

Steuererklärung 2020: Hilfestellung für Senioren

Der Liechtensteiner Seniorenbund bietet seinen Mitgliedern Beratung beim Ausfüllen ihrer Steuererklärung an. Sie können ihre Fragen persönlich mit Reinhold Zanghellini besprechen. Er ist im Vorstand des Liechtensteiner Seniorenbundes engagiert und ein Experte in steuerrechtlichen Fragen. Er war viele Jahre lang in leitender Position in der Steuerverwaltung Liechtensteins tätig. Die Hilfestellungen und Informationen werden von ihm streng vertraulich gehandhabt.

Anmeldung: Dringend erforderlich bis zwei Tage vor dem Sprechtag
Über das Sekretariat (Tel. 230 48 00 / E-Mail sekretariat@seniorenbund.li) können Sie einen persönlichen Termin für folgende Sprechtage vereinbaren.

Sprechtag: Freie Zeitfenster werden vom Sekretariat mitgeteilt.

- Mittwoch, 17. März 2021: 9.00 bis 12.00 Uhr und 13.30 bis 16.00 Uhr
- Mittwoch und Donnerstag, 23.3. und 24.3.: 9.00 bis 12.00 Uhr
- Mittwoch und Donnerstag, 7.4. und 8.4.: 9.00 bis 12.00 Uhr

Betreuungs- und Pflegegeld

Seit dem 1. Januar 2010 besteht in Liechtenstein die Möglichkeit, für häusliche Betreuung und Pflege einen staatlichen Unterstützungsbeitrag zu erhalten. Seit Januar 2011 ist die IBA die von der Regierung beauftragte Anlaufstelle für Beratung und Hilfestellung zum Betreuungs- und Pflegegeld. Wenn Sie Fragen haben bezüglich der Anmeldung oder Abrechnung des Pflegegeldes, wenden Sie sich an uns.

Rechtsberatung: Die nächsten Sprechtage

Dienstage, 19. Januar, 16. Februar, 16. März, 20. April 2021. Jeweils von 8.00 – 11.30 Uhr im 30 Minuten Takt.

Anmeldung erforderlich bis eine Woche vor dem Sprechtag: Tel. 230 48 00 (Sekretariat) oder 230 48 01 (IBA); E-Mail: sekretariat@seniorenbund.li

(Eingeschränkter Themenbereich, LSB Mitgliedschaft ist Voraussetzung)

Vorankündigung: Seniorenferien mit Betreuung 3. – 7. Mai 2021, Insel Reichenau

Über die Durchführung der Seniorenferien wird Ende Januar 2021 entschieden.

Fünf Tage auf der Insel Reichenau am Bodensee sich erholen und mit anderen Seniorinnen und Senioren eine schöne, gesellige Zeit und die frische Luft auf der Insel geniessen. Begleitet wird die Reisegruppe von erfahrenen Senioren-Betreuern, welche auch ein fakultatives Tagesprogramm anbieten werden. Neben der Erholung im 4-Sterne-Hotel «Strandhotel Löchnerhaus» sind z.B. leichte Spaziergänge und Ausflüge vorgesehen. Ein feines Frühstück vom Buffet und jeweils drei Hauptgerichte zur Auswahl vervollständigen das tägliche Genuss-Paket. Der Gesamtpreis pro Person beläuft sich, wie im Jahr 2018, auf ca. CHF 1000.- im EZ (inkl. Hin- und Rückfahrt per Bus, Vollpension ohne Getränke). Dank einer Stiftung können wir für Personen, die Ergänzungsleistungen beziehen, das Reisepaket auf Anfrage günstiger anbieten. Sie haben grundsätzlich Interesse an diesem Ferienangebot? Dann kontaktieren Sie uns (Tel. 230 48 00) und wir informieren Sie, wenn die Ferienwoche definitiv angeboten werden kann oder zu einem späteren Zeitpunkt nachgeholt wird.

Voraussetzung für die Teilnahme ist die Selbständigkeit beim Essen, Anziehen und bei der Körperhygiene.



Leuchte, kleine Kerze

Eine kleine Kerze steht auf unserm Tisch,
und sie leuchtet jeden Tag nur für dich und mich.

Zünden wir die Kerze jeden Abend an,
strahlt sie hell mit ihrem Schein dich und mich
dann an.

Unsre kleine Kerze flackert leis und still.

Hörst du, was sie mit dem Licht uns erzählen will ?

*Wir wünschen Ihnen eine schöne Advents-
und Weihnachtszeit und für das kommende
Jahr viel Gesundheit und Glück.*

*Unser Büro ist vom 23. Dezember 2020 bis und mit 8. Januar
2021 geschlossen.*

Sehr geehrte liebe Vereinsmitglieder
Sehr geehrte Leserin
Sehr geehrter Leser

Ein für uns alle besonderes Jahr geht zu Ende und während sich Jung und Alt zu dieser Zeit bisher immer auf Weihnachten im Familienkreis vorfreuen durften, ist heuer alles angespannt. Wie Fachleute sagen, sei die zweite Corona-Welle am Abflachen, ein Ende der Pandemie aber noch nicht absehbar. Die gebotenen Massnahmen treffen uns hart, mögen aber bitte befolgt werden, damit wir weitere Ansteckungen verhindern und das Gesundheitswesen nicht überlasten.

Am meisten leiden wir wohl unter den eingeschränkten sozialen Kontakten. Eine Brieffreundschaft ist kein Ersatz für vertrautes Zusammensein oder ein gutes persönliches Gespräch. Jedoch das Schreiben und der Austausch von Befindlichkeiten bringen vielleicht eine willkommene Abwechslung in Euren Alltag; ich finde das im beiliegenden Flyer vorgestellte Projekt von jungen Leuten interessant. Weiters legen wir eine empfehlenswerte Broschüre „in Balance älter werden“ bei, die gute Ratschläge für die Erhaltung und Wiederherstellung des körperlichen und seelischen Wohlbefindens gibt.

Wenn Ihr Sorgen oder Probleme habt, meldet Euch bitte bei uns!

Gemeinsam mit meinen Vorstandskollegen und – kolleginnen hoffe und wünsche ich, dass wir Reisen und Veranstaltungen, die seit März abgesagt werden mussten, im Neuen Jahr nachholen und mit weiteren Angeboten ergänzen können, sodass jede und jeder von Euch bei dem mitmachen kann, was freut und zufrieden macht.

In dieser Zuversicht wünsche ich Euch allen namens meiner Vorstandskollegen und – kolleginnen gute Gesundheit sowie eine besinnliche Adventszeit und frohe Weihnachtsfesttage!

Renate Wohlwend, Präsidentin LSB

Aktuelles vom Seniorenbund und seinen Fachgruppen



Neues Auto für (Sen-Sen) „Fahrdienst für Patienten und Senioren“



Ein Sponsor ermöglicht Sen-Sen, das derzeitige Auto für den Fahrdienst, das seit dem Jahre 2005 im Einsatz ist, durch einen Neuwagen zu ersetzen.

Wir bieten Senior/Innen und Patienten, die nicht in der Lage sind, öffentliche Verkehrsmittel zu benutzen, einen Fahrdienst an. Wir fahren Sie zu einem bescheidenen Fahrpreis beispielsweise zum Arzt oder zum Einkaufen. Unsere Fahrer freuen sich, Sie begleiten zu dürfen.

Rufen Sie uns an unter der Tel. Nr. 230 48 02

Ein herzliches Dankeschön unserem Sponsor, der uns dieses Sen-Sen Angebot weiterhin ermöglicht.



Fitness 50+ neues Angebot

Boccia-Spielen in der Boccia Halle,
Wiesengasse 100, Schaan

Erstes Treffen:

Mittwoch, 13. Januar von 14:30-16:30 Uhr
vorläufig einmal monatlich.

Vincenzo D'Elia und Otto Frick vom Boccia Club Schaan werden uns in das Spiel und seine Regeln einführen.

Sobald es das Schutzkonzept zulässt, besteht die Möglichkeit, nach dem Spiel noch gemütlich zusammensitzen und etwas zu trinken.

Kosten:

CHF 5.00 pro Spielnachmittag und Person.

Die Halle kann auch mit dem Postauto gut erreicht werden: Haltestelle Rheindenkmal, von dort ca. 400m Fussweg.

NEU: Seniorenkino in Vaduz



Wir freuen uns, nach längerem Unterbruch im Januar 2021 das Seniorenkino zu reaktivieren. Im ehemaligen Kino Vaduz, das jetzt neu «Altes Kino Vaduz» heisst, findet künftig jeden ersten Freitagnachmittag im Monat um **14.30 Uhr** eine Filmvorführung für Mitglieder des Seniorenbundes statt.

Wir starten am **8. Januar** mit dem neuen Schweizer Film «**Eden für Jeden**». Inhalt: Eine junge Frau taucht über ihre demenz werdende Grossmutter ein in den Kosmos eines Schrebergartens. Der Film erzählt ein amüsanter, modernes und auch tiefgründiges Stück Schweiz.

Am **5. Februar** wird «**Die Herbstzeitlosen**» aus dem Jahre 2007 gespielt, ebenfalls ein humorvoller Schweizer Film, der auf ebenso vergnügliche wie nachdenklich machende Weise die Freuden und Nöte des Älterwerdens schildert.

Und am **5. März** wird der Film «**Das Beste kommt zum Schluss**» gezeigt. Er handelt von zwei sehr unterschiedlichen älteren Männern, die sich im Krankenhaus kennenlernen und beschliessen, gemeinsam kurz vor ihrem Tod noch einmal richtig zu leben und einige ihrer Träume zu verwirklichen.

Information für Fitness 50+ und Kino:
Sekretariat Seniorenbund
Tel.-Nr. 230 48 00 oder
Sekretariat@seniorenbund.li



Reisetätigkeit 2021

Unser Reiseverantwortlicher Reinhold Zanghellini ist mit unserem bewährten Reiseveranstalter in Kontakt um ein mögliches Reiseprogramm zusammenzustellen. Weitere Infos folgen zu einem späterem Zeitpunkt.

Gastbeitrag der Familienhilfe Liechtenstein

Pflege und Betreuung zu Hause in Zeiten von Corona

Die erste Zeit nach der Ausbreitung des Virus war für uns Mitarbeitende der Spitex und Betreuung eine Herausforderung. Obwohl wir immer schon alle notwendigen Hygienemassnahmen bei der Pflege- und Betreuungsarbeit einhielten, wurden mit der Pandemie zusätzliche Massnahmen notwendig. Anfangs waren auch Ängste um unsere Gesundheit und die unserer Familien spürbar. Die Gesundheit der Klientinnen und Klienten stand trotz der eigenen Ängste immer im Mittelpunkt.

An das Tragen der Schutzmasken hatten wir uns schnell gewöhnt, trotzdem ist und war dieser Schutz bei körperlich anstrengenden Arbeiten und in der Hitze des Sommers eine echte Herausforderung. Zudem erschwert sie die Verständigung, da das Lippenlesen und die Mimik für viele Klienten wichtige Bestandteile der Kommunikation sind. Auch für Menschen mit einer Sehbeeinträchtigung oder einer demenziellen Erkrankung ist die Kommunikation mit der Mund-Nasenmaske erschwert. Es wurde uns eindrücklich bewusst, wie wichtig in der Kommunikation der Gesichtsausdruck ist und was ein Lächeln für die Klienten bedeuten kann. Gut, dass Lachen hörbar und an den Augen erkennbar ist.

Den Klienten Sicherheit vermitteln, ihre Ängste ernst nehmen und wo möglich abbauen, zuhören und sich Zeit nehmen für ein Gespräch ist ein Teil unserer täglichen Arbeit. Die psychische Begleitung, nebst den pflegerischen und medizinischen Schwerpunkten, ist eine immer wichtiger werdende Aufgabe. Wir sind daher sehr froh, dass wir in unseren Teams erfahrene Psychiatrie Pflegefachpersonen haben, die sich

der Klienten in der für sie belastenden Situationen annehmen. Auch gehört die Pflege und Betreuung der Klienten, die an Covid-19 erkrankt sind, inzwischen zu unserem Alltag. Dabei erfahren wir jeden Tag, dass Klienten und Angehörige die vorgegebenen Massnahmen mittragen und unsere Arbeit entsprechend unterstützen.

Plötzlich wurde unsere Arbeit auch anders wahrgenommen, da wir die Unterstützung in jeder Pflege- und Betreuungssituation zu Hause sicherstellen. Vielen wurde erst jetzt bewusst, welche wichtige Rolle die Spitex und Betreuung in der Gesundheitsversorgung des Landes spielt.

Diese vielen positiven Rückmeldungen von Klienten und Angehörigen, freuen und motivieren uns sehr. Bei uns gilt strikte, dass Mitarbeitende mit Krankheitssymptomen, zu Hause bleiben müssen. Dann ist die Flexibilität von den anwesenden Kolleginnen/Kollegen gefragt. In diesen Situationen kommt es vor, dass die geplanten Einsatzzeiten um einige Minuten verschoben werden müssen, oder dass wir in der Betreuung kurzfristig Einsätze bei Klienten übernehmen, die wir noch nicht kennen. Dabei geben wir unser Bestes, denn unsere Klienten sollen ihre benötigte Unterstützung von uns erhalten.

Anita Giselbrecht,
Dipl. Pflegefachfrau bei der Familienhilfe
Liechtenstein e.V.

Hinweis der Landesverwaltung



Liechtenstein zählt

In Liechtenstein findet im Dezember 2020 die nächste Volkszählung statt. Die Einwohnerinnen und Einwohner des Landes werden dazu vom Amt für Statistik zu verschiedenen Themen befragt. Die Volkszählung ist ein Gemeinschaftswerk des Landes, denn nur wenn alle den Fragebogen ausfüllen, sind die Ergebnisse aussagekräftig. Das Amt für Statistik bedankt sich bereits jetzt bei allen Seniorenbund-Blättli Leserinnen und Lesern für ihr Mitmachen. Weitere Informationen finden Sie auf www.volkszaehlung.li