie erwähnt, werden die drei Damen weiterhin noch in unserem Tenue anzutreffen sein. Denn ganz getreu unserem Motto «Wir nehmen uns

gerne Zeit für Sie!» hat sich zu ihren Kunden über die Jahre ein dermassen gutes Verhältnis aufgebaut, dass sie dieses auch über die Pensionierung hinaus pflegen wollen.

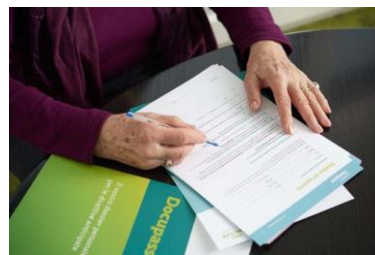
Patientenverfügung

Ein Dauerthema

Patientenverfügung und Vorsorgedokumente sind seit jeher Kernthemen von Pro Senectute Glarus. Im Rahmen von unentgeltlichen Beratungen sowie mit Workshops gibt die Fachorganisation für das Alter ihre grosse Erfahrung in diesen Bereichen weiter und ist beim Erstellen dieser Dokumente behilflich.

Jede urteilsfähige Person kann, wann immer sie möchte, eine Patientenverfügung verfassen. Darin wird festgehalten, wie sie zu medizinischen Behandlungsfragen steht, falls sie ihren Willen eines Tages nicht mehr äussern kann oder nicht mehr über die nötige Urteilsfähigkeit verfügt, um bestimmten Behandlungen zuzustimmen oder sie abzulehnen.

Im Ernstfall entlastet eine Patientenverfügung zudem die nächsten Angehörigen von schwierigen, lebensweisenden Entscheidungen.



Workshops helfen beim Ausfüllen

Der DOCUPASS ist ein umfassendes Vorsorgedossier von Pro Senectute und beinhaltet eine Patientenverfügung, Anordnungen für den Todesfall, eine Anleitung zum Vorsorgeauftrag sowie Informationen zu Testament und Hinterlegungsausweis.

Als Teil vom DOCUPASS umfasst die kompakte Patientenverfügung im Kernstück zwei A4-Seiten mit Personalien, Anweisungen zu medizinischen Behandlungen zum Ankreuzen, Angaben zur Vertretungsperson sowie Datums- und Unterschriftenzeilen.

Der dazugehörige Hinterlegungsausweis in Kreditkartengrösse, den man immer auf sich trägt, informiert im Ernstfall darüber, welche Vorsorge-dokumente bestehen, wer kontaktiert werden soll und wo sich die Patientenverfügung befindet.

Eine Patientenverfügung kommt erst dann zur Anwendung, wenn die betroffene Person urteils-unfähig **und** Opfer einer schweren Gehirnschädigung ist, die zu einer dauernden und/oder irreversiblen Beeinträchtigung der Denk- und Kommunikationsfähigkeit führt oder die Person im Sterben liegt.

Es ist nicht von der Hand zu weisen: Das Ausfüllen einer Patientenverfügung ist anspruchsvoll. Denn zu entscheiden, wie bei einem entsprechenden Ereignis vorgegangen werden soll, liegt oft ausserhalb unseres Vorstellungsvermögens. Damit sich niemand diese Gedanken alleine machen muss, bietet Pro Senectute Kanton Glarus immer wieder Workshops an, um offene Fragen zu beantworten sowie beim Ausfüllen behilflich zu sein.

Termine der kommenden Workshops

Workshop 1 am 29. September / 09.00 Uhr

Workshop 2 am 27. Oktober / 14.00 Uhr

Workshop 3 am 29. Oktober / 18.30 Uhr

Die Workshops erfolgen in Zusammenarbeit mit einer Pflegefachperson HF von Koordination Gesundheit Kanton Glarus.



Firmen, Vereine, Organisationen

Für Firmen, Vereine oder Organisationen organisiert Pro Senectute Glarus an einem frei gewählten Termin einen für deren Bedürfnisse massgeschneiderten Workshop zur Patientenverfügung oder zum ganzen DOCUPASS. Jetzt anfragen!

Detaillierte Informationen zu allen Angeboten von Pro Senectute Glarus erhalten Sie auf unserer Geschäftsstelle (Telefon 055 645 60 20) oder zum Herunterladen auf unserer Homepage www.gl.prosenectute.ch

Agenda

Top-Angebote aus unseren Bereichen

Treff 60+

Der Treffpunkt mit Bistrobetrieb ab 12. August, jeden Mittwoch von 14.00 bis 16.00 Uhr offen. Jeden 2. Mittwoch mit PC-Anwenderberatung.

APP- Workshop

In lockerer Atmosphäre treffen sich Interessierte jeweils zwei Mal pro Monat, um gemeinsam in die App-Welten einzutauchen. Termine: 08. und 22. September, 06. und 20. Oktober (Vorkenntnisse und ein eigenes Gerät sind Voraussetzung für eine Teilnahme.)

Exkursionen

Kräuterspaziergang: mit Annelise Rechsteiner am 13. August

Pilze kennen: mit dem Verein für Pilzkunde Glarus am 10. September

Zugvögel: mit Roland Meier am 24. September

Wanderprogramm

12. August: Vom Klöntal nach Glarus mit Trudi und Walter Grosschedl

22. September: Von Goldingen nach Wald mit Victor Sidler

19. Oktober: Thurweg von Nesslau nach Krummenau mit Maja und Alex Landolt

Stubete

Ab September jeden 2. Dienstag im Monat wird wieder regelmässig musiziert und gesungen. Im Glärnischbligg im UG vom Gesellschaftshaus Ennenda jeweils ab 14.00 Uhr. Besuche von spontan auftretenden Musikfreunden sind immer erwünscht!

Erzähl- und Diskussionsrunde

Im Gespräch mit Liliana Schmid und Gästen ab 27. August in unseren Kursräumen (kostenlos).

Smartphone/iPhone/Computer – sanfter Einstieg

Ab 23. Juli laufend neue Kurse mit Herby Züger, Theo Schmidhauser und Jürg Künzli.