

## Programm des Seniorenrates in der neuen Normalität

Die Ansteckungszahlen durch Corona sind markant zurückgegangen. Dies erlaubte dem Bunderat, wesentliche Lockerungen zurück ins normale Leben zu verfügen.

Wir freuen uns, dass wir ein Stück soziales Leben zurück erhalten. Willkommen in der neuen Normalität. Mit dem Datum vom 8. Juni startet auch der Seniorenrat mit dem vollen Programm. Selbstverständlich sind dabei die vom BAG verfügbaren Schutzmassnahmen einzuhalten. Auf der Rückseite finden Sie das vom Seniorenrat erstellte Schutzkonzept.

Über die detaillierten Angebote informieren Sie sich bitte immer aktuell auf unserer Homepage [senioren-wuerenlingen.ch](http://senioren-wuerenlingen.ch)

### Start der Aktivitäten ab dem 8. Juni 2020

#### Dienstleitungen von Senioren-helfen Senioren

Über die Hotline des Seniorenrates haben Sie Zugang zu allen Dienstleistungen des Seniorenrates.

#### 076 535 00 11.

- Fahrdienst
- Besuchsdienst
- Begleitung zu Amtsgeschäften
- Hilfe beim Ausfüllen von Formularen
- Postdienst
- Unterstützung für einfache Arbeiten

#### Postdienst

Der Einkaufsdienst wird wieder durch die Senioren wahrgenommen.

*Während der Coronazeit haben sich freiwillige junge Personen aus Würenlingen zur Verfügung gestellt, den Postdienst zum Schutz der Senioren zu übernehmen. Wir danken ganz herzlich für diese Bereitschaft.*

#### Frauenkafi

Der Frauenkafi-Treff startet wieder am Donnerstag, 25. Juni, 9.30 bis 11 Uhr im „Café Mina“.  
Alle übrigen Termine gemäss Jahresprogramm.

#### Exkursionen

Die Exkursionen starten gemäss Programm mit dem **Ausflug ins Bärenland von Arosa am 20. August.**

Bitte beachten Sie den Anmeldeschluss vom 5. August 2020.

Am **29. Oktober findet der Tagesausflug in die Kerzenmanufaktur**

**Hongler** in Altstätten (SG) statt.

Bitte beachten Sie den Anmeldeschluss vom 15. Oktober 2020.

#### Yoga

Die Yoga-Lektionen starten (ferienbedingte Abwesenheit der Leiterin) erst nach den Sommerferien gemäss Jahresprogramm.

#### Turnen für Alle

Am Freitag, 12. Juni starten die Turnstunden gemäss Jahresprogramm.  
Die Teilnehmenden werden gebeten, ein Handtuch mitzubringen.

#### Velotouren

Am Dienstag, 16. Juni, startet das Velotourenprogramm gemäss Jahresprogramm im Internet.

#### Töfftouren

Am Montag, 8. Juni, (Gruppe 1) und Montag, 22. Juni, (Gruppe 2) startet das Töfftourenprogramm gemäss Jahresprogramm in Internet.

#### Pro Senectute Ortsvertretung

Die Arbeiten der Pro Senectute Aargau werden durch die Ortsvertretung in der Wohngemeinde unterstützt, welche ein wichtiges Bindeglied zwischen den Ein-

wohnern, der Gemeinde und den Beratungsstellen der Pro Senectute ist.

In Würenlingen haben **Silvia Schwendimann** und **Erika Sinnig** im Sommer 2019 als Nachfolge von Sabine Merki die Ortsvertretung übernommen. Sie verbinden die Altersarbeit in der Gemeinde und helfen mit, die Zufriedenheit und Lebensqualität der älteren Menschen zu verbessern. Ihre Hauptaufgabe ist der Geburtstagsbesuch bei den 75-jährigen Einwohnerinnen und Einwohnern. Sie überbringen den Jubilaren eine Lupe und zwei Flaschen Wein. Beim persönlichen Gespräch zeigen sie die Angebote der Pro Senectute, des Seniorenrates 60plus und der Frauengemeinschaft auf, und geben dazu Unterlagen ab. Weiter informieren sie über die Dienstleistungen der Spitex, den Mahlzeitendienst

und die Regelungen des Altersheims. Sie beantworten Fragen oder leiten die Anliegen der Senioren an die entsprechende Stelle zur Bearbeitung weiter. Dies bedingt, dass die Ortsvertreterinnen mit allen Akteuren der Altersarbeit der Gemeinde bestens vernetzt sind und alle Institutionen kennen.

### **Geburtstagsbesuche**

Silvia Schwendimann und Erika Sinnig führen die Geburtstagsbesuche mit grosser Freude aus. Ihnen ist der Umgang und der Kontakt mit älteren Menschen sehr wichtig. Im Jahr 2020 werden sie ca. 40 Jubilare besuchen. Sie arbeiten selbständig und können die Besuche flexibel organisieren.

Sie helfen mit bei der Mithilfe jährlichen Pro Senectute Herbstsammlung.

### **Ehrenamtliche Tätigkeit**

Die Ortsvertreterinnen arbeiten ehrenamtlich. Sie besuchen einen Einführungskurs und werden von einer Fachperson der Beratungsstelle Bezirk Baden betreut. Pro Senectute lädt zwei Mal jährlich zu einem Informationsanlass ein mit anschliessendem Nachtessen.

Silvia Schwendimann engagiert sich auch im Seniorenrat und betreut den monatlichen Frauenkafi-Treff. Weiter besucht sie wöchentlich eine Seniorin für einen Spielnachmittag oder organisiert eine Gruppe für eine Jassrunde.

Der Seniorenrat dankt Silvia Schwendimann und Erika Sinnig, für deren Engagement für die älteren Menschen in unserer Gemeinde und freut sich, weiterhin auf die freiwilligen Einsätze zählen zu dürfen.

## **Corona-Schutzkonzept**

### **Voraussetzungen generell**

Als Veranstalter sind wir in der Pflicht, dafür zu sorgen:

- dass die Distanzen zwischen den Personen eingehalten werden und
- dass für jede Veranstaltung eine Kontaktliste erstellt wird zur Rückverfolgung bei einer Infektion.
- Kann die Distanz von 2 Metern über längere Zeit nicht garantiert werden, (zum Beispiel Transporte) so sind die Teilnehmenden angehalten, eine Maske zu tragen.

### **Grundsätzlich**

- Personen mit Krankheitssymptomen dürfen an den Veranstaltungen nicht teilnehmen.
- Es liegt in der Eigenverantwortung jedes einzelnen, die Weisungen und Empfehlungen des BAG zu befolgen.

### **Begrüssung und Verabschiedung**

- auf eine Distanz von 2 Metern, ohne Handschlag.

### **Präsenzliste**

- Die Gruppenverantwortlichen erstellen zu Beginn eine Teilnehmerliste.
- Die Liste wird 14 Tage bei aufbewahrt.

### **Restaurantbesuch**

- Beim gemeinsamen Restaurantbesuch wird die Teilnehmerliste dem Wirt übergeben.

### **Yoga und Turnen für Alle**

- Während der Yogalektion, resp. Turnstunde ist darauf zu achten, dass die Abstände eingehalten werden können.
- In der Turnstunde sind Kontaktspiele und Partnerübungen sind vorerst zu unterlassen.
- Wenn sich jemand unsicher fühlt, soll er ungeniert eine Maske tragen.

### **Desinfektionsmittel**

- Der Seniorenrat stellt jeder Leiterin und jedem Fahrer ein Flacon Desinfektionsmittel zur Verfügung.

### **Duschen**

- In der Garderobe sind die Abstände einzuhalten.
- Es wird empfohlen, sich zu Hause umzuziehen und zu duschen.

### **Fahrdienst für Seniorinnen und Senioren**

- Bei den meisten Transporten wird eine Abstandsregel von 2 Metern nur schwer einzuhalten sein.
- Deshalb darf die zu transportierende Person durch den Fahrer gebeten werden, einen Mund-Nasenschutz zu tragen.
- Die zu befördernde Person ist für den eigenen Mundschutz verantwortlich.

### **Senioren-helfen-Senioren**

*Die Angebote der „Kümmerer“-Gruppe werden wie im Jahresprogramm weitergeführt. Es gibt folgende Anpassungen bei:*