

Gemeinsam mit den Generationen 60+

# vielfALT

## Im Dienste der Gesellschaft!

Etymologisch bedeutet das Wort Ruhestand, sich zurückzuziehen, einen Ort zu verlassen. Die meisten Rentnerinnen und Rentner tun das Gegenteil. Kinderbetreuung, Behindertentransport, Mahlzeitendienst, Nachhilfeunterricht, Kultur- oder Sportvereine – sie vervielfachen ihre Aktivitäten.

Laut dem Bundesamt für Statistik betragen im Jahr 2020 der Anteil der 65- bis 74-Jährigen, die ehrenamtlich arbeiten, 45 %. Im Jahr 2020 leisteten die Schweizer Senioren 254 Millionen Stunden Freiwilligenarbeit. Seniorinnen und Senioren sind keine Last, sondern tragen zum allgemeinen Wohlbefinden der Gesellschaft bei.

### Anne-Do Zufferey, 66 Jahre, Siders

Anne-Do Zufferey hat einen reichen Lebenslauf. Als ausgebildete Biologin leitete sie rund zwanzig Jahre lang das Walliser Weinmuseum. Man verdankt ihr eine Vielzahl interdisziplinärer wissenschaftlicher Forschungen und mehrere Publikationen, die heute als Referenz gelten. Sie liebt Begegnungen, zeitgenössische Kunst, Theater und Reisen, ist ausgesprochen neugierig und spendet seit jeher ihre Zeit für verschiedene Vereine.



Seit sie Grossmutter geworden ist, kümmert sie sich zusätzlich um ihre Enkelin. «Es fällt mir schwer, die Zeit, die ich Laurène widme, mit ehrenamtlicher Arbeit in Verbindung zu bringen. Ich tue es aus Liebe. Dadurch schaffe ich eine besondere Verbindung zu ihr, und das freut mich.» Für sie ist es auch eine Möglichkeit, die jungen Eltern zu unterstützen, «denen es oft schwerfällt, ihr Erstgeborenes einer Krippe anzuvertrauen». Anne-Do Zufferey widmet Laurène einen Tag pro Woche. «Ich verzichte jedoch nicht auf Reisen. Wenn ich abwesend bin, treffen die Eltern ihre eigenen Vorkehrungen.»

Wie Anne-Do Zufferey gibt es viele Grosseltern, die sich um ihre Enkelkinder kümmern. Laut dem Bundesamt für Statistik betreuten im Jahr 2018 72% von ihnen die Enkelkinder regelmässig oder gelegentlich. Für das Jahr 2020 wurde das Gesamtvolumen dieser unbezahlten Arbeit auf 157 Millionen Stunden geschätzt, was einem Geldwert von 7,7 Milliarden Franken entsprechen würde.

### Laurence Rochel, 68 Jahre, Monthey

«Mein Mann und ich haben uns immer ehrenamtlich in Vereinen engagiert. Dann, vor elf Jahren, kam Herr Parkinson zu uns nach Hause.» Die Krankheit von Clément Rochel, dem Ehemann von Laurence, brachte das Familienleben durcheinander. Seitdem hat Laurence ihrem Lebenslauf eine weitere Zeile für ihre Kompetenzen hinzugefügt, nämlich die der betreuenden Angehörigen. Eine emotional belastende Aufgabe. «Betreuende Angehörige zu sein, ist ein Ehrenamt, das man sich nicht aussuchen kann. Es ist nicht einfach, sich Tag und Nacht mit der Sorge um das Wohlergehen und die Sicherheit eines anderen Menschen umgeben zu fühlen.» Die ehemalige Sozialarbeiterin verwendet für dieses Vollzeit-Engagement gerne das Wort «liebende Angehörige».



Um ihre Energie zu bewahren, achtet Laurence darauf, «ihre Grenzen zu respektieren. Den Mut zu haben, um Hilfe zu bitten, um in diesem Ungleichgewicht, das die Krankheit mit sich bringt, möglichst gelassen ein Gleichgewicht leben zu können, ist unerlässlich, um durchzuhalten und sich an jede neue Herausforderung, die die Krankheit mit sich bringt, anzupassen». Rosette Polettis Buchtitel, der auf ein Zitat von Seneca zurückgeht, inspiriert sie: «Betreuende Angehörige zu sein bedeutet, zu lernen, im Regen zu tanzen, anstatt auf das Ende des Gewitters zu warten.» Es ist nicht einfach, sich mit der Rolle des betreuenden Angehörigen zu identifizieren. Man denkt vielleicht, dass man dies aus Familienloyalität oder Liebe tun muss. «Diese Care-Arbeit sollte von den Akteuren der Wirtschafts- und Sozialpolitik stärker berücksichtigt werden. Man sollte also nicht zögern, sich über alle möglichen Hilfen zu informieren», sagt Laurence abschliessend.

Weitere Informationen: [www.proches-aidants-valais.ch/de](http://www.proches-aidants-valais.ch/de); [www.asfam.ch](http://www.asfam.ch)

### Barbara Wyder, 71 Jahre, Brig

Barbara Wyder hat einen ausgeprägten Sinn für das Teilen, was sie mit Leib und Seele tut. Die 71-jährige Bernerin, die seit über 40 Jahren im Oberwallis lebt, ist Sonderschullehrerin für behinderte Kinder und liebt es, Menschen zu treffen, in den Bergen zu wandern, Gitarre zu spielen, zu singen und zu kochen. Kurz gesagt, sie liebt das Leben und andere Menschen. «Sich mit Menschen austauschen, neue Bekanntschaften machen, schöne Momente teilen, das ist der rote Faden in meinem Leben.»



Seit sieben Jahren nimmt sie zweimal im Monat am «Connecting Point» in Brig teil. «Das ist ein Treffen zwischen Einheimischen und Migranten (meist Frauen). Wir teilen einen Tee oder Kaffee und reden über den Alltag, manchmal spielen wir Gesellschaftsspiele. Ziel ist es, Verbindungen zu schaffen und die Integration dieser Menschen zu erleichtern. Es sind Momente des echten Austauschs, von denen sowohl ich als auch die Betroffenen profitieren. Da sie oft sehr zurückhaltend sind, bieten wir ihnen auch individuelle Treffen an.»

Diese «Connecting Points» sind auch eine Gelegenheit, mit diesen türkischen, ukrainischen oder afghanischen Frauen, die in unserem Land Zuflucht gesucht haben, Deutsch zu üben.

«Die meisten von uns misstrauen Flüchtlingen, wenn ich ihnen jedoch begegne, lerne ich Menschen kennen, die Würde und Respekt besitzen. Persönlich habe ich keine schlechten Erfahrungen mit Migranten gemacht.»

Als sehr aktive Freiwillige gab Barbara Wyder auch Schülern und Lehrlingen Nachhilfe. «Ich bin mit Leib und Seele Lehrerin geblieben. Ich gebe mein Wissen gerne weiter.»

Weitere Informationen: [www.vs.ch/de/web/sas/benevoles](http://www.vs.ch/de/web/sas/benevoles)

### Guy Maret, 67 Jahre, Fully

Guy Maret ist so etwas wie das Schweizer Taschenmesser der Freiwilligen, die kleine Schraube, ohne die das Möbelstück wackelt, der Diskrete, der sich als unentbehrlich erweist. Bis zu seinem 23. Lebensjahr war er bei den Pfadfindern aktiv, danach engagierte er sich in der christlichen Gewerkschaft, im Gemeindefrat und sogar in der Politik, wo er 12 Jahre lang im Generalrat sass, bevor er eine Zeit lang als Mitglied des Gemeinderats fungierte. «Ich habe mich schon immer ehrenamtlich engagiert, aber seit ich in Rente bin, wird es immer mehr. Man wird mehr gefragt. Ich leiste gerne Dienste, wenn sie gebraucht werden. Da trifft es sich gut, dass man Zeit und Lust hat, sie zu geben!».



Einmal pro Woche begleitet der ehemalige Maurertechniker seine Frau Jocelyne nach Freiburg, wo das Paar eines ihrer drei kleinen Grosskinder betreut. Man findet ihn im Vorstand der Confrérie de la Châtaigne und im Vorstand des Jahrgangs 1956. Er hilft auch regelmässig in der Sorniot-Hütte aus, spielt den Aufseher, wenn eine Person ausfällt, und engagiert sich natürlich immer für seine Pfarrei, für die er seit 2020 den Vorsitz des Kirchenrats innehat. «Mein christlicher Glaube leitet mich und motiviert mich bei all diesen Aktionen. Wissen Sie, ich bin kein Einzelfall. Es gibt mehr als achtzig Personen, die sich ehrenamtlich in der Gemeinde engagieren.»

Das Paar ist sich einig. Jocelyne ist auch sehr engagiert im Vereinsleben. Beide sagen, wie glücklich ein Freiwilliger sein kann. «Es ist eine Gelegenheit, neue Leute kennenzulernen. Man tauscht sich aus und entdeckt andere Arten, das Leben zu betrachten. Das ist sehr bereichernd. Es hält die sozialen Bindungen aufrecht. Und wenn man um sich herum etwas Gutes tut, tut das auch uns sehr gut.»

Sich engagieren: [www.benevoles-vs.ch](http://www.benevoles-vs.ch)

«Es scheint mir, dass ich noch nie so glücklich war wie jetzt.»

Renée-Ernestine, 97

### FRÉDÉRIC VUIGNIER

Generalsekretär von Bénévoles Valais Wallis



### Der Freiwillige – eine aussterbende Spezies?

Erledigen Sie rasch die Einkäufe für Ihre ältere Nachbarin? Oder sind Sie vielleicht Sekretärin der Blaskapelle Ihres Dorfes? Helfen Sie bei der Organisation des nächsten Pétanque-Abendessens? Stehen Sie hinter der Bar, um das Team Ihres bevorzugten Konzertlokals zu unterstützen? Freiwilligenarbeit verbirgt sich hinter allen möglichen Aktivitäten, diese kleinen und grossen Dienste, die man im Leben oft leistet, ohne sich dessen bewusst zu sein. Kurz gesagt: Die Freiwilligenarbeit ist nicht vom Aussterben bedroht, auch wenn wir zugeben müssen, dass die Pandemieperiode, die wir durchlebt haben, die Vereins- und Freiwilligenwelt unseres Kantons ziemlich in Mitleidenschaft gezogen hat.

Das ist egal, denn Freiwilligenarbeit gibt es immer noch, auch wenn sich die Rahmenbedingungen ändern. Es liegt an uns, uns anzupassen, insbesondere hinsichtlich der Rekrutierung. Es liegt an uns, neue Wege zu finden, um diese für die Gesellschaft so unverzichtbaren Freiwilligen zu finden. Die Welt der Unternehmen hat bereits den Weg zu einer Annäherung an das Vereinswesen, in dem sie sich bewegt, eingeschlagen. Junge Berufstätige entscheiden sich immer häufiger für Teilzeitarbeit, die ihnen Zeit neben ihren Familien und ihrer beruflichen Tätigkeit lässt. Die digitale Welt entwickelt sich weiter und ermöglicht neue Wege, um potenzielle Freiwillige zu erreichen. Dies sind bereits einige der neuen Wege, die es zu erkunden gilt, um die Gesellschaft mit den Freiwilligen zu versorgen, die sie braucht.

Die Freiwilligenarbeit ist nicht vom Aussterben bedroht: Sie entwickelt sich weiter.

### Frédéric Vuignier

Generalsekretär von Bénévoles Valais Wallis

ZEITGESCHEHEN

### Vorsicht vor Betrügereien

Eine Studie von Pro Senectute Schweiz hat ergeben, dass die Schadenssummen im Zusammenhang mit Betrügereien bei Seniorinnen und Senioren stark angestiegen sind. Die Zahl der Opfer ist hingegen geringer als bei der vorherigen Studie im Jahr 2018. Besonders die Cyberkriminalität hat zugenommen. Zögern Sie nicht, sich im Zweifelsfall bei der Polizei zu erkundigen.

[www.polizeiwallis.ch/betruegerei](http://www.polizeiwallis.ch/betruegerei)

### Repair Café

in Salgesch am 4. November 2023 von 10.00 bis 16.00 Uhr

In Repair Cafés bringen Besucher defekte Gegenstände mit und reparieren sie gemeinsam mit ehrenamtlichen Profis. Es wird repariert, was repariert werden kann! Dem Portemonnaie und der Umwelt zuliebe.

<https://www.pfyn-finges.ch>

PARTNER