

EDITORIAL

30 Jahre KSVZ

Im Januar 1991 wurde der Kantonale Rentnerverband gegründet. Seit 2007 nennt er sich Kantonaler Seniorenverband Zug (KSVZ). Seit der Gründung vor 30 Jahren ist die Lebenserwartung um fast fünf Jahre gestiegen. Zu dieser Zeit sprach man bei Personen nach der Pensionierung vom dritten Alter. Verbunden damit war die Vorstellung von einem eher inaktiven Lebensabschnitt. Heute spricht man auch von einem vierten Alter, das sich mit zunehmender Vulnerabilität ab ca. 80 Jahren einstellt. Das heutige dritte Alter hingegen mit einem fließenden Übergang vom Erwerbsleben in den Ruhestand wurde aufgrund der medizinischen Fortschritte für die meisten von uns zu einem aktiven Lebensabschnitt. Die Pensionierten leisten heute wertvolle Beiträge im Bereich der Freiwilligenarbeit und zur Unterstützung der jüngeren Generationen und stützen damit die Wirtschaft erheblich. Sie verstehen sich nicht mehr als Seniorinnen und Senioren im herkömmlichen Sinne. Die Begriffe wie auch die Rolle der älteren Generation in der Gesellschaft müssen neu definiert werden. Wie wir im Alter leben, entscheidet sich nicht erst kurz vor oder nach der Pensionierung. Die Weichen werden früher gestellt. Diesbezüglich ist der KSVZ dabei, seine Ausrichtung zu überdenken.

Freuen wir uns, die Themen des Älterwerdens aktiv und mit Zuversicht mit allen Beteiligten anzugehen. Noch mehr freue ich mich auf die direkte Kontaktpflege mittels konstruktiver Gespräche – möglichst ohne pandemiebedingte Einschränkungen.

Hannes Baschung, Präsident

Wir und die Pandemie

Wie erlebt der KSVZ-Vorstand die Pandemie? Wir haben die acht Mitglieder gefragt, wie sich die Pandemie auf ihre Arbeit für den KSVZ bisher auswirkte, welche Erkenntnisse oder Erlebnisse diese Zeit brachte und was sich nachhaltig ändern wird.

Ingrid Hieronymi
Vizepräsidentin

Ich musste meine sozialen Kontakte und Hobbys (Reisen, Restaurantbesuche) sehr stark einschränken. Dafür verbrachte ich viel Zeit in der Natur und stellte fest, dass ich das Gute nicht immer in der Ferne zu suchen brauche.

Einerseits erlebte ich die Video-Vorstandssitzungen als etwas unpersönlich, andererseits finde ich es positiv, dass die Umstände der Entwicklung der digitalen Kommunikation im KSVZ förderlich waren und sind.

Jirina Copine, Kommunikation



Die Pandemie ist eine historische Erfahrung und – bei allem Respekt vor den direkt oder indirekt Betroffenen – wissenschaftlich, gesellschaftlich, politisch interessant. Ich bin dankbar, dass in meinem nächsten Umfeld niemand krank geworden ist.

Weil das geschriebene Wort pandemieresistent ist, blieb dieser Teil meiner Arbeit für den KSVZ fast unverändert. Aber für den Verband war und ist die Situation ausnehmend schwierig, wir sind in unseren Aktivitäten stark eingeschränkt.

Was von der Pandemie bleibt? Hoffentlich kehren die alten Begrüssungsrituale nicht mehr zurück. Sie mögen in unserer Kultur tief verwurzelt sein, hygienisch sind sie nicht.

Doris Pauchard, Finanzen



Im März 2020 hatte ich viele Fragen: Betrifft es nur die ältere Generation? Wo und wie droht eine Ansteckung? Im Oktober kam dann die erschreckende zweite Welle mit neuen Erkenntnissen: Es trifft auch junge, gesunde Personen. Heute verbreiten sich neue Mutationen und Langzeitschäden werden bekannt. Die Pandemie ist noch nicht vorbei! Sie wird unseren Alltag weiterhin prägen.

Im ersten Shutdown war ich sehr vorsichtig und hielt die Vorgabe «Zu Hause bleiben» ein. Ich genoss die schönen Frühlingstage auf meinem Balkon oder bei einem Waldspaziergang.

Fortsetzung Seite 2

Wir und die Pandemie

Fortsetzung von Seite 1

Im Sommer nach der Lockerung nahm ich meine Aktivitäten wieder auf, weiterhin sehr vorsichtig und unter Einhaltung der Vorschriften. Mein Umfeld freute sich wieder auf die familiären und freundschaftlichen Treffen.

Die KSVZ-Videokonferenzen waren ungewohnt und anstrengend. Der persönliche Austausch kam zu kurz und mit der Zeit fehlte das Zwischenmenschliche.

Durch die Pandemie wird sich vermutlich nicht viel ändern. Die Wirtschaft wird sich erholen. Wir werden wieder reisen, Veranstaltungen besuchen, soziale Kontakte pflegen wie vorher.

Es ist mir wieder eindrücklich bewusst geworden, dass die Gesundheit das wichtigste Gut ist, zu dem ich Sorge trage. Ich lebe jeden Tag bewusst und geniesse das Leben. Es ist wichtig, dass ich mir selbst etwas Gutes tue, mir Wünsche erfülle und sie nicht auf später schiebe.

Ursula Steinauer, Sekretariat



Anfänglich war das ruhigere Leben eine Wohltat, mittlerweile sehne ich mich nach Abwechslung, nach Kino, Museum, Sport und Restaurantbesuchen. Das Fehlen all dieser Dinge war auch ein Beziehungstest, denn die gemeinsamen Aktivitäten beschränkten sich auf ein Minimum. Der bei uns sonst recht „bunte“ Alltag hat sich auf die

Spaziergänge in der näheren Umgebung beschränkt. Der persönliche Kontakt fehlt mehr und mehr. Es gibt aber auch die andere Seite: Anstatt selten persönliche Kontakte gibt es nun vermehrt Telefonate oder Videoanrufe.

Ich denke, dass wir auch künftig auf persönliche physische Kontakte bei der Begrüssung verzichten werden. Etwas Positives brachte mir die Pandemie auch: Zeit für Stille und Meditation.

Hannes Baschung, Präsident



Anfänglich war ich eher verunsichert, ob das alles stimmt. Danach empfand ich die Situation als turbulent; ein Kommunikations- und Kompetenzchaos führte zu Verunsicherungen in der Bevölkerung. Der Föderalismus ist zur Pandemielösung nicht geeignet und parteipolitische Positionen waren bei Krisen nie hilfreich.

Meine Familie kam unter Einhaltung der Schutzmassnahmen recht gut zurecht. Es gab viel Gesprächsstoff und Motivationsschübe zum Durchhalten. Ich fühlte mich bezüglich der persönlichen Kontakte stark eingeeengt.

Innerhalb des KSVZ war die normale Kommunikation nicht mehr möglich. Gewohnte Kontakte zu den Mitgliedern fanden nicht statt, Veranstaltungen mussten abgesagt werden. Unsere Aufgaben konnten wir nicht alle erledigen. Vorstandssitzungen mussten digital durchgeführt werden; die wertvollen Diskussionen beschränkten

sich auf ein Minimum. Die Pandemie lähmt uns sehr und die Verbandsaktivitäten sind massiv reduziert. Sehr schade und traurig.

Während der Pandemie haben viele Menschen neue Erfahrungen gemacht, die vermutlich noch lange nachwirken. Gesundheitsbewusstsein, Beziehungen leben zu dürfen, Aktivitäten entdecken in nächster Umgebung und nicht in Honolulu, neue Arten von Kreativität pflegen. Zum Positiven gehören auch mehr sportliche Betätigungen an frischer Luft oder Zeit zum Lesen oder zum Kochen. Sich bewusst werden, wie wertvoll gute Beziehungen sind, sich auf Wesentliches beschränken und erleben, wie dadurch der Konsum reduziert wird.

Walter Boog, Veranstaltungen



Zu Beginn der Pandemie gab es viele falsche Informationen; das empfand ich als problematisch. Die Einschränkung der Bewegungsfreiheit war und ist schwierig und die Angst vor Ansteckung ist eine ständige Begleiterin.

Die Veranstaltungen des KSVZ wurden vorbereitet und mussten dann immer wieder abgesagt werden; dies war eine Arbeit ohne Nutzen. Positive Seiten hatte die Pandemie keine, man könnte auf diese Erfahrung gut verzichten.

Ich hoffe, dass nach der Pandemie etwas mehr Demut und Zufriedenheit bleibt.

Fortsetzung Seite 3

Wir und die Pandemie

Fortsetzung von Seite 2

Geni Meienberg, Webmaster



Gesundheitlich hatten meine Familie und ich bis jetzt keine Probleme, das erleichtert vieles. Zu Beginn der Pandemie hatte ich im beruflichen Umfeld einen Fall, bei dem die COVID-Erkrankung äusserst schwer verlief und zu einem langen Koma und bis heute andauernden grossen Einschränkungen führte. Dies hat mich immer zu Vorsicht und möglichst guter Einhaltung der empfohlenen Regeln angehalten.

Mit zunehmender Zeit verträgt man die vielen Einschränkungen immer schlechter. Viele soziale Kontakte fehlen extrem. Der Mensch vergisst schnell, daher glaube ich nicht an grosse Änderungen nach der Pandemie.

Arthur Huber, Vorstandsmitglied



Alles, was passierte, geschah überraschend. Ich konnte mir nicht vorstellen, dass aus der Epidemie in China eine Pandemie würde. Dies ging möglicherweise auch vielen Verantwortlichen in Politik und Wirtschaft so. So passierte es,

dass oft Massnahmen zu spät getroffen wurden.

Ich ertrug die Einschränkungen in der ersten Welle mit Fassung und genoss die Ruhe. Die Einschränkungen während der zweiten Welle erschienen mir hingegen lang und deprimierend.

Smartphones und PCs werden für uns noch wichtiger werden. Der Online-Handel wird zunehmen. Auch die Globalisierung wird weitergehen. Vielleicht steigt bei einigen die Einsicht, nicht jederzeit alles zur Verfügung zu haben und eher auf lokal produzierte Produkte zu setzen. Vielleicht ziehen einige doch die Ferien in der Region der jährlichen Flugreise vor.

Interviews: Jirina Copine

Persönliche Gedanken zur Pandemie

Eigentlich wollte ich meinen Forum-Artikel heute – am Redaktionsschlussstag, am 22. März 2021 – irgendwo auf einer Restaurantterrasse bei einem servierten Kaffee schreiben. Gerne hätte ich dazwischen auch wieder mal einen spontanen Schwatz abgehalten. Leider sind die Terrassen noch nicht offen, und auch das Wetter spielt nicht so richtig mit. So schreibe ich den Text zuhause im Homeoffice.

Nach einem Jahr Covid-Pandemie mit Schicksalsschlägen und Nachrichten von schweren oder zum Glück nur milden Krankheitsverläufen hat man eigentlich genug. Genug vom ewigen Hin und Her mit Beschränkungen, Massnahmen, Meldungen von Hotspots und Mutationen. In meinem Umfeld höre ich immer wieder, dass vor allem die sozialen Kontakte fehlen. Man hat genug und sehnt sich nach gemütlichem Zusammensein in grösserer Runde. Aber es hilft

nichts, die Situation lässt dies im Moment noch nicht zu.

Mit Gratistests, schon bald sogar mit Selbsttests, wenn diese in der Schweiz endlich zugelassen sind, und mit dem Fortschreiten der Covid-Impfungen gibt es Licht am Horizont. Dass Kantone, Institutionen und Firmen beim Testen noch sehr zurückhaltend sind oder sich sogar überlegen, dies nicht im grossen Stil anzubieten, ist nicht nachvollziehbar. Wenn dies dann noch ideologische oder parteipolitische Hintergründe hat, habe ich kein Verständnis.

Auch wenn man es kaum noch hören kann: Testen, Testen und Impfen ist weiter angesagt. Informationen gibt es unter 041 728 39 09 oder www.corona-impfung-zug.ch. Bringen wir die Schweiz so weit, dass die lang ersehnten Lockerungen gemacht werden können. Wir alle wünschen uns Normalität, auch wenn diese mit Corona eine

andere sein wird. Da muss man aber selbst handeln. Man darf nicht davon ausgehen, die andern sollen mal machen, dann kommts gut. Selbstverantwortung ist kein leeres Wort.

Übrigens, ich habe heute eine SMS von ImpfCovid mit den beiden Impfterminen Ende März und April 2021 erhalten. Wenn es wie geplant abläuft – im Kanton Zug wird es bestimmt klappen – werde ich dann einen Schutz für die Allgemeinheit und für mich selbst erhalten haben. Das sind gute Perspektiven.

Hoffentlich hat sich die Situation bald so weit stabilisiert, dass Lockerungen möglich sind. Es wäre schön, wenn Sie dieses KSVZ-Forum dann auf einer Terrasse bei einem Kaffee oder Tee lesen könnten.

Geni Meienberg

Alle 2,5 Minuten ein Hilferuf

2020 hat die Nachfrage von Menschen, die dem Druck im Leben nicht mehr gewachsen sind, um 12,2 % zugenommen. Auch in der Online-Beratung haben die Hilferufe stark zugenommen. Viele der Hilfesuchenden sind ältere Menschen.

Rund 230'000 Mal hat 2020 in der ganzen Schweiz das Telefon geklingelt, davon 15'154 Mal in unserer Geschäftsstelle in der Zentralschweiz. Die Zahl der Beratungsgespräche im Einzugsgebiet liegt mit plus 12,2 % deutlich höher als im Vorjahr. Trotz technischer Möglichkeiten von Weiterleitungen an andere Geschäftsstellen konnten aus Kapazitätsgründen knapp 500 Beratungsgespräche leider nicht geführt werden. Pro Tag wird unsere Hotline durchschnittlich 40 Mal kontaktiert – das sind über 1'260 Anrufe pro Monat. Viele der Hilfesuchenden sind ältere Menschen: Ein Viertel der Anrufenden ist älter als 65 Jahre. Ausserdem verzeichneten wir in diesem Alterssegment eine Zunahme von 7,2 %.



Hohe Zahl an Hilfesuchenden

Haupttreiber während der Corona-Pandemie waren die Alltagsbewältigung, finanzielle Folgen der Pandemie, Beziehungsprobleme und Einsamkeit. Bei den älteren Menschen waren Einsamkeit, Gesundheit und Beziehungen die wichtigsten Themen.

Auffallend war vor allem Ende 2020 die Zunahme der Themen Einsamkeit (+ 30 %), Schwierigkeiten mit der Alltagsbewältigung (+ 15%), psychisches Leiden (+ 7 %) und Suizidalität (+ 7 %). Insbesondere die Zunahme der Suizidalität war besorgniserregend;

diese liegt im langjährigen Durchschnitt bei 1 bis 2 %.

Deutlich ist die Zunahme auch bei den schweizweiten Online-Beratungen. Trotz Ausbau des Online-Angebotes können längst nicht alle Chat-Anfragen bewältigt werden. Die Altersgruppe der unter 18-Jährigen ist hier mit knapp 45 % am grössten, gefolgt von der Altersgruppe der 19- bis 40-Jährigen. Ausserdem sind hier die Anfragen am heftigsten: Suizid, Übergriffe/Vergewaltigung etc.

60 Telefonberatende

Die anspruchsvolle Tätigkeit stellt hohe Anforderungen an unsere freiwilligen Mitarbeitenden. Damit

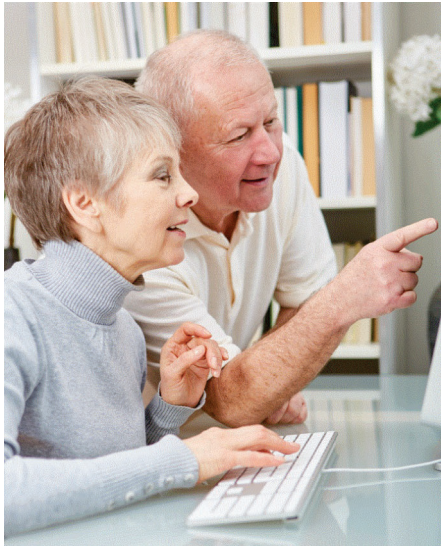
diese nicht überfordert sind, wurde deren Aus- und Weiterbildung den gestiegenen Anforderungen angepasst. Der Ausbildungskurs dauert knapp ein Jahr und umfasst über 200 Lektionen sowie Praktika. Trotz der hohen Anforderungen bleiben die Beratenden im Schnitt acht Jahre und leisten ein Pensum von 10 bis 20 Stellenprozenten.

"Die Dargebotene Hand"
Zentralschweiz


Tel 143
Die Dargebotene Hand
La Main Tendue
Telefono Amico

Sicherheit im Umgang mit Informatik

In Zeiten von Corona mit eingeschränkter Bewegungsfreiheit haben der PC und das Smartphone noch an Bedeutung gewonnen. Wir kommunizieren mit Freunden, konsultieren den Fahrplan oder die Wetterprognosen, erledigen unsere Bankgeschäfte, kaufen online ein oder besuchen einen Online-Kurs. So nützlich die digitalen Helfer sind, sie bergen bei unsachgemässer Handhabung Gefahren.



Vergessen geht, dass wir mit den Geräten fast immer online sind, das heisst ständig verbunden mit dem Internet, über das wir nicht nur die gewünschten Informationen beschaffen, sondern über das auch «Schädlinge» auf unsere Gerätschaften gelangen können.

Damit Sie Ihre Geräte entspannt nutzen können, geben wir Ihnen ein paar Ratschläge mit auf den Weg:

Halten Sie ihre Software auf dem neusten Stand. Installieren Sie regelmässig die von den Herstellern zur Verfügung gestellten Updates oder neuen Versionen. Sie enthalten nebst funktionalen Verbesserungen oft auch das Schliessen von Sicherheitslücken.

Ein Virenschutz gehört zu jedem System. Allerdings bieten moderne Betriebssysteme wie Windows 10 oder MacOS schon effiziente

Abwehrmechanismen wie Virenerkennung und Firewall, so dass nicht zwingend Drittsoftware dafür notwendig ist.

Behalten Sie nur jene Apps auf Ihrem System, die Sie wirklich benötigen. Laden Sie diese nur aus vertrauenswürdigen Quellen, z. B. von den App-Stores der Systemhersteller oder von einer Ihnen bekannten Internetseite, herunter.

Sichern Sie Ihre persönlichen Daten auf einem externen Gerät. Dies gilt auch für Ihr Smartphone, für das Sie ein Backup auf Ihrem PC oder in einem Cloud-Dienst machen können.

Bewahren Sie Ihre Passwörter an einem sicheren Ort auf. Geben Sie diese niemals weiter. Verwenden Sie Passwortkombinationen, die schwer zu erraten sind. Passwörter sollten mindestens acht Zeichen lang sein und aus einer Kombination von Gross- und Kleinbuchstaben, Zahlen und Sonderzeichen bestehen.

Der Zugang zu Ihrem WLAN sollte immer passwortgeschützt sein, damit die Kommunikation nicht von Dritten in Ihrer Nähe mitverfolgt werden kann.

Öffnen Sie nur vertrauenswürdige E-Mails. Der Absender sollte Ihnen bekannt sein. Vor allem sollten Sie in verdächtigen E-Mails niemals auf Links klicken oder Beilagen öffnen. Dadurch könnte Schadsoftware auf Ihr Gerät gelangen. Misstrauen Sie E-Mails, die Gewinne versprechen, Kreditkar-

teninformationen abfragen wollen oder eine Notlage vortäuschen. Vertrauenswürdige Organisationen werden niemals persönliche Informationen via E-Mail anfordern.

Vergessen Sie nicht, von Zeit zu Zeit Ihren Spam-Ordner auf für Sie bestimmte E-Mails zu überprüfen (Spam = unerwünschte Werbe-E-Mail oder Schad-E-Mail). Der Spam-Filter erkennt nicht mit absoluter Sicherheit, welche E-Mails wirklich Spam sind.

Sind Sie zurückhaltend mit der Freigabe von Informationen, wenn Sie online unterwegs sind, z. B. bei Online-Bestellungen, oder in sozialen Medien. Ihren Standort sollten sie nur dann freigeben, wenn dies bei der Verwendung der App von Nutzen ist und nur, wenn die App verwendet wird (z. B. Navigationssysteme). Wenn Sie eine Webseite aufrufen, werden Sie häufig aufgefordert, Cookies zu akzeptieren. Akzeptieren Sie nur jene, die für die Funktion der Webseite notwendig sind und niemals solche, die Daten für Marketingzwecke sammeln oder Ihren Weg im Internet verfolgen wollen (Tracking).

Wenn Sie technisch weniger versiert sind, sollten Sie eine Fachperson beauftragen, Ihre Systeme einzurichten oder zu überprüfen.

Arthur Huber

Zeitungen online lesen

Die Digitalisierung macht vor uns allen nicht halt. Dank Internet erhöht sich die nutzbare Informationsmenge ständig. Sie steht uns jedoch teilweise nur online zur Verfügung. Machen wir uns dies zunutze und lesen online.

Die Lesegewohnheiten haben sich geändert. Früher hatte man seine Tageszeitung, der man vertraute, auch politisch. Sie war täglich im Briefkasten, meist schon vor 6 Uhr. Man entnahm ihr vielleicht schon beim Frühstück die letzten Neuigkeiten vom Vortag. Über den Tag vertiefte man sich in den einen oder anderen Artikel. Die Nachrichten im Radio oder am Abend das Fernsehen vermittelten die aktuellsten Informationen des Tages. Man las in der Regel eine Tageszeitung, vielleicht auch zwei, eine lokal und eine überregional ausgerichtete.

Auch die Übermittlung der Information hat sich geändert. Nebst den klassischen Printmedien, Radio- und Fernsehkanälen wird heute das Internet intensiv für die Verteilung von Information genutzt. Radio- und Fernsehkanäle kommunizieren auch schriftlich über ihre Webseiten. Jede Tageszeitung hat auch eine Online-Ausgabe. Daneben gibt es im Internet unzählige Blogs für jegliche Interessengruppen. Dazu kommen die «Sozialen Medien», in denen jede und jeder sowohl Autorin als auch Informationsverteiler oder Konsument sein kann, dies in schriftlicher, auditiver oder visueller Form.

Noch nie war es so einfach, so schnell Information zu verteilen.

Nicht verwunderlich, dass sich darunter falsche (Fake-News) oder «gefärbte» Informationen befinden. Umso wichtiger ist, dass sich der Konsument selbst ein objektives Bild durch das Lesen mehrerer Publikationen macht.

Online-Ausgaben einer Publikation sind meist günstiger als die entsprechenden Printausgaben. Online-Publikationen haben zudem den Vorteil, dass in der Regel nicht nur auf aktuelle, sondern auch auf ältere Artikel zugegriffen werden kann. Suchfunktionen erleichtern den Zugang zu diesen. Via Newsletter (zugestellt via E-Mail) kann man sich regelmässig über die neusten Artikel informieren lassen. Wer gerne ein Abbild der gedruckten Ausgabe auf dem Bildschirm liest, kann elektronisch auf das E-Paper zugreifen.

Nebst kostenpflichtigen gibt es auch unzählige Gratispublikationen in unterschiedlicher Qualität. Herausgeber von Gratispublikationen freuen sich über einen freiwilligen Beitrag. Damit leisten wir einen Beitrag zur Erhaltung der Medienvielfalt.

Auf in ihrer Zielsetzung sehr unterschiedlich ausgerichtete, nicht kostenpflichtige Online-Publikationen sei hier hingewiesen:

zentralplus

«**zentralplus**» (zentralplus.ch) berichtet über die Region Zug und Luzern und ergänzt die Berichterstattung der regionalen Tageszeitung sowie der Lokalradios und des Regionaljournals von SRF.

Infosperber

«**Infosperber**» (infosperber.ch) hat eine nationale und internationale Ausrichtung, liefert Reportagen und hinterfragt kritisch Berichte in anderen Publikationen.

seniorweb

An eine Leserschaft mit Lebenserfahrung richtet sich «**Seniorweb**» (seniorweb.ch). Gestaltet von erfahrenen Autorinnen und Autoren im Pensionsalter liefert «Seniorweb» gesellschaftspolitische und unterhaltsame Reportagen, Berichte und Kommentare.

Besitzen Sie ein Smartphone, ein Tablet oder einen PC? Dann lesen Sie doch einmal Ihre Tageszeitung online. Sie werden sich schnell daran gewöhnen. Wir wünschen Ihnen viel Lesevergnügen.

Arthur Huber

Neue Taxen 2021 in den Pflegeheimen des Kantons Zug

Für die Berechnung der Pflegeheimtaxen gilt für alle Pflegeheime eine einheitliche Methode, basierend auf einer Vollkostenrechnung der einzelnen Pflegeinstitutionen. Zudem legt der Kanton als Aufsichtsbehörde eine Bandbreite fest, in welcher sich die durch die Heime verrechneten Kosten bewegen müssen. Dieser Rahmen trägt der Kostenentwicklung Rechnung und muss daher jedes Jahr neu definiert werden.

Kosten für das Wohnen mit Vollpension inklusive Kaffee und Tee zu den Mahlzeiten, Wäschebesorgung, Reinigung, Haftpflichtversicherung, Aktivitäten, Ausflüge, Veranstaltungen sowie Betreuung durch Mitarbeitende diverser Bereiche betragen in den Heimen des Kantons Zug im Jahr 2021 zwischen Fr. 140 und 194 pro Tag. Spezielle Leistungsangebote wie Gerontopsychiatrie können zusätzliche Kosten hervorrufen.

Die kassenpflichtigen Pflegekosten richten sich nach einem 12-stufigen System, welches dem Pflegeaufwand Rechnung trägt. In der höchsten Stufe werden rund vier und mehr Pflegestunden pro Tag verrechnet. Eine Pflegestunde kostet im Schnitt Fr. 75. Bewohnerin-

nen und Bewohner bezahlen an die Pflegekosten höchstens Fr. 23 pro Tag. Den Rest übernehmen die Krankenkassen und die Gemeinde.

Auf den monatlichen Rechnungen für die Bewohnenden sind die vollen Kosten für Hotellerie, Betreuung und Pflege ausgewiesen. Die Kostenbeiträge, welche von der Krankenkasse und der Wohngemeinde geleistet werden, sind ebenfalls ersichtlich und werden vom Total der Rechnung abgezogen und vom Heim direkt bei den Krankenkassen und Gemeinden geltend gemacht.

Grundsätzlich sind die Bewohnenden von Heimen für die Finanzierung selbst verantwortlich. Reichen

die AHV- und die Pensionskassenrente nicht aus, können Ergänzungsleistungen beantragt werden. Bei mittlerer bis hoher Pflegebedürftigkeit sollte zudem die Hilflosenentschädigung angefordert werden. Auskünfte zur Finanzierungsunterstützung bekommen Sie im betreffenden Pflegeheim und – bezüglich Voraussetzungen für den Bezug von Ergänzungsleistungen – bei der kantonalen Ausgleichskasse (www.akzug.ch/produkte/ergaenzungsleistungen-el/).

Hannes Baschung

KSVZ-Jubiläum

1991 wurde der KSVZ gegründet. Gründungsmitglied und Ehrenpräsident Adi Kistler erinnert sich an die Anfänge (Auszug aus einem Schreiben vom 15. Dezember 2020 an den KSVZ-Präsidenten Hannes Baschung).

«Der damalige Anfang war recht schwer, wurde uns Gründern doch mit Skepsis begegnet, und die Unterstützung von Stadt und Kanton war mangelhaft.

Als Tagespräsident durfte ich 1991 die Wahl des abtretenden Regierungsrates Anton Schärer vornehmen. Für den Vorstand stellten sich erfahrene Pensionäre zur Verfügung. Wie erwähnt harzte es in der Anfangszeit, doch dank gutem Willen und harter Arbeit des Gesamtvorstandes blieb der Verein auf Kurs. Nach fünf Jahren erfolgte

die Ablösung des Präsidenten durch Dr. Rolf Lochinger, welcher mit grossem Elan und viel Überzeugung an der Generalversammlung das sinkende Schiff wieder auf Kurs brachte und während der nachfolgenden fünf Jahre mit Ruhe und Können den Verein leitete. Er verstand es ausgezeichnet, die Bedeutung des KSVZ darzulegen, und so stellten sich auch die Erfolge ein. Sein Nachfolger war nach weiteren fünf Jahren Hansruedi Enggist, der aufgrund seiner nationalen Erfahrungen ein hervorragendes Netzwerk hatte.

Als ehemaliges Gründungsmitglied bin ich darauf stolz, was die ehemaligen und gegenwärtigen Präsidenten und Vorstandsmitglieder geleistet haben und weiterhin leisten. Es ist mir ein Bedürfnis, allen Vorstandsmitgliedern für diese enorme und uneigennützig geleistete Leistung und Ausdauer herzlich zu danken. Möge diese Freiwilligkeit zu Gunsten der Seniorinnen und Senioren durch die öffentliche Hand anerkannt und grosszügig unterstützt werden!»

Spazieren Sie mit uns

Gesunde Ernährung und Bewegung wirken der Frühjahrsmüdigkeit entgegen. Nehmen Sie Ihre pensionierten Nachbarn, Nachbarinnen und Freunde mit. Und geniessen Sie mit uns die frische Luft, die Sonne und den Duft des Frühlings.

Da viele Treffen, Kurse und Veranstaltungen bis Ende April reduziert sind oder gar nicht stattfinden, organisieren die Kursleitenden der Pro Senectute in verschiedenen Gemeinden und in der Stadt Zug einstündige, betreute Spaziergänge für Seniorinnen und Senioren. In Zug trifft man sich im April jeden Montag, Mittwoch und Freitag am Landsgemeindeplatz und spaziert los. Die Aktion ist kostenlos und

wird vom Kanton Zug unterstützt. Rufen Sie uns an oder schreiben Sie uns und wir geben bekannt, in welcher Gemeinde Sie mitmachen können.

Am 13. April findet zudem eine Wanderung auf der Rigi statt: Die Tour entspricht einem leichten bis mittleren Schwierigkeitsgrad und startet um 9.45 Uhr bei der Rigi-Bahn in Goldau. Gutes Schuhwerk

und wettergerechte bequeme Kleidung zum Wandern sind erforderlich. Bitte vergessen Sie das GA oder Halbtax-Abo nicht. Eine Tageskarte für Rentnerinnen und Rentner kostet Fr. 36.

Auskunft und Anmeldungen:
041 727 50 50 oder
info@zg.prosenectute.ch

Pro Senectute Kanton Zug

#HeyZug – So entsteht Lebensfreude



Über ein Jahr schon sind wir der Corona-Pandemie und den damit verbundenen Einschränkungen ausgesetzt. Eine seelische Belastung für uns alle. Die Kampagne #HeyZug des Kantons Zug soll uns die Lebensfreude wieder zurückbringen.

Als erste «Challenge» gilt es, gemeinsam Schritte zu sammeln und so bis zum Äquator zu gehen. Beweg dich und trage deine Schritte auf der Webseite www.hey-zug.ch ein. Dort findest du auch verschiedene Streckenvorschläge im ganzen Kanton Zug.

Neugierig auf die nächsten «Challenges»? Mach dich schlau auf der Webseite www.hey-zug.ch.

Kanton Zug, Amt für Sport und Gesundheitsförderung

IMPRESSUM

Redaktion:
Jirina Copine und Arthur Huber
medien@seniorenzug.ch

Lektorat:
Ingrid Hieronymi
ingrid.hieronymi@seniorenzug.ch

Layout:
Arthur Huber
arthur.huber@seniorenzug.ch

KSVZ-Präsident:
Hannes Baschung
praesident@seniorenzug.ch

Kantonaler Seniorenverband Zug
Sekretariat
Früebergstrasse 28
6340 Baar
sekretariat@seniorenzug.ch

AGENDA

– Wanderung auf der Rigi am 13. April, Treffpunkt Rigi-Bahn, Goldau um 9.45 Uhr, Auskunft und Anmeldung bei pro Senectute Zug: info@zg.prosenecture.ch, 041 727 50 50.

Wir hoffen, dass wir Ihnen bald wieder mehr Daten für zukünftige Veranstaltungen mitteilen können.

30 Jahre KSVZ

Für eine soziale Alterspolitik

Die nächste Ausgabe des KSVZ-Forums erscheint im November 2021. Melden Sie Ihre Veranstaltungen an medien@seniorenzug.ch.