

Ausgabe Nr. 1
März 2026

Capricorn



Publikation des Bündner Kantonalverbandes
der Seniorinnen und Senioren

JAHRES-
BERICHT
2025

Seiten 21–34



*«Die Kunst des Alterns liegt darin, zu lernen, was man
loslassen muss, um zu erhalten, was wirklich zählt.»*



Inhaltsverzeichnis

Editorial	3
Veranstaltungen 2026 – Vorschau	5
Veranstaltung – Druckwerkstatt Haldenstein	6
Veranstaltung – Fliegermuseum Altenrhein / Hundertwasser Markthalle	8
Akzeptanz des Älterwerdens	10
Taijquan	13
Anche la missione dell'anziano(a) è preziosa	15
Pro Senectute Graubünden	18
Schweizerisches Rotes Kreuz Graubünden	20
Jahresbericht 2025	21
Adressen	35
<u>Beilagen:</u>	
Drei Anmeldekarten für die Veranstaltungen	



Liebe Mitglieder, geschätzte Leserinnen und Leser,

Der Wunsch nach ewiger Jugend ist zwar so alt wie die Menschheit, aber momentan wieder besonders präsent in den Medien. Unter dem Titel **«Länger besser leben: Entdecken Sie die Geheimnisse gesunden Alterns»** möchte man uns überzeugen, unseren Lebensstil zu überdenken bzw. zu verbessern, denn mit Longevity – wie sich der Trend nennt – könnten wir (noch) älter werden und dabei gesund und fit bleiben.

Das in Aussicht gestellte wunderbare Leben hat seinen Preis: Man muss sich sportlich betätigen, regelmässig entspannen, gesund essen, Alkohol und Stress meiden, Nahrungsergänzungsmittel zu sich nehmen und sich vor allem um sich selbst kümmern. Als Selbstoptimierer wird man dann in der Lage sein, dem Alter ein Schnippchen zu schlagen. Dennoch werden diejenigen, die mit allen Mitteln diesem Trend folgen, überrascht sein, dass man trotz jahrzehntelangem Einsatz für seinen Körper mit 80 Jahren trotzdem alt ist und alt aussieht, das können weder Schönheitsoperationen noch Magnesium, Omega 3, Vitamin D etc. ändern. Es bleibt zu hoffen, dass diese Erkenntnis dannzumal psychisch verdaut werden kann.

Ist es eigentlich nicht so, dass dieser Longevity-Trend uns vor der Erkenntnis schützen soll, dass wir das Alter nicht umgehen können? Das Gegenteil bekommt man aber immer wieder vor Augen geführt, sei es im Bekannten- und Freundeskreis oder bei öffentlichen Personen. So konnte man das Ehepaar Clinton kürzlich im Fernsehen sehen, wie sie wie ein ganz normales älteres Ehepaar händchenhaltend zu einem Gerichtstermin gingen. Nichts mehr von der früheren Ausstrahlung und Energie, die wir bewundert haben und nun wehmütig vermissen.

Es ist tatsächlich eine Herausforderung, diese Veränderungen bei sich selbst und bei anderen nicht als negativ zu bewerten. Aber wie viel mehr muss das der Fall sein, wenn man selbst das ganze Leben darauf hingear-

beitet hat, diese Veränderungen umgehen zu können? Was könnte man also diesem Longevity-Trend entgegensetzen?

Wir sollten versuchen, wieder ein positives Bild vom Altern und von älteren Menschen zu vermitteln, denn diese haben viel zu bieten und können einen wertvollen Beitrag an die Gesellschaft leisten.

Aufzeigen, dass Erfahrung und Persönlichkeit Jahre brauchen, um sich zu entwickeln. Das Resultat ist kein Zufallsprodukt, sondern entstanden durch ständiges Bemühen und die Bereitschaft, sich selbst zu reflektieren und zu wachsen. Eine positive Persönlichkeitsentwicklung trägt zur emotionalen Stabilität bei und bleibt nicht abhängig von Äusserlichkeiten.

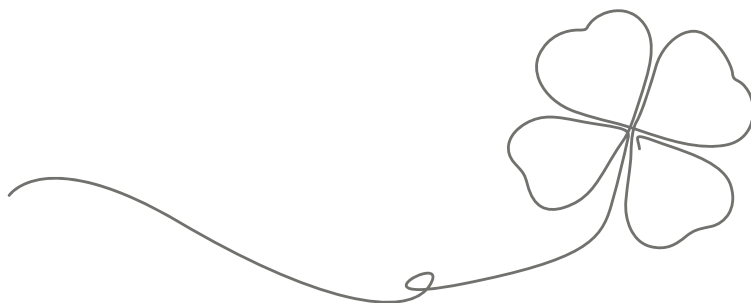
Bereits jüngere Menschen können von der Haltung profitieren, dass es beim Älterwerden nicht darum geht, nur die positiven oder negativen Aspekte zu sehen, vielmehr geht es darum, beide Seiten als Teil des Lebens zu akzeptieren.

In dieser Ausgabe des Capricorn sollen zwei Menschen zu Wort kommen, die beruflich oder nach der Pensionierung Bereiche aufzeigen, in denen man die Freiheit hat, alte Idealvorstellungen über Bord zu werfen, neue Ziele zu setzen und Aufgaben loszulassen, die uns nicht wirklich entsprochen haben.

Lore Schmid

Kommunikation / Website

Mitglied Geschäftsleitung



Veranstaltungen 2026 – Vorschau



MITTWOCH, 29. APRIL
Generalversammlung

MITTWOCH, 27. MAI
Besuch Druckwerkstatt Haldenstein

DIENSTAG, 23. JUNI
**Flieger- und Fahrzeugmuseum Altenrhein und
Hundertwasser Markthalle Staad**

JULI
Oldtimer-Postauto Tschierschen–Farur

AUGUST
Bündner-Glarner-Tag: Wir besuchen das Klöntal

SEPTEMBER
Besuch Walserama in Nufenen

OKTOBER
Grossanlass (Details folgen im Newsletter)

NOVEMBER
Was sind die Aufgaben des BKVS?

DEZEMBER
Adventsfeier

VERANSTALTUNG:

Besuch Druckwerkstatt Schloss Haldenstein

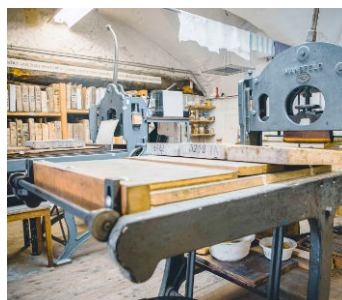


Die Druckwerkstatt Schloss Haldenstein wurde 1999 gegründet, mit dem Zweck, bildenden Künstlern kostengünstigen Zugang zu den klassischen Drucktechniken zu ermöglichen.

In dieser Stunde erhalten Sie einen Einblick in die vielfältigen Möglichkeiten von Radierung, Lithographie und Typographie.

Nach der Führung begeben wir uns ins Restaurant Calanda, um uns bei Kaffee und Kuchen auszutauschen.

- Termin:** Mittwoch, 27. Mai 2026
14.15 Uhr bis 15.45 Uhr
- Ort / Treffpunkt:** Schloss Haldenstein, Bus Nr. 3 ab Bahnhof Chur
um 13.57 Uhr
- Kosten:** CHF 20.– für Eintritt und Führung (ohne Kaffee
und Kuchen)
- Info:** Ludovica Peer, Poststrasse 2, 7000 Chur
079 297 06 62
vpeer@bluewin.ch
- Anmeldungen:** **bis spätestens 18. Mai 2026 schriftlich** mit
Anmeldekarte **oder** per E-Mail an
vpeer@bluewin.ch **oder** online unter
www.buendnersenioren.ch/veranstaltungen
- Achtung: Teilnehmerzahl ist beschränkt**



Bilder: Druckwerkstatt Schloss Haldenstein

VERANSTALTUNG:

Flieger- und Fahrzeugmuseum Altenrhein / Hundertwasser Markthalle

Bild: FFA Museum Altenrhein



Bild: Markthalle Altenrhein



Nach einer informativen Führung durch das Flieger- und Fahrzeugmuseum in Altenrhein genießen wir das Mittagessen in der von Hundertwasser entworfenen Markthalle. Dort haben wir auch Zeit, diese zu erkunden und einen Kurzfilm über den Künstler zu sehen.

Mittagessen: Menu CHF 25.-: Kleiner Salat, Pouletgeschnetzeltes mit Reis und Broccoli und 1 Kugel Glace mit Rahm nach Wahl
Menu Vegi: Kleiner Salat, Käsefladen und 1 Kugel Glace mit Rahm nach Wahl

Termin: Dienstag, 23. Juni 2026

Treffpunkt: 08.30 Uhr beim «Treffpunkt» Bahnhofhalle (oben)

Anfahrt: 08.42 Uhr / **Wir reisen mit Gruppenbillett**

Rückkehr: Chur an 16.18 Uhr

Kosten inkl.

Mittagessen:	mit GA	CHF 65.-
	mit Halbtax	CHF 90.-
	ohne Vergünstigung	CHF 116.-

Info bis 15. April: Martha Meier, Kreuzgasse 45, 7000 Chur
081 353 19 62 / 079 579 49 32

Info ab 1. Juni: marthameier@bluewin.ch

Anmeldungen: **bis spätestens 6. Juni 2026 schriftlich** mit Anmeldekarte **oder** per E-Mail an marthameier@bluewin.ch **oder** online unter www.buendnersenioren.ch/veranstaltungen

Bitte unter «Bemerkungen» Angaben zu Essen und Billett nicht vergessen.

Die Teilnehmeranzahl ist beschränkt. Berücksichtigung nach Eingang der Anmeldungen.

Für alle Anlässe des BKVS gilt:

- Versicherung ist Sache der Teilnehmenden.
- Bei Absage später als 1 Woche vor dem Anlass werden bereits entstandene Kosten in Rechnung gestellt.

Die Akzeptanz des Älterwerdens – eine neue Perspektive auf Lebensqualität und Sinn

Bernadette Brandenburger

Verantwortliche Anlauf-/Koordinationsstelle ALTER, Trimmis

Älterwerden betrifft uns alle. Vielleicht spüren Sie selbst, dass dieser Lebensabschnitt unterschiedliche Gefühle auslösen kann: Dankbarkeit, Stolz, aber auch Unsicherheit oder Nachdenklichkeit. In einer Gesellschaft, die Jugend, Schnelligkeit und Leistungsfähigkeit stark betont, gerät leicht in Vergessenheit, welche besondere Qualität und Tiefe gerade die Jahre ab 60 mit sich bringen. Die Akzeptanz des Älterwerdens bedeutet nicht, alles einfach hinzunehmen oder aufzugeben. Sie bedeutet vielmehr, bewusst anzuerkennen, was gewachsen ist – an Erfahrung, an innerer Stärke und an persönlicher Reife. Es ist eine Einladung, den Blick zu verändern: weg vom Vergleich mit früher und hin zur Wertschätzung dessen, was heute möglich ist.

Lebenserfahrung als Schatz

Mit den Jahren wächst nicht nur das Wissen, sondern vor allem die Lebenserfahrung. Sie haben Entscheidungen getroffen, Herausforderungen gemeistert, Höhen und Tiefen erlebt. Diese Erfahrungen schärfen die Urteilskraft, fördern Gelassenheit und helfen, Wichtiges von Unwichtigem zu unterscheiden. Viele Menschen berichten, dass sie heute ruhiger reagieren als früher. Konflikte werden besonnener betrachtet, Prioritäten klarer gesetzt. Diese geistige Reife ist ein unschätzbarer Wert – für Sie selbst und für Ihr Umfeld.

«Früher musste alles schnell gehen – im Beruf, in der Familie. Heute nehme ich mir Zeit zum Nachdenken, bevor ich reagiere. Das macht vieles einfacher. Ich fühle mich innerlich stabiler als mit 40.»

Urs, 70 Jahre

Persönliche Entwicklung hört nicht auf

Auch wenn der berufliche Lebensabschnitt abgeschlossen ist, endet persönliche Entwicklung nicht. Im Gegenteil: Für viele beginnt jetzt eine Phase grösserer Authentizität. Sie wissen heute klarer, wofür Sie stehen, was Ihnen wichtig ist – und was nicht mehr. Wo früher Leistungsdruck oder Selbstzweifel dominierten, entsteht häufig mehr Selbstannahme. Man muss niemandem mehr etwas beweisen. Diese innere Freiheit trägt wesentlich zur Lebensqualität bei.

*«Ich habe lange versucht, allen gerecht zu werden.
Heute sage ich auch mal Nein – und stehe dazu. Das gibt mir ein
gutes Gefühl. Ich bin mehr bei mir selbst angekommen.»*

Monika, 72 Jahre

Innere Werte gewinnen an Bedeutung

Empathie, Geduld, Mitgefühl und Verantwortungsbewusstsein wachsen oft mit den gelebten Jahren. Wer selbst Krisen erlebt hat, begegnet anderen mit mehr Verständnis. Gerade in einer Zeit, die von Veränderungen und Unsicherheiten geprägt ist, sind diese Werte von unschätzbbarer Bedeutung.

Das Projekt «insieme sano» in Trimmis zeigt eindrücklich, wie Seniorinnen und Senioren diese Qualitäten aktiv leben. Im Lesezirkel, bei Informationsveranstaltungen zu Themen wie Einsamkeit oder Ernährung, in Sportangeboten wie Bike, Golf oder Yoga sowie bei regelmässigen Treffpunkten wird Gemeinschaft gepflegt, Erfahrung ausgetauscht und Verständnis für die Bedürfnisse anderer in vielen Gesprächen entgegengebracht. Besonders wertvoll ist das Generationenprojekt: Ältere Menschen geben ihre Werte, ihre Lebenserfahrung und ihre Geschichten weiter – während sie gleichzeitig von der jüngeren Generation neue Kompetenzen, etwa im Umgang mit PC oder Smartphone, lernen. Dieser gegenseitige Austausch schafft Verständnis, bietet beiden Seiten Sinn und verbindet.

*«Im Generationenprojekt habe ich gelernt, mit dem Handy
besser umzugehen. Gleichzeitig erzähle ich den Jugendlichen von
früher – wie wir ohne Internet aufgewachsen sind. Wir lachen
viel miteinander. Ich merke: Wir können voneinander lernen.»*

Elisabeth, 75 Jahre

Lebensqualität entsteht aus Haltung

Die Qualität dieser Lebensphase hängt weniger von äusseren Massstäben ab als von der inneren Haltung. Natürlich gehören körperliche Veränderungen dazu. Vielleicht braucht manches mehr Zeit, vielleicht sind gewisse Aktivitäten nicht mehr möglich. Doch das bedeutet keinen Verlust an Wert.

Lebensqualität entsteht durch:

- soziale Verbundenheit
- das Gefühl, gebraucht zu werden
- sinnvolle Aufgaben
- die Bereitschaft Neues zu lernen
- und die Fähigkeit, den eigenen Alltag bewusst zu gestalten

Sinn kann sich im Ehrenamt zeigen, in der Unterstützung von Familie und Nachbarschaft, in kreativen Tätigkeiten oder in gemeinsamen Aktivitäten. Lernen hört nicht auf – es verändert nur seine Form.

Eine Phase mit eigener Würde

Akzeptanz bedeutet auch, die eigenen Grenzen anzuerkennen, ohne den eigenen Wert infrage zu stellen. Ihr Wert bemisst sich nicht an körperlicher Leistungsfähigkeit, sondern an Ihrer Erfahrung, Ihrer Haltung und Ihrem Beitrag zum Miteinander. Älterwerden ist kein Verlust, sondern eine Transformation. Es ist eine Phase mit eigener Würde, eigener Tiefe und eigenem Potenzial.

Wenn Sie diesen Perspektivwechsel zulassen, kann deutlich werden: Jede Lebensphase hat ihre besondere Qualität. Und auch jetzt – vielleicht gerade jetzt – liegt die Chance darin, bewusster zu leben, Sinn zu stiften und die gewonnene Lebenserfahrung als Stärke zu erkennen.

«Wer ein Warum zum Leben hat, erträgt fast jedes Wie.»

Victor Frankl, österreichischer Neurologe und Psychiater

Taijiquan – Wedeln im Park?

Harald Löhndorf, Chur

Taijiquan-Lehrer SGQT

Professor em. Harald Löhndorf, lic. phil I

Interkultureller Trainer und Coach



Bild: Adobe Stock

«Ich mache seit kurzem Taiji», meint Gion zu Giachen. «Ach ja, ist das nicht dieses Zeitlupen-Schattenboxen?» – «Stimmt, aber es ist eine Kampfkunst!» – «Echt, erwartest du, von einem Faultier angegriffen zu werden?»

Für westliche Augen mag Taijiquan tatsächlich lustig aussehen, wenn Einzelne oder kleinere Gruppen in den chinesischen Parks herumstehen und mit den Armen und Händen wedeln, aber es ist tatsächlich ein harmonisches Zusammenwirken von sich ergänzenden Qualitäten (Yin und Yang). Komplementäre Bewegungseigenschaften wie rund und gerade, leicht und schwer, weich und fest fliessen in dieser Bewegungskunst zusammen und verleihen ihr einen geschmeidigen, kraftvoll-entspannten Charakter.

Taijiquan lernt man in der Gruppe, in einer ruhigen Atmosphäre, man konzentriert sich auf den eigenen Körper, auf die eigenen Bewegungen, man er-

kennt seine Fähigkeiten und Grenzen und akzeptiert diese. Man lernt, auf Druck und Stress mit Entspannung zu reagieren und in der eigenen Mitte zu bleiben. Üben von Taijiquan bedeutet Konzentration und Entspannung zugleich.

Ich habe in meinen Kursen ältere Teilnehmende mit altersbedingten Gleichgewichtsproblemen, die mir erzählt haben, dass sie nach etwa einem Jahr wieder mit dem Velo durch die Gegend fahren konnten. Ein anderer Teilnehmer berichtet von seiner Spinalkanal-Verengung, und dass er nur nach den Taiji-Stunden einige Zeit schmerzfrei sein kann. Auch wissenschaftliche Studien belegen die positiven Auswirkungen auf den Blutdruck, Gleichgewichtsstörungen und Förderung der Neuroplastizität des Gehirnes. Eine Untersuchung aus dem Jahr 2016 zeigte eine Verbesserung bei Kniearthrosen, die nach einem 12-Wochen-Taiji-Kurs auf dem gleichen Niveau lagen wie bei einer Kontrollgruppe, die während dieser Zeit physiotherapeutische Behandlungen bekommen hatte.

Ich praktiziere Taiji seit ca. 25 Jahren und muss gestehen, ich mache es nicht so sehr wegen des Gesundheitsaspektes, sondern wegen des meditativen Anteils. Für mich ist Taiji Meditation auf den Beinen und in der Bewegung, aber da es eben alles in einem ganzheitlichen Ansatz zusammenfasst, lassen sich Gesundheitsförderung, Sturzprävention, Stressreduktion, Meditation und soziale Komponenten nicht voneinander trennen. Und das muss man ja auch gar nicht.

Taijiquan, das als Kampfkunst begründet wurde, wird heute mehr und mehr für das körperliche und geistige Wohlbefinden praktiziert, als sanftes Bewegungstraining und als Bewegungsmeditation. Dies stärkt den Körper, lässt ihn geschmeidiger und beweglicher werden, regt den Energiefluss an und führt zu Harmonie, Ausgeglichenheit und innerer Stärke.

Mehr kann man sich doch im Alter nicht wünschen, oder?

Anche la missione dell'anziano(a) è preziosa

Roberta Zanolari



Bild: Adobe Stock

Sono trascorsi 30 anni da quel pomeriggio dove “cinque giovani baldanzosi” (Franco Crameri-Droux, Franco Albertini, Emanuele Bontognali, Guido Badilatti, Roberta Zanolari) si trovarono in Casa anziani armati di penna e quaderno con mille idee in testa a tutto tondo sull’animazione per le persone anziane! Quando richiamo alla mente questo periodo, emergono in me tanti bei momenti. – Bravi, dice un’ospite di Casa anziani, sono convinta che dare la possibilità a noi persone anziane di raccontare le nostre storie e i nostri ricordi possa favorire le prossime generazioni; altrimenti sarebbe la fine della storia! Anch’io desidero partecipare alla nascita di una nuova relazione, quella fra noi e voi! -

L’ATE, (animazione terza età) grazie ai gruppi di volontari s’impegna da 30 anni per dare vita agli anni con varie attività in Casa anziani, all’Ospedale San Sisto e nei paesi della Valposchiavo. La più grande forza dell’associazione è la sua rappresentazione in valle, come pure fuori valle tramite ORIZZONTI, il supple-



*GRAZIE, care volontarie
e volontari...
voi siete il cuore, l'anima
e il sorriso dell'ATE.*

mento al Grigione Italiano 3 x all'anno, redatto da volontari come pure dai lettori, il foglio giallo come viene chiamato da alcuni nostri simpatizzanti.

Nelle strutture di Casa anziani e ospedale c'è grande collaborazione con l'animazione interna. I nostri gruppi sono attivi con: gioco carte, vimini, tombola, lavori femminili, ginnastica, ballo, sistemazione logistica per la S. Messa e Culto evangelico, fisarmonica e canto, passeggiate singole, uscite sul territorio, uscite con il Risciò, caffetteria + caffè Con Tatto (Alzheimer), conferenze, assistenza spirituale, bus con autisti, vacanze al mare, pranzo a Natale e Capodanno.

La COLLABORAZIONE sul territorio è grande e importante. Collaboriamo con la Spitex e gli autisti del servizio pasti e trasporto utenti, il sostegno familiari curanti, il Nido, la biblio.ludo.teca, il Movimento, la Pro Senectute, il Consiglio per gli Anziani nei Grigioni. Gli incontri ATE sono ben frequentati nei paesi di Brusio, Le Prese, Prada, S. Antonio, Cologna, Poschiavo e San Carlo.

L'opera di volontariato, già da prima ben organizzata ed efficiente continua e cerca di adattarsi alle necessità dei primi attori per portare un po' di movimen-



Bild: Adobe Stock

to, di colore, di allegria e di... TEMPO ai nostri interlocutori e ascoltatori. Un grazie indistintamente a tutti quelli che in un modo o nell'altro aiutano a far fiorire esperienze semplici e belle.

GRAZIE, care volontarie e volontari... voi siete il cuore, l'anima e il sorriso dell'ATE.

Oggi quei "cinque giovani baldanzosi" si ritrovano "anziani" dal volto più o meno rugoso e segnato dal passare del tempo, hanno i capelli bianchi e ricordano quel passato pieno di lavoro di gioia e dolori. Sono tutti ancora più o meno attivi e sperano in un futuro ugualmente impegnativo. In qualunque tempo le persone vivono, hanno una missione da compiere in comunione con la gente. Certo gli anziani (e) devono impegnarsi sul serio per corrispondere a tanti piccoli o grandi impegni così da non sentirsi inutili. Devono far tesoro di tante esperienze che la vita ha donato loro e saperle trasmettere in armonia alle nuove generazioni. Così rimane ancora la gioia di sentirsi vivi e utili... e la storia continua!

Schreibprojekt «Erinnern» – Ihre Geschichte zählt!

Der erste Arbeitstag, ein Sommer auf der Alp, eine besondere Freundschaft. Ein Abschied, der Mut zu einem Neuanfang, ein kleines Alltagswunder. Welche Begegnung hat Ihr Leben geprägt? Welcher Ort in Graubünden ruft sofort ein Bild, einen Duft, ein Gefühl hervor? Und welche Erinnerung möchten Sie weitergeben – vielleicht an die nächste Generation?

Zum Internationalen Tag der älteren Menschen 2026 lädt Pro Senectute Graubünden Menschen ab 65 Jahren ein, einen persönlichen Text einzureichen. Ob Erzählung, Gedicht, Essay oder Dialog – jede Geschichte (er)zählt.

Teilnahmebedingungen in Kürze:

- Ab 65 Jahren
- Text mit Bezug zu Graubünden
- Max. 2 A4-Seiten
- Deutsch, Italienisch oder Romanisch
- Einreichung digital oder per Post (mit Teilnahmeformular)
- Einsendeschluss: **31. Mai 2026**

Am 1. Oktober, dem Internationalen Tag der älteren Menschen 2026, **ehren wir alle Autorinnen und Autoren** mit einer feierlichen Veranstaltung in Chur.





Weitere Infos und Teilnahmebedingungen:

www.gr.prosenectute.ch/erinnern oder
telefonisch unter 081 300 35 35

Vielleicht schlummert Ihre Geschichte schon lange in einer Schublade. Vielleicht entsteht sie erst jetzt. **Geben Sie Ihren Erinnerungen eine Stimme – wir freuen uns auf Ihre Worte!**

Entlastung und Begleitung im Alltag

Mit unseren **Entlastungs-, Begleit- und Hilfsdiensten** bieten wir Unterstützung für unterschiedliche Situationen – persönlich und zuverlässig.

... für betreuende Angehörige: Rund um die Uhr für einen geliebten Menschen da zu sein, ist wertvoll – und anspruchsvoll. Damit Sie neue Kraft schöpfen können, übernehmen wir stundenweise die Betreuung: zuverlässig, einfühlsam und mit grossem Respekt für Ihre Situation.

... für alleinstehende Menschen: Manchmal fehlt jemand für einen Spaziergang, für den Weg zu einem Termin oder einfach für ein gutes Gespräch bei einer Tasse Kaffee. Unsere Mitarbeitenden besuchen Sie regelmässig, begleiten Sie zu Terminen oder unterstützen bei Erledigungen.

... zudem bieten wir Unterstützung bei Administration, bei der Erledigung der Steuererklärung sowie beim Umgang mit PC und Smartphone.



Weitere Infos:

www.gr.prosenectute.ch/hilfen oder
telefonisch unter 081 300 35 35

... gleichzeitig suchen wir Verstärkung: Für unsere Entlastungsdienste suchen wir laufend engagierte Mitarbeitende, die Freude am Umgang mit älteren Menschen haben. Wir freuen uns auf Ihre Kontaktaufnahme.

Pro Senectute Graubünden

Geschäftsstelle | Alexanderstrasse 2 | 7000 Chur
081 300 35 35 | info@gr.prosenectute.ch | www.gr.prosenectute.ch

Rotkreuz-Notrufsysteme – Sicherheit rund um die Uhr

Frau E. lebt selbstständig in ihrer vertrauten Umgebung. Wie viele ältere Menschen weiss sie, dass ein Sturz oder ein plötzlicher Schwächeanfall unerwartet eintreten kann. Ihr Sohn informiert sich deshalb über den Rotkreuz-Notruf und beantragt ein Notrufgerät.

Der Notruf-Dienst reagiert rasch. Ein Rotkreuz-Freiwilliger installiert das Gerät sorgfältig und erklärt alles in verständlichen Schritten. Mehrere Probeläufe helfen dabei, Vertrauen in die einfache Handhabung zu gewinnen. Noch in derselben Nacht zeigt sich, wie wertvoll diese Betreuung ist: Nach einem Sturz kann Frau E. den Alarm auslösen und erhält rasch ärztliche Hilfe.

Der Rotkreuz-Notruf gibt Sicherheit – ohne die Selbstständigkeit einzuschränken. Das System ist einfach zu bedienen und wird sorgfältig eingerichtet. Neben der Technik steht vor allem der Mensch im Mittelpunkt: persönliche Beratung, verständliche Erklärungen und ein offenes Ohr für Unsicherheiten. Für viele vermittelt dies ein beruhigendes Gefühl. Für Angehörige bedeutet es die Gewissheit, dass im Notfall schnell gehandelt wird.

Wer mehr über den Rotkreuz-Notruf des SRK Graubünden wissen möchte, kann sich einfach informieren und persönlich beraten lassen: 081 258 45 85.

Schweizerisches Rotes Kreuz Graubünden

Das SRK Graubünden handelt hier – im Kanton Graubünden – für Menschen in Graubünden.

Als humanitäre Organisation setzen wir uns für mehr Menschlichkeit ein. All unsere Tätigkeiten haben zum Ziel, Chancengleichheit, Integration und gesellschaftliche Teilhabe zu fördern. In unseren vielfältigen Dienstleistungen in sozialer Integration, Bildung und Unterstützung im Alltag stellen wir den Menschen in den Mittelpunkt: Stärken von Kompetenzen, Befähigen zum Handeln und Aufbauen von Selbstvertrauen sind die Leitgedanken.

Menschen in Graubünden können auf unser Handeln und unsere Hilfe zählen. Dafür stehen die rund 70 Mitarbeitenden und über 480 Freiwilligen ein, unterstützt durch Mitglieder, Gönner:innen und Spendende.

SRK Graubünden, Steinbockstrasse 2, 7000 Chur
www.srk-gr.ch | 081 258 45 84 | info@srk-gr.ch

Crusch Cotschna Svizra
Schweizerisches Rotes Kreuz
Croce Rossa Svizzera
Grischun Graubünden Grigioni





**Bündner Kantonalverband
der Seniorinnen und Senioren**

Jahresbericht 2025

Einladung und Traktandenliste GV 2026

**Bericht der Geschäftsleitung und
Kurzbericht der Fachbereiche**

Protokoll der Generalversammlung 2025

Bilanz und Erfolgsrechnung 2025

Revisionsbericht

Einladung zur Generalversammlung 2026

Geschätzte Mitglieder des Bündner Kantonalverbandes
der Seniorinnen und Senioren

Mit grosser Freude laden wir Sie zur diesjährigen Generalversammlung des Bündner Kantonalverbandes der Seniorinnen und Senioren ein.

Ein weiteres Jahr unseres gemeinsamen Wirkens liegt hinter uns – ein Jahr mit vielen Begegnungen, grossem Engagement und wertvollen Momenten. Dafür danken wir Ihnen herzlich.

Wir werden an dieser GV den gesamten Vorstand auf 2 Jahre wieder wählen. Leider mussten wir die Demission unseres Vorstandsmitglieds Silvio Albin entgegennehmen, was wir sehr bedauern. Wir danken Silvio für seinen engagierten Einsatz in den letzten 3 Jahren. Er hat sich mit viel Herzblut für unseren Verband eingesetzt und sich vor allem für die Anliegen des Seniorenrates stark gemacht.

Leider ist es uns noch nicht gelungen, eine Nachfolgerin oder einen Nachfolger zu finden. Wir hoffen aber, dass wir Ihnen an der GV ein neues Vorstandsmitglied vorstellen können.

Mit Bedauern mussten wir auch von Rücktritten von Mitgliedern des Seniorenrates Kenntnis nehmen. Auch hier konnten wir die Nachfolge noch nicht vollends regeln. Allen zurücktretenden Mitgliedern des Seniorenrates danken wir für den jahrelangen Einsatz.

Die Generalversammlung bietet uns Gelegenheit, gemeinsam auf das vergangene Jahr zurückzublicken, wichtige Entscheide für die Zukunft zu fällen und den persönlichen Austausch zu pflegen. Ihre Teilnahme ist uns sehr wichtig – sie verleiht unserem Verband Lebendigkeit und Zusammenhalt.

Im Anschluss an den offiziellen Teil freuen wir uns auf ein gemütliches Beisammensein bei einem feinen Zvieri mit Zeit für Gespräche und Begegnungen.

Wir danken Ihnen für Ihr Vertrauen und Ihr wertvolles Engagement und freuen uns sehr, Sie persönlich begrüßen zu dürfen.

Mit herzlichen Grüssen

Co-Präsidium: Johannes Flury und Annie Fleischhauer-Peretti

Datum	Mittwoch, 29. April 2026
Ort	Restaurant B12, Brandisstrasse 12, 7000 Chur
Beginn	14:00 Uhr

Traktanden

1. Begrüssung
2. Wahl Stimmenzähler/-in
3. Protokoll Generalversammlung vom 23. April 2025
4. Wahlen Vorstand für 2 Jahre
Co-Präsidium: Annie Fleischhauer-Peretti und Johannes Flury, bisher
Mitglieder Vorstand: Willi Berger, Ludovica Peer, Lore Schmid, bisher
1 neues Mitglied
5. Jahresbericht 2025
6. Jahresrechnung 2025
7. Revisorenbericht, Genehmigung der Jahresrechnung und
Décharge-Erteilung
8. Voranschlag 2026, Festlegung Mitgliederbeiträge
9. Teilrevision Statuten
10. Teilrevision Geschäftsreglement
11. Anträge der Mitglieder
12. Ausblick und Informationen
13. Varia



Bild: Restaurant B12

Bericht der Geschäftsleitung

Co-Präsidium: Johannes Flury und Annie Fleischhauer-Peretti



Der BKVS ist Mitglied im SVS, dem schweizerischen Verband für Seniorenfragen. Zusammen mit dem VASOS nimmt er gegenüber den eidgenössischen Behörden die Vertretung der älteren Bevölkerungsgruppe wahr und wird darum auch vom Bund unterstützt. Dieses Jahr war es uns nun besser möglich, hier mitzutun, einmal durch den Besuch der Präsidentenkonferenzen und dann durch eine der Delegierten, Beatrice Baselgia, die uns in einer der Arbeitsgruppen vertritt. Im Rahmen seiner Besuche bei den Kantonalsektionen trafen wir uns im Frühjahr in Chur mit dem Präsidenten des SVS, alt Nationalrat Joder, was Gelegenheit zu einem interessanten Austausch bot. Wir hätten uns auf die weitere Zusammenarbeit gefreut, doch nur wenige Wochen nach diesem Treffen kam die Nachricht, dass Herr Joder aus gesundheitlichen Gründen sein Amt mit sofortiger Wirkung niederlegen musste. Das Präsidium ist seither vakant.

Die Verstärkung der Geschäftsleitung durch Willi Berger hat dazu geführt, dass er von Silvio Albin die Verantwortung für die Finanzen übernahm und sich auch in die anstehende Statutenrevision einarbeitete. Diese Revision hatte als Hauptziel, die nach aussen nicht selten unklare Stellung von Geschäftsleitung und Seniorenrat zu klären. Sie wird an der Generalversammlung 2026 den Mitgliedern vorgelegt. Dort sollen dann auch die Wahlen der GL-Mitglieder stattfinden und dann kann der neugewählte Vorstand festlegen, wie er in Zukunft heissen wird und auch die Wahl des Seniorenrats vornehmen. Leider hat uns Silvio Albin mitgeteilt, dass er nach drei engagierten Jahren seine Mitarbeit beenden möchte. Wir verstehen das, auch wenn wir es sehr bedauern.

Das Jahresthema «Einsamkeit im Alter?» beschäftigte uns tüchtig. Die Veranstaltung im Herbst 2025 im Titthof war sehr gut besucht und gab Einblick in ein oft verschwiegenes Thema. Eindrücklich der Aufruf des Referenten, Dr. Heinz Rüegger, sich schon in früheren Jahren und während der Phase von «Zweisamkeit» darauf vorzubereiten. Eindrücklich war auch das Zeugnis von direkt betroffenen Personen. Es ist vorgesehen, wie im Jahr zuvor, ähnliche Veranstaltungen auch ausserhalb von Chur durchzuführen.

Der Kanton ist aktuell mit der Überarbeitung des Gesundheitsleitbildes und des Altersleitbildes beschäftigt. Wir sind an beiden Orten involviert, stärker natürlich beim zweiten Thema. Aber auch in Sachen Gesundheit weisen wir kontinuierlich auf die besonderen Interessen der Seniorinnen und Senioren hin. Dies geschieht auch durch unsere Präsenz in den Bündner Medien, durch die Website und die regelmässigen Mitteilungen an die Mitglieder.

Das Präsidium dankt für die Mitarbeit in der GL, dem Seniorenrat und seitens der Mitglieder. Dank geht auch an die Bündner Regierung für den Beitrag an unsere

Kosten, ebenso an die Bündner Kantonalbank. Wir hoffen, auch im kommenden Jahr gehört und wahrgenommen zu werden, denn es geht um die Stimme eines zunehmend grösseren Teils der Bevölkerung.

Berichte aus den einzelnen Fachbereichen

Fachbereich Bündner Seniorenrat / *Silvio Albing*



Der BSR hielt 2025 vier ordentliche Sitzungen ab, darunter eine Landsitzung am 2. Juni 2025 im Center der Biosfera Val Müstair. Zu den festen Traktanden gehören Protokolle, Informationen aus der Geschäftsleitung des BKVS, Berichte aus den Regionen, Updates vom Schweizerischen Seniorenverband und Berichte aus dem Grossen Rat des Kantons Graubünden.

Nebst den ordentlichen Traktanden werden thematische Schwerpunkte zu einzelnen Aspekten der Alters-, Sozial- und Gesundheitspolitik mit entsprechenden Fachreferenten und -referentinnen ausführlich behandelt und diskutiert. Im Jahr 2025 waren dies:

1. Case Management in der Val Müstair

Anlässlich der Landsitzung vom 2. Juni 2025 referierte unser Mitglied Uorschla Rupp-Pitsch über die Umsetzung des Case Managements in ihrer Talschaft.

2. Fachstelle Hindernisfreies Bauen von Pro Infirmis Graubünden

Roman Brazerol leitet seit mehr als 20 Jahren die Fachstelle für hindernisfreies Bauen von Pro Infirmis Graubünden. Die Legitimation der Fachstelle stützt sich auf das Behindertengleichstellungsgesetz (BehiG), das am 1. Januar 2004 in Kraft trat. Das Gesetz enthält Vorgaben, die Menschen mit Behinderungen die Teilhabe am gesellschaftlichen Leben erleichtern.

Die im Gesetz vorgesehenen Massnahmen hätten innerhalb einer Übergangsfrist von 20 Jahren nach Inkrafttreten umgesetzt werden müssen. Die Realität sieht jedoch anders aus.

3. Reorganisation des Bündner Seniorenrats (BSR)

Die bereits im Jahre 2024 begonnenen Diskussionen zwischen dem Vorstand des BKVS und dem Bündner Seniorenrat über das Grundlagenpapier zur Reorganisation des Bündner Seniorenrats (BSR) wurden 2025 fortgesetzt und die Strukturen neu definiert. Das am 10. November 2025 im BSR verabschiedete Positionspapier legt den Fokus auf eine stärkere regionale Vernetzung und eine klare beratende Funktion.

Die Kernelemente der Reorganisation:

- Rolle und Selbstverständnis: Der BSR agiert als Fachkommission und beratendes Organ des BKVS-Vorstandes.

- Aufgaben und Schwerpunkte: Die Mitglieder überwachen die regionale Alterspolitik und begleiten nationale sowie kantonale Projekte. Ein wesentliches Ziel ist es, diese Vorhaben auf lokaler Ebene bekannt zu machen und sicherzustellen, dass regionale Interessen gewahrt bleiben.
- Kompetenzen und Arbeitsweise: Durch aktive Vernetzung und jährliche Regionalbesuche stärkt der BSR seine Präsenz vor Ort. Eine Steuergruppe legt jährliche Themenschwerpunkte fest.
- Zusammenarbeit: Die enge Verzahnung mit dem BKVS wird durch den gegenseitigen Einsatz der Geschäftsleitung in die jeweiligen Sitzungen sichergestellt.
- Anpassung der Statuten: Die notwendige Anpassung der Statuten erfolgt anlässlich der GV des Verbandes am 29. April 2026 in Chur und das Geschäftsreglement wird intern angeglichen.

4. Wechsel im Bündner Seniorenrat

Acht von 15 Mitgliedern des BSR haben ihren Rücktritt per Ende 2025 bzw. auf die kommende Generalversammlung hin erklärt. Die Gründe sind vielfältig: sehr lange aktive Mitarbeit, Veränderung der persönlichen Situation und Reorganisation. Der BSR stellt sich die Frage, ob ein verkleinertes Gremium effizienter arbeiten könnte und ob alle Abgänge ersetzt werden sollen. Bis Ende 2025 wurden zwei neue Mitglieder für den Seniorenrat gewonnen. Wir danken allen scheidenden Mitgliedern herzlich für ihr grosses Engagement und ihren wertvollen Einsatz zugunsten des Verbandes sowie der Seniorinnen und Senioren in ihren Talschaften. Die offizielle Verabschiedung findet anlässlich der GV des BKVS am 29. April 2026 in Chur statt.

5. Berichte aus dem Bündner Grossen Rat

Beatrice Baselgia ist Mitglied des BSR sowie des Schweizerischen Seniorenrats und vertritt die Anliegen der älteren Bevölkerung im Grossen Rat des Kantons Graubünden. Sie berichtet regelmässig im BSR über die für Senioren und Seniorinnen relevanten Geschäfte aus den Sessionen des Grossen Rates.

6. Jährliches Treffen mit der Bündner Regierung vom 28. April 2025

Beim traditionellen Austausch des BKVS / BSR mit der Bündner Regierung sowie Vertreterinnen und Vertretern des kantonalen Gesundheits- und Sozialamtes wurden folgende Themen behandelt:

- Überarbeitung des Altersleitbildes (ALB) 2012: Das Altersleitbild 2012 soll basierend auf den Empfehlungen der EcoPlan-Evaluation (2022) revidiert werden.
- Wohnen im Alter: Dieses Thema bleibt hochaktuell, wobei sich der Schwerpunkt hin zum Wunsch nach möglichst langem Verbleib im eigenen Zuhause verschiebt.
- Sterbehilfe in Institutionen: Die entsprechende Gesetzesvorlage wird voraussichtlich 2026 im Grossen Rat behandelt.
- Unterstützung und Entschädigung pflegender Angehöriger: Im Fokus steht die kantonale Regulierung privater Spitex-Organisationen, um die Kostenentwicklung im Bereich der Grundpflege zu dämpfen und die Qualität zu sichern.
- Betreuung von Menschen mit Demenz: Derzeit gibt es kein spezifisches kantonales Konzept oder eigene staatliche Angebote für Demenzbetroffene. Der

Kanton hat einen Leistungsauftrag an Alzheimer Graubünden erteilt, wo Betroffene und Angehörige Unterstützung finden.

- Donna-Programm zur Brustkrebs-Früherkennung: Seit 2012 bietet das Programm «Donna» der Krebsliga Ostschweiz ein Mammografie-Screening in Graubünden an.

7. Dank

Ein herzliches Dankeschön an alle Mitglieder des Seniorenrats und des BKVS-Vorstandes für die grossartige Unterstützung. Mein besonderer Dank gilt Christine Bucher für die gewohnt speditive und perfekte Protokollführung.



Fachbereich Kommunikation / *Lore Schmid*

Kommunikation und Marketing: Begriffe, die sehr oft verbunden werden. Wir möchten zwar vor allem unsere Mitglieder ansprechen, aber auch neue dazugewinnen.

Da ist zum einen das Capricorn, inzwischen reduziert auf zwei Ausgaben pro Jahr. Es macht viel Freude, an der inhaltlichen und äusseren Gestaltung eines solchen Produktes zu arbeiten. Ein Heft, das man in der Hand hält und – hoffentlich – immer wieder einmal anschaut. Dennoch besteht ein gewisser Druck, auf der Höhe der Zeit und damit attraktiv zu bleiben. Im Internet gibt es zu Themen, die Ältere interessieren könnten, zahllose Beschriebe, die man sich mit ein paar Klicks holen kann. Auf der anderen Seite ist der Entscheid für ein Thema und die quantitative Begrenzung auch eine Wohltat für die Leserin, den Leser. Ich denke, das kann man mit einem Ferienkatalog vergleichen: Je dicker, desto weniger mag man sich damit beschäftigen.

Mit der Website verhält es sich ähnlich. Es gibt ständig neue Trends, noch bessere Strukturen, einfachere Nutzerführung, Bilder, die sich gegenseitig übertrumpfen. Wir können aber weder den zeitlichen noch den finanziellen Aufwand leisten, um immer auf dem höchsten und neuesten Stand zu sein. Für einen Seniorenverband ist es meiner Meinung nach aber ein Qualitätsmerkmal, wenn die erwarteten Informationen in einer vertrauten Struktur übermittelt werden, man sich persönlich angesprochen fühlt und der regionale Kontext die Hauptrolle spielt.

In diesem Sinne hoffe ich, Ihre Erwartungen im vergangenen Jahr erfüllt zu haben, was aber nicht heisst, dass die Kommunikation mit unseren Mitgliedern in Form von positiven oder negativen Rückmeldungen nicht jederzeit willkommen wäre.



Fachbereich Veranstaltungen / *Ludovica Peer*

Das Jahr 2025 haben wir mit der Besichtigung des **Antistitiums** begonnen. Es ist eines der wenigen Häuser, die den verheerenden Stadtbrand von Chur 1464

überstanden. Dieses Gebäude und vor allem die Hasenstube fanden grosse Bewunderung.

Im Februar fand der obligate **Lotto-Nachmittag** statt. Es gab diverse Chancen, einen der bereitgestellten Preise zu gewinnen.

Die **Stadtpolizei Chur** hat uns im März über ihre vielfältigen Tätigkeiten informiert. Von der Rettung einer Katze, die sich nicht mehr von einem Baum getraute, über Hilfeleistung bei Notfällen bis zum Verkehrsdienst hat uns der Polizeikommandant-Stv. Roland Hemmi berichtet. Zum Abschluss gab es einen Apéro, den wir sehr genossen haben.

Im Mai hat uns der **Verband für Seniorenfragen SG/AI/AR** besucht. Nach einem gemütlichen Mittagessen im B12 ging es weiter mit Stadtführungen. Zum einen fanden die «bewegten Frauengeschichten» viele Zuhörerinnen und Zuhörer, zum anderen stiess auch die Altstadtführung auf grosses Interesse.

Im Juni konnten wir den bereits für 2024 geplanten Ausflug zu den **Burgen von Bellinzona** machen. Die Stadtführung durch die Altstadt und zur grossen Burg Castel Grande fand aufmerksame Zuhörer und Zuhörerinnen. Nach dem gediegenen Mittagessen im Grotto San Michele fuhren wir mit dem Trenino Artù zu den anderen Burgen und genossen die grossartige Aussicht. Nach diesem abwechslungsreichen Tag bei wunderbar heissem Wetter fuhren wir glücklich und müde im angenehm gekühlten Postauto zurück nach Chur.

Eine kleine Frauengruppe hat sich am **Ausflug nach Zillis** beteiligt. Nach dem Besuch der Ausstellung folgte der Spaziergang zur Kirche, wo wir eine sehr lehrreiche und informative Führung erleben durften.

Im August besuchten uns die **Glarner Senioren**. Im Sprecherhaus in Maienfeld erfuhren wir viel Wissenswertes über den Weinbau, konnten die grösste private Bibliothek des Kantons Graubünden besichtigen und erlebten eine spannende Städtlitour. Das feine Mittagessen wurde uns im schönen Garten des Sprecherhauses serviert.

Die Ausstellung im Bündner Kunstmuseum über **Diego Giacometti** vermochte eine kleine Gruppe von Frauen zu begeistern.

Im Oktober fand im Titthof der Grossanlass zum Thema **«Einsamkeit im Alter»** mit dem Referenten Dr. Heinz Rüegger statt.

Unter dem Titel **«Sicherheit im Alter»** referierte René Schuhmacher, Stv.-Chef Prävention bei der Kantonspolizei Graubünden, erteilte Ratschläge und Tipps zur Kriminalprävention.

Eine stattliche Anzahl Mitglieder traf sich im B12, um sich gemeinsam auf die kommende **Weihnachtszeit** einzustimmen. Begleitet von schöner Musik vom Gospelquartett four4you, einem feinen Zvieri und vielen Gesprächen verging dieser Nachmittag im Nu.

Protokoll der Generalversammlung 2025

*vom Mittwoch, 23. April 2025, 14.00 Uhr
im Seniorenzentrum Cadonau, 7000 Chur*

Traktandenliste

1. Begrüssung
 2. Wahl Stimmenzähler/-in
 3. Protokoll Generalversammlung vom 10. April 2024
 4. Wahl von zwei Mitgliedern Geschäftsleitung
 5. Jahresbericht 2024
 6. Jahresrechnung 2024
 7. Revisorenbericht, Genehmigung der Jahresrechnung und Décharge-Erteilung
 8. Voranschlag 2025, Festlegung Mitgliederbeiträge
 9. Anträge der Mitglieder
 10. Ausblick und Informationen
 11. Varia
-

1. Begrüssung

Annie Fleischhauer-Peretti, Co-Präsidentin des BKVS, begrüsst die Anwesenden. Speziell heisst sie die Gäste von anderen Institutionen und kantonalen Verbänden, Regierungsrat Peter Peyer sowie die Präsidentin der Walservereinigung, Leonie Barandun, willkommen.

Dann begrüsst Peter Peyer die Anwesenden im Namen der Bündner Regierung. Er betont, dass die ältere Generation mit ihrem Engagement Kitt für die Gesellschaft ist, indem sie ihre Gelassenheit und Lebenserfahrung an die gegenwärtig unruhige Welt weitergibt.

Der Kanton ist sich seiner Verantwortung und Aufgaben bewusst, indem er mit Weitsicht die aktuellen Altersthemen unter Einbezug der demographischen Entwicklung angeht, dazu gehören: die dezentrale Gesundheitsversorgung, Mobilität, Technologie und Wohnen im Alter. Eine breite Diskussion ist erwünscht, wenn zukünftige Lösungen breite Akzeptanz finden sollen.

Anschliessend übernimmt Johannes Flury, Co-Präsident des BKVS, die Leitung der Versammlung.

2. Wahl Stimmenzähler/-in

Es wurden zwei Stimmenzählende gewählt.

3. Protokoll Generalversammlung vom 10. April 2024

Das Protokoll wird mit Dank an die Verfasserin einstimmig genehmigt.

4. Wahlen

Es werden zwei Neumitglieder der Geschäftsleitung vorgeschlagen: Ludovica Peer und Willi Berger.

Ludovica Peer stellt sich selbst vor. Willi Berger wird in einer Präsentation von Johannes Flury vorgestellt. Beide werden mit Applaus gewählt.

5. Jahresbericht 2024

Johannes Flury bittet um Genehmigung des Jahresberichtes, der im Capricorn bereits abgedruckt war. Dieser wird durch die Versammlung einstimmig genehmigt.

Bericht aus dem Ressort Kommunikation: Lore Schmid bitte darum, doch die Flyer mitzunehmen und mindestens einem potentiellen Mitglied auszuhändigen.

Silvio Albin weist auf die Tätigkeit des Seniorenrates hin. Sämtliche Informationen waren im Capricorn abgedruckt. Weitere Angaben sind auch auf unserer Website ersichtlich.

6. Jahresrechnung 2024

Silvio Albin erläutert die Jahresrechnung 2024.

Diese weist einen erfreulichen Gewinn von CHF 9'238 auf, anstatt des budgetierten Verlusts von CHF 1'700. Wir durften folgende Beiträge verbuchen: Kanton Graubünden CHF 10'000, GKB CHF 5'000 und von der Hatt-Bucher-Stiftung CHF 2'500. Das Vermögen des BKVS beträgt per 1. Januar 2025 die Summe von CHF 34'696.70.

Silvio Albin bedankt sich bei chur@work für die kompetente Buchhaltung.

7. Revisorenbericht, Genehmigung der Jahresrechnung und Décharge-Erteilung

Der Revisorenbericht der BMU Treuhand AG wird verlesen. Die Jahresrechnung 2024 wird mit Applaus genehmigt und der Geschäftsleitung Décharge erteilt.

8. Voranschlag 2025, Festlegung Mitgliederbeiträge

Die Mitgliederbeiträge bleiben unverändert.

Silvio Albin stellt kurz das Budget vor. Geplant ist ein ausgeglichenes Budget mit einem prognostizierten Gewinn von CHF 3'300.

9. Anträge der Mitglieder

Es liegen keine Anträge vor.

10. Ausblick und Informationen

Annie Fleischhauer gibt einen Ausblick auf die geplanten Aktivitäten für 2025 (sämtliche Veranstaltungen sind im Capricorn und Newsletter publiziert und auf unserer Website einsehbar).

Zusätzlich erwähnt wird die Grossveranstaltung «Einsamkeit im Alter» im Titthof am 21. Oktober 2025.

Johannes Flury berichtet von der erfolgreichen Wiederholung der Veranstaltung «Tod auf Anfrage» in St. Moritz (200 Personen haben diesen Anlass besucht). Weitere Veranstaltungen in den Regionen sollen folgen, die nächste wahrscheinlich in Davos.

Das traditionelle Zusammentreffen mit dem Glarner Seniorenverband findet am 7. August 2025 in Maienfeld (Sprecherhaus) statt.

Die Adventsfeier ist für den 10. Dezember 2025 im B12 in Chur geplant.

11. Varia

Keine Wortmeldungen.

Herzlichen Dank an alle!

Protokoll: *Lore Schmid, Mitglied Geschäftsleitung BKVS
7203 Trimmis, Mai 2025*

Bilanz per 31. Dezember 2025

<i>in CHF</i>	<i>Aktiven</i>	<i>Passiven</i>
Aktiven		
Bank	44'488.30	
Aktive Rechnungsabgrenzung	210.10	
Passiven		
Passive Rechnungsabgrenzung		3'104.00
Eigenkapital		34'696.70
	44'698.40	37'800.70
Jahresgewinn		6'897.70
Bilanzsumme	44'698.40	44'698.40
Vermögensrechnung		
Vermögen per 1. Januar 2025	34'696.70	
Jahresgewinn 2025	6'897.70	
Vermögen per 1. Januar 2026	41'594.40	

Erfolgsrechnung 2025

in CHF

Rechn. 2024

Rechn. 2025

Budget 2026

Mitgliederbeiträge Aktive/Passive	15'155.00	13'455.00	14'000.00
Mitgliederbeiträge Heime/Gruppen	4'350.00	4'350.00	4'000.00
Freiwillige Beiträge/Spenden	400.00	310.00	200.00
Total Ertrag	19'905.00	18'115.00	18'200.00
Vorstandsspesen	1'513.80	1'916.45	2'200.00
Allgemeiner Büroaufwand	2'360.10	2'552.30	2'800.00
Bankspesen	57.50	59.20	100.00
Ehrungen/Geschenke	–	102.00	400.00
Jahresbeitrag SVS	796.00	784.00	800.00
Gönnerbeitrag	216.00	96.00	100.00
Sonstiger Vereinsaufwand	–	636.80	200.00
Geschäftsleitung	4'943.40	6'146.75	6'600.00
Bündner Seniorenrat	5'298.90	4'149.70	5'000.00
Fachbereich Seniorenrat/Politik/Facharb.	5'298.90	4'149.70	5'000.00
Generalversammlung	2'055.90	2'243.80	
Einsamkeit im Alter/Abgehängt im Alter	3'861.10	3'382.25	
Adventsfeier	-208.10	564.50	
Glarner-Bündner-Treffen	130.00	-132.00	
Fachbereich Bildung/Veranstaltung	5'838.90	6'058.55	7'000.00
Capricorn/Newsletter	8'642.00	9'191.10	9'500.00
Werbe-/Internetaufwand	943.75	671.20	1'500.00
Fachbereich Kommunikation/Capricorn	9'585.75	9'862.30	11'000.00
Total Aufwand	25'666.95	26'217.30	29'600.00
Jahresergebnis vor Beiträgen	-5'761.95	-8'102.30	-11'400.00
Beitrag GKB	5'000.00	5'000.00	5'000.00
Beitrag Kanton Graubünden	10'000.00	10'000.00	10'000.00
Beiträge	15'000.00	15'000.00	15'000.00
Jahresgewinn	9'238.05	6'897.70	3'600.00

An die
Generalversammlung des
Bündner Kantonalverband der
Seniorinnen und Senioren
7203 Trimmis

Chur, 23. Februar 2026
monique.willi@bmuag.ch / D 081 257 01 92

Bericht der Revisionsstelle zur Eingeschränkten Revision

Als Revisionsstelle haben wir die Jahresrechnung (Bilanz und Erfolgsrechnung) des Bündner Kantonalverbandes der Seniorinnen und Senioren für das am 31. Dezember 2025 abgeschlossene Verbandsjahr geprüft.

Für die Jahresrechnung sind Ihre Buchhaltungsstelle und der Verbandsvorstand verantwortlich, während unsere Aufgabe darin besteht, diese zu prüfen und zu beurteilen. Wir bestätigen, dass wir die gesetzlichen Anforderungen hinsichtlich Zulassung und Unabhängigkeit erfüllen.

Unsere Revision erfolgte nach dem Schweizer Standard zur Eingeschränkten Revision. Demnach ist diese Revision so zu planen und durchzuführen, dass wesentliche Fehlaussagen in der Jahresrechnung erkannt werden. Eine Eingeschränkte Revision umfasst hauptsächlich Befragungen und analytische Prüfungshandlungen sowie den Umständen angemessene Detailprüfungen der beim geprüften Unternehmen vorhandenen Unterlagen. Dagegen sind Prüfungen der betrieblichen Abläufe und des internen Kontrollsystems sowie Befragungen und weitere Prüfungshandlungen zur Aufdeckung deliktischer Handlungen oder anderer Gesetzesverstösse nicht Bestandteil dieser Revision.

Bei unserer Revision sind wir nicht auf Sachverhalte gestossen, aus denen wir schliessen müssten, dass die Jahresrechnung nicht dem schweizerischen Gesetz und den Statuten entspricht.

Freundliche Grüsse

BMU Treuhand AG



M. Schädler
zugel. Revisionsexperte



ppa. M. Willi
zugel. Revisorin
Leitende Revisorin

- Jahresrechnung



Bündner Kantonalverband der Seniorinnen und Senioren

www.buendnersenioren.ch / info@buendnersenioren.ch

GESCHÄFTSLEITUNG

Co-Präsidium

Annie Fleischhauer-Peretti
Carasch 7, 7203 Trimmis
079 344 13 89
annie@fleischhauer.ch

Dr. Johannes Flury
Schuderserstrasse 29, 7220 Schiers
081 332 30 33
johannes.flury@hispeed.ch

Mitglieder

Silvio Albin, Trun (*bis 30.4.2026*)
Willi Berger, Chur
Ludovica Peer, Chur
Lore Schmid, Trimmis

REDAKTION CAPRICORN FACHBEREICH KOMMUNIKATION

Lore Schmid
Carasch 15, 7203 Trimmis
079 774 27 33
info@buendnersenioren.ch

FACHBEREICH VERANSTALTUNGEN

Ludovica Peer, Chur
079 297 06 62
vpeer@bluewin.ch

FACHBEREICH FINANZEN

Willi Berger, Chur
079 416 81 55
willi.berger55@deep.ch

FACHBEREICH SENIOREN RAT

Vorsitz

Silvio Albin (*bis 30.4.2026*)
Via Splecs 26
7166 Trun
076 435 14 42
salbin@sunrise.ch

Mitglieder

Beatrice Baselgia-Brunner, Domat/Ems
Ueli Bühler, Dr. med., Fideris
Christine Bucher, lic. phil., Chur (*bis 30.4.2026*)
Annie Fleischhauer-Peretti, CO-PRÄSIDENTIN
Dr. Johannes Flury, CO-PRÄSIDENT
Martin Gabriel, Ilanz (*bis 30.4.2026*)
Hanspeter Joos, Landquart
Hans Joss, Chur (*bis 30.4.2026*)
Andrea Mathis, Samedan (*bis 30.4.2026*)
Baltermia Peterelli, Savognin
Elisabeth Poo-Hungerbühler, Sent
Uorschla Rupp-Pitsch, Tschiers (*bis 30.4.2026*)
Rita Schmid, Vals (*bis 30.4.2026*)
Roberta Zanolari, Poschiavo (*bis 30.4.2026*)

GESTALTUNG UND LAYOUT

chur@work
Der Mensch im Zentrum
Gäuggelistrasse 7
7000 Chur
churatwork.ch
info@churatwork.ch
081 252 38 85

Mutationen (Neueintritte, Austritte, Adressänderungen) bitte ausschliesslich an:
kontakt@buendnersenioren.ch oder Tel. 081 252 38 85 (chur@work, D. Allemann)

**Hier hält man
zusammen.
Wir sind der
schönste Beweis
dafür.**

**Gemeinsam mit unseren Partnern
für ein starkes Graubünden.**

gkb.ch/engagement



**Graubündner
Kantonalbank**