



IGAA-Newsletter 2020-4

Liebe Seniorin, lieber Senior

Sie erhalten den 4. Newsletter im 2020 (28. Newsletter-Ausgabe der IGAA) als zweite Sonderausgabe zum Thema «Corona-Virus».

Die Meldungen zur CORONA-Situation und die Massnahmen des Bundesamts für Gesundheit (BAG) ändern sich von Tag zu Tag. Wir sind bestrebt, immer auf dem aktuellen Stand der Informationen zu sein.

Unsere Angaben für die Sonderausgabe «CORONA-VIRUS» des GemeindeAktuell, welche am 20.3.2020 erscheint, musste am frühen Morgen des 16.3.2020 zuhänden der Gemeinde abgegeben werden, also einige Stunden vor den durch den Bundesrat beschlossenen Verschärfungen, die erst am Montagnachmittag anlässlich einer Pressekonferenz kommuniziert wurden. Infolgedessen entspricht das Angebot der IGAA in der Sonderausgabe nicht mehr den aktuellen Empfehlungen des Bundesrats.

Aufgrund der Verschärfungen sagen wir fast alle IGAA-Aktivitäten bis auf weiteres ab. Wir halten Sie über unsere Webseite und über Newsletters so gut als möglich auf dem Laufenden. Auf der IGAA-Webseite finden Sie auch Hinweise auf interessante Medienberichte. Radio und Fernsehen DRS bieten ebenfalls seriöse und fundierte Informationen. Gewarnt werden muss vor allerhand Falschmeldungen, die aktuell zuhauf kursieren, vor allem in den sozialen Medien.

Herr Koch vom BAG erklärt auf Fragen von älteren Menschen, dass es natürlich erlaubt ist, nach draussen zu gehen und zu spazieren, vorausgesetzt, dass man Abstand zu anderen Menschen hält und nicht in generationengemischten Gruppen unterwegs ist. Bei jungen Menschen und Kindern haben mehr als die Hälfte der Angesteckten keine Symptome. Virologen weisen darauf hin, dass eine Viren-Übertragung an der frischen Luft weniger gut möglich ist als in geschlossenen Räumen und dass z.B. das Sonnenlicht gut ist für das für ältere Personen besonders wichtige Vitamin D.

Wichtigste Präventionsregeln sind immer noch die Hygienemassnahmen wie Händewaschen, niemanden «anhusten» und «anniessen» und ganz wichtig: 2 Meter Abstand halten!

Wie das Immunsystem gestärkt werden kann, erfahren Sie aus dem beiliegenden Artikel «So helfen Sie Ihrem Körper gegen das Virus».

Die gegenwärtige ausserordentliche Situation in unserem Land erfordert ein wohlwollendes, aufmerksames und positives Miteinander, Kreativität, Humor, Gelassenheit und Hilfsbereitschaft.

Packen wir die Herausforderungen gemeinsam an!

Wir wünschen Ihnen vor allem eine gute Gesundheit und grüssen Sie freundlich

Für die IG Aktives Alter Jonschwil - Schwarzenbach

Paul und Theres Germann