lebensphase3
SENIORENNETZWERK
Illnau-Effretikon & Lindau

Jahresbericht 2013

Das Jahr 2013 war das erste ordentliche Geschäftsjahr der *lebensphase3* mit der neuen Vereinsstruktur. Bereits jetzt lässt sich sagen, dass die organisatorischen Neuerungen sich bewährt haben. Die Verteilung der Führungsaufgaben auf verschiedene Schultern, die Entlastung des Präsidenten von administrativen Aufgaben und die stärkere Zusammenarbeit als Team in der Geschäftsleitung haben sich aus meiner Sicht im Grossen und Ganzen bewährt. Die Entwicklung dürfte in diesem Sinn noch weiter gehen.

Mitglieder und Personelles

Ende dieses Jahres beträgt die Mitgliederzahl rund 390. Erfreulicherweise stammt rund 10% aus der Gemeinde Lindau.
An der Vereinsversammlung vom Mai 2013 wurde der Vorstand teilweise erneuert. *Beatrice Früh* ersetzt *Alwin Bachmann* als Kassierin, *Peter Gutjahr* tritt als Leiter der Gruppe *Senioren für Senioren* und Bürochef in die Fussstapfen von *Paul Gschwend*. Neu wird zusätzlich *Susi Klaus*, die sich vor allem administrativen Aufgaben widmet, in den Vorstand gewählt. *Peter Rauh* ist als Webmaster mit beratender Stimme im Vorstand dabei.

Peter Gutjahr, Beatrice Früh und Susi Klaus sind neu auch in der Geschäftsleitung. Der Präsident sprach an der Vereinsversammlung *Alwin Bachmann* und *Paul Gschwend* den Dank für ihre langjährige Arbeit im Vorstand und der Geschäftsleitung der lp3 aus.

Versammlungen, Sitzungen, Anlässe

Es fanden zwei Vereinsversammlungen, drei Vorstandssitzungen und vier Geschäftsleitungssitzungen statt.
Erstmals wurde das Budget erst im Dezember durch den Vorstand verabschiedet. Das war auch deshalb vorteilhaft, weil die Vorbereitungsarbeit dieses Jahr mit dem neuen Buchhaltungsprogramm mit der differenzierteren Darstellung sehr anspruchsvoll war.

Die **Vereinsversammlung vom Frühling** fand im üblichen Rahmen mit den gewohnten statutarischen Geschäften statt. Erstmals lief die **Herbstversammlung** nach neuem Konzept ab. Der erste Teil war intern mit Informationen und dem Auftritt der neuen AZB-Leiterin *Margrit Lüscher*. Für den zweiten Teil konnte als Referent *Peter Gross*, Soziologe aus St. Gallen, verpflichtet werden. Er sprach zum Thema ‚Wir werden älter. Vielen Dank! Aber wozu?'
Beide Anlässe waren gut besucht.

Bereits zum zweiten Mal organisierten lp3 zusammen mit den Gemeinden Illnau-Effretikon und Lindau **Salute66**, die ‚Jungseniorenfeier' für die neuen 66-Jährigen. Wiederum war die Resonanz erfreulich, auch wenn dieses Mal der Besuch mit ca. 60 Personen etwas geringer war als letztes Jahr.

Zusammen mit der Stadt organisierte die lp3 eine **Zukunftswerkstatt**, die Ideen für die Verbesserung der Lebensqualität älterer Leute entwickeln sollte. Rund 50 Personen nahmen an der von Ludi Fuchs, unserem externen Moderator geleiteten Anlass teil. Auch inhaltlich war dieser Nachmittag ein schöner Erfolg. Die Auswertung geschah ebenfalls unter Mitwirkung der Stadt und einige Ideen, wie beispielsweise die **Seniorenwerkstatt,** sind bereits im Stadium der Umsetzung.
Die lp3 beteiligte sich erstmals am **Ferienplausch** der Stadt Illnau-Effretikon, indem sie zwei Pétanque-Einführungen für die Schulkinder offerierte.

Finanzen

An der Vereinsversammlung konnte der Präsident erfreulicherweise festhalten, dass statt eines grossen Defizits ein schöner Überschuss von rund Fr. 3500 resultiert hatte. Wesentliche Faktoren bei der Verbesserung des Budgets waren die Erhöhung des Mitgliederbeitrags, die stark gewachsene Mitgliederzahl und die auf sehr günstige Weise erfolgte Ausstattung der ComuputeriA.

Für die Zukunft sieht es allerdings etwas düsterer aus. Dies ist hauptsächlich eine Folge der Ausrichtung von bescheidenen Pauschalentschädigungen für alle Gruppenleiter/-innen und der für 2014 erstmals anfallenden Nebenkosten für die Mieträume (Putzen, Heizung).

Zusammenarbeit mit andern Institutionen

Der Präsident nahm an der Delegiertenversammlung der VASOS teil.
Er ist auch weiterhin in Kontakt mit dem ZRV (Zürcher Rentnerverband), der sich auf kantonaler Ebene für die älteren Leute einsetzt.
Mit der *Ortsvertretung der Pro Senectute* konnte eine neue Zusammenarbeitsvereinbarung abgeschlossen werden. Darin wird stark betont, dass die beiden Organisationen mit z.T. ähnlichen Zielen auf lokaler Ebene gut zusammenarbeiten und sich nicht etwa konkurrenzieren wollen. Mit der *Ortsvertretung Lindau* wird mittelfristig ebenfalls eine Vereinbarung angestrebt.
Mit dem *Alterszentrum Bruggwiesen* pflegen wir einen guten Kontakt. Das AZB anerkennt die bedeutende Rolle der lp3 als Animatorin innerhalb der Altersarbeit im Haus. Leider haben die unklaren Mietverhältnisse die Atmosphäre zwischenzeitlich etwas gestört.
Besonders wichtig ist für die lp3 die Zusammenarbeit mit den Gemeinden. Insbesondere die Fachstelle für Altersarbeit im Gesundheitsamt, gegenwärtig von Frau *Judith Hartmann* besetzt, hat viel zum guten Gedeihen des Vereins und den Erfolg seiner Veranstaltungen beigetragen.

Information und Öffentlichkeitsarbeit

Der Verein hat neben gruppenspezifischen Flyern auch ein eigenes Info in die Couverts der beiden Grossversände der Pro Senectute eingelegt.
Verschiedene Gruppen haben das regio als zusätzliches Werbemittel für ihre Anlässe benutzen können. Über die Gruppe *Seniorenchor* erschien ein Portrait im regio.

Projekte

Zwei neue Gruppen sind zwar noch im Projektstadium, sind aber schon ziemlich konsolidiert. Der ***Stammtisch60+*** findet zwei Mal im Monat im Alterszentrum statt. Hier ist der Bericht der beiden Leiterinnen *Emma Kündig* und *Margrit Heuberger*:
„Nach einem erfreulichen Start des Stammtisch60+ am 5.9.2012 trafen sich Seniorinnen und Senioren regelmässig am 1. und 3. Mittwochmittag im Altersheim. Leider entsprach die Besucherzahl von 3 - 4 Personen nicht unseren Erwartungen weshalb wir in den Sommermonaten Juli und August eine Pause einlegten. Der Start im September gestaltete sich eher harzig. Ob die fehlende Bekanntmachung im Regio einen Einfluss hatte? Wir hoffen, dass sich die Besucherzahl während der Wintermonate wieder etwas erhöht, und somit unser Angebot einem wirklichen Bedürfnis entspricht. Wir werden dafür besorgt sein, dass die Daten bis Mai 2014 regelmässig im Regio publiziert werden."
Voll eingeschlagen hat das *Pétanquespielen* im Moosburgpark: 14 Mal konnte im Moosburgpark gespielt werden, jeden ersten und dritten Freitag im Monat, dazu zusätzlich ein Eröffnungs- und ein Ausklangevent.
Das Wohnberatungsangebot wird auf Ende dieses Jahres wegen mangelnder Nachfrage definitiv aufgegeben.

Vereinsgruppen

Sie bilden nach wie vor das Fundament unserer Vereinstätigkeiten. Ihre Aktivitäten werden von ihnen selber in der Folge dokumentiert. Das Angebot ‚Wanderferien' ist dieses Jahr ausgefallen, weil niemand für die Organisation gewonnen werden konnte.

Senioren für Senioren

Leider ist die Sparte ‚Senioren helfen Senioren' immer noch nicht mit Freiwilligen besetzt. Im Moment springt der Leiter Senioren für Senioren ein, wenn es um handwerkliche Hilfe geht. Paul Gschwend, Susi Klaus und Beatrice Früh stehen zur Verfügung, wenn es um administrative Hilfe wie Versicherungen und Steuererklärungen usw. geht. Dank Etcetera, der städtischen Vermittlungsstelle für Arbeitssuchende, konnten alle Anfragen zu ähnlich günstigen Bedingungen befriedigt werden.

Der Fahrdienst für Senioren ist konstant wie in den letzten Jahren. Es wurden ca. 5500 Km Begleitungen geleistet in rund 470 Einsatzfahrten. Handwerkliche Einsätze wurden nur wenige geleistet. Auf die Werbung für ‚Senioren für Senioren' reagierte bis jetzt nur eine Person, die sich für allfällige Einsätze zur Verfügung stellt.

Die roten Zahlen der Vereinsgruppe Senioren für Senioren beeinträchtigen die Motivation nicht, wir sind ja ein Verein, der zum Nutzen vieler tätig ist und Gutes leistet.

Peter Gutjahr

Seniorenchor

Wir gehen neue Wege um Sängerinnen und Sänger für unseren Chor zu begeistern.
Angefangen haben wir mit einem Vereinsportrait im Regio das uns doch schon zwei neue Sängerinnen gebracht hat. Neu ist auch, dass wir im Dezember 2013 im Alterszentrum Bruggwiesen ein Weihnachtskonzert geben werden.
Wir haben alle zwei Wochen jeweils Freitagmorgen Probe. Es gibt im Jahr 21-23 Proben, da wir während den Schulferien auch das Proben unterbrechen, also kein grosser Aufwand. Ich kann euch versichern, man bereut es nicht in unserem Chor mitzumachen. Es macht sehr viel Freude und der Spass kommt auch nicht zu kurz.
Die Chorreise zusammen mit den Pfarrgass-Singer, Winterthur führte uns nach Pfäfers. Im Schloss Schartenstein haben wir das Mittagessen eingenommen. In diesem Jahr war uns der Wettergott nicht gerade wohl gesinnt. Die Stimmung war aber trotzdem super und die Reise ein Erlebnis.
Unserer Dirigentin, Frau Giuseppa Graf, danken wir recht herzlichen für ihren Einsatz und Geduld bei den Proben. Danken möchten wir der Geschäftsleitung und allen Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern vom AZB für die sehr gute Zusammenarbeit.
Singen bringt nicht nur neue liebe Kolleginnen und Kollegen sondern fördert auch das eigene Wohlbefinden und vor allem die Gesundheit. Weitere Information auf unserer Website www.lebensphase3.ch

Alwin Bachmann

Geburtstagsgrüsse für Seniorinnen und Senioren

Gruppe Effretikon und Lindau

Die Gruppe Geburtstag Effretikon und Lindau arbeitet friedlich im Schulungsraum der lp3 zu Gunsten von etwa 1200 Adressaten. Es ist eine grössere Gruppe von etwa 15 Frauen, so dass die Schwankungen durch Krankheit oder Ferien gut überbrückt werden können.

Die Serie mit Sand wurde mit Freude fertig gestellt. Die Karten werden durch ein wunderbar gestaltetes Beilagenblatt mit einem von der Gruppe ausgewählten Spruch und Grüssen ergänzt, eingepackt und verschickt.

Etwas zögerlich begann dann die Arbeit mit Fadengrafik – für einige eine neue Technik. Viel Vorbereitung war nötig: jemand schnitt den Karton auf das richtige Mass, jemand anders stüpfelte mehr als 10 verschiedene Muster in hunderte von Karten, wieder andere stickten und experimentierten mit verschiedenen Garnen und Farben. Jemand brachte Fotokleber auf der Rückseite an und zum Schluss wurden sie auf eine farblich passende Karte geklebt. Das ist richtige Teamarbeit, die Freude macht.

Jeder Nachmittag endet mit einer Runde im Restaurant des Alterszentrums Bruggwiesen, meistens finanziert durch Gaben von erfreuten Kartenempfängerinnen und -empfängern oder zur Feier eines Geburtstags im Team. Einmal im Jahr unternehmen wir eine Reise!

Gruppe Illnau

Die Gruppe Geburtstagsgrüsse für Illnau und die Höfe arbeitete bis im März an einer Serie mit gefaltetem Papier, das zu Blumen auf die Karten geklebt wurde. Seit September gibt es eine Serie mit einer Collage von farbigem Papier. Gesamthaft werden etwa 850 Karten hergestellt.

Diese Gruppe hat im Pfarrhaussaal ihr Zuhause und darf dort zum gemütlichen Zusammensein am Schluss des Nachmittags selber Kaffee machen und Kuchen mitbringen.

Ich danke allen 30 Personen, die in Illnau und Effretikon so emsig daran sind, anderen zum Geburtstag eine Freude zu bereiten.

Gloria Rauh

Bildung und Kultur

An 5 Sitzungen sammelten wir Ideen für Veranstaltungen und Kurse, suchten Referentinnen und Referenten, suchten Lokale, machten Werbung für die Anlässe, nahmen dann die Verantwortung als Gastgeber und natürlich an der Kasse wahr!

Auch dieses Jahr präsentierten wir ein reichhaltiges Angebot. Ende Februar 2013 kam die Rettungsflugwacht, um im Bruggwiesensaal über ihre Tätigkeit zu berichten. Im März wurde die Geschichte „Nero Corleone“ vorgelesen. Im Juni organisierten wir eine Instruktion der SBB an den neuen Billet Automaten, und im September gab es gleich 2 Anlässe am gleichen Tag: am Nachmittag ein Ausflug ins Rega Zentrum und am Abend im Rahmen der Kulturwochen der Stadt Illnau-Effretikon ein reichhaltiger Informationsanlass über Brasilien im Stadthaussaal.

Vor den Sommerferien gab es einen Probelauf für einen Zeichnungskurs im Schulungsraum der lebensphase3. Nach den Ferien wurde er in Blöcken von je vier Vormittagen weiter geführt. Der Kurs wurde gut besucht.

Ebenfalls nach einem Schnuppernachmittag begann ein neues Team einen Tanznachmittag zu gestalten, in Blöcken von 6 Teilen. Diese Kreistanznachmittage sind bis jetzt etwas zögerlich angelaufen.

Die jeweils doppelt geführten Qi Gong Kurse von Januar bis März und vom September bis November sind sehr beliebt.

Hinter uns haben wir auch eine interessante Einführung in die chinesische Medizin und einen Nachmittag zum Thema „Hilfe in der Not“ sowohl aus medizinischer Sicht als auch durch die Vorstellung von Apparaten des Notrufdienstes des Schweizerischen Roten Kreuzes.

Das Schlussbouquet bildet ein gemütlicher „Märli Namittag“ im Gleis 11 in Illnau. Danke vielmal an alle, die in der Gruppe mitdenken, und an alle, die unsere Angebote in Anspruch genommen haben.

Gloria Rauh

Wandergruppe

Mit einer Halbtagswanderung fing man bereits wieder Ende Januar an zu wandern. Auch dieses Jahr enthielten die von den vier Wanderleitern ausgesuchten Wanderungen alles, was man sich wünschen konnte. Die Wanderungen führten uns beispielsweise nach Schaffhausen, ins Toggenburg, nach Appenzell an den Gerzensee. Die Wanderung an den Oeschinensee konnte nach zweimaliger Absage wegen schlechtem Wetter doch noch durchgeführt werden, es war ein wunderschöner Tag. Weitere Ziele waren Gotthardweg und der Flösserweg von Laufen nach Huttwil. Nur eine Wanderung musste wegen zu geringen Anmeldezahlen abgesagt werden, was sehr schade war. Die Abschlusswanderung führte uns rund um das Bruggwiesen, wo wir im Alterszentrum das Mittagessen einnehmen und noch gemütlich zusammen sassen. Wir danken den vier Leitenden für die schönen Stunden, die wir beim Wandern erleben durften.

Margrit Kuhn

Sprachen

Seit ein paar Wochen sind unsere Sprachkurse wieder voll im Gang. Auch dieses Jahr konnten wir die Anzahl Kurse erhöhen. Hatten wir Oktober 2012 noch total 17 Klassen, konnten wir per Januar 2013 um eine Englischklasse aufstocken und auf den neuen Kursbeginn auch noch um eine Spanischklasse und eine Italienischklasse. Somit umfasst unser Angebot nun total 20 Klassen. Vor einem Jahr dachten wir mit einer Teilnehmerzahl von 117 einen Rekord erreicht zu haben. Das mag wohl wahr gewesen zu sein, doch ist dieser mit den diesjährigen 130 Teilnehmern und Teilnehmerinnen auch schon wieder Schnee von gestern. Dieser ständige Zuwachs ist sehr erfreulich und auch eine Bestätigung, dass die Sprachkurse auch in der dritten Lebensphase wirklich einem Bedürfnis entsprechen.

Zum neuen Rekord tragen unter anderem die vielen langjährigen Teilnehmer und Teilnehmerinnen bei. Sie sind echte Sprachliebhaber, geniessen aber auch das Zusammensein mit Gleichgesinnten, sei dies nun während den Unterrichtsstunden, beim Kaffee danach oder gar in der Freizeit. Oft ist zu sehen, dass durch die Kurse über die Jahre neue Freundschaften entstehen.

Ein weiterer Grund für diese Treue seitens der Teilnehmer ist wahrscheinlich auch in der Konstanz der sehr guten Lehrerinnen zu sehen. Für uns unterrichten weiterhin:

- Marie-Theres Weiss für Italienisch und Englisch
- Irene Hotz Glanzmann für Englisch
- Lugi Schweitzer ebenfalls für Englisch und
- Irma Hausheer für Spanisch.

Sie alle unterrichten mit viel Freude und gehen auf die besonderen Bedürfnisse und Wünsche der Zielgruppe ein. Sie gestalten den Unterricht abwechslungsreich und bieten zum Teil sogar ausserhalb der Kursstunden Möglichkeiten zur Spracherweiterung an, so zum Beispiel mit Filmvorführungen, einem Theaterbesuch oder gar mit Reisen. So gab es schon des Öftern Ausflüge ins Tessin, Reisen nach Italien und auch diverse Englandreisen wurden schon organisiert und durchgeführt.

Neben all den langjährigen Teilnehmern sind aber auch die jedes Jahr neu dazu stossenden Sprachinteressierten nicht zu vergessen. Manchmal entstehen mit ihnen ganz neue Klassen, manchmal stossen sie zu bestehenden Gruppen. Dort werden sie immer freudig willkommen geheissen, bringen sie doch „frisches Blut“, Abwechslung und neuen Input in die Gruppe.

Wir danken allen, die bei uns Sprachkurse belegen. Interessierte können jederzeit, auch während des Kurses, schnuppern oder neu eintreten.

Marie-Theres Weiss und
Trudi Grötzinger

ComputeriA

Die *ComputeriA* war im Berichtsjahr (1.11.2012 bis 30.11.2013) an 56 Tagen geöffnet. 147 Personen nahmen die Beratung in Anspruch, durchschnittlich während etwa 1:20 Std. In der Regel sind 3 Betreuer anwesend, die die Ratsuchenden unterstützen. Mit wenigen Ausnahmen konnten die Probleme gelöst, die Fragen beantwortet werden.
Im ersten Semester wurden folgende Einsteigerkurse angeboten:

Steuererklärung (2 Teilnehmende), Word (2 Teilnehmende), PowerPoint (2 Teilnehmende), Ordnung im Computer (1 Teilnehmerin), Digitalfoto (6 und 4 Teilnehmende), Ricardo (3 und 5 Teilnehmende).
Im Herbst nahmen 6 Senioren am Kurs „Umsteigen auf Windows 8" teil.
Finanziell kann das Berichtsjahr als erfolgreich beurteilt werden. Durch die Unkostenbeiträge der Ratsuchenden (Fr. 1'982.60), Kursgeldanteile sowie Mieteinnahmen für die Benutzung der *ComputeriA* für einen Computerkurs für Migranten der Stadt Illnau-Effretikon im November und Dezember 2012 kamen Fr. 3'365.10 zusammen. Nach Abzug der Betriebskosten der *ComputeriA* und der Teilamortisierung der vom Gruppenleiter vorfinanzierten Hard- und Software blieben noch ansehnliche Fr. 1'871.90 Einnahmenüberschuss. Diese wurden an die Vereinskasse zur Deckung der Kosten für den Internetanschluss (Fr. 809.40) und zur Reduktion des allgemeinen Defizits der Rechnung 2013 der lebensphase3 überwiesen.
Als Dank und Anerkennung für die regelmässige Mitarbeit in der *ComputeriA* gab es im Juni einen Teamausflug. Diesmal ging es nach Islikon ins Telefonmuseum *Telefonica.* Es war faszinierend, die Entwicklung der Telefonie zu verfolgen. Immer wieder hörte man die Bemerkung: „Genau diesen Apparat hatten wir auch zu Hause oder im Büro." Noch vor kurzer Zeit sah die Telefonie ganz anders aus als heute, da die Kinder fast schon mit dem Handy auf die Welt kommen.
Viermal im Jahr besprechen und planen die Teammitglieder die Aktivitäten, tauschen ihre Erfahrungen aus und diskutieren technische Fragen. Damit wir auch die Kunden mit Geräten der neusten Generation und Betriebssystemen beraten können, rüsteten wir einen unserer Laptops auf Windows 8 um. So können wir selber Erfahrung sammeln und sind für zukünftige Fragen gewappnet.
Wir schauen auf ein spannendes und erfolgreiches Jahr zurück, dank dem Engagement eines motivierten Teams. Herzlichen Dank! Wir würden uns freuen, wenn unser Team noch etwas wachsen könnte, damit sich die Einsatztage auf mehr Leute verteilen. Wer Interesse hat, ist herzlich eingeladen, sich an einem Montagvormittag in der *ComputeriA* zu melden.

Peter Rauh

Zum Schluss mein ganz herzlicher **Dank**: an alle Vorstands- und Geschäftsleitungsmitglieder, an die Leiter/-innen der Vereinsgruppen und des Stammtischs, an unsere angestellten Fachkräfte, an die Gesundheitsvorstände der beiden Gemeinden, an die beiden Frauen in der Verwaltung, Judith Hartmann und Manuela Fehr, an die Präsidentinnen der Ortsgruppen Pro Senectute und ihre Mithelfer, an die Verantwortlichen des Alterszentrums Bruggwiesen und natürlich an die zahlreichen Mitglieder, die in irgendeiner Form aktiv dabei waren. Sie alle haben zu diesem erfolgreichen Vereinsjahr beigetragen.

Dezember 2013

Ueli Annen, Präsident