

Gemeinsam mit den Generationen 60+

vielfALT



Die Scham an der Garderobe abgeben, sich trauen, Kontakt aufzunehmen

Bild: freepick.com

Zu viele Rentner zögern, sich mit Pro Senectute Valais-Wallis oder anderen Hilfsangeboten in Verbindung zu setzen. Dabei beantwortet die Stiftung zahlreiche Fragen und hilft bei der Lösung vieler Probleme. All dies geschieht anonym und wohlwollend.

Martine hat sich ihren Ruhestand anders vorgestellt. Sie dachte, diese neue «Freiheit» mit Treffen mit Freunden, Spaziergängen, Theater- und Kinobesuchen zu geniessen... Mit 64 Jahren sieht die Realität anders aus. Wie für 46 000 Rentner in der Schweiz ist es für Martine schwierig, über die Runden zu kommen. «Mit 2200 Franken im Monat kann man nicht angemessen leben», sagt sie. Freilich hat sie von Pro Senectute Valais-Wallis gehört, zögert jedoch, sich an die Stiftung zu wenden. «Dorthin zu gehen birgt das Risiko, als Versagerin zu gelten.»

Sich über seine Rechte informieren

Pascal fragt sich, wie die Formalitäten für den Eintritt seines Vaters in ein Alters- und Pflegeheim anzugehen sind. Während Nicolas sich Sorgen um die Übernahme seiner Krankheitskosten macht, kann Jacqueline bestimmte Hausarbeiten nicht mehr durchführen. Lucie wohnt in einem Weiler in den Bergen und hat kaum Transportmöglichkeiten, und Jean-Pascal fühlt sich mit den vielen Online-Diensten überfordert. Oftmals ist die Unterstützung der Angehörigen unzureichend. Alle haben die gleiche Zurückhaltung wie Martine. Es ist nicht leicht, die Schwelle einer Sozialberatungsstelle zu überschreiten.

«Dieses Schamgefühl ist nicht angebracht! Jeder muss die Möglichkeit haben, sich zu erkundigen. Wir sind dazu da, die Menschen zu informieren und ihnen Zugang zu den Leis-

tungen zu verschaffen, auf die sie Anspruch haben», sagt Karine Blanc, Sozialarbeiterin bei Pro Senectute Valais-Wallis in Sitten.

«Viele kennen den Umfang unserer Leistungen nicht und wissen nicht, dass Dienstleistungen, Beratung und Unterstützung kostenlos sind und dass die Anonymität gewährleistet ist», betont Caroline Kreuzer, ihre Kollegin aus Brig. «Jacqueline und Lucie bieten wir unseren Hauswart-Service zur Lösung der kleinen Probleme des Alltags an oder verweisen sie auf geeignete Angebote. Mit Nicolas und Pascal prüfen wir verschiedene Lösungen. Jean-Pascal bieten wir konkrete administrative Hilfe an. Wir



«Seine Rechte zu kennen und sie in Anspruch zu nehmen, bedeutet, sich die Mittel zu verschaffen, um Herr über sein Leben zu bleiben!»

Karine Blanc

unterstützen ebenfalls betreuende Angehörige usw.».

Sich in einem komplexen Sozialsystem zurechtfinden

In der Schweiz ist das System der sozialen Sicherheit zwar gut ausgebaut, aber so komplex, dass der Durchschnittsbürger den Überblick verliert. «Es ist tatsächlich ziemlich kompliziert. Es gibt verschiedene Arten von Versicherungen und eine Vielzahl von Hilfen. Pro Senectute ist dazu da, eine Bestandaufnahme der Situation zu machen und festzustellen, ob und welche Hilfen man beanspruchen kann. Seine Rechte zu kennen und sie in Anspruch zu nehmen, bedeutet, sich die Mittel zu verschaffen, um Herr über sein Leben zu bleiben!», sagt Karine Blanc.

Die Stiftung unterstützt Menschen ab dem AHV-Alter bis zu 90 Jahren und darüber hinaus. Es gibt kein typisches Profil der Menschen, die eine Beratung in Anspruch nehmen. Allerdings



«Viele kennen den Umfang unserer Leistungen nicht und wissen nicht, dass Dienstleistungen, Beratung und Unterstützung kostenlos sind und dass die Anonymität gewährleistet ist.»

Caroline Kreuzer

sind Frauen häufiger vertreten. Geringere Löhne als Männer, Teilzeitarbeit wegen Kindererziehung, ihre AHV ist geringer und die zweite Säule kaum vorhanden. «Das derzeitige System wurde von Männern für eine sehr traditionelle Familie mit der Frau zu Hause konzipiert. Diese Ungleichheit widerspiegelt sich in den ausbezahlten Leistungen. Glücklicherweise wurden einige Korrekturen vorgenommen. Insbesondere das Einkommenssplitting für die Berechnung der AHV-Renten und die Gutschrift für Erziehungsaufgaben.» Zuweilen kann eine Beratung hilfreich sein, um die Situation neu zu beurteilen.

Treffen Sie sich mit Fachleuten, die für die Hilfsangebote im Alter ausgebildet sind

Die häufigsten Anfragen werden anlässlich von Schlüsselmomenten des Lebens gestellt. «Wir werden oft bei gesundheitlichen Problemen, Witwenschaft oder dem Eintritt in ein Pflegeheim aufgesucht. Auch der Übergang in den Ruhestand ist eine große Veränderung, die in der Regel mit einem geringeren Einkommen einhergeht. Die Rente kann einen Umzug erforderlich machen. Eine genaue Analyse ergibt häufig den Anspruch zu einer Unterstützung, die den Verbleib in der Wohnung ermöglicht», sagt Caroline Kreuzer.

Karine Blanc und Caroline Kreuzer weisen darauf hin, dass die Vorgehensweise immer mit dem Einverständnis der Person erfolgt und von Wohlwollen und Respekt geprägt ist. Motiv dazu, nicht mehr zu zögern, sich mit den bestehenden Beratungsstellen in Verbindung zu setzen. Diese sind von Fachleuten besetzt, die im Umgang mit den Hilfsangeboten für ältere Menschen ausgebildet sind. fm

«Jedes Leben ist eine Erfahrung. Je mehr Du erfährst, desto mehr lebst Du.»

Ralph Waldo Emerson



IDA HÄFLIGER

Soziokulturelle Animatorin

Und nun?

Nachdem ich 15 Jahre bei Pro Senectute im Oberwallis für Bildung und Aktivitäten verantwortlich war, bin ich nun pensioniert und gehöre zu den Generationen 60+, die bald 25% der Walliser Bevölkerung ausmachen.

Was mich in all den Jahren beeindruckte und sich immer wieder bestätigte: Die Biografien, Erfahrungen und Lebensumstände sind individuell, man kann nicht vom «typischen» Menschen 60+ sprechen. Doch ein Wunsch verbindet uns alle: bis ins höchste Alter als mitgestaltendes und wertgeschätztes Mitglied der Gesellschaft leben zu können.

Nun genieße ich den neuen Lebensabschnitt und kann, wie alle Menschen 60+, am Angebot an Aktivitäten, Kultur und Sport von Pro Senectute teilnehmen.

Wir können nicht in die Zukunft sehen – aber sollte ich irgendwann Unterstützung im Alltag brauchen, sei es für mich oder Angehörige 60+, werde ich mich an die Sozialberatung von Pro Senectute wenden. Wir, die Generationen 60+, haben im Lauf der Zeit andere Menschen begleitet und unterstützt und tun dies weiterhin, z.B. bei der Enkelbetreuung und in der Freiwilligenarbeit. Wenn es nötig wird, haben auch wir selber das Recht auf Unterstützung. Ich werde mich also informieren und Hilfe annehmen, wenn ich sie brauche.

Nun blicke ich erwartungsvoll und zuversichtlich in die Zukunft und widme mich neben dem politischen und gesellschaftlichen Engagement meinen Leidenschaften: Meinen Liebsten, Lesen, Chorgesang, Geschichten erzählen, thematische Führungen in Visp und ab und zu schlüpfte ich in andere Rollen...

Ida Häfliger

Soziokulturelle Animatorin

ZEITGESCHEHEN



Bewegung...

Wer sich regelmässig körperlich betätigt, hält sich fit. Die Sendung «Gymnastik im Wohnzimmer» bietet Seniorinnen und Senioren die Möglichkeit, direkt von ihrem Wohnzimmer aus an einer Gymnastikstunde teilzunehmen. Die Sendung wird täglich von Montag bis Sonntag um 10 Uhr auf dem Lokalsender Kanal9 ausgestrahlt. Jede Bewegung zählt!

... und Kultur

Die Mediathek Wallis-Brig veranstaltet regelmässige Filmvorführungen im Grünwaldsaal in Brig. Das «Cinema am Nachmittag» wendet sich an alle, die es schätzen, in Gemeinschaft einen guten Film zu sehen. In der Pause verwöhnt unser café weri Sie mit Kaffee und Kuchen zum Pauschalpreis von CHF 5.50. www.mediathek.ch oder 027 607 15 00

Partner



DGSK Dienststelle für Sozialwesen



Walliser Verband der Rentner

PRO SENECTUTE
GEMEINSAM STÄRKER