

Seit Januar 2020 besteht in Biberstein die Kommission für Altersfragen (KfA). Sie hat schon vieles ins Rollen gebracht, obwohl der Start in die Coronazeit fiel, was einige Vorhaben bremste. Die KfA nutzte diese Phase für eine Umfrage zur Bedarfsabklärung. Darauf entwickelte die KfA unter anderem das Angebot "Zeit schenken", basierend auf dem Engagement einer Gruppe von Freiwilligen. Wer Hilfe oder Gesellschaft wünscht, ruft an und wird an eine Helferin oder einen Helfer vermittelt. Die kostenlos geleistete Unterstützung ist ein wertvoller gesellschaftlicher Beitrag: Aufeinander zu achten bedeutet, füreinander Zeit einzusetzen.

Von der Idee zum Projekt

Biberstein hat 1600 Einwohnerinnen und Einwohner, von denen rund ein Drittel über 60 Jahre alt sind. Wie jede Gemeinde ist auch Biberstein gefordert, sich um Altersfragen zu kümmern und die Alterspolitik des Kantons umzusetzen. Auf Anregung aus der Bevölkerung schuf der Gemeinderat die Grundlagen, in Form eines Pflichtenheftes, für eine Kommission für Altersfragen (KfA). Der Gemeinderat sprach gezielt Personen an, die sich für die Mitarbeit in der KfA interessieren könnten, und wählte schliesslich vier Mitglieder, die zusammen mit dem Gemeinderat Ressort Soziales die KfA bilden. Sie ist ein beratendes Organ des Gemeinderates und setzt sich dafür ein, dass die Generation 60+ in Biberstein gute Lebensbedingungen und passende Angebote vorfindet.

Zur Bedarfsabklärung führte die KfA im Juni 2020 eine schriftliche Umfrage bei den über 60-jährigen Einwohnerinnen und Einwohnern durch. Als Fragebogen diente die Vorlage der kantonalen Fachstelle Alter und Familie, angepasst auf die Situation in Biberstein. Bei den Antworten zu den gewünschten Angeboten stand ein Fahrdienst zu oberst, gefolgt von Besuchen zu Hause und Hilfestellungen für den Computer oder das Telefon. Interessant war insbesondere, dass sich 62 von 150 antwortenden Personen bereit erklärten, freiwillig in der Seniorenarbeit mitzuwirken.

Die KfA ist auf Freiwilligenarbeit angewiesen, um ihre Aufgaben und Pflichten wahrzunehmen. Aufgrund der Umfrage beschloss die KfA unter anderem, ein niederschwelliges Angebot zur Unterstützung und Kontaktpflege von

Seniorinnen und Senioren aufzubauen – und das Kostbarste anzubieten: die Zeit.

Umsetzung des Projektes

Die KfA erstellte nach einer Beratung durch benevol ein detailliertes "Freiwilligenkonzept für Einsätze im Rahmen von 60+", welches der Gemeinderat genehmigte, und entwickelte auf dieser Basis das neue Angebot "Zeit schenken". Eine Gruppe von 15 Freiwilligen, zu denen auch die Mitglieder der KfA zählen, listete auf, welche konkrete Unterstützung sie anbieten möchten: Fahrdienste, persönliche Besuche, Begleitung beim Spazieren, Vorlesen, gemeinsames Kochen und Essen, Hilfe bei technischen Problemen, Einkaufen gehen usw. Miteinander Zeit zu verbringen, kommt stets an erster Stelle und ist gegenseitig von Bedeutung.

"Zeit schenken" startete im Herbst 2021. Die Informationen dazu erhalten die über 60-Jährigen mit persönlichen Briefen, mit Flyern, in der "Dorfzeitung", auf der Gemeinde-Webseite und an Veranstaltungen. Für "Zeit schenken" besteht eine eigene Telefonnummer. Ein vierköpfiges Koordinationsteam beantwortete im Turnus die Anfragen und vermittelte zu den Helfenden. Da jedoch weniger Anrufe als erwartet eingingen, sprach sich die KfA mit der Gemeindeverwaltung ab, die nun gern bereit ist, die telefonischen Anfragen von "Zeit schenken" entgegenzunehmen und die Freiwilligen anzubieten.

Jede einzelne Autofahrt zu einem Arzttermin, jeder Besuch zu Hause und jeder Spaziergang ist wertvoll, da vieles zusammenkommt: Die praktische Hilfe ist mit Begegnungen und Gesprächen verknüpft, aus denen Beziehungen entstehen können. Wievielmals das Angebot "Zeit schenken" beansprucht wird, steht für die KfA im Hintergrund. Denn für das Individuum ist jeder einzelne Freiwilligeneinsatz wertvoll, und mit den gemachten Erfahrungen verbreitet sich die Bekanntheit des Angebotes. Es soll die Zeit erhalten, um zu wachsen.

Was trägt zum Erfolg des Angebotes "Zeit schenken" bei?

- **Sinnhaftigkeit:** Das Angebot lässt sich leicht nachvollziehen, da sofort klar ist, wofür der Name "Zeit schenken" steht: Für die wertvollen Momente und Stunden, in denen eine Hilfeleistung stattfindet.
- **Kommission für Altersfragen (KfA):** Initiatorin und Trägerin des Angebotes "Zeit schenken" ist die vom Gemeinderat gewählte, sehr aktive Kommission für Altersfragen. Die Mitglieder sind gut vernetzt und arbeiten als Freiwillige selbst auch für dieses Angebot. "Zeit schenken" entspricht den Zielen der Kommission: Der Generation 60+ ein gutes Leben in der Gemeinde ermöglichen.
- **Solide Basis der Freiwilligenarbeit:** Die KfA ist für die Umsetzung ihrer Pflichten und Ziele auf Freiwilligenarbeit angewiesen. Um diese zu regeln, entwickelte die KfA das "Freiwilligenkonzept für Einsätze im Rahmen von 60+". Das erleichtert die Ausarbeitung von neuen Projekten und Angeboten wie "Zeit schenken". Interessierte Freiwillige können sich daran orientieren und entscheiden, ob sie mitmachen möchten. Für die Gruppe der aktiven Freiwilligen konnte die KfA in Zusammenarbeit mit der Gemeindeverwaltung eine kollektive Haftpflichtversicherung abschliessen.
- **Auswahl an Freiwilligen:** Die Gruppe an Freiwilligen ist genügend gross, um alle Anfragen abzudecken, auch bei Ferienabwesenheiten.
- **Wenig Administration:** Die aufgewendete Zeit kommt allein den Einsätzen zugute. Es wird einzig eine Statistik über die Art und Dauer der Einsätze geführt. Die Freiwilligen füllen hierzu selbst eine Liste aus. Die Spesen, meist für Autofahrten, werden direkt und unkompliziert zwischen den Freiwilligen und den Fahrgästen abgegolten.
- **Leicht zugängliches Angebot:** Alle älteren Menschen können über die Telefonnummer von "Zeit schenken" ihr Anliegen melden. Die Unterstützung ist, bis auf entstehende Spesen, kostenlos.
- **"Dorfzeitig" von Biberstein:** Im Informationsorgan der Gemeinde, das alle Haushaltungen bekommen, veröffentlicht die KfA immer wieder Artikel über ihre Aktivitäten und ein kleines Inserat zum Angebot "Zeit schenken".

- **Kooperationen:** Zur Verbreitung des Angebotes trägt zum Beispiel bei, dass die Beratungsstelle Pro Senectute Bezirk Aarau, die regionale Spitexorganisation und die Kirchgemeinden wissen, dass sie bei Bedarf auf "Zeit schenken" hinweisen können.

Welches sind die Herausforderungen des Angebotes "Zeit schenken"?

- **Hemmschwellen:** Im Alter autonom zu wohnen bedeutet, irgendwann grössere oder kleinere Hilfeleistungen anzunehmen. Es ist eine anspruchsvolle Aufgabe, Menschen davon zu überzeugen, frühzeitig zum Beispiel die Nummer von "Zeit schenken" zu wählen und Unterstützung anzufordern.
- **Neues Angebot braucht Zeit:** Die Mitglieder der KfA starteten das Projekt "Zeit schenken" mit Enthusiasmus. Auch die Gruppe der Freiwilligen wartete freudig auf die Einsätze. Doch es kamen nur wenige Anfragen von Seniorinnen und Senioren. Das bedeutet für die Einsatzbereiten: Sich nicht entmutigen lassen und weiterhin stetig über das Angebot informieren. Und je mehr Menschen die Hilfeleistungen mit der Zeit beanspruchen, desto besser wirkt die Mundpropaganda.
- **Den Kreislauf aktiv halten:** Das Angebot definiert sich über die Freiwilligen und ihre Interessen. Selbst wenn sie, bei zu wenig Anfragen, nicht zum Zug kommen, bleiben sie ein wichtiges Mitglied der Freiwilligengruppe. Ihnen die Wertschätzung zu vermitteln ist der KfA ein zentrales Anliegen. Die Freiwilligen sind im Pensionsalter und gelangen irgendwann in die Situation, in der sie zum Beispiel nicht mehr Autofahren können oder zu pflegenden Angehörigen werden. Dann könnten sie sich aus dem Angebot "Zeit schenken" zurückziehen. Die KfA bemüht sich deshalb, vorausschauend dafür zu sorgen, dass sich neue Freiwillige melden, und informiert an verschiedenen Anlässen über die positiven Seiten der ehrenamtlichen Arbeit nach der Pensionierung.



Angebot "Zeit schenken" der Kommission für Altersfragen

Gemeinde
Biberstein

Bezirk
Aarau

0 bis 3'000
Einwohnende

Erwerbs- und
Freiwilligenarbeit

Vision

Das Angebot "Zeit schenken" fördert das Gemeinschaftsdenken, trägt zur sozialen Integration der älteren Menschen bei und unterstützt das autonome Wohnen. In zehn Jahren soll das Angebot im Dorf derart selbstverständlich sein, dass es nicht mehr wegzudenken ist.

Autorin: Pascale Gmür

Datum: August 2023