

# benevol Nachrichten

Nr. 23  
Juni 2024

Freiwilligenarbeit im Aargau



**Generationengeflecht**

benevol



## «Jede Jugend ist die Dummste»,

schrrieb Ingeborg Bachmann vor über 50 Jahren. Diese scharfsinnige Beobachtung an der Jugend ist eine hartnäckige Konstante und zieht sich durch Jahrhunderte. Eine 4000-jährige ägyptische Keilschrift prophezeit eine düstere Zukunft, weil die Jugend «zuchtlos und heruntergekommen» sei. Zeit vergeht bekanntlich schnell und heute gehöre ich nicht mehr zu den Angeklagten, sondern blicke selbst auf junge Menschen – doch der Tonfall hat sich nicht geändert.

Während ich mir die Zeilen für das Editorial der benevol Nachrichten überlege, sitze ich in einem Quartiertreff, welches von der Freiwilligenarbeit lebt. Am heutigen Tag wird es zufällig von jungen Menschen geführt und als Mittfünfziger fühle ich mich hier richtig wohl. Freundlich werde ich gefragt, ob ich meinen Kaffee lieber mit Hafer- oder Vollmilch haben möchte, viele Fairtrade- und Bio-Teesorten stehen im Regal und neben mir sitzen zwei junge Männer händchenhaltend. Das Personal spricht mehrere Sprachen, denn in dem kleinen Café ist die Welt zuhause. All diese Eindrücke lösen in mir einen schönen Gedanken aus: Diese Generation lebt etwas so selbstverständlich und sorgsam, was zu meiner Jugendzeit nicht möglich war.

Der Stamm der Zulus kennt eine Lösung für unseren Generationenkonflikt. Zur Begrüssung heisst es: «Sawubona» und bedeutet wörtlich: «Ich sehe dich, du bist mir wichtig.» Darauf antwortet das Gegenüber mit «Shiboka», das heisst: «Dann existiere ich für dich».

In diesem kleinen Café ist diese Haltung erlebbar.  
Vielen Dank, junge Generation.

**Alois Metz**

**Bildung und Propstei, Röm.-Kath. Kirche im Aargau  
Vorstandsmitglied benevol Aargau**

### Inhaltsverzeichnis

Nützliches für Vereine	Seite 3
Begegnungen von drei Generationen	Seiten 4 – 5
Patenschaftsprojekt «Mit mir»	Seite 6 – 8
Generationenprojekte	Seiten 9
Portrait: Wind im Gesicht, Blütenduft in der Nase	Seite 10
News, Anlässe und Kurse	Seite 11

### Impressum

Herausgeberin: benevol Aargau  
Fachstelle für Freiwilligenarbeit  
Bleichemattstrasse 42, 5000 Aarau  
Telefon 062 823 30 44  
www.benevol-aargau.ch  
benevol@benevol-aargau.ch

In Zusammenarbeit mit benevol Kanton Bern

Redaktion: Viola Hofmann, Samuel Steiner,  
Lea Masserini, Nina Gutweniger

Auflage: 1800 Ex.  
Erscheint 2 x jährlich

Bilder:

Titel: iStock/Richard Bittles, S. 2: Felix Wey,  
S. 3: Rahel Lam, S. 4 – 5: zvg Burgergemeinde Bern,  
S. 6 – 8: Anna Baertschi, S. 9: iStock, SRK Kanton  
Aargau, Adobe Stock, S. 10: Sennhof,  
S. 11: Donovan Wyrtsch

Layout/Druck: Druckerei AG Suhr, 5034 Suhr,  
drucksuhr.ch

# Aargauer Sozialpreis: Jetzt bewerben!

Viele Menschen investieren unentgeltlich Zeit, ohne eigennützige Motive zu verfolgen. Dieses freiwillige, soziale Engagement ist nicht selbstverständlich. Die Aargauer Landeskirchen und benevol Aargau honorieren dies alle zwei Jahre mit dem Sozialpreis. Privatpersonen, gemeinnützige Institutionen und Organisationen können sich noch bis zum 15. Juni 2024 mit ihren Projekten bewerben.

Weitere Informationen:  
[www.sozialpreis-ag.ch](http://www.sozialpreis-ag.ch)

Projekt  
 eingeben  
 bis 15. Juni



## Tipps und Arbeits- hilfen für Vereine

Vitamin B, die Fachstelle für Vereine, bietet einen grossen Fundus an Unterlagen und Arbeitshilfen für Vereine, angefangen bei Gründungsunterlagen über Buchhaltung bis zur Öffentlichkeitsarbeit. Es lohnt sich, die Website anzuschauen.

[www.vitaminb.ch](http://www.vitaminb.ch)

## Unbürokratische Unterstützung

Die Plattform «ici-gemeinsam-hier» unterstützt kleine Vereine mit grossen Ideen und wenig Budget unbürokratisch und schnell. Mit den «Mini-Grants», kleinen Beträgen zwischen 500 und 2500 Franken, werden unkompliziert Projekte unterstützt, die das Zusammenleben unterschiedlicher Kulturen in der Schweiz fördern. Die Ausschreibung läuft vom 2. April bis 31. Dezember 2024.

[www.ici-gemeinsam-hier.ch](http://www.ici-gemeinsam-hier.ch)

## Lebendiges Quartier



Der Schweizer Verein «Cup of Color» setzt weltweit Kunstprojekte um, in die Menschen aus der Umgebung aktiv eingebunden werden. Das Team ist auf der Suche nach Wänden für solche Gemeinschaftswerke in der Schweiz.

Vielleicht ist das der Farbtupfer, der deinem Quartierzentrum oder Pflegeheim noch fehlt? Gesucht werden Projekte bei denen gemeinsam mit Besuchenden, Bewohner:innen, Angehörigen und Menschen aus der Nachbarschaft Wände bemalt werden. Dabei ist jedes Bild einzigartig und entsteht im Prozess mit den Menschen. Der Verein freut sich über Anfragen.

[www.cupofcolor.org](http://www.cupofcolor.org)



# Begegnungen von drei Generationen

**Generationenverbindende Projekte haben vielerorts Aufschwung – so auch in der Freiwilligenarbeit. Dass bereichernde Begegnungen zwischen Generationen im kleinen Rahmen stattfinden können, zeigt ein Beispiel aus einer Berner Altersinstitution: Matthias Tolcsvai und seine elfjährige Tochter Jill sind jeweils am Freitag für den Abend-Service im Burgerspittel am Bahnhofplatz verantwortlich und schenken den Bewohnenden Zeit und Aufmerksamkeit.**

Die erste Kontaktaufnahme liegt rund zwei Jahre zurück. Matthias Tolcsvai machte eine Auszeit und wollte seinen unbezahlten Urlaub mit neuen, sinnstiftenden Tätigkeiten ausfüllen. Auf [benevol-jobs.ch](#) entdeckte er ein Inserat des Burgerspittels, der Altersinstitution der Berner Burgergemeinde.

Rund 70 Personen im Alter von 11 bis 96 Jahren, engagieren sich als Freiwillige im Burgerspittel in Bern. Sie unterstützen die Bewohner:innen mit vielfältigen Tätigkeiten wie regelmässigen Besuchen, Arztbegleitungen oder dem Auffrischen von Fremdsprachen – und sie helfen bei Veranstaltungen mit. Mit einer Vollzeitstelle sorgt der Burgerspittel für eine professionelle Koordination der Einsätze und investiert in die Beziehungspflege zu den Freiwilligen.

Kurz nach der unkomplizierten Kontaktaufnahme mit der Freiwilligen-Koordinatorin startete der als Projektleiter tätige Fachexperte seinen regelmässigen Einsatz in einer von drei Hausgemeinschaften im Burgerspittel am Bahnhofplatz. Rund 30 Bewohnende leben hier in Pflegezimmern. In der familiären Hausgemeinschaft werden die Mahlzeiten gemeinsam an einem grossen Tisch eingenommen, Freiwillige übernehmen regelmässig die Rolle der Gastgeber:innen. Dabei unterstützen sie die Pflegefachpersonen im Abend-Service und nehmen sich Zeit für Gespräche am Tisch.

Schnell merkte Matthias Tolcsvai, dass ihm der Abend-Service zusagt und ihn die Aufgaben ganz anders fordern als sein kopflastiger Berufsalltag. Sein Engagement löste bei ihm eine Zufriedenheit aus, die er mit seiner Tochter teilen wollte. So schlug Matthias der damals 9-jährigen Jill vor, ihn freitags zu begleiten und ihm beim Servieren zu helfen. Er wusste, dass sich Jill in dieser Umgebung wohl fühlen würde und wollte ihr die Gelegenheit bieten, früh zu erleben, wie bereichernd es sein kann, andern einen Dienst zu erweisen. Jill war sofort Feuer und Flamme für die Idee. Seither sind die beiden ein gut eingespieltes und routiniertes Team. Ihre Anwesenheit löst bei den Bewohnenden viel Freude aus und bedeutet für die Mitarbeitenden eine wertvolle Entlastung.

### Für jede Seite eine Bereicherung

Es ist 17:30 Uhr, die meisten Plätze am langen Tisch in der Hausgemeinschaft Bantiger sind schon besetzt. Ungezwungen begrüsst Jill die Bewohner:innen, ihr Vater stellt sich dem neu eingezogenen Bewohner vor. Die herzliche Verbundenheit zwischen den Bewohnenden und dem Vater-Tochter-Team ist sofort spürbar. «Wir haben einander immer etwas zu erzählen» meint Jill. «Die Bewohner:innen berichten, was sie während der Woche erlebt haben und fragen mich, wie es in der Schule läuft.» Gut die Hälfte der Anwesenden kennt Jill seit Beginn ihres Engagements. Dadurch ist eine Vertrautheit entstanden, die Mitarbeit einfacher geworden. «Ich weiss, wer welchen Tee mag oder ob ich den Kaffee nach dem Essen mit Milch und Zucker bringen soll.» Doch auch wenn gewisse Handlungsabläufe routiniert erledigt werden, erleben Matthias und Jill die Freitagabende jede Woche anders. Manchmal sind die Bewohnenden eher schweigsam, manchmal ist die Stimmung fröhlich und humorvoll. Es gibt Abende, an denen die Bewohnenden gern noch etwas länger im Aufenthaltsraum verweilen und Momente, in denen bald wieder das private Zimmer aufgesucht wird. «Es ist wie in unseren Beziehungen», sagt Matthias, «auch wir haben unterschiedliche Tagesformen, was sich im zwischenmenschlichen Kontakt widerspiegelt.»

Immer wieder stellt Matthias fest, dass sein Alltag durch die Begegnung mit den älteren Menschen in den Hintergrund rückt. «Der Stress im Alltag, die To-do-Listen und IT-Probleme verlieren an Relevanz, wenn ich mich auf die Bewohner:innen und Bewohner mit ihren Lebensgeschichten einlasse. Jill und ich können hier etwas bewirken, was für uns beide und für die Bewohnenden bereichernd ist.»

### «Ich möchte Jill Werte vermitteln»

Im Wochenprogramm, das auch für die Schülerin mit verschiedenen Hobbys stets dichter wird, bildet der gemeinsame Freitagabend eine kleine Oase, an der beide festhalten wollen. Dem wöchentlichen Engagement für die Bewohnenden folgt oft noch ein besonderer Vater-Tochter-Moment. Im Innenhof des Berner Generationenhauses – dem Lieblingsort von Jill – gönnen sie sich ein Glacé oder verweilen

## «Freitags gehen wir jeweils sehr zufrieden nach Hause»

*Matthias und Jill Tolcsvai, Freiwillige im Burgerspittel*

im Anschluss noch ein wenig im Buchladen, der im Bahnhof abends geöffnet ist. Lesen ist das grosse Hobby von Jill. Sie taucht in Bücher und Geschichten ein, wie sie auch mit grosser Aufmerksamkeit den Erzählungen der Bewohnenden folgt. «Es wäre toll, wenn wir im Aufenthaltsraum der Hausgemeinschaft eine kleine Bibliothek zur Verfügung hätten», meint die heute 11-Jährige. Vielleicht würde sich sogar die Gelegenheit bieten, nach dem Abendessen den Bewohnenden etwas vorzulesen.

Im Burgerspittel wird Jill auch mit den Herausforderungen des Alters und dem Abschiednehmen konfrontiert. «Ich muss lauter sprechen, weil einige nicht mehr

gut hören», meint sie. Viele Bewohnende sind auf Hilfe angewiesen. Ab und zu begleitet sie jemanden ins Zimmer und schiebt dabei den Rollstuhl. Als zum ersten Mal an einem Freitagabend ein Platz leer blieb, realisierte Jill, dass der Tod vor den ihr liebgewonnenen Bewohnenden nicht Halt macht. Seither mussten Matthias und Jill von einigen Menschen Abschied nehmen. «Jill lernt den Umgang mit dem Tod», ergänzt Matthias. «Wir sind uns beide bewusst, dass er in dieser Arbeit dazugehört. Wenn wir aber vor Ort sind, geht es uns um die Beziehung zu denen, die da sind. Diese Werte will ich Jill vermitteln. Und ich bin überzeugt, dass sie vom Einsatz im Burgerspittel viel für ihr Leben mitnehmen kann.»



**Stefanie Diviani-Preiswerk**  
Verantwortliche Kommunikation, Burgerspittel

## «Unsere Schweizer Grosseltern»

**Das Caritas-Projekt «mit mir» vermittelt Patenschaften zwischen Freiwilligen und Kindern aus Familien in einem Engpass. Das Angebot hilft den Kindern, aus ihrem Alltag auszubrechen. Gleichzeitig entlastet es die Eltern und gibt ihnen Raum, neue Kraft zu schöpfen. Anna und Ludwig haben eine solche Patenschaft für Leonie und Lisa übernommen.**



Ein Spielplatzbesuch, ein Spaziergang im Wald oder die Füsse in einem Fluss baden – für viele sind das ganz normale Kindheitserinnerungen. Doch nicht alle Kinder kommen in diesen Genuss. In Familien, die vor besonderen Herausforderungen stehen, fehlt es den Eltern oft an Kraft, ihre Kinder zu fördern und ihnen eine aktive Freizeitgestaltung zu ermöglichen. Deshalb können die Kinder ihre Fähigkeiten manchmal nicht ausreichend entwickeln. Beim Projekt «mit mir» der Caritas können Kinder Neues entdecken und die Eltern eine Atempause gewinnen.

Mutter Jana erkrankte anfangs 2021 an Krebs, was für die sechsköpfige Familie aus der Region Zurzach eine grosse Belastung war. In dieser Zeit erfuhren Jana und ihr Mann Christian vom Projekt «mit mir» und wandten sich an Caritas Aargau. Zuerst wurden für die beiden grösseren Kinder passende Pat:innen gesucht und gefunden. Als die zweitkleinste, Leonie,

vier Jahre alt wurde, suchte Caritas auch für sie eine Patenschaft. Und die kleinste, Lisa, kam ein Jahr später dazu, als sie ebenfalls vier Jahre alt wurde.

Anna und Ludwig aus Ennetbaden hatten damals gerade das Aufnahmeverfahren absolviert: Wer sich für eine Patenschaft interessiert, wird zu einem ersten Gespräch eingeladen, bei dem evaluiert wird, ob die Erwartungen der Pat:innen zu denjenigen von Caritas passen. In einem zweiten Schritt findet eine ausführliche Prüfung statt. Dazu gehören ein Besuch durch die Regionalbetreuer:in bei den potenziellen Patenpersonen zu Hause sowie Sicherheitsmassnahmen, wie beispielsweise die Einreichung eines Strafregisterauszugs. «Man wird ausführlich geprüft. Das war auch uns ein grosses Anliegen», berichten Anna und Ludwig.

Caritas bietet eine sorgfältige Einführung und begleitet die Eltern, Kinder sowie Patinnen und Paten auf dem gemeinsamen Weg. Diese sind ihrerseits verpflichtet, einen Workshop zum Thema Kinderschutz zu besuchen und haben die Möglichkeit, an verschiedenen Weiterbildungen teilzunehmen. «Ende des letzten Jahres habe ich den lehrreichen Kurs «Liebevoll Konsequenzen setzen» besucht und soeben einen zum Thema Resilienz», erzählt Anna.

Beim ersten Treffen von Anna und Ludwig mit der Familie war die Regionalbetreuerin der Caritas dabei. Dort wurden die gegenseitigen Erwartungen und Aufgaben besprochen. «Und dann gingen wir spazieren, um uns kennenzulernen. Seither teilen wir gemeinsam vielfältige Erlebnisse, machen Sport, lernen Zählen oder Schuhe binden. Wir schenken Leonie und Lisa Vertrauen und Selbstvertrauen und haben Zeit für sie», sagt Anna.

Kinder und Pat:innen treffen sich ein bis zwei Mal pro Monat. In der Regel sind die Einsätze bei «mit mir» auf drei Jahre begrenzt. Diese Zeitspanne ist bei Leonie bald erreicht, bei Lisa in einem Jahr. Anna und Ludwig möchten die Unternehmungen mit den beiden Mädchen nicht missen: «Die beiden sind uns sehr ans Herz gewachsen. Offen ist noch, ob wir die Patenschaft mit oder ohne Caritas weiterführen.»



## Anna und Ludwig

### Warum macht ihr bei diesem Projekt mit?

**Anna:** Nach meiner Pensionierung habe ich – unter anderem auf benevol-jobs.ch – nach spannenden Projekten gesucht. Ich wollte etwas Gutes tun, das zu meinem Lebenskonzept passt und viel Flexibilität bietet, da wir gerne unterwegs und auf Reisen sind. Gleichzeitig war mir ein gemeinsames Projekt mit meinem Partner wichtig. Da wir keine Kinder und somit auch keine Grosskinder haben, wollten wir gerne etwas mit Kindern machen, die es nicht so leicht haben.

### Was motiviert euch?

**Anna:** Ich würde sagen, es ist eine Win-win-Situation. Wir sind sehr glücklich mit den beiden Mädchen, sie bereiten uns viel Freude!

### Wie sieht ein typischer gemeinsamer Tag aus?

**Ludwig:** Wir holen sie von der Schule ab und dann gibt es bei uns Zmittag. Manchmal backe oder koche ich mit ihnen. Danach unternehmen wir drinnen oder draussen etwas, gehen in die Natur oder in den Zoo. Anna hat sie für Yoga begeistert, das mögen sie unglaublich gerne!

**Anna:** Oder wir tanzen und singen zusammen, malen oder basteln. Wenn sie bei uns sind, dann sind wir vollumfänglich für sie da!

### Was gefällt euch am besten?

**Anna:** Die grosse Freude, wenn ich sie von der Schule abhole und sie mir entgegen hüpfen. Das ist ein sehr schöner Moment!



## Jana und Christian

### Wie war es für euch als Familie, dieses Projekt in Angriff zu nehmen?

**Christian:** Am Anfang wussten wir nicht, was uns erwartet. Aber nachdem die Chemie mit der Patin unserer grösseren Kinder so gestimmt hat, waren wir äusserst positiv eingestellt, als wir Anna und Ludwig kennenlernen durften. Die Mitarbeiterinnen der Caritas achten sehr darauf, dass Paten und Familie gut zusammenpassen. Leonie war zu Beginn der Patenschaft ein stilles Mäuschen und hat selbst in der Familie kaum gesprochen. Seit Anna und Ludwig da sind, ist sie sehr aufgeblüht und ein fröhliches Kind geworden.



**Jana:** Obwohl ich mittlerweile wieder gesund bin, tut diese Entlastung nicht nur uns sehr gut, sondern ebenfalls den Kindern. Die Grosseltern der Kinder leben in Ostdeutschland und können wegen der Distanz nur selten zu Besuch kommen. Da sind die Paten wie zusätzliche Grosseltern. Und sie können sich zudem individuell den Kindern widmen, was bei uns Eltern leider selten möglich ist.

**Christian:** Ich bin froh und dankbar, haben unsere Kinder diese Unterstützung. Anna und Ludwig sind tolle Menschen – nicht nur gegenüber den Kindern, sondern auch gegenüber uns Eltern. Und sie pflegen zudem die Beziehung zu den anderen beiden Kindern und deren Patin, manchmal durch gemeinsame Ausflüge. Alle unsere vier Kinder umarmen Anna und Ludwig, wenn sie sie sehen. Die Patenschaften haben der ganzen Familie geholfen.



## Leonie und Lisa

**Woran denkt ihr, wenn ihr an Anna und Ludwig denkt?**

**Leonie:** Es macht Spass mit ihnen. Am meisten gefällt mir das Yoga!

**Vater Christian ergänzt:** Sie ist sehr scheu und sagt jetzt nicht viel. Aber ihre strahlenden Augen sagen eigentlich alles. Sie freut sich sehr, Anna und Ludwig bald wieder zu sehen.

**Lisa:** Sie sind sehr nett und alles macht Spass mit ihnen! Sie holen uns beim Kindsgi, der Schule oder Zuhause ab. Manchmal helfen wir Ludwig mit der Pizza. Wir waren auch schon zusammen im Tierpark, sind mit dem Schiff gefahren und wir basteln viel.

**Interesse am Projekt «mit mir»?** Melde dich bei Isabel Borges von Caritas Aargau, 062 837 07 42, [ib@caritas-aargau.ch](mailto:ib@caritas-aargau.ch)

# Generationen im Klassenzimmer



Das Projekt «Generationen im Klassenzimmer» bietet Begegnungen im Rahmen des normalen Schulalltags: Eine Seniorin oder ein Senior begleitet jeweils an einem halben Tag pro Woche eine Schul- oder Kindergartenklasse und unterstützt die Lehrperson in ihrer Arbeit. Der Austausch zwischen den Generationen macht nicht nur Spass, sondern fördert das Verständnis für das Leben und die Anliegen der Anderen.

Wer sich im Klassenzimmer engagieren will, sollte Freude am Kontakt mit Kindern haben – pädagogische Kenntnisse braucht es keine. Es gibt eine sorgfältige Einführung und Begleitung sowie regelmässige Zusammenkünfte und Austausch mit anderen Engagierten.

[www.ag.prosenectute.ch/freiwillige](http://www.ag.prosenectute.ch/freiwillige)

# Jugendliche im Altersheim

Freiwillige des Jugendrotkreuzes vermitteln bei Altersheimbesuchen zwischen den Generationen, sie machen die Gegenwart für ältere Menschen greifbar und bieten ihnen Abwechslung und Gesellschaft. Sie helfen bei der Planung von Aktivitäten, motivieren die älteren Menschen mitzumachen und nehmen selbst daran teil. Dabei suchen sie das Gespräch und gehen auf Fragen ein.

[www.srk-aargau.ch/jugendrotkreuz](http://www.srk-aargau.ch/jugendrotkreuz)



# Familien entlasten



Bei der Stiftung Pro Pallium entlasten Freiwillige Familien schwerstkranker Kinder im Alltag und erhöhen damit deren Lebensqualität. Die Freiwilligen schenken dabei dem erkrankten Kind oder seinen Geschwistern ihre Aufmerksamkeit, tauschen sich mit den Eltern aus und geben ihnen Rückenstärkung. Damit ermöglichen sie der gesamten Familie unbeschwerte Momente im oft schwierigen Alltag.

[www.pro-pallium.ch/engagieren-sie-sich-freiwillig](http://www.pro-pallium.ch/engagieren-sie-sich-freiwillig)

Weitere vielseitige Engagements findest du unter [www.benevol-jobs.ch](http://www.benevol-jobs.ch)

# Wind im Gesicht, Blütenduft in der Nase

**Seit dem letzten Sommer entdecken Bewohnende des Pflegeheims Sennhof in Vordemwald ihre Umgebung neu. Dies ist möglich dank Freiwilligen wie der 37-jährigen Stefanie Schärer, die mit ihnen Ausfahrten mit der E-Rikscha unternehmen.**



## Wie kamst du zu deinem Engagement?

Ich bin in der Verwaltung des Sennhofs angestellt und wurde direkt von unserer Freiwilligen-Verantwortlichen angefragt. Da viele der Freiwilligen schon älter sind und man für das Fahren der Rikscha fit sein muss, hat sie nach jüngeren Personen gesucht. Ich war leicht zu überzeugen, da ich schon länger vorhatte, mich freiwillig zu engagieren. Wegen meines 100%-Arbeitspensums und anderen Verpflichtungen bin ich dies aber nie angegangen. Es war also super, dass sie mich direkt angesprochen hat!

## Kannst du uns mehr über deine Aufgaben erzählen?

Die Ausflüge finden von Frühling bis Herbst an den Wochenenden statt. Eine Rundfahrt mit der Rikscha dauert etwa 30 Minuten, in der Regel mache ich drei Fahrten hintereinander. Dabei fahren wir durch ruhige, kleine Strassen, dem Bach entlang und vorbei an Bauernhöfen mit schönen Geranien, kleinen Kälbern, Geissen oder Hühnern. Zwischendurch halten wir an. Die Fahrgäste können die Natur riechen, die Pflan-

zenwelt beobachten oder den Wind spüren. Bei Ausfahrten am Morgen sehen wir auch wilde Tiere wie Rehe, Reiher oder Hasen.

## Was gefällt dir besonders gut?

Viele Fahrgäste kennen die Umgebung von früher und sehen dabei Altbekanntes oder Dinge, die sich verändert haben. Es ist fast ein bisschen wie Heimatkunde: Sie erzählen, wo sie aufgewachsen sind oder wen sie in der Umgebung kennen. Sie schwatzen gerne und suchen den Austausch. Die Ausfahrten machen sie glücklich und sie sind sehr dankbar. Davon profitiere auch ich – es ist eine schöne Abwechslung für uns beide und wir haben gemeinsam Spass, denn ich bin natürlich auch gerne draussen!

## Was motiviert dich?

Den Bewohnenden etwas Gutes zu tun und sie aus dem Alltag zu holen. Es ist schön, Zeit mit ihnen zu verbringen, und sie geniessen es, einmal mit jemandem ausserhalb ihres Wohnbereichs zu sprechen. Auch dass sie in ihrem Alter etwas erleben, das sie noch nie gemacht haben, motiviert mich. Sie zehren jeweils lange von den Ausflügen. Die meisten, die einmal mitgefahren sind, wollen wieder mitkommen.

## Engagierst du dich noch anderweitig freiwillig?

Neben dem Rikscha-Fahren engagiere ich mich auch an unseren Sommerabenden. Hier wird zum Beispiel Musik gespielt und es treten Künstler auf. Wir Freiwilligen tanzen, schunkeln mit den Bewohnenden, servieren Getränke oder etwas Süsses. Zudem bin ich als Freiwillige für Tiertransporte bei der Schweizerischen Tiermeldezentrale tätig. Dort unterstütze ich Menschen, deren Katzen weit weg von zu Hause gefunden werden, sie aber selbst nicht abholen können.

## Interessiert?

Melde dich bei Astrid Bär, Leiterin Freiwilligenarbeit und Kulturelles, Pflegeheim Sennhof, Vordemwald, 062 745 08 30, [astrid.baer@sennhof.ch](mailto:astrid.baer@sennhof.ch)

**Auch andere Pflegeheime suchen Freiwillige für ihre E-Rikschas – nachfragen lohnt sich!**

## Neue Präsidentin: Rahela Syed

Die Zofinger Stadträtin und ehemalige Grossrätin Rahela Syed hat Anfang 2024 die strategische Leitung von benevol Aargau übernommen. Sie löst Jürg Hochuli von der Reformierten Kirche Aargau ab, der nach 13 Jahren im benevol-Vorstand in Pension geht. Rahela Syed ist seit fünf Jahren im Vorstand von benevol Aargau und vertritt gleichzeitig die Stadt Zofingen, die neu Trägerorganisation des Vereins ist.



## Unsere Kurse und Veranstaltungen

### benetalk

#### Austauschanlass

Abgrenzung in der Freiwilligenarbeit  
24. September 2024,  
18:00 – 20:00 Uhr, Aarau

#### Vernetzungsanlass Olten

Fach- und Vernetzungsanlass für Vereine und Institutionen in der Stadt Olten  
Montag, 28. Oktober 2024, 18:00 – 21:00 Uhr, Olten

#### Für Freiwilligen-Koordinator:innen und Vereinsvorstände

#### Austauschgruppe für Freiwilligen-Koordinator:innen

Donnerstag, 22. Aug. / 26. Sept. / 24. Okt. 2024  
16:30 – 18:30 Uhr, Aarau

#### Konflikte in der Freiwilligenarbeit

Dienstag, 3. September 2024,  
18:00 – 21:00 Uhr, Baden

#### online Social Media für Fortgeschrittene

Samstag, 7. und 21. September 2024,  
9:00 – 12:00 Uhr

#### Freiwilligen-Koordination kompakt

Dienstag, 19. November 2024,  
14:15 – 18:15 Uhr, Olten

### beneforum

#### Fach- und Vernetzungsanlass

Ungenutztes Potenzial: Freiwillige mit geringen  
Deutschkenntnissen  
26. November 2024, 18:00 – 20:00 Uhr, Aarau

#### Für freiwillig und ehrenamtlich Engagierte

#### Psychische Gesundheit beim Älterwerden

Donnerstag, 19. September 2024,  
14:00 – 17:00 Uhr, Aarau

#### Balance von Nähe und Distanz

Dienstag, 29. Oktober 2024,  
14:00 – 17:00 Uhr, Baden

#### Spiele mit Menschen im Alter

Dienstag, 12. November 2024,  
13:30 – 17:00 Uhr, Aarau

#### Asyl in der Schweiz: Rechtliche Grundlagen, Verfahren und Zuständigkeiten

Donnerstag, 28. November 2024,  
17:30 – 20:30 Uhr, Aarau

Details  
und Anmeldung  
[benevol-aargau.ch/  
kurse](https://benevol-aargau.ch/kurse)

benevol

# Freiwilliges Engagement – fragen Sie uns!

**Fachstelle für Freiwilligenarbeit**

benevol Aargau

Bleichemattstrasse 42

5000 Aarau

062 823 30 44

[benevol@benevol-aargau.ch](mailto:benevol@benevol-aargau.ch)

[www.benevol-aargau.ch](http://www.benevol-aargau.ch)



@benevol.aargau