

Weil es glücklich macht

Pflegi, St. Martin und Pro Senectute warben für die Freiwilligenarbeit

«Generation f» heisst das Projekt, das Benevol schweizweit lanciert hat. Die Freiwilligenarbeit soll damit ins Zentrum gerückt werden. Im Monat Juni gibt es hierzu Aktionen im ganzen Land. Drei Institutionen in Muri taten sich für eine solche Glückskekse und verteilten Glückskekse.

Annemarie Keusch

Warum Glückskekse? Sandra Portmann, Koordinatorin der Freiwilligenarbeit in der Pflegi Muri, lacht. «Weil Freiwilligenarbeit glücklich macht. Das ist statistisch erwiesen.» Seine Zeit anderen schenken, ohne eine Gegenleistung zu verlangen, dabei würden Glückshormone eingesetzt. Und dabei leisten die Freiwilligen einen wichtigen Einsatz für das Funktionieren der Gesellschaft. Die Pflegi ist eine der Murianer Institutionen, die im Rahmen der Aktion «Generation f» von Benevol auf die Freiwilligenarbeit aufmerksam machen wollen. Zusammen mit der Pro Senectute und dem St. Martin erfolgte dies kürzlich im Muripark und in der Migros. «Wir sind alle Mitglieder von Benevol und wollen diese Aktion mittragen, aber auch den Schwung nützen, der sich daraus ergibt», sagt Esther Burkard, die im St. Martin für die Freiwilligenarbeit zuständig ist.

Wie wichtig diese nämlich für solche Institutionen ist, das wissen Portmann und Burkard genau. «Sie ergänzt die bezahlte Arbeit und ist unglaublich wertvoll», sagt Sandra

«**Spüren, dass sie sich Zeit nur für sie nehmen**

Sandra Portmann, Pflegi

Portmann. Besuche, Gespräche, geschenkte Zeit – das bringe den Bewohnerinnen und Bewohnern ganz viel Lebensqualität. «Die Bewohner spüren, dass sich diese Leute ganz bewusst Zeit für sie – und nur für sie – nehmen.» Aber auch für den Mahl-



Glückskekse, die das symbolisieren, was Freiwilligenarbeit macht: glücklich. Sandra Portmann (links) von der Pflegi und Esther Burkard vom St. Martin verbreiten das Projekt «Generation f» in Muri. Bild: Annemarie Keusch

zeitenfahrtdienst werden in der Pflegi Freiwillige gesucht. Ähnlich sieht es im St. Martin aus. «Freiwillige bringen ganz andere Themen in Gespräche und damit viel Abwechslung», sagt Esther Burkard.

Lebensgeschichten kennenlernen

Auf je rund 45 Freiwillige können die beiden Murianer Institutionen zählen. «Dafür sind wir sehr dankbar», sagen beide. Sie übernehmen Einzelbesuche, aber auch spontane Anlässe, etwa einen Kinoabend. «Ohne sie wäre viel weniger möglich», sagt Es-

ther Burkard. Die meisten seien ältere Personen, Pensionierte, die Zeit haben und diese schenken wollen. «Aber es gibt auch vereinzelt junge Menschen, denen ein solches Engagement wichtig ist und die an anderen Lebensgeschichten interessiert sind», betont sie. Sandra Portmann ergänzt, dass sie in der Pflegi auf viele langjährige Freiwillige zählen dürfen. «Die Älteste ist 90 Jahre alt.»

Dass solche Einsätze den Bewohnerinnen und Bewohnern viel Freude bringen, ist das eine. Aber eben, Freiwilligenarbeit mache glücklich. «Es ist eine Bereicherung für einen

selbst», sagt Esther Burkard. Spannende Geschichten hören, sich anderer Menschen annehmen, in ihre Welt eintauchen. «Es kommt ganz viel reu-», ist sie überzeugt.

600 Glückskekse verteilt

Sich freiwillig engagieren, das könne jede und jeder, sind beide überzeugt. «Es gibt nur eine Voraussetzung, man muss Menschen und ihre Geschichten mögen», sagt Sandra Portmann. Für die investierte Zeit bekommt man kein Geld von der Institution, hat jedoch einige Vorzüge und

Geplante Anlässe

Wer sich für ein freiwilliges Engagement im St. Martin oder in der Pflegi interessiert, hat an kommenden Anlässen die Chance, sich ungezwungen darüber zu informieren. «Spielerisch engagiert» heisst der Anlass, den das St. Martin jeweils dienstags, am 13., 20. und 27. Juni, 15 bis 16 Uhr, an Marktstrasse 15 organisiert. Am Mittwoch, 14. Juni, 14.30 bis 16 Uhr, bietet die Pflegi Begegnungen mit lebenserfahrenen Menschen bei Spiel und Spass im Höflgarten. --ake

Mehr Infos: www.generation-f.ch/aargau

ist zu verschiedenen Personalanlässen, etwa Grillabenden und Personalreise, eingeladen. Gleich tut es das St. Martin. «Zudem organisieren wir einmal im Jahr einen speziellen Weiterbildungsnachmittag für unsere Freiwilligen», sagt Esther Burkard.

Im Rahmen des Projekts «Generation f» haben die drei Institutionen auf sich und ihren Bedarf an Freiwilligen aufmerksam gemacht. «Wir wollten zeigen, dass man sich auch ganz in der Nähe engagieren kann und dass wir auf diese Unterstützung

«**Zeigen, dass man sich auch hier engagieren kann**

Esther Burkard, St. Martin

auch angewiesen sind», sagt Esther Burkard. Ob das geklappt hat, das wird sich in den nächsten Wochen und Monaten zeigen. «Wir sind zuversichtlich», sagt Burkard. Die 600 Glückskekse haben sie verteilt, viele Informationen dazu mitgeliefert. Ihr Fazit: «Wir konnten hoffentlich den Beschenkten ein bisschen Glück und Freude mit auf den Weg geben – ähnlich einem freiwilligen Engagement.»