



## IGAA-Newsletter 2020-1

Liebe Seniorin, lieber Senior

Dieser Newsletter (25. Newsletter-Ausgabe der IGAA) enthält den **Tätigkeitsbericht 2019** der IG Aktives Alter (IGAA).

Seit dem ersten Newsletter-Versand (Mitte 2015) haben sich 125 Personen für das kostenlose Newsletter-Abonnement angemeldet. Dieser Newsletter wird an 98 Mail-Adressen verschickt.

Wenn Sie den Newsletter nicht bekommen haben, diesen jedoch erhalten möchten, bitten wir Sie, Ihre Kontaktdaten (Name, Vorname, Wohnadresse, Telefonnummer, Mail-Adresse) zu schicken an [Infodienst@AktivesAlterJonschwil.ch](mailto:Infodienst@AktivesAlterJonschwil.ch).

Auf der IGGA-Webseite [www.AktivesAlterJonschwil.ch](http://www.AktivesAlterJonschwil.ch) publizieren wir laufend **die aktuellen Informationen zu allen IGAA-Angeboten und IGAA-Projekten** sowie zu Themen, die sich an die ältere Generation richten und oft auch ein Generationen-verbindendes Ziel haben.

Auf der IGAA-Webseite finden Sie auch alle bisher erschienenen Newsletter-Ausgaben.

# Tätigkeitsbericht 2019

## Sitzungen

Es fanden 4 Sitzungen der Kerngruppe, moderiert durch Theres Germann, und diverse weitere Sitzungen in thematischen und projektbezogenen Arbeitsgruppen statt. Wir arbeiten im Ressort-System: ein oder mehrere Kerngruppenmitglieder sind verantwortlich für ein Projekt. Diese Arbeitsweise ermöglicht uns ein breites Angebot und berücksichtigt und nutzt die vielfältigen Kompetenzen der Teams.

## Abschied

Ganz unerwartet starb im Dezember 2019 Röbi Reuter aus Jonschwil. Er arbeitete sehr engagiert in der Velo- und in der Bänkligruppe mit, organisierte und begleitete Velotouren. Wir verlieren mit ihm einen liebenswerten, verantwortungsbewussten und eigenständigen Kollegen und Freund und werden ihn so in bester Erinnerung behalten.

## Mitarbeit in Projekten und Gruppen

- Im Projekt „Senioren im Schulzimmer“, in Zusammenarbeit mit der Schule, helfen inzwischen fünf Seniorinnen und Senioren von der IGAA regelmässig in Primarklassen im Unterricht, im Werken und in der Handarbeit mit.
- Kinderhütendienst an Schulbesuchstagen der Primarschule in Zusammenarbeit mit der Elternmitwirkung.
- Mitarbeit in der Begleitgruppe „Umgebung Schulhaus“ zum Schulhausneubau Schwarzenbach. Seit 2015 stand die IGAA dafür mit der Stiftung Hopp-la in Kontakt und wies die Bauverantwortlichen auf deren Angebot hin. Die Behörden haben inzwischen einen Vertrag mit Hopp-la abgeschlossen und mit Florina Neff hat eine von der Stiftung ausgebildete Animatorin ihre Arbeit mit generationenübergreifenden Bewegungsaktionen aufgenommen. Wir haben den Generationenplatz „Kreckel“ in Herisau besucht, um uns nochmals ein Bild über einen entsprechenden Platz machen zu können.
- Adrian Steiger hat in Zusammenarbeit mit Florina Neff für Hopp-la-fit das Bemalen der Vogelhäuschen mit Kindern für den Wettbewerbs-Parcours im Bärensberg organisiert.
- Teilnahme am Treffen der Vereinsdelegationen.

## Arbeiten zuhanden der Gemeinde und der Bevölkerung

- Josef Gehrig und Paul Germann betreuen die Website [www.AktivesAlterJonschwil.ch](http://www.AktivesAlterJonschwil.ch) als Plattform für alle EinwohnerInnen im Alter 60+ und weitere Interessierte, mit Infos zu Veranstaltungen in der Gemeinde und Umgebung, zu Beratungsangeboten, mit Gesundheitstipps und Links zu altersrelevanten Themen etc.
- Josef Gehrig macht die Redaktion und den Versand von Neuigkeiten und Newsletters an über hundert Adressen per E-Mail.
- Es wurden von der Gemeinde vier weitere Bänkli im Siedlungsraum aufgestellt. Die neuen und die bisherigen Bänkli im Gemeindegebiet werden von der Bänkligruppe mit Kurt Köchli als Teamleiter in Zusammenarbeit mit dem Bauamt gewartet. Eine Karte mit den Standorten der Bänkli und der Routenmarkierung ist auf unserer Website aufgeschaltet.

## Weiterbildung

- Josef Gehrig organisierte den Kurs „Neues aus dem Strassenverkehr“ für Personen im Pensionsalter, die wieder auf dem neuesten Stand in Sachen Verkehrsregeln sein wollen. Sara Franzen leitete drei Workshops mit je 11 Personen.
- Delegationen der Kerngruppe nahmen an verschiedenen Anlässen teil:
  - an der Tagung des Gesundheitsdepartementes „Kooperation Alter“ in St.Gallen,
  - an den „Nanu“ Veranstaltungen „Gespräch zwischen den Generationen“ und „Freiwilligenarbeit 60+“ in Wil
  - am Vortrag „Sicherheit in und ums Haus“ von CVP 60+ und
  - an der Jubiläumstagung mit Workshops auf Einladung der Stiftung Hopp-la in Basel.

## Laufende und regelmässige Angebote und Aktivitäten

- Offene Bücherschränke stehen in Jonschwil und Schwarzenbach, betreut von Yvonne Mathys, Matthias Meier und Theres Germann.
- Elena Scherrer ist zuständig für den Literaturkreis. Sieben Treffen fanden statt im Gemeinschaftsraum der Alterssiedlung in Jonschwil unter der Leitung von Lotti Lüscher.
- Drei Englisch 60+Kurse mit unterschiedlichen Niveaus finden jeweils am Montagvormittag im Mesmerhaus Jonschwil statt, organisiert und geleitet von Doris Hollenstein Jonschwil.
- Ein Senioren-Kafi wird regelmässig jeden 2. und 4. Mittwoch-Nachmittag ab 14 Uhr im Mesmerhaus Jonschwil angeboten, betreut von Maya Köchli, Liny Allenspach und weiteren Helfenden. Nebst einem Stammpublikum besuchen immer mehr wechselnde Besucher/innen das Kafi.
- Pilates 60+ Trainings werden von Josef Gehrig organisiert. Drei Kurse fanden statt mit insgesamt 41 Doppellektionen im Gymnastikraum des OZ Degenau, geleitet von Beatrix Egli.
- Zwei Rollstuhlspaziergänge im Frühling und Herbst mit je 10-12 Rollstuhl- oder Rollator-Fahrenden mit Begleitpersonen wurden von Paul Germann organisiert. Im Frühling waren sie zu Gast auf dem Bauernhof von Karl und Silvia Ammann, die auch den Kaffee mit Gipfeli sponserten.
- Kurt Köchli und seine Arbeitsgruppe organisieren Radtouren 60+. Auf 11 unterschiedlichen Routen mit je ca. 25 - 65 km Länge radelten Frauen und Männer von März bis Oktober im Abstand von je 3 Wochen durch die Landschaft und pflegten bei einem Kaffee- oder Mittagshalt den Austausch und die Kollegialität.
- Neu boten Ursula Klauser, Maya Köchli und Brigitte Koch im Wechsel mit den Velotouren 19 leichte, ca. dreistündige Wanderungen in der Gemeinde und Umgebung an mit einem Kaffeehalt.

## Kulturelle Aktivitäten

- Die Kerngruppe sah den Film „Palliativ-Care“ im Cinewil.
- Zusammen mit freiwillig Helfenden der IGAA reisten wir zu einer Führung durch die Ausstellung „Menschenbilder“ im Forum Würth in Rorschach.

## Pro Senectute Wil und Umgebung

Maya Köchli und Brigitte Koch arbeiten als Ortsvertreterinnen der Pro Senectute für unsere Gemeinde und sind damit in deren Auftrag Ansprechpersonen für Altersfragen.

Im Jahr 2019 besuchten sie 30 Seniorinnen und Senioren ab dem 80. Altersjahr und überbrachten gute Wünsche und ein kleines Präsent.

## **Beteiligungen an IGAA-Aktivitäten und Summe der geleisteten Stunden**

Gemäss der Empfehlung von Benevol erfassen wir unsere Arbeit: Die Mitglieder der Kerngruppe und weitere Helfende (z.B. bei Rollstuhlspaziergängen, Organisation und Begleitung von Velotouren, Bänklipflege etc.) leisteten total **2640 Stunden Freiwilligenarbeit**. Das sind gut 240 Stunden mehr als 2018. Kleinere Einsätze wurden nicht erfasst.

Mit unseren Angeboten erreichten wir gut **800 Seniorinnen, Senioren, Kinder und Erwachsene**, Tendenz steigend, weil neue Angebote dazu kamen und bestehende immer mehr bekannt und auch genutzt werden.

## **Diverses**

Im „Grosseltern-Magazin“ 12/2019 wurde ein Artikel über unsere Arbeit veröffentlicht unter dem Titel: „Nicht alle Menschen im Seniorenalter haben die selben Bedürfnisse“.

Es ist uns gelungen, weitere Personen für die Mitarbeit in der IGAA-Kerngruppe zu finden: Adrian Steiger, Elisabeth und Niklaus Ziegler. Wir freuen uns über diesen kompetenten Zuwachs!

## **Wir danken**

- den Gemeindebehörden für den finanziellen Beitrag zur Unterstützung unserer Arbeit
- der katholischen Kirchgemeinde für die Benützung des Gruppenraumes im Mesmerhaus und die damit verbundene Arbeit des Mesmers
- den Verantwortlichen der Alterssiedlung für die Benützung des Gemeinschaftsraums
- den Lehrpersonen der Primarschule für die gute Zusammenarbeit mit den „Seniorinnen und Senioren im Schulzimmer“
- der Schulverwaltung für die Benützung des Gymnastikraums im OZD
- dem Senioren-Treff Team für die gute Zusammenarbeit

Wir schätzen das Wohlwollen, das unserer Arbeit für die Bevölkerung in unserer Gemeinde entgegengebracht wird. Es motiviert uns immer wieder neu für das freiwillige Engagement!

Ein grosses Dankeschön geht an die Helferinnen und Helfer, die uns bei vielen Angeboten unterstützend zur Seite stehen. Wir schätzen diese unkomplizierte und wichtige Mitarbeit sehr!

## **Zum Schluss**

Ludwig Hasler, 75, Philosoph und Physiker, hat in einem seiner Artikel Arthur Schopenhauer zitiert: „Es gibt kein Glück, ausser im Gebrauch der Kräfte.“ und hinzugefügt: „Welche Kräfte wir noch haben, ist egal. Hauptsache, wir setzen sie ein – statt sie zu pensionieren“.

Das versuchen wir seit bald fünf Jahren und beabsichtigen, es noch weiter zu tun.

Jonschwil / Schwarzenbach, 31.12. 2019

Die IGAA-Kerngruppe