



Protokoll 2. Altersforum

02.Juli 2018

Datum/Zeit:	18. Juni 2018, 17.00 – 20.00 Uhr
Ressort:	Gesellschaft, Alter
Registratur-Nr:	38.02.14

Traktanden

1. Begrüssung

Undine De Cambio begrüsst alle Anwesenden. Von aktuell 73 Mitgliedern des Altersforums nehmen 51 Personen am zweiten Altersforum teil.

2. Vorstellung der Benevol „Zeitbörse“

Jane Kühne (Leitung „Zeitbörse“ Regionalgruppe Rapperswil-Obersee-Linth) stellt sich kurz persönlich vor und erläutert den Anwesenden das Prinzip und die Organisation der „Zeitbörse“.

Weiterführende Informationen: www.zeitboerse.ch

Die nächsten Tauschtreffen der Regionalgruppe Rapperswil-OberseeLinth finden an folgenden Daten statt:

- Montag, 27. August 2018, 19.15 Uhr
- Donnerstag, 27. September 2018, 19.15 Uhr
- Dienstag, 06. November 2018, 19.15 Uhr
- Montag, 03. Dezember 2018, 19.15 Uhr

Die jeweiligen Treffen finden im Evang. Zentrum Rapperswil an der Zürcherstrasse 14 statt.

Kontakt: Jane Kühne / Christoph Wellauer

Telefon: 055 220 52 68



3. Drehscheibe RaJoVita

Franziska Schatt, Leiterin der Drehscheibe, erläutert die sehr umfangreichen Aufgaben der Drehscheibe.

Die RaJoVita Drehscheibe ist Anlaufstelle für sämtliche Fragen und Informationen rund um das Thema Leben und Wohnen im Alter. Das Ziel jeder Beratung ist es, gemeinsam eine Lösung zu finden, die am besten zur persönlichen Situation passt und eine hohe Lebensqualität im Alter ermöglicht.

- Umfassende persönliche Beratung
- Entlastungs- und Unterstützungsmöglichkeiten
- Demenzberatung
- Angehörigenbegleitung
- Gesundheitsförderung und Prävention
Fragebogen allgemein / Fragebogen junges Rentenalter (Download)
- Hilfestellungen für das Wohnen zu Hause
- Information zu Pflege- und Betreuungsangeboten ambulant und stationär
- Anmeldung für stationären Aufenthalt
- Koordination von Freiwilligenarbeit

Die Beratungen sind kostenlos und unverbindlich bei einem vereinbarten Treffen zu Hause oder in der Drehscheibe.

Montag bis Freitag von 09.00 – 12.00 Uhr und 13.30 – 17.30 Uhr

Kontaktdaten: Bollwiesstrasse 4, 8645 Jona, Tel. 055 222 01 11,
drehscheibe@rajovita.ch

4. Arbeitsgruppen des Altersforums

Aus dem ersten Altersforum heraus haben sich drei Arbeitsgruppen zu den Themen „Zentrale Informationsplattform“, „Neue / alternative Wohnformen im Alter“ und „Generationenverbindendes“. Die drei Arbeitsgruppentellen sich selbst dem Altersforum kurz vor. Die drei Arbeitsgruppen organisieren sich selbst. Undine De Cambio ist verantwortlich für die fachliche, organisatorische und administrative Unterstützung, Begleitung und Beratung der Arbeitsgruppen. Dazu gehören unter anderem Protokolle schreiben, Adresslisten führen, Informationen weiterleiten, Recherchen, Budget relevante Anliegen berücksichtigen und eingeben etc.



4.1. Arbeitsgruppe „Zentrale Informationsplattform“

Teilnehmende:

Erika Braun, Franz Gübeli, Susanne Heiloo, Toni Leutwiler, Ursi Thurnherr

Ausgangslage:

- Es gibt keine umfassende zentrale Informationsplattform zum Thema Alter in der Stadt Rapperswil-Jona.
- Der aktuelle Auftritt der Homepage der Stadt zum Thema Alter ist zur Zeit unbefriedigend.
- Es ist nicht möglich, sich einen schnellen und gut sortierten Überblick zu den Hilfs- und Unterstützungsangeboten zu verschaffen.
- Es ist nicht möglich, sich einen schnellen und gut sortierten Überblick zu den altersspezifischen «Freizeit»-Angeboten und Veranstaltungen zu verschaffen (Sport, Kultur, Essen etc.).
- Es gibt bereits sehr vieles in Rapperswil-Jona, aber wie komme ich zu den Informationen...?





Fragestellungen:

- Welche Informationsformen/foren gibt es bereits in Rapperswil-Jona?
- Welche Alters-Angebote gibt es bereits und von wem?
- Sollten die Angebote thematisch gegliedert sein?
(z.B. Gesundheit, Wohnen, Sport und Bewegung, Kultur, Computer, Neuigkeiten etc.)
- Papierform und/oder digital...?
- Wer ist für die zentrale Info-Plattform verantwortlich? Wer verwaltet, pflegt und aktualisiert die Daten?

Weiteres Vorgehen:

- Beispiele anderer Städte und Gemeinden zusammentragen
- Sammlung bestehender Alters-Angebote in Rapperswil-Jona zu allen Themen von allen Anbietern
- Kontaktaufnahme Redaktionsteam Stadtjournal
- Kontaktaufnahme AG «Homepage & Socialmedia» der Stadt
- Papierform? Was macht Sinn?

Das Altersforum wird von der Arbeitsgruppe zu gegebenem Zeitpunkt fortlaufend informiert.

4.2. Arbeitsgruppe „Neue / alternative Wohnformen im Alter“

Teilnehmende:

Margrith Krähenbühl, Andreas Nef, Theres Steiner, Ursi Thurnherr, Susanne Wyrsh

Ausgangslage und Fragestellungen:

- Gemäss Altersleitbild 2025 Rapperswil-Jona gibt es in Zukunft die klassischen Altersheime nicht mehr.
- Welche Wohnangebote / Wohnformen sind in Rapperswil-Jona für ältere, einsame und/oder kaum pflegebedürftige Menschen vorhanden / in Zukunft geplant?
- Gibt es neben dem Zentrum Schachen noch weitere Projekte für das Wohnen im Alter in Rapperswil-Jona ?
- Welche alternativen Wohnformen gibt es in anderen Gemeinden und/oder Kantonen, ev. im angrenzenden Ausland ?



Beispiele alternativer Wohnformen:

Generationenhaus

<https://www.umweltnetz-schweiz.ch/themen/bildung/2325-wg-neu-definiert-der-generationenmix.html>

<https://www.abz.ch/home/Leben-in-der-ABZ/Hausgemeinschaften.html>

Wohnen für Hilfe

Generationenübergreifende Wohnpartnerschaften - Pro Senectute

Alters – Wohngemeinschaften

<http://www.wohnform50plus.ch/d/index.cfm>

Wohnen mit Service

<https://www.age-stiftung.ch/.../wohnen-mit-service-im-bruggacher-rueti-zh>

Weiteres Vorgehen:

- Für die Bestandsaufnahme der Situation in Rapperswil-Jona werden die entsprechenden Informationen gesammelt und zusammengefasst.
- Für alternative Wohnformen wird in persönlichen Netzwerken oder im Internet recherchiert.
- Einzelne interessante Beispiele in der Schweiz werden besucht.

Das Altersforum wird von der Arbeitsgruppe zu gegebenem Zeitpunkt fortlaufend informiert.

4.3. Arbeitsgruppe „Generationenverbindendes“

Teilnehmende:

Franz Gübeli, Esther Hosang, Elke Rohner, Silvia Schuhmacher, Brigitte Steiner, Heidi Suter

Ausgangslage und Fragestellungen:

- Gemäss Altersleitbild 2025 Rapperswil-Jona soll das «Generationen-Miteinander» in der Stadt Rapperswil-Jona gefördert werden.
- Welche Angebote / Projekte gibt es schon, bzw. sind in Rapperswil-Jona bereits geplant?



- Was gibt es bereits in anderen Gemeinden?
- Was davon wäre allenfalls in Rapperswil-Jona wünschenswert, möglich?

Weiteres Vorgehen:

- Für die Bestandsaufnahme der Situation in Rapperswil-Jona werden die entsprechenden Informationen gesammelt und zusammengefasst.
- Für Beispiele anderer Gemeinden wird recherchiert, z.B. Internet, Netzwerke etc.
- Besuch der Generationenakademie
- Einzelne interessante Beispiele in der Schweiz werden besucht.

Das Altersforum wird von der Arbeitsgruppe zu gegebenem Zeitpunkt fortlaufend informiert.

5. Informationen 60+ Rapperswil-Jona

- **Aktionstag „Wahrnehmung 60 plus“**
Am 27. April 2018 hat der Aktionstag 60+, ein Gemeinschaftsprojekt der Drehscheibe, der katholischen und evangelischen Kirchgemeinde, Pro Senectute und der Fachstelle Alter und Gesundheit der Stadt Rapperswil-Jona, stattgefunden. Es konnten verschiedene Workshops zu allen Sinnen sowie ein Fach-Referat zu den Veränderungen der Sinne im Alter besucht werden. Der Aktionstag wurde überdurchschnittlich gut besucht und hat sehr gute Rückmeldungen der Teilnehmenden bekommen.
- **Arbeitsgruppe „Mobile Angebote im Quartier“**
Ausgehend von der Idee der Kinder- und Jugendarbeit, mobile Angebote in den Quartieren vor Ort zu initiieren, haben sich verschiedenste Fachstellen, z.B. Kultur, Sport- und Bewegung, Musikschule, Jugendsozialarbeit, Migration, Alter und Gesundheit, Bau und Liegenschaften zusammen gefunden, um auch bereichs- und generationenübergreifende Möglichkeiten zu diskutieren und umzusetzen. Ziel ist es, 2019 damit zu starten.



Undine De Cambio wird das Altersforum sowie vor allem auch die bestehenden Arbeitsgruppen des Altersforums fortlaufend informieren und gegebenenfalls mit ihnen Angebots- und Projektideen zu entwickeln.

- **Café „Vergiss MEIN ICH nicht“ (Daten siehe Flyer)**

Wenn ein Mensch an Alzheimer oder einer anderen Demenzform erkrankt, betrifft das auch die Familie und das gesamte Umfeld. Im Verlauf der Krankheit erleben gerade pflegende Angehörige und Betreuende ein Wechselbad der Gefühle. Dazu gehören Schmerz, Mitleid sowie Hilflosigkeit, Ärger, Trauer und Verzweiflung aber auch Humor.

Das Café „Vergiss MEIN ICH nicht“ in Rapperswil-Jona ist ein Treffpunkt für Menschen mit Demenz und ihre Angehörigen. In entspannter Atmosphäre besteht die Möglichkeit sich austauschen, sich über ausgewählte Themen vertieft zu informieren und Tipps für den Alltag zu holen.

Das Angebot ist ein Pilotprojekt der Drehscheibe RaJoVita und wird von Fachpersonen begleitet.

Weitere Informationen

Demenzberatung Drehscheibe RaJoVita

Telefon 055 222 01 11

E-Mail: drehscheibe@rajovita.ch / www.rajovita.ch

- **„mobil sein“ – Umgang am Billett-Automat
18. September 2018**

mobil sein & bleiben – im Alltag sicher unterwegs Reisen mit dem öffentlichen Verkehr ist heute einfach, bequem, günstig und sicher. Doch die Hektik auf der Strasse oder die neuen Billettautomaten verunsichern viele Menschen. Der Kurs «mobil sein & bleiben» vermittelt Grundlagen, damit Sie selbstsicher und gut informiert mit dem öffentlichen Verkehr unterwegs sind. Experten der SBB, der Postautobetriebe und der Stadtpolizei Kantonspolizei St. Gallen vermitteln Inhalte wie Billettautomaten bedienen, Neuerungen im Strassenverkehr, Schutz vor Taschendiebstahl und mit welchen Billetten man am besten im Tarifverbund unterwegs sein kann.

Voraussetzungen sind keine erforderlich.

Kosten Fr. 0.-



Organisator Pro Senectute Region Zürichsee Linth

Durchführungsort Pflegezentrum Bühl, Bühlstrasse 10, 8645 Jona

Dauer 1 x 3 Lektionen

Zeit 13:30 – 17:00

Leitung SBB

Anmeldung erforderlich , 055 285 92 40 oder direkt unter
<https://sg.prosenectute.ch/zue-li/DE/10/Verschiedenes.htm#>

- **„Sicherheit am Steuer“**

02. Oktober 2018 / 04. Dezember 2018

In diesem 2-stündigen Kurs gibt ein Fahrlehrer einen Einblick über Neuerungen im Strassenverkehrsgesetz und dem Verhalten im realen Verkehr. Themen wie Vortritt, Kreisel und Signalisationen werden behandelt und neu aufgefrischt. Auch individuelle Fragen zu bestimmten Situationen werden gerne beantwortet.

Anschliessend haben die Teilnehmenden die Möglichkeit, unter separater Verrechnung, einen Termin für eine individuelle Probefahrt mit dem Fahrlehrer zu reservieren.

Die freiwillige Probefahrt ist besonders zu empfehlen bei:

- Altersbeschwerden, die das Fahren beeinträchtigen können.
- nach schweren Krankheiten • nach Unfällen
- nach Operationen
- vor einer amtlich angeordneten Kontrollfahrt
- Aber auch um sicher zu sein, dass die eigene Fahrweise noch verkehrssicher ist.

Die Fahrberatung ist nicht eine Kontrolle oder ein Test, sondern vielmehr eine Analyse, der sich Senioren freiwillig unterziehen und die keine Konsequenzen bezüglich Fahrerlaubnis hat.

Kosten Fr. 60.-

Organisator Pro Senectute Region Zürichsee Linth

Durchführungsort Pro Senectute Zürichsee Linth, Escherstrasse 9B, 8730 Uznach

Dauer 1 x 2 Lektionen

Zeit 09:00 – 11:00 / **Leitung** Toni Kalberer



- **„Sturzpräventionstag“**

23. Oktober 2018, 14.00 – 17.00 Uhr, Neuhof Jona

Der Sturzpräventionstag ist eine gemeinsame Veranstaltung der Drehscheibe RaJoVita Gesundheitsberatung und der Fachstelle Alter und Gesundheit der Stadt Rapperswil-Jona. Fachliche partnerschaftliche Unterstützung wird durch einen speziell ausgebildeten und erfahrenen Physiotherapeuten gewährleistet.

Flyer folgt!

- **„Vorbereitung Todesfall...“ (Wiederholung)**

23. Oktober 2018, 14.30 – 16.30 Uhr (siehe Flyer)

Das ist ein öffentlicher Vortragsnachmittag im Evangelischen Zentrum Rapperswil zum Thema „7 Dinge, die Sie für Ihren Todesfall vorbereiten sollten“. Referenten sind Corinne Affolter, Leiterin Zivilstandsamt Rapperswil-Jona und Corina Soncini, Dimovera GmbH.

- **Netzwerk Demenz Zürichsee-Linthgebiet**

Der Kanton St. Gallen hat im Zusammenhang mit der Demenz-Strategie die Alzheimer Vereinigung beauftragt, im ganzen Kanton regionale Demenz Netzwerke aufzubauen. Die Stadt Rapperswil-Jona ist, vertreten durch die Fachstelle Alter und Gesundheit, seit April 2018 Mitglied des Netzwerkes Demenz Zürichsee-Linthgebiet. Weitere Mitglieder sind unter anderem auch RaJoVita, Pro Senectute, Spital Linth / Memory Klinik, Psychiatrie-Dienste Süd, Spitex Linth, Pflegezentrum Linthgebiet, Verein Entlastungsdienst etc.

Im September ist eine Kampagne zum Thema Demenz geplant. Ziel ist, auf die Alltagssituation der Menschen mit Demenz und ihren Angehörigen in unserer Mitte, aufmerksam zu machen und die Mitmenschen für diese oftmals nicht einfache Situation zu sensibilisieren. Es werden in der ganzen Region und in der Stadt Rapperswil-Jona in unzähligen Restaurants, Mittagstischen etc. entsprechende Tischsets verteilt.

Als Abschluss der Kampagne findet am 06. November 2018 abends die Informationsveranstaltung Tete-à-tete mit Demenz“ im Kreuz-saal Jona statt. Der entsprechende Flyer folgt!



- **Messe Zukunft Alter** (siehe Flyer)
30. November – 02. Dezember 2018, Messe Luzern
Die Messe Zukunft Alter in Luzern hat sich auf fünf Themengebiete spezialisiert:
Vorsorge / Finanzen / Pensionsplanung
Bauen / Wohnen / Immobilien / Wohnen im Alter
Lifestyle / Freizeit / Erlebnis / Kultur / Musik / Bildung
Gesundheit / Ernährung / Wohlbefinden / Sport
Engagement / Soziales / Institutionen / Aus- und Weiterbildung

6. Information 3. Altersforum

Das 3. Altersforum findet am 30. Oktober 2018, 16.00 – 18.30 Uhr, im kath. Kirchgemeindehaus Jona statt. Als Gäste sind Thomas Rüegg, Stadtrat und Kurt Felder, Leiter Ressort Gesellschaft, Alter eingeladen. Es besteht die Möglichkeit, sich gegenseitig zu den ersten Erfahrungen des Altersforums und allfällige zukünftige Wünsche, Bedürfnisse auszutauschen sowie altersrelevante Themen / Visionen / Bedürfnisse gemeinsam zu diskutieren.

7. Varia

- **Das St. Galler Spitex Zeittausch-Modell**
Dieses Modell wird oftmals auch als 4. Säule unserer Altersvorsorge bezeichnet. Es sind bereits ähnliche Organisationen entstanden, z.B. KISS. Man kann durch persönliches Engagement bei hilfs- und betreuungsbedürftigen Menschen ein persönliches Zeitsparkonto füllen. Dieses kann dann wiederum eingelöst werden, wenn im Alter eine eigene Hilfsbedürftigkeit entsteht.
Undine De Cambio wird zu den verschiedensten aktuellen Projekten / Anbietern des 4.Säule-Prinzips recherchieren und wenn möglich, entsprechende Gäste zum 4. Altersforum anfangs 2019 einladen.



- **Schreibservice Rapperswil-Jona ab 8. November 2018**

Der Schreibservice Linthgebiet ist ein Projekt der Regionalen Beratungszentren Rapperswil-Jona und Uznach, Caritas Uznach und der Regionalen Fachstelle Integration Linthgebiet.

Nachdem im September 2017 bereits in Uznach ein Schreibservice erfolgreich eröffnet wurde, ist nun für November 2018 ein zweiter Standort in der Stadtbibliothek Rapperswil-Jona, jeweils am Donnerstag von 10.00 Uhr bis 11.45 Uhr, geplant. Unterstützt wird das neue Angebot durch die Stadt Rapperswil-Jona, Fachbereich Integration.

Der Schreibservice kommt Menschen zugute, die Unterstützung beim Lesen und Schreiben von amtlicher und privater Korrespondenz benötigen. Es werden deshalb Freiwillige Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter für den Schreibservice Rapperswil-Jona gesucht.

Für interessierte Freiwillige wird am 30. August 2018 im Regionalen Beratungszentrum in Rapperswil-Jona (alte Jonastr. 24) von 10.00 Uhr bis 12.00 Uhr ein Informationsanlass stattfinden. Unverbindliche Anmeldungen vorerst einmal für den Informationsanlass bitte bei bernadette.gappa@rbuznach.ch (Regionales Beratungszentrum Uznach). (Siehe Flyer)

- **Ferienabwesenheit Undine De Cambio**

12. – 27. Juli 2018

8. Weiteres Vorgehen

- Weiterführung der drei Arbeitsgruppen
- Adressliste überprüfen und anpassen
- Daten für 2019/2020 planen und am 3. Altersforum bekannt geben
- Vorbereitung 3. Altersforum
- Recherche und Planung Zeittauschbörse 4. Säule

Gesellschaft, Alter

Undine De Cambio

Leiterin Fachstelle Alter und Gesundheit

