

IGAA-Newsletter 2022-1



Liebe Seniorin, lieber Senior

Die Interessengemeinschaft AKTIVES ALTER (IGAA) informiert mehrmals pro Jahr mit einem Newsletter über aktuelle Angebote und Aktivitäten für Personen im Seniorenalter. Seit dem ersten Newsletter-Versand (Mitte 2015) haben wir 33 Newsletter-Ausgaben erstellt und verschickt. Zurzeit erhalten 122 Personen über 97 Mail-Adressen den kostenlosen Newsletter.

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

Auf der IGAA-Website www.AktivesAlterJonschwil.ch publizieren wir laufend die aktuellen Informationen zu allen Angeboten und Projekten der IGAA sowie zu Themen, die sich an die ältere Generation richten und oft auch ein Generationen-verbindendes Ziel haben.

Auf der IGGA-Website finden Sie auch alle bisher erschienenen Newsletter-Ausgaben.

❖ Tätigkeitsbericht 2021

2021: Noch ein Corona-Jahr

Nach einer Entspannung im Sommer schlug das Virus in mutierter Form wieder voll zu und aktuell sind die Fallzahlen so hoch wie noch nie.

Paul Germann passte die Schutzmassnahmen für unsere Aktivitäten immer wieder an die BAG-Vorschriften an. So konnten die meisten Aktivitäten mit Auflagen weiter angeboten werden, ausser das Senioren-Kafi, das seit längerem geschlossen ist, weil nicht alle Stammgäste sich impfen lassen wollten und damit keinen Zutritt mehr gehabt hätten, und die Mithilfen im Schulzimmer, die zeitweise zum Schutz der SeniorInnen eingestellt werden mussten. Die fortwährende Unsicherheit in Bezug auf die Entwicklung der Pandemie und der damit einhergehenden laufenden Änderungen der Schutzmassnahmen machten eine Planung von unseren Anlässen aufwändiger.

Sitzungen

Es fanden 5 Corona-konforme Sitzungen der IGAA-Kerngruppe und diverse weitere Sitzungen in thematischen und projektbezogenen Arbeitsgruppen statt, z.B. für die Vorbereitung der Velo- und Wandertouren und besonders aufwändig für den von Elisabeth und Niklaus Ziegler organisierten Anlass mit dem Komponisten und Musiker Peter Roth.

Zusammenarbeit

Das Schulprojekt «SeniorInnen im Schulzimmer» wird neu bezeichnet mit "Generationen im Schulzimmer". 2 Senioren und 3 Seniorinnen unterstützten Lehrpersonen in den Primarschulen mit einem selbstgewählten, regelmässigen Pensum. Einen kurzen Unterbruch gab es wegen steigender Corona-Fallzahlen. Nach den Frühlingsferien waren diese Unterstützungen dank Impfung und Masken wieder möglich.

Arbeiten zuhanden der Gemeinde und der Bevölkerung

- Josef Gehrig und Paul Germann betreuen seit 2015 die Website der IGAA www.AktivesAlterJonschwil.ch als Plattform für alle EinwohnerInnen im Alter 60+ und weitere Interessierte, mit Infos zu Veranstaltungen in der Gemeinde und Umgebung, zur Corona-Situation und entsprechenden Schutzkonzepten, zu Beratungsangeboten, mit Gesundheitstipps und Links zu altersrelevanten Themen etc.
- Josef Gehrig ist Redaktor der Newsletter an 120 Adressen per E-Mail und für alle IGAA-Publikationen im GemeindeAktuell.
- Auch im vergangenen Jahr wurden die 14 Bänkli von den 8 Mitgliedern des Bänkli-Teams mehrmals kontrolliert und nach Bedarf gereinigt.
Karte: <https://secure.i-web.ch/gemweb/jonschwil/dl.php/de/59ae9f64a6c90/Bankliweg.pdf>
oder: https://aktivesalterjonschwil.ch/cm4all/uproc.php/0/B%C3%A4nkli-Weg%202019-04.pdf?_=16f6c3c2e68&cdp=a
- Als Goldsponsor für den Bewegungs- und Begegnungsplatz auf dem Schulhausareal Schwarzenbach verfolgen wir den Baufortschritt mit Interesse. Walter Bürgin wurde von Stefan Frei als Vertreter der älteren Generation für die Begleitgruppe angefragt.

Weiterbildung

- Eine Zweierdelegation besuchte die vom Kanton organisierte Tagung "Kooperation im Alter" im Stadtsaal Wil.
- Zur Vernetzung mit kantonalen Stellen ist Theres Germann Vorstandsmitglied im Verband für Seniorenfragen SG AI AR und Co-Präsidentin ad interim im Kantonalen Seniorenrat SG, zusammen mit Beat Steiger aus Wil. Sie hat darum auch an der Vernehmlassung mitgearbeitet zum Bericht der Regierung "Gestaltungsprinzipien der Alterspolitik".
- Die beliebten Workshops zum Thema "Strassenverkehr" konnten Corona-bedingt nicht angeboten werden.

Laufende und regelmässige Angebote und Aktivitäten

Für die folgenden Aktivitäten galten die oben erwähnten Schutzkonzepte.

- Die Offenen Bücherschränke in Jonschwil und Schwarzenbach, betreut von Yvonne Mathys, und neu Susanne Steiger, erfreuten sich einer steigenden Nachfrage. Der Bücherschrank in Jonschwil musste wegen Mieterwechsels am alten Standort auf einen neuen bei der Alterssiedlung Jonschwil umplatziert werden.
- Elena Scherrer, zuständig für den Lesekreis unter Leitung von Lotti Lüscher, konnte die Treffen mit Schutzkonzept in der Alterssiedlung Jonschwil ab Mai 2021 wieder durchführen.
- Die drei Englisch-Kurse am Montagvormittag unter der kompetenten Leitung von Doris Hollenstein wurden aus Abstandsgründen zeitweise ins Pfarreiheim verlegt und mit Maskenpflicht durchgeführt.
- Das Senioren-Kafi mit Liny Allenspach, Maya Köchli und weiteren Helfenden, jeden 2. und 4. Mittwoch-Nachmittag ab 14 Uhr im Mesmerhaus Jonschwil, mussten, kaum wieder eröffnet, wegen der Pandemie-Situation ab Herbst wieder geschlossen werden. Auf eine Wiedereröffnung müssen wir voraussichtlich bis gegen das Frühjahr 2022 warten.
- Das PILATES 60+ Training wird umsichtig von Josef Gehrig organisiert und kompetent von Beatrix Egli geleitet. Entsprechend den Corona-bedingten Vorgaben wurden 2021 zwei Kurse mit insgesamt 81 Lektionen und durchschnittlich 591 Beteiligungen durchgeführt (durchschnittlich 8 Beteiligungen pro Lektion & Gruppe).
- Der sehr beliebte Rollstuhlspaziergang im Frühling und Herbst mit jeweils 10 bis 12 Rollstuhl- oder Rollator-Fahrenden mit Begleitpersonen konnten im 2021 wegen eines Corona-

Ausbruches nur im Herbst und nur mit geimpften Teilnehmenden und Helfenden durchgeführt werden. Als Höhepunkt gab es in der Kapelle Schwarzenbach ein kleines Konzert mit Niklaus Ziegler an der Klarinette und Elisabeth Ziegler in der Technik.

- Das Velo-Team mit Kurt Köchli konnte 4 Tages- und 12 Halbtagestouren mit total 206 Teilnehmenden und 680 gefahrenen Kilometern durchführen. Alle zusammen haben somit 8364 Kilometer zurückgelegt. Bei den Radtouren an der frischen Luft und bei den Kaffeepausen konnten die Covid-Schutzvorschriften gut eingehalten werden.
- Ursula Klauser, unterstützt von Maya Köchli, Brigitte Koch und Nelly Battaglia konnten alle zwei Wochen das ganze Jahr über leichte Wanderungen in der Gemeinde und näheren Umgebung durchführen.

Kulturelles

- Am 2. Oktober 2021 fand im herbstlich geschmückten OZ Degenau der von Elisabeth und Niklaus Ziegler organisierte Anlass "Vom Zauberklang der Dinge" des Komponisten und Musikers Peter Roth mit gut 80 Teilnehmenden und mit 3G-Konzept statt. Der Schulratspräsident Peter Haag fungierte als Moderator, Walter Loosli spielte auf seinem Alphorn, Niklaus Ziegler begleitete Peter Roth auf der Klarinette. Peter Roth zog das Publikum mit seinen Ausführungen in seinen Bann. Im Anschluss konnte bei einem gesponserten Apéro diskutiert werden.
- Bei strahlendem Herbstwetter konnte am 27. Oktober mit 3G-Schutzkonzept ein Ausflug der Kerngruppe mit vielen freiwilligen Helferinnen und Helfern der IGAA zum Weingut Salathé in Hüttwilen durchgeführt werden.

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. Aktuell konnten sie auch dieses Jahr Gratulationen zu Geburtstagen ab 80 Jahren nur in schriftlicher Form oder an den Haustüren abgeben.

Summe der geleisteten Stunden und Beteiligung an IGAA-Aktivitäten

Gemäss der Empfehlung von Benevol erfassen wir unsere Arbeitsstunden: Die Mitglieder der Kerngruppe und weitere Helfende (z.B. bei Organisation und Begleitung von Velotouren, Bänkli-Pflege, Mithilfe in Schulen etc.) leisteten **total rund 2160 Stunden Freiwilligenarbeit**.

Mit unseren Angeboten erreichen wir unterdessen einige hundert teilnehmende Personen, auch dank den sehr geschätzten Projekt-Mitarbeitenden.

Wir danken

- den Gemeindebehörden für den finanziellen Beitrag zur Unterstützung unserer Arbeit und dem kostenlosen Druck der Flyer und Plakate zum Anlass Peter Roth.
- den Sponsoren für den Anlass Peter Roth, dem Hauptsponsor Josef Hardegger, den beiden Dorfkorporationen, ThurKultur, der Raiffeisenbank und der Firma Eisenring, Maria Bienz für den Blumenschmuck, sowie Lotti Lüscher für ihr gemaltes und gratis für Flyer und Plakate zur Verfügung gestelltes Bild.
- der katholischen Kirchgemeinde für die zur Verfügung gestellten Räume im Pfarreiheim und im Mesmerhaus und die damit verbundene Arbeit des Mesmers sowie für die Publikationen unserer Senioren-Kafis und des Anlasses Peter Roth im Pfarrei Forum.

- den Verantwortlichen der Alterssiedlung für die Benützung des Gemeinschaftsraums und der Erlaubnis, einen Bücherschrank aufzustellen.
- den Lehrpersonen und der Schulleitung der Primarschulen für die gute Zusammenarbeit im Projekt "Generationen im Schulzimmer".
- der Schulverwaltung für die Überlassung des Gymnastikraums für das PILATES-Training und eines Proberaumes für die Musikanten im OZD.
- Helen Baumgartner vom Senioren-Treff Team für den guten Erfahrungs- und Informationsaustausch in einem wieder schwierigen Jahr.
- den Kursleiterinnen Doris Hollenstein (Englisch), Beatrix Egli (PILATES), Lotti Lüscher (Lesekreis) für ihre kompetente Arbeit.

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

Für die IGAA-Kerngruppe verfasst von Theres Germann
Jonschwil / Schwarzenbach, 31.12.2021



Anlass mit Peter Roth am 2.10.2021 im OZ Degenau

❖ Angebote und Aktivitäten im 2022

Die folgenden Aktivitäten basieren auf den aktuell verfügbaren Planungsgrundlagen. Sie werden nur durchgeführt, wenn die Corona-bedingten Massnahmen dies erlauben.

Ob die Aktivitäten durchgeführt werden und welche Bestimmungen dabei gelten:

- **ersehen Sie aus dem Dokument: «Covid-19 Schutzkonzepte der IGAA» auf unserer Homepage: www.AktivesAlterJonschwil.ch**
- **oder erfahren Sie telefonisch beim Verantwortlichen der Aktivität.**

Radfahren und Wandern im 2022

In diesem Jahr organisieren wir 41 gemütliche Bewegungsanlässe in der Natur (17 Radtouren und 24 Wanderungen) an folgenden Donnerstagen:

Radtouren: 10. / 24. März, 7. / 21. April, 5. / 19. Mai, 2. / 16. / 30. Juni, 14. / 28. Juli, 11. / 25. August, 8. / 22. September, 6. / 20. Oktober

Wanderungen: 6. / 20. Januar, 3. / 17. Februar, 3. / 17. / 31. März, 14. / 28. April, 12. Mai, 9. / 23. Juni, 7. / 21. Juli, 4. / 18. August, 1. / 15. / 29. September, 13. / 27. Oktober, 10. / 24. November, 8. Dezember

Die Routen umfassen beim Radeln ca. 30 km in unserer Region und beim Wandern max. 10 km in der näheren Umgebung. Die Details zu jedem Angebot werden ca. 2 Wochen vor dem Anlass publiziert auf der IGGA-Website, im IGAA-Newsletter sowie im GemeindeAktuell.

Organisation der Radtouren: Kurt Köchli, Telefon 071 923 16 91

Organisation der Wanderungen: Ursula Klauser, Telefon 071 923 45 34

1. – 5. Wanderung im 2022

Ziel: Gemütliche Wanderungen in der freien Natur, gesellschaftliches Zusammensein beim Kaffeehalt

Zielgruppe: Frauen und Männer, jung und alt

Route, Kaffeehalt: wird beim Start festgelegt

Distanz: 3 - 8 km

Datum:	Start:	Ort::
Do 20.1.2022	14 Uhr	Degenau Jonschwil
Do 3.2.2022	9 Uhr	Kreisel Jonschwil
Do 17.2.2022	9 Uhr	Kapelle Schwarzenbach
Do 3.3.2022	9 Uhr	Kreisel Jonschwil

Beim Start ab Kapelle Schwarzenbach bietet Ursula Klauser einen Mitfahrdienst an (Abfahrt: 8:50 Uhr beim Volg Parkplatz in Jonschwil).

Bemerkungen: keine Anmeldung nötig
Rückkehr gegen Mittag
Versicherung ist Sache der TeilnehmerInnen

Weitere Infos: Ursula Klauser, Telefon 071 923 45 34, Handy 079 457 94 55

Verhalten: siehe Dokument «Covid-19 Schutzkonzepte» auf der IGGA-Website

PILATES-Kurs 2022-1

Der **erste Kurs im 2022 mit 14 Lektionen** wird für 3 Gruppen angeboten:

- eine Gruppe am Dienstag vom 4. Januar bis 5. April 2022
Trainingszeit: 18:00 – 19:00 Uhr
- zwei Gruppen am Mittwoch vom 5. Januar bis 6. April 2022
Trainingszeit: 1. Gruppe 8:00 – 9:00 Uhr
2. Gruppe 9:15 – 10:15 Uhr

Ort: Gymnastikraum im OZD, Jonschwil

Teilnehmer: max. 10 Personen pro Gruppe

Kleidung: T-Shirt, Turnhose / Trainer, Socken, Tuch (Unterlage)

Kursgeld: 12.50 Fr pro besuchte Lektion

Leitung: Beatrix Egli, Jonschwil, Tel 078 719 29 96

Anmeldung mit Namen, Adresse, Tel-Nr., Mobil-Nr., Mail-Adresse, gewünschter Gruppe an Josef Gehrig, Schwarzenbach, Tel 071 923 12 70, josef.gehrig@bluewin.ch

Weitere Infos: siehe Flyer & Merkblatt auf der IGGA-Website

Verhalten: siehe Dokument «Covid-19 Schutzkonzepte» auf der IGGA-Website



Gäste sind jederzeit herzlich willkommen!

34. Lesekreis-Treffen

Zum nächsten Lesekreis-Treffen am Montag, 14. Februar 2022 sind Frauen und Männer aller Altersgruppen herzlich eingeladen.

Die Teilnehmer/innen müssen sich anmelden und folgende Bücher gelesen haben:

- «Ein Gentleman in Moskau» von Amor Towles
- «Der Enkeltrick» von Franz Hohler

Die oben genannten Bücher werden besprochen.

Der Literaturkreis trifft sich am Montagnachmittag um 14 Uhr im Gemeinschaftsraum der Alterssiedlung, Winkelstrasse 22, Jonschwil.

Anmeldung und weitere Auskunft bei Lotti Lüscher, Tel 071 910 28 52 oder bei Elena Scherrer, Tel 071 565 60 28.

Verhalten: siehe Dokument «Covid-19 Schutzkonzepte» auf der IGGA-Website

Englisch 60+ Kurse im 2022 – jetzt einsteigen

Es gibt noch freie Plätze in allen drei Kursniveaus. Über Einsteiger freuen wir uns sehr.

Am 14. Februar 2022 beginnen die folgenden Kurse:

Zeit: jeweils am Montagvormittag
8:25 – 9:20 Uhr Level A2+, Fokus Konversation
9:30 – 10:25 Uhr Level A2
10:35 – 11:30 Uhr Level A1+

Ort: Mesmerhaus, Schulstrasse 4, Jonschwil

Teilnehmer: Kleingruppen mit max. 8 Personen pro Kurs

Kosten: CHF 260.- pro Semester (18 Wochenlektionen) exkl. Kursmaterial

Weitere Informationen und Anmeldung bis 4. Februar 2022 bei der Kursleiterin

Doris Hollenstein Schwarz, Jonschwil

Tel 071 277 02 94, E-Mail doris.hollenstein@gmail.com

Verhalten: siehe Dokument «Covid-19 Schutzkonzepte» auf der IGGA-Website



Falls Sie Interesse an einem Kurs haben, melden Sie sich bei der Kursleiterin.
Einsteiger sind jederzeit in jeder Niveaugruppe herzlich willkommen!

Senioren-Kafi

Die IGAA organisiert jeden zweiten und vierten Mittwoch im Monat ab 14 Uhr im Gruppenraum des Mesmerhauses an der Schulstrasse 4 in Jonschwil einen „Kafi-Treff“ für alle Frauen und Männer im Seniorenalter. Bei Kaffee und Kuchen geniessen wir die gemeinsame Zeit mit Plaudern, Jassen, Spielen etc. Kommen Sie doch einfach vorbei !

Die konkreten Öffnungsdaten im 2021 werden wir auf der IGGA-Website publizieren, sobald die Massnahmen zur Eindämmung der Coronavirus-Pandemie eine verlässliche Planung erlauben. Auf Ihren Besuch freut sich das Senioren-Kafi Team unter der Leitung von Liny Allenspach und Maya Köchli.

**Detaillierte aktuelle Informationen zu allen Angeboten der IGAA
finden Sie auf der IGGA-Website www.AktivesAlterJonschwil.ch**