



Inhalt:

- Leitgedanken
- Lockerungen von Corona-Bestimmungen
- Online-Treffen der Mitarbeitenden in der Seniorenarbeit
- Hinweise, Tipps & Anregungen



Liebe Mitarbeitende in der Seniorenarbeit!

Wir freuen uns über die derzeitigen Lockerungen der Corona Vorsichts-Maßnahmen und genießen es, wieder Mitmenschen zu treffen, spazieren zu gehen in der frischen Luft, die Natur zu genießen, uns zu erholen, Ausflüge zu machen, ans Meer zu fahren und vieles wieder dankbar zu entdecken und zu schätzen.

Körperliche Aktivität ist der Schlüssel für ein gesundes Altern.

Bei unseren Treffen wollen wir Menschen aus ihrer Isolierung herausholen und sie einladen zum Gehen und Wandern und körperlich wieder fit zu werden.

Für die **seelische und geistige Gesundheitsvorsorge** gilt: Lachen ist die beste Impfung gegen Angst, sagte Fr. Prof. Polak in Ö1. Gelassenheit und Humor helfen uns, allen Ereignissen auch etwas Positives abzugewinnen.

Wir haben in dieser Zeit des befohlenen Rückzuges auch vieles dazugelernt und neue Sichtweisen zugelassen. Es muss nicht immer alles so bleiben, wie wir es gewohnt waren, z.B. Rituale und Regeln einhalten. Viele Umwege sind gefunden worden.

Viele schätzen die neuen digitalen Möglichkeiten, das Internet zu nützen, um in Verbindung zu bleiben und Wissenswertes zu erfahren.

Ich danke Ihnen allen für Ihren aktiven und verantwortungsvollen Einsatz für die Mitmenschen und für Ihr aktuelles und bürgernahes Handeln!

Maria Kusstatscher, Vorsitzende der Senioren im KVW

Die Regierung hat jetzt weitere Covid-Beschränkungen aufgehoben Was bedeutet dies für die Seniorenarbeit vor Ort?

Aufgrund der derzeitigen niedrigen Covid-Infektionen ist auch die Provinz Bozen von der Regierung als „Weiße Zone“ eingestuft worden. Deshalb gibt es zur Zeit eine Lockerung von verschiedenen Vorsichtsmaßnahmen.

- Begegnungen im Freien und in Räumen sind wieder erlaubt – unter Einhaltung von Abstandbestimmungen
- Spaziergänge und Wanderungen, Turnen im Freien, Gymnastikübungen, offenes Tanzen (ohne einander zu berühren)
- Fahrten, Kuraufenthalte, Besichtigung von Museen
- Treffen, Sitzungen, Vorträge, Weiterbildung
- der Besuch von Restaurants ist wieder möglich. Gegessen wird nur bei Tisch und mit Bedienung, keine Selbstbedienung bei Buffets.
- In Zügen und Autobussen werden die lockeren Sitzplätze gekennzeichnet.

Sowohl in Räumen, als auch im Freien, besteht Maskenpflicht, wenn der nötige Abstand von einem Meter nicht eingehalten werden kann.

An den Angeboten der Seniorenklubs können Menschen teilnehmen, die entweder auf das Virus negativ getestet sind, von der Krankheit genesen sind oder gegen einen schweren Verlauf der Krankheit geimpft sind.

Ab 1. Juli 2021 gilt der europäische Corona Pass



Die Bürgerinnen und Bürger bekommen in diesen Tagen eine **E-Mail** oder ein **SMS** vom **Gesundheitsministerium** in Rom mit den Anweisungen, wie sie den Corona Pass abrufen und aktivieren können, wozu es die Gesundheitskarte braucht. Das Zertifikat gilt als digitaler **Nachweis** dafür, dass man entweder gegen COVID-19 geimpft wurde oder negativ auf **Corona** getestet wurde, oder von der Corona-Erkrankung genesen ist. Die digitale Version kann man auf einem mobilen Gerät speichern. Es gibt auch eine **Papierfassung**. Beide Versionen weisen einen **QR-Code** mit zentralen Informationen sowie eine **digitale Unterschrift** auf. Weiter gültig bleiben auch die entsprechenden Zertifikate des Sanitätsbetriebs auf Papier. Wer mit dem Aktivieren Probleme hat, kann beim Vertrauensarzt oder in Apotheken um einen Ausdruck ersuchen.

Bei Fragen wenden Sie sich bitte an das KVV Seniorenbüro:
0471 309 175 oder senioren@kvv.org.

Online - Treffen mit Landeshauptmann Dr. Arno Kompatscher



Das Austauschtreffen mit Landeshauptmann Dr. Arno Kompatscher fand am Donnerstag, 9. April 2021 auf online-Weise statt. Maria Kusstatscher freute sich, dass das Treffen über Internet möglich war und begrüßte den Landeshauptmann und die zahlreichen Interessierten am Treffen. Sie hob hervor, dass es jetzt wichtig ist, in Dialog zu treten und im Hinblick auf die getroffenen Maßnahmen gute Aufarbeitung zu leisten. Bei den Entscheidungen, die im Frühjahr des vergangenen Jahres für die Senioren getroffen wurden, fehlte die Einbeziehung und Mitberatung der Betroffenen. Auch im Alter gehört die Freiheit der Entscheidung dazu. Der Landeshauptmann wurde informiert über die Ängste und Sorgen der SeniorenInnen. Viele fühlen sich einsam und haben Angst, wieder mit anderen Menschen in persönlichen Kontakt zu treten. Die Trennung der Senioren von den Enkelkindern hat die Familien schwer getroffen.

Landeshauptmann Dr. Arno Kompatscher bedankte sich seinerseits für das Treffen. „Wir mussten uns auf die Erkenntnisse der Forschung verlassen, und die erkannte ein sehr hohes Risiko für Senioren, am Virus „SARS COV 19“ zu erkranken und im schlimmsten Fall an dessen Folgen zu sterben“, so der Landeshauptmann. Alle Entscheidungen sind aus dem Gedanken heraus getroffen worden, Leben zu retten. Der Umgang mit dem Virus war und es ist ein ständiger Lernprozess, in dem wir uns befinden. Kompatscher nannte das Impfen und Testen als Hilfe, um wieder persönliche Kontakte möglich zu machen.

Von Seiten der anwesenden Mitarbeitenden in der KVW Seniorenarbeit gab es auch Anerkennung für die schwierige Arbeit des Landeshauptmannes und der Landesregierung in dieser unsicheren Zeit. Gelobt wurde seine ausgleichende Art und dass es gelungen ist, einen Mittelweg zwischen Hardlinern und zu großer Lockerung zu finden. Dr. Arno Kompatscher betonte: „In jeder Krise steckt auch eine Chance, die es zu nützen gilt. Wie das gehen kann, können wir von unseren Seniorinnen und Senioren lernen. Sie haben in ihrem Leben schon öfters schwierige Zeiten erlebt und erkennen, worauf es letztlich wirklich ankommt: auf bewusstes Leben, auf solidarisches Zusammenstehen und auf die Kunst der kleinen Schritte.“

Abschließend bedankte sich der Landeshauptmann bei den KVW SeniorenklubleiterInnen und Mitarbeitenden in der Seniorenarbeit für ihre wertvolle Arbeit und für den lebendigen und informativen Austausch.

Online - Treffen mit der Landesrätin Dr.in Waltraud Deeg

Am 24. Juni 2021 gab es ein online-Treffen mit der Landeshauptmann-Stellvertreterin, Dr. Waltraud Deeg. Sie ist Landesrätin für Familie, Senioren und Soziales. Wir trugen ihr unsere sozialen Anliegen vor.



- Treffen der Seniorenklubs: was ist jetzt – nach verschiedenen Lockerungen der Vorsichtsmaßnahmen und Beschränkungen wieder möglich? Wie sehen die derzeitigen Corona Bestimmungen aus?
- Die Online Dienste der öffentlichen Verwaltungen werden vereinfacht.
- Die Wichtigkeit der Nutzung der digitalen Medien wird vielen immer mehr bewusst. Der KVV bietet verschiedene Kurse dazu an. Unsere ehrenamtlichen Senioren-Online-Begleiter stehen mit Rat und Tat zur Seite. Anfragen um Vermittlung über das KVV Seniorenbüro.
- Der neue europäische Corona Pass wird den Bürgern zur Aktivierung zugesandt.
- Klagen über die überlasteten Patronate, die in dieser Corona-Zeit mit den vielen Ansuchen überfordert sind. Es sollte – wenigstens kurzzeitig - mehr Personal angestellt werden. Die Gelder dafür sollen von den Corona-Hilfen zur Verfügung gestellt werden.
- Die Seniorenbeiräte in den Gemeinden mögen als Sozial-Lotsen wertvolle Informationen und Adressen-Hinweise weitergeben.
- Generationen-übergreifende Projekte werden von einer Initiativgruppe mit Primar Andreas Conca geplant. Die Mitarbeit von älteren Menschen ist willkommen.
- Fragen zur Rentenversicherung von Müttern, die zuhause selbst ihre Kinder betreuen. LR Deeg verwies auf die Beiträge der Region für Mütter und für pflegende Angehörige.
- Es wurde geklagt, dass Hausärzte viel mehr Patienten übernehmen müssen, dass sie häufig in entfernten Orten angesiedelt sind und dass neue Zuweisungen von Patienten ohne Absprache einfach nur mitgeteilt werden. Viele neue eingesetzte Ärzte können die deutsche Sprache nicht.
- Die Impfung darf nicht zur Pflicht gemacht werden. Viele Menschen haben berechtigte gesundheitliche Gründe und Ängste.

Die Landeshauptmannstellvertreterin Waltraud Deeg ging auf die Punkte im Einzelnen ein. Im Anschluss präsentierte sie mittels einer Powerpoint Präsentation die Bemühungen der Landesgesetzgebung zum Thema „Aktives Altern“. Zudem betonte die Landesrätin, dass eigentlich die öffentliche Wahrnehmung des Alters mit der aktuellen Situation überhaupt nicht übereinstimmt. Alter wird in der Öffentlichkeit nur allzu leicht mit Gebrechlichkeit und Krankheit in Verbindung gebracht, was in keiner Weise der Realität entspricht. Lediglich 2,8 % der Senioren in Südtirol sind krank oder pflegebedürftig. „Es ist uns ein Anliegen, dass vermehrt das aktive Altern in den Mittelpunkt gerückt wird, so wie es die Mitarbeitenden in der KVV Seniorenarbeit vorleben“ so Landesrätin Deeg abschließend, die lobende Worte für den Einsatz der Seniorenklubmitarbeiter und der einzelnen MitarbeiterInnen in den KVV Interessensgruppen (Tanz, Bewegung usw.) fand.

Urlaub

„Der Urlaub kann Gelegenheit bieten,
zu sich selbst zu finden,
um mögliche Spuren Gottes im eigenen Leben zu entdecken:
im bewussten Wahrnehmen der Schönheiten der Natur,
im Erleben von Gemeinschaft,
beim Lesen eines guten Buches,
bei Spaziergängen und Wanderungen,
bei Sport und Unterhaltung,
bei stiller Rast in einer Kapelle
oder im Gottesdienst,
in guten Gesprächen.

Ich wünsche Ihnen eine erholsame Zeit,
in der Sie in der Begegnung mit Gott und den Menschen
Erholung an Leib und Seele finden.“

Bischof Karl Golser
in einem Folder – aufgelegt in den Kirchen



Senioren helfen Senioren sich in der digitalen Welt zurechtzufinden. Für viele scheint es sich beim Handy noch um ein Buch mit sieben Siegeln zu handeln, dabei können wir Abhilfe schaffen. Unsere freiwilligen Senior Online Begleiter helfen Ihnen vor Ort oder am Telefon bei Fragen zur Bedienung am Handy und Laptop. Bei Fragen wenden Sie sich bitte an das KVV Seniorenbüro: 0471 309 175 oder senioren@kvw.org

Wir suchen Verstärkung für unsere Senior ONLINE BegleiterInnen. Wer also einiges an Wissen über Smartphone & Co. mitbringt und gerne Senioren diese Welt näher bringt, der melde sich beim KVV Seniorenbüro unter der Rufnummer 0471 309 175 oder mittels E-Mail an senioren@kvw.org

SPID

Die digitale Identität, kurz auch SPID genannt, wird immer mehr genutzt für verschiedene ONLINE Dienste, die im täglichen Umgang mit der öffentlichen Verwaltung an Bedeutung gewinnen. Unsere Senior ONLINE BegleiterInnen sind auch bei der Erstellung von SPID behilflich.

EGA

Elektronische-Gesundheits-Akte

Gesundheitsakte (EGA)“

Die Autonome Provinz Bozen-Südtirol hat in Zusammenarbeit mit dem Südtiroler Sanitätsbetrieb und der Südtiroler Informatik AG das neue Online-Instrument „Elektronische

aktiviert. Dort stehen Ihre medizinischen Daten und Dokumente für Sie selbst und auch für Ärzte und medizinisches Fachpersonal, das Sie in Behandlung nimmt, zur Einsichtnahme.

Informationen erteilen das KVV Seniorenbüro
oder
die Mitarbeiterinnen der KVV Bildung in den Bezirksbüros.



KVV Bildung

In der neuen KVV-Bildungsbroschüre sind wieder viele interessante Angebote zu finden.



Krafrituale in der Natur: Veränderungen meistern, Krisen bewältigen, Erfolge feiern

von Volker Peters,
Schirner Verlag

Sich erden, das innere Feuer neu entfachen oder einfach pure Lebensfreude zum Ausdruck bringen: Krafrituale machen es möglich.

Südtirol auf Schusters Rappen entdecken – Wandern mit Senioren

Der Sommer ist die Zeit um an die frische Luft zu gehen. Das Wandern gehört mittlerweile zu den Trends, immerhin es ist gesund und fördert gleichzeitig die Gemeinschaft und das Wohlbefinden. Auf der Internetseite www.altoadigepertutti.it/de/wanderungen-suedtirol gibt es wertvolle Tipps für Seniorenwanderungen in Südtirol.

Südtirol – deine Museen

Südtirol ist reich an Geschichte und Kultur und damit zusammenhängend natürlich an Museen, die auf eindrucksvolle Weise Zeugnis geben von längst vergangenen Zeiten. Tipps für Museumsbesuche gibt es auf der Internetseite der Autonomen Provinz Bozen/Südtirol unter: <https://www.provinz.bz.it/kunst-kultur/museen/museen-in-suedtirol.asp>

Leiten Sie bitte die **Senioren-Rundschreiben** an Interessierte weiter!

Einzelne Seiten können Sie in Ihr Schaufenster hängen oder den Senioren mitgeben.

Herausgeber:

KVW Senioren Büro
Tel. 0471 309 175;

Verfasser: Maria Kußtatscher & Richard Kienzl

Pfarrplatz 31, 39100 Bozen

senioren@kvw.org

www.kvw.org/senioren