

Pro Senectute Gossau & St.Gallen Land

Die Anlaufstelle für Altersfragen

Jahresbericht 2024



Liebe Freundinnen und Freunde der Pro Senectute

Die Lebenserwartung steigt erfreulicherweise weiter an und somit auch die Anzahl der Menschen im Pensionsalter. Dadurch wird in den nächsten Jahren die demografische Entwicklung in

unserem Einzugsgebiet deutlich zunehmen. Die hohe Lebenserwartung stellt ältere Menschen, ihre Angehörigen, die Gesellschaft und auch die Politik vor neue Aufgaben. Wir bieten aufgrund unserer grossen Erfahrungen massgeschneiderte Lösungen an. Beispielsweise das Erhalten und Stärken der Selbstständigkeit, der sozialen Teilhabe und die Förderung der Lebensqualität. Treten mit dem Älterwerden körperliche, psychische oder kognitive Einschränkungen auf, wird die soziale Integration erschwert. Die davon betroffenen Menschen sind dann vermehrt auf Unterstützung und Gewährleistung einer geeigneten Betreuung angewiesen.

Die umfassenden Dienstleistungen, die wir für die älteren Menschen bieten können, liegen uns am Herzen. Ziel unserer Unterstützung ist, die Selbstständigkeit zu stärken und damit langfristig zu erhalten und ältere Menschen sozial zu integrieren. Für diese Aufgaben sind auch Sozialzeit-Engagierte und Freiwillige gefragt, die sich dafür einsetzen. Haben Sie gewusst, dass allein für die Pro Senectute Gossau und St.Gallen-Land mehr als 200 Sozialzeit-Engagierte im Einsatz sind? Wir verbinden Geben und Nehmen und ermöglichen tolle Begegnungen zu den Themen Gesundheit, Bildung und Sport. Wir sind sehr gerne für Sie da.

Die Pro Senectute setzt sich seit mehr als 100 Jahren mit Rat und Tat für die Anliegen und das Wohl der älteren Bevölkerung ein. Die Regionalstelle Gossau und St.Gallen Land deckt mit ihrer Anlaufstelle einen breiten Katalog von Fragen ab, der sich mit dem Älterwerden stellt. Mit der Beratung und den Hilfen vor Ort (Haushilfe, Administrative Dienste usw.) erhalten viele Klientinnen und Klienten eine entscheidende, spürbare und anhaltend wirksame Unterstützung. Dank dieser können sie länger in ihrer vertrauten Umgebung bleiben.

Hans-Peter Eisenring
Präsident Regionalkomitee



Geschätzte Leserinnen und Leser

Im April 2024 habe ich die Leitung der Pro Senectute Gossau & St.Gallen Land von Monika Bischof übernommen, welche die Geschichte der Regionalstelle als Leiterin 11 Jahre mit viel Professionalität, Umsicht und Weitblick geleitet und während insgesamt 21 Jahren aktiv mitgestaltet hat.

Der Einstieg in meine neue Aufgabe wurde mir leicht gemacht. Ich habe eine lebendige, bewegliche und gut strukturierte Organisation mit einem motivierten Team angetroffen. Von Beginn an erfuhr ich Unterstützung durch alle Mitarbeitenden, die Mitglieder des Regionalkomitees und meine Kolleginnen und Kollegen der Geschäftsleitung der Pro Senectute Kanton St.Gallen. Dafür bedanke ich mich herzlich.

Die Pro Senectute ist in der Landschaft der Institutionen der Altersarbeit in der Schweiz nicht wegzudenken. Was uns auszeichnet, ist unser breites Angebot. In den letzten Monaten habe ich im Gespräch mit Menschen im Pensionsalter immer mal wieder gehört: «Was? Pro Senectute? Dafür bin ich noch zu jung!» – Aber nein, ganz im Gegenteil. Wir haben Angebote für jede Lebensphase des Alters. Fühlen Sie sich noch fit und aktiv? Wie wäre es dann mit einem unserer zahlreichen Bewegungsangebote? Spüren Sie erste körperliche Einschränkungen? Yoga auf dem Stuhl ist immer möglich. Vermissen Sie die intellektuelle Herausforderung? Lernen sie Schach oder eine neue Sprache. Oder suchen sie nach einer sinnstiftenden Herausforderung? Als sozialzeitengagierte Mitarbeiterin oder Mitarbeiter in der Haushilfe, im Kurswesen oder im Administrativen und/oder Steuererklärungsdienst können Sie Ihre Fähigkeiten einsetzen und anderen Menschen hilfreich beistehen. Unsere unterstützenden Angebote wie Hilfen zu Hause und die Sozialberatung rund um Fragen des Alters runden unser Angebot ab und leisten einen wichtigen Beitrag, um Leben im Alter würdevoll und selbstbestimmt gestalten zu können.

Ich bedanke mich an dieser Stelle bei allen Gemeinden, Organisationen und Menschen, welche unsere Arbeit im letzten Jahr finanziell, ideell und mit viel Engagement unterstützt haben.

Beate Göller Stieger
Stellenleitung



01



02



03



08



09



10

Stricken für den guten Zweck

Zusammen mit Lydia Studerus durften wir Anfang 2024 das Lismi-Kafi in unserem Kursangebot aufbauen. Erfreulicherweise haben wir fleissige Strickerinnen, die wöchentlich ihre Maschen bei uns auffädeln, stricken, abnehmen und abketten. Nebst dem Stricken ist das Lismi-Kafi auch ein toller sozialer Austausch und Balsam für die Seele – die eigene Seele oder jene von hilfsbedürftigen Menschen. So sind im ersten Jahr 180 Mützen für die Schule Pro Ost in Moldawien und für Weihnachtspäckli, die der Gasenküche gespendet wurden, gestrickt worden. Die Strickgruppe freut sich stets über gespendete Wolle oder neue strickbegeisterte Frauen und Männer, die mitstricken. Am eigenen Projekt oder für den guten Zweck. Jeweils donnerstags von 14.00 bis 16.00 Uhr bei uns auf der Regionalstelle Gossau.

Lydia Studerus, 65 Jahre,
Leiterin Strickgruppe, und Melanie Hauser, 50 Jahre,
Bereichsleiterin Begegnung und Austausch

Gemeinsam stärker – unser Slogan

Gemeinsam sind wir auch im Team unterwegs. Da hilft jemand von der Haushilfe beim Briefeverpacken, oder das Sekretariat springt für das Kurswesen ein. Als Anlaufstelle für Altersfragen werden viele Anliegen an uns herangetragen. Ich hatte gerade Telefondienst, als Frau S. anrief.

Sie erkundigte sich, ob jemand bereit wäre, mit ihr ins Internet zu gehen. Sie habe keinen PC. Ihr Hund sei vor einiger Zeit verstorben und sie wünsche sich wieder einen Begleiter. Ohne Internet ginge das aber nicht. So schaufelte ich mir eine halbe Stunde frei für Frau S. und wir stöberten gemeinsam Inserate von Chihuahuas – nicht zu gross, nicht zu jung und nicht zu weit weg. Nach vielen süssen Fotos sind wir 20 Minuten später fündig geworden. Frau S. hat sich die Telefon-

nummer notiert und alles Weitere selbst organisiert. Seit einiger Zeit lebt sie jetzt mit ihrem Chihuahua Domino, dreijährig, und ist überglücklich, wieder einen vierbeinigen Freund an ihrer Seite zu haben.

Melanie Hauser

Haushilf genossen

«Dring, dring», ah, die Haushilf kommt. Ehe ich bei der Wohnungstüre bin, hat sie vor der Türe schon ihre Schuhe platziert. Die Begrüssung ist herzlich, aber kurz, weil sie zur eigenen Arbeit drängt. Die von ihr gewünschten Putzmittel stellen wir ihr zur Verfügung. Sie nimmt sich den Staubsauger und düst durch die Wohnung. Die Wohnung hat 4,5 Zimmer und zwei Nasszellen. Überall Parkettböden und in den Nasszellen Steinplatten.

Bevor unsere Hilfe kommt, bereiten wir alles vor: Stühle auf den Tisch, und was sonst noch herumsteht auf die Polstersessel stellen, sodass die Hilfe überall gut zukommt und nichts im Wege steht. Sie kurvt um uns herum, wenn wir anwesend sind, so dass wir in der Zwischenzeit auch noch etwas arbeiten oder lesen können. Und schon hat unsere Hilfe alles versorgt und sagt, sie sei fertig. Alles blitzblank sauber, verabschiedet sie sich. «Bis in vierzehn Tagen wieder!»

Fides und Hanspeter Köhle, 86 und 83 Jahre,
Kunden Hilfe und Betreuung zu Hause

Pro Senectute Yoga

Sie sind eine Wohltat für Körper, Geist und Seele – die wöchentlichen Yoga-Stunden bei unserer feinfühligem Kursleiterin Szilvia Horvath.

Wir bewegen uns sanft im Rhythmus unseres Atems – jede/r im eigenen Tempo, ohne Erwartungsdruck, ohne Leistungsdruck.

«Geht liebevoll mit euch um» – «Weniger ist mehr».

Es herrscht wohltuende Stille im Raum, eine Kerze



- 01-02** Abschied von Stellenleiterin Monika Bischof.
- 03** Basiskurs für sozialzeitengagierte Mitarbeitende.
- 04-06** Dankes Anlass für unsere sozialzeitengagierten und freiwilligen Mitarbeitenden.
- 07** Gossauer Gewerbeausstellung G24.
- 08** Weihnachtsmarkt Wittenbach.
- 09** Lismigruppe.
- 10** 10-jähriges Jubiläum der Pilatesgruppe unter Leitung von Monica Büchler.
- 11** Die Herren vom Mahlzeitendienst.

brennt und das Gefühl von Gemeinschaft trägt zu einer angenehmen Atmosphäre bei.

Auch die wegen Krankheit, Ferien oder aus anderen Gründen entschuldigten Personen sind in unseren Gedanken bei uns.

Ich möchte nicht mehr auf diese wertvollen Stunden verzichten.

Rosmarie Kuhn, 77 Jahre

Mahlzeitendienst Pro Senectute Gossau & St. Gallen Land

Immer dienstags unterwegs! Wir drei (von links nach rechts: Bruno Müller, Ruedi Eberhard, Gerhard Ledergerber) sind im Einsatz für den Mahlzeitendienst. Eine schöne Aufgabe. Mir gefällt die hohe Selbstständigkeit, die ich geniessen kann, um diesen Dienst auszuführen. Das Organisieren der Tour, der Bestellungen- und Abrechnungsprozess wie der direkte Kontakt zu den verschiedenen Menschen prägen unsere Arbeit. Ich schätze es, die Büroarbeit von zu Hause aus einteilen zu können. Die Woche hindurch gibt es telefonische Anfragen, Auskünfte, Absagen entgegenzunehmen und dann rasch organisatorisch reagieren. Höhepunkt unserer Tätigkeit aber ist und bleibt der Dienstag, der Tag der An- und Auslieferung der Menüs. Vor allem die Begegnungen mit den Mahlzeitenbesüßern, der kurze «Schwatz» am Küchentisch oder an der Wohnungstüre, sind immer schön und bereichernd und machen mir grosse Freude.

**Gerhard Ledergerber, 78 Jahre,
Mitarbeiter Mahlzeitendienst**

Das Studium zur Sozialarbeiterin im praxisbegleitenden Modell

Im September 2024 habe ich meine zweijährige praxisbegleitende Ausbildungsstelle bei der Pro Senectute Gossau & St. Gallen Land angetreten. Praxisbegleitend bedeutet, dass ich neben den zwei Tagen Studium in

Sozialer Arbeit an der Ostschweizer Fachhochschule in St. Gallen 60 Prozent in der Praxis im Bereich Information und Beratung arbeite. Die Studienform ermöglicht es mir, den erlernten Schulstoff im Berufsalltag anzuwenden und Verknüpfungen herzustellen. Das führt zu einer umfassenden Lernerfahrung und Berufssicherheit. Ich begleite und berate Menschen im AHV-Alter in ihren unterschiedlichen Lebensbereichen und helfe ihnen in materiellen als auch immateriellen Notlagen. Der Mensch steht im Zentrum meiner Aufmerksamkeit und soll in seinem selbstbestimmten Leben in Würde gestützt werden. Ich freue mich auf die weiteren interessanten Begegnungen in meiner Tätigkeit als angehende Sozialarbeiterin.

**Larissa Spring, 28 Jahre,
Sozialarbeiterin in Ausbildung**

Spazieren

Gemeinsames Spazieren macht doch einfach so viel Freude und das nun schon seit vier Jahren. Wir sind eine nette Gruppe von acht Frauen aus der Gegend Arnegg-Andwil-Gossau, einer Frau aus Oberuzwil, sowie eines Mannes aus Niederbüren.

Wir treffen uns zweimal im Monat – dies jeweils montags um 14 Uhr am Bahnhof Arnegg.

Währenddessen können wir uns unterhalten, austauschen und uns vieles erzählen.

Zum Abschluss kehren wir jeweils in einem Restaurant ein und schliessen den schönen Spaziergang bei einem gemütlichen Zusammensein ab.

Wir alle freuen uns schon jetzt auf die nächsten gemeinsamen Spaziergänge.

**Claudia Toggweiler, 68 Jahre,
Kursleiterin Spazieren**

Pro Senectute Gossau & St.Gallen Land in Zahlen

Zuständigkeit: Gemeinden Andwil, Degersheim, Flawil, Gaiserwald, Gossau mit Arnegg, Häggenschwil, Muolen, Niederbüren, Waldkirch, Wittenbach

Leistungen		2024	2023	2022
Information und Beratung	KlientInnen	607	597	527
	Beratungsstunden	2'018	1'974	1'825
	Adm. Dienst Mandate	57	54	61
	Steuererklärungen	318	297	276
	Individuelle Unterstützungen (IU)	56	39	38
	Summe der IU in Fr.	74'919	76'600	83'353
Hilfe und Betreuung	KlientInnen	509	507	513
	Einsatzstunden	23'364	25'135	25'364
	Anzahl Mahlzeiten	2'881	2'868	2'266
Begegnung und Austausch	Bildung/Kultur/Treffen/Gruppen	67	59	54
	Bildung/Kultur/Treffen Std.	764	817	795
	Bildung/Kultur/Treffen Teilnehmende	1'159	1'177	817
	Sport/moderate Bewegung Gruppen	61	47	39
	Sport/moderate Bewegung Std.	710	672	631
	Sport/moderate Beweg. Teilnehmende	752	599	463
Telefonische Auskünfte	Infostelle Demenz	4	2	1
	Anlaufstelle Altersfragen	1740	1'971	1'387
Weiteres	Gemeinwesenarbeit Projektstunden	0	97	122
	Coaching betreuende Angehörige Std.	4	14	17
	Kontakt- und Informationsbesuche Std.	1'369	1'354	1'266

Einwohner im Einzugsgebiet
(1.1.2025) 61'772
Einwohner im AHV-Alter (>65)
13'118 (21,2%)

Fachmitarbeitende
total 750 Stellenprozent
1 Stellenleiterin
3 Sozialberatende/
1 Sozialarbeiterin
in Ausbildung
3 Leiterinnen Hilfe und
Betreuung
2 Mitarbeiterinnen
Begegnung und Austausch
2 Mitarbeiterinnen
Administration/
Sekretariat

Sozialzeit-Engagierte
33 Administrative Dienste und
Steuerklärungsdienst
114 Hilfe und Betreuung zu
Hause/Mahlzeitendienst
30 Bewegung, Bildung,
Veranstaltungen, Treffen

Ehrenamtlich tätige Personen
7 Mitglieder Regionalkomitee
26 Ortsvertretungen mit
Helferteam

Den Jahresbericht der Stiftung Pro Senectute Kanton St.Gallen sowie den Revisionsbericht mit Jahresrechnung unserer Regionalstelle finden Sie unter www.sg.prosenectute.ch.

Haben Sie Interesse an unserem Newsletter oder haben Sie Fragen zu unseren Dienstleistungen? Nehmen Sie Kontakt mit uns auf!

**PRO
SENECTUTE**

GEMEINSAM STÄRKER

Pro Senectute Gossau & St.Gallen Land
Hirschenstrasse 27
9200 Gossau



Telefon 071 388 20 50
E-Mail: gossau@sg.prosenectute.ch
www.sg.prosenectute.ch

Wir danken Ihnen herzlich für Ihre Spende.
Bitte benutzen Sie dazu den beigelegten
Einzahlungsschein oder spenden Sie ganz
einfach mit TWINT.

Herzlichen Dank!

**Jetzt mit TWINT
spenden!**

QR-Code mit der
TWINT App scannen
 Betrag und Spende
bestätigen



Facebook

Folgen Sie uns auch auf Facebook!