

Begegnung als Ch



Quelle: Kirchengemeinde Altstetten

SARAH MÜLLER

Der freiwillige Besuchsdienst *va bene* bietet älteren Menschen die Möglichkeit zu Gesprächen und Austausch sowie freiwilligen Besuchenden ein sinnvolles Engagement.

Freiwillige Besuchende schenken Zeit, hören zu und tauschen Lebenserfahrungen mit älteren Menschen aus. Ältere Menschen erhalten ein offenes Ohr für ihre Anliegen und können eine neue Beziehung aufbauen und Lebenserfahrungen weitergeben. Der Besuchsdienst fördert damit die Lebensqualität, das Wohlbefinden und die Eigenverantwortung der Menschen, Beziehungen aktiv zu pflegen und zu suchen. Zudem stärkt es den gesellschaftlichen Zusammenhalt hin zu einer solidarischeren Gesellschaft.

Warum ist «va bene» ein sinnvolles Projekt?

Das subjektive Gefühl der Einsamkeit ist in unserer Gesellschaft weit verbreitet und leider immer noch ein Tabuthema, das Scham auslöst. Dabei ist es ein Gefühl, das zum Menschsein gehört und alle etwas angeht, denn sie kann jede und jeden von uns treffen.

Das Wohlbefinden des Menschen hängt massgeblich von gelebten persönlichen Beziehungen

ance und Bereicherung



ab. Menschen brauchen Menschen für gute Gespräche und regelmässige Kontakte. Gerade im Alter schrumpfen die Beziehungsnetze jedoch oft, da Lebenspartner:in und Freund:innen sterben, Nachbar:innen wegziehen und das selbständige Ausgehen durch körperliche Einschränkungen erschwert sein kann. Einsamkeit ist oftmals ein Leiden an sozialer Isolation, da die soziale Teilhabe bzw. qualitative Beziehungen nicht mehr zufriedenstellend vorhanden sind. Der Besuchsdienst va bene möchte an diesem Punkt anknüpfen und Beziehungen ermöglichen.

Was muss ich tun, wenn ich jemanden besuchen will?

Am besten nimmt man Kontakt mit der Vermittlungsstelle auf. In einem Erstgespräch werden die Interessen sowie die zeitlichen Möglichkeiten der freiwilligen Person abgeklärt, um eine passende Person für Besuche zu finden. Entsteht ein passendes Tandem, so wird eine Besuchsvereinbarung getroffen, die den zeitlichen Umfang und die Inhalte der Besuche festlegt. Für freiwillige Besuchende gibt es

zudem regelmässig Austauschtreffen mit anderen Freiwilligen, um anstehende Fragestellungen gemeinsam zu besprechen und sich auszutauschen.

Was kann ich tun, wenn ich besucht werden will?

Auch dann sollte man direkt mit der Vermittlungsstelle in Kontakt treten. Es gilt ein ähnliches Prinzip. Im persönlichen Gespräch werden die Bedürfnisse und Interessen der Person abgeklärt, damit ein:e möglichst passende:r Besucher:in gefunden werden kann. Wenn es für beide Seiten stimmt, wird eine Besuchsvereinbarung abgemacht.

An wen kann ich mich wenden?

Der Besuchsdienst «va bene» wird ökumenisch geführt. Sozialarbeiterin Nicole Jacot von der katholischen Pfarrei Heilig-Geist in Höngg und Sarah Müller, Sozial-

diakonin von der reformierten Kirche im Kirchenkreis zehn, sind die beiden Ansprechpersonen in der Vermittlungsstelle.

Was macht die Vermittlungsstelle?

Sie bringt ältere Menschen, die einen Besuch wünschen, mit Personen zusammen, die sich im freiwilligen Besuchsdienst va bene engagieren wollen. Wir begleiten die Besuchsverhältnisse und unterstützen die Freiwilligen in ihrem Engagement. Wir sind Ansprechstelle für alle Beteiligten.

Was braucht es, damit das Projekt gelingt?

Gegenseitige Unterstützung im Sinne einer sorgenden Gemeinschaft ist auf Freiwillige angewiesen, da weder der «Staat» noch der «Markt» diese Bedürfnisse und Nöte allein bewältigen und angehen kann.

Wir hoffen und freuen uns auf viele interessierte Personen, die sich ein freiwilliges Engagement vorstellen können und gerne eine Person regelmässig besuchen möchten. Es braucht zudem Menschen, die eigenverantwortlich Beziehungen pflegen und aufbauen wollen.

Und schliesslich sind Menschen nötig, die andere auf dieses Angebot aufmerksam machen und es so weiterverbreiten.

Was motiviert dich zu diesem Projekt?

Ich bin überzeugt, dass das Projekt sowohl für die Besuchten als auch für die Besuchenden eine Bereicherung ist, sozusagen eine Win-Win-Situation. Neue Menschen kennenzulernen, bietet immer die Chance, neue Perspektiven zu erhalten und damit den persönlichen Horizont und das soziale Netzwerk zu erweitern und dabei zu wachsen.

Die Fragen stellte *Matthias Reuter*. Weitere Informationen erhalten Sie unter: www.kk10.ch/vabene

