



August 2013

Pilotprojekt Gesundheit im Alter

Anfang 2013 hat der Kanton Luzern das Programm «Gesundheit im Alter» lanciert. Das übergeordnete Ziel dieses Programms ist die Förderung der Gesundheit im Alter der Luzerner Bevölkerung. Erhalt von Lebensqualität, Beziehungsnetzen, Selbständigkeit und Mobilität sollen dazu beitragen, dass Pflegebedürftigkeit verzögert, vermindert oder gar verhindert werden kann. Das Programm umfasst zwölf Schwerpunkte, welche in unterschiedliche Zeit-Prioritäten eingestuft sind. Im Jahr 2013 wird dem Schwerpunkt „Lebensraum/Lebensgestaltung in den Gemeinden“ prioritäre Beachtung geschenkt.

Im März 2013 hat ein erstes Austauschgespräch zwischen der kantonalen Programmleiterin, Frau Ursula Krebs, und einer Delegation des Seniorenrates Egolzwil-Wauwil in Luzern stattgefunden. Gemeinsam wurde entschieden, die künftige Zusammenarbeit als Pilotprojekt zu deklarieren.

Der Seniorenrat hat ein ausführliches Konzept erstellt, welches konkrete Handlungsfelder über vier Jahre beinhaltet. Es handelt sich um verschiedene Möglichkeiten zur Gesunderhaltung resp. zur Aufrechterhaltung von Lebensqualität der älteren Bevölkerung unserer beiden Gemeinden.

Themen 2013 bis 2016

2013

Alarmnotrufe Immer mehr Menschen entscheiden sich für einen Notruf zu Hause. Ein Sturz, Schwindel, ein Herzinfarkt, ein Schlaganfall, gesundheitliche Probleme, Unwohlsein – und die/der Betroffene ist alleine zu Hause! Eine Informationsveranstaltung findet am 10.09.2013 statt.

Patientenverfügung Mit der Patientenverfügung wird festgehalten, wie man medizinisch behandelt werden will, wenn man aufgrund einer Krankheit oder eines Unfalls seinen Willen nicht mehr kundtun kann und welche Behandlungen man am Lebensende wünscht. Ein ausführliches Referat zeigt Ihnen am 05.11.2013, welche Anordnungen Sie frühzeitig treffen sollten.

2014

Ernährung im Alter Fehl- und Mangelernährung gehören zu den häufigsten und am wenigsten beachteten Alterskrankheiten in unserer Gesellschaft. Essen soll Genuss und Freude bereiten! Eine Veranstaltung bringt Ihnen die Ziele eines neuen Projektes näher.

Sicherheit im Alter Erfahren Sie, wie Sie sich vor Betrügereien wie Trickdiebstahl, Einschleichebierdiebstahl, unseriösen Verkaufsstrategien bei Haustürgeschäften, Spendensammlungen, Kaffeefahrten etc. schützen. In Zusammenarbeit mit der Luzerner Polizei organisieren wir eine Informationsveranstaltung.

2015

Ich höre wieder alles! Bauen Sie unberechtigte Scham zum Tragen von Hörgeräten ab. Wir zeigen Ihnen auf, wie schön doch das Leben (wieder) sein kann durch „alles hören!“ Informationen eines Hörakustikers werden Ihnen die Qualität, die Sicherheit und Freude am Leben erhöhen.

Gesundheitspass Im Gesundheitspass werden sämtliche gesundheits-relevanten Daten des Passinhabers festgehalten. Vom behandelten Arzt erfolgen Eintragungen über Impfungen, Blutwerte, Operationen, Infektionskrankheiten, Allergien und Dauermedikamentationen sowie über erfolgte Gesundheitschecks. Ziel ist die Bekanntmachung eines Gesundheitspasses für Jung und Alt in Zusammenarbeit mit den Dorfärzten.

Gangsicherheit Altersbedingte Gesundheitsprobleme wie Seh- und Hörschwächen, Muskelschwäche, Gang- und Gleichgewichtsstörungen, Depressionen sowie umgebungsbedingte Gefahren stellen ein besonderes Risiko für Stürze der über 65-Jährigen dar. Wir informieren Sie an einer Veranstaltung darüber, wie Sie mobil und sicher zu Hause leben.

2016

Gehirntraining Für ältere Menschen, deren Unabhängigkeit im Alltag von einem optimalen Funktionieren des Gehirns abhängt, sind ein paar Übungen zum Trainieren des Gehirns von geradezu überragender Bedeutung. Es ist vorgesehen, regelmässige Kurse anzubieten.

Fahrtraining für Senioren Mit zunehmendem Alter lässt die Leistungsfähigkeit der Sinnesorgane und des Körpers nach (Sehvermögen, Hörvermögen, Merkfähigkeit, Beweglichkeit, Reaktions- und Koordinationsvermögen, Krankheiten und Medikamente). Eine objektive Beurteilung ist darum wichtig. In Planung steht die Organisation eines Praxis-Trainings in Zusammenarbeit mit der Pro Senectute.