

EUROP'age

Älter werden in Saar-Lor-Lux - Solidarität der Generationen
 Bien vieillir en Sarre-Lor-Lux - Solidarité des générations

Gemeinsam, wissbegierig und erlebnisoffen
 Ensemble, avides de savoir et ouverts sur le monde



Die Grenzen sind wieder da
Les frontières sont revenues

DRUCKEREI HUWIG

GmbH



Ihr DRUCK-PROFI in Riegelsberg

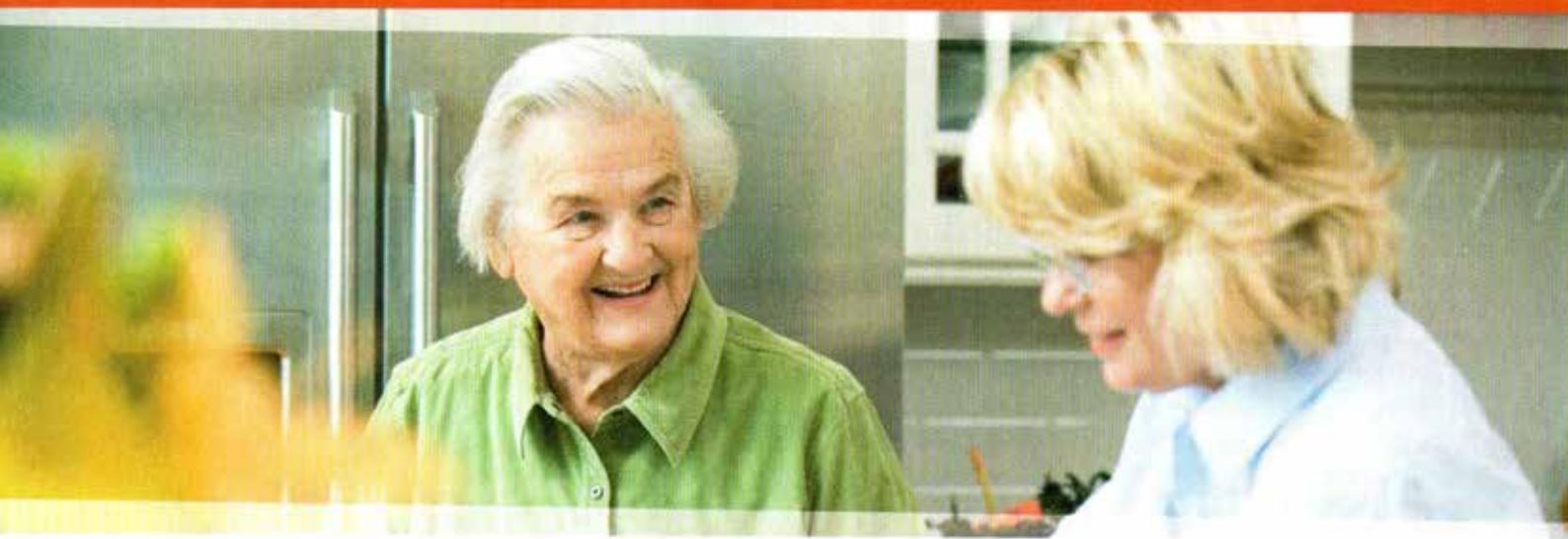
- + Auto-Beschriftung + Schilder + Banner +
- + Schaufenster + Plakate + Flyer + Karten +
- + Roll-Ups + Broschüren + Copy-Shop u.v.m.

0 68 06 / 40 01

info@druckerei-huwig.de • www.druckerei-huwig.de
Druckerei Huwig GmbH • Goethestraße 50 • 66292 Riegelsberg

Wir beraten Sie kostenlos und unverbindlich! Machen Sie noch heute einen Termin!

Rundum optimal versorgt



Umfassende Betreuung aus einer Hand im eigenen Haus!

Ob Menü Mobil, moderner Hausnotruf, rund um die Uhr Pflegeleistungen durch unsere Sozialstationen oder viele andere, alltägliche und wertvolle Servicedienste – die AWO Saarland bietet allen Menschen auch im Alter die Möglichkeit, ein unabhängiges und selbstbestimmtes Leben zu Hause zu führen. Weitere Informationen zu dieser professionellen Betreuung finden Sie unter

www.awo-saarland.de

Oder rufen Sie uns an unter der **0681 709510**



SAARLAND
AWO ZuHause!

Ambulante
Komplettleistungen
Malstatter Markt 4
66115 Saarbrücken

Europa - Saar-Lor-Lux Europe - Sarre-Lor-Lux

Hobbysport, Lesen und mehr Computer:
Wie Senioren bis 88 durch die
Corona-Krise kommen - Umfrage 5-6
Sports de loisirs, lecture et plus
de temps au PC : comment les
seniors jusqu'à 88 ans traversent
la crise de Corona - Enquête EUROP'age

Diskriminierung im Alter:
„Die Corona-Krise kann den
Generationenkonflikt verstärken“ 7-10
Discrimination envers les ainés :
« La crise du corona pourrait
creuser le fossé entre générations »

Einsamkeit kann krank machen 11
La solitude peut rendre malade

Bewohner in Seniorencentren
können wieder Besuch empfangen 12
Les résidents des maisons de retraite
pour personnes âgées peuvent
à nouveau recevoir des visiteurs
exemple

Titelbild/La couverture
Fotos von Becker & Bredel ©
photo de la presse: Becker & Bredel ©

Impressum

EUROP' age Saar-Lor-Lux e.V.
www.europ-age.eu

Schloss Str. 48
66117 Saarbrücken
Tel.: +49 681 506 4315
Mail: info@europ-age.eu
[facebook@europagesaarlorlux](https://facebook.com/europagesaarlorlux)

Redaktion und Layout

Marianne Granz,
Esther Ribic, Udo Lorenz,
namentlich gekennzeichnete
Beiträge, ehrenamtliche
Übersetzerinnen und
Muttersprachlerinnen;
eingegangene Texte können
gekürzt werden.
Textes français relus,
genehmigte Fotos oder Fotos
von Mitgliedern und Freunden
Druck: Huwig, Riegelsberg



Interreg
Grande Région | Großregion
SENIOR ACTIV*
Fonds européens de développement régional | Europäischer Fonds für regionale Entwicklung

Europa

Frankreich-Strategie 3.0 im Saarland - 13
Stratégie France 3.0 en Sarre -
Die deutsche Ratspräsidentschaft 2020 14-15
Richard Stock
La présidence allemande 2020

„Grenzen auf für die gemeinsame 16
Krisenbewältigung in der Großregion!“
<< Ouvrez les frontières
pour surmonter ensemble la crise
dans la Grande Région ! >>

Unser Dorf hat Zukunft - 17
Preisverleihung und Ansporn
für das EUROP'age Projekt
Notre village a un avenir - Remise des prix -
Encouragement pour le projet EUROP'age



Senioren aktiv

EUROP'age-Projekt „Senior activ“ für 18-19
besseres Leben älterer Menschen -
Projet EUROP'age « Senior activ »
pour un mieux-vivre

Bessere Einkaufsversorgung für Ältere im Dorf: 20-21
EUROP'age sucht mit Globus neue Wege
Meilleure offre de shopping pour les personnes
âgées du village :
EUROP'age cherche de nouvelles voies avec Globus

Ältere und Gebrauchsanweisungen - 22-23
vom Wert der „Waschzettel“
Seniors et modes d'emploi -
ce que valent les notices des fabricants

Senioren lernen erneut mit Tablet 24
Les seniors apprennent à se servir de tablettes

Landesarbeitsgemeinschaft Erinnerungsarbeit-Saar 28-29
Faire mémoire

Projekt: Senior activ weitgehend im Netz 30-31
Senior activ – seulement virtuel

So viele Hundertjährige gab es noch nie 32-33
Jamais les centenaires n'ont été aussi nombreux

Gesundheit/Santé

Ist Parkinson heilbar? 25-27
Aktuelle Behandlungsmöglichkeiten
La maladie de Parkinson est-elle curable ?
Traitement actuels

Nachruf/Nécrologie 34
Gedenken
Mémoire

Mitgliedsanträge auf der Website und Seite 35
Contrats des adhérents sur le site et page 35
www.europ-age.eu

Zusammenhalt in der Krise – Liebe Leserinnen und Leser,

seit 16. März 2020 verläuft unser Leben anders. Alle Länder der Welt wie auch jede/r Einzelne müssen sich nun einem Virus unterordnen, das unter uns wie eine Seuche grassiert. Die Bilder aus Norditalien, Spanien, den USA, ganz nah aus Grand Est haben gezeigt: hier ist eine tödliche Erkrankung möglich.

Die Auswirkungen der Coronavirus-Pandemie prägen seitdem unseren Alltag.

Plötzlich sind die Grenzen zwischen den Staaten wieder zu, Schengen gibt es nicht mehr, persönliche Freiheitsrechte sind extrem eingeschränkt, wir als Ältere sind zur besonderen Risikogruppe erhoben.

Virologen, Epidemiologen, Ärzte sagen uns täglich etwas zu Vorsicht und zu Kontakt- und Hygienemaßnahmen und wissen selbst zu wenig über das Virus. Die Politik musste im Sinne des Gesundheitsschutzes ganz schnell handeln,

die Medien überfluten uns seitdem mit Nachrichten und Einschätzungen. Das eigentlich gewohnte Leben steht dagegen still! Defizite in der gesundheitlichen Vorsorge wurden überdeutlich, die negativen Erscheinungen der Globalisierung waren mit Händen zu greifen.

Das haben wir über Wochen fast alle in großer Solidarität gemeistert. Aber aktuell zeigen sich die psychologischen Wirkungen der Isolation, die kluge



Menschen vorausgesehen haben. Unruhe entsteht bei unzähligen Menschen, Verschwörungstheorien erhalten vielerorts Nahrung, Abstandsregeln werden verletzt, Neuinfektionen nehmen regional zu.

Was tun? Auch wir als Team bei EUROP'age sind Gefangene des Covid-19. Die Akademie für Ältere, für die wir Veranstaltungen organisieren, alle unsere eigenen Programmangebote sind nicht durchführbar; denn wir dürfen und damit können wir uns nicht in Gruppen über 10 Personen treffen, uns weiterbilden, miteinander Kultur erleben, unsere Großregion erkunden, unsere Erinnerungsarbeit vor Ort erledigen. Unsere Projekte „Senior activ“ und „Wie gehen wir mit Älteren im ländlichen Raum um?“ können nur virtuell erfüllt werden. Und das tun wir auch.

Wir lernen Videokonferenzen abzuhalten und werden unseren Mitgliedern dazu Inhalte anbieten. Sind Sie dabei? Keiner weiß, wie lange die Pandemie dauern wird, niemand sagt uns heute, wann ein Medikament oder Impfstoff einsetzbar sein wird.

Also müssen wir neue Formen der Kommunikation anwenden: 2020 sind Ihr Engagement, Ihre Besonnenheit, Ihre Professionalität gefragt. Wir brauchen Ihre Ideen. Vielleicht können wir Ihre Aktionen sogar veröffentlichen? Gemeinsam werden wir diese schwierige Situation mit Engagement und Zuversicht meistern.

Bleiben Sie gesund!

Ihre Präsidentin
Marianne Granz

La cohésion dans la crise - Chères lectrices, chers lecteurs,

Depuis le 16 mars 2020, nos vies sont différentes. Tous les pays du monde, comme tout un chacun doit désormais se subordonner à un virus, qui s'est répandu comme une peste. Les images du nord de l'Italie, de l'Espagne, des États-Unis, plus près de nous du Grand Est ont montré : voici une maladie dont l'issue peut-être fatale.

Les effets de la pandémie de coronavirus ont depuis lors façonné notre vie quotidienne.

Soudain, les frontières entre les États sont à nouveau fermées, Schengen a disparu, les libertés individuelles sont extrêmement restreintes, nous les ainés devons le groupe vulnérable « à risque ». Presque chaque jour, les experts en virologie ou épidémiologie, les médecins nous inondent de recommandations de prudence des contacts pour le respect des mesures barrière, alors qu'eux-mêmes en savent trop peu sur le virus lui-même.

Les hommes politiques ont dû agir très rapidement dans l'intérêt de la protection de la santé publique, les médias nous submergent de nouvelles et de leurs évaluations.

La vie à laquelle nous étions habitués s'arrête du jour au lendemain. Les déficits sanitaires ont été révélés au grand jour, les défauts de la globalisation sont devenus tangibles.

Nous avons pourtant su maîtriser cette situation pendant presque huit semaines, dans une grande solidarité. Mais à présent, les effets psychologiques de l'isolement déjà annoncés en amont par des sages émergent, certains s'agitent, des théories de conspiration naissent en de nombreux endroits,

les règles de distanciation sociale sont violées, le nombre de nouvelles infections croît.

Que faire ? Notre équipe d'EUROP'age est elle-aussi prisonnière du Covid-19.

L'Académie des ainés ne peut pas travailler, tout un pan de notre programme ne peut être réalisé vu que nous ne sommes pas autorisés à nous réunir pour apprendre, faire des expériences culturelles en groupe, d'explorer notre Grande Région, de nous rendre dans les sites pour accomplir notre devoir de mémoire. Nos projets « Senior activ » et „Ruralité : veiller au bien-être des ainés« ne peuvent continuer que de manière virtuelle. C'est ce que nous essayons de faire au mieux. Nous apprenons à tenir des vidéoconférences et proposerons des offres avec ce support à nos membres prochainement ; car nul ne peut dire aujourd'hui à quel moment sera trouvé un médicament ou un vaccin pour nous protéger.

Pour 2020, c'est à votre tour d'être sollicité : votre engagement, votre prudence, votre professionnalisme. Nous avons besoin de vos idées. Peut-être même pourrions-nous publier votre histoire ?

Ensembles, avec engagement et confiance, nous surmonterons cette période difficile.

Restez en bonne santé !

Votre présidente

Marianne Granz

Traduction Esther Ribic

Hobbysport, Lesen und mehr Computer: Wie Senioren bis 88 durch die Corona-Krise kommen

Umfrage von EUROP'age

Saarbrücken - Entschleunigung statt Stress und mehr Besinnung auf sich selbst: Die meisten älteren Menschen in der Großregion Saar-Lor-Lux sind bisher trotz Kontaktsperrern, Abstandsregelungen und Hygienemaßnahmen recht gut durch die Corona-Krise gekommen - auch wenn unter ihnen die Angst vorherrscht, es könnte zu einer zweiten Pandemie-Welle kommen. Das geht aus einer Online-Umfrage der Seniorenorganisation EUROP'age Saar-Lor-Lux unter ihren rund 150



Otto Schäfer

Mitgliedern der Generation 60 plus hervor. So schreibt der 88jährige **Otto Schäfer** aus Saarbrücken: „Mir fällt es nicht schwer, die Verhaltensvorschriften zu befolgen. Meine Frau und ich beschränken uns auf Arztbesuche und kleine Besorgungen. Der Verzicht auf's Rudertraining tut weh, aber ich fahre wenigstens täglich

eine Stunde auf dem Fahrrad auf dem Leinpfad die Saar entlang“.

Schwierig ist für den betagten und dennoch fitten Senior „dass wir bei Schutzmaßnahmen besonders streng sein müssen, weil meine Frau bei einer eventuellen Infektion

sofort in akuter Lebensgefahr wäre“. Sie hatte sich kürzlich bei einem Sturz nach einem Herzkollaps eine Rippe gebrochen und kann seither nur flach atmen. Positiv empfindet es Schäfer, dass ihn in der Corona-Zeit seine Hausärztin zu Hause in Schutzkleidung besuchte, als ihn eine Bronchitis quälte. Die hat er gut überstanden, vermeidet aber möglichst Kontakte in Geschäften. Seine Tochter macht die Großeinkäufe an Lebensmitteln und er selbst sagt: „Im Tagesablauf hat die Arbeit mit dem Computer und das Lesen von Romanen eine höhere Priorität erhalten. Ich spiele sogar wieder öfter auf dem Akkordeon vertraute Volkslieder“.

Die ehemalige Lehrerin **Marie-Claude Schang** (75) aus Lothringen beklagt dagegen das „fast vollständige Lahm liegen der Bewegungsfreiheit“ auf dem Höhepunkt der Corona-Krise: „Vor allem das Fehlen von Wäscherei und Friseur störten mich“. Mehr Kontakte als früher gab es zu Nachbarn und Familie, die halfen. Schwieriger, so meint sie, werde für Senioren die Kluft zu Internet und neuen Medien und die Rücksichtnahme in Warteschlangen. Sie selbst hoffe, bald wieder frei reisen zu können. Für die Gesellschaft wünscht sie sich eine deutliche Aufbesserung „kleiner Gehälter“ für Krankenhaus- und Pflegepersonal, Haushaltshilfen und Müllsampler.

EUROP'age-Präsidentin Marianne Granz, Ex-Bildungsministerin im Saarland, hat in der Corona-Krise die Erfahrung gemacht: „Die Menschen sind viel freundlicher und hilfsbereiter als sonst und grüßen sich auch im Wald

Manifestations

Sports de loisirs, lecture et plus de temps au PC : comment les seniors jusqu'à 88 ans traversent la crise de Corona - Enquête EUROP'age

Déclaration au lieu de stress et davantage de méditation: La plupart des ainés de la Grande Région Saar-Lor-Lux ont jusqu'à présent assez bien surmonté la crise du Corona malgré les restrictions de contact, les règlements stricts de distanciation sociale et les mesures d'hygiène - même si parmi eux prévaut la crainte d'une deuxième vague de la pandémie. C'est le résultat d'une enquête en ligne menée par l'association EUROP'age Saar-Lor-Lux auprès de ses quelque 150 membres issus de la génération des 60 ans et plus. Otto Schäfer, 88 ans, de Sarrebruck, par exemple, écrit : « Suivre les règles de conduite ne me pose pas de problème. Ma femme et moi nous limitons à des visites chez le médecin et à de petites courses. Ça fait mal de renoncer à l'entraînement à l'aviron, mais je fais du vélo sur le chemin de halage le long de la Sarre pendant au moins une heure chaque jour ».

Plus difficile pour cette personne âgée, mais en bonne forme, « c'est que nous devons être particulièrement vigilants quant aux mesures de protection, car ma femme serait en grand danger si elle était infectée. Elle s'est récemment cassé une côte en tombant suite à un effondrement cardiaque et a depuis le souffle très court ». Alors que pendant le confinement, lui-même souffrait d'une bronchite, Otto Schäfer se réjouit que son

médecin traitant lui ait rendu visite à domicile, en vêtements de protection. Il a bien survécu, mais évite autant que possible de se rendre dans les magasins. Sa fille fait les courses et il dit : « Dans la routine quotidienne, je passe plus de temps à l'ordinateur et lis davantage de romans qu'avant. Je joue même plus souvent des chansons folkloriques familiaires sur mon accordéon ».

L'ancienne enseignante lorraine Marie-Claude Schang (75) quant à elle se plaint la « presque privation de déplacements » au plus fort du confinement : « Avant tout, l'absence de blanchisserie et de coiffeur me gênait ». Plus nombreux ont été les contacts avec les voisins et la famille, qui l'ont aidée. Plus difficile, dit-elle, pour les personnes âgées est le décalage par internet et les nouveaux médias, la vie quotidienne avec quand même parfois une considération inattendue dans les files d'attente. Elle espère elle-même pouvoir bientôt voyager à nouveau librement. Pour la société, elle souhaite une amélioration significative des « petits salaires » du personnel hospitalier et infirmier, des aides domestiques et des éboueurs.

La présidente d'EUROP'age, Marianne Granz, ex-Ministre de l'éducation en Sarre, a fait l'expérience suivante lors de la crise de Corona : « Les gens sont beaucoup plus amicaux et serviables que d'habitude et se saluent à

wieder“. Negativ empfand sie die Hamsterkäufe und das Gefühl des Eingesperrt - Seins sowie die vielen widersprüchlichen Informationen durch die Corona-Experten. „Ja, eine Pandemie ist so tückisch wie ein Krieg, man kann sie nicht beeinflussen“, beklagt Granz und betont: „Persönlich fehlen mir Kultur, Theater und Konzerte, mein täglicher Gang ins lothringische Frankreich“.



Birgid Schreiner

Birgid Schreiner aus Geislautern schreibt: „Ein Restaurant zu besuchen macht mir wegen der tausend Regeln nicht unbedingt Spaß. Ich genieße mehr denn je meinen großen Garten, pflanze Salat, Gemüse und viele Blumen an und hoffe auf Regen, der so sehr fehlt“. Einmütig ist der Tenor der Antworten von vier über 75jährigen Rentnerinnen aus dem französischen Saargemünd und anderen Gegenden in Lothringen:

„Die Ungleichheiten sind eklatant zwischen denen, die Haus/Garten haben, und denjenigen, die zeitweise eingepfercht in Wohnungen leben müssen. Wenn es an sozialen und kulturellen Möglichkeiten fehlt, kommt es zum Rückzug und der Gefahr von Depression“.

So beklagt auch die schon mehrfach am Saarländischen Staats-



Mona Jöst

theater (SST) in Saarbrücken als Statistin aufgetretene **Mona Jöst** (71): «Ich hatte fünf Wochen lang außer dem täglichen Spaziergang nur Kontakte über Telefon und habe meine Enkelkinder zehn Wochen lang nicht gesehen». Das sei ihr sehr schwer gefallen.

Doch die 86jährige Lothringerin **Irene Lamorlette** tröstet viele Senioren mit den Worten: „Während des Krieges haben wir viel Schlimmeres als diese Corona-Beschränkun-

gen erlebt: Versteckt in einem Keller, hungrig, mit Angst vor Bomben und der Denunziation von Nachbarn“.

Jetzt, so die einhellige Meinung der von EUROP'age befragten Senioren, gehe es vor allem darum, „gesund zu bleiben und Medikament und Impfstoff gegen Corona weltweit zu finden“.

Udo Lorenz



Irène Lamorlette



Actualités seniors

mes petits-enfants pendant dix semaines ». Cependant, Irène Lamorlette, 86 ans, originaire de Lorraine, réconforte de nombreux seniors avec ces mots : « Pendant la guerre, nous avons vécu bien pire que ces restrictions du corona : se cacher dans une cave, avoir faim, avoir peur des bombes et des dénonciations par les voisins ». Aujourd’hui, selon l’avis unanime des seniors interrogés par EUROP’age, le plus important est de « rester en bonne santé et que soient rapidement trouvés des médicaments et des vaccins contre le virus ».

Traduction Esther Ribic



Professorin Monika Weissgerber
auf dem gesperrten Leinpfad in Saarbrücken

nouveau même dans la forêt ». Négatifs pour elle les achats de masse et le sentiment d’être enfermée, ainsi que les nombreuses informations contradictoires fournies par les experts de Corona. « Oui, une pandémie est aussi traître qu’une guerre, on ne peut pas l’influencer », déplore Granz et souligne : « Personnellement, la culture, le théâtre et les concerts me manquent, mes déplacements réguliers vers la France, en Lorraine aussi ». Birgit Schreiner de Geislautern écrit : „Aller au restaurant ne me réjouit pas vraiment à cause des mille règles. Je profite plus que jamais de mon grand jardin, je plante de la salade, des légumes et de nombreuses fleurs et j’espère qu’il pleuvra bientôt, car la pluie manque tant“. Les réponses données par quatre retraités de plus de 75 ans de Sarreguemines et d’autres régions de Lorraine sont unanimes : « Les inégalités sont frappantes entre ceux qui ont une maison/jardin et ceux qui doivent vivre temporairement entassés dans des appartements. Le manque d’opportunités sociales et culturelles entraîne un repli sur soi et un risque de dépression ».

Mona Jöst (71 ans), qu’on a pu voir dans des rôles de figurante au théâtre national (SST) de Sarrebruck, se plaint : « Pendant cinq semaines, à part la promenade quotidienne, je n’ai eu que des contacts par téléphone et je n’ai pas vu

Diskriminierung im Alter: „Die Corona-Krise kann den Generationenkonflikt verstärken“

Unter dem Titel Altersforschung erschien am 17. April 2020 dieses Interview mit Professor Wahl in der Frankfurter Rundschau. Es wurde geführt von Pamela Dörhöfer.

Altersforscher Hans-Werner Wahl (Heidelberg) warnt vor einer Diskriminierung älterer Menschen und den Folgen von sozialer Distanz.

Herr Wahl, in der Corona-Krise werden alte Menschen vor allem als „die Schwächsten der Gesellschaft“ und als „Risikogruppe“ wahrgenommen. Sie haben sich als Wissenschaftler stets für einen differenzierten Blick auf das Alter eingesetzt und dafür, das Altern nicht nur unter dem Gesichtspunkt des Verlustes von Gesundheit und Fähigkeiten zu betrachten. Stellt die derzeitige Debatte in dieser Hinsicht einen Rückschlag dar?

Natürlich ist es selbstverständlich, dass jetzt ältere und chronisch kranke Menschen geschützt werden müssen. Aber wir müssen sehr aufpassen, dass das heterogene, auch mit positiven Elementen versehene Altersbild nicht unter die Räder kommt in dem Sinne, dass diese riesige Gruppe von Menschen auf eine homogene Masse reduziert und einheitlich in eine Schublade gesteckt wird: in die der Verletzlichen, vom Tode Bedrohten, der zu Isolierenden. Allein in Deutschland beträfe das 17,5 Millionen Menschen, denn so viele sind älter als 65 Jahre. Das wäre kulturell primitiv. Leider ist das teilweise aber schon geschehen.

Was meinen Sie mit „kulturell primitiv“?

In der Altersforschung verstehen wir immer besser, dass das chronologische Alter keine gute Aussagekraft im Hinblick zum Beispiel auf kognitive Leistungen und Krankheiten besitzt. Es



© Privat

wäre ein Kardinalfehler und eine unglaubliche Reduktion, jetzt Ratschläge oder Anordnungen mit gewaltigen Konsequenzen willkürlich an einer Grenze von 65 oder 70 Jahren festzumachen. In der Gerontologie wissen wir, dass „junge alte Menschen“ zwischen 65 und 80 meist noch kognitiv in hohem Maße leistungsfähig sind. Für diese Menschen ist es ein Schlag ins Gesicht, wenn sie nur als verletzlich und gefährdet dargestellt werden. Das ist altersdiskriminierend. Selbst bei den über 90-Jährigen leiden nur 30 bis 40 Prozent unter mehreren schweren Grunderkrankungen und Demenz. Natürlich sind diese sehr alten Menschen durch das Coronavirus stärker gefährdet. Aber grundlegend dürfen wir nicht davon ausgehen, dass das rein chronologische Alter das beste Kriterium ist, nachdem man vorgehen muss.

Nun ist es aber so, dass das Risiko, schwer an Covid-19 zu erkranken, tatsächlich mit dem Alter steigt. Und die meisten Patienten, die an den Folgen einer Infektion sterben, sind ältere Menschen. Was entgegnen Sie diesem Argument?

Es ist unbestritten, dass es bei Covid-19 eine Altersabhängigkeit gibt. Aber es gibt auch unter den 40- bis 65-Jährigen viele vulnerable Gruppen mit chronischen Erkrankungen.

Discrimination envers les ainés : « La crise du corona pourrait creuser le fossé entre générations »

Actualités seniors

Gérontologie : Interview de Hans-Werner Wahl par Pamela Dörhöfer, publié dans la Frankfurter Rundschau le 17 avril 2020
Accord pour impression.

Hans-Werner Wahl, chercheur sur le vieillissement à l'Université de Heidelberg met en garde contre la discrimination dont font l'objet les personnes âgées et les conséquences de la distanciation sociale.

M. Wahl, dans la crise du Corona, les personnes âgées sont surtout perçues comme « les plus faibles de la société » et comme un « groupe à risque ». Vous-même comme scientifique avez toujours préconisé une approche différenciée de la vieillesse et la nécessité d'envisager le vieillissement non seulement en termes de perte de santé et de compétences. Le débat actuel marque-t-il un revers?

Il va sans dire que les personnes âgées et les malades chroniques doivent désormais être protégés. Mais nous devons faire très attention à ce que l'image hétérogène de la vieillesse, qui comporte également des éléments positifs, ne soit écartée à jamais. Il ne faudrait pas que cet énorme groupe de personnes ne soit réduit qu'à une masse homogène et uniformément catalogué : les personnes vulnérables, celles qui sont menacées de mort, celles qui doivent être isolées. Rien qu'en Allemagne, cela concerne 17,5 millions de personnes, car beaucoup ont plus de 65 ans. Ce serait culturellement primitif. Mais malheureusement, une partie de cet amalgame s'est déjà produite.

Qu'entendez-vous par « culturellement primitif » ?

Dans la recherche sur la vieillesse, nous comprenons de mieux en mieux que l'âge chronologique n'est pas un bon indicateur

des performances cognitives et des maladies, par exemple. Ce serait une erreur cardinale et du réductionnisme que de vouloir fixer arbitrairement la limite de 65 ou 70 ans pour appliquer les recommandations ou des directives aux conséquences énormes. En gérontologie, nous savons que les «jeunes vieux» entre 65 et 80 ans sont en général encore très compétents sur le plan cognitif. Pour eux, c'est une gifle que de ne les présenter uniquement comme vulnérables et en danger. C'est une discrimination fondée sur l'âge. Même chez les plus de 90 ans, seuls 30 à 40 % d'entre eux souffrent de plusieurs pathologies sous-jacentes graves et de démence. Bien sûr, ces personnes très âgées sont plus exposées au virus corona. Mais fondamentalement, nous ne devons pas supposer que l'âge purement chronologique est le meilleur critère à retenir.

Pourtant, le risque de développer une grave maladie Covid-19 augmente en fait avec l'âge. Et la plupart des patients qui meurent d'une infection sont des personnes âgées. Comment répondez-vous à cet argument ?

Il est incontestable que le Covid-19 dépend du facteur de l'âge. Mais il existe également de nombreux groupes vulnérables parmi les 40 à 65 ans souffrant de maladies chroniques, ainsi du système cardiovasculaire. Nous savons par ailleurs que les affections psychologiques qui touchent un groupe non négligeable de personnes âgées de 20 à 60 ans, soit environ 15 à 20 %, peuvent accroître la sensibilité aux infections. Même si les personnes âgées présentent en moyenne un risque plus élevé, cela ne doit pas conduire à

kungen, etwa des Herz-Kreislauf-Systems. Wir wissen auch, dass psychische Erkrankungen, die eine nicht kleine Gruppe bei den 20- bis 60-Jährigen von etwa 15 bis 20 Prozent betreffen, die Empfindlichkeit gegenüber Infektionen erhöhen kann. Auch wenn Ältere im Schnitt ein höheres Risiko haben, so darf es doch nicht dazu führen, sie alle einer Kategorie zuzuordnen. Ich wünsche mir einfach eine differenzierte Kommunikation mit älteren Menschen.

Was löst es bei älteren Menschen aus, wenn sie in der aktuellen Situation ständig damit konfrontiert werden, dass sie als schwach gelten und geschützt werden müssen?

Das macht nichts Gutes mit den Betroffenen. Wir wissen, dass solche negativen Stereotype oft übernommen werden, das Selbstbild verändern und die Motivation für ein facettenreiches Leben und neue Erfahrungen massiv schwächen können. Was im Augenblick in Deutschland passiert, ist eine massenhafte Selbststigmatisierung älterer Menschen. Sie sagen sich: „Ich bin ja doch alt und verletzlich.“ Studien zeigen auch, dass diese negativen Stimuli auch im körperlichen Bereich starke Auswirkungen haben. Sie führen zu einer höheren Ausschüttung des Stresshormons Kortisol, können zu entzündlichen Prozessen führen und dadurch unter anderem kardiovaskuläre Erkrankungen befördern. Auch das Risiko einer Demenz steigt. Hinzu kommt, dass ältere Menschen nun zur „Unmotorik“ gezwungen werden, was schnell zu einem erheblichen Verlust an Muskelkraft führen kann.

Was bedeutet das seit Wochen praktizierte Social Distancing für ältere Menschen?

Schwierig ist es vor allem für ältere Menschen, die alleine leben und bisher noch gerade so ein Mindestmaß an

Austausch hatten und ihr soziales Netzwerk nur mit viel Anstrengung halten konnten. Sie fallen jetzt in eine Art sozialer Unterdosierung, wie ich von Menschen aus meinem eigenen Bekanntenkreis weiß. Positive Emotionen, das Gefühl, gebraucht zu werden, Zärtlichkeiten, all das fällt jetzt weg. Das ist sehr belastend. Und es betrifft eine große Gruppe von Menschen, denn auch von den über 80-Jährigen leben nur die wenigsten im Heim – auch wenn derzeit manchmal der gegenteilige Eindruck vermittelt wird.

Was könnte man Ihrer Ansicht nach tun, um die Einsamkeit dieser Menschen zu mindern?

Ich sehe eine Chance in der Nutzung neuer Kommunikationsmedien. Jetzt müsste die Stunde der Vernetzungen über existierende Geräte und Software-Lösungen schlagen. Das ist auch für ältere Menschen nicht unmöglich. 40 Prozent der über 65-Jährigen besitzen ein Smartphone, 70 Prozent einen PC, 60 Prozent sind im Internet, 30 nutzen ein Tablet. Aber man muss Angebote machen, für ältere Menschen, die zu Hause leben ebenso wie für jene in Heimen.

Von wem sollten die kommen? Von Kommunen, Seniorenbünden?
Politische Akteure, Sozialverbände und die Telekom könnten es in einer konzentrierten Aktion leisten und Tablets zur Ver-



les classer toutes dans une seule catégorie. Je voudrais simplement voir une communication différenciée avec les personnes âgées.

Dans la situation actuelle, qu'est-ce que cela déclenche chez les ainés lorsqu'ils sont constamment confrontés au fait d'être considérés comme faibles avec un besoin accru de protection?

Ça ne fait rien de bon avec les personnes concernées. Nous savons que ces stéréotypes négatifs sont souvent véhiculés sans discernement, qu'ils peuvent changer l'image de soi et affaiblir massivement la motivation pour une vie riche à facettes multiples et de nouvelles expériences. Ce qui se passe actuellement en Allemagne chez les personnes âgées est une auto-stigmatisation massive. Ils se disent : « après tout, je suis vieux et vulnérable ». Des études montrent également que ces stimuli négatifs ont aussi un fort impact sur les conditions physiques. Ils entraînent une plus grande libération de l'hormone du stress, le cortisol, et peuvent conduire à des processus inflammatoires et donc, entre autres favoriser les maladies cardiovasculaires. Le risque de démence augmente également. En outre, les ainés sont désormais contraints à la „non-motricité“ avec pour conséquence une rapide perte de la réserve musculaire.

Que signifie la distanciation sociale pratiquée depuis des semaines pour les personnes âgées ?

Actualités seniors

C'est particulièrement éprouvant pour les personnes âgées qui vivaient seules jusqu'ici, avec des échanges réduits au minimum, et qui ne parvenaient à garder un réseau social qu'au prix de nombreux efforts. Ils tombent maintenant dans une sorte de sous-dosage social. Je le sais par le cercle de mes connaissances personnelles. Les émotions positives, le sentiment d'être utile, la tendresse, tout cela n'existe plus maintenant. C'est très pénible. Et cela affecte un groupe important de personnes, car même parmi les plus de 80 ans, seules quelques personnes vivent en institution - même si actuellement, l'impression inverse est parfois donnée.

Que pourrait-on faire, selon vous, pour soulager la solitude de ces personnes ?

Je vois une opportunité dans l'utilisation des nouveaux médias de communication. Le temps est venu de mettre en réseau les appareils et les solutions logicielles existants. Ce n'est pas impossible, même pour les personnes âgées. 40 % des personnes de plus de 65 ans possèdent un smartphone, 70 % un ordinateur, 60 % ont accès à internet, 30 % utilisent une tablette. Mais il faut faire des offres, aussi bien pour les personnes âgées qui vivent à domicile que pour celles dans des hébergements collectifs.

De qui viendraient-elles ? D'autorités locales, d'associations de seniors ?

Les acteurs politiques, les associations sociales et les opérateurs pourraient le faire dans le cadre d'une action concertée et mettre des tablettes à disposition ; les structures de quartier et les services de soins pourraient être intégrés. Même les personnes âgées peuvent encore apprendre et se

fügung stellen, man könnte Nachbarschaftssstrukturen und Pflegedienste einbinden. Auch alte Menschen können noch lernen und sich mit IT vertraut machen. Klar sollte sein, dass es dabei nicht um soziale Betreuung geht – ein schreckliches Wort -, sondern um ein partnerschaftliches Miteinander, von dem alle profitieren können. Jetzt wäre der ideale Zeitpunkt für solche Initiativen. Das wäre wichtiger, als das Datenvolumen ohne Zusatzkosten zu erhöhen, wie es die Telekom jetzt gemacht hat.

In Pflegeheimen ist die Lage noch problematischer als bei den älteren Menschen, die noch zu Hause leben. Die Einrichtungen müssen sich wegen der Infektionsgefahr abschließen, Besucher sind nicht mehr zugelassen. Wie ließe sich die Situation dort verbessern?

In den Pflegeeinrichtungen potenziert sich die Lage noch, das ist sicherlich richtig. Man weiß, dass viele Bewohner dort nur dann aufblühen, wenn ein Angehöriger zu Besuch kommt. Das fällt jetzt weg. Auch in Heimen könnten Tablets eine große Rolle spielen. Pfleger könnten sie für die Bewohner bedienen. Oder Angehörige sprechen einen Text auf Band, den man sich dann anhört und gleichzeitig ein Foto mit anschaut. Hier sind Ideen gefragt. Wichtig wären auch physische Aktivierung und mehr gesellige Aktivitäten, bei denen man Gemeinsamkeiten pflegt, immer vorausgesetzt, man hat keine Infektionen im Haus. Schön wäre es auch, jeden Tag ein besonders tolles Essen zu servieren. Das ist nun einmal für viele im Heim das Highlight des Tages. Sehr verwerflich finde ich, dass offenbar in vielen Heimen nicht genügend Schutzkleidung für Pflegepersonal da ist und Masken selbst genäht werden müssen. Auch müssen die völlig unterbezahnten Pflegerinnen und Pfleger jetzt endlich besser entlohnt werden. Wir sind lange unanständig ge-

wesen in diesem Bereich hochbedeutsamer Professionalität unserer Gesellschaft. Eine Gehaltserhöhung von 30 Prozent wäre angebracht. Jetzt gleich und natürlich dauerhaft.

Bei Diskussionen um die Lockerungen des Shutdowns kommt regelmäßig auch der Vorschlag, dass die Schwachen und Alten in der Isolation bleiben müssen, während der Rest der Gesellschaft wieder weitgehend den normalen Alltag leben kann. Wie denken Sie darüber?

Ich finde solche Aussagen und die ihnen zugrunde liegende paternalistische Haltung den Älteren gegenüber schrecklich und unwürdig. Jüngere spielen sich symbolisch gesehen als die selbst ernannten Eltern der Alten auf, die ihnen sagen, was sie zu tun und zu lassen haben. Dabei sind ältere Menschen doch diejenige Gruppe in unserem Gemeinwesen mit der größten Lebenserfahrung. Die meisten handeln vernünftig und wissen selbst, wie sie sich zu verhalten haben. Das kann man auch von ihnen erwarten. Trauen wir ihnen doch einfach zu, dass sie wissen, welches Verhalten risikoreich ist. Das muss ihnen niemand dauernd sagen.

Kann die Corona-Krise den Generationenkonflikt verstärken, wie er sich schon in der Klimadebatte angedeutet hat?

Ja – und der Weg kann in sehr gefährliches Terrain führen. In Extremsituationen – die wir jetzt noch nicht haben – kann es schnell dahin kommen, dass lange gegen kurze Leben gegeneinander abgewogen werden, im Stil von: „Der alte Mensch hat doch sein Leben schon gelebt.“ Solche Vereinfachungen kommen selbst, wie ich in meinem eigenen Freundeskreis feststellen musste, bei gebildeten Menschen vor. Aber man kann Leben nicht anhand der Länge bewerten. Deshalb ist es auch wichtig, dass die Deutsche interdisziplinäre Vereinigung für Intensiv- und Notfallmedizin in ihren Triage-Empfehlun-

Actualités seniors

pas d'infections dans l'établissement. Servir un délicieux repas tous les jours serait fort agréable. Pour la plupart d'entre nous, c'est un moment fort de la journée. Je trouve très répréhensible qu'il n'y ait manifestement pas assez de vêtements de protection pour le personnel soignant dans de nombreuses maisons et que les masques doivent être cousus par les patients eux-mêmes. De plus, les infirmières totalement sous-payées doivent enfin être mieux payées. Nous avons longtemps été indécents dans ce domaine qui exige pourtant un grand professionnalisme. Une augmentation de salaire de 30 % serait appropriée. Maintenant et, bien sûr, de façon permanente.

Dans les discussions sur le déconfinement, il est régulièrement suggéré que les faibles et les personnes âgées doivent rester isolés tandis que le reste de la société peut largement retourner à une vie normale. Qu'en pensez-vous ?

Je trouve ces déclarations et l'attitude paternaliste envers les personnes âgées terribles et indignes. Les plus jeunes agissent symboliquement comme si eux étaient les parents autoprotégés des ainés, en leur disant ce qu'ils doivent faire et ne pas faire. Pourtant, les personnes âgées sont le groupe le plus expérimenté de notre communauté. La plupart d'entre eux agissent de manière sensée et savent comment se comporter. Faisons-leur simplement confiance pour qu'ils reconnaissent eux-mêmes les comportements à risque. Personne n'est obligé de leur répéter inlassablement.

La crise du corona peut-elle intensifier le conflit des générations, comme cela a déjà été le cas lors des débats sur le climat ? Oui - le chemin peut mener sur un terrain très dangereux. Dans des situations extrêmes - que nous n'avons pas encore - on

familiariser avec les technologies modernes. Il devrait être clair qu'il ne s'agit pas d'une question d'assistance sociale - un mot horrible - mais d'une coopération basée sur le partenariat dont tous pourraient profiter. C'est le moment idéal pour de telles initiatives. Ce serait plus important que d'augmenter le volume de données sans coûts supplémentaires.

La situation est encore plus problématique dans les maisons de retraite que chez les personnes âgées qui vivent encore à domicile. Les structures doivent se barricader en raison du danger d'infection, les visiteurs ne sont plus autorisés. Comment la situation pourrait-elle être améliorée ? La situation dans les établissements de soins continue de s'aggraver, c'est certainement vrai. On sait que de nombreux résidents ne s'épanouissent que lorsqu'un parent leur rend visite. Ce n'est plus le cas. Les tablettes pourraient également jouer un rôle important dans les résidences. Les soignants pourraient les manipuler pour les résidents. Ou encore, les proches pouvaient prononcer un texte sur une cassette, à écouter en regardant une photo. Il faut développer des idées.

L'activation physique et des activités sociales plus nombreuses pour permettre aux gens de partager des intérêts communs seraient à promouvoir, à condition qu'il n'y ait



gen geschrieben hat, das Alter dürfe kein Kriterium sein bei einer Entscheidung, wer im Notfall behandelt wird und wer nicht. In Italien, Spanien und Frankreich ist das schon passiert. Ich erwarnte, dass dort deswegen ein riesiges kulturelles Trauma im Sinne von „Was haben wir da eigentlich gemacht?“ entstehen wird und bewältigt werden muss. In Deutschland dürfen wir es nicht so



weit kommen lassen. Wir brauchen eine breite Debatte über ein hoffentlich nie eintretendes Ereignis, nämlich den Umgang mit zu wenig medizinischen Ressourcen. Gerade wir müssen angesichts unserer

Vergangenheit bei der Bewertung von Leben sehr vorsichtig sein und die ethische Latte besonders hoch hängen. Ich selbst neige angesichts der relativ hohen Lebenserwartung auch bei 60- oder 70-Jährigen heute dazu, dass in medizinischen Extremsituationen vielleicht eine Zufallsentscheidung das ethisch Beste wäre. Aber dieser Gedanke wird von vielen abgelehnt. Nur, wohin führen uns andere Kriterien?

Löst die ganze Triage-Diskussion bei älteren Menschen Ängste aus, sie könnten bei einer schweren Erkrankung aussortiert werden?

Das ist eine große Gefahr. Durch diese Diskussion entstehen massive Ängste in einer Generation, die noch am nächsten dran ist an der deutschen Vergangenheit. Da werden Dinge auch schnell falsch verstanden. Ich bin sicher, dass viele ältere Menschen denken, wenn es schlimmer wird, werde ich abgekoppelt und habe

aufgrund meines Alters keine Überlebenschance. Da wäre meiner Ansicht nach auch die Initiative von Seniorenverbänden gefragt.

Tun die Ihrer Ansicht nach in dieser Krise zu wenig?

Ich finde, sie agieren zu stark in die Richtung, dass ältere Menschen vor einer Infektion geschützt werden müssen, was natürlich wichtig ist. Sie vernachlässigen darüber grundsätzliche Fragen wie die der Diskriminierung Älterer und auch von Gefahren mangelnder Solidarität zwischen den Generationen in dieser Krise. Dabei geht es doch um die Positionierung und das Selbstverständnis einer sehr großen gesellschaftlichen Gruppe. Auch die Gerontologie muss hier mit ihren Fachgesellschaften sehr deutlich Position beziehen. Ähnliches erwarte ich vom Bundesministerium für Senioren, Frauen und Jugend. Es muss ein überzeugender Ausgleich zwischen Schutzhaltung und einem absolut partnerschaftlichen Austausch mit älteren Menschen gefunden werden. Und dieser muss im öffentlichen Diskurs in der Krise deutlich hörbar sein.



© Silviu Costin Iancu,
Warsaw/Poland
Danke für das Foto

Zum Abdruck freigegeben von Prof. Wahl

Actualités seniors

Toute cette discussion sur le tri fait-elle craindre aux personnes âgées qu’elles puissent être triées en cas de maladie grave ?

C'est un grand danger. Cette discussion suscite des craintes massives auprès d'une génération laquelle est encore la plus proche du passé allemand. Les choses sont aussi rapidement mal comprises. Je suis sûr que beaucoup de personnes âgées pensent que si les choses s'aggravent, je serai déconnecté et n'aurai aucune chance de survie à cause de mon âge. À mon avis, l'initiative des associations de personnes âgées dans ce sens serait indispensable.



peut rapidement en arriver à opposer les longues vies et les courtes, à la manière de : « Le vieil homme a déjà vécu sa vie ». De telles schématisations sont à entendre même chez les personnes instruites. La vie ne se juge pas selon sa durée. Il était important que l'Association interdisciplinaire allemande pour la médecine intensive et d'urgence ait écrit dans ses recommandations de tri que l'âge ne doit pas être un critère pour décider qui sera traité en cas d'urgence et qui ne le sera pas. Cela s'est produit en Italie, en Espagne et en France. Je m'attends à ce qu'un énorme traumatisme culturel du type « Qu'avons-nous donc fait? » se produise et que ce choc doive être surmonté. En Allemagne, les choses ne doivent pas en arriver là. Nous avons besoin d'un large débat sur un fait qui, espérons-le, n'arrivera jamais, à savoir le manque de ressources médicales. Vu notre passé, nous devons être plus que prudents lorsque nous évaluons la vie et placer la barre de l'éthique particulièrement haut. Considérant l'espérance de vie relativement élevée, même chez des sexagénaires ou des septuagénaires, je suis moi-même porté à croire que, dans des situations médicales extrêmes, une décision aléatoire pourrait être la meilleure sur le plan éthique. Mais cette idée est rejetée par beaucoup. Mais où nous mènent les autres critères sélectifs ?

À votre avis, en font-elles trop peu dans cette crise ?
Je pense qu'elles agissent trop dans le sens de la protection des personnes âgées contre l'infection, ce qui est bien sûr important. Ce faisant, elles négligent des questions fondamentales comme la discrimination envers les personnes âgées et les dangers d'un manque de solidarité entre les générations. Il s'agit du positionnement et de l'image de soi d'un très grand groupe sociétal. La gérontologie et ses associations professionnelles doivent également adopter une position très claire sur ce point. J'attends des choses similaires du ministère fédéral des personnes âgées, des femmes et de la jeunesse. Un équilibre convaincant doit être trouvé entre une attitude protectrice et un échange absolument partenarial avec les personnes âgées. Et il doit être clairement audible dans le discours public pendant la crise.

Traduction: Esther Ribic

Einsamkeit kann krank machen

Das Robert Koch-Institut schätzt die Gefahr für die Gesundheit der Bevölkerung durch das Coronavirus (SARS-CoV-2) nach wie vor als sehr hoch ein, für Risikogruppen als sehr hoch. Und wir Älteren und Hochaltrigen zählen zu dieser gefährdeten Gruppe, wie wir jeden Tag hören. Aber über die psychischen Folgen redet man erst jetzt nach Monaten der Isolation.

Die Corona-Krise ist deshalb für viele mehr und mehr zur Belastung geworden. Die Kontaktbeschränkungen stellen uns Ältere, aber auch Alleinlebende und Familien selbst nach den Lockerungen vor eine sehr große Herausforderung.

Insbesondere ältere Menschen müssen zurzeit immer noch weitgehend auf den Kontakt zu Kindern, Enkelkindern und Freunden verzichten, um sich nicht mit dem Coronavirus anzustecken. Der Gang zum Einkaufen ist immer noch zu gefährlich, besonders wenn Ältere an Vorerkrankungen wie zum Beispiel Herzschwäche oder Diabetes leiden. Dass viele ältere, noch aktive Menschen nun seit Monaten und auf unabsehbare Zeit weitgehend isoliert sind, sehen Altersmediziner mit großer Sorge: Mit zunehmender Vereinsamung gehe der Antrieb verloren, nach dem Aufstehen das Bett zu machen, sich zu pflegen, die Lust zu essen und zu trinken. Und nicht nur Dehydratierung droht: Wenn bestimmte Fähigkeiten über die



Zeit verloren gehen, könnten Ältere von der Selbstständigkeit in die Pflegebedürftigkeit rutschen. Studien belegen, dass Einsamkeit krank machen und zu Herzerkrankungen, Krebs oder vorzeitiger Demenz führen und auch Depressionen auslösen kann.

Experten raten älteren Menschen darum, den Tag zu strukturieren und Tagesanker zu setzen, zum Beispiel ein Telefonat zu planen und feste Rituale einzuhalten. Am besten ist es, zu einer bestimmten Tageszeit aufzustehen,

zu frühstücken, dann den Haushalt zu machen, Mittag zu essen und so weiter. Generell halten Psychologen die Langeweile in der sozialen Isolation für eine besonders einschneidende Veränderung. Wenn Kino, Konzerte, Kneipe, Theater und andere Freizeitaktivitäten nicht mehr möglich sind, empfinden viele Menschen das als Bedrohung.

Experten empfehlen daher, so aktiv wie möglich zu sein. Wer zum Beispiel musiziert, singt, meditiert, liest, schreibt, bastelt, putzt, aufräumt, entrümpelt oder die Steuererklärung macht, fühlt sich in der Regel wohler. Dabei ist es hilfreich, eine Liste mit den Dingen aufzuschreiben, die man erledigen möchte, und die geplanten Aktivitäten Tag für Tag abzuarbeiten. Hobbys werden dabei fest mit eingeplant. Der tägliche Spaziergang gehört dazu oder aktiv Sport treiben. Sich bewegen und sozialen Kontakt durch die Medien halten sind die wichtigsten Punkte gegen gefühlte Einsamkeit. Finden Sie den Schlüssel zu sich selbst in Zeiten dieses Virus!

Marianne Granz

La solitude peut rendre malade

L’Institut Robert Koch estime actuellement que le risque pour la santé publique posé par le coronavirus (SRAS-CoV-2) est élevé, voire très élevé pour les groupes à risque. Et nous, les ainés appartenons à ce groupe « en danger ». Alors que des mois d’isolement ont passé, on en vient seulement à évoquer les conséquences psychologiques.

Pour de nombreuses personnes, même après l’assouplissement des mesures du confinement, la crise liée au corona devient un fardeau de plus en plus lourd à porter. Les restrictions de contact constituent un grand défi pour nous, les ainés, mais aussi pour les personnes vivant seules, ainsi que pour les familles.

Les personnes âgées, en particulier, doivent dans une large mesure éviter les contacts avec les enfants, les petits-enfants et les amis pour ne pas s’exposer au risque

d’une infection par le coronavirus. Il est trop dangereux d’aller faire des courses, surtout si les personnes en question souffrent de pathologies lourdes comme l’insuffisance cardiaque ou le diabète. Les médecins-gériatres s’inquiètent du fait que de nombreux ainés encore actifs se retrouvent isolés depuis des semaines et pour une durée que nul ne peut évaluer : l’isolement se poursuivant, la volonté de faire son lit après s’être levé, de faire sa toilette, de manger et de boire faiblit au fil des jours qui passent. La déshydratation à elle seule constitue une menace sérieuse: si certaines capacités se perdent peu à peu, ceux qui étaient indépen-



Les visites avec protection du visage sont à nouveau possibles

Actualités seniors

dants avant la crise pourraient perdre leur autonomie et devenir fragilisés au point d’avoir besoin de soins. Des études montrent que la solitude peut rendre les gens malades, entraîner des maladies cardiaques, un cancer ou une démence précoce et déclencher une dépression.

Les experts conseillent à tout ainé de structurer la journée et de mettre en place des points d’ancrage quotidiens, par exemple

pour planifier un appel téléphonique et suivre des rituels fixes. Il est préférable de se lever à une certaine heure de la journée, de prendre son petit déjeuner, puis de faire le ménage, de déjeuner, etc.

En général, les psychologues considèrent que l’ennui entraîné par l’isolement social est un changement particulièrement brutal. Lorsque le cinéma, les concerts, le théâtre, les cafés, et d’autres activités de loisirs ne sont plus accessibles, pour beaucoup, cela s’apparente à une menace.

La recommandation des experts est d’être aussi actif que possible. Ainsi une personne qui fait de la musique, chante, médite, lit, écrit, fait du travail manuel, nettoie, range, ordonne ses affaires ou fait sa déclaration d’impôts, se sent généralement mieux dans sa peau. Il est utile de dresser une liste des choses que vous voulez faire et de travailler jour après jour sur les activités prévues. Les loisirs devraient être planifiés. Une promenade quotidienne ou la pratique d’un sport en font partie. L’exercice et les contacts sociaux sont essentiels pour ne pas sombrer dans la solitude. Trouvez la clé vers votre moi intérieur à l’époque de ce virus !

Esther Ribic

Bewohner in Seniorenenzentren können wieder Besuch empfangen

Ein Beispiel der AWO Saarland - Die allgemeine Verordnung des Gesundheitsministeriums:

Besuche in Einrichtungen nach § 1a und 1b des Wohn-, Betreuungs- und Pflegequalitätsgesetzes (Pflegeeinrichtungen) sind jetzt wieder möglich. Neben einem Angehörigen darf auch ein nicht zur Familie Gehöriger kommen. Maximal ist aber nur ein

registrierter Besucher pro Bewohner und Tag für längstens eine Stunde zuzulassen. Dabei sind geeignete Schutzmaßnahmen einzuhalten und eine Hygieneunterweisung ist regelmäßig durchzuführen. Ausnahmen sind für medizinisch oder ethisch-sozial angezeigte Besuche, insbesondere bei Palliativpatientinnen und -patienten, oder seelsorgerische Besuche zulässig.

Die Einrichtungen können unter Vorlage eines Hygiene- und Sicherheitskonzepts weitergehende Ausnahmen von der Besuchseinschränkung bei dem Ministerium für Soziales, Gesundheit, Frauen und Familie beantragen.

Als Beispiel geben wir das Konzept der AWO Saarland an. Fast alle anderen Träger von Pflege- und Alteneinrichtungen haben ähnliche Konzepte entwickelt. Rufen Sie dort an und machen Sie Ihren Angehörigen und älteren Freunden eine große Freude!

Die Bedingungen hierzu müssen jedoch strikt eingehalten werden, teilte der AWO-Landesverband mit. Dazu gehört auch, dass Angehörige und Betreuer vorab telefonisch Besuchstermine mit den örtlichen Einrichtungs- und Pflege-



dienstleistungen vereinbaren. Wichtig sind das Mitbringen eines eigenen Mund-Nasen-Schutzes sowie die Beachtung des mit dem Gesundheits- und Sozialministerium vereinbarten Besuchs- und Hygienekonzepts.

Je Bewohnerin oder Bewohner ist in der Regel pro Tag ein Besuch einer Person für maximal eine Stunde erlaubt. Enkelkinder im Alter von 6 bis 12 Jahren

dürfen einen Elternteil begleiten. Besuche sind jeweils nur zwischen 10.30 Uhr und 17.00 Uhr möglich. Das variiert von Träger zu Träger.

Nicht erlaubt sind Besuche von Menschen mit Erkältungssymptomen und Kontaktpersonen von COVID-19-Infizierten.

Vor Ort werden die Besucher von Mitarbeitern der Seniorenenzentren empfangen, in die Besuchs- und Hygieneregelungen eingewiesen und zum Besuchsraum gebracht.

Das Eintragen in eine Besucherliste ist Pflicht. Um Wartezeiten zu vermeiden, wird um die Einhaltung des vereinbarten Termins gebeten. Der Mindestabstand von 1,5 Metern zu anderen Personen ist grundsätzlich einzuhalten, ebenso das Gebot zur Händedesinfektion vor und nach dem Besuch. Im Interesse des Gesundheitsschutzes sind körperliche Kontakte unzulässig.

Von den Besuchseinschränkungen ausgenommen ist die Begleitung sterbender Menschen durch deren Angehörige.

Marianne Granz

Actualités seniors

Les résidents des maisons de retraite peuvent à nouveau recevoir des visiteurs - exemple

Sarre : Le décret général du ministère de la santé

« Conformément aux articles 1a et 1b de la loi sur la qualité des établissements de soins (établissements de soins), les visites dans les établissements ne sont pas autorisées. Des dérogations sont accordées pour les parents ou dans des cas exceptionnels. Au maximum un seul visiteur enregistré par résident et par jour peut être admis pour une durée maximale d'une heure. Des mesures de protection appropriées doivent être observées et des instructions d'hygiène doivent être données régulièrement. Au-delà, des dérogations exceptionnelles sont accordées lorsqu'il y a indication médicale ou éthico-sociale, notamment pour les patients en soins palliatifs, ou les visites de pastorale.

Les établissements peuvent sur présentation d'un plan d'hygiène et de sécurité, demander des dérogations plus étendues à propos de l'interdiction de visite en s'adressant au Ministère des affaires sociales, de la santé, de la femme et de la famille, Ordonnance du 15 mai 2020 modifiant les ordonnances relatives aux infections pour lutter contre la pandémie de corona (entrée en vigueur dès le 18 mai 2020) ».

A titre d'exemple, examinons le concept sanitaire de l'organisme AWO de Sarre. Presque tous les autres prestataires de soins et les maisons de retraite ont développé des concepts similaires. Appelez-les et rendez vos proches très heureux !

Il va de soi que les conditions sanitaires pour cela doivent être strictement respectées, a annoncé l'association régionale AWO. Cela implique également que les proches ou les aidants qui s'occupent d'un ainé prennent rendez-vous à l'avance par téléphone

avec l'établissement local et les services de soins. De plus, il faut apporter son propre masque de protection et respecter le concept de visite et d'hygiène convenu par l'établissement avec le Ministère de la santé et des affaires sociales.

En règle générale, chaque résident est autorisé à recevoir la visite d'une personne par jour, pendant une heure au maximum. Les petits-enfants âgés de six à douze ans peuvent accompagner un adulte. Les visites ne sont possibles qu'entre 10h30 et 17h00. Cela varie d'une institution à l'autre. Les visites de personnes présentant des symptômes du rhume et en contact avec des personnes infectées par le COVID-19 ne sont pas autorisées.

Les visiteurs sont accueillis sur place par le personnel des établissements pour personnes âgées. Les règles sanitaires sont communiquées et on les emmène au parloir. Une inscription sur une liste est obligatoire. Pour éviter les temps d'attente, les visiteurs sont priés de respecter le rendez-vous convenu. La distance minimale de 1,5 mètre par rapport aux autres personnes doit être maintenue par principe, tout comme l'exigence de désinfection des mains avant et après la visite. Dans l'intérêt de la protection de la santé, le contact physique n'est pas autorisé.

L'accompagnement des personnes en fin de vie est exclu du règlement des restrictions de visites.

Frankreich-Strategie 3.0 im Saarland - EUROP'age Saar-Lor-Lux mit dabei

Die Frankreich-Strategie der Landesregierung im Saarland, die EUROP'age Saar-Lor-Lux von Anfang an mit deutsch-französischen Gesprächskreisen für Senioren unterstützt, wird konsequent fortgesetzt. Das hat der Ministerrat des Saarlandes beschlossen und laut Mitteilung des Europaministeriums von Peter Strobel (CDU) dazu kürzlich die dritte Etappe der Strategie auf den Weg gebracht. Mit dem Maßnahmenkatalog „Feuille de route 3“ wurden demnach die Projekte für die Jahre 2020 bis 2023 festgelegt. Ziel ist es, dass das Saarland bis zum Jahr 2043 mehrsprachig wird.

Erste Erfolge sind laut Minister Strobel schon erreicht: „Nahezu 50 Prozent aller Kitas im Saarland betreiben ein zweisprachiges Konzept. Dazu wird an allen saarländischen Grundschulen Französisch ab Klassenstufe 3 verbindlich unterrichtet und an mehr als jeder vierten Grundschule erfolgt der Französischunterricht bereits ab Klassenstufe 1“.

Das sind aber nur 45 von 161 saarländischen Grundschulen, an denen die Kinder Französisch ab der ersten Klasse lernen, ansonsten erst ab der dritten, teilt das Ministerium mit. Diese Lücke muss so schnell wie möglich geschlossen werden, sonst geht die Motivation der Kinder verloren.

Wenn Französisch möglichst früh erlernt werde, könnten anschließend Englisch und weitere Sprachen dazukommen, meint Europaminister Strobel: „Unser Ziel ist und bleibt: Wir wollen die deutsche Region der Mehrsprachigkeit werden!“ Dazu wurde und wird EUROP'age von der Landesregierung auch immer wieder Unterstützung bei der Umsetzung der deutsch-französischen Gesprächskreise zugesagt.

Frankreichstrategie Saarland



Gemäß Anordnung der Akademie für Ältere der VHS im Regionalverband Saarbrücken können keine Gesprächskreise mit persönlichem Kontakt bis zum 26.10.2020 stattfinden.

EUROP'age startet eine Initiative mit virtuellem Gesprächskreis in französischer Sprache ab 1. Juli 2020. Uhrzeit noch offen.

Interessenten bitte melden Tel.: 0681/506 43 15 o.
info@europ-age.eu

Esther Ribic

Europe

Stratégie- France 3.0 en Sarre - Europ'age Saar-Lor-Lux y participe

La stratégie France du gouvernement du Land de Sarre - qu'Europ'age a soutenu dès le début notamment avec la tenue d'ateliers de conversation en langue française destinés aux seniors - se poursuit de manière conséquente. Cette décision a été prise par le Conseil des ministres de la Sarre et, selon une déclaration de Peter Strobel (CDU) du ministère de l'Europe, la troisième étape de la stratégie a été lancée récemment. Le catalogue de mesures « Feuille de route 3 » définit les projets pour les années 2020 à 2023, l'objectif étant que la Sarre devienne multilingue d'ici 2043.

Selon le Ministre Strobel, les premiers succès ont déjà été obtenus : « Près de 50 % de toutes les crèches de la Sarre fonctionnent selon un concept bilingue. À cette fin, toutes les écoles primaires de la Sarre ont un enseignement obligatoire en français à partir de la troisième année et plus d'une école primaire sur quatre propose déjà un enseignement en français à partir de la première année. Si le français est appris le plus tôt possible, l'anglais et d'autres langues pourraient être ajoutées par la suite », déclare le ministre des affaires européennes Strobel : « Notre objectif est et restera le même : Nous voulons devenir la région allemande du multilinguisme ». Europ'age a pu et pourra continuer à bénéficier du soutien du gouvernement sarrois pour la mise en place des groupes de parole franco-allemands.

Conformément à la disposition de l'Académie des ainés de l'université populaire VHS de la communauté des

communes de Sarrebruck, il ne peut se tenir de réunion des ateliers avec contacts personnels avant le 26.10.2020. **EUROP'age lance une initiative avec un groupe de discussion virtuel en langue française dès le 1er juillet 2020.** Les personnes intéressées peuvent nous contacter au 0681/506 43 15 ou à info@europ-age.eu

Esther Ribic

La Stratégie France de la Sarre



Die deutsche Ratspräsidentschaft 2020

Das Logo der deutschen EU-Ratspräsidentschaft (2. Halbjahr 2020) ist vom Möbius-Band inspiriert und steht als Symbol für ein innovatives und integratives Europa. Ein faszinierendes geometrisches Objekt: Es ist ein typisches Beispiel für eine einseitige Oberfläche in der algebraischen Topologie. Es hat die Form einer Schleife mit einer einzigen Kante und einer einzigen Fläche. Weder die Ober- noch die Unterseite der Schleife kann unterschieden werden, weder die Innen- noch die Außenseite: Unabhängig von Ausgangspunkt und Richtung der Schleife bleibt man immer auf der gleichen Fläche. Auf diese Weise symbolisiert das Band ein starkes Bündnis für ein vereintes Europa. Ein Europa, das auf einem Geist der Einheit und Solidarität beruht.

Welche sind die Prioritäten Deutschlands?

Die deutsche Ratspräsidentschaft wird im Zeichen der SARS-CoV-2-Pandemie und ihrer gesundheitlichen, wirtschaftlichen und sozialen Folgen stehen. Das Hauptziel besteht darin, die Herausforderungen der Pandemie gemeinsam und vorausschauend anzugehen. Europa muss gestärkt aus der Krise hervorgehen: Die deutsch-französische Initiative für den europäischen Aufschwung könnte dazu einen wichtigen Beitrag leisten. Ziel ist es, den europäischen Wiederaufbauplan in eine Symbiose mit dem Grünen Pakt und dem mehrjährigen Finanzrahmen 2021-2027 zu bringen und



alle Maßnahmen so schnell wie möglich umzusetzen. Angesichts der Meinungsverschiedenheiten zwischen den Mitgliedsstaaten ist dies eine schwere Aufgabe. Gleichzeitig werden Themen, die für die Zukunft Europas von großer Bedeutung sind, eine große Rolle spielen: zum Beispiel die digitale Transformation, die Rechtsstaatlichkeit und die Rolle

Europas in der Welt. In diesem Zeitraum müssen auch die Verhandlungen zur Festlegung der künftigen Beziehungen zwischen der EU und dem Vereinigten Königreich abgeschlossen werden.

Einer der Schwerpunkte der deutschen Präsidentschaft werden die **Beziehungen zwischen der EU und China** sein. Die Volksrepublik China ist heute einer der einflussreichsten Akteure auf der internationalen Bühne, eine Position, die das Land immer offener einnimmt. Im Rahmen der Beziehungen zwischen der EU und China werden der Abschluss des Investitionsabkommens, aber auch gemeinsame Fortschritte in den Bereichen Umwelt- und Klimaschutz, globale Gesundheit und die jeweiligen Beziehungen zu Afrika die nächsten Höhepunkte sein. Die Partnerschaft zwischen der EU und China ist jedoch nach wie vor durch grundlegende Unterschiede in Fragen wie Menschenrechte und demokratische Freiheiten gekennzeichnet.

La présidence allemande 2020

Europe

Le logo de la présidence allemande du Conseil de l'Union européenne (2e semestre 2020) s'inspire du ruban de Möbius ; il est le symbole d'une Europe innovante et solidaire.

Un objet géométrique des plus fascinants : il est l'exemple-type d'une surface à une seule face en topologie algébrique. Il se présente sous la forme d'une boucle possédant un seul bord et une seule face. On ne peut distinguer ni le haut ni le bas de la boucle, ni l'intérieur ni l'extérieur : quels que soient le point de départ et la direction de la boucle, on reste toujours sur la même face.

Ainsi, le ruban symbolise un lien fort pour une Europe unie. Une Europe fondée sur un esprit d'unité et de solidarité.

Quelles sont les priorités de l'Allemagne ?

La présidence allemande du Conseil sera dominée par la pandémie du SARS-CoV-2 et ses conséquences sanitaires, économiques et sociales. L'objectif principal est de relever les défis de la pandémie ensemble et de manière prospective. Il faut que l'Europe sorte plus forte de la crise : l'initiative franco-allemande pour la relance européenne pourrait y contribuer fortement. Il s'agit de mettre en symbiose le plan européen de reconstruction avec le pacte vert et le cadre financier pluriannuel 2021-

2027 et de rendre opérationnel l'ensemble des dispositifs le plus rapidement possible. Lourde tâche compte tenu des divergences de vue entre les pays membres.

En même temps, des sujets de grande importance pour l'avenir de l'Europe joueront un rôle majeur : par exemple la transformation numérique, l'État de droit et le rôle de l'Europe dans le monde. Les négociations visant à définir les futures relations entre l'UE et le Royaume-Uni devront également aboutir durant cette période.

L'un des axes prioritaires de la présidence allemande sera la **relation UE-Chine**. La République populaire de Chine est à présent l'un des acteurs les plus influents sur la scène internationale, une place que le pays revendique d'ailleurs de plus en plus ouvertement. Dans le cadre des relations sino-européennes, les moments marquants à venir seront la conclusion de l'accord d'investissement, mais aussi des avancées communes dans le domaine de la protection de l'environnement et du climat, de la santé mondiale et des relations respectives avec l'Afrique. Toutefois, le partenariat entre l'UE et la Chine reste marqué par des divergences fondamentales sur des thématiques telles que les droits de l'homme et les libertés démocratiques.

Une autre priorité de la présidence allemande sera la relation avec l'Afrique. Lors du sommet UE-Afrique prévu en



Ein weiterer Schwerpunkt des deutschen Vorsitzes werden die **Beziehungen zu Afrika** sein. Auf dem EU-Afrika-Gipfel im Oktober wird eine der größten Herausforderungen darin bestehen, die Auswirkungen der SARS-CoV-2-Pandemie abzufedern, die sich in vielen Teilen des Kontinents als besonders schwerwiegend erweisen könnte. Parallel dazu wird es auch wichtig sein, Ziele wie den Kampf gegen den Klimawandel, Migration, nachhaltige Entwicklung, Frieden und Sicherheit zu verfolgen.

Schließlich wird die Aufrechterhaltung eines **friedlichen Dialogs mit Russland** mehr als notwendig sein. Russland hat sich bei mehreren Gelegenheiten von diesem Dialog abgewandt, insbesondere während der illegalen Annexion der Krim oder den hybriden Angriffen, die es gegen bestimmte westliche Demokratien durchgeführt hat.

Natürlich wird es nicht möglich sein, all diese Herausforderungen während der deutschen Ratspräsidentschaft zu lösen, aber hoffen wir, dass insbesondere durch die Reaktivierung der deutsch-französischen Entente bedeutende Fortschritte erzielt werden können.

Richard Stock

Centre européen Robert Schuman, Metz – Scy-Chazelles

Die Europäische Union feiert den 70. Jahrestag des sogenannten Schuman-Plans.

Am 9. Mai 1950 hatte der damalige Außenminister Frankreichs, Robert Schuman, die Zusammenlegung der Kohle- und Stahlindustrie der früheren Kriegsgegner Deutschland und Frankreich vorgeschlagen. Die sogenannte Montanunion gilt als der Ursprung der EU.

„Der Friede der Welt kann nicht gewahrt werden ohne schöpferische Anstrengungen, die der Größe der Bedrohung entsprechen. Der Beitrag, den ein organisiertes und lebendiges Europa für die Zivilisation leisten kann, ist unerlässlich für die Aufrechterhaltung friedlicher Beziehungen.“

Am 9. Mai wollten wir mit einer Delegation aus Jung und Alt in Scy - Chzelles diesen 70. Geburtstag Europas feiern und an Robert Schuman erinnern. Corona hat auch diese Veranstaltung verhindert.



Robert Schuman

1886 - 1963
© Europäische Union

Richard Stock

+33 (0) 387.60.10.15
+33 (0) 387.60.14.71

centre-robert-schuman@centre-robert-schuman.org

www.centre-robert-schuman.org

Centre européen Robert Schuman

2, rue Robert Schuman
F57160 Scy-Chzelles



Europe

octobre, l'un des grands enjeux sera d'amortir l'impact de la pandémie du SARS-CoV-2, qui pourrait s'avérer particulièrement grave dans de nombreuses régions du continent. En parallèle, il sera également important de poursuivre des objectifs tels que la lutte contre le dérèglement climatique, les phénomènes migratoires, le développement durable, la paix et la sécurité.

Enfin, le maintien d'un dialogue apaisé avec la Russie sera plus que nécessaire. La Russie s'est détournée de ce dialogue à plusieurs reprises, notamment lors de l'annexion illégale de la Crimée ou des attaques hybrides qu'elle a menées contre certaines démocraties occidentales.

L'Union européenne célèbre le 70e anniversaire du « Plan » Schuman.

Dans sa déclaration du 9 mai 1950, Robert Schuman, alors ministre français des affaires étrangères, propose de fusionner les industries du charbon et de l'acier des anciens ennemis de la guerre, l'Allemagne et la France. La signature du traité de la Communauté européenne du charbon et de l'acier, la CECA est considérée comme l'origine de l'Union européenne.

« La paix mondiale ne saurait être sauvegardée sans des efforts créateurs à la mesure des dangers qui la menacent. La contribution qu'une Europe organisée et vivante peut apporter à la civilisation est indispensable au maintien des relations pacifiques ».

Il était prévu qu'un groupe de jeunes et seniors se rende depuis la Sarre à Scy-Chzelles pour fêter l'Europe et faire hommage à Robert Schuman, projet contré par la pandémie Covid 19.

Bien entendu, tous ces défis ne pourront pas être résolus au cours de la présidence allemande du Conseil, mais espérons que des avancées significatives pourront être obtenues grâce notamment à la réactivation de l'entente franco-allemande.

Richard Stock

Centre européen Robert Schuman, Metz – Scy-Chzelles



Schuman hält seine berühmte Rede vom 9. Mai 1950, dem Tag, der heute als Geburtsstunde der EU gefeiert wird.

„Grenzen auf für die gemeinsame Krisenbewältigung in der Großregion!“

AUFRUF der Europa-Union Saar, dem sich EUROP'age angeschlossen hat.
Um weiteren Schaden an der Freundschaft zwischen Deutschland und Frankreich sowie zwischen Deutschland und Luxemburg zu verhindern, müssen alle Grenzübergänge zwischen dem Saarland und dem Département Moselle sowie dem Großherzogtum Luxemburg unverzüglich wieder geöffnet werden! Die Eindämmung der Corona-Krise muss durch Zusammenarbeit und nicht durch Abschottung erfolgen!

Wir dürfen unsere Freundinnen und Freunde im Département Moselle und in Luxemburg nicht im Stich lassen! Sie zählen auf die Zusammenarbeit mit uns in der Bewältigung dieser Krise. Menschenleben und die Einheit Europas stehen auf dem Spiel. Wir müssen jetzt alle gemeinsam handeln!

Armin Laschet, Ministerpräsident in Nordrhein - Westfalen stellte unlängst heraus, dass Bundeskanzlerin Angela Merkel (CDU) und Frankreichs Präsident Emmanuel Macron den „**Grundstein für ein neues Europa**“ gelegt hätten, das geeinter, solidarischer und zusammen stärker in der Welt sei.

Laschet ist seit Anfang 2019 deutsch-französischer Kulturbewollmächtiger.



Berus. Direkt an der Grenze zu Frankreich steht seit 50 Jahren das Europa-Denkmal in Berus. Das Jubiläum, groß geplant, fiel vorerst sehr klein aus. EUROP'age hätte auch an diesem

Jubiläum teilgenommen.

„Wir feiern das jetzt in sehr, sehr kleinem Rahmen“, bedauerte Überherrns Bürgermeisterin **Anne Yliniva-Hoffmann**. Sobald die Umstände es erlauben, werde jedoch „dieser Sache in besonderer Weise gedacht werden“, versicherte **Kurt Schoenen**, Präsident des Denkmal-Vereins.

Helmut Bulle jr., Sohn des saarländischen Politikers, spielte auf der Trompete die Europahymne.



<< Ouvrez les frontières pour surmonter ensemble la crise dans la Grande Région ! >>

Europe

M. Armin Laschet, Le ministre président de la Rhénanie du Nord-Westphalie a récemment précisé: La période post-corona doit revitaliser l'Europe. La chancelière Angela Merkel et le Président @EmmanuelMacron - l'Allemagne et la France - posent la première pierre d'une nouvelle Europe: plus unie, plus solidaire, plus forte ensemble dans le monde.

M. Laschet est le nouveau Plénipotentiaire de la République fédérale d'Allemagne chargé des relations culturelles franco-allemandes à partir de 2019

Bérus- Situé à proximité de la frontière avec la France, le Monument européen de Bérus existe depuis 50 ans. La grande fête pour cet anniversaire, auquel EUROP'age aurait participé, a dû être réduite à une petite célébration.

« Nous le célébrons maintenant à très, très petite échelle », a regretté Anne Yliniva-Hoffmann, maire d'Überherrn. Mais dès que les circonstances le permettront, « cette cause sera commémorée d'une manière spéciale », a assuré Kurt Schoenen, président de l'association des monuments.

APPEL de l'Union des Fédéralistes Européens de Sarre (Europa-Union Saar) qu'EUROP'age a rejoint.

Pour éviter de nouvelles atteintes à l'amitié entre l'Allemagne et la France et entre l'Allemagne et le Luxembourg, tous les points de passage frontaliers entre la Sarre et le département de la Moselle et à la frontière avec le Grand-Duché de Luxembourg doivent être rouverts immédiatement ! Le confinement de la crise de Corona doit être obtenu par la coopération et non par l'isolement !

Nous ne devons pas abandonner nos amis de Moselle et de Luxembourg. Ils comptent sur notre coopération pour gérer cette crise ! Des vies humaines et l'unité de l'Europe sont en jeu. Nous devons agir tous ensemble maintenant !

Meilleures salutations et restez en bonne santé !, Bescht Gréiss a bleift gesond!, Herzliche Grüße und bleiben Sie gesund!,

Unser Dorf hat Zukunft – Preisverleihung und Ansporn für das EUROP'age Projekt

Am 24. Januar wurden bei der Abschlussveranstaltung des Bundesministeriums für Ernährung und Landwirtschaft in Berlin die Preisträger des 26. Wettbewerbs „Unser Dorf hat Zukunft“ ausgezeichnet. Darunter war auch **Oberesch**. Das kleine Dorf an der Grenze zu Frankreich hat im Bundesfinale Silber geholt. Nach Angaben des Bundeslandwirtschaftsministerium gehörte die Ortschaft zu 15 Dörfern, die im Wettbewerb mit Silber und einem Preisgeld von 10.000 Euro geehrt wurden. Außerdem hat Oberesch einen mit 3000 Euro dotierten Sonderpreis für Zusammenhalt bekommen.

„Der Wettbewerb ‚Unser Dorf hat Zukunft‘ hat in den vergangenen Jahrzehnten für einen enormen Zuwachs an Lebensqualität im ländlichen Raum gesorgt. Er ist zu einem wichtigen Motor der ländlichen Entwicklung geworden und zeigt uns immer wieder aufs Neue, was engagierte Menschen in ihrem Dorf bewegen können“, sagt der für den ländlichen Raum zuständige Minister Reinholt Jost.

Seit Oktober 2019 beschäftigt sich ein zweites Referat (Agentur ländlicher Raum, Heimat und regionale

Identität) im Ministerium mit der ländlichen Entwicklung. Hier sollen – in Ergänzung



Le 24 janvier, lors de la cérémonie de clôture, le Ministère pour l'alimentation et l'agriculture à Berlin a désigné les gagnants du 26e concours « Notre village a un avenir ». Parmi les lauréats se trouvait Oberesch. Le petit village situé à la frontière avec la France a remporté le deuxième prix en finale fédérale. Selon le Ministère du Bund, il figure parmi les 15 villages du concours à avoir été primés, avec une médaille en argent et une somme de 10 000 euros. Oberesch a de plus reçu un prix spécial pour la cohésion, d'une valeur de 3000 euros. Selon Reinhold Jost, le ministre responsable de la ruralité en Sarre, le concours « Notre village a un avenir » a permis d'améliorer considérablement la qualité de vie dans les zones rurales au cours des dernières décennies. « Il est devenu un moteur important du développement rural et nous montre encore et toujours ce que des personnes engagées peuvent accomplir dans leur village ».

Depuis octobre 2019, une Agence pour les zones rurales, la terre natale et l'identité régionale a été créée au sein du ministère de l'environnement pour s'occuper du développement rural. En plus des subventions par l'Union Européenne et du gouvernement fédéral, l'agence veille à obtenir des financements publics du Land pour des projets touchant au bénévolat, au dévelo-

pement social, à la culture et à l'identité des villages, pour améliorer leur perception et leur image. Cela s'inscrit parfaitement dans la démarche de notre projet avec le ministère de l'environnement « Comment s'occuper des personnes âgées dans les zones rurales ? »



Die Jury in Oberesch

Das ist passgenau zu unserem Projekt mit dem Umweltministerium „Wie gehen wir mit Älteren im ländlichen Raum um?“.

Leider werden wir wegen der Pandemie Corona 19 keine Dorfinterviews in Überherrn, Mandelbachtal und Gersheim in diesem Sommer führen können. Sie wären so wichtig gewesen, um herauszufinden, welche Bedürfnisse die Älteren haben, was die Politik tun sollte, um diese zu befriedigen und was jede/r Einzelne dazu beitragen kann, damit unsere Dörfer lebendig und altengerecht oder besser generationengerecht bleiben.

Stattdessen werden wir nun Interviews führen mit den drei Bürgermeister*innen Anne Yliniva – Hoffmann, Maria Vermeulen und Michael Clivot. Diese starten wir nach den Sommerferien, damit die Genannten sich konzeptionell mit ihren Seniorenbüros oder -beauftragten intensiv abstimmen können.

Marianne Granz

Manifestations

Notre village a un avenir - Remise des prix - Encouragement pour le projet EUROP'age



photo avec masque facial dans la crise de Corona

lement social, à la culture et à l'identité des villages, pour améliorer leur perception et leur image.

Cela s'inscrit parfaitement dans la démarche de notre projet avec le ministère de l'environnement « Comment s'occuper des personnes âgées dans les zones rurales ? » Malheureusement, en raison de la pandémie Corona

19, nous ne pourrons pas réaliser d'interviews dans les villages d'Überherrn, de Mandelbachtal et de Gersheim comme prévu cet été. Il aurait été si important de connaître les besoins des personnes âgées, d'entendre les avis sur ce que la politique devrait faire pour les satisfaire et d'apprendre comment chaque individu peut à sa manière contribuer à maintenir son village vivant et adapté à leur âge ou mieux, à leur génération.

A défaut, nous mènerons des entretiens avec les trois maires

Anne Yliniva - Hoffmann, Maria Vermeulen et Michael Clivot. Après les vacances d'été, pour permettre à ces élus locaux de coordonner intensément leurs concepts avec leurs bureaux ou leurs représentants des personnes âgées. Esther Ribic

EUROP'age-Projekt „Senior activ“ für besseres Leben älterer Menschen

Saarbrücken - Ältere Menschen, die in abgelegenen Dörfern oder Stadtteilen leben, sorgen sich vor allem um ihre Mobilität, die Gesundheit und die tägliche Grundversorgung mit Lebensmitteln. „Wie komme ich ohne eigenes Auto zum Arzt, in die Apotheke und zum Einkaufen?“, lautet dabei die meist gestellte Frage, wie eine Untersuchung der grenzüberschreitenden Seniorenvereinigung EUROP'age Saar-Lor-Lux ergeben hat. Nachgefragt werden demnach auch mehr Freizeit- und Bildungsangebote vor Ort für ältere Menschen. Mit Hilfe eines Interreg-Förderprogramms der Europäischen Union (EU) und anderer Partner hat EUROP'age deshalb das Projekt „Senior activ“ gestartet, das bis 2023 dauern soll.

Ziel des auch von der Saar-Regierung stark unterstützten EUROP'age-Programms ist es, älteren Menschen - vor allem auch im ländlichen Raum - ein besseres eigenstän-



Vorstand EUROP'age und Ehrenamtliche, Gaby Merker - Stübing 3 v. lks.,
Michael Endner 6. v. lks

diges Leben zu ermöglichen. Nach einer Befragung von Senioren und Behörden haben die EUROP'age-Mitglieder **Gabriele Merker-Stübing und Michael Endner** jetzt eine erste Bestandsaufnahme für „Wohnen im Alter und Innovative Projekte für Ältere im ländlichen Raum“ erstellt. Detailliert mit Kontaktdaten aufgelistet werden darin bereits vorhandene landesweite Angebote wie der mobisaar-Begleitservice für Senioren, virtuelle Mehrgenerationenhäuser und der Kulturschlüssel Saar von passgenau e.V., mit dem sich Senioren zu kulturellen Veranstaltungen fahren und wieder zurückbringen lassen können.

Dazu werden untergliedert nach den sechs Landkreisen im Saarland modellhafte Einzelprojekte aufgeführt. Das reicht von der Mach Mit-Selbsthilfegruppe für Behinderte und Nichtbehinderte über etliche Mehrgenerationenhäuser, Ehrenamtsbörsen, Senioren-Sicherheitsberater und Tablet-Einstiegerkurse bis hin zu Reparatur- Cafés und Service-Wohnen in einem Seniorendorf wie Kirkel. Dort hilft beispielsweise eine „Hausdame“ älteren Menschen beim Formulare ausfüllen, Briefe verschicken oder beim Arztbesuch. Zudem gibt es in Kirkel einen kostenlosen Bürgerbus, der von geschulten Ehrenamtlichen wie EUROP'age-Mitglied Claus Keil gefahren wird, finanziert

Actualités seniors

Projet EUROP'age « Senior activ » pour un mieux-vivre des personnes âgées

Les personnes âgées vivant dans des villages reculés ou des quartiers urbains isolés sont surtout préoccupées par leur mobilité, leur santé et leur alimentation quotidienne de base. « Comment aller chez le médecin, à la pharmacie et dans les magasins sans voiture » est la question qui revient le plus souvent. C'est le résultat d'une étude menée par l'association transfrontalière de seniors EUROP'age Saar-Lor-Lux. Il y a donc aussi une forte demande pour plus de loisirs et d'opportunités éducatives pour les personnes âgées sur place. Avec l'aide d'un programme de financement Interreg de l'Union européenne (UE) et d'autres partenaires, EUROP'age a donc décidé de participer au projet « Senior activ », qui doit durer jusqu'en 2023. L'objectif du programme EUROP'age, soutenu également par le gouvernement de Sarre, est de permettre aux personnes âgées - en particulier dans les zones rurales - de mieux-vivre et de rester indépendantes. Suite à une enquête menée auprès de seniors et des autorités, **Gabriele Merker-Stübing et Michael Endner**, membres d'EUROP'age, ont dressé un premier inventaire de « Vivre la vieillesse et projets innovants pour les personnes âgées en milieu rural ».

La brochure énumère en détail, adresses de contacts inclus, les offres existantes à l'échelle du Land, telles que le service d'accompagnement mobisaar pour les personnes

âgées, les maisons multigénérationnelles virtuelles et le 'Kulturschlüssel Saar' (clé culture) de passgenau e.V., qui peut être utilisé pour conduire les personnes âgées vers et depuis les manifestations culturelles. Des projets individuels exemplaires sont répertoriés, répartis entre les six districts administratifs de la Sarre. Ces activités vont d'actions participatives pour les personnes handicapées et non handicapées à plusieurs maisons multigénérationnelles, en passant par des bourses de bénévolat, des conseillers en sécurité pour seniors et des cours d'initiation à la

tablette jusqu'aux café pour réparation et les services de logement dans un village de personnes âgées comme à Kirkel. Là, par exemple, une 'gouvernante' aide les ainés à remplir des formulaires, à écrire des lettres ou les accompagne chez le médecin. Il existe également un bus gratuit pour les citoyens à Kirkel, qui est conduit par



Service de Consultation pour les seniors
Seniorenberatung



Kirkel

über die Gemeinde und Sponsoren. Der Sozialverband VdK fordert solche Seniorendörfer in nahezu allen saarländischen Kommunen.

Doch es gibt auch schon

andere Modelle: So bietet im Saar-Pfalz-Kreis Höchen einmal die Woche mittwochs der „Senioren-Einkaufs-Mobile“ an, ältere Menschen zu Hause abzuholen, auch zu Bank, Friseur oder Fußpflege zu fahren und wieder zurückzubringen.

Im Kreis St. Wendel wurden im Rahmen eines Modellvorhabens „Land(auf)schwung“ das „Smart Village“ (Schlaue Dorf) Remmesweiler, das Energiepardorf Oberkirchen und das „soziale Dorf“ Hasborn-Dautweiler ins Leben gerufen. In den Landkreisen Saarlouis und Merzig-Wadern gibt es gleichfalls schon beispielhafte Projekte für „Besseres Leben“



sich helfen lassen



„Ich kaufe für Sie ein“

im Alter durch Technik“ oder „Keep fresh - Mit einem Klick zu regionalen Lebensmitteln“. Dazu wurden da und dort auch schon gesonderte Informations- und Beratungsstellen für ältere Menschen eingerichtet.

„Unsere Bestandsaufnahme ist noch längst nicht vollständig und wird ständig erweitert“, sagt EUROP’age-Präsidentin Marianne Granz. So sollen in den nächsten Jahren auch Vorschläge aus den Grenzregionen Lothringen, Luxemburg und Belgien gesammelt und aufgenommen werden.

Dazu dient auch der 3. Europäische Seniorenkongress, der wegen der Corona Pandemie erst im Mai 2021 in Lothringen stattfinden wird. Sein Motto: „Solidarisches Handeln für ein besseres Zusammenleben in Europa“.

Udo Lorenz

Actualités seniors

des bénévoles formés comme Claus Keil, membre d’EUROP’age. Ce bus est financé par la municipalité et des sponsors. L’association sociale VdK réclame de tels villages de seniors dans la quasi-totalité des communes de la Sarre. Mais il existe d’autres modèles : dans le quartier de Höchen, dans la circonscription Sarre-Palatinat, par exemple, une fois par semaine, le mercredi, des véhicules d’achat pour seniors, viennent chercher les personnes âgées à domicile, les emmènent à la banque, chez le coiffeur ou chez le pédicure et les ramènent à nouveau chez elles.

Dans le district de St. Wendel, le ‘Smart Village’ Remmesweiler, le village économe en énergie Oberkirchen et le ‘village futé’ Hasborn-Dautweiler ont été créés dans le cadre d’un projet modèle « Dynamisation des villages ». Dans les districts de Saarlouis et de Merzig-Wadern, des projets exemplaires visent à « améliorer la vie des personnes âgées grâce à la technologie » ou « Garder la fraîcheur - la nourriture régionale en un clic ».

À cette fin, des centres d’information et de conseil réservés aux personnes âgées ont été créés ici et là. « Notre inventaire est loin d’être complet et s’enrichit constamment », déclare Marianne Granz, présidente d’EUROP’age. Dans les années à venir, les offres de bonne pratique des régions frontalières de la Lorraine, du Luxembourg et de la Belgique seront collectées et incluses dans le répertoire. C’est aussi l’objet du 3e



Fahrradrikscha im Deutsch - Französischen Garten

Congrès européen des seniors qui se tiendra en Lorraine et dont la date a été repoussée en raison de la pandémie en mai 2021. Sa devise : AGIR pour un mieux-vivre ENSEMBLE en Grande Région – Promouvoir un modèle pour l’Europe.

Esther Ribic

Bessere Einkaufsversorgung für Ältere im Dorf: EUROP'age sucht mit Globus neue Wege

Auch das hatten wir geplant, aber aufgeschoben ist nicht aufgehoben –
Wir geben unseren Plan mit Globus nicht auf.

Kein Laden mehr in der Nähe für frisches Brot, Wurst, Drogerieartikel und Alltagsbedarf? Was können ältere Menschen, die nicht selbst Auto fahren, da noch tun? Die in das EU-Förderprogramm „Senior activ“ eingebundene Seniorenvereinigung Europ'age Saar-Lor-Lux ist derzeit dabei, in Gesprächen mit dem größten saarländischen Warenhausunternehmen, Globus Handelshof (St. Wendel), nach Lösungen zu suchen. Zwei mögliche Alternativen bieten sich an: Entweder werden wie bei dem Modellprojekt „Das smarte Dorf“ in Remmesweiler im Kreis St. Wendel den älteren Leuten tags vorab bestellte frische Waren zum



Gemeindehaus beziehungsweise gleich nach Hause geliefert, oder ein großes Warenhaus wie Globus holt die älteren Leute von daheim ab zu sich

zum Einkaufen und Kennenlernen Gleichgesinnter.

Schreiben oder mailen
Sie uns bitte (Europ'age
Schloßstraße 48, 66117
Saarbrücken,
info@europ-age.eu), was
Sie bevorzugen, damit wir
es weitergeben können.



„Es bringt nichts, den Dorfladen wieder aufleben zu lassen. Wir wollen nicht gegen den Trend kämpfen, sondern eigene Lösungen finden“, heißt es im „Smart-Village“ Remmesweiler, wo Vertreter des Globus-Warenhauses in St. Wendel bereits signalisiert haben, sich an dem Zukunftsprojekt zu beteiligen. Doch der Geschäftsleiter des größten saarländischen Einkaufsmarktes in Saarbrücken-Güdingen, Matthias Bruch, der zum 1. Juli die Geschäftsführung der gesamten Handelskette übernimmt, scheint derzeit das andere Modell zu favorisieren.

„Aus den Erfahrungen, die wir bisher bei Globus gemacht haben, wollen gerade die älteren Menschen in den Dörfern, die wenig soziale Kontakte haben, weil es auch keine Kirche oder Kneipe mehr in ihrem Ort gibt, lieber einen neuen Treffpunkt zum Einkaufen haben, wo Leben ist“, sagte Bruch im Gespräch mit Europ'age: „Die älteren Leute könnten mit Bussen, die sie abholen,

Actualités seniors

Meilleure offre de shopping pour les personnes âgées du village : EUROP'age cherche de nouvelles voies avec Globus

Nous avions prévu cela aussi, mais reporter n'est pas annuler- Nous ne renonçons pas à notre projet avec l'hypermarché Globus

Plus de magasin à proximité pour le pain frais, les saucisses, les articles de droguerie et pour les besoins quotidiens ? Quelles sont les possibilités pour les personnes âgées qui ne conduisent pas elles-mêmes une voiture ? L'association de seniors

Europ'age Saar-Lor-Lux, impliquée dans le programme de financement par l'UE « Senior activ », est actuellement à la recherche de solutions adéquates avec le plus grand groupe d'hypermarchés de Sarre, Globus Handelshof (St. Wendel). Deux alternatives sont possibles : Soit, comme dans le projet modèle « The Smart Village » à Remmesweiler dans le quartier de St. Wendel, les produits frais commandés à l'avance sont livrés au centre communautaire ou directement au domicile des personnes âgées le jour de leur arrivée, soit un grand magasin comme Globus vient chercher les personnes âgées chez elles pour faire des courses et leur rencontrer d'autres personnes partageant le même sort. Veuillez nous écrire ou nous envoyer un courrier (Europ'age Schloßstraße 48, 66117 Saarbrücken, info@europ-age.eu) pour nous faire part de votre préférence, nous transmettrons.



les patrons: Matthias und Thomas Bruch

« Relancer l'épicerie du village est inutile. Nous ne voulons pas lutter contre la tendance actuelle, nous voulons trouver nos propres solutions », déclare le «Smart Village» Remmesweiler, projet du futur dans lequel les directeurs de la chaîne de magasins Globus à St. Wendel ont déjà fait part de leur intention de participer ». Toutefois, le gérant du plus grand magasin de Sarre à Sarrebrück-Güdingen, Matthias Bruch, qui reprendra la direction de l'ensemble de la chaîne de magasins le 1er juillet, semble plutôt favoriser l'autre modèle.

« Notre expérience jusqu'ici montre que précisément les personnes âgées des villages qui ont peu de contacts sociaux parce qu'il n'y a plus d'église ou de pub dans leur village préféreraient se déplacer pour faire leurs achats, dans un espace, où il y a de la vie », a déclaré Bruch dans une interview accordée à Europ'age : « Les personnes âgées pourraient être régulièrement amenées en autocar à l'hypermarché Globus le plus proche et non seulement y faire leurs courses avec des personnes partageant le même sort, mais aussi partager un petit déjeuner, un déjeuner ou un café dans l'après-midi



regelmäßig zum nächsten Globus-Warenhaus gefahren werden und dann da nicht nur mit Gleichgesinnten einkaufen, sondern auch frühstücken, Mittagessen oder nachmittags Kaffeetrinken, ehe sie wieder nach Hause gebracht werden. „Wir wollen in unseren Märkten ein sozialer Treffpunkt sein, auch mit der Gastronomie“, sagt Bruch: „Ich glaube, dass das eher ein Weg ist, als in die Dörfer zu gehen“.

Im ostdeutschen Dorf Theissen-Zeitz (Sachsen-Anhalt) praktiziert Globus nach Angaben von Bruch ein solches Abhol-Modell mit etwa 200 Fahrgästen pro Woche seit langem mit Erfolg: Seit 1994 gibt es dort den ersten Globus-Kundenbus. Aktuell fahren jede Woche von Dienstag bis Freitag acht Buslinien aus verschiedenen Richtungen die Dörfer an und bringen sie zum Globus-Markt. Kosten für die Kunden pro Tour hin und zurück zusammen 1,50 Euro, Aufenthaltsdauer für den Einkauf etwa zwei Stunden. Ab einem Einkauf von 35 Euro erhalten die Kunden gegen Vorlage des Kassenbons und des Fahr-

avant d'être ramenées chez elles. « Nous voulons être un lieu de rencontre social sur nos marchés, également avec la gastronomie », dit Bruch : « Je crois que c'est une meilleure manière que de nous rendre nous-même dans les villages ».

Selon Bruch, dans le village est-allemand de Theissen-Zeitz (Saxe-Anhalt), Globus pratique depuis longtemps avec succès un tel modèle de prise en charge avec environ 200 clients par semaine: le premier bus y est en service depuis 1994. Actuellement, huit lignes de bus de différentes directions se rendent dans les villages chaque semaine du mardi au vendredi et les emmènent au marché Globus. Le prix par client est d'1,50 euros par visite, le temps passé à faire des achats est d'environ deux heures. Dès 35 euros d'achats, les clients ont droit à une tasse de café, de cacao ou de thé au restaurant sur présentation de leur ticket. Des événements divers (Du bingo au thé dansant) ont également eu lieu dans les hypermarchés.

Donc un modèle pour la Sarre aussi ? Selon ses propres informations, Globus détient une part de marché de plus de 20 % sur le marché de l'alimentation et des drogueries et totalise environ 9 millions de clients sur l'année. Beaucoup viennent de la France voisine. À Globus-Güdingen, plus d'un tiers des employés parlent français. Il existe en Sarre des hypermarchés lobus à St. Wendel,

ausweises eine Tasse Kaffee, Kakao oder Tee kostenlos in der Gastronomie. Vom Bingo bis zum Tanztee hat es auch schon etliche Events in den Märkten gegeben.

Also Modell auch für das Saarland ? Hier hat Globus nach eigenen Angaben über 20 Prozent Marktanteil im Lebensmittel- und Drogeriemarkt sowie rund 9 Millionen zahlende Kunden pro Jahr, davon sehr viele aus dem benachbarten Frankreich. Im Globus-Güdingen sprechen mehr als ein Drittel der Beschäftigten Französisch. Dazu gibt es im Saarland Globus-Warenhäuser in St. Wendel, in Homburg-Einöd, Losheim, Saarlouis und Völklingen.

Nach Ende der Corona Krise werden Mitglieder und Gäste von EUROP'age zudem bei einem Projekt „Gläserner Globus“ im Globus-Güdingen Gelegenheit erhalten, hinter die Kulissen zu schauen und zu sehen, wie mit Sauerteig frisches Brot und Backwaren hergestellt werden, oder wie in der eigenen Hausmetzgerei Fleischkäse, Lyoner und andere Erzeugnisse produziert werden.

Wir freuen uns darauf.

Udo Lorenz
Esther Ribic



Actualités seniors

Homburg-Einöd, Losheim, Saarlouis et Völklingen. Une fois la crise-Corona passée, les membres et invités d'EUROP'age auront également l'occasion de jeter un coup d'œil derrière les coulisses dans le cadre d'une visite « Globus en verre » à Sarrebrück-Güdingen pour découvrir comment est confectionné le pain frais (fabriqué avec du levain, à l'ancienne) ou bien les produits de boulangerie ou se renseigner sur la fabrication des pains de viande ou la typique saucisse de viande de Sarre, le lyonner dans la propre boucherie de l'entreprise.

Nous nous en réjouissons.
Esther Ribic



Der Globus-Einkaufsmarkt in Saarbrücken-Güdingen bietet während der Corona-Krise erstmals einen eigenen Bestell-, Abhol- und Lieferservice für ältere und kranke Menschen an. Wie Globus-Geschäftsleiter Matthias Bruch mitteilte, können Corona-Risikopatienten Lebensmittel telefonisch oder per E-Mail bestellen und sich die Waren dann (für einen Zusatzbetrag von 7,50 Euro) nach Hause liefern lassen oder auch ohne Zusatzkosten an einer eigenen Abgabestelle im Markt abholen. Der Mindestbestellwert für Waren liegt bei 35 Euro.

Bestell-, Abhol- und Lieferservice Tel. 0681-8767-312 oder 0681-8767-471 sowie E-Mail: kundenbestellung-sbwgue@globus.de

Ältere und Gebrauchsanweisungen – vom Wert der „Waschzettel“

Für mich waren die letzten Monate vor allem eines – eine faszinierende Reise ins Alter. Die Notwendigkeit einer Bedienungsanleitung sehe ich nun mit anderen Augen“, schreibt Sandra Kolb am Ende ihrer Abschlussarbeit. Die Studentin hatte das Thema „Ältere Menschen und Technik“ gewählt und ging der Frage nach, welchen Stellenwert eine Gebrauchsanleitung für ältere Menschen hat.

Die heutigen Senioren haben in wenigen Jahrzehnten eine rasante technische Entwicklung erlebt: von der mechanischen Schreibmaschine, dem Wählselektentelefon oder dem Fotoapparat mit Rollfilm hin zum Smarthome mit Rollladensteuerung, Heizungssteuerung, Lichtsteuerung,

Bewegungsmelder, Sturzerkennung und vielem mehr. Die vielen mehr oder weniger nützlichen Geräte von heute haben einen großen Nachteil: Sie haben unzählige Funktionen und Einstellmöglichkeiten und sind leider nicht immer logisch, „selbsterklärend“ zu bedienen. Das Smartphone von heute oder der neue Elektroherd, sie alle „können“ viel mehr als die einfachen Geräte von früher. Dass man als Laie seinen Blutzucker kontrollieren und dokumentieren kann oder vom Fernsehsessel aus den Rollladen herauf- oder herunterfährt oder von unterwegs feststellen kann, wer gerade an der Haustür klingelt, das hätte früher wie eine Utopie geklungen. Manche dieser neuen Errungenschaften sind kompliziert

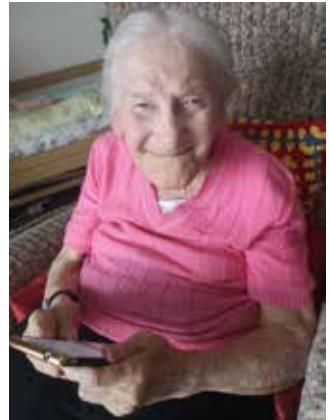


Sandra Kolb

zu bedienen, wodurch sich vor allem ältere Nutzer schnell überfordert fühlen.

Dabei hat Technik gerade für diese Zielgruppe eine wichtige Funktion. Technik trägt dazu bei, dass man selbstständig und mobil bleibt, dass man mitreden und sich informieren, aber auch Kontakt zu anderen Menschen haben oder sich einfach unterhalten kann. Wer das neue Gerät nicht versteht oder später ein Problem hat und niemanden kennt, der einem alles erklärt, greift zur Bedienungsanleitung – und wird oft genug enttäuscht.

Sandra Kolb hat für ihre Arbeit verschiedene Befragungen mit durchschnittlich 88-jährigen Bewohnern aus einem Wohnstift durchgeführt. Zunächst gaben die Senioren an, welche Geräte sie besitzen oder benutzen. Geräte, die noch nicht lange auf dem Markt sind, waren nicht so stark vertreten, die anderen durchaus.

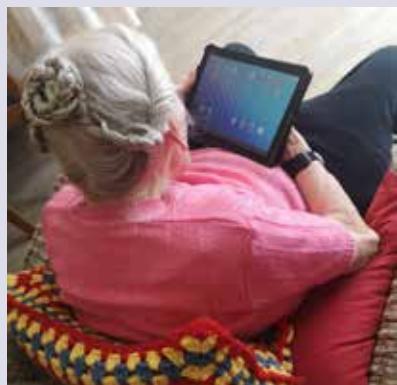


Senioren sind offener und interessanter an Technik, als viele glauben.

Anschließend ging es um Erfahrungen mit Bedienungsanleitungen. Werden sie überhaupt benutzt? Wie ist die Qualität der Anleitungen einzuschätzen? Es zeigte sich, dass ältere Menschen der Anleitung eine hohe Bedeutung zuschreiben. Wir wissen aus Erfahrung, dass das bei

Actualités seniors

Seniors et modes d'emploi - ce que valent les notices des fabricants



« Pour moi, les derniers mois ont été - avant tout autre chose - un voyage fascinant dans le processus du vieillissement. Je vois maintenant la nécessité d'une notice d'emploi d'un autre œil », écrit Sandra Kolb à la fin de sa thèse. Pour sa thèse, l'étudiante avait choisi le thème « Les personnes âgées et la technologie » et étudié la question de l'importance des modes d'emploi pour les personnes âgées.

Les seniors d'aujourd'hui ont assisté ces dernières quelques décennies à une évolution technique fulgurante : de la machine à écrire mécanique, le téléphone à cadran rotatif ou l'appareil photo avec son rouleau de pellicule jusqu'au « smarthome » (domotique) avec la commande à distance du niveau de chauffage, de l'éclairage ou des volets roulants, des détecteurs de mouvement, de reconnaissance de chutes et bien plus encore. Les nombreux appareils aujourd'hui, plus ou moins utiles, présentent un gros inconvénient : ils ont d'innombrables fonctions et options de réglage qui ne sont malheureusement pas toujours logiques et évidentes. Le smartphone d'aujourd'hui ou la nouvelle cuisinière électrique peuvent faire bien plus que les simples appareils de jadis. Que bien que profane, vous

puissiez contrôler et documenter vous-même votre taux de glycémie ou que vous puissiez lever ou baisser le volet-roulant depuis votre fauteuil, ou bien voir celui qui sonne à votre porte alors même que vous êtes absent du domicile relevaient de l'utopie il y a encore peu de temps. Certaines de ces nouvelles fonctionnalités sont compliquées à utiliser, si bien que les utilisateurs, les ainés en particulier, se sentent rapidement dépassés. Toutefois, la technique a une fonction importante, surtout pour ce groupe cible. Elle aide les personnes âgées à rester indépendantes et mobiles, à se faire entendre et à s'informer, mais aussi à avoir des contacts avec d'autres personnes ou simplement à communiquer. Celui qui ne comprend pas le nouvel appareil ou bien si un problème survient par la suite, ne connaît personne pour lui expliquer, recourt à la notice d'emploi. Souvent, il est déçu.

Pour son étude, Sandra Kolb a mené diverses enquêtes auprès d'habitants d'une résidence seniors dont la moyenne d'âge était de 88 ans. Tout d'abord, les personnes âgées ont indiqué quels types d'appareils elles possédaient ou utilisaient. Les appareils récents sur le marché depuis longtemps n'étaient pas si fortement représentés, les autres l'étaient certainement. Les personnes âgées sont plus ouvertes et intéressées par la technologie qu'il y paraît.

L'accent a été mis ensuite sur les expériences avec les manuels d'utilisation. Sont-ils utilisés ? Comment évaluer la qualité des manuels ? Il s'est avéré que les

jungen und mittelalten Benutzern anders ist: Sie probieren eher drauf los und haben keine Angst, etwas kaputt zu machen.

Anders die Herangehensweise von betagten Benutzern: Sie nehmen Geräte eher kontrolliert in Betrieb und orientieren sich gerne an Anleitungen und Handbüchern. Wie die Untersuchung allerdings ergab, ist die Mehrheit der Senioren unzufrieden mit den ihnen bekannten Anleitungen. Gründe dafür gibt es genug: verwirrend viele Sprachversionen, zu viele englische Fremdwörter, zu viele Abkürzungen, eine zu kleine Schrift, ein unhandliches Format (Faltzettel) oder unübersichtliche Anordnung der Informationen.

Für das Fach, das Sandra Kolb an der Hochschule Aalen in Baden/Württemberg studiert hat, sind Bedienungs-



Studenten auf dem Burren (© Stadt Aalen)

anleitungen ein wichtiges Thema. „Technische Redaktion“ – oder wie das Fach neuerdings heißt: „Technical Content Creation“ – bildet junge Menschen aus, die Informationen zu allen Arten von Produkten angemessen aufbereiten sollen. Das können gedruckte Anleitungen für Otto Normalverbraucher sein oder mobile Anleitungen auf dem Tablet für die Wartung einer technischen Anlage vor Ort. Die Studierenden lernen auch, mit der Videokamera umzugehen oder ganz moderne Techniken wie „Virtual Reality“ zu benutzen. Wer glaubt, dass hochbetagte Senioren nicht auch für moderne Formen von Anleitungen aufgeschlossen sind, irrt. Dass manche Hersteller auf gedruckte Anleitungen verzichten, bringt zwar einige Senioren besonders auf die Palme, aber andere können sich durchaus vorstellen, sich an neuere Anleitungsformen zu gewöhnen, sofern es zur Sicherheit eine gedruckte Anleitung gibt. Denkbar wären auch multimediale Ergänzungen, z. B. Erklärvideos, die auf das Bedürfnis, sich Dinge zeigen zu lassen, besser eingehen als ein gedruckter Text.

Betreut wurde die Arbeit von Professor Dr. Michael Bauer. Zweitkorrektorin war Professor Dr. Monika Weissgerber, Vorstandsmitglied bei EUROP'age.

Autorinnen: Sandra Kolb / Monika Weissgerber

30.3.2020

ainés attachent une grande importance aux instructions écrites. Nous savons par expérience que les jeunes et les utilisateurs d'âge moyen sont plus enclins à tester les fonctions et n'ont pas peur de casser quelque chose. L'approche des utilisateurs âgés est différente : ils ont tendance à mettre les appareils en marche de manière contrôlée et aiment suivre les instructions et les manuels d'utilisation. Toutefois, comme l'a montré l'enquête, la majorité des seniors ne sont pas satisfaits des notices qu'elles connaissent. Les raisons sont nombreuses : nombre de versions linguistiques déroutant, trop de mots étrangers, trop d'abréviations, une police de caractères trop petite, un format peu pratique (dépliants) ou une disposition peu claire des informations.

Pour le cursus que Sandra Kolb a suivi à l'université des sciences appliquées d'Aalen dans le Bade-Wurtemberg, les modes d'emploi sont un sujet important. « Rédaction technique » - ou comme le cours est nommé depuis peu : « Technical Content Creation» - forme les jeunes gens à composer de manière appropriée des fiches d'infor-



Chaos von Gebrauchs-anweisungen

Actualités seniors

mations sur toutes sortes de produits. Que ce soient des instructions imprimées destinées à un consommateur « lambda » ou des instructions mobiles sur tablette pour l'entretien de tout un système technique à distance. Les étudiants apprennent également à travailler avec la caméra-vidéo ou à utiliser des techniques modernes telles que la « réalité virtuelle » pour simuler l'utilisation.

Qui pense que les personnes âgées très âgées ne sont pas également ouvertes aux formes modernes des guides d'utilisation est dans

l'erreur. Le fait que certains fabricants renoncent à un mode d'emploi imprimé mécontente certains. D'autres par contre, imaginent bien pouvoir s'adapter à des formes plus modernes, voire s'y habituer, à condition qu'il y ait aussi, par sécurité, une notice imprimée. Des suppléments multimédia, par exemple des vidéos explicatives, pour mieux répondre à la demande sont tout à fait concevables: mieux vaut voir les choses que lire un texte.

Les travaux ont été supervisés par le professeur Dr. Michael Bauer. Le deuxième correcteur était Professeur Dr. Monika Weissgerber, membre du conseil d'administration d'EUROP'age.

Esther Ribic



Senioren lernen erneut mit Tablet



Die Zusammenarbeit zwischen Landesmedienanstalt Saar und EUROP'age ist schon seit einigen Jahren erfolgreich. Dieses Mal wurde mit iPad geübt, wenn auch in mehreren Anläufen.

Begonnen hatte alles mit den Kursen Kaffee, Kuchen, Internet noch in der Villa Europa auf dem Rotenbühl in Saarbrücken. Wir von EUROP'age haben uns um Kaffee und Kuchen gekümmert, die Landesmedienanstalt LMS um den Anteil Internet. Von Edith Riess kam die gestickte Tischdecke ihrer Großmutter, von Birgit Grandhomme die Sammeltassen ihrer Großmutter, dazu Butterkuchen von Café Lollo.

Den schwereren Anteil hatten die Lehrer der Medienanstalt: sie schleppten drei Waschkörbe voller Laptops in den dritten Stock der Villa Europa. Leider hatte die Internetverbindung im Haus nicht funktioniert, so war schnell Schluss. Die Neuauflage mit dem Titel: Kaffee, Kuchen, Tablet in den Räumen von EUROP'age/VHS ohne Tischdecke und Sammeltassen, aber mit Marmorkuchen aus Frankreich klappte hervorragend. Beim diesem ersten, gut besuchten Treffen gab es zuerst ganz allgemeine Erklärungen und Einweisungen zu diesem Medium mit Wischen und Klicken, den Unterschied zwischen installierten Programmen und Apps, die zum Teil installiert werden mussten und dann sich mit dem Tablet im Internet bewegen. Drei Stunden Unterricht in diesem Grundkurs verflogen im Nu.

Das nächste Treffen, Stufe zwei, war zuerst eine kurze Wie-

derholung des Grundkurses und danach die Kommunikation mit den Tablets. Wie kaufe ich eine Fahrkarte, wie suche ich mir eine Zugverbindung von a nach b, bestelle ich bei Amazon, unterscheide ich zwischen e-bay und ebay Kleinanzeigen, sicher bezahlen, sicher die bestellte Ware erhalten. Zum Schluss noch einen Versuch mit dem bereits vorinstallierten Facebook, also sich bewegen in „social media“.

Auch dieses Mal waren die drei vorgesehenen Unterrichtsstunden schnell vorbei. Alle Teilnehmer zeigten großes Interesse daran, weitere Kurse zu besuchen.

Soll einer sagen, dass die Älteren nicht lernbereit sind und neugierig die digitalen Techniken und Medien nutzen! Es sind schon mehr als 76 % der Älteren!

Birgit Grandhomme



Les seniors apprennent à se servir de tablettes



Birgit Grandhomme

Depuis plusieurs années, la coopération entre la Landesmedienanstalt Saar (institut des médias) et EUROP'age fonctionne bien. Cette fois, en plusieurs séances, ils se sont entraînés avec des Ipad et autres tablettes tactiles. Tout a commencé avec le cursus « café, gâteau, internet » à la Villa Europa sur le Rotenbühl à Sarrebruck. La coopération voulait qu'EUROP'age mette à disposition

le café et des gâteaux, la Landesmedienanstalt LMS s'occupait de la partie internet. De leurs grands-mères réciproques, Edith Riess a apporté la nappe brodée, Birgit Grandhomme les tasses de collection, ainsi que le gâteau au beurre du Café Lollo.

Les enseignants de la Medienanstalt ont eu la part la plus lourde, transportant trois paniers de linge remplis d'ordinateurs portables au troisième étage de la Villa Europa. Malheureusement, la connexion internet de la maison ne fonctionnait pas vraiment bien, alors le cours a été rapidement interrompu.

La nouvelle édition avec le titre « café, gâteau, tablette » dans l'annexe de l'Université populaire, sans nappe brodée ni tasses de collection, avec un marbré

Manifestations

de France, a parfaitement fonctionné.

Lors de la première réunion très suivie, il y a eu tout d'abord des explications et des instructions très générales sur ce support avec balayages et clics, la différence entre les programmes installés et les applications, dont certaines devaient être installées, puis se déplacer sur Internet. Les trois heures du cours de base ont passé en un rien de temps.

La réunion suivante de niveau deux a vu un bref rappel des notions basiques pour être consacré ensuite à la communication avec les tablettes.

Comment acheter un billet, comment trouver une correspondance de train de a à b. Puis-je commander chez Amazon, quelle est la différence entre les petites annonces d'e-bay et e-bay worldwide, comment régler mes achats, comment être sûr de recevoir les marchandises commandées. Enfin, essayons Facebook déjà préinstallé, c'est-à-dire la possibilité de se déplacer dans les «médias sociaux».

Cette fois aussi, les trois heures de cours ont filé à folle allure. Tous les participants ont signalé être intéressé par la poursuite des cours.

On dira encore que les seniors ne sont pas disposés à apprendre ou qu'ils ne sont pas curieux pour se servir des nouvelles technologies et des médias numériques ! Alors qu'ils sont plus de 76% à le faire déjà !

Traduction Esther Ribic

Ist Parkinson heilbar?

Aktuelle Behandlungsmöglichkeiten bei beginnendem und fortschreitendem Parkinsonsyndrom



EUROP'age in Kooperation mit der Deutschen Parkinson Vereinigung e.V., Regionalgruppe Iris Gros, die ihr generationsübergreifendes Angebot für Parkinson Betroffene und ihre Angehörigen vorstellte.
 Bei einer sehr gut besuchten Veranstaltung musste **Dr. Christoph Massing**, Oberarzt der Klinik für Neurologie Caritas Klinikum Saarbrücken, als erstes diese Frage verneinen.

Parkinson ist noch nicht heilbar.
 Aber es gibt durch die neuesten Diagnostik- und Behandlungsmethoden viel Erleichterung für die betroffenen Patient*innen.

Die Symptome

Die Parkinsonerkrankung ist eine der häufigsten degenerativen Erkrankungen und betrifft viele Bereiche des täglichen Lebens. Bei der Parkinsonerkrankung kommt es zum langsamen Abbau bestimmter Hirnregionen, die unter anderem auch für Bewegung zuständig sind. Dadurch kommt es zu einem Ungleichgewicht von Überträgerstoffen im Nervensystem und daraus resultierenden Symptomen. Am bekanntesten sind Zittern der Hände, verminderte Be-

weglichkeit und langsames Gehen. Zu verminderter Beweglichkeit und Schwierigkeiten, sicher zu gehen, treten Probleme, die allgemein weniger bekannt sind. So kann es zu Antriebsstörungen, Schmerzsyndromen oder auch Depressionen kommen.



Die vielen Facetten der Krankheit stellen, auch im Rahmen der mittlerweile umfangreichen Behandlungsmöglichkeiten, Betroffene, Angehörige und Therapeuten vor große Herausforderungen zur Bewältigung des täglichen Lebens.

Darüber hinaus ist eine Parkinsonerkrankung deutlich vielschichtiger, es kann zu Schmerzsyndromen, Antriebs-

Manifestations

La maladie de Parkinson est-elle curable ? Traitement actuels pour le syndrome de Parkinson au stade débutant et avancé

EUROP'age en coopération avec l'association Parkinson



Allemagne. Iris Gros, à la tête du groupe régional a présenté l'offre intergénérationnelle pour les patients atteints de la maladie de Parkinson et leurs proches.

Lors d'une manifestation très suivie, le **Dr. Christoph Massing**, médecin en chef de la clinique de neurologie Caritas Klinikum Saarbrücken a pour commencer, dû répondre par la négative à cette question : non, la maladie de Parkinson n'est pas encore guérissable. Mais les dernières méthodes de diagnostic et de traitement apportent beaucoup de soulagement aux patients qui en sont atteints.

Les symptômes

La maladie de Parkinson est l'une des maladies dégénératives les plus courantes et touche de nombreux domaines de la vie quotidienne. Dans la maladie de Parkinson, cer-

taines régions du cerveau, responsables de la motricité se dégradent progressivement. Cela entraîne un déséquilibre des substances vectorielles dans le système nerveux avec les symptômes qui en résultent. Les plus connus sont le tremblement des mains, la raideur musculaire et la marche lente. Outre la lenteur à initier des mouvements et les difficultés à marcher s'ajoutent des problèmes généralement moins bien connus. Les conséquences en sont des troubles aigus de motricité, des syndromes de douleur ou même une dépression. Les nombreuses facettes de la maladie, même au regard des possibilités de traitement désormais étendues, posent un grand défi aux personnes touchées, aux proches et aux thérapeutes pour leur permettre une vie quotidienne « normale ». Au-delà, vu la complexité de la maladie, on observe un risque accru de chute, des troubles digestifs et bien d'autres troubles.

Il existe des sous-types du syndrome de Parkinson dans lesquels les chutes ou les troubles au niveau des clignements des yeux sont les symptômes plus fréquents.

Au début de la maladie, on note souvent des symptômes non-spécifiques comme des troubles du goût et de l'odorat, une tendance à fatiguer rapidement, une diminution de la taille de l'écriture, les pas qui devi-

störungen, Stürzen und auch Verdauungsstörungen und vielen weiteren Beschwerden kommen. Zudem bestehen Unterformen des Parkinsonsyndroms, bei denen Stürze oder Augenbewegungsstörungen im Vordergrund stehen. Zu Beginn der Erkrankung bestehen häufig unspezifische Symptome wie Störungen des Geschmacks und Riechsenses, rasche Müdigkeit, kleiner werdende Schrift, Störungen der Beweglichkeit und des Gehens und orthopädische Beschwerden (Rückenschmerzen oder Schulterschmerzen).

Im Verlauf der Erkrankung stehen die Bewegungsstörungen wie eine allgemeine Verlangsamung, Einschränkungen der Feinmotorik, Zittern, erhöhter Muskeltonus, Gangunsicherheit mit Fallneigung im Vordergrund. Hinzu kommen vegetative Begleitsymptome wie vermehrter Speichelfluss, Schweißausbrüche, Blasenfunktionsstörungen und Darmträgheit, Schlafstörungen und Störungen der Sexualität. Im späten Stadium der Erkrankung können neuro-psychiatrische Störungen wie Depressionen, Ängste und Demenz hinzukommen.

Diagnose

Die Diagnose wird durch einen Neurologen nach ausführlicher klinischer Untersuchung gestellt. Ergänzend sollten bildgebende Verfahren wie CCT oder MRT des Schädels durchgeführt werden. Des Weiteren erfolgen zum Ausschluss anderer Erkrankungen entsprechende Blutuntersuchungen.

Behandlung des Parkinsonsyndroms

Medikamentöse Therapie:

Die Basis einer Behandlung des Parkinsonsyndroms stellen moderne Medikamente dar, die helfen die fehlenden Überträgerstoffe im Nervensystem (vor allem Dopamin) zu ersetzen oder die Wirkung der verbliebenen Überträgerstoffe zu verlängern. Zudem können

auch weitere Symptome wie Schmerzen, Antriebsstörung oder Schlafstörungen positiv beeinflusst werden.
Aktivierende Therapien:

Die Lebensqualität von Menschen mit Parkinsonkrankheit ist maßgeblich durch aktive und aktivierende Therapien aus folgenden Bereichen bestimmt: Logopädie, Ergotherapie, Physiotherapie, Psychotherapie.

Nur im Zusammenspiel dieser medikamentösen und nicht-medikamentösen Möglichkeiten kann für den Patienten das optimale Ergebnis erzielt werden.

Fortgeschrittenes Parkinsonsyndrom

Bei Wirkungsschwankungen oder Problemen mit der medikamentösen Einstellung gibt es die Möglichkeit zur Optimierung der medikamentösen Behandlung im Rahmen eines stationären Aufenthaltes.

Auch bei Patienten mit einem fortgeschrittenen Parkinsonsyndrom und komplexer medikamentöser Therapie existieren weiterführende Behandlungsmöglichkeiten:

- Behandlung mit Apomorphin:

Bei Wirkungsschwankungen unter oraler medikamentöser Therapie kann sowohl die Behandlung mittels PEN als auch eine Pumpentherapie etabliert werden.

- Duo-Dopa-Therapie:

Nach entsprechender vorheriger Testung besteht die Möglichkeit, eine Sonde in den Dünndarm einzubringen und mittels L-Dopa-Gels zu behandeln. Dies geschieht in Zusammenarbeit mit der Klinik für Gastroenterologie.

Zudem kann die Einschätzung zur Behandlung mit-

Manifestations

Traitemet du syndrome de Parkinson :

Thérapie médicamenteuse :

Le traitement du syndrome de Parkinson repose sur des médicaments modernes qui aident à remplacer les vecteurs manquants dans le système nerveux (en particulier la dopamine) ou à prolonger l'effet des vecteurs restants. D'autres symptômes tels que la douleur, l'apathie ou les troubles du sommeil peuvent également être influencés positivement.

La rééducation physique et orthophonique

La qualité de vie des personnes atteintes de la maladie de Parkinson est largement déterminée par des thérapies actives et activantes dans les domaines suivants : orthophonie, ergothérapie, physiothérapie, psychothérapie.

Ce n'est que dans l'interaction de ces options médicamenteuses et non-médicamenteuses que le résultat optimal pour le patient peut être obtenu.

Syndrome de Parkinson avancé

En cas de fluctuations des effets ou de problèmes liés à la prise de médicaments, un séjour hospitalier permet d'optimiser le traitement médicamenteux.



Diagnostic

Le diagnostic est établi par un neurologue après un examen clinique détaillé. En complément, des examens d'imagerie tels que scanner ou IRM du crâne doivent être effectués. Des tests sanguins sont réalisés pour exclure d'autres maladies.

tels Tiefen-Hirnstimulation bei Parkinsonsyndrom erfolgen.

Ergänzend zur medikamentösen Therapie wird im Rahmen eines umfassenden Therapiekonzeptes Physiotherapie, Logopädie, Ergotherapie, und spezialisierte Pflege eingesetzt. Dabei erfolgen die therapeutischen Angebote spezialisiert in Anlehnung an Konzepte wie LSVT-LOUD und BIG.

Es wird die bestmögliche Behandlung aller motorischen und nicht-motorischen Facetten des Krankheitsbildes angestrebt.

- Multimodale Komplexbehandlung:

Ein besonderes Angebot stellt die „Multimodale Komplexbehandlung“ dar. Während einer stationären Behandlung von mindestens 2 Wochen erfolgt die Verbindung zwischen stationärer Krankenhausbehandlung und stationärer Rehabilitation.

Dabei erfolgt die Behandlung durch einen intensivierten interdisziplinären Behandlungsansatz. Dieser ermöglicht eine tägliche Behandlung der unterschiedlichen Fachdisziplinen mit insgesamt mindestens 7,5 Stunden Therapie in der Woche.

Nach dem individuellen Beschwerdebild wird vom Therapeutenteam eine auf den Patienten zugeschnittene Behandlung durchgeführt, so dass sich unterschiedliche Schwerpunkte aus den Bereichen Logopädie, Ergotherapie und Physiotherapie ergeben.

Parallel wird die medikamentöse Einstellung ärztlich überprüft und je nach Bedarf und nach Rücksprache mit den Patienten angepasst. Die Evaluation erfolgt dann in einer wöchentlichen Besprechung der ärztlichen, therapeutischen und pflegerisch tätigen Mitarbeiter.

Dr. med. C. Massing

Frage an Iris und Hans Gros, sie ist Landesbeauftragte Saarland der Deutschen Parkinson Vereinigung e.V. (dPV) und JuPa Saarland; ihr Mann leitet dort die Regionalgruppe Saarbrücken.

Was bedeutet Lebensqualität für Sie?

Mit sich und seinen Lebensumständen in Einklang zu sein. Wir versuchen, aktiv mit dem umzugehen, was auf uns zukommt, und jeden Tag das Beste daraus zu machen. Wichtig sind auch soziale Kontakte und gemeinsame Unternehmungen. Unter Umständen muss man sich auch neu orientieren. Wer zum Beispiel seinen Lieblingssport nicht mehr ausüben kann, findet vielleicht an einem früheren Hobby wieder Freude.



D'autres options de traitement existent également pour les patients atteints du syndrome de Parkinson avancé et pour les traitements médicamenteux complexes :

- Traitement à l'apomorphine :

En cas de fluctuations d'efficacité au traitement médicamenteux oral, il est possible d'établir à la fois un traitement par PEN et une thérapie par pompe.

- La thérapie Duo-Dopa :

Après des tests préalables appropriés, il est possible d'insérer une sonde dans l'intestin grêle et de traiter avec du gel Lévodopa. Cela se fait en coopération avec la Clinique de gastroentérologie. Il est possible d'évaluer le traitement le plus adéquat au cours d'une stimulation cérébrale profonde. Outre la pharmacothérapie, la physiothérapie, l'orthophonie, l'ergothérapie et les soins spécialisés sont utilisés dans le cadre d'un concept thérapeutique global. Ainsi, les offres thérapeutiques sont réalisées de manière spécialisée selon des concepts tels que LSVT-LOUD et BIG.

L'objectif est d'obtenir le meilleur traitement possible de toutes les facettes motrices et non-motrices du tableau clinique.



Manifestations

- Traitement complexe multimodal

Une offre particulière est le « traitement complexe multimodal » qui suppose un séjour en milieu d'au moins deux semaines pour faire le lien entre le traitement hospitalier et la réadaptation en milieu hospitalier.

Basé sur une approche interdisciplinaire intensifiée, ce dispositif permet un traitement quotidien des différentes disciplines avec un total d'au moins 7,5 heures de thérapie par semaine. En fonction des symptômes individuels, l'équipe de thérapeutes effectuera un traitement adapté aux besoins du patient, en y ajoutant d'autres formes de thérapie telles que l'orthophonie, l'ergothérapie et la physiothérapie.

En même temps, le dosage des médicaments est contrôlé et ajusté selon les besoins et après consultation du patient. L'évaluation a ensuite lieu lors d'une réunion hebdomadaire du personnel médical, thérapeutique et infirmier.

Estheer Ribic

Landesarbeitsgemeinschaft Erinnerungsarbeit-Saar

Konstituierende Sitzung am 6. September 2018.

EUROP'age ist Gründungsmitglied.

www.erinnerungsarbeit-saarland.de

Der LAGE - Gründung voraus gingen fünf Gespräche am runden Tisch auf Initiative des damaligen Kultusministers Ulrich Commerçon und dem Landesamt für politische Bildung Saar unter der Leitung von Dr. Harms-Immand. Das Ziel dieser Gespräche war, möglichst viele Organisationen, Vereine, Religionsgemeinschaften und Schulen sowie auch Einzelpersonen, wie den Historiker Dr. Rolf Wittenbrock oder den Künstler Seiji Kimoto in einer Arbeitsgemeinschaft zu vereinen.

Alle Teilnehmer engagieren sich in der Erinnerungsarbeit zum Thema NS Zeit und den Kriegen, die so viele furchtbare Spuren hinterlassen haben und somit an oberster Stelle des Engagements stehen: das darf nie wieder passieren!



Es wurden mehr als 80 Akteurinnen/Akteure angeschrieben, an dieser Gründungsversammlung teilzunehmen und die neun festgelegten Positionen zu besetzen. In einigen Bereichen standen mehrere Personen oder Gruppen zur Auswahl, in anderen Bereichen nur eine. Nachdem der 9 köpfige Sprecherrat gewählt war, wurde in einer geheimen Wahl dieser 9 Personen Herr Kirchenrat **Frank Matthias Hofmann** für 2 Jahre zum Vorsitzenden gewählt. (Die Ge-

schäftsadresse der LAGE ist das evangelische Büro Saarland, Am Ludwigsplatz in 66117 Saarbrücken.) Die Koordinierungsstelle ist das Landesamt für politische Bildung, Frau **Dr. Sabine Graf**.

Die LAGE stellt sich in jedem Jahr ein Schwerpunktthema, im Jahr 2019 war es die Beschäftigung mit dem Westwall, im Jahr 2020 ist es das Sonderlager Gurs in der Nähe von Pau, wohin viele jüdische Menschen aus unserer Region deportiert wurden. Im nächsten Jahr wird das Schwerpunktthema die Euthanasie sein.

Die LAGE wird keine Einzelveranstaltungen anbieten, das bleibt den einzelnen Mitglieder vorbehalten. Genau an dieser Stelle wird sich unser Verein einbringen und hat sich schon eingebracht.



Gurs

Wir haben vor einigen Jahren das Memorial/die Denkstätte Gravelotte besucht, wo in beeindruckender Form an die Schlacht von 1870 erinnert wird,

Faire mémoire

Actualités seniors

Le groupe de travail du Land de Sarre « Mémoire » LAG (Erinnerungsarbeit Saar), dans lequel l'EUROP'age Saar-Lor-Lux est représenté par Birgit Grandhomme, se concentrera l'an prochain sur le thème de l'euthanasie. « Plus jamais ça » est la devise du groupement d'organismes avec environ 80 participants. Initié par le Ministre de la culture Ulrich Commercon (SPD), il se consacre à la remise en question historique de sujets tels que l'époque nazie et la guerre. En 2019, le groupe s'est consacré à la relique de guerre Westwall et en 2020 au camp de



Gurs, mémorial

Gurs près de la ville belge de Pau, où de nombreux Juifs de notre région avaient été déportés. Récemment, à l'unanimité, l'assemblée a élu le conseil-

ler ecclésiastique **Frank Matthias Hofmann** comme président du comité de ses neuf membres porte-parole pour le groupe de travail 'Erinnerungsarbeit' pour une période de deux ans.



L'adresse commerciale du LAG est l'Office protestant de la Sarre, Am Ludwigsplatz à 66117 Sarrebruck. Le bureau de coordination est l'Institut pour l'éducation politique, dirigé par **Sabine Graf**. L'objectif est de réunir au sein du groupe de travail le plus grand nombre possible d'organismes, d'associations, de communautés religieuses et d'écoles, ainsi que des personnes individuelles comme l'historien, Rolf Wittenbrock ou l'artiste Seiji Kimoto.

Toutefois, le propos du groupe Mémoire n'est pas de proposer des événements individuels. Ceci est réservé aux membres individuels. C'est précisément à ce stade que l'association EUROP'age Saar-Lor-Lux s'impliquera et a déjà apporté sa contribution, déclare Birgit Grandhomme : «Nous avons déjà visité le musée de Gravelotte, où la bataille de 1870 est évoquée sous une forme impressionnante. Nous étions à Schirmeck visiter le Mémorial d'Alsace-Moselle situé en face du camp de concentration du Struthof, pour la rééducation des habitants de la région récalcitrants - et en 2018, accompagnés par Rolf Wittenbrock, nous étions au premier Historial franco-allemand Hartmannswillerkopf, théâtre de féroces batailles pendant la Première Guerre mondiale.

Dès que possible, une fois les nombreuses restrictions encore en vigueur liées à la pandémie levées,

wir waren 2014 in Schirmeck, der Gedenkstätte an das Umerziehungslager in Sichtweite des KZ Struthof. Wir waren 2017 in Begleitung von Herrn Dr. Wittenbrock im ersten deutsch-französischen Memorial am Hartmannsweilerkopf, wo während des 1. Weltkrieges erbitterte Schlachten stattgefunden haben.

Sobald es möglich sein wird, wird EUROP'age eine Fahrt nach Hinzert im Hunsrück anbieten. Dieses Lager wurde zuerst als Polizeihaftrahmen für Westwallarbeiter aufgebaut, während des 2. Weltkrieges wurde es zu einem SS Sonderlager und einem Konzentrationslager für Deportierte aus besetzten Ländern. Das Dokumentationshaus ist ein in seiner Form besonders beeindruckendes Bauwerk der Architekten Wandel-Höfer-Lorch aus Saarbrücken.

Birgit Grandhomme



Gedenkstätte Hinzert

„Hinzert war die Pforte zur Hölle“ (Pierre Pixius, damaliger Vorsitzender der Amicale des Anciens de Hinzert / Luxemburg, bei Eröffnung des Dokumentationshauses 2005). Insgesamt waren in Hinzert über 10.000 Männer aus 20 europäischen Staaten inhaftiert.

„Hinzert était la porte de l'enfer“ (Pierre Pixius, alors président de l'Amicale des Anciens de Hinzert / Luxembourg, lors de l'ouverture de la Maison de la Documentation en 2005). Au total, plus de 10 000 hommes de 20 pays européens ont été emprisonnés à Hinzert.

EUROP'age proposera un voyage à Hinzert dans le Hunsrück. Cet ancien camp de concentration a d'abord été créé comme un camp de détention de la police pour les travailleurs du Westwall. Pendant la Seconde Guerre mondiale, il est devenu un camp spécial des SS et un camp de concentration pour les déportés des pays occupés. La Maison de documentation d'aujourd'hui, qui montre les horreurs de cette époque, est un bâtiment particulièrement impressionnant dans sa forme, conçu par les architectes Wandel-Höfer-Lorch de Sarrebrück.

Esther Ribic



Visites guidées pour les jeunes à Hinzert

Dazu Aktuelles:



Nach der [Tötung von George Floyd](#) fanden auch in vielen europäischen Ländern Demonstrationen gegen Rassismus und Polizeigewalt statt. Dabei richten sich die Kundgebungen auch immer gegen strukturellen Rassismus im jeweils eigenen Land.

Im Leitbild der Landesarbeitsgemeinschaft wird dazu aufgerufen, sich gegen Rassismus und Gewalt aktiv zu engagieren. Dazu bedarf es Geschichtswissen, und dieses entsteht bei den Jugendlichen in der Auseinandersetzung mit der NS-Vergangenheit. „Der Maßstab der wissenschaftlichen und erinnerungspädagogischen Arbeit ist dafür die freiheitlich-demokratische Grundordnung der Bundesrepublik Deutschland.“

So wird Erinnerungsarbeit zur Stütze, um aktuelle, überregionale Ereignisse zu erfassen und aufzuarbeiten.

Actualités seniors



Site mémorial „Goldene Bremm“ à Saarbruck

Der Sprecher_innenrat der „Landesarbeitsgemeinschaft Erinnerungsarbeit im Saarland“

Sprecher: Hofmann, Frank-Matthias (Evangelisches Büro Saarland)

Stellvertretende Sprecher_innen: Geith, Sabine (Saarländischer Museumsverband e.V.)
Didas, Jörn (Adolf-Bender-Zentrum e.V.)

Schriftführerin: Kell, Dr. Eva

Weitere Sprecher_innenratsmitglieder: Groß, Rafael (Gymnasium Wendalinum, St. Wendel), Hirsch, Dr. Frank (Arbeitskammer des Saarlandes/Dokumentationszentrum), Jellonnek, Dr. Burkhard (Initiative Neue Bremm), Klauck, Hans-Peter (Landesverband der historisch-kulturellen Vereine des Saarlandes), Meuler, Hannah (Landesjugendring Saar e.V.)

Auch in unserem interregionalen Projekt „Senior activ“ ist durch die Pandemie Covid – 19 die persönliche Begegnung derzeit noch nicht wieder möglich, doch treffen sich die Partner regelmäßig in Webinaren. So mussten wir teilnehmenden Senior*innen auch diese Form der Kommunikation lernen. Wir wissen jetzt Bescheid über Webex, TEAMS, meet und weitere Formen der Videokonferenzen.

Das Projekt Senior Activ' basiert auf einem **Konsortium von Partnern**, bei denen es sich um lokale und regionale Akteure aus den Teilgebieten der Großregion handelt. Federführend sind die Verantwortlichen aus dem Département Moselle, **Christoph Muller und Anne – Laure Maclot**. Wir bewegen uns in einem geografischen Raum, in dem Gebiete von 4 EU-Mitgliedstaaten (Luxemburg, Frankreich, Deutschland und Belgien), 5 Regionen und 3 Sprachen (Deutsch, Französisch und Luxemburgisch) vereint sind.

Wir haben das Projekt bereits in mehreren Zeitschriften vorgestellt, die Kick off Veranstaltung fand nun schon vor einem Jahr statt. EUROP'age ist mitverantwortlich in 4 Axen: Axe 2, - Kommunikation -, Axe

Projekt: Senior activ weitgehend im Netz

3, - Stand der Wissenschaft zum Silver Development -, Axe 4, - Aufbau und Leitung einer e-Community - und Axe 7, - Unterstützung der sozialen und gesellschaftlichen Teilhabe der Senioren -.

In jeder Achse gibt es ein allgemeines Ziel, einen Aktionsplan und ein Kapitel über die erwarteten Ergebnisse. In Axe 7 heißt es dazu: „soziale und gesellschaftliche Teilhabe“, um 1. wachsender Einsamkeit und Bruch mit der sozialen Umgebung vorzubeugen, um 2. die Freiwilligentätigkeit zur Förderung des aktiven Alterns zu entwickeln und aufzuwerten und um 3. das freiwillige Engagement der Senioren zu fördern und professionell zu gestalten.

Unsere Workshops und Treffen mit den Menschen vor Ort können wir derzeit nicht durchführen, aber wir können uns austauschen über den wissenschaftlichen Stand der sozialen Arbeit, für die diese Themen forschungsrelevant sind. Das ist sehr anspruchsvoll und anstrengend zugleich, sind wir doch Videokonferenzen in dieser Form gar nicht gewohnt.

Auf unserer Website und in Newslettern werden wir unsere Leser*innen regelmäßig informieren.

Die anspruchsvolle neue Website ist online:

www.senioractiv.eu

Marianne Granz

Actualités seniors



Die Akteure in Birkenfeld November 2019, vor der Pandemie

Les acteurs à Birkenfeld en novembre 2019, avant le déclenchement de la pandémie Covid - 19

Seit Anfang Juni 2020 ist die Website für alle geöffnet; jeder Partner wird zu Beiträgen aufgefordert, die dann veröffentlicht werden. Ein wichtiges Zeichen weltweit, unsere Verbundenheit für Senior activ in der Großregion zu zeigen.

Hier heißt es:

„Die Partner des Projekts Senior Activ’ möchten eng mit den Senioren zusammenarbeiten, um Instrumente und Aktivitäten zu entwickeln, die zu ihnen passen und mit denen sie sich wohlfühlen. Zusammen mit den älteren Menschen, d. h. den künftigen Freiwilligen, werden partizipative Workshops veranstaltet, um sich ein Bild von ihren Einschätzungen und Erfahrungen mit Blick auf ihr

(beabsichtigtes) Engagement zu machen. In den jeweiligen Lebensräumen werden für die Senioren Freizeitveranstaltungen (in den Bereichen Kultur, Sport und Tourismus) sowie grenzüberschreitende themenspezifische Begegnungen organisiert.“



Senior activ – seulement virtuel

Actualités seniors

Notre projet interrégional « Senior activ » est lui-aussi affecté par la pandémie de la Covid, les rencontres personnelles n’étant pas encore possibles. Mais les partenaires se rencontrent régulièrement dans le cadre de visioconférences. Cela signifie que nous, les seniors qui participons au projet, avons dû apprendre cette forme de communication. Nous connaissons maintenant Webex, TEAMS, meet et d’autres formats de vidéoconférence.

Le projet Senior Activ repose sur un consortium de partenaires, soit des acteurs locaux et régionaux sur tous les versants de la Grande Région. Le chef de file du projet est le Département de la Moselle, avec pour chargés de mission Christophe Muller et Anne - Laure Maclot. Nous opérons dans une zone géographique qui regroupe des territoires de 4 États membres de l’Union européenne (Luxembourg, France, Allemagne et Belgique), 5 régions et 3 langues (allemand, français et luxembourgeois).

Nous avons d’ores et déjà présenté le projet dans plusieurs magazines, l’événement de lancement a eu lieu il y a un an déjà. EUROP’age est engagé sur 4 axes : Axe 2, - la communication -, Axe 3, - Etat de l’art du Silver développement-, Axe 4, - Crédit et gestion d’une e-Communauté - et Axe 7, - Soutien à la participation sociale et citoyenne des ainés -. Chaque axe comporte un objectif général, un plan d’action et un volet sur les résultats attendus. Le descriptif de l’axe 7 précise : « Le projet souhaite soutenir la participation sociale et citoyenne des seniors afin de : 1) prévenir l’isolement progressif ainsi que la rupture du lien social ; 2) développer et valoriser le

bénévolat en faveur du vieillissement actif ; 3) encourager et professionnaliser l’engagement bénévole des seniors.

Nous ne pouvons pas actuellement organiser nos workshops et nos rencontres avec la population, mais nous avons la possibilité d’échanger des avis sur la nature profonde du travail social, car ces sujets sont intéressants pour la recherche scientifique. C’est à la fois très exigeant et éprouvant, car nous ne sommes pas habitués aux visioconférences sous cette forme.

Nous tiendrons nos lecteurs régulièrement informés sur notre site internet et dans des bulletins d’information.
Esther Ribic

Le site web est ouvert à tous depuis le début du mois de juin 2020 ; chaque partenaire est invité à soumettre des contributions, qui sont ensuite publiées. Un signe important dans le monde entier pour montrer notre engagement en faveur de l’activisme des seniors dans la Grande Région.

»Le(s) objectif(s) de cet axe est(sont) ...

Le bien-vieillir passe indéniablement par l’activité, le sentiment d’utilité et la reconnaissance de la personne âgée. Cet axe de travail souhaite encourager la participation sociale et citoyenne des ainés. L’enjeu est d’inviter les ainés à s’impliquer dans des activités bénévoles, dans un objectif de contourner l’isolement et la rupture de lien social d’une part, et pour permettre un vieillissement actif et donc en bonne santé d’autre part. La professionnalisation de l’engagement des seniors sera également poursuivie, afin de pallier le manque de bénévoles constaté depuis quelques années.»

So viele Hundertjährige gab es noch nie



Der Fotograf Dr. Bernd Bünsche hat in Schleswig – Holstein 100 Schwarz-Weiß-Portraits von Hundertjährigen erstellt. Das Projekt entstand anlässlich des 100. Jubiläums der Arbeiterwohlfahrt. Finissage war im November 2019. Schöne Idee!

Der Tag der Weltbevölkerung am 11. Juli wird uns darüber informieren, dass noch nie so viele Hundertjährige gelebt haben wie heute. Und dass ihre Zahl wächst – schneller als die Weltbevölkerung selbst, so die UN.

Wenn alle Menschen, die hundert Jahre oder älter sind, in einer einzigen Stadt wohnen würden, dann hätte diese fast die Größe von Dresden

– rund 563 000 Ende 2019. Und wenn sie sich auf ein paar Städte verteilen würden, würden die Über-Hundertjährigen mehr als das halbe Saarland bevölkern.

Seit zwanzig Jahren deutlicher Anstieg

533.000 – so viele Menschen, die hundert Jahre oder älter sind, gab es noch nie auf der Welt. Mit 80 Prozent sind die meisten von ihnen Frauen. Gerade im Zeitraum seit der Jahrtausendwende hat es einen deutlichen Anstieg der Hundertjährigen gegeben: Im Jahr 2000 waren es erst etwa 150.000.

Natürlich ist in dieser Zeit auch die Weltbevölkerung gewachsen, jedoch deutlich langsamer. Im Jahr 2000 waren es noch 25 (Über-) Hundertjährige pro eine Million Menschen. Im Jahr 2019 sind es bereits 69. Nach den Schätzungen der Vereinten Nationen leben die meisten Menschen über Hundert in den Vereinigten Staaten, gefolgt von Japan, China, Indien und Brasilien. Allerdings haben diese Länder auch sehr viel mehr Einwohner. Im Verhältnis zur Einwohnerzahl hat aber Japan die Nase vorn, dort werden die Menschen also besonders alt.

Und es werden weiterhin mehr, auch in Deutschland: Inzwischen wird hierzulande

Jamais les centenaires n'ont été aussi nombreux

Actualités seniors

La Journée mondiale de la population, le 11 juillet, nous informera que jamais auparavant il y a eu autant de centenaires qu'aujourd'hui. Et que leur nombre augmente - plus vite que la population mondiale elle-même, selon l'ONU. Si toutes les personnes âgées de 100 ans ou plus devaient vivre dans une seule ville, celle-ci aurait presque la taille de Dresde - environ 563 000 habitants (fin 2019 ou Lyon intra-muros 516 092 habitants). Et si elles n'étaient réparties que dans quelques villes, les +100 ans peupleraient plus de la moitié de la Sarre.

Une augmentation significative depuis vingt ans 533 000 - il n'y a jamais eu autant de personnes de cent ans ou plus dans le monde. 80 % d'entre elles sont des femmes. Leur nombre est en croissance continue, surtout depuis le début du millénaire : En l'an 2000, on n'en comptait que 150 000 environ.

La population mondiale a certes augmenté aussi au cours de la même période, mais à un rythme moindre. Alors qu'en 2000, on dénombrait 25 personnes de + 100 ans par tranche du million d'habitants, en 2019 ce sont 69. Selon les estimations des Nations Unies, la plupart des centenaires vivent aux États-Unis, suivis par le Japon, la Chine, l'Inde et le Brésil. Cependant, le nombre global des habitants de ces pays est nettement plus élevé. Si on considère leur nombre par rapport à la population totale d'un pays, c'est le Japon qui arrive en tête du classement.

Et ce nombre ne cesse de croître, en Allemagne aussi : actuellement, un nouveau-né sur trois en Allemagne atteindra l'âge de cent ans. C'est du moins ce que dit une étude récente de l'Institut Max Planck pour la recherche

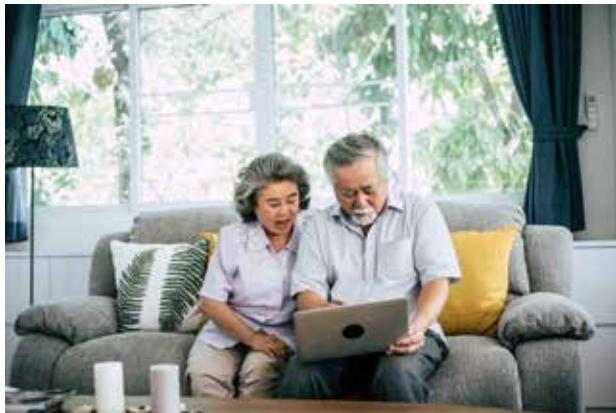
démographique de Rostock. Donc : aujourd'hui un enfant masculin sur dix né en Allemagne devrait atteindre l'âge de cent ans ou au-delà.

Le secret pour une longue vie est déjà de vivre dans un pays prospère. Les personnes ayant un revenu élevé et donc une pension plus élevée vivent plus longtemps. Mais c'est précisément cette même espérance de vie élevée dans les pays industrialisés qui pose à nouveau problème. La liste est longue : à mesure que les gens vieillissent, il faut davantage d'établissements de soins, de médecins et de services infirmiers. Cela a été largement révélé par l'actuelle crise du corona. Dans le même temps, selon les prévisions, la population totale baisse. En Sarre, la perte du nombre d'habitants sera très rapide, ainsi que l'a annoncé la commission d'enquête de la Sarre dès 2011. En deuxième position et tout aussi important pour le bien-vieillir arrive le mode de vie et l'alimentation saine. Tous, nous connaissons les appels à faire régulièrement de l'exercice, à adopter une nourriture conforme à la pyramide alimentaire avec beaucoup de fruits et de légumes, des protéines et des fibres, peu de viande et de graisse.

Enfin, l'intégration dans une cellule familiale, dans un environnement social positif avec une stimulation mentale et créative et de la diversité. Le bénévolat est aussi un allié pour rester en forme et mobile. Les maladies chroniques, qui obligent naturellement les gens à changer de mode de vie, ne sont pas un obstacle pour ne pas devenir très vieux. Avec le bon médicament et une attitude globalement positive face à la vie, chacun peut atteindre les cent ans.

Esther Ribic

jedes dritte neugeborene Mädchen das hundertste Lebensjahr erreichen. Das sagt zumindest eine aktuelle Studie des Rostocker Max-Planck-Instituts für demografische Forschung. Immerhin: Jeder zehnte heute in Deutschland geborene Junge wird hundert oder älter.



Beim Rezept für ein hohes Alter steht an erster Stelle: Man sollte in einem wohlhabenden Land leben. Menschen mit hohem Einkommen und damit einer höheren Rente leben länger. Doch gerade die hohe Lebenserwartung in Industrienationen birgt auch wieder Probleme in sich. Die Liste ist lang: Wenn Menschen älter werden, braucht es mehr versorgende Einrichtungen, Ärzte und Pflegeangebote. Das ist in der jetzigen Corona-Krise allzu deutlich geworden. Gleichzeitig, so die Prognosen, sinkt aber auch der Gesamtbevölke-

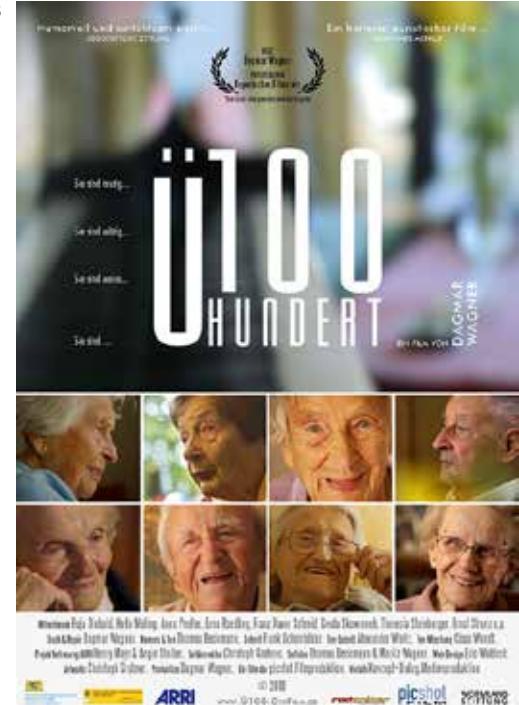
rungsbestand. Im Saarland besonders schnell, wie die Enquete-kommission des Saarlandes schon 2011 herausfand.

An zweiter Stelle für ein so hohes Altwerden stehen Lebensführung und gesunde Ernährung.

Die Appelle, sich regelmäßig zu bewegen, sich nach der NahrungsPyramide zu verhalten, also viel Obst und Gemüse, Eiweiß und Ballaststoffe, wenig Fleisch und Fettes zu essen, kennen wir alle.

An dritter Stelle steht das Eingebettetsein in die Familie, in ein positives soziales Umfeld mit geistiger und kreativer Anregung und Abwechslung. Auch das Engagement im Ehrenamt hält fit und beweglich. Und chronische Erkrankungen, die natürlich zu einem anderen Lebensstil zwingen, sind kein Grund, nicht doch hochaltrig zu werden. Mit der richtigen Medikamentierung und einer insgesamt positiven Lebenseinstellung kann man es auf hundert schaffen.

Marianne Granz



**Sebastian, 21 Jahre,
nutzt unsere Angebote
zu Film und Medien.**

*Ich will's
Wissen!*

**Volkshochschule
Regionalverband Saarbrücken**
www.vhs-saarbruecken.de

vhs
Volkshochschule
Regionalverband Saarbrücken

**REGIONALVERBAND
SAARBRÜCKEN**

EUROP'age trauert um seine langjährigen Freundinnen und Freunde



EUROP'age déplore la disparition et compatit à la douleur de leurs proches

Und immer sind da Spuren deines Lebens, deiner Gedanken, Bilder, Augenblicke, Gefühle, die die Erinnerung an dich wachhalten.

In Liebe und Dankbarkeit nehmen wir Abschied von

Dorothea Janes

geb. Schwindling

* 10. 3. 1922 † 8. 3. 2020

In stiller Trauer:

Erich Barbian und Angehörige
Karin

66578 Landsweiler-Reden

Die Urnenbeisetzung ist am Freitag, dem 20. März 2020, auf Friedhof Landsweiler-Reden.

Beerdigungsinstitut Malburg, Landsweiler-Reden, Saarbrücken



Les personnes que nous aimons restent à jamais, car elles laissent des traces dans nos coeurs et nos esprits.

Menschen, die wir lieben, bleiben für immer, denn sie hinterlassen Spuren im Herzen wie im Geist.

CRÉHANGE Nécrologie

M. Jean Gérard Guldner

M. Jean Gérard Guldner est décédé à Boulay le 10 mars, à l'âge de 86 ans.

Il avait deux enfants, Pascale décédée en 2003 et Dominique, et une petite-fille Cindy décédée en 2003. Il résidait dans la localité.

Nos condoléances à la famille.



*Alle Kraft, die wir fortgeben,
kommt erfahren und verwandelt
wieder über uns.
(Rainer Maria Rilke)*

Dipl.-Ing.

Liesel Grimm

geb. Bauer

* 26.06.1934 † 31.03.2020

In stiller Trauer:

Urte Grimm
Andreas Schreiner-Grimm
Ladislav Krutsch
Linnart Grimm
Leik Grimm
sowie alle Anverwandten un



66333 Völklingen-Ludweiler, Odenwaldstraße 19

Die Trauerfeierlichkeiten finden im engsten Familienkreis statt.

Bestattungshaus „Friede“ DUCHENE GmbH; www.friede-duchene.de

Wir danken Euch von ganzem Herzen für Euer unermüdliches Engagement, für Eure Treue zu EUROP'age, für Eure Überzeugung zu den europäischen Ideen, für die vielen Stunden, die wir mit Euch verbringen durften, für gemeinsames Lachen, Singen und Spaß haben.

Wir danken Euch für Eure spirituellen Anregungen und der guten Streitkultur, die wir gemeinsam entwickelten.

Nous vous remercions du fond du cœur pour votre engagement inlassable, pour votre fidélité à EUROP'age, pour votre conviction en faveur des idées européennes, pour les nombreuses heures que nous avons pu passer avec vous, pour avoir ri, chanté et nous être amusés ensemble.

Nous vous remercions pour vos inspirations spirituelles et la bonne culture des débats que nous avons développée ensemble.

In Liebe und Dankbarkeit nehmen wir Abschied von meiner herzensguten Ehefrau, unserer Mutter, Schwiegermutter und Oma, Schwester, Schwägerin und Tante

Sibylle Steinmetz

geb. Kraus

* 14.5.1947 † 1.6.2020



In stiller Trauer:

Klaus
Armin und Karin mit Nils
Rolf
Geschwister mit Familien
und alle Angehörigen



66129 Saarbrücken-Bübingen

Trauerfeier und Urnenbeisetzung finden im engsten Familienkreis statt.

„Bestattungshaus Schweitzer“ 66133 Saarbrücken-Scheidt, Kaiserstraße 3

Ihre Daten werden elektronisch erfasst und ausschließlich für Vereinszwecke verwendet.
Nach den europäischen Datenschutzregeln wird exakt verfahren.



EUROP'age Saar-Lor-Lux e.V.
Schloss Str. 48
66117 Saarbrücken

SEPA-Lastschriftmandat

Mitgliedsantrag

Hiermit beantrage ich die Mitgliedschaft bei EUROP'age Saar-Lor-Lux e.V.

Name:
Vorname:
Straße:
Ort:
Telefon
Email:

Jahresbeitrag: (auswählen)

- | | |
|---|----------|
| <input type="checkbox"/> Privatpersonen | 30,00 € |
| <input type="checkbox"/> Institutionen | 120,00 € |
| <input type="checkbox"/> Unternehmen | 250,00 € |

Ort, Datum:

Unterschrift:

Ich habe Interesse an einer Mitarbeit im Verein

- ja
 nein

Vorliebe oder Neigung

Mandatsreferenz: (wird separat mitgeteilt)

Ich ermächtige den Zahlungsempfänger EUROP'age Saar-Lor-Lux e.V. Zahlungen von meinem Konto mittels Lastschrift einzuziehen.

Zugleich weise ich mein Kreditinstitut an, die vom Zahlungsempfänger EUROP'age Saar-Lor-Lux e.V. auf mein Konto gezielten Lastschriften einzulösen.

Hinweis: Ich kann innerhalb von acht Wochen, beginnend mit dem Belastungsdatum, die Erstattung des belasteten Betrages verlangen. Es gelten dabei die mit meinem Kreditinstitut vereinbarten Bedingungen.

Zahlungsart: Wiederkehrende Zahlung

Glaubiger-Identifikationsnummer: DESSZZZ00000971307

Name, Vorname (Kontoinhaber)
Straße
PLZ, Ort
IBAN
BIC
Ort / Datum

Unterschrift Kontoinhaber

Tel: +49 681 - 506 43 15

Mail: info@europ-age.eu

www.europ-age.eu

Sparkasse Saarbrücken

IBAN DE97590501010081115883

BIC SAKSDE55XXX

Nous remercions ici particulièrement le ministère des affaires sociales en Sarre d'avoir permis la parution du présent magazine avec des moyens du Toto et des moyens de l' EU projet „Senior activ“
Nous espérons que d'autres sponsors accepteront de nous soutenir pour la parution des prochains numéros.

Bien à vous Marianne Granz und Esther Ribic

Die Ausgabe dieser Zeitschrift wird gefördert durch Totomittel
des Sozialministeriums Saarland
und des EU - Projektes „Senior activ“.
Wir bedanken uns ganz herzlich und hoffen,
weitere Sponsoren zu finden.
Ihre Marianne Granz und Esther Ribic

Unsere Zeitschrift ist kostenlos -
Spenden sind jedoch jederzeit willkommen.

Notre revue est gratuite -
mais les dons sont toujours bienvenus.

EUROP'age Saar-Lor-Lux e.V.

Sparkasse Saarbrücken

Konto - SEPA: DE97590501010081115883
BIC: SAKSDE55



**Kurzzeitpflege
Stationäre Pflege
Betreutes Wohnen**

Bismarckstr. 23 • 66111 Saarbrücken
Telefon 0681 - 6009-0 • Telefax 0681 - 6009-250
e-mail: info@stiftung-langwied.de • www.stiftung-langwied.de

Unter uns:
Ich fühl' mich wohl!



Individuelles Wohnen –
erstklassiger Service
für die Ansprüche
der Senioren von heute

Egon-Reinert-Haus
Königsberger Straße 43 • Tel. 0681 8107-0
Wohnstift Reppersberg
Nussbergtreppe 10 • Tel. 0681 5009-0
www.saarbruecker-altenwohnstaift.de



Frische erleben

Entdecken Sie, was Globus so einzigartig macht



- familiäre Atmosphäre
- zentrale, ruhige Lage
- erfahrenes Pflegepersonal
- eigene Küche

Zum Kesselbrunnen 2 • 66352 Großrosseln
Tel. 0 68 98/4 34 24 • info@haus-im-warndt.de

