

Jeta në moshë të tretë

Të drejtat

Financat

Përfshirja në shoqëri

Të qëndrosh sa më gjatë në shtëpi

Të kujdesesh për të afërmit

Promovimi i shëndetit

Të drejtat

Në moshën e tretë ka rëndësi që të sqarohen pyetje të caktuara personale dhe juridike paraprakisht. Kush i sqaron pyetjet me kohë, është në gjendje të përfshihet në marrjen e vendimeve. Për shembull, se çfarë duhet të ndodhë në rast sëmundjeje, në nevojë për kujdestari ose në rast vdekjeje.

Porosia e parakujdesjes

Një porosi parakujdesjeje (Vorsorgeauftrag) është një rregullim shkrimor. Ai ndihmon, kur një person për shembull pas një aksidenti, gjatë një sëmundjeje ose në moshë të shtyrë nuk është më në gjendje të marrë vendime (paaftësia e të gjykuarit). Porosia e parakujdesjes ngarkon e një person apo zyrë të besueshme me detyrën e rregullimit të çështjeve personale. Kjo ose mund të bëhet përmes një deklarate me shkrim dore ose të përpilohet nga noteri. Porosia duhet të përshkruajë saktësisht, se për cilat detyra jepet autorizimi në të ardhmen. Porosia mund të ndryshohet ose të tërhiqet në çdo kohë. Autoriteti për mbrojtjen e fëmijëve dhe të rriturve (Kindes- und Erwachsenenschutzbehörde KESB) shqyrton, nëse porosia është e vlefshme. KESB-ja mund të marrë masa për të mbrojtur interesat e personit, që jep porosinë.

Autorizimi

Me një autorizim (Vollmacht) mund të lejoni, që një person ose zyrë të kryejë diçka për ju. Personi ose zyra, që merr autorizimin, lejohet të veprojë në emër të personit tjetër (personi autorizues, bevollmächtigende Person).

Ndryshe nga porosia e parakujdesjes, një autorizim hyn në fuqi menjëherë në këtë moment, kur ai jepet.

Autorizimi duhet të jepet në formë shkrimore. Personi, që e lëshon, mund ta ndryshojë ose ta ndalojë autorizimin në çdo kohë. Mund të caktohet saktësisht, se çfarë lejohet të bëjë personi tjetër ose zyra. Ka autorizime specifike (spezifische Vollmacht) për detyra të caktuara ose një autorizim të përgjithshëm (Generalvollmacht), me anë të të cilit personi tjetër apo zyra lejohet të kryejë gjithçka, që është e lejuar nga ligji.

Autorizimi përfundon normalisht me vdekjen e personit ose atëherë, kur personi nuk është më i aftë për të gjykuar (nicht mehr urteilsfähig).

Testamenti i pacientit

Një testament pacienti (Patientenverfügung) tregon vullnetin e pacientit për rastin, që ky më vonë nuk është më në gjendje të marrë më vendime. Atje shkruhet për shembull, se cilat trajtime mjekësore lejohen apo refuzohen nga pacienti, nëse dëshirohet një donacion organesh dhe se cilat dëshira ekzistojnë për varrimin. Është e rëndësishme të deklaroni të paktën një person të besueshëm tek të dhënat e kontaktit brenda formularit të testamentit të pacientit.

Testamenti

Radha ligjore e trashëgimisë cakton, se kush merr pasurinë dhe pronat e personit të vdekur. Nëse dikush dëshiron diçka tjetër, ai ose ajo mund të përpilojë një testament (Testament). Atje mund të ndryshohet radha ligjore e trashëgimisë. Në një testament mund të caktohet saktësisht, se kush synohet të marrë cilën pjesë. Sado bashkëshortët dhe fëmijët kanë gjithmonë të drejtë për të marrë një pjesë të caktuar. Kjo pjesë quhet pjesa e obligueshme (Pflichtteil). Një testament është atëherë e nevojshme, kur dikush nuk dëshiron, që ligji të përcaktojë çdo gjë. Rregullat e trashëgimisë ndodhen në Kodin Civil të Zvicrës (Schweizerisches Zivilgesetzbuch ZGB). Nëse nuk ekziston një testament, trashëgimia shpërndahet sipas rregullave të Kodit Civil.

Një testament mund të shkruhet me dorë. Me qëllim që të jetë e vlefshme, në të duhet të respektohen rregulla të caktuara. Një noter ose notere mund të ndihmojë, që testamenti të shkruhet në mënyrën e duhur dhe të vërtetohet (noterizimi, beglaubigen).

Rasti i vdekjes dhe varrimi

Nëse dikush vdes në shtëpi, atëherë mjekja ose mjeku familjar duhet të merret në telefon. Nëse ata nuk janë në dispozicion, duhet të merret shërbimi mjekësor për emergjencat në telefon (mjeku për emergjencat) në numrin 0800 401 501 (pa pagesë). Nëse një person vdes nga një aksident ose nëse një person i vdekur gjendet, atëherë duhet të informohet policia (numri telefonik 117).

Rasti i vdekjes duhet të regjistrohet brenda dy ditësh tek enti i varrosjeve (Bestattungsamt) në komunën e banimit. Pastaj enti i varrosjeve jep informacione për ecurinë e mëtejshme.

Familjarët duhet të informojnë gjithashtu zyra të ndryshme për rastin e vdekjes. Këtu bëjnë pjesë qiradhënësit, arka e pensionit (Pensionskasse), arka e shëndetësisë (Krankenkasse), bankat, sigurimet dhe mbase edhe institucione ose autoritete të tjera. Për myslimane dhe myslimanë në Kantonin Aargau ka informacione specifike nga lidhja e myslimanëve në Aargau (VAM). Për shembull rreth temës së varrezave myslimane.

Më shumë informacione (link, adresa, broshura, fletushka)

dev.hallo-aargau.ch/sq/alter-und-migration/rechte

Financat

Në moshë të tretë, shpesh edhe situata financiare ndryshon. Ai që nuk punon më, normalisht merr një pension. Në Zvicër ka sigurime të ndryshme dhe oferta të ndryshme përkrahjeje, që mundësojnë një siguri financiare për njerëzit e moshuar.

Zhdëmtimi për persona pa ndihmë

Persona, që rregullisht kanë nevojë për ndihmë në rutinën e përditshme, mund të marrin një përkrahje financiare nga sigurimi i invaliditetit (Invalidenversicherung IV). Kjo përkrahje quhet zhdëmtim për persona pa ndihmë (Hilflosenentschädigung). Përkrahja ndihmon, që personi të jetojë mundësisht i pavarur. Zhdëmtimi nuk varet nga të ardhurat dhe nga pasuria.

Shuma e zhdëmtimit për persona pa ndihmë varet nga grada e të qenit pa ndihmë - e lehtë, e mesme ose e rënde. Sigurimi i invaliditetit cakton gradën e të qenit pa ndihmë. Ekziston një afat pritjeje prej një viti.

Ndihmat individuale financiare nga Pro Senectute Aargau

Për persona mbi 65 vjeç ka një përkrahje financiare nga Pro Senectute Aargau. Përkrahja mund të ndihmojë në kapërcimin e një ngushticë aktuale financiare. Për të bërë një kërkesë, vendbanimi i personit duhet të jetë në Kantonin Aargau. Personat, që vijnë nga shtetet jashtë BE-së/EFTA-së, duhet të banojnë për pesë vjet pa ndërprerje në Zvicër. Për të parashtruar një kërkesë, personi duhet të shkojë tek zyra e konsultimit të Pro Senectute Aargau. Konsultimi është falas.

Paret nuk duhet të kthehen. Nuk ekziston një pretendim ligjor për ndihmën individuale financiare.

Zbritje për persona me të ardhura të ulëta

Cartons du Coeur - ndihma ushqimore në Kantonin Aargau

Ndihma ushqimore në Aargau furnizon me ushqime familje dhe persona individuale në Kantonin Aargau, që gjinden në ngushtica. Bëhet një marrje telefonike në pyetje për të kuptuar nevojën e një personi. Ndihamat janë pa pagesë. Sado ata nuk jepen afatgjatë, por vetëm janë dedikuar vetëm për situata krize.

Pro Senectute Aargau

Ofertat dhe shërbimet e Pro Senectute Aargau janë për persona mbi 60 vjeç. Nëse sikush për arsye financiare nuk është në gjendje t'i shfrytëzojë këto oferta, Pro Senectute Aargau jep zbritje.

Kryqi i Kuq i Zvicrës (SRK) i Kantonit Aargau

Kryqi i Kuq i Zvicrës (SRK) i Kantonit Aargau ofron shërbime të ndryshme me zbritje për persona me të ardhura të ulëta. Për shembull shërbimin e transportit të Kryqit të Kuq ose thirrjen emergjente të Kryqit të Kuq. Ka edhe shërbime të ndryshme lehtësuese, për shembull për të afërmit e personave me demencë. Ekziston gjithashtu një institucion përkujdesjeje ditore dhe një qendër ditore.

Tischlein deck dich

"Tischlein deck dich" mbledh dhe shpërndan ushqime të mbetura për njerëz në nevojë. Nëse dikush dëshiron të marrë ushqime, ai ka nevojë për një kartelë klienti. Kartelat e klientëve mund të merren në zyra të ndryshme profesionale dhe konsultimi. Në faqen e internetit të "Tischlein deck dich" mund të gjeni qendrën me të afërt të shpërndarjes së ushqimeve. Mund të lexoni gjithashtu se ku mund të merret karta e klientit.

Më shumë informacione (link, adresa, broshura, fletushka)

dev.hallo-aargau.ch/sq/alter-und-migration/finanzen

Përfshirja në shoqëri

Shumë të moshuar dëshirojnë të marrin pjesë në mënyrë aktive në jetën shoqërore. Në Kantonin Aargau ka oferta të shumta, që mundësojnë takime, shkollime të mëtejshme dhe angazhime vullnetare. Kjo mund të ndihmojë të mbani kontakte sociale dhe të kontribuoni në shoqëri.

Kurse dhe aktivitete

Ka kurse dhe aktivitete të ndryshme për të moshuarit, por edhe për të gjitha grupmoshat e tjera. Komunitet, organizatat e rajonit dhe institucione të tjera ofruese si Pro Senectute Aargau, Migros Klubschule ose shkollat e larta popullore ofrojnë këto kurse.

Kantoni Aargau mbështet oferta për migrante dhe migrantë në fushën "Integrimi social dhe përfshirja në shoqëri". Ofertat janë të hapura për të gjitha grupmoshat.

Të aktivizohesh vullnetarisht

Shumë të moshuar punojnë vullnetarisht nëpër shoqata ose organizata dhe projekte të tjera. Nëse dikush ka interes për një aktivitet të tillë, ai mund t'i drejtohet drejtpërsëdrejti shoqatave dhe organizatave të komunës së banimit apo të rajonit. Zyra profesionale benevol mbështet dhe lidh kontakte për veprimtari vullnetare në gjithë Kantonin Aargau.

Vetmia

Mund të ndodhë, që dikush ndihet i vetmuar ose ka ndjenjën, që nuk është më në gjendje të përfshihet në shoqëri. Në situata të tilla ka rëndësi të kërkohesh ndihmë. Ka zyra anonime konsultimi, ku mund të marrësh mbështetje pa pagesë. Edhe mjekja apo mjeku familjar mund të ndihmojë më tej.

Më shumë informacione (link, adresa, broshura, fletushka)

dev.hallo-aargau.ch/sq/alter-und-migration/teilhaben

Të qëndrosh sa më gjatë në shtëpi

Kush ka nevojë për ndihmë – në shtëpi apo rrugës – gjen shumë oferta në Kantonin Aargau. Për shembull sisteme për thirrje emergjente, shërbime Spitex ose përkrahje për punën e shtëpisë. Edhe shërbime transporti dhe vizitash janë të mundur. Nëse dikush nuk mundet të banojë më në shtëpi, është mundësia e strehimoreve të përkujdesjes. Shumë prej këtyre ofertave kushtojnë – ka raste, kur arkat e shëndetësisë (Krankenkasse) ose komuna ndihmojnë.

Siguria - Sisteme për thirrje emergjente

Me anë të një sistemi për thirrje emergjente ti mund të marrësh shpejt ndihmë, kur diçka ndodh. Ti mban një buton me vete, për shembull si byzylykë ose varëse. Nëse ti e shtyp butonin, ti lidhesh me një central emergjence. Atje ndihma organizohet menjëherë. Ka ofrues të ndryshëm. Ti mund të zgjedhësh vetë dhe i paguan kostot. Edhe Kryqi i Kuq në Aargau ofron një sistem të tillë për thirrje emergjente.

Spitex - Përkujdesje në shtëpi

Kur dikush është i sëmurë ose ka nevojë për përkujdesje, Spiteksi (Spitex) mund të ndihmojë. Tek Spitex punojnë profesionistë, që vijnë në shtëpi. Ata ndihmojnë gjatë përkujdesjes ose në punën e shtëpisë. Kjo ka dobi posaçërisht për persona të moshuar. Një pjesë e kostove merret përsipër nga sigurimi bazë. Ka shërbime publike Spitex si Lidhjen Spitex Aargau, por edhe shumë ofrues privatë.

Përkrahje në punën e shtëpisë dhe kujdestari në shtëpi

Në Kantonin Aargau ka organizata të ndryshme, që u ndihmojnë njerëzve në shtëpi. Ata vijnë për kohë të shkurtër apo të gjatë, sipas nevojës. Disa organizata ofrojnë edhe ndihmë gjatë natës. Kështu familjarët përkujdesës dhe mbështetës mund të pushojnë gjatë natës. Gjatë vizitës së parë të organizatës bisedohet së bashku, se cila mbështetje nevojitet. Në shumicën e rasteve, personi i përkujdesur i paguan kostot. Në disa raste ndihmojnë edhe sigurimi i invaliditetit nr. IV (Invalidenversicherung IV), sigurime shtesë, kontribute asistence ose pagesa plotësuese. Ju mund të bisedoni me mjekun ose mjeken familjare për këtë temë.

Ndihma në jetën e shtëpisë - Vakte, shërbime transporti, veprimtari administrative

Në moshë të shtyrë ose në probleme shëndetësore, detyrat e përditshme mund të bëhen të vështira. Në shumë komuna ka ndihmëse dhe ndihmës, që ndihmojnë ose vullnetarisht ose kundrejt pagesës. Këta persona sjellin vaktin e drekës, ju çojnë tek mjeku ose thjesht vijnë për të bërë muhabet ose për të bërë një lojë. Shërbime të tilla në shumicën e rasteve kushtojnë diçka. Disa arka shëndetësie me sigurim shtesë marrin përsipër një pjesë. Ju mund të pyesni tek komuna e banimit ose tek sigurimi.

Strehimorja e përkujdesjes

Kur dikush nuk është më në gjendje të jetojë në shtëpi, strehimorja e përkujdesjes është një mundësi. Atje personi merr përkujdesje, medikamente, kujdestari dhe një strehim. Këto shërbime kushtojnë diçka. Arka e shëndetësisë dhe komuna kompetente paguajnë një pjesë për përkujdesjen dhe kujdestarinë. Pjesën e mbetur – për shembull për dhomën ose kujdestari shtesë – personi duhet ta paguajë vetë. Edhe një pjesë e kostove të përkujdesjes duhet të hiqet nga personi vetë. Strehimorja e përkujdesjes mund të ndihmojë gjatë sqarimeve.

Nëse financat nuk mjaftojnë, mund të parashtrohet një kërkesë për pagesa plotësuese ose ndihmë sociale. Zyra e sigurimit shoqëror e komunës ndihmon në këto çështje. Ka rregulla të sakta, se kush ka të drejtë për të marrë këtë lloj ndihme.

Më shumë informacione (link, adresa, broshura, fletushka)

dev.hallo-aargau.ch/sq/alter-und-migration/moeglichst-lange-zu-hause-bleiben

Të kujdesesh për të afërmit

Në moshë të shtyrë ose gjatë një sëmundjeje disa njerëz marrin kujdesin nga familja e vet apo nga shokët. Kjo mund të ndihmojë shumë, por edhe mund të jetë e lodhshme. Ka rëndësi, që të gjithë pjesëmarrësit t'i bëjnë planet me kohë dhe të bisedojnë rreth nevojave të tyre. Edhe të afërmit kujdestarë kanë nevojë për përkrahje dhe pushime. Ka shumë oferta dhe zyra këshillimi, që japin ndihmë.

Kur je vetë nën kujdestari

Kush ka nevojë për ndihmë në jetën e përditshme, shpesh përkrahet nga të afërmit ose nga shokët. Fillimisht detyrat janë të vogla, por me kalimin e kohës detyrat mund të bëhen më të mëdha. Atëherë ia vlen të bësh disa pyetje vetes:

- Ku dhe përmes cilit person mund të marr përkrahje ndihmë?
- Cilat shërbime ndihmëse ose kujdestarie dua të marr prej këtij personi? Cilat shërbime më mirë nga dikush tjetër (p.sh. Spitex ose profesionistë të tjerë)?
- Kush ndihmon, kush mund të marrë përsipër cilat detyra, nëse përkujdesësit ose përkujdesëset janë me pushime ose nuk kanë kohë?
- Cilat ligje duhet të respektohen, kur unë paguaj dike, që kryen shërbimin e përkujdesjes?

Kur dikush kujdeset për një të afërm

Të kujdesesh për një të afërm, kjo është një detyrë e rëndësishme. Sado, kjo punë edhe mund të jetë e lodhshme fizikisht dhe shpirtërisht. Me qëllim që të mundësosh kujdesin për afatgjatë, ka rëndësi, që të kesh gjithashtu kujdes për veten tënde. Ia vlen të shkosh sa më herët në konsultim. Ka zyra të ndryshme profesionale, që ofrojnë këshilla dhe përkrahje.

Shumë familjarë kujdestarë edhe janë në punë. Kjo është e vështirë për të bërë bashkë. Specialistët ndihmojnë të gjeni zgjidhje – për shembull për biseda me punëdhënësin ose për organizimin e rutinës së përditshme. Kështu kujdestaria mund të kombinohet më lehtë me punën.

Më shumë informacione (link, adresa, broshura, fletushka)

dev.hallo-aargau.ch/sq/alter-und-migration/angehoerige-pflegen-und-betreuen

Promovimi i shëndetit

Në moshë të tretë njerëzit ndryshojnë. Mund të bëhet më e vështirë të mbash mend gjëra ose të lëvizesh sigurt. Edhe trupi ka nevojë për substanca të tjera ushqyese se më parë. Ndiurma e hershme, lëvizja e qëllimshme dhe të ushqyerit të shëndetshëm kontribuojnë të jesh më gjatë i pavarur. Ka shumë oferta, që janë një mbështetje në rutinën e përditshme – për të prekurit dhe për familjarët.

Demenca

Kur kujtesa bie ose harresa shtohet, ia vlen të bëhet një sqarim mjekësor. Mjeke dhe mjekë mund të konstatojnë, nëse ekzistojnë shenja për një demencë (Demenz). Zyra të ndryshme profesionale ofrojnë konsultim, kujdestari dhe lehtësim për familje të prekura.

Siguria - të parandalohen rrëzime

Lëvizja e qëllimshme forcon muskujt dhe balancën. Kështu rutina e përditshme bëhet me e sigurt dhe pavarësia ruhet më gjatë. Lëvizja ndihmon gjithashtu për të shtuar mirëqenien. Veprimtari të përditshme si ngjitja e shkallëve ose pastrimi mund të kryhen sigurt dhe me qëndrueshmëri dhe pavarësia ruhet më gjatë.

Të ushqyerit në moshë të tretë

Kur moshohemi, trupi ka nevojë për një të ushqyer tjetër. I duhen më pak kalori, por më shumë proteina. Kështu muskujt dhe kockat qëndrojnë të fortë. Edhe ushqime me shumë vitamina dhe minerale janë mirë për shëndetin.

Më shumë informacione (link, adresa, broshura, fletushka)

dev.hallo-aargau.ch/sq/alter-und-migration/gesundheitsfoerderung