



Verein Altersnetzwerk
REGION GANTRISCH

Jahresbericht 2023



Editorial

Während der Laufzeit des Programms Socius 2 ist es gelungen, den Verein zu etablieren und ein solides Fundament aufzubauen. Das Interesse an einer Mitgliedschaft hat die Erwartungen übertroffen, so sind zwei weitere Gemeinden, verschiedene Kirchgemeinden und sogar das Spital Riggisberg Mitglieder geworden. Die Tatsache, dass im Vereinsgebiet fünf öffentliche Spitexorganisationen zuständig sind und die Pro Senectute Fachstellen in der Nähe von Bern oder in Thun angesiedelt sind, verdeutlicht, wie wichtig eine regionale Anlaufstelle ist.

Grundsätzlich orientieren sich Vorstand und Altersbeauftragte in ihrem Tun an der Vision aus dem Altersleitbild: «SeniorInnen kennen die für sie relevanten Angebote und sind Teil von tragenden sozialen Netzwerken». Diese Vision entspricht einer caring community. Den englischen Begriff verwendet das Altersnetzwerk als «umsorgt älter werden». Umsorgt nicht im Sinne von «bevormundet» sondern von Selbstsorge und generationenübergreifender Unterstützung.

Sicher sind wir von dieser Vision nach zwei Betriebsjahren noch weit entfernt. Die Auswertung von Fragebogen und Interviews zeigen aber, dass die Arbeit des Altersnetzwerks im Unterstützungssystem erste Wirkungen zeigt. Mit dem Projekt «Neue Ansätze in der Altersarbeit», welches von der RKBM unterstützt wird und 2024 startet, will der Verein sein Engagement weiter vertiefen.

Wir möchten uns an dieser Stelle herzlich bei Ihnen für Ihr engagiertes Mittragen und Mitwirken bedanken. Wir sind uns bewusst, dass eine regional koordinierte Altersarbeit nur dann an die Hand genommen werden kann, wenn sie auf lokaler Ebene mitgetragen wird. Wir freuen uns mit Ihnen den eingeschlagenen Weg weiterzugehen und weiterhin gemeinsam unterwegs zu sein.

Herzlich, Andrea Spring und Markus Becker, Co Präsidium



Verein Altersnetzwerk Region Gantrisch

Mitglieder

Im Berichtsjahr konnten die Gemeinden Oberbalm und Burgstein, die Kirchgemeinden Riggisberg und Rüeggisberg, das Spital Riggisberg sowie der Riggishof als neue Vereinsmitglieder gewonnen werden. Ursula Hirter dürfen wir als Einzelmitglied im Verein begrüßen.

Mitgliederversammlung 4. Mai 2023

Die Mitgliederversammlung wurde in Riggisberg durchgeführt.

Die traktandierten Anträge wurden einstimmig genehmigt.





Verein Altersnetzwerk Region Gantrisch

Vorstandsarbeit

Der Vorstand hat sich im Berichtsjahr zu sieben Vorstandssitzungen getroffen. Der sechsköpfige Vereinsvorstand übernimmt viele Abklärungen, leistet Öffentlichkeitsarbeit, führt die Vereinsbuchhaltung und erstellt Dokumente für das Programm Socius 2. Mit Ausnahme von Sitzungsgeldern wird diese Arbeit nicht vergütet. Die gemeinsame Vorstandstätigkeit entspricht ungefähr 20 % Stellenprozenten.

Vorstandsmitglieder 2023

Christian Heimberg,

Sozialkommission Schwarzenburg;

Sandra Wittwer,

Gemeinderätin Riggisberg;

Andrea Spring, Co-Präsidentin;

Kathrin Sauter,

Gemeinderätin Schwarzenburg;

Markus Becker, Co-Präsident;

Therese Brunner, Bildungs- und Sozialkommission Toffen (nicht auf dem Bild)





Verein Altersnetzwerk Region Gantrisch

Altersbeauftragte

Die Altersbeauftragte Lisa Loretan führt die Informations- und Koordinationsstelle in einem Anstellungsverhältnis von 40 Stellenprozent. Nach wie vor wurde das Ziel des sorgfältigen Aufbaus und Bekanntmachen dieser Stelle auch im zweiten «Betriebsjahr» weiterverfolgt.





Verein Altersnetzwerk
REGION GANTRISCH

Informations- und Koordinationsstelle

Niederschwellige Anlaufstelle: informativ, beratend, begleitend

Dass man sich bei einer zentralen, neutralen Stelle melden kann und dann kostenlos Auskunft und Beratung zu Altersfragen erhält, gab es vorher in der Region nicht. Das Wirken zeigt erste Erfolge, vermehrt nehmen ältere Personen und vor allem Angehörige Kontakt mit der Altersbeauftragten auf und lassen sich beraten. Die thematisch breiten Anfragen haben in den ersten zwei Betriebsjahren kontinuierlich zugenommen. Je nach Situation wird ein passender Kontakt direkt vermittelt, sei es für Hilfe im Haushalt, Fahrdienst, Wohnen im Alter oder auch um betreuende Angehörige zu entlasten.





Informations- und Koordinationsstelle

Aufsuchende Altersarbeit

Seniorinnen und Senioren persönlich kennenzulernen gelang Lisa Loretan dadurch, dass sie an verschiedenen Seniorennachmittagen, Senioren-Mittagessen oder Besuchsnachmittagen in der ganzen Region Gantrisch teilgenommen hat. Die Idee dahinter ist, dass wenn die älteren Menschen Lisa Loretan persönlich kennenlernen, sie wahrscheinlich eher daran denken, die Altersbeauftragte zu kontaktieren, wenn sie einmal Unterstützung benötigen.



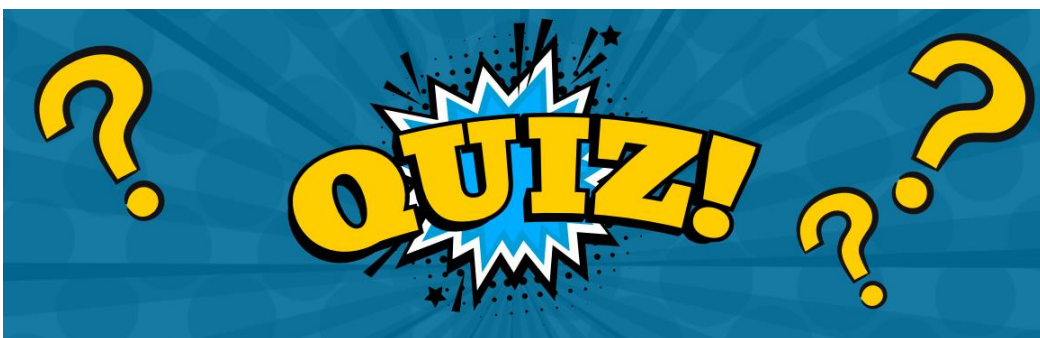


Informations- und Koordinationsstelle

Alters- und Jugendarbeit

Als sehr wertvoll hat sich der Kontakt zur Jugendarbeit Boxfish erwiesen. Seit Herbst 2022 teilt die Altersbeauftragte das Büro mit der Jugendarbeit. Die Altersbeauftragte und der Leiter der Kinder- und Jugendfachstelle, Matthias Zbinden, treffen sich in regelmässigen Abständen zu einem Austausch, mit dem Ziel Generationenthemen gemeinsam anzupacken.

Das Projekt «Kommunikation» wurde bereits 2022 gestartet. Jetzt gelangt es mit dem «Quiz» in die nächste Runde: die Jugendlichen haben Sätze in Jugendsprache aufgeschrieben, welche von Seniorinnen und Senioren entziffert werden können.





Informations- und Koordinationsstelle

Alters- und Jugendarbeit

Das Altersnetzwerk besuchte im Berichtsjahr zusammen mit der Jugendarbeit eine Schule, wo sich Jung und Alt in einer verlängerten grossen Pause über das Thema Sprache verständigen konnten. Die Jugendlichen erfuhren etwa, was das kaum mehr präsente Wort «Pfifouter» bedeutet (Schmetterling), die Senioren lernten das Jugendwort «cringe» (peinlich, zum Fremdschämen). Ein sehr gelungener Anlass, über den auch die Lokalmedien berichteten.



In Kaufdorf wurde das Projekt des Generationenmittagstisch lanciert, bei dem sich ältere Menschen zu den Schülerinnen und Schülern der Tagesschule gesellen konnten. Wer weiss, vielleicht ergaben sich Kontakte für später einmal, wenn jemand Hilfe braucht, um Holz fürs Heizen ins Haus zu holen oder beim Rasenmähen.

Neu:

in Kaufdorf  *Generationen-*
Mittagstisch

Am Generationen-Mittagstisch steht das **unkomplizierte Miteinander** im Zentrum, zusammen essen, plaudern, lachen, spielen, Geschichten vorlesen und Zeit verbringen. Die **Tagesschule Kaufdorf** kocht eine ausgewogene Mahlzeit. In lebendigem Umfeld **isst** es sich **geselliger!**

Allen **U-60-jährigen Kaufdorferinnen und Kaufdorfer** steht der Generationen-Mittagstisch offen.

Ab Januar 2023, jeweils am Montag, ab 11.45h, in der Tagesschule Kaufdorf (im Saal vom Gemeindehaus)

Essensbon à CHF 10.- vorgängig auf der Gemeindeverwaltung kaufen.

Anmelden bis am Freitag der Vorwoche bei Pia Wächli per **Telefon 079 675 04 36**







Informations- und Koordinationsstelle

Regionales Austauschtreffen

Mit der Fachstelle 60+ von Spiez, der Altersbeauftragten Frutigland, der Verantwortlichen für Generationen der Stadt Thun sowie der Altersbeauftragten Grosshöchstetten wurde der Erfahrungsaustausch intensiviert. Der gegenseitige Informations- und Wissenstransfer wird sehr geschätzt und hilft in der täglichen Arbeit.



Angebotsplattform Franz&Vroni

Seit August 2022 ist die interaktive Angebotsplattform online und enthält bereits über 150 Angebote. Auswertungen der Franz&Vroni Webseite zeigen, dass seit der Lancierung insgesamt rund 3'600 Personen (verschiedene IP-Adressen) die Seite aufgerufen haben. Die Besuchenden bleiben durchschnittlich 4 Minuten auf der Franz & Vroni Webseite. Das ist eine lange Verweildauer auf einer Webseite und bedeutet, dass die Besuchenden auf der Plattform relevante Informationen finden. Die meisten Besucher kommen aus den grossen Agglomerationen, dabei handelt es sich eventuell um Angehörige, welche Angebote für Verwandte im Gantrischgebiet suchen.

Erstaunlich viele Besucher nutzen den Angebotsfinder. Sei dies über den Entscheidungsbaum (Decision Tree, 919 Besucher) oder andere Funktionen des Angebotsfinders (660 Besucher). Der Angebotsfinder hilft Angehörigen und SeniorInnen herauszufinden, welche Angebote in ihrem konkreten Fall Entlastung bieten könnten. Auch die anonymisierten Erlebnisberichte werden gelesen.

www.franzundvroni.ch

FRANZ & VRONI

Über uns

Angebote

Erfahrungen

Häufige Fragen

Angebotsfinder



Umsorgt älter werden in der Region Gantrisch

Mit Franz & Vroni finden ältere Menschen und ihre Angehörigen Angebote zu Betreuung und Pflege, Unterstützung im Alltag, Transport und Freizeitgestaltung.



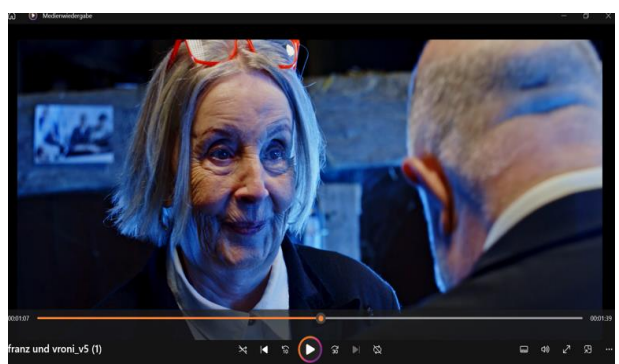
Angebotsplattform Franz&Vroni

Die Domicura AG und das Altersnetzwerk haben 2023 in Zusammenarbeit mit der Berner Fachhochschule (Institut Alter und Institution Gesundheit) den Angebotsfinder grundlegend überarbeitet und weiterentwickelt. Er basiert nun auf dem Lebensqualitätsmodell von Curaviva und dem Phasenmodell Betreuung. Die Überarbeitung wurde vom Verein Alpinfra mit CHF 70'000.00 unterstützt.

Film Franz&Vroni

Die Dreharbeiten für den Film fanden auf dem Hof Muriboden in Riggisberg statt. Zwei professionelle Schauspieler konnten für die Rollen von Franz und Vroni gewonnen werden. In Zusammenarbeit mit dem Regisseur erstellte der Verein das Drehbuch. Eine eingespielte Crew für Ton, Licht und Aufnahme drehte den Film in einem Tag. Anlässlich der Mitgliederversammlung wurde der Film als Premiere gezeigt. Auf Youtube ist er über folgenden Link einsehbar:

[Umsorgt älter werden in der Region Gantrisch](https://www.youtube.com/watch?v=...) (youtube.com)





Vernetzung und Koordination

ProSenectute und das Generationehuus Schwarzenburg organisierten in Zusammenarbeit mit der Ludothek Schwarzenburg, der Kirchgemeinde Schwarzenburg und dem Verein Altersnetzwerk Gantrisch einen Anlass zum Thema «Spielend älter werden». Nach einem kurzen Input zu geistiger Aktivität wurde anschliessend gemeinsam gespielt und ein Zvieri gegessen.

Zusammen mit der Spitex Gantrisch war der Verein Altersnetzwerk Gantrisch Ende Juni mit einem Stand am Sommermärit in Kühlewil anzutreffen. Interessierte Besucher nutzten die Gelegenheit, sich über unsere Arbeit und unser Wirken zu informieren.

Beim Themenabend in Oberbalm stand das Älterwerden in der Region im Fokus. Da war eine Vertreterin des Naturparks Gantrisch anwesend und beschrieb die Möglichkeiten, sich ehrenamtlich zu betätigen. Lisa Loretan stellte den Verein sowie die niederschwellige Informations- und Koordinationsstelle vor.





Vernetzung und Koordination

Die dreiteilige Veranstaltungsreihe in Kühlewil zeigt beispielhaft wirkungsvolle Vernetzung von regionaler und lokaler Altersarbeit: Zusammen mit den Gemeinden Wald, Niedermuhlern und Oberbalm, den Kirchgemeinden Zimmerwald und Oberbalm sowie dem Alters- und Pflegeheim Kühlewil organisierte der Verein Altersnetzwerk Region Gantrisch drei Themennachmittage, welche gemeinsam mit der Spitex Region Gantrisch, Pro Senectute Kanton Bern, Alzheimer Bern, Selbsthilfe Bern sowie dem Team Sunneschyn durchgeführt wurden. Die gut besuchte Veranstaltungsreihe widmete sich den Themen Hilfe annehmen, Sturzprävention und Demenz.





Vernetzung und Koordination

Die Gemeinde Schwarzenburg, die Kirchgemeinde Schwarzenburg und die Spitex Schwarzenburgerland erstellen zusammen mit dem Verein Altersnetzwerk Gantrisch einen gemeinsamen Flyer, welcher einerseits als Instrument für die Mitarbeitenden der Spitex dient, damit sie die gängigsten Angebote 'zur Hand' haben, welcher aber auch als Rechnungsbeilage an die Klientinnen und Klienten der Spitex verschickt wird.

Verein Altersnetzwerk
REGION GANTRISCH

UMSORGT ÄLTER WERDEN

In Gesellschaft essen, schmeckt besser. Den Besuchsdienst als Bereicherung im Alltag erleben oder einfach mal reden: Untenstehende Angebote finden regelmässig statt oder können in Anspruch genommen werden. Am besten einfach ausprobieren!

Besuchsdienst ref. Kirchgemeinde Schwarzenburg:
031 731 28 88 / 031 731 42 09

SRK-Besuchsdienst: 031 384 02 17
Einfach mal reden: 0800 890 890 / www.malreden.ch

Mittagstisch Kirchgemeinde Schwarzenburg: 031 731 28 88
Essen und Trinken im Cafe Bourg, Pflegezentrum: 031 734 35 35
Offener Mittagstisch Ar Sunnsyde: 031 734 13 15

Weitere Informationen:
Altersbeauftragte der Region Gantrisch: 078 422 15 93
Franz&Vroni: www.franzundvroni.ch

UMSORGT ÄLTER WERDEN in der Region Gantrisch: Der Verein Altersnetzwerk Region Gantrisch setzt sich dafür ein, dass Seniorinnen und Senioren möglichst lange selbständig zu Hause wohnen können.





Vernetzung und Koordination

Versand-Aktion Gesundheitsfragebogen mit Pro Senectute

Damit Seniorinnen und Senioren möglichst aktiv und selbstbestimmend in ihrem Zuhause leben können, ist es wichtig, dass sie wissen, was sie zu Hause tun können, um ihre Gesundheit zu erhalten.

Mit dem Versand eines Fragebogens wollen wir die Einwohnerinnen und Einwohner mit Jahrgang 1943 und älter zum Nachdenken über ihre eigene Gesundheit anregen. Der Gesundheitsfragebogen kann von ihnen ausgefüllt und an ProSenectute eingeschickt werden. Eine spezialisierte Pflegefachfrau berät sie anschliessend zu körperlichen, seelischen und sozialen Gesundheitsthemen. Die Versandaktion wurde in den Gemeinden Rüeggisberg, Toffen und Rüscheegg durchgeführt. Pro Senectute wertete den Rücklauf aus und erstellte einen Bericht mit Handlungsempfehlungen.

PRO
SENECTUTE
SENIORINEN STÄRKER

PRO
SENECTUTE
SENIORINEN STÄRKER



Auswertungsbericht 2023
Fragebogen-Versand zu Gesundheitsthemen

Befragung von Personen mit Jahrgang 1943 aus den
Einwohnergemeinden **Toffen, Rüscheegg und Rüeggisberg** im Mai 2023

Zwäg ins Alter
Pro Senectute Kanton Bern
Beratungsstelle Luterli
Höfegartenstrasse 18 · 3011 Luterli · Telefon 031 359 83 83
info@be.prosenectute.ch · www.be.prosenectute.ch

Spendenkonto:
IBAN CH93 0000 0000 3000 0000 0



Öffentlichkeits- und Medienarbeit

Gezielte Öffentlichkeits- und Medienarbeit ergänzt das Wirken in der Region und hilft, das niederschwellige Angebot der Informations- und Koordinationsstelle bekannter zu machen.

Beispielsweise wurde der Verein Altersnetzwerk Region Gantrisch eingeladen, an der ErFaTagung von ProSenior ein Referat zu halten.

Über 120 Teilnehmende erhielten dadurch Einblick in unsere Arbeit.



Eine weitere Gelegenheit den Verein vorzustellen, bot sich anlässlich einem Weiterbildungsabend, welcher das Spital Riggisberg für die MPA's der Region durchführte: Lisa Loretan wurde eingeladen den Verein vorzustellen und konnte mit der Plattform franzundvroni.ch den Teilnehmerinnen ein hilfreiches Instrument an die Hand geben.





Öffentlichkeits- und Medienarbeit

Im Beitrag praxis gsundheit [«Ältere Menschen betreuen: Projekt im Gantrisch für Angehörige»](#) spricht Geri Staudenmann mit Andrea Spring, Co-Präsidentin Verein Altersnetzwerk Region Gantrisch und Angelo Albonico, Mitgründer Domicura AG, über das Projekt «Franz und Vroni» in der Region Gantrisch. Der von santemedia.ch produzierte Beitrag wurde Ende November auf TeleBärn ausgestrahlt.

Von der Region Rubigen/Münsingen und der Region Grabs/Gams wurde der Verein zu einem Informationsaustausch und einer Ideenwerkstatt eingeladen.

Anlässlich dem jährlich stattfindenden Austauschgremium «Alter, Gesundheit, Pflege» der Gemeinde Muri bei Bern sowie vom Forum Alter Langnau wurde der Verein Altersnetzwerk Region Gantrisch eingeladen ein Referat zu halten.





Kommunikationsarbeit

Gemeindenachrichten und Mitgliedernewsletter

In regelmässigen Berichten in allen Gemeindenachrichten der Mitgliedsgemeinden informiert der Verein die breite Bevölkerung über seine Aktivitäten. Mit vier kompakten Newslettern wurden die Mitglieder direkt informiert.

Der Flyer des Vereins wurde überarbeitet und erklärt die vielseitigen Aufgaben der niederschweligen Anlaufstellen auf einen Blick.

Die Informationsplattform

www.altersnetzwerkgantrisch.ch enthält gezielte Informationen zu den Themen Wohnen, Pension, Unterstützung, Angehörige, Abschied und wird laufend aktualisiert.



Mitgliederinformation

Ausgabe Dezember 2023

Verein Altersnetzwerk REGION GANTRISCH www.altersnetzwerkgantrisch.ch





Kommunikationsarbeit

Postkarte «Zeit schenken»

Die Postkarte «Zeit schenken» als Möglichkeit, jemanden persönlich mit einem lieben Gruss zu überraschen und ihn zu ermuntern, etwas gemeinsam zu unternehmen.

Der Empfänger kann selbst entscheiden, ob er das Angebot annehmen will. Der Absender notiert seine Telefonnummer auf der Karte für die Kontaktaufnahme.



Liebe/r

Ich möchte mit dir einen gemeinsamen Moment erleben. Hättest du auch Lust auf:

Eine Plauderstunde

Einen Spaziergang

.....

Schenkst du mir von deiner Zeit dafür?
Ich würde mich freuen!
Auf dieser Nummer erreichst du mich:

.....

.....

Liebe Grüsse von

.....

P.P. A-PRIORITY
CH-1234 Musterstadt
02.000.0



Events

Mitgliederversammlung öffentlicher Teil

Im Anschluss an die ordentliche Mitgliederversammlung im Mai 2023 lud der Verein die Bevölkerung zum Themenabend «Endlich leben – wozu Grenzen uns herausfordern» mit Barbara Petersen, MAS Gerontologie ein. Das Referat wurde von Wieslaw Pipczynski am Klavier und Akkordeon musikalisch umrahmt.





Events

Netzwerkveranstaltungen

Im Februar 2023 führte der Verein in Zimmerwald die Netzwerkveranstaltung zum Thema «Einsamkeit» durch.

Was ist Einsamkeit? Welche Lebensumstände können zu Einsamkeit führen? Was kann gegen Einsamkeit helfen? Mit diesen Fragen setzten sich die Teilnehmenden anlässlich des zweiten AltersNetzwerkGantrisch Anlasses in Zimmerwald auseinander. Als erste konkrete Massnahme wurde die Karte «Zeit schenken» verschickt.

Am 7. November 2023 fand der dritte AltersNetzwerkGantrisch-Anlass in Rüscheegg Heubach statt. Elisabeth Bürki-Huggler, ehemalige Spitalpfarrerin Thun, gab mit ihrem inspirierenden Referat zum Thema «zäme rede» wertvolle Inputs, damit die Besuche bei älteren Menschen für beide Seiten eine Bereicherung sind.





Programm Socius

Die Age-Stiftung führt zum zweiten Mal das Programm «Socius – wenn Älterwerden Hilfe braucht» durch. Die Aufnahme in das Programm kam gerade im richtigen Moment und verlieh der Gantrischregion den nötigen Schwung, um das Leitbild umzusetzen. Socius 2 dauert von 2020 bis 2023. Die Teilnahme am Programm Socius 2 war für unsere Region eine einmalige Gelegenheit an einem grösseren Projekt im Altersbereich teilzunehmen. Der Verein Altersnetzwerk Region Gantrisch konnte sehr von der Unterstützung durch das Programm und den Austausch mit den anderen Projekten profitieren. Interessierten wird der Schlussbericht zur Projektevaluation der Arbeiten gerne zugestellt.





Politisches Engagement

Das Altersnetzwerk hat bei der kantonalen Abteilung Tourismus und Regionalentwicklung das Projekt «Neue Ansätze in der Altersarbeit» eingegeben und über die Neue Regionalpolitik (NRP) eine finanzielle Unterstützung von CHF 31'000.00 zugesichert erhalten. Das Projekt umfasst zwei Teilprojekte. Beim Teilprojekt 1 geht es um einen mobilen Arbeitsplatz. Das zweite Teilprojekt «Förderung Freiwilligenarbeit» widmet sich der Stärkung des ehrenamtlichen Engagements und dem Aufbau einer «Caring Community». Wir erhoffen uns, dass freiwilliges Engagement selbstverständlich wird, dass sich die Ganttrisch Region als «Caring Community» etabliert und damit ein regionales Gemeinschaftsgefühl entsteht und letztlich die Attraktivität unserer Region gestärkt wird.

Die Projektträgerschaft liegt beim Verein Altersnetzwerk Region Ganttrisch. Bund und Kanton unterstützen das Vorhaben des Vereins mit Mitteln der Neuen Regionalpolitik. [Altersarbeit Ganttrisch \(2023\) \(bernmittelland.ch\)](https://www.bernmittelland.ch/regionalkonferenz/regionalepolitik/altersarbeit-ganttrisch-2023)





Finanzen

An der Mitgliederversammlung vom 4. Mai 2023 genehmigten die Mitglieder einen Förderbeitrag von CHF 2.50 pro Einwohner*in für das Jahr 2024. Die Altersbeauftragte arbeitet zu 40 %. Die Spesenentschädigungen für den Vorstand sind in einem Reglement festgelegt.



Impressum

Verein Altersnetzwerk REGION GANTRISCH

3126 Kaufdorf

078 422 15 93 | Termin nach Vereinbarung

info@altersnetzwerkgantrisch.ch

Der Jahresbericht wird online den Mitgliedern des Vereins Altersnetzwerk Region Gantrisch zugestellt.