

Einkäufe werden gratis geliefert

Angebot Seit August bieten über 20 Geschäfte in der St. Galler Innenstadt die Möglichkeit, Einkaufstaschen von einem Lieferdienst per Velo an eine Adresse auf Stadtgebiet fahren zu lassen. Bis Ende Februar 2021 sind diese Lieferungen gemäss einer Medienmitteilung gratis. Dies dank einer durch den Energiefonds unterstützten Aktion. Sie trifft sich für all jene gut, die dieser Tage im Stadtzentrum Weihnachtsgeschenke und Zutaten fürs Festessen einkaufen. Der neue Velo-Lieferdienst nennt sich viaVelo.sg. Zur Trägerschaft gehören die Stadt St. Gallen, Pro City, die Agglo St. Gallen-Bodensee und der Velokurier «Die Fliege».

Das Angebot soll gemäss der Mitteilung eine unkomplizierte und ökologische Dienstleistung sein. Die Waren werden am gleichen Tag und im gewünschten Zeitfenster via Velo nach Hause transportiert. Einkaufstaschen können in allen teilnehmenden Geschäften aufgegeben und die Lieferung mit der App viaVelo direkt ausgelöst werden, wie es in der Mitteilung weiter heisst. Beliefert werden Adressen innerhalb der Stadt St. Gallen mit Postleitzahl 9000 bis 9016. Alle Details, darunter die teilnehmenden Betriebe, sind im Internet unter www.via-velo.sg zu finden. (sk/vre)

Stadtpolizei stoppt Autofahrer

Verkehr Die Stadtpolizei hat am Montag fünf Personen angehalten, die mit Schnee und Eis auf ihrem Auto unterwegs waren. Alle Fahrer wurden angezeigt. In einer Medienmitteilung macht die Stadtpolizei darauf aufmerksam, dass Schnee und Eis vor der Abfahrt vom Auto zu entfernen sind. Dies, weil sie sich während der Fahrt lösen und zu gefährlichen Situationen auch für andere Verkehrsteilnehmer führen können. Zudem dürfe die Sicht aus den Fenstern und auf die Seitenspiegel nicht eingeschränkt sein, betont die Polizei. (stapo/vre)

Die Telefonkette neu entdeckt

Benephone richtet sich an ältere und allein lebende Menschen – und stösst auf immer grösseres Interesse.

Yvonne Aldrovandi-Schlöpfer

«Guete Obig Rosi» – so tönt es, wenn ich regelmässig am Montag- und Donnerstagabend den Anruf starte, um die Telefonkette zu eröffnen», erzählt Elisabeth Cavegn und fährt fort: «Schon bei der Begrüssung merke ich die Freude bei Rosi. Mein Anruf wurde erwartet. Ich brauche nicht wie üblich bei einem Telefongespräch zu fragen, ob ich störe.» Elisabeth Cavegn aus St. Gallen ist Mitinitiantin und eine der Kontaktpersonen der Telefonkette Benephone, die sich an ältere und allein lebende Menschen richtet. Die regelmässigen Anrufe vermitteln den Teilnehmenden ein sicheres Gefühl und ermöglichen den Kontakt untereinander.

Die Idee für die Telefonkette sei aus einem Gespräch mit einer älteren, allein lebenden Frau entstanden. «Diese erzählte mir, dass eine Bekannte sie täglich anrufe, um sich nach ihrem Befinden zu erkundigen», erklärt Elisabeth Cavegn. «Ich dachte mir, so etwas könnte auch weitere Personen ansprechen.» Cavegn hat sich daraufhin mit langjährigen Bekannten – Claire Erne aus Muolen sowie Anita Buchs und Urs Lanz aus St. Gallen – ausgetauscht und gemeinsam gründeten sie die Organisation Benephone.

Mittlerweile gibt es vier Telefonketten

Vermittlungsplattform für die Benephone-Telefonkette ist die Stiftung Benevol St. Gallen, die sich als Fachstelle für Freiwilligenarbeit versteht. Gestartet wurde am 1. April 2019 mit zwei Telefonketten, die aus gesamt neun Personen bestanden. Inzwischen sind es vier Telefonketten mit insgesamt 20 Teilnehmenden. Sie leben in der Stadt St. Gallen und Umgebung, aber auch im Thurgau und dem Appenzellerland. Zweimal in der Woche rufen sich die Mitglieder einer Telefonkette der Reihe nach an. Da-



Men Spadin, Benevol-Öffentlichkeitsbeauftragter, mit den Benephone-Mitinitiantinnen Claire Erne aus Muolen sowie Elisabeth Cavegn und Anita Buchs aus St. Gallen (von links).
Bild: Yvonne Aldrovandi-Schlöpfer

bei erkundigen sie sich nach dem gegenseitigen Wohlbefinden und tauschen zugleich Neuigkeiten aus.

Eine Telefonkette besteht aus vier bis sechs Personen, die

sich selber organisieren. Der Rhythmus und die Tageszeit der Anrufe werden in den Gruppen festgelegt. In jeder Gruppe wird eine Kontaktperson bestimmt, welche die Telefonkette startet

und grundsätzlich auch beendet. «Mitmachen können ältere und allein lebende Frauen und Männer aus der ganzen Ostschweiz. Das Angebot ist kostenlos», sagt Men Spadin, Benevol-Öffentlichkeitsbeauftragter und zuständig für Benephone. Ausser einem Telefon oder einem Handy brauche es nur Zeit und Lust, die Anrufe zum vereinbarten Termin zu tätigen.

Benephone soll nicht nur in Coronazeiten funktionieren

Nebst der Sicherheit schätzen die Teilnehmenden auch, dass sie regelmässige Gesprächspartner haben und jemand an sie denkt. Besonders in diesem Jahr der Coronakrise, wo zwischenmenschliche und persönliche Begegnungen eingeschränkt sind, seien solche Kontakte sehr

wertvoll. Men Spadin berichtet, dass Benevol während des Lockdowns im Frühjahr Benephone-Flyer an sämtliche Gemeinden in den Kantonen St. Gallen und Thurgau verschickt hat. «Wir waren gerüstet für den grossen Ansturm, der allerdings ausgeblieben ist.»

Letztlich solle Benephone aber nicht nur zu Coronazeiten funktionieren, sondern langfristig. «Wir sind stetig am Wachsen. Und die Rückmeldungen sind ausschliesslich positiv», sagt Spadin erfreut. Zwischen den Mitgliedern der Ketten sei eine herzliche Verbundenheit entstanden. Die Gespräche würden sich von selbst ergeben, da alle in derselben Lebensphase sind. «Wir haben immer ein Gesprächsthema», sagt Claire Erne und lacht.

Angebot besteht in der ganzen Ostschweiz

Benevol St. Gallen ist die **Fachstelle für Freiwilligenarbeit** für die Region St. Gallen und Vermittlungsplattform für die Benephone-Telefonkette. Allein lebende Seniorinnen und Senioren aus der ganzen Ostschweiz, die **Interesse an der kostenlosen Teilnahme** bei einer Telefonkette haben, melden sich unter 071 227 07 60 oder info@benevol-sg.ch. Gemäss Men Spadin von Be-

nevol werden aber auch Anfragen von jüngeren Menschen nicht abgelehnt.

Die Kontaktpersonen von Benephone organisieren in Zusammenarbeit mit Benevol einmal monatlich einen **Stammisch als Vernetzungsanlass** für die Mitglieder. Die Teilnahme ist freiwillig. Weitere Informationen sind zu finden im Internet unter www.benephone.ch. (yal)

Eine tägliche Ration Ehrenwein für den ältesten Bürger

Eine Publikation zur Geriatrien Klinik St. Gallen setzt sich mit dem Altwerden und der Altersmedizin in der Stadt auseinander.

Ein grosses Bauprojekt hat die Ortsbürgergemeinde St. Gallen hinter sich: Zweieinhalb Jahre dauerte die umfassende Sanierung und Erweiterung der Geriatrien Klinik St. Gallen an der Rorschacher Strasse. 50 Millionen Franken wurden investiert. Im vergangenen Frühling konnten die Patientinnen und Patienten die neuen Räume mit insgesamt 122 Betten beziehen.

Zum Abschluss der Sanierungsarbeiten erscheint nun – pünktlich zur Bürgerversammlung diesen Donnerstag – eine neue Publikation zur Geriatrien Klinik. Sie trägt den Titel «Rückblick mit Weitsicht» und wurde vom Stadtarchiv der Ortsbürgergemeinde redaktio-

nell begleitet und konzipiert. Sieben Beiträge beleuchten verschiedene Aspekte des Altwerdens und der Altersmedizin. Verfasst wurden sie von Historikerinnen, Ökonomen, Architekten, medizinischen Fachpersonen und Bürgerratspräsident Arno Noger.

Altwerden in St. Gallen früher und heute

Die Texte decken denn auch eine grosse thematische Bandbreite ab. Sie widmen sich den Lebensumständen betagter Menschen in St. Gallen in Geschichte und Gegenwart. Leserinnen und Leser erfahren etwa, dass die ältesten Bewohner der Stadt schon im 17. und 18. Jahr-

hundert über 80 Jahre alt wurden. In einer Zeit, in der es keine AHV gab und in der bis ins hohe Alter gearbeitet wurde, erhielten manche von ihnen spezielle Leistungen, etwa eine tägliche Ration Ehrenwein und Weissbrot oder wöchentlich einen kleinen Zustupf.

Die Publikation zeigt auf, wie sich die Alterspflege und Altersmedizin, eine relativ junge Disziplin, entwickelt haben. Und sie legt dar, wie die heutige Organisationsstruktur des Kompetenzzentrums Alter der Ortsbürgergemeinde entstanden ist, zu dem heute die Geriatrien Klinik, der Alterswohnsitz Bürgerspital und die Altersresidenz Singenberg gehören. Alle drei

Institutionen sind unterirdisch mit dem Kantonsspital St. Gallen verbunden.

Am Beispiel der Geriatrien Klinik greift die Publikation auch aktuelle Themen auf: Die Beiträge legen die Herausforderungen der gegenwärtigen Spitalfinanzierung dar und gehen auf die demografische Entwicklung in der Ostschweiz und deren Auswirkungen auf die künftige Spitallandschaft ein.

So rechnet der Kanton St. Gallen damit, dass im Jahr 2025 die Hälfte aller stationär behandelten Patientinnen und Patienten älter als 60 Jahre sein wird. Die Konsequenz sei, schreibt der Autor, dass sich die Akutspitäler immer stärker auf

ältere und gebrechliche Patientinnen und Patienten ausrichten müssten.

Im Durchschnitt bleiben die Patienten 19 Tage

Nicht zuletzt ermöglicht der schmale Band anhand zahlreicher Bilder Einblicke ins frisch sanierte Innere der Geriatrien Klinik und in die neu gestalteten, lichtdurchfluteten Bettenzimmer. Er macht deutlich, welchen Wandel die Klinik seit ihrer Eröffnung vor 40 Jahren durchgemacht hat. Damals waren Patienten mehrheitlich in Fünf-Bett-Zimmern untergebracht, 18 Personen teilten sich ein Bad mit Dusche. Und es war keine Seltenheit, dass sich Pa-

tienten mehrere Monate in der Klinik aufhielten. Seit der Totalisierung sind die Fünf-Bett-Zimmer verschwunden. An ihrer Stelle gibt es Dreibett-, Doppel- und Einzelzimmer, die alle über eine eigene Nasszelle verfügen. Die Patientinnen und Patienten halten sich durchschnittlich noch 19 Tage in der Geriatrien Klinik auf. 75 Prozent von ihnen können nach der Entlassung in ein selbstständiges Leben zurückkehren.

Das Buch mit dem Titel «Rückblick mit Weitsicht» umfasst knapp 80 Seiten, es kostet 19 Franken und ist im Buchhandel erhältlich.

Christina Weder