

Mit Nachbarschaftshilfe Zeit schenken

Zeitgut Toggenburg bringt Menschen zusammen für Besorgungen im Alltag, für Hilfe bei Problemen mit der Technik oder gegen Einsamkeit.

Sabine Camedda

Nur Seniorinnen und Senioren sind auf Nachbarschaftshilfe angewiesen. Diese Meinung ist weit verbreitet und hat während der Coronapandemie weitere Nahrung erhalten. Dem ist aber nicht so, weiss Markus Windirsch, Präsident von Zeitgut Toggenburg, und verweist auf die Statistik. 925 Einsatzstunden an Freiwilligenarbeit wurden im vergangenen Jahr trotz der Kontaktbeschränkungen durch Corona bei Zeitgut Toggenburg geleistet. Davon haben zwar in erster Linie Personen zwischen 80 und 95 Jahren profitiert. Aber nicht nur: Auch Menschen zwischen 50 und 60 Jahren sowie zwischen 35 und 40 Jahren gehörten zu den sogenannten Nehmenden.

Vor allem Gesellschaften ist gefragt

Ein klares Bild ergibt sich bei den Aktivitäten der zusammengebrachten Paare, der sogenannten Tandems. Über 37 Prozent aller Einsatzstunden wurden in Tätigkeiten geleistet, die unter dem Stichwort «Gesellschaften» zusammengefasst sind. Darunter fällt die Begleitung zum Arzt oder in die Kirche ebenso wie Spielen, Spazieren, Tanzen und Musizieren oder miteinander sprechen.

Mehr als ein Viertel der Einsatzstunden wurden unter dem Begriff «Unterstützung» registriert. Sei es eine Entlastung bei der Betreuung von Angehörigen oder eine Hilfeleistung in technischen Fragen oder bei Büroarbeiten. «Für uns ist aber klar, dass wir keine Hilfe in den Bereichen vermitteln, in denen es bestehende kostenpflichtige Angebote gibt.»

Markus Windirsch denkt hier beispielsweise an Pflegedienstleister wie die Spitex oder Entlastungsdienste. Das klassische Bild von Nachbarschaftshilfe, für Seniorinnen und Senioren einkaufen, gibt es auch in unserer Region. Neun solcher Tandems gab es bei Zeitgut Toggenburg gemäss der Statistik aus dem vergangenen Jahr.

Hilfe über eine längere Zeit oder nur für wenige Stunden

Gut vier Jahre ist Zeitgut im Toggenburg aktiv. In dieser Zeit ist die genossenschaftliche Organisation stets gewachsen. «Wer sich bei uns engagieren oder über uns Nachbarschaftshilfe beziehen möchte, muss Mitglied der Genossenschaft werden», erklärt Markus Windirsch. Derzeit zählt Zeitgut Toggenburg 229 Einzelmitglieder, dazu kommen drei Fördermitglieder sowie 17 Kollektivmitglieder. Letztere sind Gemeinden und Institutionen wie Seniorenheime, in denen Gebende ebenfalls Einsatzstunden leisten.

Aus diesen Mitgliedern ergab es 69 aktive Tandems, 40 weitere sind im vergangenen Jahr abgeschlossen worden. Markus Windirsch erklärt: «Je nach Bedürfnis der Nehmenden dauert ein Tandem über eine längere Zeit.» Dies seien Einsätze wie Begleitungen, Einkaufen oder Miteinanderspielen oder -spielen. Wenn jedoch jemand beim Aufsetzen eines Computers, beim Installieren eines neuen Smartphones oder im Garten Hilfe brauche, sei der Tandem-Einsatz irgendwann abgeschlossen. Der Gebende kann sich selbstverständlich weiter freiwillig engagieren und Teil von weiteren Tandems werden.

Wendet sich jemand mit dem Bedürfnis nach Hilfe an Zeitgut Toggenburg, sucht die Koordinatorin nach einem passenden Gebenden. In einem



Ältere Personen, die beispielsweise beim Einkaufen Hilfe brauchen, können sich an Zeitgut Toggenburg wenden.

Bild: Bruno Kissling

gemeinsamen Gespräch, bei dem auch die Koordinatorin dabei ist, lernen sich die Tandempartner kennen. Markus Windirsch erklärt den nächsten Schritt: «Wenn es für beide stimmt, dann kann es losgehen.»

Genossenschaft ist bei Golden Agern beliebt

Derzeit finden sich unter den Gebenden vor allem Personen zwischen 65 und 75 Jahren. Dabei beträgt der Frau-

enanteil rund 78 Prozent. Markus Windirsch hofft, dass sich nicht nur der Geschlechteranteil ausgleicht, sondern auch, dass jüngere Menschen für diese Art von Freiwilligenarbeit gewonnen werden können. Er betont: «Auch für jüngere Menschen kann es attraktiv sein, sich bei uns zu engagieren. Denn es kommt mehr als ein Dankeschön zurück.»

Damit meint Markus Windirsch, dass es auch den Gebenden viel Freu-

de macht und zudem die Einsatzstunden den Gebenden auf einem Zeitkonto gutgeschrieben werden. Diese Zeit kann später eins zu eins für den eigenen Bedarf bezogen werden.

Markus Windirsch ist sich bewusst, dass vielleicht nicht jeder Gebende die gutgeschriebene Zeit einfordern kann. Ausserdem gibt es noch einige Nehmende, die über kein eigenes Zeitkonto verfügen. Hier komme der Genossenschaftsgedanke zum Tragen, erklärt

Markus Windirsch. Solidarität und Verantwortlichkeit über die Generationen hinweg hat sich die Organisation Zeitgut, die es übrigens in mehreren Regionen der Schweiz gibt, auf die Fahne geschrieben. So wird nach und nach ein Netz der Nachbarschaftshilfe gesponnen, das zur Lebensqualität von allen beiträgt.

Für weitere Informationen: www.zeitgut-toggenburg.ch

«Ich hoffe, dass die alten Werte zurückgeholt werden»

Nachbarschaftshilfe Ein Tandem der Organisation Zeitgut Toggenburg besteht aus der 62-jährigen Brigitte Schröder und der 85-jährigen Maria Schalekamp. Schröder engagiert sich, indem sie einmal wöchentlich mit ihrer Nachbarin einkaufen geht und sie danach zusammen bei einem gemütlichen Schwatz Kaffee trinken.

Seit wann engagieren Sie sich mit Freiwilligeneinsätzen für Ihre Nachbarn?

Brigitte Schröder: Das war im ersten Corona-Lockdown. Damals gab es die Aktion «Toggenburg hilft!», welche unter anderem von Zeitgut Toggenburg aufgrund der erschwerten Bedingungen für Risikogruppen während der Pandemie ins Leben gerufen worden ist. Danach habe ich bei Zeitgut Toggenburg weitergemacht. Die Anmeldung kostet 100 Franken. Man bekommt sie jedoch zurück, sobald man aussteigt.

Und wieso machen Sie bei Zeitgut Toggenburg mit?

Bei dieser Organisation fand ich den Gedanken interessant, die eingesetzte Zeit später einmal wieder zurückzubekommen. Da ich keine Kinder habe, welche mich im hohen Alter unterstützen können, kann ich mein gesammeltes Zeitguthaben für Dinge wie Fensterputzen oder Einkaufen verwenden. Ich

hoffe, dass die Organisation noch besteht, wenn es dazu kommt.

Wie viele Stunden haben Sie auf Ihrem Guthaben?

Auswendig weiss ich es nicht genau. Die Buchhaltung dazu führt Silvia Frick, Beraterin bei Zeitgut Toggenburg. Meine geleisteten Stunden halte ich in einem Protokoll fest. Dort notiere ich, wie viel Zeit ich pro Einheit investiert habe und welche Art von Hilfe ich geleistet habe. Das Tandem unterschreibt das Ganze und ich leite es an Frick weiter. So fliessen die Stunden in mein Zeitguthaben.

Die Organisation ist relativ jung und momentan noch im Aufbau. Was

heisst das für das Konzept von Zeitgut Toggenburg?

Den jetzigen Nehmenden wird geholfen, ohne dass sie selbst Leistungen erbringen mussten. Das Ziel ist es jedoch, dass die jetzigen Gebenden später zu Nehmenden werden.

Wie sind Sie zu Ihrem Tandem gekommen?

Ich konnte bei der Bewerbung angeben, welche Art von Unterstützung ich leisten kann und will. Dies wurde in eine Datenbank eingetragen. Das Tandem wiederum gibt an, welche Art von Hilfe es braucht. Silvia Frick sucht in der Datenbank nach der passenden Person. Danach kommt es zu einem Gespräch

zu dritt. So habe ich mein Tandem kennengelernt, die 85-jährige Maria Schalekamp.

Wie sehen Ihre Einsätze aus?

Ich treffe mich einmal wöchentlich mit meinem Tandem und wir gehen zusammen einkaufen. Da ich ein Auto besitze, ist das sehr hilfreich. Wenn sie nicht «zwäg» ist, mache ich die Besorgungen auch mal alleine. Mittlerweile weiss ich ja ungefähr, was sie braucht. Nach dem Einkaufen gehe ich ab und an auf einen Kaffee vorbei. Die Einsätze können aber sehr individuell sein. Beispielsweise wären auch monatliche Ausflüge möglich – das Pensum können dabei die Tandems untereinander abmachen.

Wieso setzen Sie sich für Nachbarschaftshilfe ein?

Früher war es üblich, dass sich Nachbarn untereinander halfen. Heute passiert das leider selten. Trotzdem gibt es Menschen, die zwar Hilfe brauchen, jedoch sich nicht getrauen, danach zu fragen. Deshalb hoffe ich, dass die alten Werte zurückgeholt werden und die Menschen nicht nur auf sich schauen. Es bringt ja auch Gutes für die Helfenden: Ich habe zum Beispiel heute noch Kontakt mit einer Nachbarin, die ich durch «Toggenburg hilft!» zu Beginn der Pandemie kennengelernt habe.



Brigitte Schröder (r.) hilft ihrer Nachbarin Maria Schalekamp beim Einkaufen. Bild: PD

Sara Stojic